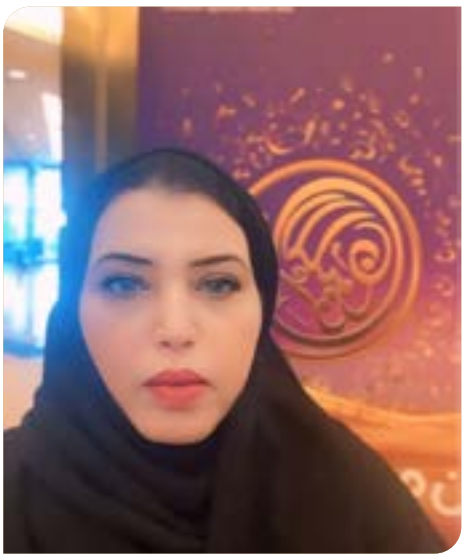
نورا
NOURA MAGAZINE
مجلة دورية عربية تعطي كامة الأخبار الثقافية
سبتمبر
التحدي والأمل
العدد
69
السنة السابعة
سبتمبر
2025
مجلة نورا لكل العرب
www.nourabudeiri.net
FOLLOW US:
@nouramagazine

في هذا العدد



ترَقّب...

بقلم
نورا البُديري

شهر أيلول/ سبتمبر يحمل في طياته الكثير من الأخبار و الأحداث المستعرة.

إبتداءً من مهرجان البندقية/ فينيسيا السينمائي أقدم مهرجانٍ سينيمائي في العالم، و الذي عرض فيلم عن قصة الطفلة هند رجب التي تمت محاصرتها و عائلتها بسيارتهم في غزة و هم ينزحون حفاظاً على أرواحهم إبان القصف الوحشي عليهم مما أدى إلى استشهاد أفراد عائلتها و بقائها وحيدة بين جثثهم، وكانت تكلم احدى المسعفات على خط الهاتف النقال طالبةً إسعافها و الوصول اليها لكن دون جدوى و قتل الاحتلال كل من حاول الوصول لها حتى تم استشهاد الطفلة هند..

ثانيها خبر الاعتراف بدولة فلسطين من بعض الدول الكبرى ذات النفوذ و التأثير الدولي العميق و التي من الممكن أن تضع حداً فعلياً و تفرض واقعاً ملموساً بتغيير واقع الحال المأساوي على أهلنا في الأراضي المحتلة ...

أما ثالثها هو انطلاق أسطول الصمود لكسر الحصار و الذي هو بقيادة مجموعة من الحقوقيين و المؤثرين و الفنانين من جنسياتٍ مختلفة اتحدوا و عقدوا العزم على تبديل واقعٍ مفجع من مجاعة و تدميرٍ و سفك دماء.

و يحمل الأسطول على متنه الدواء و الغذاء و الماء الصالح للشرب، وإرادة أحرار العالم بتغيير واقع مقيت.

كل الرجاء بتحقيق هذه المساعي و المحاولات علّها تكون بدايةً حقيقية لمستقبلٍ واعد و نهايةً لحاضر مشؤوم.

برجيل القابضة

تحقق قفزة بنسبة ١٢٩٪ في صافي أرباحها خلال الربع الثاني من عام ٢٠٢٥

كشفت مجموعة برجيل القابضة بي إل سي (يُشار إليها فيما يلي باسم «برجيل» أو «المجموعة»)، الشركة الرائدة في مجال تقديم خدمات الرعاية الصحية فائقة التخصص في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا والمدرجة في سوق أبوظبي للأوراق المالية (بالرمز: «برجيل» (رقم التعريف الدولي: **AEE01119B224**)، اليوم عن نتائجها المالية وفقًا للمعايير الدولية لإعداد التقارير المالية، وذلك عن فترتي الثلاثة أشهر والستة أشهر المنتهيتين في ٣٠ يونيو ٢٠٢٥.

أطلقت شركة برجيل القابضة سلسلة من المبادرات عالية الأثر خلال الربع الثاني من عام ٢٠٢٥ بهدف تسريع وتيرة تنفيذ استراتيجيها، من خلال التركيز على تطوير الخدمات الطبية المتخصصة بالإضافة إلى توسيع نطاق خدمات الرعاية الصحية لتشمل عددًا أكبر من المرضى. كما وسّعت المجموعة شبكة علاج الأورام المتقدمة عبر الاستحواذ على مركز أدفانس كير لتشخيص وعلاج الأورام في دبي، إلى جانب افتتاح عيادات جديدة لمعهد برجيل للأورام في العين والشارقة وعُمان، لترسّخ بذلك مكانتها باعتبارها مركزًا إقليميًا رائدًا في مجال علاج الأورام المعقدة. علاوة على ذلك، افتتحت المجموعة أول صيدلية متخصصة في تقديم أدوية وعلاجات السرطان في دولة الإمارات العربية المتحدة، في خطوة بارزة أسهمت في دعم البنية التحتية لمنظومة علاج الأورام وتعزيز كفاءتها.

وبالتوازي مع ذلك، أطلقت برجيل منصةً إقليمية للصحة النفسية عبر مشروعها المشترك «الكالما»، والتي تضم أربعة مراكز رائدة متخصصة في كلٍ من الإمارات والمملكة العربية السعودية، وذلك ضمن المرحلة الأولى من استراتيجية توسعية تمتد على عدة سنوات وتهدف إلى تلبية الطلب المتزايد على خدمات الصحة النفسية. من جانب آخر، استحوذت المجموعة على مركز رئيسي للعلاج الطبيعي في الرياض ليصبح جزءًا من شبكة فيزيوثيرابيا التابعة لها في المملكة العربية السعودية، وهو ما أثمر عن توسيع نطاق العمليات ومهّد الطريق لتحوّل نوعي في الأداء بفضل العقود المبرمة مع الجهات الحكومية.

تواصل المجموعة ضخ الاستثمارات من أجل تعزيز مرونتها التشغيلية وتوسيع نطاق الوصول لخدماتها من خلال الاستحواذ على مبنى مستشفى ميديور في دبي مقابل ١٧٠ مليون درهم إماراتي، وهو ما أدى إلى تحويل مطلوبات عقود إيجار طويلة الأجل إلى ملكية مباشرة، هذا إلى جانب الجهود التي تبذلها المجموعة بهدف تعزيز مرونة هيكل التكاليف. كما رسخَّت المجموعة حضورها في مجال تقديم خدمات الرعاية الأولية بافتتاح مركز طبي جديد في جزيرة السعديات، بما يتماشى مع استراتيجيتها للنمو في المناطق الحضرية ذات العوائد المرتفعة.

وأكدت برجيل ريادتها في مجال الابتكار الطبي من خلال إطلاق منصة «دوكتور» الرائدة وهو مشروع مشترك للخدمات اللوجستية للرعاية الصحية بالتعاون مع مجموعة موانئ أبوظبي، يهدف إلى إحداث نقلة نوعية في طريقة توفير الخدمات الطبية والبنية التحتية الصحية إلى المجتمعات الساحلية والجزرية النائية والمحرومة. كذلك، دشنت المجموعة عددًا من المراكز الطبية المتخصصة المرموقة، أبرزها عيادة المدرس للاندماج العظمي، وهي العيادة الأولى من نوعها في المنطقة التي تقدم الخدمات المتقدمة المتخصصة في زراعة الأطراف، إضافة إلى وحدة مراقبة الصرع المتطورة، كما عززت قدراتها في مجالات الأمراض النادرة، وأمراض الدم، وأبحاث الأيض. واستكمالًا لمسيرة التحول الرقمي، واصلت المجموعة اعتماد أدوات التشخيص المدعومة بالذكاء الاصطناعي، وقادت دراسة بحثية في بيئة انعدام الجاذبية تهدف إلى إحداث تحول جذري في رعاية مرضى السكري سواء على الأرض أو في الفضاء.

ست صور لشجرة توت

بقلم
د. رجاء صالح الجبوري

كان العجوز سين يراقب امتزاج ظلام الليل بنور الصباح؛ إذ ذاب الليل الليلكي في ضياء الفجر القرمزي، فصار الأفق لوحة سحرية، اختلط فيها الأزرق بالذهبي، والوردي بالعاجي، حتى بدا حيًّا يتبدّل كل لحظة.

في اللحظة نفسها، دقّ المنبّه في غرفة السيدة لام معلنًا وقت النهوض.

وبعد ثوانٍ قليلة، صفر إبريق الشاي في مطبخ المعلم هاء، إيذانًا ببداية يوم لا يكتمل إلا بفنجان ثقيل من الشاي.

وعند ناصية الشارع، ألقى عمو الخبّاز تحية الصباح على النجّار، الذي كان منشغلًا بفتح قفل ورشته، معلنًا بدوره انطلاق يوم عمل جديد.

وفي هذه الأثناء، اخترق شعاع الشمس الأول سحابة بيضاء رقيقة، وتسلّل لينفذ من بين أغصان شجرة التوت الواقفة في قلب الساحة، تغتسل بقطرات الندى وتتهيأ لمطلع يوم جديد. رسم الشعاع بقعًا ذهبية على الإسفلت الرطب، وحولها استيقظ الحيّ رويدًا رويدًا، كأن النهار ينهض معها.

ست صور لشجرة توت

بقلم
د. رجاء صالح الجبوري

عمّ الدفء والضياء أرجاء الشجرة، فارتفعت زقزقة العصافير التي استعدّت للتحليق في سماء لا نهاية لها. أنصتَ الجميع إلى ترنيمتها الصباحية، وتسلّطت أنظارهم نحو شجرة التوت:

• قدّر النجّار كم كرسيًّا وطاولة يمكن أن يصنع من خشبها إن قُطعت يومًا.

• تخيّل الخبّاز دفء الأرغفة التي سيخبزها لو تحوّلت أغصانها إلى حطبٍ في تنوره.

• ابتسم المعلم وهو يشبّه الشجرة بمدرسة، والعصافير تلاميذها.

• تأمّل السيد سين تقلبها مع الفصول، فرآها تلخّص الحياة بأزمنتها: مسرّاتها وحروبها ومهادناتها.

• أما السيدة لام فقد تنهدت، وهي تستعيد ذكرى غرسها للشجرة قبل عشر سنوات، بعد شهرٍ من زواجها وانتقالها إلى هذا البيت. كبرت الشجرة معها، وكبر كل شيء في حياتها.

وفي غفلة من الجميع، انطلق سنجاب صغير يعدو بخفة، يحمل كومة من بذور دوّار الشمس. تسلّق جذع الشجرة واستقر بين أغصانها بقلب مطمئن، كالعائد إلى وطنه وملاذه الأخير.

هكذا، تبقى الشجرة واحدة، لكن كل قلبٍ ينظر إليها يرى حكاية مختلفة، وعالمًا صغيرًا يكتشفه كل يوم من جديد.

من أعمال الفنان

رائد القطناني

الشاعرة السعودية

الدكتورة مها العتيبي لـ نورا :
أطمح أن تصل أعمالي إلى القارئ العالمي بلغات متعددة

التقاها عمر شريقي

تُعد الشاعرة الدكتورة مها العتيبي واحدة من أبرز الأسماء في المشهد الثقافي والأدبي السعودي، حيث جمعت بين رصانة البحث الأكاديمي ووهج الإبداع الشعري والروائي. تميزت بإسهاماتها في إثراء الساحة الأدبية الخليجية، وحصدت جائزة «إبداعات المرأة الخليجية» في الشارقة تقديراً لعطائها وتميزها. عُرفت العتيبي بقدرتها على المزج بين الأصالة والحداثة في أعمالها، وقدمت روايات وأشعاراً موجهة لليافعين والكبار على حد سواء، أبرزها روايتها «رحلة الفتى مالك» التي لاقت صدى واسعاً بين القرّاء. بفضل حضورها الأدبي وإسهاماتها الثقافية، أصبحت نموذجاً للكاتبة السعودية التي تحمل رسالة فكرية وجمالية تتجاوز الحدود المحلية إلى فضاءات عربية وعالمية أرحب.

وتقول عن بدايتها مع الكتابة منذ سن مبكرة، حين تحسست جمال اللغة وانسيابية وزنها وجمال الشعر الذي شدني إلى عالمه وبدأت حينها أكتب قصائد صغيرة ولم أتجاوز الثانية عشر. فالشعر هو الذي منحني الحرية والتعبير معًا ، وأضافت : عندما أدركت أن الشعر في حياتي ليس مجرد هواية فقط بل أصبح أسلوب حياة، وجزءًا من الشخصية والتكوين. الذي شكلني وشكلته ليكون صوت الشاعرة ورأيها وعمقها، فكنت أكثر وعيًا بما يمكن أن تقدمه القصيدة من تأثير وتغيير.

وحول تأثير البيئة السعودية والأسرة في تشكيل شخصيتك الأدبية وكيف ترين موقع الشعر في حياتك أجابت :

البيئة السعودية غنية بالتنوع والعمق الثقافي، فهي أرض خصبة للشعر بكل أنواعه أما أسرتي، فقد شجعتني على المضي قدمًا في طريق الشعر وكتابته، ودعمت ثقتي بشعري ومنجزي الإبداعي إلقاء ونشرًا ومشاركات، وتابعت تقول : أصبح الشعر بالنسبة لي هوية وذاكرة. فهو لغتي التي أتمثلها دائمًا ومرآة الروح وجمالية الفن، الشعر انتماء وهذا موقعه بالنسبة لي.

وحول سؤال عن كيف تعكس أعمالك قضايا المرأة في المجتمع السعودي وهل يمكن للأدب القدرة على تغيير الصورة النمطية عن المرأة أجابت:

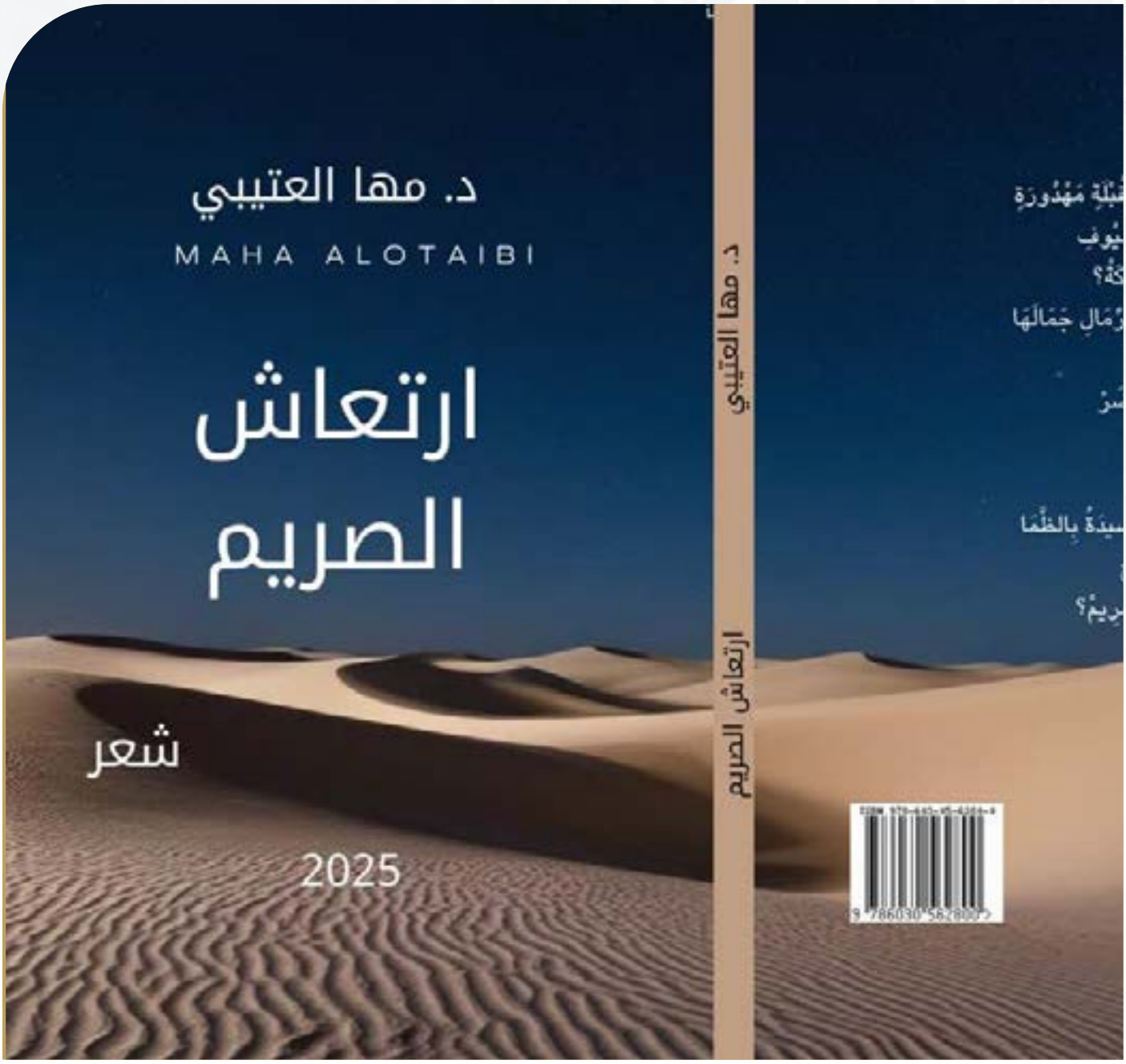
المرأة حاضرة بقوة في نصوصي، ليس كرمز تقليدي بل كصوت مفكر وفاعل. أقول: مُرِّي على شغف يُضيء بداخلي شعرًا ويلثمُ في القلوبِ جَوَاها يستمطرُ الأيامَ أن قدْ بَاركي صوتَ الأنوثة في احتفالِ صَداها أسعى لأن أظهرها بوصفها شريكًا أساسيًا في صناعة الوعي، الشعر بالنسبة لي مساحة للمرأة كي تعلن وجودها وإعادة صياغة خطابها الشعري ، وأضافت: بالتأكيد، الأدب يملك قوة هائلة في تشكيل الخيال الجمعي. عندما نكتب صورًا جديدة للمرأة، فإننا نزرع في الوعي الجماعي إمكانية التغيير، ونفتح نافذة على رؤية أكثر اعتدالاً وأكثر قربًا من واقعها الاجتماعي والثقافي .

وسألت (نورا) الشاعرة مها عن رأيها في حضور الكاتبات السعوديات اليوم في المشهد الأدبي العربي ، وكيف تتعاملين مع النقد الأدبي، سواء الإيجابي أو السلبي وهل النقاد أنصفوا تجربتك قالت:

أرى أن الكاتبات السعوديات اليوم يقدمن تجارب غنية ومتنوعة. هناك أصوات رسخت حضورها محليًا وعربيًا. الحراك الثقافي الذي نعيشه منح المرأة السعودية مساحة أكبر للتعبير، وجعل حضورها أكثر وضوحًا وتأثيرًا، وأتعامل مع النقد كنافذة تضيء على النص. أقدر النقد البنّاء الذي ينير الطريق، أؤمن بأن الشاعر بعد كتابة القصيدة ونشرها ، لابد أن يكون واعيًا لأثر تلقيها لدى القراء والنقاد ، وتابعت تقول: ليس بعد ، هناك عدد من الكتابات النقدية عن تجربتي الشعرية ، وأشكر كل من كتب عني ولكن منتجي الشعري على ما أعتقد يحتا ج إلى المزيد من القراءات النقدية المتأنية.

وعن تصورها مستقبل الأدب السعودي خلال العقد القادم أجابت:

أرى أن الأدب السعودي يسير بخطى واثقة نحو التألق والانتشار ، فقد باتت الأصوات الأدبية الشابة أكثر جرأة في طرح قضايا المجتمع، وأكثر انفتاحاً على التجارب الإنسانية المشتركة. خلال السنوات العشر القادمة سيشهد الأدب السعودي تنوعاً أكبر في الأجناس الأدبية، سواء في الرواية أو الشعر أو أدب الطفل، كما سيبرز دور المرأة الكاتبة بشكل أوضح، وستزداد الترجمات



للأعمال السعودية، مما يمنحها حضوراً عالمياً. وإنني مؤمنة بأن العقد القادم سيكون عقداً ذهبياً للأدب السعودي، حيث يجمع بين الأصالة المحلية والتجديد المعاصر.»

وعن حصول الشاعرة مها على جائزة الشارقة لإبداعات المرأة الخليجية، وما الذي ميز تجربتك الأدبية وجعلها تحظى بجائزة مميزة من بين الكثير من الأسماء المبدعة أجابت:

أعتقد أن ما ميز تجربتي هو صدق الصوت واللغة الشعرية العميقة، وقدرتي على الموازنة بين التراث والحداثة. وتنوع الاتجاهات الشعرية بانسجام في ديواني الفائز بالجائزة «وهو ديوان «اشدد بكفك أحلامي فقد اصل».

وختمنا حوارنا بسؤال عن رواية «رحلة الفتى مالك» الموجهة لليافعين التي حظيت باهتمام لافت، سألناها ما الفكرة الأساسية التي أردت إيصالها من خلالها، وكيف وجدتِ تفاعل القَراء مع هذا العمل قالت:

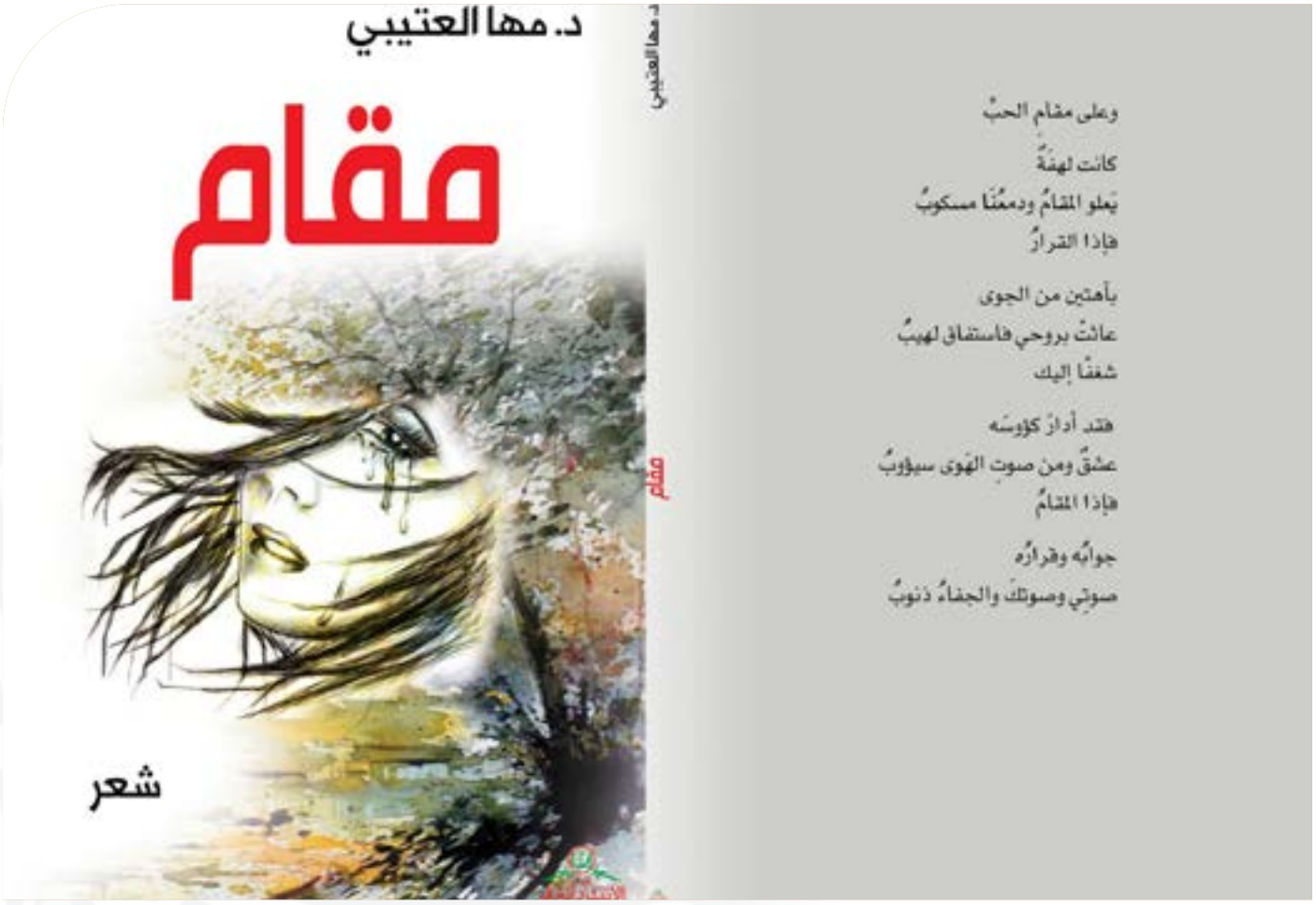
الفكرة الجوهرية هي أن رحلة البحث عن الأمنيات هي في حقيقتها رحلة لاكتشاف الذات والقيم الإنسانية الكبرى. والرواية وجدت تفاعلاً عند صدورها، فهذه الفئة تحتاج إلى الكتابة لها بوعي وفن أدبي إبداعي يعزز القيم ويشبع رغبة الأدب والمغامرة والاكتشاف.

د. مها محمد العتيبي
د. مها محمد العتيبي
رحلة الفتى مالك
رحلة
الفتى مالك
رواية لليافعين
سطور
سطور

د. مها الـ
HA ALOTAIBI
ارتعاش
الصريم
شعر
2025

د. مها العتيبي
حنين
بين قوسين

د. مها العتيبي
نادي تبوك الأدبي
Tabuk Literary Club
تشرينَ والحبُّ والأغنياتْ
شعر
الانتشار العربي
إني أنيطك بي مهبّ حقيقة
للشوق فيها آيةُ الإسقاء
شُمّ احتياجَ القلب ضاعت وجهتي
إلاّ إليك ضَلالت أنوائي
فلقاءُ شفَّ عن الأنين بسمتنا
والدمعُ غافٍ والحنينُ ردائي
وبراعمُ للحبّ أينعَ طلعها
بي راحتيك فأزهرت بشتائي
تشرينَ والحبُّ والأغنيات
د. مها العتيبي


د. مها العتيبي
مقام
شعر
وعلى مقام الحبّ
كانت لهفةٌ
يعلو المقامُ ودمعُنا مسكوبُ
فإذا القرارُ
بأهتين من الجوى
عاثت بروحي فاستفاق لهيبُ
شغفًا إليك
فتد أدارَ كؤوسَه
عشقٌ ومن صوت الهوى سيؤوبُ
فإذا المقامُ
جوابُه وقرارُه
صوتي وصوتك والجناءُ ذنوبُ

من أعمال الفنان

رائد القطناني

قلعة البحرين

قلعة البحرين، أو قلعة البرتغال هي قلعة تقع في ضاحية السيف. تقع على شاطئ البحر في الجهة الشمالية من جزيرة البحرين وهو محصور ما بين قرية كرياباد من الشرق وقرية حلة عبد الصالح من الجنوب والغرب. وهذا الموقع كبير جداً إذ أنه يشكل في الواقع المركز الرئيسي لحضارة دلمونويتمثل ذلك في هضبة القلعة حيث يحيط بها سور المدينة الضخم ويضم هذا الموقع قلعة البحرين القصر الإسلامي، المدن الدلمونية وميناء دلمون. وشكلت القلعة المبينة على تل واسع الموقع الرئيسي لبحوث وحفريات البعثة الأثرية الفرنسية، حلّت البعثة الفرنسية في القلعة محل البعثة الدانماركية التي اكتشفت الموقع في الخمسينات وكان يرأس البعثة الدانماركية بيدر فيليم جلوب وجيفري بيبي، وتؤكد هذه البحوث والحفريات أن هذه المنطقة السكنية الممتدة على مساحة ١٧,٥ هكتار كانت مأهولة دون انقطاع خلال الفترة الواقعة بين ٢٣٠٠ قبل الميلاد إلى القرن الثامن عشر، أنها كانت بدون شك العاصمة القديمة للبحرين، لقد شيّد ملوك هرمز حصن فارسي واسع في موقع القلعة على مرحلتين في القرن الرابع عشر والقرن الخامس عشر ومن ثم قام البرتغاليون بتحصين هذا الحصن وذلك ببناء استحكامات على زوايا الحصن، يزيد عمق طبقات الموقع عن ثمانية أمتار

تراكمت على مرّ العصور في ثناياها عدة مدن بنيت فوق بعضها البعض. البعثة الفرنسية للموقع ومنهم الباحثة مونيك كوفران ركزت حتى نهاية ١٩٨٨ على فترتين تاريخيتين قريبتين وهما الحقبة الإسلامية والحقبة البرتغالية فاهتمت بدراسة المباني الرئيسية الدفاعية كالحصن الصغير المطلّ على البحر الذي من الممكن أن يكون قد شيّد في عصر الساسنيد والذي رمّم في القرن الثالث عشر،ومنذ١٩٨٩ابدأ الفريق الفرنسي الثاني برئاسة بيير لومبار يهتم بمجمع عمراني كبير يمثل عصور دلمون القديمة(حوالي ٢٣٠٠ إلى ١٨٠٠ قبل الميلاد) ودلمون المتوسطة (من منتصف الألفية الثانية قبل الميلاد) ودلمون الحديث (النصف الأول من الألفية الأولى قبل الميلاد)، من أهم اكتشافات البعثة الفرنسية هو اكتشاف طبقات عصور دلمون الأوسط حيث وجدت في ثناياها الكثير من الألواح الطينية التي تعتبر الأرشيف الإداري الذي كتب باللغة المسمارية وهذا شاهد على احتلال كاسيد بابل للمدينة، تشكل هذه الألواح وما زالت أقدم أرشيف كاسيدي تم الكشف عنه في الشرق الأوسط كما تعكس طبيعة الكتابة المسمارية الساحلية.

سيلينا
تحصد الذهب

حصلت لاعبة الكاراتيه الفلسطينية سيلينا محمد فريد خلايفة من بلدة الجيب شمال غرب القدس على المركز الأول والميدالية الذهبية في بطولة فلسطين المركزية الأولى للكراتيه فئة **15/14** عاماً قتال إناث – **54**، في إنجاز مشرف يُضاف لسجل الرياضة الفلسطينية.

الأزياء الشعبية في زمن التطور بين فلسفة التغيير وإبقاء التراث

بقلم
مسعودة فرجاني

في البدء، لم تكن الأزياء مجرد ما نرتديه، بل ما نحن عليه. كانت مرتبطة بالمكان، والزمان، والمعتقد، والمناسبة. الأزياء الشعبية الأصيلة هي تلك التي وُلدت من الأرض نفسها التي مشى عليها الناس، لا من المصانع العابرة للقارات. إنها العباءة المطرزة، والكوفية، والجلابية، والبرقع، والشيلة، والطاقية، والقبقاب، والسروال الشامي، والفوطة اليمنية، والعقال، والثوب الفلسطيني، وغيرها كثير.

ما يجعل هذه الأزياء «شعبية» ليس بساطتها فحسب، بل أنها وليدة الحاجات اليومية، مصممة لتلاءم البيئة: في الصحراء والخليج، تحمي العباءة من الشمس والرمل، وفي الريف الجبلي تحاكي الجلابية إيقاع الحركة والزراعة. أما ما يجعلها «أصيلة»، فهو ارتباطها بالذاكرة الجماعية، وباليد التي حيكت بها، وبالرمز الذي نقش على أطرافها، لا بماركة طُبعت على صدرها.

ولم تكن الأزياء الشعبية مجرد غطاء للجسد، بل تعبير عن الحالة والمقام: للزواج زيّه، وللحزن لونه، وللصلاة ثوبه، وللعمل ميدانه. في كل خيط، حكاية؛ في كل زر، قصد.

–الأزياء كهوية: حين نتوشّح ذاكرتنا

في لحظات الانكسار الحضاري، حين تفقد الأمم بوصلتها، غالبًا ما تعود إلى أزيائها الشعبية، لا بوصفها زيًا، بل بوصفها لغة مرئية للانتماء. نرتدي الكوفية لا لندفأ، بل لنتذكر. نضع على رؤوسنا الطاقية الصوفية القديمة، وكأننا نستدعي جيلًا مضى، جيلًا لم يُهزم في ذوقه رغم بساطة إمكانياته.

الأزياء الشعبية هنا تتحول إلى رموز ثقافية، تعلن عن جذورنا، وتُذكّرنا بمن نكون وسط عالم يذيب الهويات في ذائقة واحدة مسطّحة. إنها الجواب الأنيق على سؤال الهوية في زمن الموضة العابرة.

وفي بعض البلدان، مثل المغرب وفلسطين وسوريا والسودان، تجد الأزياء الشعبية تُبعث في المهرجانات، وتُحيى في الاحتجاجات، وتُستعاد في الأفراح... لا لأنها «موضة قديمة»، بل لأنها خطاب شعبي صامت، يرفض أن يُمحى.

–فلسفة الأزياء المعاصرة: من الجسد إلى الواجهة

في المقابل، تشهد الأزياء الحديثة تحوّلًا جذريًا. من فلسفة تغلّف الجسد بحكمة، إلى صناعة تسلّع الجسد وتفتنه بالعرض المستمر. الموضة الحديثة باتت جزءًا من الإيقاع السريع للحياة، يهمّها أن تبهر، لا أن تعبّر. سؤال المعنى صار ثانويًا. أصبحت قطعة الملابس تقول: «انظر إليّ»، لا:

الأزياء الشعبية في زمن التطور بين فلسفة التغيير وإيقاء التراث

بقلم
مسعودة فرجاني

«افهمني». الأزياء الآن مسكونة بروح العلامة التجارية، التي تصنع الهويّة بمقاس السعر، لا بمقاس الانتماء.

ومع منصات التواصل، تحول اللباس إلى هوية مرئية سريعة الاستهلاك. تغير الشكل، وبه تَغيّرت اللغة. لم نعد نرتدي لنتواصل، بل لنتباهى، لنتمايز، أحيانًا لنتخفّى.

–حضور الأزياء الشعبية في زمننا: عودة الحنين أم عودة الوعي؟

رغم طغيان الموضة الحديثة، هناك عودة لافتة إلى الأزياء الشعبية. ليس من باب الحنين فقط، بل من باب الوعي الثقافي الجديد. فالكوفية صارت رمزًا نضاليًا، والعباءة الخليجية تلبسها نساء شابات بروح معاصرة، والتطريز الفلسطيني دخل عالم الأزياء العالمية من بوابة الكرامة قبل الجمال.

لكن هذه العودة ليست بريئة دائمًا. كثير من دور الأزياء العالمية تستغل الرموز الشعبية بلا فهم، فتستخدمها كزينة سطحية لا كرسالة ثقافية. نرى «الجلابية» تُعرض في عروض باريس، لكن بلا سياق، ونرى «الطرحة» تُحوَّل إلى ملحقات واستعراض، وهنا يبرز الفرق الجوهري بين الاستلهام والمسخ: الأول يحترم الأصل، الثاني يجرّده من روحه.

بعض المبادرات المحلية تحاول استعادة الأزياء الشعبية بفهم حديث: تصميمها بخامات جديدة، دون المسّ بجوهرها. وهذا ما يعطي للأزياء حياة ثانية... لا مجرد عرض في متحف.

–مستقبل الأزياء الشعبية: بين الفلسفة والمتجر

هل يمكن أن تتحوّل الأزياء الشعبية إلى فلسفة للباس؟ هل نعيد اكتشافها لا كتذكار، بل كحلّ ثقافي وإنساني؟

الأزياء الشعبية تحمل إمكانيات هائلة: فهي محلية، مستدامة، تعكس الذوق الجمعي، وتحترم الجسد وتفاصيله. لكن إعادة إحيائها تحتاج إلى ما هو أكثر من عرض أزياء أو برنامج تلفزيوني؛ تحتاج إلى تربية جمالية جديدة، تؤمن بأن الذوق ليس ما يلفت النظر فحسب، بل ما يستدعي الفكر أيضًا.

المطلوب ليس «نسخ» الأزياء القديمة، بل قراءة جديدة لها، تحترم روحها، وتعيد تقديمها كخيار معاصر، لا كحنين مؤقت.

ثورة الذوق قبل الموضة

ربما نحن بحاجة إلى ثورة في الذوق قبل أن نحدث ثورة في الأزياء.

ثورة تعيد الاعتبار لما نرتديه لا من حيث سعره، بل من حيث معناه. ثورة تُخرِج الأزياء من سلطة السوق، وتعيدها إلى سلطة الثقافة. ففي زمن تشظي الهوية، يمكن لقطعة قماش أن تكون أكثر تعبيرًا من آلاف الكلمات.

والأزياء الشعبية، إن أُعيد لها اعتبارها، قد تكون هي الخيط الذي يصل بين الذات والمجتمع، بين الذاكرة والمستقبل.

إننا لا نلبس فقط لنُغطّي الجسد... بل لنعرض الحكاية.

من أعمال الفنان

رائد القطناني

الأسد الأطلسي المغربي يواصل زئيره الكروي عالميا وأفريقيا

بقلم
هاني محمد علي
محرر رياضي

واصلت الكرة المغربية تالقها علي كافة الأصعدة الكروية عالميا وأفريقيا .. فيعد تحقيقها إنجازا عالميا غير مسبوق بوصلها للمربع الذهبي بكأس العالم الأخيرة لكرة القدم بقطر ٢٠٢٢ للمرة الأولي في تاريخ منتخبات القارة السمراء .

هاهي تتوج منذ أيام قليلة بكأس الأمم الإفريقية للمحليين والتي استضافتها تنزانيا بعاصمتها دار السلام بعد انتصارها علي منتخب مدغشقر بثلاثة أهداف مقابل هدفين في نهائي مثير جمع منتخب البلدين .. وهو اللقب الثالث لاسود الأطلسي للبطولة الإفريقية

للمحليين وهو إنجاز رقمي يضاف إلى خزائنه،بل مثّل أيضًا تجسيدًا لنهج تكتيكي رائع واضح المعالم أثار إعجاب خبراء الكرة الإفريقية والعربية والعالمية بقيادة رئيس الجامعة المغربية للعبة المتالق دوما إداريا « فوزي لقجع» .

ولتبرهن الكرة المغربية علي وجود نخبة من اللاعبين الموهبين التي تستطيع ان تقود مسيرة المنتخب الوطني المغربي الأول لعديد السنوات القادمة إن شاء اللّه .

وها هي الكرة المغربية علي موعد مع فرصة ذهبية مواتية بتحقيقا الفوز بكأس الأمم الإفريقية والتي تحتضنها بالمغرب وسط جماهيرهها أواخر العام الراهن بداية وحتي منتصف يناير المقبل بالعام الجديد في لقب اشتاق له عشاق الكرة المغربية منذ عام ١٩٧٦ وهي المرة الوحيدة التي حقق فيها لقب تلك البطولة .

ويزيد من طمع مسؤلي الكرة بالمغرب في الظفر باللقب الإفريقي الثاني هو إقامتها علي الأراضي المغربية .. ناهيك عن وجود من نخبة تاريخية لامعة من المحترفين بقيادة نجمهم الذهبي اشرف حكيمي رفقة الحارس العملاق ياسين بونو .

فهل يواصل الأسد الأطلسي المغربي زائيره ويحقق طموحات وآمال الشعب المغربي ومسؤليه في تحقيق لقب غاب عنه لاكثر من ٤٨ عاما كاملا مستغلا النشوة التي تعيشها الكرة بالمغرب منذ اكثر من خمسة سنوات .

هذا ما سنعرفه مطلع العام القادم بإذن اللّه .

لامبورجيني Revuelto تنطلق بقوة جنونية بعد تعديلات «زاكو» التايوانية

أعلنت شركة «زاكو» "**Zacoe**" عن إجراء تعديلات تصميمية على السيارة السوبر رياضية لامبورجيني **Revuelto** لترتقي بها إلى مستوى جديد من الجرأة والإثارة.

وأوضحت الشركة التايوانية أنها توفر للسيارة الهجينة مجموعة تجهيزات البنية العريضة (**Widebody**) لتمنحها مظهرا أكثر مهابة، مشيرة إلى أن باقة التعديلات الجديدة تشتمل على طقم هيكل مصنوع بالكامل من ألياف الكربون، والذي يضفي على السيارة طابعا أكثر رياضية.

وتشتمل هذه الباقة أيضا على مئزر أمامي مكون من ثلاثة أجزاء وغطاء محرك جديد ورفارف أعرض وعتبات جانبية مختلفة وامتدادات خلفية ضخمة.

بالإضافة إلى ذلك، يوجد ناشر هواء ضخم في الخلف ونهايات جديدة لمواسير العادم وجناح ضخم يضفي على السيارة طابع حلبة السباقات، كما تظهر فتحة التهوية العلوية لإمداد المحرك **V12** الخلفي بالمزيد من الهواء.

ولم تطرأ أية تعديلات تقنية على المحرك؛ حيث تعتمد سيارة لامبورجيني على سواعد محرك **V12** بسعة ٦٫٥ لتر بقوة ٨٠٠ حصان ويعاونه ثلاثة محركات كهربائية لكي تبلغ السيارة سرعة ١٠٠ كلم/س بعد ٢٫٥ ثانية فقط، بينما تصل سرعتها القصوى إلى ٣٥٠ كلم/س.

ZACOE

أنثى تحترق

بقلم
برديـــس رزق

أخصائي نفسي إكلينيكي
وعلاج الإدمان
ماجستير في الصحه النفسيه

الاحتراق النفسي في معناه هو اضطراب نفسي من الممكن مواجهته في جميع ممارساتك سواء في العمل في المنزل مع علاقاتك الشخصيه ومن بين هذه الحالات متلازمة الاحتراق النفسي التي تصيب النساء الأمهات نتيجه الضغوط والمسؤليات التي تتحملها اغلب النساء و تتشابه أعراض متلازمة الاحتراق النفسي بشكل عام فقد يعد الإرهاق والتعب والضعف وعدم الرغبه في فعل اي شئ من أكثر الأعراض الشائعة بين الذين تم تشخيص إصابتهم بمتلازمة الاحتراق النفسي يجب أن يتم علاج متلازمة الاحتراق النفسي بما يتناسب مع حياة الشخص ومعاييره. هذا الاضطراب هو اضطراب نفسي يؤثر على الحالة المزاجية للشخص ويجبر الشخص على الحياة قد تكون بعض المسؤوليات الناجمة عن الحياة العملية أكثر من العبء الذي يمكن للشخص تحمله. في الحياة الاجتماعية تظهر متلازمة الاحتراق النفسي أيضًا في الأشخاص الذين يعانون من الاضطهاد بشكل عام سواء في الأسرة أو في العمل وفي المجتمع بشكل عام أنواع متلازمة الاحتراق النفسي الإنهاك العاطفي فقد تجد نفسك تعاني من الشعور بالإنهاك العاطفي.

في الأوقات العادية عندما يكون الشخص مرهقًا عاطفيًا يمكن أن يشعر بالارتياح من خلال قضاء بعض الوقت مع الأصدقاء والعائلة أو الذهاب في عطلة صغيرة ويمكن أن يؤدي ذلك إلى ظهور أعراض مثل التهيج وانخفاض المزاج واضطراب جسدي الشعور بالفراغ. كما يمكن أن يسبب الإنهاك الناتج عن الإرهاق العاطفي اضطرابات في النوم. ايضا انعدام الشخصية يُظهر الأشخاص الذين يشعرون بالإنهاك العاطفي مشاعر أقل في تفاعلاتهم ويكونون أكثر برودة. يصبح استغلال وقت فراغهم والحفاظ على علاقاتهم الاجتماعية بلا معنى. يفقد الشخص قيمته بمرور الوقت، وقد تتضرر وظيفته وصداقاته. يعاني الأشخاص الذين يشعرون بالإنهاك من الشعور بالذنب بسبب أفكارهم السلبية كما أن الاغتراب عن الذات (الاغتراب عن الشخصية) من بين الحالات المزاجية التي يتم ملاحظتها. عدم قدرته علي العمل والانتاج والشعور بعدم الكفاءة تنخفض الإنتاجية. عندما يدرك الأفراد الذين يعانون من الاحتراق النفسي ذلك فإنهم يخشون من عدم قدرتهم على الوفاء بمسؤولياتهم اليومية والمهنية وعادةً ما يسعى الشخص الخائف من الفشل إلى تعويض ذلك بالعمل أكثر من اللازم أو يحاول زيادة إنتاجيته باستخدام العقاقير والكحول والمخدرات.

تعد متلازمة الاحتراق النفسي من عوامل الخطر التي تؤثر على عملية متلازمة الاحتراق النفسي أو السمات الشخصية أو المواقف التي تخلق ضغوطاً في حياة الشخص، مثل ظروف العمل. وعادةً ما تظهر متلازمة الاحتراق النفسي لدى الأشخاص الذين يعانون من ضغوطات الحياة العملية المكثفة قد يكون الفرد الذي يعاني من الإرهاق في العمل لطيفاً عندما لا يكون في العمل لكن المشاعر السلبية التي يشعربها تؤثر على حياته كلها. ويزداد خطر الإصابة بمتلازمة الاحتراق النفسي لدى الأفراد الذين يحتاجون إلى اتخاذ قرارات مهمة من خلال تحمل المسؤولية، والذين يتعرضون لضغوطات لرفع مستوى العمل، والذين يتنافسون مع الوقت، والذين يحتاجون إلى أن يكونوا حساسين للغاية في عملهم. ومع ذلك، يمكن أن تظهر متلازمة الاحتراق النفسي أيضاً لدى الأشخاص الذين لا يعانون من هذه الحالات.

بقلم
برديـــس رزق

أخصائي نفسي إكلينيكي
وعلاج الإدمان
ماجستير في الصحه النفسيه

يمكن أن تؤدي العوامل الشخصية أيضًا إلى متلازمة الاحتراق النفسي.

قد يكون الأشخاص الذين يميلون إلى الكمال، ويجدون صعوبة في قول لا، ويتحملون مسؤولية أكثر مما ينبغي في الحياة العملية أكثر عرضة للإصابة بهذه الاضطرابات من الأعراض والعلامات التي تظهر على الشخص الذي يعاني من متلازمة الإنهاك هو الإرهاق. سيشعر الشخص الذي يعاني من الإنهاك بالإرهاق جسديًا وعاطفيًا على حد سواء. قد تظهر الأعراض الجسدية على شكل تغيرات في أنماط النوم والأكل، وآلام في البطن، وصداع، ومشاكل في النوم، وتغيرات غير منتظمة في الشهية.

قد يحلم الأشخاص الذين يرهقهم عبء العمل بأخذ عطلة والهروب. قد تشمل أعراض متلازمة الإنهاك النفسي أيضًا تناول الكحول والمخدرات والإفراط في تناول الطعام من أجل كبت مشاعرهم. قد يكون الأشخاص الذين يعانون من متلازمة الإنهاك النفسي غير قادرين على الحفاظ على رباطة جأشهم تجاه أصدقائهم وأفراد أسرهم ويصبحون غاضبين بسهولة. ويصبح من الصعب التعامل مع عوامل التوتر في الحياة اليومية. وتظهر المواقف التي لا تسير وفق ما تم التخطيط له بشكل خاص للأشخاص كعقبات يصعب التغلب عليها.

يمكن أن تكون متلازمة الإرهاق أيضًا أساسًا لمشاكل صحية مثل القلق والاكتئاب. ومن بين الأعراض أيضاً النسيان والتشاؤم والشعور بانعدام القيمة والإرهاق واضطرابات في الجهاز الهضمي. على الرغم من آثارها السلبية الكبيرة على حياة الشخص، إلا أنه من الممكن علاجها بطرق سهلة وفعالة للغاية. تتشكل عملية العلاج وفقاً لمستوى تطور المرض. في الحالات التي لا تكون فيها المتلازمة شديدة، قد تكون التدابير التي يمكن للشخص اتخاذها بمفرده والتغييرات

أنتِ تحترق

في عمله وحياته الاجتماعية كافية للتعامل مع المتلازمة. ومع ذلك، تتطلب هذه المرحلة فحص الشخص أولاً. يحدد خبير الصحة النفسية العوامل الرئيسية في تطور المتلازمة ويضع التدابير التي يجب اتخاذها في عملية العلاج وفقًا لهذه العوامل. يُستخدم العلاج النفسي بشكل أساسي لعلاج متلازمة الاحتراق النفسي. ومع ذلك، في الحالات التي تكون فيها المتلازمة شديدة ولا يستطيع الشخص مواصلة حياته اليومية، يتم تطبيق العلاج الدوائي تحت إشراف الطبيب إذا لزم الأمر.

ولكي تختفي المتلازمة تمامًا ويستعيد المريض حياته الطبيعية يجب أن يبذل الشخص جهدًا أيضًا. يجب على المريض إجراء تغييرات في نمط حياته وتخصيص بعض الوقت لنفسه ومحاولة تجنب المواقف المجهدة. لن يستغرق الأمر وقتاً طويلاً لرؤية الآثار الإيجابية للعلاج عند المرضى الذين لا ينقطعون عن العلاج النفسي ويتبعون توجيهات الطبيب. بتمر متلازمة الاحتراق النفسي ب ٤ مراحل.

المرحلة الأولى وتسمى المرحلة المثالية. يقع الفرد في المرحلة الأولى تحت مسؤولية كبيرة جدًا وقد يضغط على نفسه/نفسيًا إلى أقصى الحدود من الناحيتين النفسية والجسدية من أجل القيام بمسؤولياته علي اكمل وجه ومع ذلك يبدأ الشخص بالشعور بانخفاض الطاقة والإرهاق. اما في المرحلة الثانيه لا يكون الفرد راضيًا عن نتائج أفعاله. فالأعمال التي يقوم بها من خلال بذل الجهد والوقت لا تلبي توقعاته فيكون غير راضي عنها قد يدخل الشخص في حالة اكتئاب عاطفي.

اما في المرحلة الثالثة يعتقد الفرد ان المواقف السلبية التي مر بها في المراحل الأخرى ستستمر دائمًا ولا يستطيع الخروج من مشاعر التعاسة واليأس والإرهاق التي تراكمت حتى هذا الوقت. ويشعر الأفراد الذين يصبحون منطوين على أنفسهم في هذه المرحلة باليأس الشديد ويحاولون إبعاد أنفسهم عن كل شيء. وفي نفس الوقت، يبدأ الشخص في الشعور بأعراض مثل نوبات الغضب ومشاكل الغضب وعدم الاستجابة واضطرابات النوم بسبب العبء العاطفي المتزايد.

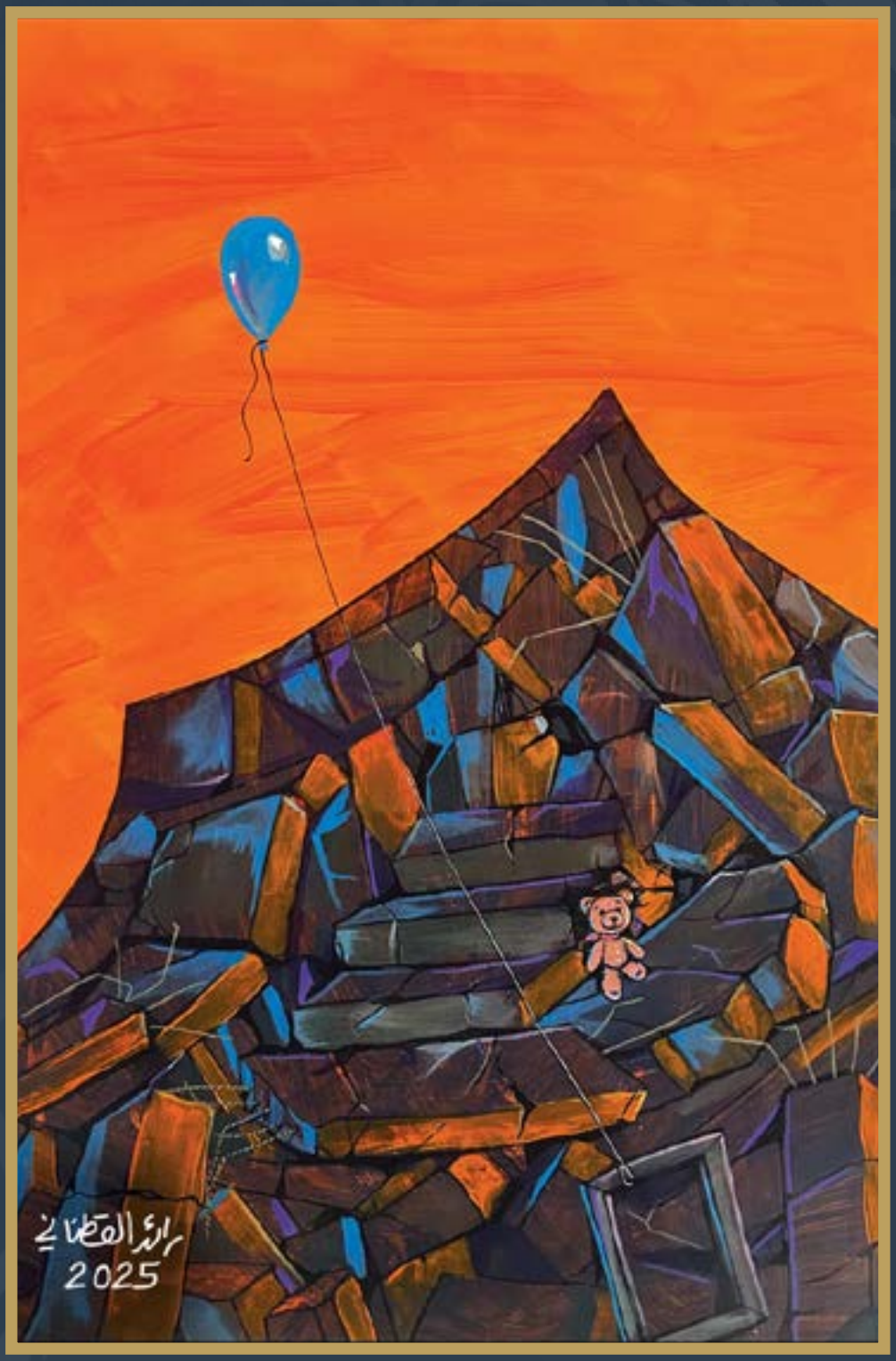
اما في المرحلة الأخيرة و تُسمى مرحلة اللامبالاة هي المرحلة الأخيرة في متلازمة الاحتراق النفسي. ويلاحظ أن الشخص في المرحلة الأخيرة لا يستجيب للأحداث من حوله. الشخص الذي فقد الثقة في الأحداث الماضية ليس لديه توقعات متفائلة للمستقبل. يعاني الشخص في هذه المرحلة من مشاكل في الحياة العملية والعلاقات الاجتماعية. يعتقد أن كل شيء يسير بشكل سيء ولن يتحسن أبدًا. الشخص الذي يواجه صعوبة في التأقلم مع الأحداث قد يواجه صعوبة في الوفاء بمسؤولياته، وقد يظل سلبيًا في الحياة العملية وقد يستقيل.

بقلم
برديـــس رزق
أخصائي نفسي إكلينيكي
وعلاج الإدمان
ماجستير في الصحه النفسيه

أنثى تحترق

من أعمال الفنان

رائد القطناني



في الصميم
جنون أسعار لاعبي كرة القدم

بقلم
عمر شريقي

تشهد سوق انتقالات كرة القدم العالمية في السنوات الأخيرة ظاهرة غير مسبوقة في ارتفاع أسعار اللاعبين، حتى باتت الأرقام الفلكية عناوين يومية في وسائل الإعلام. فقد تجاوزت بعض الصفقات حاجز المئة مليون يورو، بينما وصلت أخرى إلى أضعاف ذلك، الأمر الذي أثار جدلاً واسعاً بين جماهير اللعبة وخبراء الاقتصاد الرياضي.

ويرى محللون أن هذا التضخم في الأسعار لم يعد مرتبطاً بالقيمة الفنية للاعب وحده، بل أصبح انعكاساً لمعادلات التسويق، حقوق البث التلفزيوني، ورغبة الأندية الكبرى في تعزيز مكانتها التجارية قبل أن تكون رياضية، ومع ذلك، فإن هذه الظاهرة تثير مخاوف حقيقية حول العدالة التنافسية، حيث باتت الأندية ذات الموارد المحدودة عاجزة عن مجاراة الصفقات الضخمة، مما قد يؤثر على توازن المنافسات.

الجماهير من جانبها منقسمة، فالبعض يعتبر أن هذه الاستثمارات تعكس الشعبية الهائلة لكرة القدم وقوتها الاقتصادية، بينما يراها آخرون صورة من صور "الجنون" الذي يبعد اللعبة عن قيمها الأصلية وروحها البسيطة.

وفي النهاية يبقى السؤال مطروحاً: هل يستمر هذا التصاعد الجنوني في أسعار اللاعبين حتى يصل إلى مستويات غير منطقية، أم أن السوق سيشهد تصحيحاً يعيد الأمور إلى نصابها؟

الروائية هدى أمون
تفتح نوافذ الحنين على الورق :

وجدتُ في الرواية المتنفس الشاسع القابل لطرح العديد من المواضيع الوجودية والفكرية

حاورها عمر شريقي

في عالم تموج فيه الحكايات وتتقاطع فيه الذاكرة بالوجدان، تبرز أقلام تنسج من الكلمات حيوات كاملة، تنبض بالحقيقة كما بالخيال، ومن بين هذه الأقلام يسطع اسم الكاتبة والروائية السورية هدى أمون، التي اختارت أن تجعل من الكلمة سلاحًا ناعمًا تقاوم به النسيان، وتستحضر من خلاله تفاصيل الوطن والإنسان.

في هذا الحوار، نغوص معها في عوالم الإبداع، نسألها عن بداياتها، عن المرأة في نصوصها، عن الوطن الذي لا يغيب عن سطورها، وعن الأدب كنافذة للحرية والانتماء، وعن رؤيتها لمستقبل الرواية العربية في زمن التحوّلات.

عن البدايات ولماذا اختارت هدى أمون الرواية تحديدا؟ تقول لـ"نورا":

في الطفولة والمدرسة كنتُ مُراقبة هادئة ولكن أعيش غضباً داخليّاً حول ما يستفزني إنسانيّاً وفكريّاً، وتولدت في ذهني استفسارات عديدة، لم أزل في حالة البحث عن كنهها كطبيعة البشر وتقبُّل شرور النفس، كحالة النفاق حيث يتجمّل الشخص أمام الناس بحسن التعامل وهو في الحقيقة متوحش بهيئة إنسان.. ولماذا الأذيّة.. كيف يستمتع البعض بالأذيّة ألا يعلمون أنّ الحياة تدور وسوف تعود أذيّتهم للغير عليهم..! ولماذا تقام الحروب على بلداننا النامية..! هل يستمتع صنّاع الحروب بإفقار وتجويع الشعوب ليتحكموا بالناس عبر لقمة العيش..! ولماذا وجدت فكرة الحرب والعنف أصلاً.. واستثمرها تجار الأذيّة لتحقيق أهداف جشعهم..! ولماذا يستمتع البعض باستضعاف البعض الآخر إنسانيّاً ويتمتّع بإهانتهم وإذلالهم..! حقاً إن البشر الأشرار أشرس من حيوانات الغابة لأن لديهم عقل يخطط بشراسة..

وتتابع : أسئلة عديدة راودتني وحثّتني على الكتابة والتنفس عبر العالم الأدبي الواسع.. ولم أزل قارئة غير عادية أقرأ بشغف وتأمّل يصل إلى عمق تحليل النص والكاتب.. وأكثر ما كان يأسرني لساعات في القراءة هو شغفي بالقصص والروايات وكنتُ في أيام المدرسة والجامعة أستمتع في البحوث التي تتعلق بالأدب وعلم النفس والخيال، ومنذ عام ٢٠٠٠ بدأتُ بنشر بعض كتاباتي في الصحف المحليّة السورية والعربية ثمّ جمعتُ في عام ٢٠٠٧ كتاباتي في مجموعتي القصصية الأولى (باقة ورد في عيد الحب الصادرة عن دار التوحيدي للنشر في حمص.. وقد تضمنت بعض القصص والنثريات.

أما عن دوافعها إلى اختيار الرواية كجنس أدبي تعبّر من خلاله عن أفكار وهموم أجابت:

بداية أحببتُ الكتابة وجدتُ فيها متنفساً مدهشاً فيها أحاور أفكاري وقناعاتي عبر السرد ومن خلال الحوار بين أبطال رواياتي وهذا عالمي الفكري الجميل.. اتجهتُ نحو كتابة الرواية لأنها تمنحني مساحة أكبر للإضاءة على المواضيع الهامّة وإبراز ثغرات الواقع القاتمة في الأصعدة كافة.. وكانت روايتي (ليل شكسبيري) العمل الروائي الأول لي بعد عدة مجموعات قصصية (باقة ورد في عيد الحب و(أنا وأنت والمجهول) و(أحبك) و (لقاء) و(حلقات متلظية) ومشاركة بعض أعمالي في كتب تجمع كتاب الوطن العربي في سورية ومصر والعراق والأردن.. ونالت روايتي ليل شكسبيري استحسان القراء والنقاد العرب وقد تضمنت ليل شكسبيري في رسالتها عدة مواضيع فكريّة.. وكتبتُ بعدها روايتي الثانية (سيمفونيّة عبّاد الشمس) وروايتي الثالثة (كارمالوف) وروايتي الرابعة والخامسة والسادسة.

ونسألها عن الموضوعات أو القضايا التي تحرص دائمًا على تضمينها في أعمالها قالت:

هنالك قضايا عديدة موجعة في عالمنا العربي أو الشرقي ويبقى أهمها القضايا الاجتماعية وحق الإنسان في العيش الكريم.. وأسعى إلى تضمين رواياتي عموماً لبعض المواضيع الحياتيّة الاجتماعية والفكرية الإنسانية والنفسيّة والوجودية.. وجدتُ في الرواية المتنفس الشاسع القابل لطرح العديد من المواضيع الوجودية والفكرية والبحث والتأمل.

نسأل أمون عن شخصيات رواياتها هل مستوحاة من الواقع، أم أنها وليدة الخيال بالكامل وأي من رواياتها تشعر أنها الأقرب الى قلبها لتجيبنا :

الواقع هو المنهل الرئيسي لعالم رواياتي، إنَّ الإخلاص للحقيقة في خلق أبطال الرواية والخوض في معاناتهم الواقعيّة المرسومة بدقة ورقّة يُقرّب العمل الروائي من حياة الناس ويشدّ المتلقي للرواية أكثر.. وحتى الشخصيّات الخياليّة أستمد روحها من الواقع حتى لو صغتها بسبكٍ خيالي، الأقرب (ليل شكسبيري) لأنها الأولى ومنحتُ فيها للمرأة قوة جعلتها لا تستسلم للنوائب فلم تستسلم للفقر أو لكل ما يمتحن ضعفها.. تشغلني قضية المرأة ويضنيني التفاعل السلبي للمجتمع معها، فلم تحصل المرأة على حقوقها الإنسانية بعد برغم المظاهر الاستعراضيّة الزائفة العديدة المنتشرة عن نيل المرأة لحقوقها..

المرأة في كتاباتك:

نسأل الكاتبة أمون أن المرأة تحضر بقوة في كتاباتك.. كيف ترين دور الرواية في نقل صوت المرأة العربية أجابت :

المرأة في الرواية تعبّر عن واقع المجتمع ومدى تفاعلها مع محيط قيودها.. وحين تحظى المرأة بحقوقها الإنسانيّة سيتطوّر المجتمع لما يخدم الإنسانيّة وسنحظى بالمجتمع السويّ نفسيّاً وفكريّاً لأن المرأة هي التي تبني الإنسان فعليّاً وإذا عاشت في بيئة تقدرها سينعكس ذلك خيراً على الجميع، وإذا أهانها محيطها

وهمّشها وأذلّها سينعكس ذلك سلباً على الجميع فهي نواة المجتمع الأساسيّة واهتمام الرواية بقضية المرأة هو اهتمام بالحياة التي تليق بالإنسان.

وأضافت: الأدب يسعى إلى خلق الصورة السويّة التي ترقى بالواقع الإنسانيّ للمجتمع ولا سيّما واقع المرأة.. وإبراز الصورة المعاكسة التي تشرح المعاناة التي تعيشها شخصيات الرواية.. وغالباً يكون القرّاء من هواة المعرفة والتطور وأهل الثقافة والفكر وهم البناة الأكثر تفاعلاً مع شرائح المجتمع ونواة تحديث الفكر السائد لنمط الحياة والتعامل به بين الناس.. ويعيش القارئ الحدث الروائي عبر اللغة الواضحة والسرد المرهف المدروس والحوار الروائي الواعي الذي يصل إلى أذهان الناس ويلامس مشاعرهم بالإضافة لتجليات الأحداث الواقعيّة أو الفكرية ومنطقيتها وصولاً إلى النهاية المؤثرة.. وقد تتشكل لدى القارئ رؤية معيّنة ربما تساعد في ردم بعض الثغرات الواقعية في الحياة.. فكل رواية هي تجربة حياة كاملة ومن يقرأ كثيراً يعيش أكثر من حياة.

وحول سؤال كيف تصفين أسلوبك الأدبي؟ وهل تحرصين على البساطة أم تعمدين إلى اللغة الرمزية والتجريب ومن الكتاب الذين أثروا في اسلوبك الأدبي تقول :

الكتابة هي وسيلة وصول الرسالة الأدبية إلى المتلقّي عبر اللغة فإذا كانت تلك اللغة غير مفهومة أو رمزيّة لدرجة الغموض، فكيف ستصل إلى المتلقي ولاسيما إلى ذلك الحديث على عالم الكتابة والقراءة .

وتابعت : قرأت للعديد من الروائيين القدماء كألكسندر دوماس الكبير وتأثرتُ بأسلوبه السردي الذي يجذب القارئ إلى أروقة رواياته ويتميّز بالعزف الماهر على مشاعر القرّاء، وكان ألكسندر دوماس الأب يركز على إمتاع القارئ بتقديم قصة مشوقة، أكثر من اهتمامه بالتقييمات النقدية، كان يكتب للجماهير، وليس للنخبة المثقفة، ومن أقواله: الكتابة عمل شاق، ولكن يجب أن تستمتع به. وقرأت لدستويفسكي وتأثرتُ بالتركيب المعقد لشخوص رواياته، كما تأثرتُ بأدب إيڤان تورغنيف وشكسبير باولو كزيلو وغابرييل غارسيا ماركيز وأجاسا كريستي وإيميلي برونتي ومن الأدباء العرب طه حسين وجبران خليل جبران والعديد العديد من الكاتبات والكتاب في الوطن والعالم فعالمهم الأدبي هو عالمي الجميل

نسأل الكاتبة هدى عن تتعاملها مع النقد؟ وهل أثر في مسارك الأدبي سلبًا أو إيجابًا تقول:

بالنسبة للنقد كل أديب نضجت رؤاه وذائقته الأدبية تتعمق لديه ملكة النقد و يصبح بإمكانه تمييز العمل الأدبي الجاد من سواه.. وهنالك من يبني ويُثري الأدب بلغة أدبية حكيمة تُضيف للكاتب وعمله وهنالك من يهدم بسبب فهمه السلبي الخاطئ للنقد البنّاء الذي لا يخفى على كاتب ولا يقف ضده من يسعى إلى الجودة في نتاجه الأدبي.. والنقد عموماً في سلبيته أو إيجابيته يصبُّ في مصلحة الكاتب وعمله الأدبي.. فلا خوف من لومة لائم أو ناقد في عالم الأدب لأن الاستمرار والتقدم هو الفوز الحقيقي للأديب.

تنظر الكاتبة أمون واقع الرواية العربية اليوم؟ والتحديات التي تواجه الكاتبات تحديدًا تقول:

الواقع العربي بسلبياته السياسيّة يؤثر على الأدب عموماً كما يؤثر على مختلف المجالات الإبداعية والثقافية وضمن الظروف السلبيّة نجد أن البعض يحاول إحباط المبدع الحقيقي وثني عزيمته.. ووضع المرأة أشد بؤساً، إن تألقت كثُرت محاولات إحباطها من قبل بعض محدودي الفكر.. إنَّ الاهتمام بالرواية العربية يحتاج إلى الاهتمام بكتّاب وكاتبات الرواية ومنحهم التقدير الذي يستحقونه في حياتهم وليس بعد مماتهم.. وردة بالحياة خيراً من تلال ورد

بعد الرحيل.. الغرب يمجدون مبدعيهم ونحن نحبط مبدعينا مع الأسف، ونحاول محوهم بدلاً من الاهتمام بهم وترجمة أعمالهم لوصولها إلى العالمية..!

البازين الليبي

المطبخ الليبي هو تقاليد الطبخ وممارسات وأطعمة وأطباق بمرتبطة بليبيا. وهو جزء من المطبخ المتوسطيوالمطبخ المغاربي وتتشابه بشكل خاص بالمطبخ الإيطالي، خاصة في طبخات الباستا والعبمبر والعديد من المأكولات البحرية. أما المطبخ الليبي في الجنوب فيعتمد بشكل أكثر على الفواكه والخضروات التي تشمل التين والتمر و البرتقال و التين والزيتون.

البازين هو طعام ليبي شائع مصنوع من دقيق الشعير وقليل من الدقيق العادي، شكلت بشكل قبة مدورة على النحو السلس وتوضع في منتصف الطبق، وتوضع حول القبة صلصة بالبصل المفروم ولحم الضأن والكركم والملح والفلفل الحريف والفلفل الأسود والحبة والفلفل الأحمر الحلو ومعجون الطماطم ويمكن أيضاً أن تضاف البطاطا وأيضاً يتم غلي البيض وترتيبه حول الطبق، وغالبا ما يتم تقديم الطبق مع الفلفل والليمون .

الكاتبة التونسية

أحلام الزغمولي

القصة المصوّرة ليست ترفًا بل ضرورة تربوية

حاورها عمر شريقي

في عالم الأدب، ثمّة أقلام تختار أن تُخاطب الكبار، وأخرى تُلامس أرواح الأطفال، تزرع فيهم الحلم والقيم والجمال منذ الصغر. ومن بين هذه الأقلام اللامعة تبرز الكاتبة التونسية أحلام الزغمولي، التي اختارت أن تجعل من القصة المصوّرة جسرًا يربط بين الخيال والواقع، وبين الطفل وعالمه الداخلي.

تنشط الزغمولي في مجال الكتابة للأطفال، ولها بصمة واضحة في عدد من المجلات الأدبية الموجّهة للناشئة، حيث تجمع بين السرد الحكائي والرسائل التربوية في إطار ممتع ومشوّق.

في هذا الحوار، نقترب أكثر من عوالمها الإبداعية، ومصادر إلهامها، ورؤيتها لمستقبل الكتابة الموجّهة للطفل في تونس والعالم العربي.

وردا على سؤال ما الذي دفعك لاختيار الكتابة للأطفال تحديدًا دون الفئاتَ العمرية الأخرى أجابت:

لعلّ ما دفعني للكتابة للطفل هو أن هذا النوع من الكتابة أصبح هواية من لا هواية له، الكل يرفع قلمه ويكتب من دون تحصيل علمي أو معرفي ومن دون مراعاة لنفسية الطفل، كنت أنزعج كثيرا من الأخطاء اللغوية والإملائية ولكن ما أزعجني أكثر بعض المواضيع المطروحة والمفزعة فقد قرأت قصة للأطفال شخصياتها مجموعة من الأرانب اتخذت قرار الانتحار حينها صعقت أي رسالة توجه للأطفال؟ وما هذا التلاعب بعقولهم؟

بعدها قرأت قصة جلد الحمار ملك تتوفى زوجته ولا يجد من تضاهيها في الجمال فيفكر في الزواج بها، وغيرها من القصص المخزية التي لا تستجيب لمبادئنا وعقيدتنا وأخلاقنا.

وقتها قررت أن أكتب فأنا أجمع بين الهواية والعلم كون مجازة في اللغة العربية وأمتلك آليات الكتابة، وآليت على نفسي أن تكون قصصي هادفة بسيطة محبّبة إلى الطفل. وهنا أكون قد أرضيت أحلام الأستاذة وأرضيت الطفل الذي يسكنني وساهمت في إسعاد الأطفال أينما كانوا دون أن أستخف بعقولهم ودون أن ألحق بهم أذى.

وحول سؤال هل كانت طفولتك مصدر إلهام لكِ في قصصك وأبرز المواضيع التي تحرصين على تضمينها في قصصك قالت :

نعم كانت طفولتي مصدر إلهام ربما كنت الطفلة الأسعد أنا ابنة المدينة لكن أقضي عطلي في الريف حيث أستمع إلى قصص الجدات وجدّتي لها قصص كثيرة مخبوءة أستطيع الوصول إليها ليلا فترويها لي بكل حبّ، أضف إلى ذلك أمي فأنا في سن مبكر كنت أجلس حذوها وهي تقرأ ألف ليلة وليلة وألح عليها أن تروي لي القصّة، ثم إن الريف عموما ببساطته وهدوئه يجعل منك شخصا يهتم بالطبيعة والحيوان والعلاقات الإنسانية كل هذا جعل مني كاتبة وربما قصة الحفيدة والجدّة التي تصدر شهريا في مجلة فارس المصرية والتي استمرت لثلاث سنوات خير دليل على ذلك علما أن كل قصة نشرت حقيقية عشت أحداثها فعلا مع جدّتي وهي قصص شيقة وممتعة وهادفة.

وتابعت : أنا أعالج كل المواضيع فقد تكون ذات صلة بالأخلاق أو بالطبيعة لكن لا يمكن أن أحدد المواضيع هي وليدة اللحظة ومرتبطة بالطفل المعاصر فمشاغله اليوم قد تختلف عن مشاغلنا عندما كنا أطفالا وأذكر أني عالجت قضية التحرش الجنسي والتنمر والتلوث والانحباس الحراري والطلاق والتوحد هذه مواضيع تلامس طفل اليوم.

وردا على سؤال نورا كيف تتعاملين مع التحديات الخاصة بكتابة نص بسيط لغويًا لكنه غني في المضمون والمغزى أجابت :

ربما عملي كأستاذة لغة عربيّة لسنوات وتعاملي اليومي مع الطفل، سهل عليّ الأمر كثيرا، فأنا أتابعهم أعرف مشاغلهم وأعرف ما يروق لهم وأعرف أي الأساليب أقرب إليهم، بالإضافة إلى أن الجمهور المستهدف ليس نفسه فطفل تونس ليس طفل العراق او طفل مصر ، في تونس مازالت الأسر حريصة على اختيار القصة ذات اللغة السليمة والجزلة نوعا ما حرصا منهم على إثراء الطفل لزاده المعرفي واللغوي، كما أنني حين أنشر في العراق أيضا أجد ترحيبا بنوعية خاصة من القصص تكون اللغة جيدة، بينما في باقي البلدان تكون أكثر بساطة فأنا أراعي الفروقات في اللغة مع الحفاظ على سلامتها وعلى عمق المواضيع دون أن تفقد القصة جانب المتعة والتشويق.

وعن الصفات التي ترينها في القارئ الطفل

التونسي والعربي اليوم ودور القصة في تنمية وعي الطفل وشخصيته قالت :

الطفل القارئ التونسي اليوم خاصة والعربي عامة ذكي وواع لكنه ملول جدا لذلك يجب أن تلامسه القصة من السطور الأولى أو أنه لن يقرأها، خاصة أن منازلنا تغزوها اليوم التكنولوجيا ووسائل الاتصال الحديثة، والكاتب اليوم أمام تحد كبير كيف يختطف الطفل من هذا العالم المبهر ليعيده إلى عالم القراءة والكتاب.

وأضافت : للقصة دور هام في توعية الطفل وبلورة فكره وإعداده الإعداد السليم ليكون شخصا متزنا موثقا به، القصة التي هدفها التهريج لا معنى ولا قيمة لها، القصة التي لا تكون كالبحر ملآنة بالدرر لا قيمة لها القصة التي لا يعاد قراءتها لا قيمة لها أيضا، أنا أؤمن بقيمة الكتاب في تشكيل الوعي وتربية الطفل على القيم والأخلاق والمبادئ وأستغرب من بعض الكتاب حين يقول ان التربية موكولة للأبوين فالتربية أيضا موكولة للكاتب فنحن تربينا على المكتبة الخضراء وشكلت فكرنا وصوبت اعوجاجنا وعدلت من سلوكنا

وسألنا الكاتبة أحلام هل تتابعين تفاعل الأطفال مع قصصك؟ وكيف يؤثر ذلك على كتاباتك المقبلة قالت:

عَلْيَاءُ والقِطُّ المُشَاكِسُ

الكاتبة: أحلام الزغمولي

رسوم : ميس عيسي

نعم أتابع تفاعل الأطفال مع قصصي ومن مدّة قصيرة قامت مجلة الحسيني باستفتاء وقد اختيرت قصو رقيّة التي تنشر شهريا كأفضل قصة وهذا أمر يسعدني اذ استطعت أن أصل إلى قلوبهم الصغيرة وضمائرهم النيّرة. ثمّ إن ما ينشر لي خارج تونس تصلني أخباره إما مباشرة أو عن طريق دور النشر وهذا أمر يلهمني ويجعلني أسعى جاهدة إلى مزيد التميّز

ولما سألناها هل لديكِ تجارب مميزة في نشر القصص المصورة في المجلات، كيف تختلف كتابة القصة المصورة عن القصة التقليدية، والتحديات التي تواجهينها مع الرسامين قالت:

نعم لي تجارب مميزة في نشر القصص المصورة في مصر والعراق والجزائر وتونس وغيرها من الدول، والقصة المصورة تحتاج إلى القاعدة التالية: الدقّة الوضوح الإيجاز، وأن تكون بارعا في التطرق إلى الموضوع ومعالجته بأقل قدر من الكلمات بالإضافة إلى حاجتك إلى رسام بارع جدا تقول ريشته ما صمت الكاتب عن قوله، أما ما أسميته أنت القصة التقليدية أو لنقل القصة السرديّة فأساسها الحبكة وحسن اختيار الشخصيات وسلاسة السرد، وحسن بناء الحوار والتشويق والاعتماد

على عناصر المفاجأة، هي مجال أرحب للكاتب ليكتب ما يريد كتابته.

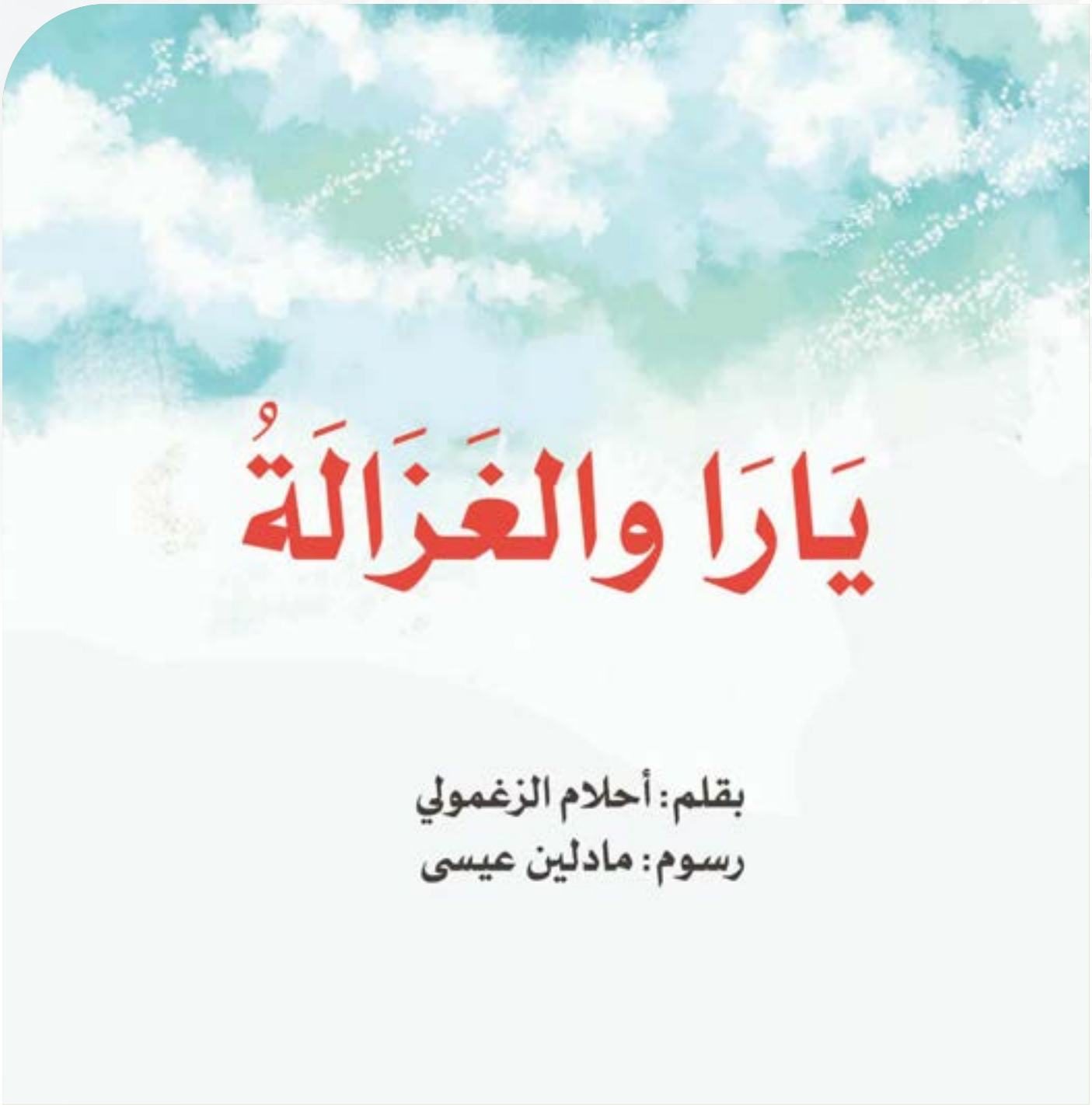
ولما سألناها هل تجدين أن الأطفال يتفاعلون أكثر مع القصص المصورة؟ ولماذا برأيك قالت:

لا أستطيع أن أقول إن الأطفال يتفاعلون أكثر مع القصص المصورة، هذا يعود إلى طبيعة الطفل وميولاته ومدى شغفه بالمطالعة، لكن يمكن ان أقول إن بعض الأطفال يميلون لهذا النوع من القصص لطغيان الصورة على النص، وهم يفضلون النصوص القصيرة، بالإضافة إلى الألوان وطريقة الإخراج وغيرها.

وجهت نورا للكاتبة أحلام سؤال عن المعايير التي تأخذينها بعين الاعتبار عند اختيار المجلة التي تنشرين فيها ، و هل ترين أن المجلات الورقية لا تزال تحتفظ بقيمتها أمام التطور الرقمي في أدب الطفل أجابت:

ألا تكون المجلة ربحية بالأساس، بل تكون غايتها تحقيق الإفادة والارتقاء بالطفل، وأن تسمح لي بالكتابة بحرية ولا تملي عليّ شروطا مجحفة، وألا تتدخل في اختياراتي للمواضيع طالما كانت ذات بعد إنساني ولا تمسّ أخلاق المجتمع الذي تنشر فيه.

وأضافت : المجلات الورقية لا تزال تحتفظ بقيمتها نسبيا، ولكن عليها أن تلبس ثوبا جديدا



يَارَا والغَزَالَةُ

بقلم: أحلام الزغمولي

رسوم: مادلين عيسى

يشدّ القارئ أو أنها ستجد نفسها في مأزق كبير أمام التغير التكنولوجي، وأرى أنها بحاجة تحسين محتواها والتطرق إلى مواضيع تمس الطفل والاهتمام بالتصاميم المبهرة بالإضافة إلى ضرورة اعتماد إصدار رقمي إلى جانب الإصدار الورقي وهذا ما تفعله حاليا مجلة الحسيني الصغير على سبيل المثال لا الحصر، ويجب أن يكون لكل مجلة ورقية موقع إلكتروني يقدم نفس المحتوى بشكل تفاعلي يشمل الصوت والرسوم والقصص وغيرها

قسمة عادلة

تأليف: أحلام الزغموني
رسوم: أحمد الصباح

كان جدي قد بنى غرفة كبيرة من الطين والقش، وكانت تلك الغرفة باردة صيفًا حارة شتاء، فاتخذتها جدتي بيتًا للمؤونة، حيث تضع فيها الفول والعدس والقمح والفوم، وكل ما تحتاج إليه أسرتنا الصغيرة. وكانت تسمح لي باللعب فيها متى كانت فارغة. وصادف أن كان اليوم حارًا، فاستأذنت جدتي في إحضار بعض الرفاق للعب، فوافقت دون تردد.

علت ضحكاتنا، وارتفع صراخنا، ونحن نقفز ونمرح؛ سمع أبناء الجيران أصواتنا؛ فتوافدوا على بيت الجدة، حتى زُد حمت الغرفة، وخجلت أن أطردهم أو أمنعهم من اللعب معنا.

حينئذ نادتني خالتي، ويشوقت في أذني، وأنها المشاغبة، حين يحين موعد الغداء اطلبي منهم أن يعودوا إلى منازلهم، فالغرفة ليورثة فارغة كما ترين، ولا نريد أن نزعج الجدة.

كانت الجدة تقف على مقربة منا، وما إن سمعت كلام خالتي حتى نظرت إليها نظرة تؤنيب، وقالت بهدوئها المعتاد:

- عودي إلى اللعب - صغيرتي - وحين تناديك تعالي، لتأخذي الغداء لك ولأصدقائك، فلا أحد يدخل بيت الجدة ويخرج منه جائعًا.

انصرفت إلى اللعب، وأنا أكاد أخرج من جلدي فرحًا، وازداد فرحي حين سمعت صوت رحى القمح يمتزج بصوت غناء الشجي.

نمنا في اللعب، ولم نتوقف إلا حين داعبت رائحة الخبز الطازج أنوفنا الصغيرة، فكنا نشعر بالجوع الشديد.

وما هي إلا لحظات حتى سمعتها تناديني:

- أحلام، تعالي احملي الغداء...

لكن يا للمفاجأة! بعض الكؤوس من اللبن وحفنة من الزيتون وحبات قليلة من الطماطم والبيض!!

نظرت في الطبق وقلت في غضب:

- كيف أقسم الطعام بين أصحابي بالعدل؟ هذا لا يكفي لعددنا بفوق عدد الكؤوس وعدد البيض وعدد الـ.....

فاطمأنت جدتي قائلة:

- خذي الطبق، وسيري أمامي في صمت!.

حملت الطبق في خجل، ووضعته أمام أصدقائي، وأنا أشعر بالخجل الشديد، وإذا بجدتي تقول:

- هيا يا أطفال، اذكروا اسم الله، وليأخذ كل منكم كفايته من الطعام.

رأيت حينئذ من أخذ رغيفًا كاملًا وحبة بيض، ورأيت من أخذ نصف رغيف وكوبًا من الحليب، وهناك من اكتفى برغيف رغيف...

أكل الجميع حتى شبعوا، فكنت في غاية السرور، بل شاركتهم أنا والجدة والخالة الطعام. ولما فرغ الجميع من الأكل، قالت لنا الجدة:

- يا أبنائي أحيانًا لا يكون العدل في القسمة بالتساوي، بل تكون القسمة العادلة في أن يأخذ كل واحد كفايته دون طمع.

من أعمال الفنان

رائد القطناني