



## هوامش

مع بلوغها الـ 96 عاماً، لا تزال تحافظ ملكة بريطانيا، إليزابيث الثانية، على صحة جيدة. يعود هذا الأمر إلى أسباب كثيرة، أبرزها طبيعة نظامها الغذائي المتنوع



كان لدى الملكة 20 طاهياً في المطبخ الملكة (الويب سكارف / Getty)

## إليزابيث الثانية هذا هو طعام الملكة

للدنـا . كاتيا يوسف



في 21 من أبريل/نيسان الماضي، بلغت الملكة إليزابيث الثانية، صاحبة أطول فترة حكم في التاريخ، الـ 96 عاماً. شهدت الملكة محطات ولحظات تاريخية مذهلة، منذ تتويجها ملكة عام 1953. لكن مع ازدياد التساؤلات حول سُر الحياة المديدة للملكة، يكشف الطاهي السابق لها، دارين ماكغراي، أسلوب حياتها الصحي، ويتحدث عن عادات تناول الطعام الخاص بصاحبة الجلالة. يقول ماكغراي، إن الملكة تميل إلى تفضيل نظام غذائي بسيط للحفاظ على لياقتها عندما تكون في المنزل. مع ذلك، يؤكد أنها تتناول البيرغر من وقت إلى آخر، لكنها لم تاكل البيترزا على الإطلاق. يوضح ماكغراي، الذي عمل طاهياً شخصياً في قصر باكنغهام بين عامي 1982 و1993، أن الملكة تفضل تناول البيرغر من دون الخبز، حتى تتمكن من الاستمتاع بالوجبة بالسكين والشوكة. وبلغت إلى أن نشأة صاحبة الجلالة في العصر الفيكتوري، تلمي أن الشيء

الوحيد الذي يمكن أن تمسكه بأصابعه، هو كوب الشاي. كما أن قوائم الطعام في قصر باكنغهام فرنسية تقليدية للغاية، وفق ما ذكر موقع «إنسايدر». يتابع ماكغراي، أنه لم يبدأ في طهي البيترزا حتى انتقل إلى قصر كينسينغتون. هناك، أعد هذه الوجبة للأميرة الراحلة ديانا وعائلتها الذين أحبوا بيتزا ماكغراي أكثر. وبحسب موقع «ماي لندن»، يتذكر قائلاً: «كنت أصنع البيترزا طوال الوقت من أجل ويليام». وبحسب ما أوردت صحيفة التلغراف، يبدأ يوم الملكة عند الساعة والنصف صباحاً، إذ تتناول الشاي والبسكويت في غرفة نومها. وبعد الاستحمام في الصباح وارتداء ملابسها، تتناول الملكة الإفطار في غرفة الطعام الخاصة بها، عند الثامنة والنصف صباحاً. يتضمن الإفطار حبوب «كورنفلينكس» وفاكهة. وعندما لا تتناول الحبوب والفاكهة المعتادة، تختار الملكة أحياناً الخبز المحمص والمربي بدلاً من ذلك. وفي بعض الأحيان، تستمتع بالبيض المخفوق مع السلمون المدخن، مع الكماة

المشورة. مع ذلك، يقول ماكغراي إنها «اقتصادية» للغاية، إذ لا يمكنها طلب الكماة لنفسها بانتظام، وتستمتع بها فقط في عيد الميلاد عندما تحظى بها كهدية، وهي تفضل أيضاً البيض البني، لأنها تعتقد أن مذاقه أفضل. يعتبر شاي فترة ما بعد الظهر عنصرًا أساسيًا يوميًا، وغالبًا ما يأتي مع كعكة بسكويت الشوكولاتة المفضلة لدى الملكة. كذلك، تُقدّم شطائر الأصابع مع الحشوات، مثل التونة والخيار والسلمون المدخن والبيض والمايونيز أو لحم الخنزير والجرجير، بالإضافة إلى شطائر مربي النوت المقطعة إلى دوائر بحجم البسكويت. تستمتع إليزابيث الثانية بمشروب الجين والديونيت (فاتح للشهية قائم على النبيذ الحلو)، مع شريحة من الليمون وكثير من الملح، قبل أن يحين موعد الغداء الذي يُقدّم عادة عند الواحدة بعد الظهر، وفقاً لصحيفة «ذي إنديبننت». والغداء هو عادة وجبة من الأسماك والخضروات، مثل السبانخ أو الكوسا، أو بساطة الدجاج المشوي مع السلطة. ووفق موقع «باستل»، تشرب

### باختصار

يبدأ يوم الملكة عند الساعة والنصف صباحاً. إذ تتناول الشاي والبسكويت في غرفة نومها. وبعد ساعة، تتناول الإفطار في غرفة الطعام الخاصة بها



تستمتع إليزابيث الثانية بالفاكهة المزروعة محلياً، مثل الفراولة أو الخوخ الأبيض المزروع في جنات قلعة وندسور، تليها كأس من الشمبانيا الجافة



تستمتع إليزابيث الثانية بمشروب الجين والديونيت (فاتح للشهية قائم على النبيذ الحلو)، مع شريحة من الليمون وكثير من الملح

الملكة كأساً من المارتيني قبل العشاء، وكأساً من الشمبانيا في المساء. يتكون العشاء عادة من شرائح اللحم البقري، أو لحم الغزال أو السلمون، من المزارع في ساندرينغهام وبالمورال. وتُطبخ شرائح اللحم جيداً، وتقدم مع صلصة الفطر والقشدة والويسكي.

بالنسبة للحلوى، تستمتع الملكة بالفواكه المزروعة محلياً، مثل الفراولة أو الخوخ الأبيض المزروع في جنات قلعة وندسور، تليها كأس من الشمبانيا الجافة.

كان لدى الملكة 20 طاهياً في المطبخ الملكي، في الوقت الذي كان ماكغراي يعمل فيه. وسابقاً، كان رئيس الطهاة يقدم للملكة قائمة الطعام مرتين في الأسبوع، وبعد ذلك يمكنها اختيار وجبات الطعام. والوجبة الأكثر شعبية في الأسبوع، كانت دائماً السمك والبطاطس المقلية في يوم الجمعة. بلغت ماكغراي إلى أن الملكة لم تقل بشكل مباشر قط إنها لم تستمتع بتناول وجبة ما، لكنها كانت تترك رسالة في دفتر ملاحظات الموظفين. ويوضح: «كان لديها كتاب صغير على مكتبها، إذ كانت تضع ملاحظة هناك تقول لا أريد هذا مرة أخرى، أو أي شيء من هذا القبيل». لا تستمتع الملكة بالتكهنات القوية، مثل الثوم والبصل. يقول ماكغراي: «الملكة لا تحب الثوم. لا يمكننا استخدامه في قصر باكنغهام، كان هذا الأمر ينطبق على الأمير فيليب، في حال كان يتناول العشاء مع زوجته. يقول ماكغراي: «الملكة تاكل لتعيش، بينما يعيش الأمير فيليب ليأكل».

## وأخيراً

## في سيرة عبد الوهاب الموسيقية

معنى البياري

عبد الوهاب وأغنياته، أن تقيس الغائب على الشاهد، فطلع على «موسوعة أم كلثوم» التي صدرت في ثلاثة مجلدات (دار موسيقى الشرق، بيروت، 2003)، وأنجزها المؤلف مع شقيقه إلياس أيضاً، وربما شابه الجهد فيها الجهد في الموسوعة الوهابية المنتظرة الصدور، غير أنك لم تفعل.

يجمع الكتاب، في فصوله الاثني عشر، بين سفتين، الأكاديمية، الشديدة العلمية والمنهجية البحثية، والصحافي، المرتجل، والمستعاد نشر بعضه من دوريات وصحف. كان فكتور سخاب قد كتبه مقالات في مناسبات وسجلات سابقة، أو قاله في مقابلات صحافية معه. وبذلك، تُرضي هذه «السيرة الموسيقية» لليل مصر، وهذا من القاب غير قليلة خلعت على عبد الوهاب. أصحاب المزاجين من القراء، من يتقصون الدقة والمعلومة الموثقة والتحليل العلمي، ومن يتسامحون مع نقصان هذه الروحية في الكتابة والتأليف والتوثيق، غير أن ما يجمع بين اللونين الحاضر بين دفتي الكتاب فائض الحماسة لدى المؤلف في تعيين الأهمية الفنية، بل والحضارية أيضاً، للموسيقار عبد الوهاب، عربياً وعالمياً، وكذا في «الدفعات» المقتعة غالباً أقله لصاحب هذه الكلمات، عن «مطرب الملوك والأمراء»، ضد اتهامات تردت ضده، من قبيل «سرقا»، لحنية اقترفها. وعلى أي حال، أهمية ما

أضافه فكتور سخاب، في مؤلفه (المنشور) الثالث والعشرين هذا، أنه قدم كتاباً «دليلاً»، بتعبير الشقيق الأوسط للمؤلف، المايسترو والموسيقار والباحث، سليم سخاب (1941)، في تقديمه الكتاب الذي «يحتوي على المختصر المركز لكل ما يهم الباحثين الأكاديميين للموسيقين الجديين العرب، في البحث في تراث هذا العملاق الموسيقي». وأظننا، كتاب التعاليق السائرة في الصحافة، نفتط بأي «مختصر مركز»، وقد حضر هذا، في صنيع صاحب «العرب وتاريخ المسألة المسيحية» (كتاباً للمؤلف صدر في 1986)، معطوفاً عليه ثبت شبه مكتمل لأغنيات محمد عبد الوهاب وطقائقه ومونولوجاته ومواويله ومعزوفاته،

كتاب يجمع بين سفتين، الأكاديمية البحثية، والصحافي المر تجل

واللحانه ومن غنوها، كما أن لألبوم الصور المختارة للموسيقار الشهير ما يفيد، سيما وأنها من مختلف مراحل عمره.

طريفٌ ربما، لكنه مهّمٌ من قبل ومن بعد، أن يسجل فكتور سخاب في سنة ميلاد عبد الوهاب، ويخالف فيها عبد الوهاب نفسه الذي قال مرّة إنه من مواليد 1910، فيما «الحقيقي» لدى الباحث المجد أنه عام 1902، ويسرد «قرائن» غاية في الإقناع تشهد على صحة ما يقول. وربما في الوسع أن يؤخذ قارئ الكتاب على صاحبه أنه فيما «فضل» كثيراً في بواكير عبد الوهاب الأولى، في نشأته الموسيقية، والبيئة التي كان فيها ومنها، في موسيقى القرن التاسع عشر العربية، وفي تربة التراث العربي والإسلامي، ثم ما أحدثه من «ثورة» ليس ملحنًا فقط، وإنما مغنياً أيضاً، وفي أنه «انفرد» في تطوير القصيدة العربية سنوات عديدة، لم يفضل بقدر كافٍ بشأن المراحل المتأخرة من ألحان صاحبه، وحتى المتوسطة منها، وإن جاء مروراً على شيء، مما أحدثه مع أم كلثوم وفايزة أحمد ونجاة ووردة، وتزيد المؤلف، بعض الشيء، في الحماس لعروبية عبد الوهاب وقوميته ووطنيته، من دون داعٍ ملجأً لهذا. غير أن شيئاً كهذا (وغيره) لا يخرم أبداً من القيمة العالية لكتاب فيه ديبسٌ كثيرٌ عن هرمٍ عالٍ في الموسيقى والغناء العربيين.