# منوعات

MEDIA

## التعبير في الأردن

عمّان ـ **العربي الجديد**

تفاعل واسع شهدته مواقع التواصل الاجتماعي في الأردن مع العاصفة الإلكترونية التي دعت إليها اللجنة التنسيقية للمواقع الإخبارية مساء الأحد للمطالبة بسحب أنظمة الإعلام المعدلة، في إطار الخطوات التصعيدية تجاه السياسة الحكومية المتعلقة بالإعلام. واستخدم المغرّدون وسوم: «#انقذوا_حريه_التعبير» و«#اسحبوا_انظمه_الاعلام» و«#انظمه_الاعلام_مخالفه_للدستور»، حيث تصدّرت قائمة الأكثر تداولاً.

واعتبر مغرّدون ومدوّنون أن تعديلات أنظمة الإعلام هي قيد على حرية التعبير والرأي، وتخالف القانون والدستور الأردنيين، مطالبين في ذات السياق بسحب تلك الأنظمة المعدّلة من ديوان التشريع والرأي، كشرط أول للحوار. وغرد محمود حشمة: «أي سلطة/ حكومة تخشى حرية التعبير وتعمل على تقييد هذا الحق.. فهذا يعني تلقائيا أن تلك الحكومة تنتهك الحقوق وتخشى أن يتم فضح انتهاكاتها». وكتب مدير مركز حرية الصحافيين نضال منصور: «الخطر لا يحدق بوسائل الإعلام بسبب أنظمة الإعلام بل بكل من يستخدم السوشيل ميديا. توحدوا وارفضوا تقييد حريتكم في التعبير والنقد».

أما الكاتب الساخر أحمد حسن الزعبي فقال «الأردن ستكون الدولة الأولى في العالم التي تقيد حرية البث عبر الإنترنت #انقذوا_حرية_التعبير #اسحبوا_أنظمة_الإعلام #أنظمة_الإعلام_مخالفة_للدستور».

# الإعلام في سورية: اعتداءات تعزز السجل الأسود

**استهدف مهاجمون مكتب شبكة رووداو في القامشلي السورية، ليبدأ شهر سبتمبر الحالي بانتهاكات ضد الإعلام بعدما شهد شهر أغسطس تراجعاً فيها، وسط انخفاض في عدد الاعتداءات هذا العام**

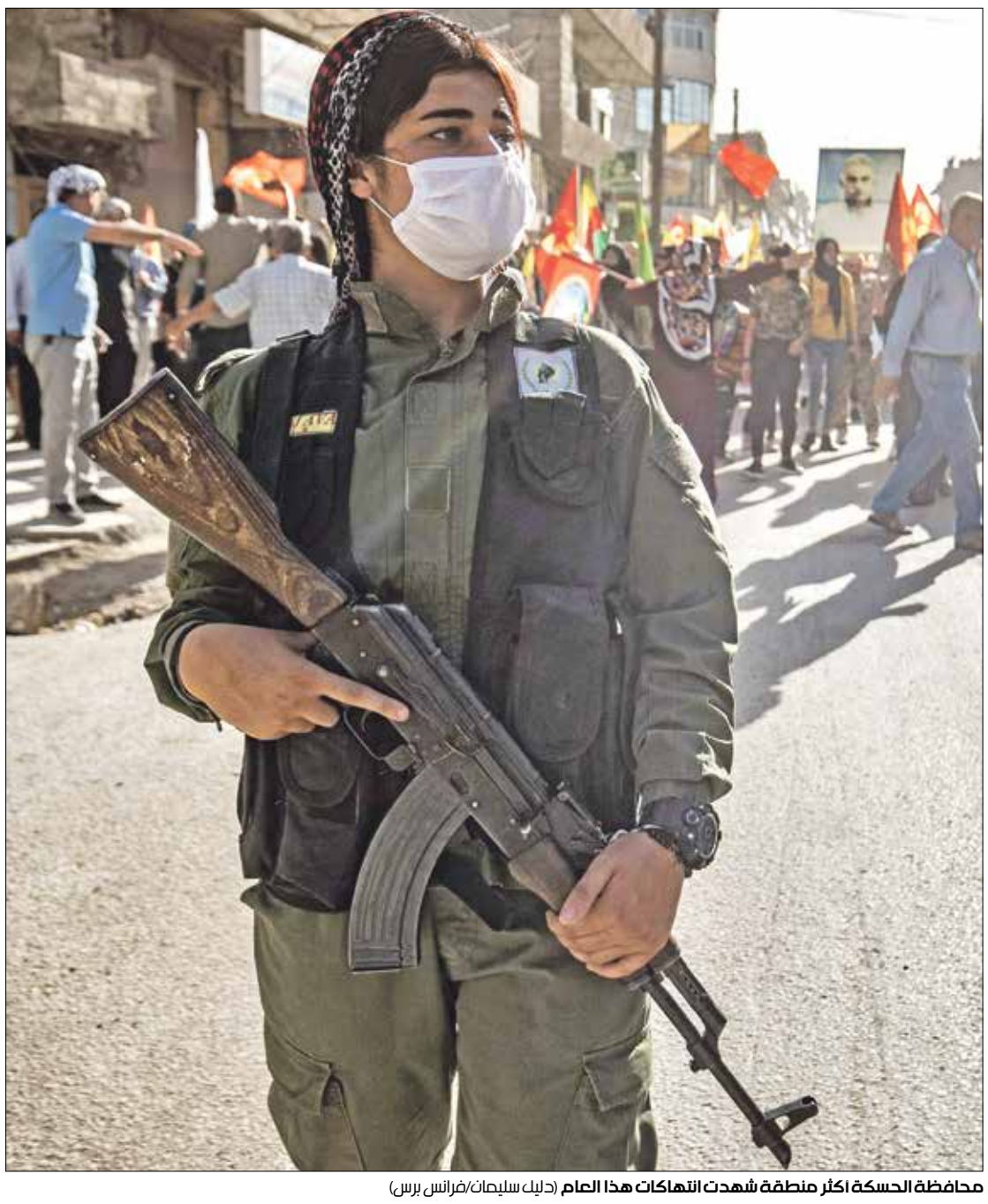
**عبد الرحمن خضر، عبدالله البشير**

بدأ شهر سبتمبر/أيلول بانتهاكات ضدّ الإعلام في سورية، إثر استهداف شبكة في القامشلي، بعد انقضاء شهر أغسطس/ آب الذي شهد انخفاضاً ملحوظاً في عدد الانتهاكات ضدّ الإعلاميين في البلاد، وسط استمرار حالة التضييق العام على الحريات الإعلامية في البلاد. فقد تعرّض مكتب شبكة رووداو الإعلامية في مدينة القامشلي، بمحافظة الحسكة شمال شرقي سورية لهجوم صباح أول من أمس الأحد، حيث خرب المهاجمون المعدات الموجودة فيه، وألحقوا أضراراً بالغة بأثاثه دون وقوع إصابات بشرية. وأفاد مصدر خاص «العربي الجديد» بأن مجموعة مكونة من أفراد ينتمون إلى حزب الاتحاد الديمقراطي PYD والشبيبة الثورية «جوانن شوركشر»، وهي منظمة ضالعة في خطف وتجنيد القصر تتبع للحزب، إضافة لأفراد من منظمة «المرأة الحرة»، هاجمت مكتب الشبكة الإعلامية بحي السياحي في مدينة القامشلي بعد مظاهرة لها في الحي ذاته. ولفت المصدر إلى أن المهاجمين تعمدوا تخريب ما في المكتب مع تحطيم الزجاج فيه وقذفه بالحجارة، دون أي أسباب واضحة، مشيراً إلى أن «الاعتداء سبقته سلسلة من الاعتداءات المماثلة». وأضاف المصدر أن الإدارة الذاتية تؤكد على حماية الصحافيين، وعلى حرية الإعلام ونشرت قانوناً يتعلق بالإعلام الحر، لكن لم تقم بأي مبادرة لضبط مهاجمي مكتب رووداو.

وعند تواصل «العربي الجديد» مع مدير مكتب «رووداو» في القامشلي فهد صبري اعتذر عن عدم الإدلاء بأي تصريح حول الواقعة. الشبكة تتبع مجموعة رووداو الإعلامية التي مقرها مدينة أربيل في إقليم كردستان العراق، وتبث بعدة لغات منها الكردية والعربية والتركية، وتمتلك صحيفة أسبوعية تصدر حوالي 3000 نسخة باللغة السريانية، ولها موقع إعلامي بعدة لغات. وحمّل إعلاميون الإدارة الذاتية مسؤولية محاسبة منفذي الهجوم، ومسؤولية حماية وسائل الإعلام الموجودة في المنطقة الخاضعة لسيطرتها، مطالبين «بوضع حد لهذه الاعتداءات التي ينفذها في الغالب أفراد من الشبيبة الثورية». وتعرض مكتب الشبكة لعدة هجمات خلال الفترة الماضية، منها في أغسطس/ آب الماضي، وسبقه هجوم في مايو/ أيار الماضي، دون أن تصدر الشبكة أي تعليق بخصوص الجهة المسؤولة عن الهجمات.

وتنتشر في مناطق شرقي سورية الواقعة تحت حكم الإدارة الذاتية الكردية العشرات من وسائل الإعلامية. وقد تعرّض الصحافيون والناشطون الإعلاميون في مناطق شرقي سورية التابعة للإدارة لانتهاكات مختلفة، منها الإيقاف عن العمل، والنفي خارج المنطقة، علاوة على الاستهداف والقتل، دون إجراءات حقيقية من الإدارة لإيقافها، وفق مراقبين. في المقابل، شهد شهر أغسطس/ آب الفائت انخفاضاً ملحوظاً لعدد الانتهاكات المرتكبة بحق الإعلام في سورية، إذ تراجعت من سبع انتهاكات في يوليو إلى انتهاك واحد سجّل في محافظة إدلب الواقع شمال غربي البلاد، والخاضعة لسيطرة هيئة تحرير الشام (جبهة النصرة سابقاً). ووثق «المركز السوري للحريات الصحافية» في رابطة الصحافيين السوريين وقوع انتهاك واحد خلال أغسطس تمثل بمنع «هيئة تحرير الشام» (جبهة النصرة سابقاً) مراسلي قناة «أورينت» من العمل بشكل نهائي في مناطق سيطرتها شمال غربي البلاد.

> **37 إعلامياً لا يزالون رهن الاحتجاز أو مخفيين قسراً في سورية**



محافظة الحسكة اكثر منطقة شهدت انتهاكات هذا العام (دليل سليمان/فرانس برس)

وأشار التقرير الذي صدر يوم الجمعة الماضية إلى أنه وبالرغم من أن الشهر الماضي يعتبر أقل الأشهر من ناحية أعداد الانتهاكات الموثقة خلال العام الحالي، لكن ما تزال حالة التضييق على الحريات الإعلامية مستمرة في مختلف المناطق السورية. وبيّن أن قوات حزب الاتحاد الديمقراطي (بي ي دي) المكوّن الرئيسي لـ«قوات سورية الديمقراطية» (قسد) أفرجت الشهر الماضي عن إعلامي كانت اعتقلته في شهر يوليو في مدينة القامشلي بمحافظة الحسكة. وأكد أن هناك 37 إعلامياً على الأقل ما يزالون رهن الاحتجاز أو مخفيين قسراً في سورية، ودعا دول العالم وكافة المنظمات الحقوقية والمعنية بالشأن السوري لممارسة الضغط على القوى الفاعلة على الأرض السورية للإفراج عن هؤلاء الإعلاميين.

وقال الباحث في مركز الحريات الصحافية محمد الصطوف لـ«العربي الجديد» إنه «منذ مطلع العام الحاليّ وحتى نهاية شهر أغسطس الماضي، انخفضت الانتهاكات التي وثقها المركز السوري للحريات الصحافية، ضد الإعلام، مقارنةً بسابقها من سنوات الثورة، وأظهرت قاعدة البيانات الخاصة بالمركز أن أعداد الانتهاكات خلال أشهر العام الحاليّ كانت متقاربة بينما كانت النسبة الأكبر من الانتهاكات وثقها المركز في شهري يونيو ويوليو بـ14 انتهاكاً مناصفةً، ويعتبر شهر أغسطس من أقل أشهر العام من حيث تسجيل انتهاكات بحق الإعلام، حيث شهد انتهاكا واحداً». وأشار إلى أن «الانتهاكات شهدت انخفاضاً في أعدادها ويرجع ذلك لعدة عوامل رئيسية كان أبرزها توقف المعارك في معظم المناطق وخاصة شمال غربي سورية وشرقها، إضافة إلى قلة القصف من قبل النظام وروسيا شمال غربي البلاد، حيث كانا من أبرز أسباب الانتهاكات على مدار السنوات السابقة». ولفت إلى أن «محافظة الحسكة كانت منذ مطلع العام وحتى نهاية يوليو أكثر منطقة شهدت انتهاكات وبنسبة كبيرة مقارنة بباقي المناطق، إلا أنه في أغسطس لم يتم توثيق أي انتهاك فيها، وذلك بسبب تراجع المحافظة في الأخبار واستقرار الأوضاع فيها».

# مصوّر بورمي مجهول يفوز بجائزة دولية

منح مهرجان التصوير الصحافي الدولي «فيزا» Visa Pour L›Image في بيربينيان في جنوب فرنسا، جائزة «فيزا دور نيوز» لمصوّر لم يكشف عن هويته لأسباب أمنية، تقديراً لعمله خلال الاحتجاجات المؤيدة للديمقراطية والقمع العسكري الدامي لها في ميانمار.

وقال ميكو تاكونين من صحيفة «نيويورك تايمز» الذي جاء لتسلّم الجائزة بدلاً من الفائز: «عندما علمت أن انقلاباً حصل في بورما في الأول من شباط/فبراير، كان بديهياً أن نستعين به لكونه على الأرجح أفضل مصوّر في البلاد». وشدّد هذا المسؤول عن قسم الصور في منطقة آسيا في الصحيفة التي تتعاون مع المصوّر البورمي منذ سنوات، على أنّ «الحفاظ على سرية هوية المصور ليس قراراً نأخذه باستخفاف، وهو مرتبط دائماً بسلامة المتعاونين معنا التي نعتبرها أولويتنا». وأشار تاكونين خلال الحفل إلى أن المصوّر البورمي يهدي جائزته لجميع المصوّرين في بورما الذين يجازفون بحياتهم خلال أداء مهامهم.

تُظهر صور المعرض مدنيين يحملون أحياناً مقاليع، أمام عسكريين يطلقون الرصاص الحيّ. يتوقف المصوّر أيضاً عند الجرحى أو العائلات المنكوبة في بلد يشهد فوضى منذ أن أطاح المجلس العسكرية حكومة أونغ سانغ سو تشي. وأوقع القمع الدامي ضد المتظاهرين المؤيدين للديموقراطية أكثر من ألف قتيل، بينهم عشرات القاصرين خلال الأشهر الأخيرة. وأوضح المصوّر البورمي في بيان أنه «منذ الأول من شباط/ فبراير، أنا في الشارع كل يوم. واجهت الكثير من الصعوبات، واضطررت إلى العمل وسط إطلاق النار والغاز المسيل للدموع والقنابل الصوتية». وأضاف: «على الأرض، توقفنا عن وضع خوذاتنا التي تحمل كلمة «صحافة» عندما أدركنا أن العسكريين يستهدفون المصوّرين»، مشيراً إلى أنه على دراية بأنه «يخاطر بحياته».

والمرشحون الثلاثة الآخرون لنيل الجائزة كانوا اليوناني أنغيلوس تزورتزينيس (وكالة فرانس برس)، لتقريره عن آخر أيام مخيم اللاجئين في موريا في جزيرة ليسبوس اليونانية، والأميركي ايريت شاف (صحيفة نيويورك تايمز) لصوره في أثناء الهجوم على مبنى الكابيتول في واشنطن في كانون الثاني/يناير،

(رايموند رويغ/فرانس برس)

وأخيراً الهندي دانيش صديقي (وكالة رويترز) لتغطيته الأزمة الصحية في بلاده. وقُتل هذا الأخير في تموز/يوليو في أثناء تغطيته المعارك بين حركة طالبان والقوات الأفغانية.

عام 2020، منح المهرجان جائزته الكبرى «فيزا دور نيوز» للمصوّر الإيطالي فابيو بوتشياريلي لتقرير أعدّه من بيرغامو، المدينة الإيطالية التي كانت بؤرة تفشي لوباء كوفيد-19.

(فرانس برس)

# الفلسطينيون يطالبون بإنقاذ الأسيرة إسراء جعابيص

رام الله ـ **محمود السعدي**

يحاول الفلسطينيون عبر حملة «أنقذوا إسراء جعابيص» على مواقع التواصل الاجتماعي البوح بصوت الأسيرة الفلسطينية المصابة إسراء جعابيص من جبل المكبر في القدس إلى العالم والتي تعتقلها سلطات الاحتلال الإسرائيلي منذ نحو ست سنوات. وتأتي هذه الحملة بعد نجاح الحملة التي انطلقت من أجل الإفراج عن الأسيرة الفلسطينية الحامل أنهار الديك، وتم الإفراج الفعلي عنها مساء الخميس الماضي، ولاقت الحملة تفاعلاً على مواقع التواصل الاجتماعي بمنشورات تحمل همّ ومعاناة إسراء جعابيص. وكتبت يافا ذيب نجاجرة، على «فيسبوك» نبذة تعريفية عن إسراء وظروف اعتقالها وإصابتها وما تعانيه داخل سجون الاحتلال، «أصبتُ بحروق خطيرة في جسدي، فقدتُ أصابع يدي، وأصيت بتشوهات في منطقة الوجه والظهر. حُكم علي بالسّجن لمدة 11 عاماً بعد توجيه لي تهمة محاولة تنفيذ عملية طعن وقتل يهود من خلال تفجير أنبوبة غاز. وتابعت «أقبع الآن في سجن (الدامون)، وأُعاني من إهمال طبي وحرمان من تلقي العلاج اللازم وإجراء العمليات الجراحية العاجلة والضرورية للتخفيف من وجعي». أما الصحافي زيد عطايا فكتب: «الشعب القادر على انتزاع الحرية لأنهار، قادر على انتزاعها أيضاً لإسراء. في أغلب المقابلات الصحفية مع المُحررة (أنهار الديك)، نادت بضرورة إسناد وإنقاذ الأسيرة الجريحة (إسراء الجعابيص) صديقتها في الأسر. الاحتلال أفرج عن أنهار بعد ضغط شعبي ودولي وحملات دعم ومناصرة على أرض الواقع بالوقفات التضامنية، وعلى مواقع التواصل الاجتماعي، مما شكل إحراجاً للاحتلال وأجبره على إطلاق سراح أنهار. ومن الضروري الآن تكثيف الجهود وتعظيمها لإنقاذ إسراء وإخراجها من سجون الاحتلال». أما زينب عواضة فغردت على «تويتر»: «#أنقذوا_إسراء_جعابيص التي اعتقلها العدو قبل 6 سنوات بعد أن فتح النار على سيارتها وأشعل فيها النيران وأصبح 60 بالمائة من جسدها محترقاً! إسراء تحتاج لعمليات جراحية وتعاني من إهمال طبي متعمد.. مجدداً تغيب منظمات حقوق الإنسان عن فلسطين ومنها وأضعف الإيمان أن نقول #أنقذوا_إسراء «.

موسيقى

ربما تكون شهرة رياض السنباطي قد ارتبطت بتلحينه لمجموعة من أشهر أغاني أم كلثوم وغيرها من النجوم. لكن هنا، نضيء على تجربة السنباطي في تلحين القصائد الدينية

# رياض السنباطي
## ابتهال على تقاسيم العود

**هيثم ابوزيد**

رغم صعوبة قياس الانطباعات الموسيقية الشخصية، وافتقاد الأداة العلمية التي نزن بها الأثر الوجداني للحن معين، إلا أن النقاد والمؤرخين والقطاع الأوسع من جمهور المستمعين، يتوافقون على أن موسيقى رياض السنباطي تتسم بطابع صوفي، وتنقل من ينصت إليها إلى أجواء دينية، تذكر بتلاوة القرآن، ومحافل الإنشاد والذكر، وسرادقات الموالد، ومجالس الحضرات.

ولا يقتصر الطابع الصوفي عند الرجل على الحانه الدينية، بل يشعر بها المستمع في الحانه العاطفية والوطنية، وفي تقاسيمه على العود، رغم تنوعها المقامي. ولعل الجمهور المصري يتذكر جيدا أن التلفزيون ظل لسنوات طويلة يستعد لبث آذان الصلاة بتقاسيم العود الشهيرة، التي سجلها السنباطي في أواخر السبعينيات، عند استعراض قائمة ملحني أم كلثوم الأساسيين، لا نجد لحناً دينياً واحداً لمحمد القصبجي، ولا لزكريا أحمد، المتمرس بالتلحين لكبار المنشدين. وعند استعراض القائمة المطولة، فلن نجد كذلك لحناً دينياً لمحمد عبد الوهاب أو بليغ حمدي، واقتصرت الألحان ذات الطابع الصوفي التي صاغها محمد الموجي لكوكب الشرق، على أغنيات العمل الإذاعي «رابعة العدوية»، وكان نصيب كمال الطويل لحناً واحداً، هو «غريب على باب الرجاء»، في حين يحتكر السنباطي كل الألحان الدينية المطولة، التي قدمتها أم كلثوم مسرحياً، وتكاد تكون جميعها من النصوص الفصيحة التي تتسم بقدر كبير من الجزالة، واحياناً بقدر من الصعوبة، التي تدفع الملحن للتريّث ملياً قبل أن يتصدى لها موسيقياً.

ولا شك أن هذا الإصرار من قبل أم كلثوم على منح كل القصائد الدينية الكبرى للسنباطي، يؤكد أن سيدة الغناء كانت ترى في الحانه الدينية ذروة موسيقية وروحية، وقدرة على التعبير يصعب أن تجد مثلها وبمستواها عند ملحن آخر. يحرص السنباطي في الحانه الدينية على إشاعة الأجواء الروحانية والصوفية، من خلال جمل تتكرر بمقاماتها وإيقاعاتها، لتعطي معنى الدوران، ورد البدايات إلى النهايات. ورغم أن الرجل ملحن طربي من الطراز الأول، إلا أنه في الحانه الدينية لا يقدم جملة واحدة يستهدف بها محض

> لا يقتصر الطابع الصوفي على الحان السنباطي الدينية

الطرب، وإنما تنساب جمله الموسيقية متسمة بهالة من الجلال الملائم لطبيعة النص، ثم يأتي الطرب في تضاعيف الجمل، وفي القفلات الحراقة متضافراً مع الجلال الصوفي للحن، فيكون وقعه على الجمهور في غاية القوة، ويكون رد فعل المستمعين في غاية الإنفعال والتأثر.

في قصيدة المولد النبوي لأمير الشعراء أحمد شوقي، التي اشتهرت بعد غناء أم كلثوم لها بأسم «سلوا قلبي»، لا ينسى التاريخ الفني ذلك الدوي الجبار للبيت الذي جعله السنباطي ملحمة وطنية، وفق تعبير نعمات أحمد فؤاد: «وما نيل المطالب بالتمني.. ولكن تؤخذ الدنيا غلابا»، كانت الجماهير تتقافز على كراسيها، ليس فقط بسبب السباق السياسي، و«مطالب» مصر من بريطانيا، ولكن بسبب هذا اللحن الفخم المستعلي، مع أداء أم كلثوم المبهر.

عام 2011 نشرت صحيفة «ذا غارديان» البريطانية، قائمة وضعها نقاد غربيون لأهم خمسين حدثاً في تاريخ الموسيقى العالمية، وجاء في المرتبة العاشرة غناء أم كلثوم لـ«سلوا قلبي» في منتصف الأربعينيات من القرن الماضي.

وجاءت قصيدة «ولد الهدى» لتكون إحدى دلائل قدرة السنباطي الفذة على التعامل مع الألفاظ الصعبة والجمل الثقيلة، إذ لم يكن يخطر ببال أحد تلحين أبيات تقول: «والعرش يزهو والحظيرة تزدهي... والمنتهى والسدرة العصماء»، وأن يكون هذا التلحين من مقام الراست ذي الطبيعة الطربية. وكما تجلت قدرة السنباطي في الأجزاء الموقعة، تجلت أيضاً في المقطع المرسل، مع قول شوقي: «يا من له عزّ الشفاعة وحده... وهو المنزه ما له شفعاء»، فكان للدفوف والناي دور كبير في خلق الجو الصوفي الملائم لقصيدة في المديح النبوي.

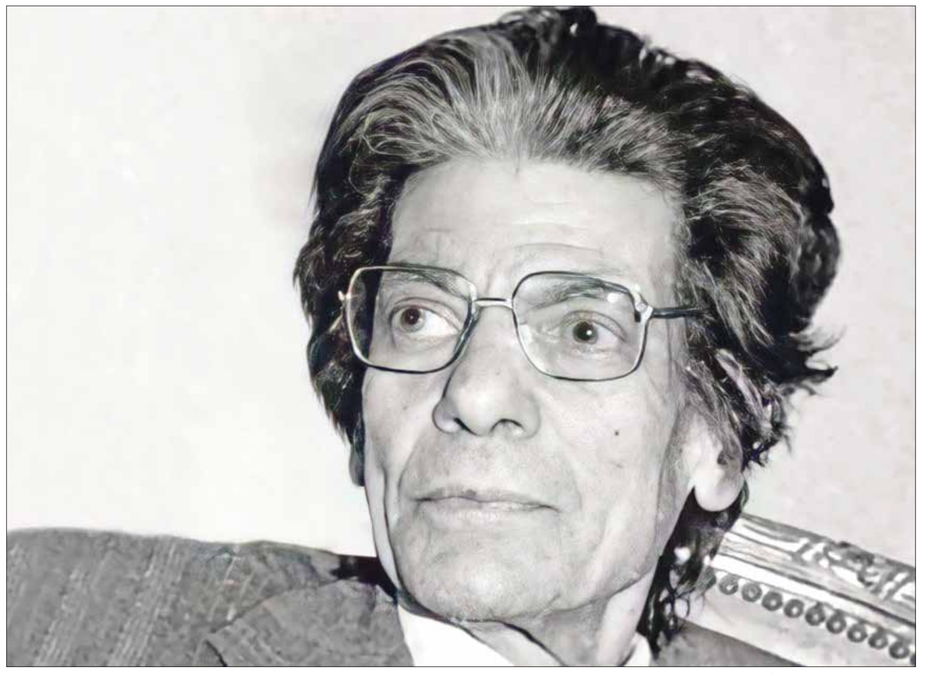
وكانت قصيدة «نهج البردة» ميداناً لاستعراض قدرات السنباطي الموسيقية، مع قدرات أم كلثوم الصوتية، وقد شارك السنباطي سيدة الغناء في اختيار الأبيات الثلاثين من بين مئة وتسعين بيتاً هي أصل القصيدة، كما قرر أن ينطلق اللحن من مقام الهزام، الذي يعطي أجواء شرقية صوفية، ووضع مقدمة تذكر بموالد الأولياء، وحلقات الذكر والإنشاد.

وسار السنباطي في اللحن، كعادته، بطريقة تصاعدية، شأن قراء القرآن الكريم، وأوصل صوت أم كلثوم إلى الذروة العليا عند أداء لفظ الجلالة في بيت: «محمد صفوة الباري ورحمته... وبغية الله من خلق ومن نسم». ومن المؤكد أن السنباطي في هذا اللحن قرر الاستفادة من الطاقة الصوتية الهائلة لأم كلثوم، فواصل صوتها في أكثر من موضع إلى درجات تستعصي على كثير من المطربين والمطربات.

وجاءت رباعيات الخيام مفاجأة كبرى لجماهير أم كلثوم، أظهر فيها السنباطي قدرات في التفكير الموسيقي، فإذا كنا بصدد نص فلسفي، فإننا بحاجة أيضاً إلى فيلسوف موسيقي، ولم يكن لهذه المهمة إلا ذلك العملاق الذي وضع للحن مقدمة من مقام الراست ظلت تتكرر جملتها الرئيسة خلال عدة مقاطع من الرباعيات، ما أوجد حالة من الارتباط وقوة البناء، رغم التغير الكبير في معاني الرباعيات التي بدأت بالدعوة إلى اغتنام اللذات، وإطفاء لظى القلب، وثنيل الحظ قبل فوت الشباب، وانتهت بالإنابة والضراعة وعودة المخلوق إلى الخالق: «إن تفصل القطرة من بحرها... ففي مداه منتهى أمرها... تقاربت يا رب ما بيننا... مسافة البعد على قدرها».

### إله الكون

آية رياض السنباطي الكبرى في التفوق دون الاعتماد على السيدة، تبدو جلية واضحة في لحنه الصوفي العظيم الذي غناه بنفسه من كلمات حسين السيد أيضاً، «إله الكون». فقد صور السنباطي بنغمه وأدائه ذلك المعنى الفريد، المتمثل في التوسل إلى الله بالضعف الإنساني أمام الجمال: «إله الكون سامحني أنا حيران... جلال الخوف يقربني من الغفران».



كانت قصيدة «نهج البردة» ميدانا لاستعراض قدرات السنباطي الموسيقية (فيسبوك)

دراما

# موسم الهجرة إلى النجومية الفردية

**عدنان حمدان**

تمّر الدراما السورية بواحدة من أصعب فترات استقرارها، بعد مجموعة من المشكلات التي لعبت دوراً رئيسياً في انهيار مقومات الصناعة تدريجياً وغياب الأرضية المناسبة لإعادة الحضور للمسلسلات السورية على قائمة المشاهدة في القنوات التلفزيونية سابقاً ومنصات العرض الرقمية في السنوات القليلة الفائتة.

أربعة أشهر مرت على انقضاء الموسم الرمضاني الفائت 2021 من دون وجود لأية بوادر بإنقاذ المشهد الدرامي السوري من تخبطات يعانيها، وجدت انعكاساً مباشراً على انتقال مجموعة من الأسماء للعمل في الدراما المشتركة أو التفكير في مغادرة سورية بشكل فعلي، فتوجهت الفنانتان كاريس بشار وامل عرفة للعمل ضمن المسلسل الطبي «الدقيقة صفر»، والذي يجري إنتاجه بشكل كامل في لبنان، تحت إدارة المخرجة رندة العلم. من ناحيتها، تستعد بشار لتصوير مسلسل «سيت كوم» داخل استوديوهات قناة LBC اللبنانية في منطقة ادما، لصالح شركة «غولدن لاين»، عن نص للكاتب سامر سلمان والمخرج تامر إسحاق، وبمشاركة لبنانية ومصرية، وبحضور الفنانة شكران مرتجى في البطولة.

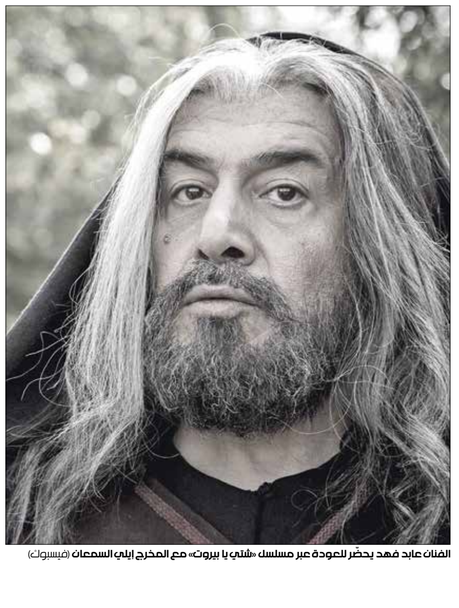
الفنانة السورية سلافة معمار بدورها انتقلت للدراما المشتركة عبر مسلسل «عالحد»، عن نص للبنى حداد ولانا الجندي، ومن إخراج المخرجة اللبنانية ليال راجحة، والمسلسل من إنتاج شركة «الصباح»، إذْ وقّعت معمار مع الشركة عقداً لمدة عام يشمل إنجاز مسلسل 30 حلقة لموسم رمضان القادم 2021 ضمن سياق الدراما المشتركة المنجزة في لبنان. الفنان السوري مهيار خضور بدوره حضر إلى لبنان لتصوير مسلسل «السجن» لصالح شركة «جينوميديا» الإماراتية، ومثل حالة زملائه خالد القيش ومحمد الأحمد الحاضرين في مسلسل «للموت» بجزئه الثاني، كما تصدت الفنانة ديمة قندلفت لبطولة مسلسل «السجن»، بعدما ثبتت موقعها في الدراما المشتركة ببطولة رابع مواسم «الهيبة».

الفنانة كندة حنا انتقلت إلى العراق لتصوير مسلسل «ليلة السقوط» أمام عدسة زوجها المخرج ناجي طعمي، في حين ينتقل الفنانان جيني إسبر وأيمن رضا إلى بغداد للمشاركة في مسلسل كوميدي عراقي مشترك. الفنانة مرح جبر انتقلت إلى الأردن للمشاركة في بطولة مسلسل «دهب أبلول» ضمن كادر عمل أردني، أما الفنانة سمر سامي فتلعب بطولة مسلسل «حضور في موكب الغياب» من تأليف محمد ماشطة، والذي يتناول عبر ثلاثة مواسم مرحلة هجرة اليهود إلى فلسطين وتنكيل العصابات اليهودية بأهالي القرى الفلسطينية وتهجيرهم.

الفنانة سلاف فواخرجي حضّرت إلى لبنان أيضاً للتواجد ضمن بطولة مسلسل «عنبر 10»، وهو مسلسل تجري أحداثه داخل سجن ويتولى إخراجه المخرج البحريني علي العلي. وبينما يتابع الفنان قصي خولي تحضيراته لثاني مواسم مسلسل «2020» يقدم دور عازف «درامز» في مسلسل تشويقي يحمل اسم «توتر عالي»، كما يستعد لبطولة الموسم الأول من مسلسل «الوسم» والذي يشرف على إنتاجه بشكل مباشر لصالح منصة «شاهد» تحت إدارة المخرج سيف سبيعي.

الفنان عابد فهد يحضّر للعودة عبر مسلسل «شتي يا بيروت» مع المخرج إيلي السمعان، في حين سيتواجد ضمن موسم رمضان 2021 بمسلسل درامي لصالح شركة الصباح، قد يعيد لقاءه مع الفنانة سلافة معمار بعد ثنائية حضورهما في مسلسل «قلم حمرة» قبل ست سنوات. الفنان مكسيم خليل بدوره يحضر في عدة أعمال قصيرة، فبعد بطولة مسلسل قصير يحمل اسم Days 8، يستعد مكسيم لخوض تجربة الإخراج لأول مرة في لبنان، ضمن مسلسل «بيت الممسوك» عن نص للكاتب رامي زهير الملا. وبعد اعتذار الفنان السوري باسل خياط عن عدم القيام ببطولة مسلسل «ظل» انتقل الدور للفنان السوري عبد المنعم عمايري، بعد تفوقه في بطولة المسلسل القصير «قيد مجهول»، ومن المفترض أن يشارك عمايري البطولة الفنان غسان مسعود في أولى تجاربه بالدراما المشتركة.

> يقدم قصي خولي دور عازف «درامز» في مسلسل «توتر عالي»



الفنان عابد فهد يحضّر للعودة عبر مسلسل «شتي يا بيروت» مع المخرج إيلي السمعان (فيسبوك)

متابعة

# الدراما المشتركة... إلى الخليج در

> يبدو أن الدراما العربية المشتركة لن تعتمد لاحقاً على لبنان وسورية ومصر فقط، بل تتجه في خطواتها المقبلة إلى الخليج العربي

**إبراهيم علي**

لن تقف إنتاجات الدراما العربية المشتركة عند أي حدود. بعد بيروت ودمشق والقاهرة، يبدو أن عين المنتج تتجه إلى الخليج العربي. ويصور منذ شهر في بيروت مسلسل «هروب» من قصة وسيناريو حنين عمر، وإخراج محمد جمعة، وإنتاج «إيغل فيلم». يجمع المسلسل للمرة الأولى وجوها معروفة في الدراما الكويتية، كالممثلة شجون الهاجري بطلة القصة، والتي تقف إلى جانب باسم مغنية وليليان نمري في حبكة اجتماعية، لا تخلو من الكوميديا وأحداث ويوميات تجمع بين الممثلين في قلب بيروت.

ليست المرة الأولى التي تعمل «إيغل فيلم» اللبنانية على خط الخليج العربي، فقبل وقت قامت الشركة بعقد تعاون مع «أول أوفر» خالد الرفاعي كنوع من التعاون بين الشركتين. وقضى الاتفاق بتوقيع الممثلة الكويتية المعروفة شجون الهاجري على عقد لإنتاج مسلسلين منها «دموع الفرح» المفترض أن يصور في أوروبا، وهو من نوع المسلسلات القصيرة (9 حلقات)، فيما تنشغل الهاجري هذه الأيام بتصوير المشاهد الأخيرة من مسلسل «هروب» في بيروت أيضاً.

وفي نوفمبر/تشرين الثاني الماضي زار صاحب شركة «إيغل فيلم» جمال سنان المملكة العربية السعودية لمباركة تصوير مسلسل «وصية بدر» من إخراج خالد الرفاعي وبطولة مجموعة من الممثلين كيعقوب الفرحان ومهند الحمدي وسارة اليافعي. الواضح أن المنتج العربي لم يعد يتكل على الإنتاج المحلي أو الذي يحمل هوية بلد واحد، بل يحاول هذه المرة رسم خطة درامية للجمع بين دول الخليج والمحيط العربي، أي بين دمشق وبيروت والقاهرة. ولو أن الوجهة إلى لبنان ستنال حصة الأسد بسبب وجود المكاتب الرئيسية لشركتي «إيغل فيلم» و«الصبّاح» في بيروت، وهو أمر يسهل عملية عقد الشراكات مع الممثلين والمخرجين والكتاب. فهل تخرج الدراما الخليجية التي تطورت جداً في السنوات الأخيرة من «محليتها» إلى العالم العربي، ويصبح الجمع بين جنسيات مختلفة من دول العالم العربي أمراً واقعاً؟

تبدو الإجابة عن هذا السؤال صعبة اليوم، لكن بإمكان الصورة أن تصبح أكثر وضوحاً، أمام مجموعة التجارب الأولية، ومنها على سبيل المثال مسلسل «دفعة بيروت» تأليف هبة مشاري حمادة وإخراج علي العلي، والذي نُفذ في بيروت، وكان من إنتاج «إيغل فيلم» أيضاً وحقق نسبة مشاهدة جيدة، ولعبت بطولته مجموعة من وجوه الدراما في الكويت وسورية ولبنان، وكذلك عرضت منصة «شاهد» قبل سنة ونصف السنة مسلسل «الديفا» إخراج رندة العلم، والذي جمع بين اللبنانية سيرين عبد النور والممثل السعودي يعقوب الفرحان، وكان بمثابة الشرارة الأولى للبدء بالتعاون بين الدراما في الخليج وبيروت. هكذا تبدو التجارب واضحة لشراكة تجمع معظم الدول العربية في أعمال درامية واحدة وفق سياسة تتبناها منصة «شاهد» التابعة لمجموعة MBC السعودية والتي تتولى الميزانيات الضخمة لمثل هذه المشاريع. نقلة نوعية أخرى في المزج بين اللبناني والسوري والمصري والخليجي في قالب واحد، وهو يعتمد بالدرجة الأولى على عناصر القصة المشوقة والتبرير المقنع لوجود كلّ هؤلاء الممثلين من جنسيات مختلفة في عمل أو مسلسل واحد.

شجون الهاجري شاركت في أكثر من مسلسل عربي مُشترك (MBC)

الأطعمة المعلبة تكون عادة مليئة بالسكر والملح والمواد المضافة (Getty)

لايف ستايل

# تجنّب الأطعمة المصنّعة

**يارا حسين**

الأطعمة المعالجة هي أي مادة غذائية تم تعليبها أو طهيها أو تجميدها أو بسترتها أو تعبئتها. وتمتاز الأطعمة المعالجة بأنها مليئة بالملح والسكر والمواد المضافة والمواد الحافظة التي يمكن أن تضر بالصحة. لذا ينصح بالإقلال من الأطعمة المصنعة والجاهزة لتحسين الصحة وتحسين جودة نظامك الغذائي من خلال اتباع الطرق التالية:

### جعل الوجبات الخفيفة الصحية في متناول اليد

من خلال الحفاظ على مطبخنا مليئا بالكثير من الوجبات الخفيفة المحمولة والمغذية كالفاكهة والخضروات الطازجة والمكسرات المتنوعة. كما يمكن أيضاً إعداد بعض الوجبات الخفيفة مسبقًا والاحتفاظ بها في متناول اليد لوقت لاحق مثل البيض المسلوق ولفائف الديك الرومي ورقائق الكرنب والشوفان.

### استبدال الحبوب المكررة بالحبوب الكاملة

من أبسط الطرق لتقليل تناول الأطعمة المصنعة هي البدء باستبدالها بأطعمة صحية كاملة، فيمكن استبدال الحبوب المكررة مثل المعكرونة البيضاء والأرز والخبز الأبيض ببدائل الحبوب الكاملة، مثل معكرونة الحبوب الكاملة والأرز البني وخبز الحبة الكاملة. تحتوي الحبوب الكاملة على نسبة عالية من العناصر الغذائية المهمة مثل الألياف، فضلاً عن أنها تساهم في الحماية من أمراض القلب والسكري وأنواع معينة من السرطان.

### تحضير البدائل الصحية للأطعمة المصنعة منزليا

يمكن صنع الأطعمة المصنعة والمفضلة لدينا في مطبخنا وبطريقة صحية. وبذلك يمكن التحكم في مكونات الوجبة، كما يتيح إمكانية تجربة مكونات جديدة مثيرة للاهتمام. فعلى سبيل المثال، يمكن صنع رقائق الخضار عن طريق وضع شرائح البطاطس أو الكوسا أو الجزر مع القليل من زيت الزيتون والملح، ثم خبزها حتى تصبح مقرمشة.

### شرب المزيد من الماء

لتحسين جودة نظامنا الغذائي من الضروري تقليل أو إلغاء تناول المشروبات السكرية مثل الصودا والشاي الحلو وعصير الفاكهة ومشروبات الطاقة الغنية بالسكر والسعرات الحرارية، ولكنها منخفضة في العناصر الغذائية الأساسية. ويُعد استبدال هذه المشروبات تدريجيًا بالماء العادي أو الماء المنقوع بالفواكه أو الأعشاب الطازجة للحصول على نكهة إضافية على مدار اليوم طريقة رائعة لتقليل تناول الأطعمة المصنعة.

> يُنصَح أثناء التسوق بقراءة ملصقات المنتجات الغذائية المشتراة

### تناول المزيد من الخضار

تعتبر الخضروات من المصادر المغذية والغنية بالألياف، والتي تساعد على الشعور بالشبع وتقلل الشهية وتحد من الرغبة بتناول الطعام بين الوجبات، لذلك ينصح بتناول المزيد منها. ويمكن ذلك بإضافة حصة واحدة على الأقل من الخضروات عند تحضير الوجبة، فيمكن مثلاً إضافة السبانخ أو البروكلي إلى البيض المخفوق، أو إضافة الجزر أو القرنبيط إلى الحساء.

### تبديل روتين التسوق الخاص بك

يمكن الحد من تناول الأطعمة المصنعة عندما لا تكون في متناول اليد. لذا ينصح بعدم شراء الأطعمة الجاهزة والاقتصار فقط على شراء الأطعمة الصحية قليلة المعالجة مثل الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والبقوليات. كما يُنصح أثناء التسوق بقراءة ملصقات المنتجات الغذائية المشتراة والابتعاد عن شراء الأطعمة التي تحتوي على الكثير من الصوديوم أو الدهون المتحولة أو السكر المضاف، وانتقاء المنتجات التي تحتوي على أقل كمية من الإضافات غير الصحية لكل 100 غ.