منوعات

MEDIA

تغريد

دشن مستخدمو مواقع التواصل في المغرب وسم «#لا_لاستقبال_الإرهاب_الصهيوني» احتجاجاً على زيارة وزير الأمن الإسرائيلي بني غانتس للعاصمة الرباط الأسبوع المقبل، في أول زيارة من نوعها على هذا المستوى.

أثار فيديو لفرقة من الأطفال تردد أغنية تتغنى بالرئيس قيس سعيّد حالة من الغضب والاستغراب لدى كثير من التونسيين، بعدما غيّر العازف كلمات «بابار فيل» من «جاءنا فيل ظريف» إلى مدح خصال سعيّد لتصبح «رجل نظيف».

كلمات غير مفهومة تنقص منها أحرف، نشرها ناشطون وصحافيون لبنانيون ضمن حملة تدعم دور النساء في لبنان، في مبادرة للأمم المتحدة تشارك فيها وسائل إعلامية ومواقع التواصل، تحت عنوان «#مش_حرف_ناقص».

ثار غضب عراقي واسع إثر انتشار صور تظهر جسراً متهالكاً يقطعه الأطفال في محافظة واسط جنوبي البلاد، في طريقهم للمدرسة، ويعرضهم لخطر السقوط، وما زاد الغضب هو طريقة إصلاحه التي اقتصرت على مد ألواح خشبية.

في ظلّ «اعتراض» سلطات الانقلاب على التغطية الإعلامية للأحداث في السودان، يتعرض الصحافيون لانتهاكات واسعة لحقوقهم، تبدأ من مصادرة الصحف وتصل إلى الملاحقة والاعتداء والسجن

الانقلاب يكبّل الصحافة السودانية: قمع يزداد شراسة

الخرطوم ـ **عبد الحميد عوض**

بعد مرور أكثر من 3 أسابيع على انقلاب الجيش السوداني، دخلت الصحافة ووسائل الإعلام في نفق مظلم بجملة من الانتهاكات والمضايقات الأمنية. عبد المنعم محمد مادبو، صحافي يعمل مراسلاً لموقع «دارفور 24» من مدينة نيالا، مركز ولاية جنوب دارفور. يوم السبت الماضي، حين كان مقرراً خروج مواطني المدينة بموكب رافض للانقلاب العسكري، حضر إلى المكان المحدد ومعه أدوات التصوير، ومع بداية الموكب، شرع بمهمته الصحافية، لكن ومن دون مقدمات هجمت عليه قوة من الشرطة، بدأت بضربه، ومن ثم رمته في عربة، واقتادته إلى قسم الشرطة برفقة عشرات من المحتجين. يروي مادبو لـ«العربي الجديد» ما حدث معه، مشيراً إلى أنّه تم التعامل معه منذ أول لحظة بعنف شديد، وأنه قابل في القسم مدير الشرطة الذي سأله عن أسباب تواجده، فأخبره بأنه صحافي وحضر لتغطية الحدث، ليخبره المدير بأنه «لا تغطية بعد الآن، إلا بإذن منهم في ظل حالة الطوارئ المعلنة في البلاد»، مبيناً أنّه تم التحقيق معه، فيما أخبره العناصر بأنه سيسجن مع الموقوفين الآخرين لمدة 3 أشهر بموجب قانون الطوارئ، لكن في اللحظات الأخيرة، وبعد 3 ساعات من إيقافه، أطلق سراحه. يصف مادبو ما حدث له بأنه «انتكاسة كبيرة لحرية الصحافة والحريات العامة التي تمتع بها السودانيون بعد نجاح ثورتهم قبل أكثر من سنتين، وتذهب بعد الانقلاب في مهب الريح». ويشير إلى أنه يعيش حالة من الإحباط والقلق على مستقبل الحريات الصحافية في البلاد، وحتى كمواطن، إذ يقول إنه لا بقاء دون حرية التي تعني له الكرامة قبل كل شيء، ويؤكد أنه سيواصل مهمته الصحافية مهما كانت النتائج وسيخرج لتغطية المواكب المعلنة لذات الغرض.

ما تعرض له مادبو بمدينة نيالا، لم يكن حصرياً، فمدير مكتب قناة «الجزيرة» الإخبارية في السودان، المسلمي الكباشي، داهمت منزله بمدينة الخرطوم بحري، يوم الأحد الماضي، قوة ترتدي زياً مدنياً ونقلته إلى الاحتجاز بمقر نيابة الجرائم الموجهة ضد الدولة، ودونت في حقه عدداً من البلاغات. أطلق سراح الكباشي يوم الثلاثاء الماضي من دون إعلان الأسباب التي أدت إلى توقيفه، فيما يؤكد مصدر بمكتب «الجزيرة»، لم يكشف عن اسمه كونه غير مخول له بالتصريح، لـ«العربي الجديد»، أن سلطات الانقلاب اعترضت منذ فترة على تغطية قناتي «الجزيرة» و«الجزيرة مباشر» للاحتجاجات الشعبية التي أعقبت الانقلاب في 25 أكتوبر/تشرين الأول الماضي، وأن البلاغات ضد مدير المكتب تسير في هذا السياق غير الحقيقي والواقعي. وتخوّف المصدر من أن يتم إغلاق المكتب في أي لحظة، تكراراً لما حدث في بلدان الربيع العربي، سابقاً. في ولاية القضارف، شرق السودان، وطبقاً لبيان شبكة الصحافيين، خضع المراسل بمكتب قناة «الجزيرة» بالخرطوم، الصحافي أسامة سيد أحمد، مطلع الأسبوع الحالي، للتحقيق من قبل عناصر جهاز الأمن بولاية القضارف ومُنع من الوصول إلى موقع الحدث وتغطية «موكب 13 نوفمبر» وتم إجباره على مغادرة الولاية. وطبقاً لمعلومات أخرى لـ«العربي الجديد»، فإن سلطات الانقلاب شرعت في إصدار توجيهات لبعض مراسلي الصحف والقنوات الخارجية والاحتجاج على تغطيتهم وطريقة عكسهم لما يدور في الشوارع السودانية من رفض للانقلاب.

والثلاثاء الماضي، قال الصحافي شوقي عبد العظيم إنه تعرض لاعتقال تحت الترهيب دام ساعات من قبل الاستخبارات العسكرية. وأكد الصحافي السوداني، في تدوينة في «فيسبوك»، أنه تم عصب عينيه واقتياده إلى مكان مجهول، وطُلب منه التوقيع على إقرار وتعهد بـ«التوقف عن بث خطاب الكراهية ضد الجيش». وصباح الثلاثاء الماضي أيضاً، تعرّض رئيس تحرير صحيفة «السوداني»، عطاف محمد مختار، لمطاردة من قبل ملثمين حاولوا فتح باب سيارته، مرجحاً أن تكون المحاولة جزءا من محاولات إسكات الصحافيين وتخويفهم. وتقول «شبكة الصحافيين السودانيين»، في بيان لها، إن الصحافيين تعرضوا للتضييق والمعاملة السيئة أثناء قيامهم بأداء واجبهم ومنعوا من تغطية الاحتجاجات والمواكب السلمية التي اجتاحت كل مدن وولايات السودان ضد الانقلاب، رغم أهمية تلك التغطية التي أصبحت حدثاً يتصدر عناوين الأخبار الرئيسية في جميع وكالات الأنباء والصحف العالمية والقنوات الفضائية. وأشارت الشبكة، وهي من الكيانات الصحافية المدافعة عن حرية الصحافة والحق في التعبير، إن السلطة الانقلابية وجهاز أمنها «سيئ السمعة»، يعمدان إلى إخفاء الحقائق بتكميم الأفواه ومنع الصحافيين من الوصول إلى موقع الحدث، ونقل المعلومة الحقيقية للمتلقي.

> اعتقال صحافيين واستدعاء آخرين للتحقيق معهم بسبب عملهم

وكان الصحافي بقناة «سودانية 24» حذيفة عادل الجاك، قد تعرض خلال موكب 13 نوفمبر/ تشرين الثاني الجاري للاعتداء. وقال في منشور له بصفحته على «فيسبوك»: «تم الاعتداء عليّ جسدياً ولفظياً بألفاظ يعف اللسان على ذكرها من قبل أفراد يرتدون زي شرطة، وعند التعريف بأنني صحافي كانت الإجابة ببساطة: «يعني شنو صحافي؟» يبدو أننا مقبلون على عهد الصحافي فيه لا شيء... بل الإنسان فيه لا شيء». يقول حذيفة عادل الجاك لـ«العربي الجديد»، إنه «لا يستطيع وصف ما حدث له ولن يستطيع أحد آخر تصوره إلا إن مرّ بنفس التجربة». ويضيف: «كل ما في الأمر أنك أمام قوة تضربك وتهينك وتتهمك بانتهاك القانون، وليس بمقدورك أن تخبرهم أنهم هم من ينتهكون القانون في تلك اللحظة»، منبهاً إلى أن «ما يتعرض له الصحافيون الآن هو أسوأ مما كان عليه أيام نظام البشير بكل ما فيه من مساوئ»، موضحاً أنه لم يحرك أي إجراءات قانونية لأن تجربة مماثلة تعرض لها قبل فترة لم يكن الذهاب فيها للعدالة مجدياً. وحول كيفية مواجهة الصحافيين لذلك الواقع، يقول إنه «لا مجال أمامهم سوى الإضراب عن العمل كلياً لأنهم أمام خيارين، إما عكس الحقيقة وإرضاء الضمير، ومواجهة التعسف، أو التطبيل للانقلاب، وهذا مستحيل عند غالب الصحافيين الشرفاء». في وجه آخر للمضايقات، استدعت سلطات مجلس الصحافة والمطبوعات الحكومية، مراسل صحيفة «الشرق الأوسط» أحمد يونس، في 11 نوفمبر الجاري، عطفاً على تقرير له عن عودة شخصيات محسوبة على نظام الرئيس المعزول عمر البشير للواجهة السياسية بعد الانقلاب. لكن يونس رفض الذهاب لمقابلة المسؤولين في المجلس لعدم اختصاص المجلس في استدعائه، ووجد موقفه دعماً من عشرات الصحافيين الذين وقعوا على مذكرة ترفض الاستدعاءات الإدارية الموروثة من النظام القديم واعتبروها ردة عن قيم الثورة السودانية.

الصحافي بصحيفة «التيار»، حمد سليمان الخضر، حصل على نصيبه من الانتهاكات، بإصابته برصاصة مطاطية أثناء تغطيته لمواكب بمدينة أم درمان، غرب الخرطوم، نُقل إثرها إلى المستشفى لتلقي العلاج. يوضح سليمان لـ«العربي الجديد» أنه أصيب برصاص حي بعمق 7 سنتيمترات من قبل الشرطة، وقبل أن يستفيق من الضربة الأولى، أصيب برصاصة مطاطية فوق الفخذ وحدث له نزيف كبير جداً تدخل الأطباء بسرعة شديدة لإسعافه، رغم كثرة الإصابات التي وردت إلى المستشفى. ويصف سليمان رد فعل الأجهزة الأمنية بـ«الوحشي والدموي من نظام يريد أن يحكم بالقبضة الحديدية ويريد منع الصحافة الحرة من القيام بواجباتها التي تكفلها لها القوانين المحلية والدولية»، مبيناً أنه في ذات الشارع الذي أصيب فيه تعرض باقي الصحافيين لمضايقات كبيرة حيث منعت القنوات التلفزيونية من نقل ما يدور، «لأن الانقلابيين يخططون لإرغام وسائل الإعلام المستقلة لأن تكون مثل وسائل الإعلام الحكومية التي سيطروا عليها كالتلفزيون والإذاعة ووكالة السودان للأنباء، وهي وسائل تتحدث عن «مخربين في الشوارع» وليس ثواراً».

يشار إلى أن سلطات الانقلاب اعتقلت منذ اليوم الأول، الصحافي بالتلفزيون الحكومي، ماهر أبو الجوخ، وأردفته باعتقال الصحافي فائز السليك، ولم تطلق سراحهما حتى اللحظة.

سيطرت سلطات الانقلاب على وسائل إعلام حكومية (فرانس برس)

مشكلات لوجستية

عدا عن الانتهاكات والمضايقات، تواجه الصحافة السودانية مشاكل لوجستية، منها إغلاق الطرقات والجسور في بعض الأيام، بينما المعضلة الكبرى تتعلق بقطع خدمة الإنترنت والتي تسبب استمرار احتجاب الصحف عن الصدور، كما تستمر سلطات الانقلاب في مصادرة صحيفة «الديمقراطية» بالكامل، بواسطة قوة عسكرية تمنع دخول العاملين في الصحيفة، إلى مكاتبها. في السياق، يؤكد الصحافي علاء الدين بابكر، لـ«العربي الجديد» أنّ «المناخ الحالي للحريات الصحافية هو الأسوأ في تاريخ الصحافة، والانقلاب ما عاد يسمح بأيّ ممارسة صحافية مهنية، بما في ذلك الاستماع للرأي والرأي الآخر، وما يتهدد الصحافيين بات يتوسع يوماً بعد يوم، بما في ذلك حياتهم وسلامتهم». ويشير بابكر، إلى أنّ «إرهاصات التضييق بدأت قبل الانقلاب بالاعتداء على الصحافيين أثناء تغطيتهم لما سمي باعتصام القصر، وهو الغطاء السياسي للانقلاب». ويلفت إلى أنّ «مستقبل الصحافة والكلمة الحرة في خطر حقيقي، لكنّنا متفائلون بعودة الحكم المدني بكلمة الشارع السوداني، وقتها ستكون الصحافة السودانية نموذجاً للمنطقة العربية والأفريقية، وإلا ستتحول الصحافة بوقاً للانقلاب».

من جهته، ينفي الأمين العام لمجلس الصحافة والمطبوعات، والمعين حديثاً من قبل سلطة الانقلاب العسكري، عبد العظيم عوض، وجود «أي تضييق أو استهداف ممنهج ضد الصحافيين» كما ينفي استدعاء مراسل «الشرق الأوسط» لأسباب تتعلق بعمله الصحافي «إنما لأسباب إدارية تخص توفيق أوضاع المكتب». ويضيف لـ«العربي الجديد» أنّ «كل ما يثار من اتهامات حالياً مردها حالة الاحتقان والاستقطاب الحاد الراهنة والتجييش ضد العسكر» مؤكداً إدانته أي عملية توقيف أو اعتقال لأي صحافي بما في ذلك تلك التي حدثت لمدير مكتب «الجزيرة» المسلمي الكباشي، مبيناً أنه يتقصى أسبابها حالياً، لينظر بعدها ما يمكن أن يفعله. ويستبعد عوض ترصد الأجهزة الأمنية للصحافيين أثناء المواكب أو إطلاق الرصاص عليهم، خصوصاً أنّ الشرطة ذكرت في بيان لها أنها لم تستخدم الرصاص، بما يرجح، حسب زعمه «وجود جهات أخرى، ربما تكون متورطة في ذلك لمزيد من التجييش».

إضاءة

تشير الإحصاءات إلى أن هوليوود تتجه نحو موجة من الطهرانية والتزمت، وتتخلى عن مشاهد الجنس في الأفلام، لأسباب عدة نحاول الإضاءة عليها في هذا التقرير

هوليوود والجنس

عالمٌ أكثر طهرانية وورعاً

ماجدولين الشموري

في يوليو/تموز الماضي، أجرى المخرج الهولندي بول فيرهوفن مقابلة مع مجلة «فرايتي»، قبل العرض العالمي الأول لفيلمه «بينيديتّا» Benedetta، في «مهرجان كانّ السينمائي الدولي». سئل حينها فيرهوفن عن سبب غياب أفلام كفيلمه «بيسك إنستنكت» Basic Instinct (1992) عن هوليوود خلال السنوات الماضية. ومَن شاهد Basic Instinct يعلم أنه من النوع الإيروسي، وكشفت فيه الممثلة شارون ستون عن مناطق حميمة في جسدها، في مشهد طبع مسيرتها المهنية ولاحقها لسنوات. رد بول فيرهوفن قائلاً إن «هناك توجها عام نحو التزمت أو التطهر. أعتقد أن هناك سوء فهم حول الجنس في الولايات المتحدة. الجنسانية هي العنصر الأهم في الطبيعة. تدهشني دائماً صدمة الناس من الجنس في الأفلام».

فيرهوفن ساعد في تحديد معنى الفيلم الإيروسي في التسعينيات، واهتمامه بالجنس واضح في أعماله، إن كان في «بيسك إنستنكت» أو «شوغيرلز» Showgirls عام 1995 أو «إيل» Elle في 2017. في «مهرجان نيويورك السينمائي» هذا العام، احتجت مجموعة كاثوليكية على تصويره راهبات مثليات في فيلمه «بينيديتّا».

لكن هل كان فيرهوفن محقاً في القول إن هوليوود تتجه نحو التزمت أو التطهر؟ في تقرير نشرته «بي بي سي» الشهر الحالي، سلطت الصحافية كريستينا نيولاند الضوء على هذه المسألة، واستشهدت بتقرير أعدته الكاتبة كيت هيغن عام 2019.

استندت كيت هيغن في تقريرها إلى بيانات الموقع السينمائي «آي إم دي بي»، ووجدت أن عدد المشاهد الجنسية في الأفلام السائدة حالياً أقل مما كان عليه في أي وقت خلال الخمسين عاماً الماضية. وكتبت أن «1,21 في المائة فقط من الأفلام الـ148012 الروائية الطويلة الصادرة منذ عام 2010 فيها لقطات جنسية. وهذه النسبة هي الأدنى منذ الستينيات». وأوضحت أن «اللقطات الجنسية بلغت ذروتها في التسعينيات، حين عرضتها 1,79 في المائة من الأفلام»، وأن «هذا الانخفاض الضئيل يعتبر ضخماً من الناحية النسبية، مع الأخذ في الاعتبار أن عدد الأفلام الصادرة منذ عام 2010 هو نحو أربعة أضعاف ما طرح في التسعينيات».

لعبت حركة #MeToo المناهضة للتحرش دوراً في هذا التوجه

لكن، ما أسباب هذا التوجه الجديد؟ وفقاً لكريستينا نيولاند، فإن السبب الأكثر شيوعاً هو إتاحة المحتوى الإباحي على نطاق واسع على شبكة الإنترنت. لكن فيرهوفن لا يوافق على هذه الفرضية، إذ قال إن «المواد الإباحية كانت في كل مكان حين كنت صغيراً. إذا كان هناك تغيير في كيفية رؤيتنا للجنس في الأفلام، فأنا لا أعتقد أن الأمر يتعلق بالإباحية على الإنترنت».

الكاتبة هيلين لويس عزت هذا التحول إلى «أزدهار التلفزيون كشكل فني معروف بالصراحة الجنسية». وأوضحت في حديث لـ«بي بي سي»: «نحن نقارن الأفلام بمسلسلات أنتجتها منصات البث، مثل (الجنس والمدينة) Sex and the City و(الشيطان) The Deuce» الخاصين بـ«إتش بي أو».

هذه التجربة خاضتها أيضاً منصة البث العملاقة «نتفليكس» في مسلسلها الذي شوهد على نطاق واسع «بريدجرتون» Bridgerton. وكررت المنصة الأميركية التجربة في سلسلة «سكس/لايف» Sex/Life.

وبعيداً من تأثير التلفزيون، رأى كثيرون أن الروح الحقيقية للاجنسية غرست في هوليوود. الكاتبة راكيل إس بنديكت أشارت في مقالة لها إلى أن الأجسام المفتولة التي تهيمن على أفلام الأبطال الخارقين وأفلام الحركة تلعب دوراً. وكتبت أن هذه الأجسام المنحوتة تجسد نوعاً جديداً من «الورع»، وأن الرسائل المبطنة التي توجهها مفادها بأن «المتعة تجعلك ضعيفاً، وتدفعك إلى التخلي عن أصدقائك ومنح العدو فرصة للفوز، كما فعل (ثور) حين أصبح سميناً في فيلم (أفنجرز: إندغيم) Avengers: Endgame».

لفتت بنديكت إلى أن هذه الجمالية غير الجنسية سارت جنباً إلى جنب تغيير واسع حول مقدار ما يتوقعه الجمهور من مشاهد الجنس في السينما السائدة. وكتبت «غالباً ما يشعر مشاهدو جيل الألفية وجيل زد (مواليد منتصف التسعينيات إلى منتصف العقد الأول من الألفية الثانية) بالذهول عند مواجهة محتوى جنسي منسي مرّ عليه الزمن... هذه المشاهد لم تصدمنا عندما رأيناها لأول مرة. كنا نظن: بالطبع هناك جنس في الفيلم. ألا يوجد دائماً؟».

لكن الشركات الكبرى مثل «ديزني» اليوم لا تريد المخاطرة بخسارة المستهلكين. وصرح الرئيس التنفيذي لـ«جمعية السينما البريطانية»، فيل كلاب، أخيراً لصحيفة «آي» بأن عدد الأفلام المصنفة لأعمار أكثر من 15 و18 عاماً انخفض خلال العقد الماضي مع الاستوديوهات «التي تستهدف بشكل متزايد الجماهير العائلية، لتحقيق أقصى قدر من عائدات شباك التذاكر».

وعلى الرغم من هذا التوجه بعيداً عن الجنس في السينما، فإن أصواتاً كثيرة تعلو عبر منصات التواصل الاجتماعي، تعبر عن انزعاجها من ما تقول إنه مبالغة في هذه المشاهد على الشاشة.

من المحتمل أيضاً أن يكون هذا الانزعاج الجديد مرتبطاً بحركة MeToo# المناهضة للعنف والتحرش الجنسي. إذ كشفت عن عمليات استغلال واعتداء واغتصاب في هوليوود، وسارعت إلى محاولة محاسبة المتورطين، وأشهرهم المنتج هارفي وينستين. هذه الحملة أحدثت تغييراً كبيراً في الصناعة، ودفعت السينمائيين إلى إعادة النظر بكيفية تصوير هذه المشاهد والاستعانة بمشرفين لتنظيمها. ومع ذلك، أصبحت هذه المشاهد تؤرق صنّاع السينما الذين يتخوفون من عواصف الانتقادات على مواقع التواصل الاجتماعي.

مايكل دوغلاس وشارون ستون في «بيسك إنستنكت» (تارابستار/Getty)

شارون ستون

المشهد الذي تباعد فيه شارون ستون بين ساقيها ثم تضع ساقا فوق ساق من أشهر المشاهد السينمائية. لكنها اشارت في مذكراتها الى انه طُلب منها خلع ملابسها الداخلية لان «الابيض يعكس الضوء». ولم تكتشف انهم يستطيعون رؤية ما بين ساقيها الى ان استدعيت لعرض للفيلم يعج بالشرطة والمحامين. وقالت انها صفعت فيرهوفن، واخبرها المحامي ان اللقطة غير قانونية، لكنها اختارت السماح بها «لانها مناسبة للفيلم وللشخصية».

صحة

أخطاء استخدام الميكروويف

يارا حسين

أصبح جهاز الميكروويف اليوم ضرورة يكاد لا يخلو مطبخ منه، فهو وسيلة سهلة وسريعة لإعادة تسخين الطعام أو حتى لطبخ وجبة كاملة، لكن هل نستخدمه بشكل صحيح؟ وما هي الأخطاء الشائعة التي نقوم بها عند استخدام الميكروويف؟

■ عدم تقليب الطعام: تعمل أفران الميكروويف على تسخين أسطح الطعام بسرعة كبيرة، لكنها لا تستطيع إيصال الحرارة إلى وسطه بالسرعة الكافية، ونتيجة لذلك يسخن سطح الطعام ويبقى الجزء الداخلي منه بارداً. لذلك ينصح بتقليبه بعد مرور منتصف وقت التسخين حتى تتوزع الحرارة في الطبق ويسخن الطعام بشكل متساوٍ.

■ تسخين طعام مكشوفاً: من المهم جدًا تغطية الطعام عند تسخينه في الميكروويف حتى لا تتطاير أجزاء منه، وكذلك لضمان وصول الحرارة بالتساوي إلى جميع أجزاء الطعام. كما أن استخدام الغطاء سيساعد البخار المتصاعد على إتمام عملية الطهي دون تناثر أجزاء الطعام.

ولكن ينصح بعدم وضع الماكولات في وعاء محكم الإغلاق لصعوبة فتحه بعد ذلك بسبب الضغط الذي قد ينحبس داخله، والذي قد يؤدي إلى انفجار الوعاء بسهولة في حال احتوائه على كمية كبيرة من السوائل.

■ استخدام وعاء غير آمن للحرارة: لا بد من اختيار الوعاء المناسب لإعادة تسخين الطعام في الميكروويف، كالأوعية الزجاجية أو الخزفية المقاومة للحرارة. وفي حال استخدام الأوعية البلاستيكية، فلا بدّ من التأكد أنها آمنة للاستخدام بالميكروويف لتجنب تسرب المواد الكيميائية الضارة من البلاستيك إلى الطعام عند تعرضه لدرجات حرارة مرتفعة، والتي يمكن أن تسبب العديد من المشاكل الصحية، مثل مرض السكري وأمراض القلب وحتى العقم.

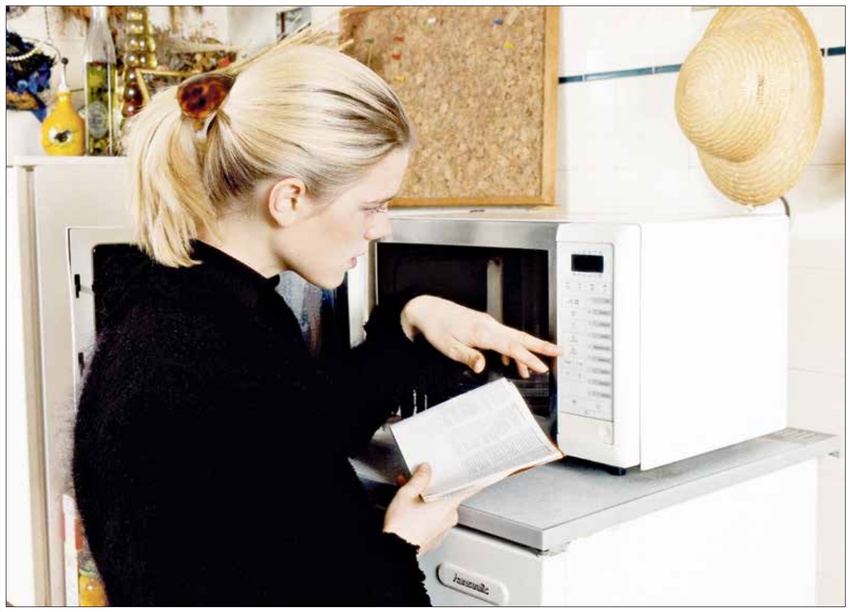
■ سلق البيض في الميكروويف: بعض الأطعمة غير مناسبة للطهي في الميكروويف ومن الممكن أن تؤدي لانفجارها، فمن الصعب طهي البيض في الميكروويف دون انفجاره وتطاير أجزاء منه على جدران الميكروويف. لذلك، إذا لم يكن لدينا وقت لسلق البيض بالطريقة التقليدية، ينصح بإحداث ثقب صغير في القشرة وغمره في وعاء من الماء الساخن، ثم تسخين الوعاء والماء في الميكروويف من ثلاث إلى أربع دقائق.

■ طهي الفلفل الحار في الميكروويف: يؤدي طهي الفلفل الحار في الميكروويف الى انبعاث أبخرة واخزة، إذ يتسبب تسخين الفلفل الحار بانبعاث مادة الكابسيسين، وهو مركب كيميائي يمكن أن يسبب تهيجاً في العينين والأنف والحنجرة بمجرد فتح باب الميكروويف. لذلك يوصى بتسخين أو طهي الفلفل الحار في الفرن العادي.

■ طهي أو تسخين كل الأطعمة في طبق واحد: لا ينصح بطهي أو تسخين أنواع مختلفة من الطعام في الميكروويف في وعاء واحد ووقت واحد، فقد تؤدي هذه الطريقة الى زيادة طهي بعض الأطعمة وعدم طهي بعضها الآخر بشكل مناسب، لأن درجة الحرارة والوقت اللازم للطهي قد يختلفان بحسب كل نوع من أنواع الطعام. لذلك ينصح بطهي أو تسخين كل نوع من الأطعمة على حدة، ثم إعادة تجميعها في طبق واحد.

■ عدم فك تجميد اللحوم في عبواتها: تنصح إدارة سلامة وتفتيش الأغذية بوزارة الزراعة الأميركية (FSIS) دائمًا بفك تغليف اللحوم من عبوتها قبل فك تجميدها، وذلك لتجنب تسرب المواد الكيميائية الضارة الموجودة غالباً في الستايروفوم أو الغلاف البلاستيكي الى الطعام أثناء تسخينه.

يصعب طهي البيض في الميكروويف من دون انفجاره



لا ينصح بطهي او تسخين انواع مختلفة من الطعام في الميكروويف في وعاء واحد (Getty)

قراءة

«جيش اللصوص»... ما قبل آكلي لحوم البشر

عمّار فراس

واجه فيلم «جيش الموتى»، الذي صدر هذا العام بتوقيع المخرج زاك سنايدر، العديد من الانتقادات، التي تتعلق بفجوات الحبكة وبعض التفاصيل التي حرصت مخيلة وشتائم المشاهدين؛ إذ أنهم سنايدر بالإطالة، وعدم تبرير فرضية الفيلم المتمحور حول مجموعة من المرتزقة، يريدون سرقة خزنة في أحد كازينوهات لاس فيغاس.

لكن، وفي محاولة للحفاظ على سلسلة الأفلام التي تريد نتفليكس إطلاقها حول عالم الموتى الأحياء، بنت المنصة فيلم «جيش اللصوص»، من بطولة وإخراج ماتياس شفيغوفر، الذي يلعب، كما في الفيلم السابق، دور لودفيغ ديتر، الشاب الألماني المهووس بالخزنات وأقفالها، ثم يتعرف على غوينديلن، لصة فنون محترفة ومطلوبة من قبل الإنتربول، والتي تعده بتغيير حياته إلى الأبد إن ساعدها.

يتعرف لودفيغ على فريق اللصوص الذي تقوده غوينديلن. وضمن حبكة يتداخل فيها العنف مع الكوميديا، ووباء يجول الناس إلى زومبيز في نيفادا (الولايات المتحدة)؛ نكتشف أن لودفيغ مهووس بالخزنات، خصوصاً الثلاث التي صنعها هانز فاغنر، واحد من أكثر مصممي الخزنات احترافاً وأقلهم شهرة، لنكتشف أن هدف لودفيغ هو فتح الخزنات الثلاث في محاولة لتحقيق ذاته وحلمه.

لا تدور حبكة الفيلم حول الزومبيز؛ إذ نتتبع مغامرات الأخرق لودفيغ ومهاراته المتنوعة، وكيفية تعامله مع المخاطر. في ذات الوقت، يسخر الفيلم من «الأفلام» نفسها، وكان الشخصيات تعي أنها في فيلم؛ إذ تعلّق على أسلوب مونتاج مشاهد السرقات، وتتهكم على الحوار الذي يدور بينها، ناهيك عن الأحلام التي تراود لودفيغ، تلك التي يتحول فيها الجميع إلى زومبيز، وكان الوباء وصل إلى أوروبا، في إحالة إلى الفيلم السابق. كما يوظف الفيلم كل الكليشيهات المتعلقة بأفلام السرقة، مثل تصميم الخطة، والفريق المخيب للآمل، وتنفيذ العملية... كلها حاضرة بشكل مفارقة ساخرة (Parody).

ما يثير الاهتمام في الفيلم، أن الغرض الذي تلاحقه الشخصيات، أو «المالك غافين» (macguffin) هو ثلاث خزنات، كل واحدة منها يرتبط تصميمها بأوبرا ألفها الموسيقي الشهير ريتشارد فاغنر، ناهيك أن علاقة لودفيغ مع كل خزنة تتجاوز المهارة نحو التورط العاطفي. كل واحدة منها بالنسبة له عمل فنيّ لا بد من اكتشاف العبقرية وراء تكوينه وأسلوب تصميمه وطبيعة الأقفال التي تحافظ عليه مغلقاً، وكأنه وشركاءه يحاولون بناء أسطورة، وتخليد أسمائهم كونهم من تمكنوا من فتح الخزنات الثلاث.

من وجهة نظر أخرى، إن نظرنا إلى الفيلم كعمل عن «أفلام السرقة»، تبدو الخزنة في هذه الحالة أشبه بشيفرة عن السينما نفسها، قلة قليلة تستطيع تقديرها وفك «رموزها» للاستمتاع بها حقاً وتقدير العبقرية وراءها. وهذا الضبط ما كان يحاول لودفيغ القيام به، تعريف «المشاهدين» على عبقريّة شخص صنع «فناً» ولم يلقَ اهتماماً من أحد.

تبدو الخزنة رمزاً للسينما نفسها، قلة تستطيع فك رموزها

يعلق الفيلم، أيضاً، على شكل الشهرة الحالية؛ فلودفيغ صاحب الموهبة والمعارف النظرية المثيرة للاهتمام، يلجأ إلى يوتيوب من أجل تحقيق الاعتراف من الآخرين، لكن حرفياً لا أحد يشاهد تسجيلاته سوى اثنين، غويندلين التي تقوم بتجنيده، ومحقق الإنتربول الأخرق الذي يفشل في إلقاء القبض على العصابة. هذا الشكل من «الشهرة في المنزل»، تقابله المغامرة الحقيقية، تلك التي تقدمها غويندلين للودفيغ؛ إذ تتضمن مطاردات واقتحام بنوك وألغازاً محيرة، الرهان فيها على الخطر واكتشاف العالم وأسراره، ليس الاختباء وراء الشاشة واستعراض الذات.

يجيب الفيلم عن واحد من الأسئلة التي طرحت على فيلم «جيش الموتى»؛ إذ نكتشف وجود خزنة رابعة، تلك التي يعتبر فتحها واحداً من المستحيلات، وتحدياً يرغب لودفيغ في خوضه، ومكان هذه الخزنة هو لاس فيغاس، حيث الزومبيز. هنا، يتضح لنا أن الشاب الألماني الذي نراه في جيش الموتى، ولا نعرف سبب وجوده، ليس إلا حالماً يريد تحقيق أسطورته الشخصية، وفتح الخزنات الأربع؛ إذ لا تهمه النقود، بل فقط إثبات ذاته والوفاء بوعده لغويندلين.

ضمن الفيلم في حبكة تمزج العنف والكوميديا (نتفليكس)

متابعة

كارول سماحة في ثرثرة عن الرجال والنساء

أثارت تصريحات المغنية اللبنانية كارول سماحة ورؤيتها لـ «النسوية» ردود فعل شاجبة وانتقادات كثيرة

إبراهيم علي

قالت المغنية كارول سماحة، في تصريح متلفز، إنها ضد النسوية، ولن ترضى مثلاً أن تدفع فاتورة المطعم، وشريكها إلى جانبها. الصورة ذاتها التي انتقدت فيها زميلتها نجوى كرم، منذ عام، عندما ردّت على الجدل الذي أثير سابقاً حول تصريحها عن أدوار المرأة الاجتماعية، وأنها ليست ضد منح الرجل أو المرأة حقوقهما، ولكن تميل لأن تكون الأنثى مصدراً للفرح والجمال في العائلة، ومدرسة للأبناء. قالت كرم هذا، في إطار لا يخلو من تغليب عقلية «الرجل الشرقي»، كما فعلت زميلتها سماحة قبل أيام، وخصت ما حصدته من جدل وهجوم على مفهومها الخاص تجاه العلاقة بين الرجل والمرأة. ولم تقف عند ذلك، بل تذرّعت في ردودها على المنتقدين بأنه حتى التيار النسوي في أوروبا متهم بالعنصرية.

منذ سنوات، تحاول المغنية اللبنانية كارول سماحة، الحفاظ على «النجومية»، بعد أعوام من تأسيسها لخط ونهج فنّي يتماشى مع ما هو سائد اليوم.

بدأت كارول سماحة حياتها الفنية، متسلحة بإرث وتشجيع آل الرحباني. الراحل منصور الرحباني وإبناؤه عملوا على اكتشاف الطالبة، التي أدهش صوتها منصور، فكتب لها المسرحيات، وطلب من ابنه أسامة مساندتها.

ربما تكون «خاصية» الرحباني لكارول سماحة أجمل وأفضل ما حصل معها في مسيرتها الفنية، قبيل إعلان انتفاضتها، في عام 2008، ودخولها بازار زميلاتها في لبنان والعالم العربي، بدعم يومها من الملحن نبكولا سعادة نخلة، بعدها انفصلت عنه، لتدخل مرحلة جديدة من المحاكمات التي كسبها نيكولا نخلة كاملة.

خرجت كارول سماحة نهاية العقد الماضي من عباءة الرحباني بشكل كامل، واستقلت قطارها الخاص بعد زواجها من وليد مصطفى، واستطاعت بذكاء وحنكة أن تصل إلى مرادها.

في السنوات الأخيرة، أولت سماحة نفسها كمنتجة منفذة لكل أعمالها الغنائية والموسيقية. ورغم تفاوت نجاح إصداراتها، ركزت على هذا الشق، بعد خلافها الشهير مع شركة روتانا عام 2011، الشركة التي تبنت توزيع إصدار واحد لها، والمشاركة كراع رسمي في مسرحيتها الاستعراضية «الليدي» من إخراج طوني قهوجي.

في القاهرة، أسست سماحة قاعدة جماهيرية جيدة، وحجزت مكانها على الخارطة المصرية بوجود دائم، بحكم إقامتها إلى جانب عائلتها. وفي لبنان، ظلت متمسكة ببعض أصدقائها، من دون أي تجدد في عملية إنتاج الأغاني، التي تدور حول خط واحد، ترى فيه سماحة أن بشّ من ثباتها على أرض رمال فنية متحركة، ويضمن لها الحضور أمام منافسة شرسة مع محيطها الفني، لكن ذلك لا يعفيها من ضرورة مواجهة المفاهيم والعادات بطريقة تنقذها من زلات اللسان المتكررة، التي لم تسلم منها تماماً، كما أعطت رأيها بلقاح فيروس كورونا قبل عام، وقالت إن بإمكان اللقاح أن يصيب الناس بالتوحد؛ الأمر الذي أثار انتقادات لاذعة لسماحة على المواقع البديلة. لن تكون كارول سماحة الأخيرة التي تقع في لُبس حول مفاهيم «النسوية» و«الذكورية» في العالم العربي. وهنا تكمن المعاناة بين المغنين أنفسهم، بسبب تفاقم أزمة انعدام الثقافة، والإصرار على خطاب المصالح الذي يتوافق مع رغباتهم.

قالت سماحة إن بإمكان لقاح كورونا أن يصيب الناس بالتوحد (المكتب الإعلامي)