



نافذة

إسماعيل مروة

ما لم يعمل به العلماء والخبراء!

طبيعة ثقافتنا مختلفة ومتخفة، وذلك لارتباط ثقافتنا بالغالب أولاً، و بانتظار الخارق من الأمور في كثير من الأحيان؛ والتمسك بمفهوم البطل المخلص الذي يأتي دون موعد، ويأتي بالخوارق ويدون أن يطلب منها أحد أن يفعل ذلك!

والأخطر في مكوناتنا الثقافية إدمان المعرفة عن جبل وغياب تام للمعرفة، والتمسك بقواعد المعرفة الجامعية.. وكل ذلك أوصلا إلى حضيض لا يمكن تخيله في الجوانب المعرفية، فهذا أطلق لحيته، وحضر بعض الجلسات يتحول إلى شيخ ويمارس الإفتاء! أو يصبح واعظاً يتحدث عن يسوع المسيح وكأنه واحد من أهم علماء اللاهوت؛ وهذا أسمع إلى نشرات أخبار عديدة تحول إلى شخص يقدم رايه في السياسة، ويتخيل الخطط، وينتقد ويتحدى، فقرأه براهن على مجريات سياسية، وعندما يحدث ما لم يكن يعرفه تراه يشتم السياسة وينعتها بأوصاف عديدة لأنها خالفت جهله، تتعرض البلدان لمشكلات اقتصادية واجتماعية وسياسية، ويصدمت هؤلاء الذين يتصدون لمعارف لا يعرفون عنها شيئاً، فهذا يتابع رحلة العملة العالمية الدولار وهو من الذين يبيعون كل شيء وانفسهم للحصول عليه، لكنه يحلل ويضع له نهاية حتمية، وكأنه مسؤول الخزانة عن طبعه وتوزيعه، ويستمر بالحديث والتحليل وهو لا يملك أمره، ولا شروي تقير في كل ما يتحدث به؛ ويجلس ليبحث الناس بالجله، وربما يضع نفسه مكان السياسة الكبار في الدول الكبرى، ويقول: كان عليه أن يفعل كذا، وعليه أن يتصرف بهذه الطريقة؛ فهو أدري باليات توزيع البورج وحاملات الطائرات؛ وربما تواضع ليضع نفسه مكان السياسة في الدول العربية ليقول ما عليهم فعله، وربما طرح الحلول التي من الممكن أن تنفذ البلدان من مشكلات وأزمات وحروب..!

ولو ذهب إلي فتستجد أنه غير قادر على فعل شيء ضمن أسرته، وهو غير قادر على بناء أسرة، ولن تجده قادراً على استيعاب أولاده وتقديم ما يلزم لهم؛ هو أخفق في أسرته، لكن لا بأس أن يرسم خطوط حركة السياسة والحروب والسلام في العالم، ويلاذه وضماً! وهذا يحدث عن التضخم ومنطقة زلزلة الرواتب في دولتنا، وفي أي دولة، وما يمكن أن تسببه من تضخم، ويحدث وهو بالكاد يعرف بعض الأرقام، ليضع خططا لا علاقة لها بالعلم، لكنها مجموعة من العمل الإنشائية التي حفظها وريدها، وربما هذا نفسه أوكل إليه في غفلة من الزمن أمر ما قلم بقله، ولكنه قادر على التنظيم، وربما زاد تنظيمه وهو يعاين أنه ليكمل المرحلة العبيثة التي لا فائدة منها، المهم أن السيد يفهم ويخطط! أما رأيت المشجعين في بلداننا يجلسون أمام الشاشات لمتابعة كأس العالم والدوري الأوروبي أو الإنكليزي أو الإسباني، وهو لا يميز بين أنواع الكرات التي يحسن اللعب بها، فيبحث عن خطة المدرب الفاشلة، فقد اختار طريقة لعب ليست جيدة وكان عليه أن يلعب بطريقة مختلفة! كل متابعي كرة القدم في بلداننا أكثر فهماً من مرربي الأندية والمنتخبات، وإذا ما ربح الفريق الذي يشجعونه يقولون: رجحنا! وإذا خسر فريق يناص فرهبهم ينتابهم الجنون الفطيع؛ ما شهدت الشجار والتحطيم في أثناء المباريات الكثيرة التي جرت.. وربما زاد الأمر عند كثيرين ليقوموا بشتن اللاعبين، وكان ساحة اللعب على أكتفهم؛ كان عليه أن يلعب كذا أو كذا وهكذا...!

تري أما من فرق بين الحب والخبرة؟! أما من فرق بين المهنة والهواية؟! أما من تقدير للاختصاص الذي يحمله الواحد منا؟ حتى على صعيد المسؤولين، نجد المسؤولين العرب يتحدثون عن كل شيء، وكأنه لا وجود للاختصاص، ليس من حق المتخصص من المسؤولين عن التجارة أن يتحدث في السياسة والخارجية، وليس على الثقافة أن تتحدث في السياسة، وليس على الاقتصاد أن يقوم الكتب الفكرية، خاصة إن كانت الأراء تخرج إلى العلن؛ على كل منا أن يذوب في علمه واختصاصه، وأن يترك لأخر اختصاصه، وأن يبدأ الخلاص بشكل فردي إيجابي ليصل المجتمع إلى قمة التخصص، وعندما تبدأ العجلة بالدوران، فقد يكون ذلك صائلاً فلتحرب.. لم يبق واحد في العالم العربي لا يجيد الكتابة، خاصة من المسؤولين والهواة، فهل يجدر بنا أن نستخف بكل شيء لاشيء؟ ما قولكم بمستقبل العملة العالمية؟ ماذا سبحث في العالم من أحداث؟ ماذا عن المراهنة على التغييرات المتوقعة؟

القضية الفلسطينية في عيون الدراما السورية

كل ما عاشه الفلسطينيون نقلته الدراما بتفاصيله للمشاهد العربي

الملا لـ «الوطن»: القضية الفلسطينية على قائمة صناع الدراما السورية



من مسلسل «أنا القدس» للمخرج باسل الخطيب



من مسلسل «عز الدين القسام» للمخرج علاء الدين كركش

أعمارهم قاربت الخمسين ومنهم تيم حسن، فقد نشط العمل الذاكرة الفلسطينية وصنع مخزوناً قيمياً يبقى للأجيال القادمة حيث تناول كل طبقات المجتمع الفلسطيني ومنهم العامل والطالب والمثقف والأم والأب والفقير.

العقود المتواليه جعلت الدراما ترصد أجيالاً تأثرت بالنكبة الفلسطينية

أنا القدس

هو عمل مشترك سوري - مصري أخرجه باسل الخطيب وضم نخبة من نجوم الدراما السورية والمصرية ومنهم عابد فهد وكاريس بشار وفاروق الفيشاري وصباح الجزائري وسعيد صالح وصبا مبارك وغيرهم، ويرصد العمل فترة زمنية حاسمة في تاريخ القدس بدأت منذ عام ١٩١٧ مع بداية احتلال الجيش البريطاني للقدس مع نهاية الحرب العالمية الأولى وبداية الانتداب البريطاني على فلسطين وصولاً لعام ١٩٦٥.

قضية كل حر

في سؤال «الوطن» للمخرج بشار الملا عن كيفية تعامل الدراما السورية مع القضية الفلسطينية يجيب: كانت الدراما السورية تضع القضية الفلسطينية على قائمة أولوياتها في المسرح والسينما والتلفزيون وتقدم لها نخبة الدراميين والفنانين والعاملين في الميدان الفني والثقافي، والدليل على ذلك فيلم رجال تحت الشمس لفنان كنعاني حتى سُمسك القضية الفلسطينية والاجتياح والاصراع «مذكرات فلسطينية» الذي يتحدث عن الصراع العربي-الصهيوني في «فلسطين» بين عامي ١٨٨٢ و١٩٤٩، والقائمة تطول

التغريب الفلسطينية

من أبرز الأعمال الخالدة التي جسدت يوميات الفلسطينيين ومعاناتهم وكان له وقع كبير في قلوب المشاهد العربي وليس السوري فقط مسلسل التغريب الفلسطينية الذي كتبه الفلسطيني وليد سيف، فالعمل يحكي قصة عائلة ريفية بسيطة مؤلفة من والدين وه أبناء ويصوّر تفاصيل حياتهم اليومية وترحالهم وهجرتهم وتقلباتهم المتعاقبة فيهم تعرضوا للظلم والظروف الصعبة بالإضافة إلى الفقر، تبدأ أحداث العمل في العام ١٩٣٣ زمنًا مع عصر الإقطاع وتتألق الأحداث والصراعات تبعاً، ليغطي العمل مراحل زمنية طويلة وأحداثاً كثيرة، ففي بداية العمل يكون أبطال الحكاية أطفالاً ومع نهاية المسلسل تكون

رقص الباليه المهم بأهم الموسيقى العالمية

بين التناغم الجسدي والموسيقي والتفاعل مع الجمهور حكاية إبداع

ويمتد الفصل الأول للإصبع الكبير إلى ما بعد ععب القدم الأخرى، أما حركات الذراعين فإن لها عدة أوضاع، منها أن يتم مد الذراعين ورفعهما للأمام إذ يجب أن يتراوح الوزن المطلوب لرافضة الباليه بين ٤٠ إلى ٦٢ كيلوجراماً، والطول بين ١٦٠ سم إلى ١٧٥ سم. ٣- المقبرة على التحمل، لأن تمارين الباليه تحتاج قدرة عالية على وعضلات قوية. ٤- يجب أن يتمتع لاعب الباليه بالمقدرة على تصميم رقصات مبتكرة جديدة من ضنعه.

يمكن من المحافظة على جسمه مستقيماً. ٢- يجب أن يحقق اللاعب الجسم التوازن المطلوب بين الوزن والطول، لكي يتمكن لاعب الباليه من تأدية الحركات بسهولة، إذ يجب أن يتراوح الوزن المطلوب لرافضة الباليه بين ٤٠ إلى ٦٢ كيلوجراماً، والطول بين ١٦٠ سم إلى ١٧٥ سم. ٣- المقبرة على التحمل، لأن تمارين الباليه تحتاج قدرة عالية على وعضلات قوية. ٤- يجب أن يتمتع لاعب الباليه بالمقدرة على تصميم رقصات مبتكرة جديدة من ضنعه.



أنس تلولو

تختال أمامك كجذع نخلة سامقة غصن، يتراقص حسب شمات هواء ندية؛ تأتيه من مين وشمال، تتباعد أعضاؤها، وتتقارب ضمن جسد ألمس طري، فتشكل لوحة متحركة؛ يتباري فيها الحسن في كل حركة بديةً وحيال كل وضع فتان. إنه رقص الباليه، رقص الباليه سحر وفن وجمال؛ تصاميم خلابة وإضاءة موسيقا وأزياء وحركات رشيفة خفيفة تبهج العيون.

رقص الباليه فن عريق للذكور والإناث، ويصاحبه نوعاً موسيقا كلاسيكية، وغالباً ما تكون لتشويقسكي الذي لحن أحياناً خاصة لرقص الباليه مثل موسيقا (بحيرة الجوع) والجمال (النائم) وكسارة البندق). ظهر فن الباليه لأول مرة عام ١٥٠٠م في إيطاليا، وهو في الإنكليزية (ballet)، وجاءت مستمدة من الكلمة الإيطالية (ballare) والتي تعني (to dance) أي الرقص، وقد كان الراقصون يرتدون أقمعة وملابس مزركشة، ويضعون أغطية على الرأس، ثم أصبحت الملابس خفيفة ومن قطعة واحدة.

فقد ظهر رقص باليه من نوع خاص؛ يعتمد على الوقوف على إصبع القدم؛ تمارسه نساء يرتدين تنانير بيضاء قصيرة؛ تنتهي عند الركبة، ثم تنتشر أكثر فأكثر حتى أصبح نوعاً شائعاً من أنواع الرقص في العصر، وفي أوائل القرن العشرين أقتعه وألبس مزركشة، ويضعون أغطية على الرأس، ثم أصبحت الملابس خفيفة ومن قطعة واحدة.

٥- امتلاك اللاعب لمهارة التركيز العقلي والجسدي لدرجة تؤهله على التواصل مع زملائه الآخرين من خلال العيون. ٦- التناغم الحركي على إيقاع الموسيقى العضلات، ويجعل الجسم رشيقاً، ويحسن المرونة، وأما الفوائد النفسية فهو يولد لدى اللاعبين عزيمة الإصرار على التعلم، لأنه مهما كانت الحركة التي يحاولون التدريب عليها معقدة أو صعبة، فإنه لا يمكن التراجع عنها؛ كذلك فإن رقص الباليه يعلم الثقة في النفس، لأن إنجاز مجموعة كبيرة من الحركات اليومية يعزز الشعور بالفخر.

لا يمكن لمن لا يملك الرشاقة الكافية أن يؤدي حركات راقص الباليه المرتبطة بالذراعين وبالقدمين، وأما حركات القدمين فإن كل حركة مرتبطة بوضع من أوضاع الذراعين، فحين تتم ملاصقة العينين لبعضهم بعضاً وقلب القدمين للخارج كأنهما حصى مستقيم؛ يجب رفع الذراعين للأعلى، حين يتم فصل القدمين بمسافة تقدر بـ ٣٠ سم، يجب أن يكون الذراعان مفتوحين بشكل أفقي، وهناك وضع تلوى فيه القدمان للخارج، ويوضع كل كعب أمام الآخر، أو يتم قلب القدمين للخارج، وتوضع إحدى القدمين أمام الأخرى، وغوص في التامل العميق.

حركات الباليه

١- يجب أن يتمتع لاعب الباليه بالمقدرة على وضع محاذاة العمود الفقري، لكي

فوائد وأضرار رقص الباليه

لرقص الباليه فوائد جسدية ونفسية، وأما الجسدية فإنه يحسن القوام، ويحسن العضلات، ويجعل الجسم رشيقاً، ويحسن المرونة، وأما الفوائد النفسية فهو يولد لدى اللاعبين عزيمة الإصرار على التعلم، لأنه مهما كانت الحركة التي يحاولون التدريب عليها معقدة أو صعبة، فإنه لا يمكن التراجع عنها؛ كذلك فإن رقص الباليه يعلم الثقة في النفس، لأن إنجاز مجموعة كبيرة من الحركات اليومية يعزز الشعور بالفخر.

برجك اليوم 07/23



نجلاء قياتي

الأجواء إيجابية وأصدقاء من غير لهجتك أو غرباء عنك تتعرف عليهم ويفرحونك وربما تسعى إلى التصالح مع أصدقاء وتتمد يد المحبة إلى أهل أو أصدقاء أو أحبائ. عاطفياً: كرمك اليوم وطيبة قلبك يجعلان الكثيرين من حولك يرغبون في التقرب منك.

حاول أن تحافظ على الانسجام حول بعيداً عن تصعيد الخلافات حتى لو أحسست للحظات أن رغبتك غير محققة أو بعيدة المائل وأن الأمور من حولك لا تتجاوب مع تطلعاتك.

عاطفياً: كانت تسيع في بركة مياه عكرة من أقوال وأفعال تسامحها لتضايق فلا تعاتب.

مواعيد مهمة قد تحمك إلى أقصى الإيجابية وقد تأخذك إلى أعمال أو مشاريع أو نجد قاسماً مشتركاً بينك وبين أصدقاءك لك وقد تسعد بفعل إيجابي ملموس فأنت تناقش وتطلب وتستجاب طلباتك واليوم للحظوظ.

عاطفياً: لا تفكر بالكامل غير الموجود بل تقبل محيطك بأخطائه وأبدل الجهود لتصل إلى ما تريد.

قرارات حكيمة من طرفك تجعل الأمور حولك مستقرة نسبياً وتجعل واقعياً وقليل التعرض للوهم وقد تساعد الظروف لتصحيح المفهومات وترميم بعض العلاقات التي أصابها الملل.

عاطفياً: تسترجع شعبيتك وتوظف إمكانياتك في مكانها المناسب وخاصة أن قدرتك على الإقناع تفيدك.

أظن أنك ستضطر لدفع إضافي نتيجة ضيوف أو مرض أو تعطلت عائلية لأسباب مفاجئة وأنا أنصحك بأن تحاول الاستغناء عما لا يلزم فليس كل ما تتمناه متاحاً. عاطفياً: عواطفك حارة اليوم وربما تفكر بمشروع مصالحة أو مشروع تسعد به مع من تحب.

أنت تختار وتقرر وتدير حياتك بشكل يفركه وقد يحمل لك هذا اليوم تغيراً في طريقة حياتك فلا تقلق لأنك محمي وقد تصل في تحقيق معايير الكمالية وتفكر بالترقية عن نفسك.

عاطفياً: كن عند كلمتك مهما كانت العراقل أو المصاعب فأنت تقوم بواجبك وهذا جيد.

أشياء تريد فعلها وقد لا تنجزها ولكن عصبيتك لن تهل المشكلة فقلل كاملد لأنك مستعجل اليوم وليس هناك أي مبرر لاستعجال فأحصد ما زرعت وكن صبوراً.

عاطفياً: ابتعد عن محاولات الإساءة إليك وجنب نفسك المضايقات لا تعاتب اسمع وانس.

تشعر أنك تراوح مكانك وكأنك لاقدر الحماسة وتحتاج لمن يشجعك ويساندك فحاول العمل ضمن فريق منظم لكي تتراح من الميدان الكثير وانتهبه على الصحة.

عاطفياً: إذا تقبلت أخطاءك وغفرت أخطاء الآخرين ستمر الأمور بشكل إيجابي ومفرح.

الحظوظ مساعدة لتغيير عقار أو تغيير عمل وهذا يدخلك في متاهات الجديد ويستدعي تكيفاً إضافياً وتعاملًا مع أصدقاء جدد الإشارات الإيجابية كثيرة.

عاطفياً: قد تصل إلى حافة اليأس لتنتقل وبكلمة أو عرض إلى قمة السعادة.

لجمل

لشور

لجوزره

لشور

لشور

لجمل

لشور

لجوزره

لشور

لشور