منوعات

MEDIA

احتكار فيسبوك

واشنطن ـ **العربي الجديد**

تستعد لجنة التجارة الفيدرالية في أميركا لرفع دعوى قضائية ضد «فيسبوك» بتهمة الاحتكار قبل نهاية العام، وفقاً لصحيفة «وول ستريت جورنال» وشبكة «بلومبيرغ». وبدأت الهيئة التدقيق في شراء الشبكة الاجتماعية لشركات أصغر مثل «إنستغرام» و«واتساب» العام الماضي، بعد فترة وجيزة من فرضها على «فيسبوك» غرامة قدرها 5 مليارات دولار بسبب ممارسات الخصوصية المتعلقة بفضيحة «كامبريدج أناليتكا».

في شهر يوليو/تموز الماضي، استجوب المشرعون رئيس «فيسبوك» التنفيذي، مارك زوكربيرغ، بشأن استحواذ الشركة على «إنستغرام» خلال جلسة استماع لمكافحة الاحتكار حضرها أيضاً الرؤساء التنفيذيون لـ«غوغل» و«أمازون». وبرزت العديد من رسائل البريد الإلكتروني من كبار المسؤولين التنفيذيين في الشبكة الاجتماعية، بما في ذلك رسالة تحدثوا فيها عن ضرورة «تحييد منافس محتمل». وبحسب ما ورد كتب زوكربيرغ أيضاً في رسالة بريد إلكتروني أن «فيسبوك» «من المحتمل دائماً شراء أي شركة ناشئة منافسة»، على الرغم من أنه قال إنه لا يتذكر كتابة الملاحظة. وبحسب موقع «إنغادجت»، إذا قرّرت لجنة التجارة الفيدرالية المضي قدماً، فقد يستغرق الأمر سنوات لحلها، وقد تؤثر نتائج الانتخابات المقبلة على نتيجتها. وفي حالة خسارة «فيسبوك» لقضية مكافحة الاحتكار، فقد تواجه قيوداً أو تُجبر على قطع أجزاء من أعمالها.

صحافيون يمنيون في المنفى: صوتهم لا يغيب

ما حصل بعد الواحد والعشرين من سبتمبر/ أيلول 2014 في اليمن ليس كما قبله. تغيّرت حيوات كثير من أهل الصحافة والإعلام، إذ لم تعد المساحة صالحة للعيش بحريّة، فغادروا البلاد واجتهدوا لبناء حياة جديدة

جمال جبران

فجر 21 سبتمبر/ أيلول 2014 اجتاحت جماعة أنصار الله (الحوثيين) العاصمة اليمنيّة صنعاء بمساعدة من قوّات الرئيس الراحل علي عبد الله صالح. وهو الذي كان يسيطر على المناطق الشمالية حتّى بعد إعلانه التخلّي عن السلطة لنائبه عبد ربه منصور هادي. مرّت الأيام وقتلت الجماعة صالح، فصارت المناطق الشمالية تحت سيطرتها. من يومها، تبدّل كل شيء في جغرافية الحياة الإعلامية اليمنية، حيث صارت ناطقة بلون واحد، هو صوت جبهتها، وأيّ صوت مُغاير يُعتبر صوتاً مناهضاً لـ«ثورتهم» ومُسانداً لـ«العدوان». على هذا، غادر صحافيون كثر العاصمة صنعاء، وانتقلوا للحياة في غير مكان، إلى المناطق الواقعة تحت سيطرة غيرهم أو إلى بلاد عربية وأجنبية أُخرى. فيما بقي آخرون في العاصمة صنعاء، منهم من بقي في بيته بلا عمل، ومنهم من اضطر إلى الذهاب والعمل في الصحافة التابعة لأنصار الله.

هنا، نستعرض شهادات لبعض من الإعلاميين الذين تركوا صنعاء وذهبوا لصناعة حياة جديدة لهم.

«حين استحكم اليأس فينا بعد نكبة 21 سبتمبر، لم نستسلم له كلياً، فحاولنا الخلاص عبر مكافحته ومن جاؤوا به، وبالعمل من داخل صنعاء، لكننا لم نفلح في النهاية»، يقول الصحافي صدام أبو عاصم في شهادته لـ«العربي الجديد». من يومها بدأت رحلة البحث عن فرصة لمغادرة الوطن الذي عشقه، فجاء بها يوليو/ تموز 2015. وبمساعدة أصدقاء، خرج من اليمن إلى الرياض، ولم يستقر فيها طويلاً. ويقول: «ربما لأنها لم تناسب طموحي المهني ولا تتسق ونبض الضمير والصوت المستقل وسط التزلف وهدير آلات الحرب».

في ديسمبر/ كانون الأول 2015 استقر به الحال في سويسرا لاجئاً، وهناك بدأت رحلة أُخرى في استعادة التوازن الذهني والروحي كي يواصل مشوار الحياة المهنية السليمة في خدمة «مجتمعي وبلدي». وفي سويسرا شرع أبو عاصم بتعلم لغة البلد المستضيف، ولا يزال إلى اليوم، وبدأ على نحو فردي بالتواصل مع المنظمات ووسائل الإعلام والمهتمين من أجل إيصال صوت الناس العاديين في اليمن. يقول في حديثه لـ«العربي الجديد» إن «الكثير هنا لا يعلم شيئاً عن سلب الحرب لحقّ اليمنيين في الحياة، وثمة صورة مغلوطة أيضاً عمّا يدور في بلد حضاري ومتجذر ينشد أهله الخير والسلام مع الجميع».

يروي أبو عاصم كيف أنه بدأ بقيادة زوار متحف بيرن التاريخي - متحف إينشتاين - وبشكل أسبوعي منظم إلى جنبات المتحف، محدثاً إياهم عن اليمن وحضارته وطبيعته وتاريخه ومستقبله. ويقول: «أحياناً نشعر بالعجز، بأننا لا نقوى على فعل شيء كثير لأجل اليمن، وخصوصاً مع تدهور الأوضاع الإنسانية يوماً عن آخر منذ بداية الحرب، لكن التزامي كصحافي تجاه اليمن يكمن في إيضاح الصورة المغلوطة عنه، وإظهار الجانب المضيء والمشرق للبلد العريق. لفت انتباه العالم إلى اليمن ومأساته، جزء من العمل والضغط للوصول إلى عملية سلام دائمة في اليمن».

> حاول صحافيون العمل من صنعاء قبل أن يغادروا

بعد دخول الحوثيين صنعاء بعدة أشهر، باعت إحدى صديقات الصحافية والإعلامية في القناة الفضائية اليمنية أبها عقيل، محل كوافير كانت تملكه، منطلقةً هي وزوجها برحلة بحث عن عمل في إحدى دول الخليج. تقول لـ«العربي الجديد»: «وقتها حاولت ثنيها وإقناعها بالبقاء في البلد، عسى أن تصطلح الأحوال، لكنها أجابتني، قائلة: بلادنا ببداية تدمير مجتمعي، ولم تعد صالحة لتربية أطفالي وتعليمهم. شعرتُ حينها بالسخط والغضب «فنحن المجتمع ونحن أقوى من التدمير. لكن بعد ثلاث سنوات أدركت بُعْدَ نظرها. فأنا كأم، جلّ ما يهمني تعليم أطفالي في بيئة تجعلهم يتقبلون التعليم والتغيير، وهذا أصبح شبه المستحيل في اليمن، فالطالب ما بين مدارس مهدمة أو مدارس خاصة مملوكة، ولو جزئياً، لقادة الحروب». وتضيف أن «مصر كانت وجهتها، فمصر بساطها أحمدي تقبل الجميع في حاراتها ومستشفياتها، وكذلك مدارسها بلا تعقيدات، بل فاجأتنا بقرار أن يعامل اليمني والسوري معاملة المصري في التعليم والصحة، رغم صعوبة العيش فيها، وكذلك صعوبة أو استحالة البحث عن عمل فيها، لكن لكل مهاجر هدف، وأهمية تعليم أطفالي التعليم اللائق هي إكسير بقائي في مصر». هناك عملت عقيل في بعض المشاريع الإعلامية اليمنية التي لم تكتمل، إلى أن وصلت للعمل في موقع إلكتروني متخصص في الأخبار اليمنية.

أما الناشط الإعلامي عبد الواحد عوبل، فكانت وجهته العاصمة الماليزية كوالالمبور. فبعد أن احتل الحوثيون صنعاء في يوم 21 سبتمبر، احتلت في اليوم التالي مجموعة مسلحين بقيادة محمد علي الحوثي الشركة الحكومية التي كان يعمل فيها، وتعرض لاعتداء بالضرب من قبل مرافقي الحوثي. وطُردَت إدارة الشركة السابقة وأُتيَ بمدير تابع للحوثيين. في حديث مع «العربي الجديد»، يقول العوبلي إنه أُبعِد من وظيفته وجُرِّد من مستحقاته. «حاولت التعايش مع الوضع، ولكن لم أستطع. حتى جاء يوم بداية «عاصفة الحزم» يوم 26 مارس/ آذار 2015. اليوم التالي كان مختلفاً جذرياً، لأن الحوثيين بدأوا بفرز الناس وتصنيفهم حسب معاييرهم، «بعد فترة بسيطة قطع الحوثيون راتبي، وبعثوا برسائل وتهديدات إلي بأني من أنصار العدوان، الأمر الذي اضطرني إلى بيع ما أملك للتمكن من شراء تذكرة سفر ومغادرة البلد بعد انتظار حجز طيران لأكثر من شهرين، وأتمكن بعدها من السفر والوصول إلى وجهتي بعد أكثر من 48 ساعة ما بين طيران وترانزيت في أكثر من دولة والاضطرار إلى الانتظار داخل المطارات لعدم تمكننا من دخول دول كانت متاحة لنا في السابق».

فرز الحوثيون اليمنيين وضيّقوا على عمل الصحافيين (عبدالناصر الصديق/الأناضول)

حملة حقوقية مصرية لرفع الحجب عن المواقع

القاهرة ـ **العربي الجديد**

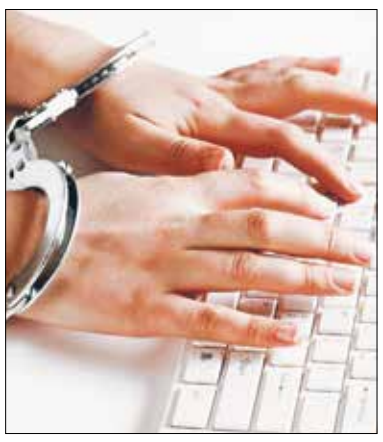
أطلقت منظمتا مجتمع مدني مصريتان، هما الشبكة العربية لمعلومات حقوق الإنسان ومجتمع التقنية والقانون (مسار)، حملة حقوقية للمطالبة برفع الحجب عن المواقع، ومناهضة الرقابة على الإنترنت في مصر. وقالت المنظمتان إنه حتى الآن رصدت المنظمات الحقوقية حجْب 682 رابطًا في مصر على الأقل، منها 596 موقعاً و32 رابطاً بديلاً استخدمته المواقع المحجوبة للوصول إلى جمهورها عوضاً عن الروابط التي حُجبت.

وقد شملت المواقع المحجوبة 116 موقعاً صحافياً وإعلامياً، و349 موقعاً يُقدِّم خدمات تجاوز حجب المواقع Proxy و VPN، و15 موقعاً يتناول قضايا حقوق الإنسان، و11 موقعاً ثقافياً، و17 موقعاً يُقدِّم أدوات للتواصل والدردشة، و27 موقعَ نقدٍ سياسي، و8 مدونات ومواقع استضافة مدونات، و12 موقعاً لمشاركة الوسائط المتعددة، بالإضافة إلى عدد آخر من المواقع المتنوعة.

الهدف من الحملة التي تطلقها الشبكة العربية لمعلومات حقوق الإنسان ومجتمع التقنية والقانون «مسار» والتي انطلقت بشعار «أوقفوا الحجب»، هو دعم حق الجمهور في الوصول إلى المعرفة، ودعم حرية الإعلام الرقمي وتداول المعلومات في ظل سيطرة السلطات على أغلب وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمكتوبة والرقمية، ومطالبة الرأي العام بالضغط على السلطات المصرية لرفع الحجب عن مواقع الإنترنت، والتوقف عن ممارسة الرقابة على الإنترنت.

وذكرت الشبكة و«مسار» في بيانهما التعريفي بالحملة، أنه بالرغم من مرور أكثر من ثلاث سنوات على بدْء السلطات المصرية ممارسة حجب واسع النطاق على مواقع الويب فإنه حتى الآن لا يوجد أي سند قانوني لحجب هذا الكمّ من المواقع، باستثناء صدور قرار بحجب 33 موقعاً من قبل لجنة التحفظ وإدارة أموال جماعة الإخوان المسلمين.

يُذكر أن هناك عدداً من الدعاوى التي رفعتها منظمات حقوقية ومنصات صحافية وإعلامية، مثل الدعوى التي تقدمت بها الشبكة العربية لمعلومات حقوق الإنسان بسبب حجب موقع «العربي الجديد»، ودعوى تقدمت بها مؤسسة حرية الفكر والتعبير التي



(Getty)

تطالب بوقف تنفيذ القرار السلبي بامتناع جهة الإدارة عن الإجابة بصورة رسمية عن قرار حجب عدد من المواقع.

كما أقامت إدارة موقع «مدى مصر» دعوى تطالب فيها بوقف تنفيذ القرار السلبي بامتناع جهة الإدارة عن الإفادة بصورة رسمية عن قرار حجب الموقع، وإلزام جهة الإدارة بتوضيح الأسباب الإدارية والفنية التي أدت إلى حجبه مع إلزام مقدمي خدمة الاتصالات بإزالة العقبات التقنية لتمكين المستخدمين والشركة المالكة من الوصول إلى الموقع. أيضاً أقامت قناة «الشرق الفضائية» دعوى تطالب بإلغاء قرار حجب موقع قناة «الشرق».

تركيا تدين صحيفة يونانية شتمت أردوغان

إسطنبول ـ **العربي الجديد**

ندد وزير الدفاع التركي خلوصي أكار بعنوان مسيء للرئيس التركي رجب طيب أردوغان نشرته صحيفة يونانية الأسبوع الماضي، مطالبا السلطات اليونانية باتخاذ إجراءات إدارية وقانونية ضد الصحيفة. وقال الوزير التركي في تغريدات نشرها الحساب الرسمي للوزارة في تويتر اليوم الأحد، «نحن ندين بشدة النص الدنيء للغاية الذي يستهدف رئيسنا والذي لن يقبله أي شخص يتمتع بالفطرة السليمة، بما في ذلك الشعب اليوناني العاقل». مضيفاً أن المادة المنشورة «ستبقى وصمة عار سوداء في تاريخ الصحافة اليونانية».

وحول الموقف من الحكومة اليونانية قال أكار «نتوقع أن تتخذ السلطات اليونانية الإجراءات الإدارية والقضائية اللازمة على الفور بشأن هؤلاء الأشخاص غير الأخلاقيين الذين يهدفون إلى تخريب العلاقات بين البلدين، المحكوم عليهم بالفشل فعلاً في الضمير العام». وكتب فخر الدين ألتون، مدير الاتصالات في الرئاسة التركية، في رسالة وجهها إلى المتحدث باسم الحكومة اليونانية ستيليوس بيتساس ونشرت السبت «بالنيابة عن الحكومة التركية، أدين بأشد العبارات نشر الشتائم الموجهة لرئيسنا... على الصفحة الأولى لإحدى الصحف اليمينية المتطرفة»، وحث اليونان على محاسبة المسؤولين عن العمل الذي وصفه بأنه «وقح». وقال إن «إهانة زعيم أجنبي ما هي إلا علامة على العجز والافتقار إلى العقلانية، ولا تدخل في نطاق حرية الصحافة أو حرية التعبير».

وكانت صحيفة «ديمقراطية» اليونانية، قد نشرت على صفحتها الأولى يوم الجمعة الماضي كلمات «اللعنة عليك» بأحرف كبيرة باللغة التركية، موجهة للرئيس التركي رجب طيب أردوغان. وقدمت هيئة تحرير الصحيفة ترجمة باللغة الإنكليزية للذين لا يتقنون التركية. وكانت هذه العبارات هي الوحيدة المكتوبة باللاتينية على الصفحة الأولى من الجريدة - وكانت جميع العناوين الأخرى باليونانية. وأعلن وزير الخارجية التركي، مولود جاووش أوغلو، الجمعة، استدعاء السفير اليوناني لدى أنقرة، على خلفية نشر المادة المسيئة.

منوعات | فنون وكوكتيل

كواليس

في السنوات الأخيرة بات أبطال المسلسلات العربية يخوضون صراعات فيما بينهم، سببها الأساسي وسائل الترويج للأعمال الدرامية، والمساحة المعطاة لهم في الملصقات والشارات

صراع الصورة

معارك النجوم على ضفة المسلسلات

عدنان حمدان

يجد العمل الدرامي طريقه إلى الشاشة عبر عوامل تسويقية عدة تتداخل فيما بينها، إذ تقدم الشركة المنتجة إعلاناً ترويجياً للعمل، تختلف درجة حرفيته بحسب الإمكانات التقنية والمادية. وقد تقدّم ما بات يعرف بالـ«تيزر»، وهو «برومو» قصير للغاية يتألف من ثوان معدودة، ويظهر من خلاله نجم واحد من أبطال العمل.

وبعد ذلك تنطلق شارة المسلسل التي غالباً ما باتت تضمّ نجماً من نجوم الغناء لزيادة شهرة العمل، وانتشاره عبر مواقع التواصل الاجتماعي قبيل العرض. كذلك قد يظهر المغني في كليب مصور من وحي المسلسل، كإطلالة الفنانة نوال الزغبي في شارة «بروفا»، وشيرين في شارة «خمسة ونص»، ومروان خوري في شارة «مذكرات عشيقة سابقة»، وملحم زين في شارة «جريمة شغف»، وأخيراً أدهم نابلسي في شارة «من الآخر».

ثم هناك شارة المسلسل النهائية التي تضم أسماء الممثلين، وتمثل البطاقة التعريفية المصورة إلى جانب البوستر. وهذا الأخير تحديداً بات في السنوات الأخيرة مصدر خلاف بين الفنانين وشركات الإنتاج، إذ تراتبية الأسماء على الملصق الدعائي تعكس أهمية المشاركين فيه، وهو ما خلق في السنوات الثلاث الأخيرة سلسلة مشاكل، ما اضطر الشركات إلى تعديل البوستر أو سحبه. على سبيل المثال، عدّلت شركة «فيلم غايت» الإماراتية المنتجة لمسلسل «المنصة» بوستر العمل بعد نشره على مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك لتظهر صورة الفنان السوري معتصم النهار في الأعلى، وتعدل مواقع باقي صور الممثلين، علماً أن حضور النهار على البوستر لا يعادل بقية نجوم المسلسل الذين يحظون بمساحة أكبر من ناحية الدور والأهمية في الأحداث.

> واجه معتصم النهار أزمة في الملصق الخاص بأكثر من مسلسل

وبعدها بأيام تعرّض النهار لموقف معاكس في بوستر مسلسل «إسود فاتح» المصري الذي تنتجه شركة الصباح اللبنانية. إذ حذف الملصق الذي نشره على حسابه الرسمي، وأعاد نشر ذاك المعدل الذي يُظهر بطلة العمل الفنانة هيفا وهبي. ويظهر في التعديل وضع صورة معتصم أسفل البوستر مع رفع صورتي أحمد فهمي وروجينا إلى جانب صورة وهبي.

هُمّش موقع جمال سليمان في ملصق «زي الشمس» (الأصول)

اتهام بالسرقة

في رمضان 2019، وفي الجزء الثالث من مسلسل «الهيبة» (الصورة) الذي حمل عنوان «الهيبة الحصاد»، واجهت شركة الإنتاج نوعاً آخر من الأزمات، بعد اتهامها بسرقة الملصق الترويجي للمسلسل البريطاني الشهير «بيكي بلايندرز» الذي حصل على انتشار واسع على «نتفليكس». حتى رأى بعض المنتقدين أن تسلسل الأحداث طوال 30 حلقة مقتبس كذلك من العمل البريطاني.

خلافات قديمة

هذه الأهمية التي يوليها النجوم لأساليب التسويق ليست جديدة، لكن الصراع على صدارة المشهد في الإعلانات والملصقات باتت حدته ترتفع في كل موسم درامي. مثلاً، واجه الفنان السوري قصي خولي نقداً لقبوله ببوستر مسلسل «خمسة ونص» (2019)، حيث ظهر بحجم موازٍ للفنان معتصم النهار، رغم أن شهرة خولي وخبرته تتجاوز بسنوات خبرة النهار، سورياً وعربياً. فيما هرب صناع مسلسل «الهيبة» من أزمة البوستر بعرض جميع الفنانين على الصورة مرة واحدة ولموسمين متتاليين. في المقابل، واجه الفنان السوري جمال سليمان أزمة في ملصق المسلسل المصري «زي الشمس» (2019) حين هُمّش موقعه، وهو ما دفع شركة «إيغل فيلمز» إلى الاعتذار وإصدار بوسترات فردية، في حل بديل لجميع نجوم المسلسل. كما استغرب الجمهور من عدد وحجم الأسماء التي وضعت على بوستر مسلسل «شارع شيكاغو» (2020)، فضلاً عن عدم تجانس الصور فيما بينها، لسرعة إنجاز الملصق الذي لم يخضع نجومه لجلسة تصوير خاصة كما يجري في جميع الإنتاجات الفنية المتقدمة. أما سورياً، فلا تزال غالبية الأعمال خارج سباق البوسترات الرسمية، وإذا حدث ذلك، يُنشر ملصق لا يعرض صور النجوم، كما حدث في مسلسلات مثل «الواق واق» (2018)، و«بورتريه» (2020).

الشارة أيضاً

شارة المسلسل بدورها قد تشكل معركة حامية بين الفنانين، كما حدث في الخلاف الشهير بين السوريتين سلافة معمار وكاريس بشار في شارة مسلسل «مسافة أمان» (2019)، بعدما صرحت سلافة في مقابلة تلفزيونية بأنها فضّلت وجود اسمها بمفرده، موجهة رسالة مبطنة إلى بشار. فيما عانت الفنانة أمل عرفة من التهميش في أكثر من شارة تلفزيونية، كان أبرزها في مسلسل «جريمة شغف» (2016)، حيث كُتب اسمها في موقع متأخر من الشارة، ما دفع شركة الإنتاج إلى تعديل الشارة بعد اعتراضها، وعاد الموقف ليتكرر في مسلسل «حارس القدس» (2020) الذي هُمّش حضورها، ولم تخضع الشارة لتعديل، رغم استنكارها ذلك على صفحتها على موقع «فيسبوك». فيما أخطأت شارة مسلسل «سوق الحرير» (2020) في وضع اسم الفنان القدير اسعد فضة، فجاء مهمشاً ظهر بطريقة غير لائقة بمسيرة فضة وشهرته السورية والعربية.

مصرياً، أثارت شارة «خيانة عهد» (2020) بلبلة في الموسم الماضي بعد منافسة ثلاثية لموقع اسماء كل من جومانة مراد، وحلا شيحا، وعبير صبري في شارة المسلسل. وحلّت شركة الإنتاج الخلاف بتصوير كليب لجميع نجوم المسلسل وعرض لقطات متساوية العدد لكل بطلات العمل.

الإنتاج يفرض نفسه

وسط أزمة الدراما في صناعة هوية واضحة لها عربياً، وقولبة الإنتاج لقارب القوالب الأجنبية تحت مسمى «المسلسلات الأصلية»، تبدو الخلافات على مواقع النجوم في البوسترات والشارات مستمرة من دون مراعاة للدور الأكبر الذي يقع على عاتق الممثل. فهو يتحمل مسؤولية نجاح الدور أو فشله، فإذا نجح حظي بشهرة حتى لو لم يرد اسمه في البوستر أو يتصدر الشارة، وإذا فشل فإن موقعه لن يشفع له، بل قد يسبب له إحراجاً أكبر يصعب عليه مهمة الاعتذار عن الخطأ.

إضاءة

أوركسترا بقيادة نسائية

كثيرة هي الأحكام المسبقة السائدة في حقّ النساء اللواتي يتولّين قيادة الأوركسترا، غير أن مسابقة دولية، هي الأولى من نوعها، تسعى إلى كسر هذه القوالب النمطية في مجال تحتدم فيه المنافسة ويحكم الرجال هيمنتهم عليه.

وقد فازت قائدة الأوركسترا الإندونيسية من أصل صيني ريبيكا تونغ (36 عاماً) في حفل «لا مايسترا» 220 طلب ترشيح من 51 بلداً اختارت منها 12 قائدة أوركسترا. وتكشف جيبو، وهي أول امرأة تولّت قيادة دار الأوبرا في ميلانو (سكالا) وموسيقيي أوركسترا برلين الفلهرمونية «قرّرنا عدم تحديد سنّ قصوى... ومن بين المرشحات، نساء في الحادية والسبعين من العمر وإنه لأمر رائع بالفعل».

وقد مُنحت كل مشاركة في مرحلة التصفيات 30 دقيقة لتثبت قدراتها. وقالت ريبيكا تونغ، وهي إندونيسية من أصل صيني في السادسة والثلاثين من العمر، متوجّهة إلى العازفين في وتقول قائدة الأوركسترا الرائدة الفرنسية، كلير جيبو، التي كانت وراء فكرة المسابقة «يتولّى الرجال قيادة الأوركسترا حتّى الخامسة والتسعين من العمر، لكن منذ 15 عاماً يردّدون السؤال عينه على مسامعي لمعرفة إن كنت أنوي الاعتزال».

وتلقّت «لا مايسترا» 220 طلب ترشيح من 51 بلداً اختارت منها 12 قائدة أوركسترا. وتكشف جيبو، وهي أول امرأة تولّت قيادة دار الأوبرا في ميلانو (سكالا) وموسيقيي أوركسترا برلين الفلهرمونية «قرّرنا عدم تحديد سنّ قصوى... ومن بين المرشحات، نساء في الحادية والسبعين من العمر وإنه لأمر رائع بالفعل».

وقد مُنحت كل مشاركة في مرحلة التصفيات 30 دقيقة لتثبت قدراتها. وقالت ريبيكا تونغ، وهي إندونيسية من أصل صيني في السادسة والثلاثين من العمر، متوجّهة إلى العازفين في أوركسترا باريس موزار التي أسستها جيبو «هل في وسعكم إطلاق المزيد من الشرارات؟ أريد أن تكون الأجواء متوهّجة». أما الكولومبية لينا غونزاليس ، غرانادوس، فهي طلبت منهم «مزيدا من البهجة».

وليست «لا مايسترا» مجرّد مسابقة، «بل هي فرصة لـلازدهار والاختبار»، بحسب ما تقول مارين السوب، العضو في لجنة التحكيم التي كانت سنة 2013 أول امرأة تقود حفلاً موسيقياً خلال فعاليات «برومز» للموسيقى التي تنظّم كلّ صيف في لندن منذ العام 1895.

وأعربت السوب عن أملها في أن تتيح هذه المسابقة «للشابات خوض هذا المجال باكرا»، مشيرة إلى أنه «أنا لم أبدأ باكتساب الخبرة إلا في الثلاثينيات من العمر بسبب قلّة الفرص المتاحة».

صور نمطية راسخة

تستذكر الصبية جياجنغ لاي (29 عاماً) ما قاله لها أستاذها عندما قرّرت دراسة أصول قيادة الأوركسترا. وتقول ضاحكة «استعرض لي لساعة من الوقت» صعوبات التوفيق بين هذا الدور ورعاية الأطفال في حال أصبحت أماً.

ويذكّر هذا الموقف بالجدل الذي أثاره المدير السابق لمعهد باريس للموسيقى برونو مانتوفاني الذي قال سنة 2013 إنه «يصعب على المرأة التي ترغب بإنجاب أطفال خوض مجال قيادة الأوركسترا».

(فرانس برس)

> 48 أوركسترا سمفونية محترفة من أصل 778 تقودها امرأة

الوجنرا حي لا بارا من أشهر قائدات الأوركسترا

(هيرويوكي إيتو/ Getty)

صحة

نصائح لتفادي زيادة الوزن بعد الحمية

كارين إليان ضاهر

ما هو السبب الأساسي في فشل الحمية الغذائية عند كثيرين؟ لماذا يستعيد البعض كل الوزن الذي فقدوه أثناء الحمية، سريعاً؟ وما هو النظام الغذائي الأفضل للحفاظ على الوزن؟ أسئلة كثيرة يطرحها الأشخاص الذين يعانون من تغيرات مستمرة في وزنهم، في ظاهرة تسمّى «يويو دايت» أي فقدان الوزن ثمّ اكتسابه مجدداً بشكل متكرّر.

«السبب الرئيسي لفشل الحمية، هو اتباع نظام صارم وسريع للتخلص بأسرع وقت ممكن من عدد كبير من الكيلوغرامات الزائدة، تقول أخصائية التغذية مايا شقرا لـ«العربي الجديد». وتضيف: «لا يمكن لأحد الاستمرار طويلاً باتباع حمية صارمة تبدو شروطها قاسية. وهو ما يؤدي إلى استعادة نظام غذائي سيئ والإفراط في الأكل مجدداً للتعويض عن الشعور بالحرمان».

تعريف نظام الـ«يويو» تحديداً هو خسارة الوزن بمعدل معين ثم استعادته بمعدل أكبر. هنا توضح شقرا أن محاولة خفض الوزن بمعدل كبير من دون إشراف أخصائي/ة تغذية وبطريقة عشوائية ووفق حمية صارمة وسريعة يعتبر أساس المشكلة ويؤدي حكماً إلى الدخول في هذه الدوامة مع استعادة الوزن ومحاولة خفضه مرات متكررة بشكل غير مدروس. وتشرح الآثار السلبية لهذا النمط الغذائي على جسد الإنسان: أولا، تتراجع قدرة الجسم على حرق الوحدات الحرارية لأنه يعتاد على تخزين الأكل والدهون بسبب الحرمان ما يؤدي إلى زيادة الوزن أكثر من السابق. ثانياً، تراجع معدل العضلات في الجسم ومعه نشاط عملية الأيض. فيستعيد الأشخاص الذين يتبعون حمية صارمة وسريعة نسبة 30 إلى 65 في المائة من الوزن الذي تخلصوا منه خلال فترة سنة أو أقل. وثالثاً، يرفع هذا النوع من العادات الغذائية خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري من النوع الثاني وارتفاع ضغط القلب. وبقدر ما تكون خسارة الوزن كبرى، يكون الخطر على الصحة أكبر بعد.

تشير شقرا إلى أن الأشخاص الذين يعانون زيادة كبيرة في الوزن قد يكونون أكثر عرضة لمواجهة التقلبات المستمرة في الوزن وفشل الحميات التي يخضعون لها والسقوط في نظام الـ«يويو»، إذ إنهم يفرطون أساساً في الأكل ويتبعون نظاماً غذائياً غير صحي غنياً بالدهون والوحدات الحرارية، كما أنهم نادراً ما يمارسون الرياضة.

لكنها تشدّد على أن هذا التقلّب في الوزن يطاول أيضاً أصحاب الأوزان «المعتدلة» خصوصاً هؤلاء الذين يمتنعون عن اتباع نظام غذائي معتدل وصحي في حياتهم اليومية. ما الحل إذاً لمواجهة هذه المشكلة؟ تقول «عند الخضوع لحمية مدروسة بإشراف أخصائي/ة تغذية، من الطبيعي أن تسير الأمور بشكل أفضل. ففي هذه الحالة يُتبع النظام الغذائي المتوازن فيمكن للفرد الاستمرار به للمدى البعيد». في الوقت نفسه تشدد شقرا على أهمية توصيات أخصائيي التغذية وإرشاداتهم بعد خفض الوزن لتثبيته حتى لا يزيد مجدداً في وقت لاحق. ونظام تثبيت الوزن هذا يجب أن يتحوّل إلى نمط حياة كامل.

وعكس الصورة النمطية الشائعة، فإن الالتزام بنمط الحياة هذا، ليس صعباً. فالحمية براي شقرا لا يجب أن ترتبط بالحرمان، لكن بالأكل بشكل معتدل من مختلف الأصناف. كما تؤكد أن الطعام وحده غير كاف في تحقيق نمط حياة صحياً، بل يجب أن يترافق مع ممارسة الرياضة بمعدل 3 مرات في الأسبوع على الأقل.

وتشرح أن دور أخصائي/ة التغذية غالباً ما يكون بتوجيه الشخص ليتمكن من خفض وزنه للمدى البعيد والاعتماد على العادات الغذائية الصحية ليتمكن من تثبيت الوزن في وقت من الأوقات. بهذه الطريقة يمكن التحرر من «رهاب الحمية»، والخوف من استعاده الوزن الذي يفقده الفرد بسرعة. كما أنها تساعد على التخلص من مشكلة أخرى هي «الأكل العاطفي» (تناول الطعام لتغيير المزاج أو الشعور بتحسّن نفسي معيّن) الذي غالباً ما يقف خلف زيادة وزن كثيرين.

> اليويو هو خسارة الوزن بمعدل معين ثم استعادته بمعدل أكبر

ينهك نظام الـ«يويو» الجسد (بيتر حازلي/Getty)

غناء

سميرة سعيد ولعبة القط والفأر

أصدرت المغنية المغربية سميرة سعيد أغنية بعنوان «قط وفار» قبل أيام، معتمدة الأسلوب نفسه لآخر البومها تها «عايزة أعيش»

ربيع فران

محاولة إنعاش جيدة تقوم بها الفنانة سميرة سعيد لإحياء أو رسم صورة مواكبة للعصر الحالي. صاحبة الصوت المغربي الدافئ الذي عاصر الزمن الذهبي منتصف الثمانينيات، والتقى بكبار الملحنين المصريين بعدما تبنى موهبتها الموسيقار هاني مهنا، تصر في كل مرة على تغيير لونها الغنائي، مواكبة للتطور، معتمدة على موسيقى إيقاعية شابة تظهر المغنية الستينية وكأنها مراهقة.

قبل أسبوع أصدرت سميرة سعيد أغنية «قط وفار» كلمات عبد الحميد الحبّاك، وألحان إيهاب عبد الواحد، وتوزيع النابلسي، وحصدت أكثر من مليوني مستمع حتى اللحظة على موقع يوتيوب.

محاولة جريئة جداً لسعيد في استغلال مثل شعبي أو قصة «القط والفار» لتجعل منها أغنية على إيقاع مختلف بسيط جداً يذكرنا بأخر إصدارتها في البوم «عايزة أعيش»، وهو الألبوم الذي شكّل انقلاباً واضحاً في عالم البوب العربي، لجهة الموسيقى المختلفة، والكلمات الجديدة. لكن هذا التغيير لم يبدُ غريباً على الفنانة المغربية التي عُرفت بالتغيير طوال مسيرتها الفنية، معتمدة خيارات صادمة في بعض الأحيان. هذه الجرأة تحديداً هي التي ميزتها عن زميلاتها، إذ ابتعدت نجمات الجيل الثاني (الجيل الذي خلف الجيل المؤسس أي أم كلثوم ومحمد عبد الوهاب...) عن هذه المغامرة في التجديد، رغم اعترافهن بفرادة سميرة سعيد ونجاحها وبخطّها الغنائي المتفرد والثابت لأكثر من أربعين عاماً، وهو ما أكسبها كل هذه الخبرة في طريقة التعاطي أو اختيار الألوان الموسيقية التي لا تعترف بالتنميط أو التقليد الغنائي.

الأغنية الجديدة «قط وفار» تعتبر امتداداً للنمط الجديد الذي اعتمدته سميرة سعيد قبل خمس سنوات في أغنية «ما حصلش حاجة» (كلمات شادي نور وألحان بلال سرور)، وحققت نحو 28 مليون مستمع على تطبيق «ديزر». ومن خلال هذه الأغنية خرجت سعيد من عباءة التزام أغنية الطرب الشعبي، والتحقت بما هو أقرب إلى لغة الموسيقى البديلة التي تستخدم في الأعمال والحفلات والمهرجانات الغنائية، وتعتمد على الإيقاعات السريعة، وهو ما أعطى المغنية مساحة إضافية من الحضور عند جيل الألفية.

قد يستخف بعض النقاد أو المستمعين بأغنية تحمل طابعاً مختلفاً مثل «قط وفار»، وهو ما يبدو واضحاً من خلال بعض التعليقات على خيارات صاحبة «قال جاني بعد يومين»، وقد تتوسع مروحة الانتقادات لتشمل الشعر المستعار الذي ارتدته في الفيديو كليب أو مظهرها العام في الحملة الترويجية للأغنية، وهي انتقادات مشروعة، لكن يبدو أن خلفياتها تعود أساساً إلى الخوف من خيارات الفنانة المغربية، وتجديدها الذي يثبت في كل مرة نجاحه، ببساط، ماهرة سميرة سعيد في اقتناص الفرص، واللقاء بملحنين يختلفون عن السائد. وعلى الرغم من محاولات التقليد التي قامت بها زميلاتها في القاهرة وخارجها بعد «عايزة أعيش»، لكن فرادة المرأة مكنتها من الخروج إلى الناس عبر مشاركتها في برنامجين للمواهب الغنائية، واستطاعت القفز مجدداً إلى الأمام، متسلحة بإنتاج غنائي عصري يتطابق مع رؤية المواهب الشابة التي تقف أمامها كصاحبة خبرة فنية واحتراف عمره أكثر من 40 عاماً.

سميرة سعيد ماهرة في اقتناص الفرص (فيسبوك)