الدراما التركية.. هل تواصل نجاحها ام انها تخفت ؟

بغداد / المدى

النجاح الذي لاقته الدراما التركية المدبلجة على قناة mbc بالمسلسلين "نور" وسنوات الضياع بدأت القنوات الاخرى بالتهافت على شراء وعرض الدراما التركية المدبلجة. المدى كانت لها جولة لاستطلاع الرأي بهذه الدراما. الفنانه فاتن الورد تقول: المسلسلات التركية فيها جاذبية وقصصها رومانسية وحزينة وفيها شيء جديد لم نألفه في المسلسلات العراقية والمصرية وانا اتابعها في كل القنوات الفضائية.

اما قيس زكي وهو طالب جامعة أسهم بالحديث عن هذه المسلسلات قائلاً "معظم طلاب الجامعات ومن كلا الجنسين متابعون لهذه المسلسلات ففي احداثها اشياء لا نراها بالمسلسلات المصرية، التي اصبحت افكارها وقصصها مكررة ومعروفة، مثل الافلام الهندية وحتى الدراما السورية نراها تكرر حكايات باب الحارة مثل مسلسل اهل الراية فأحداثه مشابهة جدا لباب الحارة. الآن يعرض اكثر من مسلسل تركي مدبلج وعلى فضائيات متعددة مثل "لحظة وداع" و "الحلم الضائع" وتمضي الايام" و"دموع الورد". وتقول اريج جهاد موظفة في المسرح الوطني" انها موجه جديدة من المسلسلات المدبلجة كالمكسيكية، ونجاحها يكمن بالرومانسية وبعض الاكشن الذي تعرضه.. واعتقد ان هناك تراجعاً في شعبيتها في العراق فقد استهلكت مواضيعها" وتضيف الفنانه بشرى إسماعيل "انها موجة كالمسلسلات اللاتينية فهي تقدم ذلك الحس الرومانسي الذي يفتقده البعض في خضم الظروف العصيبة التي مر بها الجميع في الفترات السابقة..انها موجه رغم ان mbc تعاقدت لمدة عشر سنوات لعرض المسلسلات التركية..ستستهلك مواضيعها في الفترة القادمة اكيد". وتؤكد الفنانة بتول كاظم: انها دراما تتلاعب بالمشاعر وتستخدم السياحة في تركيا كأساس لمناظرها المصورة وهذا سر نجاحها لكنها ستنتهي فهي كباقي المدبلجات تعتمد الوجدانية اكثر من الفكرة الانسانية". ويشير الكاتب فاروق محمد "انها تعتمد التصوير النقي والسرد الوجداني المتقن بالاضافة الى تمتع تركيا نفسها بمناظر خلابة يسهل التصوير فيها، ولعل الميزانية الانتاجية الضخمة التي يعمل فيها كادر هذه المسلسلات يعطيها قدرة على تقديم مشاهد رومانسية في غاية التأثير...لكن انا مع الرأي الذي يقول انها موجة وستنتهي لانها لاتعتمد الفكرة الانسانية الهادفة ونهاياتها تكون دائما معروفة كالمدبلجات المكسيكية السابقة..لكننا نحتاج وهذا ما اكدته هذه الدراما الى الاهتمام بالجانب الرومانسي في اعمالنا المحلية مستقبلا ويرى العديد من المتخصصين ان ظاهرة المسلسلات المدبلجات في البيوت العراقية لن تنتهي بانتهاء المسلسل التركي الفلاني أو بابتداء مسلسل تركي آخر، بل اصبحت ظاهرة فنية كبيرة تأخذ اغلب اوقات المشاهد. يقول الباحث الاجتماعي عياد المنصوري: هذه الظاهرة لها اسبابها و مسوغاتها، كما ان الادمان على مشاهدتها له مبرراته، وعن طريق تفهم الحالتين، وتحليل اسبابهما يمكن ايجاد منطقة وسطى بين القلق الاجتماعي والخلاف العائلي حول نوايا هذه المسلسلات واهدافها المعلنة والمخفية". بينما يقول الناقد والمخرج السينمائي احسان السامرائي "علينا الاعتراف بأن هذه المسلسلات أصبحت ظاهرة تلفزيونية لها جمهورها وقنواتها الخاصة التي أصبحت أرقامها تشكل انشطارا عائليا واجتماعيا بين رافض لها ومنشد اليها".. مبينا انه "ليس التأثير الاجتماعي والسلوكي على الاسرة والمجتمع هو مصدر القلق والتوجس من استمرار هذه المسلسلات التي ما ان تنتهي حتى تبدأ آخرى بعقدة درامية ولربما يكون الامر مبالغا فيه كما يروج له البعض لهذه الظاهرة البيتية الخطيرة من حصول فتور عاطفي وانقطاع جسور المودة واهمال للواجبات البيتية او الزوجية تحديدا او اي نتائج اخرى". ويذكر عميد كلية الفنون الجميلة في البصرة عبد الستار ثابت أن "سحب البساط بسبب هذه المسلسلات من البرامج الاجتماعية ذات المنافع والموضوعات التي ترتبط بحياتنا الاجتماعية وخاصة تلك التي تستضيف اخصائيين في التربية والاجتماع وشؤون الاسرة ومشاكلها، بالتالي يمكن ان يهدم جهوداً تبذلها مؤسسات تربوية وقنوات تروم الارتقاء بالوعي الثقافي والاجتماعي للمواطن". اما المخرج فائز الكنعاني كان له رأي آخر حيث يقول ان "لهذه المسلسلات نوع من السحر والفتنة الذي تفتقده نمطية الدراما العراقية التقليدية وانها تحتوي على عناصر متقدمة من الفرجة البصرية واسرار متعتها". وكان رأي سميرة العمود (مديرة مدرسة ثانوية) مقاربا لرأي سبقها حيث ذكرت أن "هذه المسلسلات تقدم فناً شفافا يخفف من اعباء حياتنا الرتيبة والمملة الايقاع عبر قصص حميمية وعلاقات عاطفية ومناظر خلابة تخفف من حدة الواقع وتقلل من ضغوطاته فيكون في مشاهدتها نوع من تنفيس واسترخاء".

في التشيك.. المياه المعدنية مصحات لعلاج الامراض

كثيرا ما كنت اتساءل عن اهمية وجدوى مصحات العلاج الطبيعي في جمهورية التشيك والتي تحظى بشهرة عالمية واسعة.وكيف يتم العلاج بالمياه المعدنية المستخرجة من باطن الارض؟ تبدد كل هذا الغموض عندما زرت مدينة كارلوفيفاري المنتجع الصحي الشهير والذي يبعد عن العاصمة التشيكية براغ ١٢٠ كم.

براغ
الوكالات

اكتسبت المدينة شهرة عالمية كبيرة في مجال العلاج الطبيعي لانها اكبر واهم المصحات التشيكية علي الاطلاق، عندما وصلنا اليها في صباح ذلك اليوم الربيعي الجميل بدت المدينة وكأنها ارتدت حلة مزركشة رائعة الالوان، فنظرة عليها من الدور العاشر من فندق الاقامة، كان المنظر مثيرا فقد تداخلت واجهات البيوت الانيقة مع مصحات الاستشفاء العتيقة واختلطت باشجار الغابات الباسقة متعددة الالوان والتي تحيطها من كل جانب واصبح المنظر اسطوري يؤكد حقيقة لماذا الناس علي المدينة من شتي ارجاء المعمورة.

جولة على الينابيع

المدينة يوجد بها ١٣ ينبوعا للمياه المعدنية الحارة التي تتراوح درجة حرارتها بين ٤١ و ٧٣ درجة مئوية. هذه المياه تتدفق من عمق ٢-٢،٥ كم. أما ينابيع المياه المعدنية الباردة فعددها حتى الآن ينبوعان تتراوح درجة حرارة كل منهما حول ١٥ درجة مئوية.

أكثر هذه الينابيع شهرة وأقواها مفعولا هو ينبوع "فرجيدلو" الثري بمياهه الجوفية المتدفقة من عمق يتراوح بين ألفين وثلاثة آلاف متر، وتعالج ينابيع المياه هنا في المقام الأول أمراض (المبادلة) التي تسبب السمنة،، ولكنها تستخدم بنجاح أيضا للاستنشاق والحمامات.

تحيط بمواقع تدفق مياه كارلوفيفاري المعدنية اروقة مسقوفة جميلة، تتيح للزوار الجلوس حولها والتأمل فيها كذلك تتيح ايضا مجالا واسعا للمشي البطيء أثناء احتساء المياه المعدنية الشافية المفعول. لم استمتع فقط بشرب بعض من هذه المياه المعدنية الشافية لتذوقها والتعرف عليها، انما استمتعت ايضا بهذا المنظر المألوف في شوارع المدينة حيث يسير الناس حاملين اكواب صغيرة تباع في المدينة لها شكل مميز ويحتسون منها المياه المعدنية المجانية التي يحصلون عليها من الينابيع المنتشرة في كل مكان، لكنهم يسيرون ببطء شديد ويستنشقون الهواء النقي الصافي الخالي من تلوث، ذلك ان المدينة يمنع الدخول اليها بالسيارات الخاصة الا بتصريح خاص.

تاريخ الاستشفاء في المدينة

لقد تأسست المدينة علي يد الامبراطور الروماني وملك التشيك كارل الرابع في عام ١٣٥٠ م وقد اكتشفت ينابيع المياه الحارة تقريبا في نفس العام. تجدر الاشارة الي ان اول من ادخل العلاج الطبيعي في كارلوفيفاري هو الطبيب المتخصص في العلاج الطبيعي "فاتسلاف باير" في عام ١٥٢٢. وبدأ معالجة مرضاه بالتوصية بشرب مياه الينابيع المتدفقة من باطن المدينة إلى جانب الحمامات من نفس المياه. لكن الطبيب "دافيد بيخر" ادخل تعديلات واساليب جديدة تختص بوسائل العلاج الطبيعي في كارلوفيفاري، فقد اجري أول دراسة علمية لمياه المنطقة اكدت اهميتها الفائقة للصحة العامة، وبدأ اعتبارا من عام ١٧٦٤ تقليد جديد لإنتاج وتصدير أملاح الينابيع المائية.. ومع تقدم الابحاث عاد "بيخر" يدعو إلى عدم الاسراف في شرب المياه الشافية مفضلا عليها الحمامات. في عام ١٧٥٥ اقام "جون جورج بوب" اول مرفق صحي في المدينة يضم كل الخدمات من فندق ومطعم وصالات الاستشفاء، وعلي اثر ذلك تأسس في عام ١٨٢٦ اول حمامات البخار في المدينة، ثم بعد ذلك ادخل الدكتور "مانل" سنة ١٨٥٣ للمرة الأولى حمامات العلاج الطبيعي المشبعة بالحديد، ومنذ ذلك الوقت ومصحات كارلوفيفاري تتبع المدرسة البراغية المتأثرة بالعلاج الطبيعي بالمياه.لا يمكن الذهاب الي كارلوفيفاري دون الاستمتاع بحمام معدني هكذا استلم كل عضو من الوفد المرافق دعوة لأخذ حمام في مصحة "Spa ٥ " والحمام من نوع يطلق عليه Pearl وهو استرخاء لمدة نصف ساعة في "بانيو" خاص مليء بالمياه الينبوعية الصافية، وتجربتي الخاصة بعد الحمام ان الانسان يشعر بنشاط وتجدد في حيوية الجسم.

مضغ الطعام جيداً يساعدك على خفض الوزن

باريس / الوكالات

أكدت دراسة فرنسية أن مضغ الطعام جيداً يساعد على الاحساس بالشبع من ١٥ إلى٢٠ دقيقة، وبذلك يساعد على خفض الوزن. وأشار الباحثون إلى أن هذا أفضل وسيلة لعملية الهضم والتخلص من الانتفاخ وآلام المعدة، كما أن عملية المضغ تساعد على مرور الأوكسجين إلى المخ وسريان الدم في الأوعية الدموية. وينصح الطبيب الفرنسي بتناول الطعام ببطء ومن دون ضغط مع المضغ الجيد.

أطفال الغرب هم الاكثر بدانة

ترجمة: عدوية الهلالي

متى يصبح المرء بدينا ؟..للعوامل الوراثية دورها بالتأكيد في هذا الموضوع وهي تشكل ثلثا من جسم الفرد البدين، اما الثلثان الآخران فيتعلقان بالبيئة وافتقار الفرد الى النشاط والحيوية الفسلجية او العوامل الاجتماعية والفسلجية المتنوعة التي تحث شخصا ما على الافراط في الطعام... ويمكن للمرء ان يعتبر نفسه بدينا عندما يتجاوز وزنه الوزن العادي وفق نسبة الوزن الى الطول والعمر...

لقد اظهرت الدراسات ان اغلب سكان الغرب هم من البدينين، هذا الموضوع يبدأ منذ الصغر، مع ذلك فلا يمكن اخضاع طفل سمين جدا لريجيم ما بل يكفي تحديد نسبة السكريات والصودا وكذلك الساعات الطويلة التي يمضيها امام التلفزيون وتعوده على اختيار نشاطات حيوية كركوب الدراجات والسباحة والمشي لكي يفقد الطفل من وزنه او يحافظ عليه اضافة الى ان حضور الآباء في لحظة تناول الطفل لوجبته الغذائية امرمهم لكي لايشعر الطفل بالاهمال ويكون تعويض ذلك عن طريق الافراط في الاكل...

ويمكن ان تثير بعض العوامل النفسية غير المتوازنة شعورا غريبا لدى الطفل فيفرط في تناول الطعام، ومن تلك العوامل ولادة اخ صغير او تغيير الصف او المنزل وبالتالي رفاق اللعب او غياب الوالدين او على العكس من ذلك مرافقتهما الدائمة للأطفال الى درجة تقييد حريتهم وشل حركتهم..في كل تلك الحالات يبحث الطفل عن منفذ لتفريغ قلقه بالشراهة في التهام الطعام..وقد يقدم البعض على اتباع ريجيم غير متوازن ويبغون من ورائه نحافة سريعة وهذا الامر محفوف بالمخاطر فقد يتعرض الفرد الى عارض او يؤدي الى تساقط الشعر ونقص السكر في الدم او هبوط ضغط الدم، أما من الناحية النفسية ففقدان الوزن يمكن ان يسبب كآبة شديدة لأن الافراط في الدهون هو غالبا اشبه بغطاء خارجي يقي المرء ومتى ما اختفى قد يشعر بأنه أكثر ضعفا، ويمكن ايضا ان تحدث النحافة المطلوبة ولكنها تبدو مخيبة لآمال الشخص البدين..وقد يعود الأشخاص الذين حصلوا على النحافة المطلوبة ليغرقوا في الشحوم من جديد، وقد لوحظ بان ٧٠٪ من الأشخاص الذين يكتسبون النحافة يأخذون أوزانهم الأولية خلال السنوات الثلاث التي تلي الريجيم وإذا لم يلتزم أصحابها بنظام معين فستعود السمنة لتضيق عليهم أكثر من ذي قبل.

مصاعب بالجملة!

افتتاحية

كثيرة هي مصاعب الحياة التي تعترضنا كل يوم، واصبح تداولها لدى المواطن البسيط اشبه بالظروف الطبيعية التي لاتستحق الوقوف عندها او حتى التأفف منها، فقد افرزت الازمات التي عصفت بالبلاد طوال السنوات الماضية، مناخات جديدة واساليب حياتية لم نعتد على ممارستها قبلا،لكنها غدت جزءاً من تفاصيل حياتنا اليومية وديمومة العمل وباتت علامة فارقة لنا، فهي لاتبدأ . بطبيعة الحال ـ بالازدحامات واغلاق الطرق وارتفاع اجور النقل وانقطاع الكهرباء الوطنية، ولا تنتهي بغلاء أسعار الغذاء والدواء وبدلات الايجار ووقف التعيينات وغياب معظم مفردات البطاقة التموينية وانقطاع مياه الشرب مروراً بالغبار اليومي الذي يخنق النفوس ويصاحبه تأجج الغبار السياسي وارهاب العبوات الناسفة واللاصقة والسيارات والمفخخة على إيقاع أنغام سارية السواس «وبس اسمع مني»!! الدائرة اليوم في كل محال التسجيلات، ورغماً عن اذان متذوقي الطرب الاصيل، حتى وصفها احد الخبثاء انها غدت تنافس النشيد الوطني بعد ان طال انتظار نسخته الجديدة! نقول انه وعلى الرغم من كل تلك الظروف، برزت الارادة الشعبية التي لاتشبه غيرها، لمواصلة عجلة العمل والعلم والابداع بصبر وتفان عاليين، وعدم الركون لليأس والقنوط المحبط لتطورنا، ولاتزال تصادفنا كل يوم الكثير من حكايات الامل الجميل التي ترسم ملامح حياتنا رغم مافيها من اسلاك شائكة وحواجز كونكريتية.

حظك هذا اليوم

برج الحمل ٢١آذار - ٢٠نيسان
لا تعتمد على اتصال واضح اليوم، لكن اعتمد على حلّ المشاكل بنفسك. ذلك الاتصال الذي تنتظره وتنتظره، سيحدث أخيراً الآن، أبق عيونك وآذانك مفتوحة على الشخص المناسب في الوقت المناسب؛ الكلمات الصحيحة ستعبّر عن نفسها، النجوم تحرس خطاك هذا اليوم.

برج الثور ٢١نيسان - ٢٠أيار
تعامل باستقامة اليوم، الخطط الكبيرة ستؤدّي إلى التقدّم الكبير. تعبر طريقاً طويلة بمساعدة صغيرة من أصدقائك، وهذا صحيح بشكل خاص اليوم. ففي الاتحاد قوة.

برج الجوزاء ٢١أيار - ٢١حزيران
قد يكون جوهر أمر ما في التفاصيل الدقيقة. تمسّك باتخاذ القرارات المنضبطة اليوم، فكّر بهدوء بعيداً عن تعقيدات العمل، فكر وأنت تتمشى في هذا العالم.

برج السرطان ٢٢حزيران- ٢٢تموز
لديك الطموح لإنجاز المستحيل.إطلاق الحكم على الناس أو الأمور من هواياتك المفضلة، ولكن هذا الأمر يقود الناس حلك إلى إطلاق أحكام عليك أيضاً قد تكون مزعجة وأنت غير مستعد لذلك لذا عليك ان تترك الآخرين .

برج الأسد ٢٣تموز - ٢٢آب
أن تشعر بقوة تجاه الأشياء فهذا أمر رائع، لكن لا تترك الأمر يخرج من يدك، فأنت أكثر من مجموعة من الأعضاء، قم بدعوة من في بالك على وستحصل منهم على المساعدة

برج العذراء ٢٣آب - ٢٢أيلول
دلّل نفسك اليوم،حتى إذا اقتضى الأمر أن تجعل من نفسك ملكاً. المحبة في صالحك اليوم، يمكنك بسهولة اليوم أن تنال أهدافك مع شريك أو مجموعة، من ناحية أخرى، يمكنك أن تخطو خطوات واسعة عظيمة أيضاً،

برج الميزان ٢٣أيلول - ٢٢تشرين
كلّ العيون عليك للمجيء بالشيء غير متوقّع، فكن مستعداً لجعل الأشياء أكثر حيوية، أنت تشعر بالارتياح وتبدو عظيماً، وهناك أمور يمكن أن تصبح أكثر جمالاً هذه الليلة، العاطفة يمكن أن تندلع في الأماكن الأقل توقّعاً.

برج العقرب ٢٣تشرين١- ٢١تشرين٢
خطّط للأمور التي تريدها، أنت سيد التفاصيل، مهما كانت صغيرة. التواضع يصحبك، دع الآخرين يتوتّرون حول ما هو قادم، وأنت بكل هدوء.

برج القوس ٢٢تشرين٢ - ٢٠ كانون١
عادة أنت لا تستطيع المساعدة لكنك تجذب الانتباه، لكن اليوم قد تريد إبقاء ذلك في أدنى مستوى، شخص ما في مزاج حسّاس، سواء كان في العمل أو لا، كن حذرا بأن لا توتّر على الطرف الآخر..

برج الجدي ٢٠كانون١ - ١٩كانون٢
شراكة تلتقطها سريعاً، وبالتأكيد أنت لا تتذمر، تمتع بهذه المغامرة العاطفية، آمل أن تكون في مزاج ملائم للحب، لأنه وفقاً لما تقوله النجوم فإنك اليوم في أنسب مزاج للحب، إنها أفكارك الجنسية التي لا يمكن إنكارها الآن،

برج الدلو ٢٠كانون٢ - ١٨شباط
يمكنك أن تنجز تقريباً أيّ شيء اليوم، ويعود الفضل لمهارتك التنظيمية، أنت تحافظ على أدواتك واحتياجاتك في صفّ مرتّب ولطيف، وتصرف بعضاً من وقتك في مساعدة الآخرين على تنظيم أمورهم،

برج الحوت ١٩شباط- ٢٠آذار
تمتع بالكسل، ابحث عن المتعة لتضييع الوقت اليوم، وشارك من حولك في المرح، أنت لا تستمتع عموماً بالروتين، لكن ما يحدث اليوم يمكن أن يكون شيئاً جديداً وجيداً في الحقيقة.

كلمات متقاطعة

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1						■				
2						■				
3				■						
4			■				■			
5		■				■				
6	■					■				■
7								■		
8			■		■					
9					■					
10							■			

الافقي
١- عاصمتها كوناكري/ مدينة مغربية تحتلها اسبانيا
٢- الحيوان الضخم/ متينا(م)
٣- اجمعي/ الاعمى
٤- ضمير الغائبة(م)/ ما يستخرج منها البترول/ لا باللغة الانكليزية
٥- قرأ/ احضر
٦- اوحى/ شحن
٧- ملوك مصر القدماء
٨- شتم / اكملها
٩- يعيش(م)/ مدينة سويسرية
١٠- شلالات على نهر الكنغو/ افاض في الحديث وخلط

العمودي
١- مرتفعة الثمن/ قاعدة بناء
٢- يجمعه/ المنزل
٣- انكر/ فسد/ ثلثا حار
٤- متشابهان/ المخدر المشتق من المورفين
٥- ولاية امريكية عاصمتها مونتغومري
٦- للنفي/ اغنية لشادية
٧- عاصمة ولاية كاليفورنيا الامريكية
٨- لحم بقري محفوظ/ اول احرف الهجاء
٩- ماركة سيارة/ تهدم البناء
١٠- يصرفه(م)/ قلب(م)

حل العدد السابق

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	ا	ل	ع	ن	ق	و	د	ي	هـ	■
2	ل	ي	م	و	ن	■	ا	ن	و	ف
3	م	ح	ل	ي	■	■	م	ا	■	ت
4	ق	ر	■	■	ن	د	■	ف	د	■
5	ا	■	ت	ا	م	ر	ح	ش	ن	ي
6	ب	ا	ف	ا	ر	ي	ا	■	ب	هـ
7	ل	و	ي	ب	ا	ش	ك	ا	ل	■
8	■	س	د	ى	■	■	■	ص	ا	ح
9	ا	ل	هـ	■	ر	و	ي	ن	■	ب
10	ا	ح	ا	ر	هـ	ص	ي	ف	■	ا