

جمال

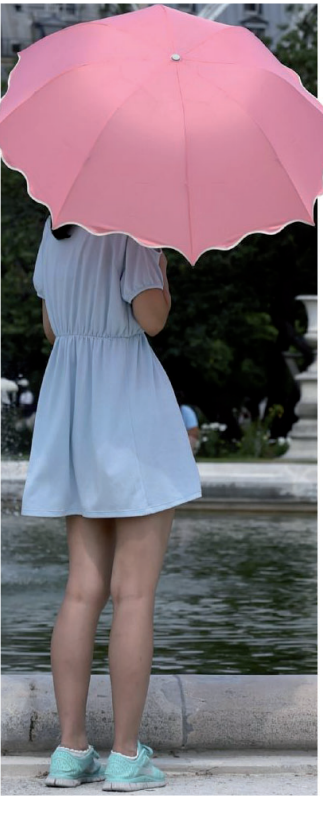
تدابير بسيطة للحماية من الحروق الشمسية

قالت خبيرة التجميل الألمانية بيريست هوبر إنه يمكن أن نحمي أنفسنا من الإصابة بالحروق الشمسية خلال فصل الصيف باتخاذ بعض التدابير البسيطة، أبرزها استعمال كريم واق من الشمس ذي معامل حماية (SPF) لا يقل عن 30، مع مراعاة تطبيق الكريم بشكل متكرر.

وأضافت هوبر أن الملابس المناسبة تلعب أيضا دورا كبيرا في الحماية من الحروق الشمسية؛ حيث ينبغي أن تكون الملابس واسعة وقضاضة وداكنة اللون وغير شفافة، مشيرة إلى أن البولستر يوفر حماية أفضل من القطن.

ومن المهم أيضا حماية الرأس بواسطة قبعة أو قلمسوة، كما ينبغي أن نحمي العينين بواسطة نظارة شمسية ذات عدسات بنية أو رمادية اللون، على أن تكون العدسات كبيرة الحجم لحماية العين من الجانب.

وبشكل عام ينبغي البقاء في الظل وعدم التعرض لأشعة الشمس الساطعة مباشرة قدر الإمكان، خاصة في الفترة من الساعة الحادية عشرة صباحا إلى الساعة الثالثة بعد الظهر؛ لأن الأشعة فوق البنفسجية تكون شديدة خلال هذه الفترة.



الخوف من الحياة الزوجية وراء اشتراط المرأة حق تطليق نفسها

الشعور بعدم التوافق في العلاقة وانعدام الثقة يوسعان الفجوة بين الزوجين



الثقة أحد الأعمدة الأساسية لأي علاقة ناجحة

تعرضت لها منذ الصغر، وكونت هذا الاتجاه لديها، لذلك حينما تتزوج تشعر في قرارة نفسها بان هذه الزيجة مؤقتة نتيجة فقدان الثقة في الزوج، وبالتالي يؤدي هذا إلى زواج مصيره الفشل لأن الثقة أحد الأعمدة الأساسية لأي علاقة ناجحة، فمن باب أولى أن تكون متوافرة بين الزوجين إلى جانب الاحترام. ولا يكون الأبناء بمنأى عن الدعايات الناجمة عن العلاقة المختلفة بين الوالدين، وتشير الدكتورة حسن سالم إلى أن الأبناء في مثل هذه الحالة يفقدون احترامهم للأب لأنهم أدركوا منذ صغرهم الخلل في العلاقة بين الأب والأم. وتؤكد أستاذة علم الاجتماع أن عدم احترام الوالد على المستوى الأسري يؤدي إلى انهيار القيم والمبادئ والمثل الجامعة والتباعد من العرف والتقاليد والقانون وقيل كل ذلك من الكتب السماوية، مما يؤدي في النهاية إلى أسرة فاشلة، وبالتالي إلى مجتمع فاشل. وتعتبر الدكتورة حسن سالم أنه لكل هذه الأسباب لا تعد العصمة في يد الزوجة من الأساليب المفضلة في إتمام الزواج لأنها تحمل في طياتها أسباب انهياره.

أن الرجل عندما يشعر بمثل هذا الشعور فله الحق في ذلك، لأن الرجل بالغ في مثل هذه الحالة تهرده كرامته وقيمه ومركزه كزوج وراع لزوجته. وتضيف أنه عندما تطلب المرأة من زوجها المستقل أن تكون العصمة بيدها فإنه يظن أنها بهذا الطلب تريد إذلاله أو الإطاحة برجلته وكرامته، دون أن يحاول الوصول إلى دوافعها الحقيقية ويقفها ودون أن يدرك مخاوفها المرضية، لذلك فهو يرفض. وفي هذه الحالة تكون المرأة أمام أمرين: إما أن تتنازل عن هذا الشرط إذا كانت تحبه ولا تريد التفريط فيه وتبدأ حياتها معه ولكنها في أعماقها تتوقع العذر منه في أية لحظة، وإما أن تضحى به رغم حبها له وتجد أنه من الأفضل لها ألا ترتبط بمن أحببت طالما أنه خذلها ورفض شرط قبولها الزواج منه. أما عن التحليل الاجتماعي لظاهرة طلب الزوجة أن تكون العصمة بيدها، فتوضح الدكتورة حنان حسن سالم -أستاذة علم الاجتماع- أن الرجل يرى أن كرامته تهده عندما تطلب المرأة التي ترغب في الزواج بها هذا الطلب. وتعتبر

فجأة، معتبرة أن مثل هذه الخشية قد تكون نتيجة تجارب في الماضي تركت لديها رواسب سلبية جعلتها تتجاهد حتى تضمن استقرارها. وتضيف أنه عندما تطلب المرأة من زوجها المستقل أن تكون العصمة بيدها فإنه يظن أنها بهذا الطلب تريد إذلاله أو الإطاحة برجلته وكرامته، دون أن يحاول الوصول إلى دوافعها الحقيقية ويقفها ودون أن يدرك مخاوفها المرضية، لذلك فهو يرفض. وفي هذه الحالة تكون المرأة أمام أمرين: إما أن تتنازل عن هذا الشرط إذا كانت تحبه ولا تريد التفريط فيه وتبدأ حياتها معه ولكنها في أعماقها تتوقع العذر منه في أية لحظة، وإما أن تضحى به رغم حبها له وتجد أنه من الأفضل لها ألا ترتبط بمن أحببت طالما أنه خذلها ورفض شرط قبولها الزواج منه. أما عن التحليل الاجتماعي لظاهرة طلب الزوجة أن تكون العصمة بيدها، فتوضح الدكتورة حنان حسن سالم -أستاذة علم الاجتماع- أن الرجل يرى أن كرامته تهده عندما تطلب المرأة التي ترغب في الزواج بها هذا الطلب. وتعتبر

تنص التشريعات في البعض من الدول العربية على حق المرأة في تطليق نفسها من زوجها، فعبارة "أذهب وأنت طالق" يمكن أن تنقوه بها المرأة بحكم شرط أن تكون العصمة بيد الزوجة. لكن الأخصائيين في علم النفس يؤكدون أن الأمر ليس مجرد عناد من المرأة بل نابع من شعور بعدم الأمان إلى جانب الخوف من الحياة الزوجية، وهما من المشاعر التي مصدرها قوالب اجتماعية أثرت على طريقة تفكير المرأة، فيما يشهد علماء الاجتماع على أن هذا النوع من العلاقات الزوجية يعكس حالة من عدم الثقة بين الطرفين ما يهدد استقرار العائلة بأسرها.

القاهرة - في بعض الأحيان تطلب الزوجة أن تكون عصمتها بيدها، وهي الحالات التي يكون فيها الزوج مضطرا إلى الخضوع لهذا الشرط من جانب المرأة التي يرغب في الزواج منها، تحت ضغوط مختلفة قد تكون من قبيل تعلقه الشديد بهذه المرأة، أو رغبته في الزواج منها لأسباب معلومة لكل من طرفي علاقة الزواج.

وتترتب على احتفاظ المرأة بحق طلاقها لنفسها نتائج قانونية واجتماعية ونفسية مختلفة، فعلى الصعيد القانوني قد يكون من حق المرأة تطليق نفسها مرة واحدة أو أكثر من مرة، حسب الاتفاق في عقد الزواج.

المرأة التي تطلب أن تكون العصمة بيدها قد تكون تربت وكبرت وبدا أخلها إحساس بعدم الثقة تجاه الرجل نتيجة مواقف وأفكار تعرضت لها منذ الصغر

وهو ما يؤكد عمرو اسماعيل، المحامي في المحاكم المصرية، الذي يقول إن "استعمال العصمة لدى المرأة يكون لمرأة واحدة إلا إذا كان هناك عقد بينها وبين زوجها ينص فيه على أن صيغة العصمة تحمل معنى التكرار، أي تستعملها في أي وقت وبأي عدد من المرات".

ويوضح أن المرأة بمقتضى هذا الاتفاق المدون في عقد الزواج يكون من حقها أن تطلق نفسها مثل الرجل طلاقا أولى وثانية وثالثة، لأنها إذا طلقت نفسها فسيكون طلاقا رجعيًا، أي أن الزوج يستطيع أن يراجعها في فترة العدة خلال ثلاثة شهور فيردها إلى

مسلمة بنت مسيحية، ولم لا؟

حالة من تفكير المفاهيم العالقة باخطاء فكرية، والمحملة بأوزار الماضي ذي النظرة الدونية للإسلام والمسلمين، أخذت في السريان إلى شرايين العلاقة بين الأم وابنتها والدين الذي لم يعد مشتركًا بينهما. لم تعد إيلينا تتقوّل داخل شرفقتها، أدركت أن العلاقات تدوم بالحُب ورحابة الصدور، بالود وليس بالتناحر والتباغض، بالاحترام المتبادل، لا مكان للمكابرة والعناد، أعادت نسج علاقة جديدة مع ابنتها، تقبلتها بصورة أهملت الفتاة، سارت العلاقات بينهما كهنر يجري بسلاسة، غير أن سائقًا أهوج حرم الأم من ابنتها، طارت روحها الشفيفة وهي تعبر الطريق، تاركة الجسد بلا حراك. وحين سكن ابني البناية ذاتها كانت تصدر عداية مجانية للجميع في بداية الأمر. بيد أن إيلينا التي كانت تفقد إلى آليات التعامل مع ابني الشاب المنذوق بعصبية تصلدم بعصبيتها، أصبحت تحنو عليه كجدة، تقدم له النصيحة، وتسعى لتحذيره من مخاطر ربما يجهلها. هي ترى العالم باتساع الأفق، وروعة التصالح مع النفس تمكن خلف قبول الآخر المختلف في الدين والفكر والثقافة وحتى المظهر الخارجي. حين أصبحت صديقتين، عبرت عن مشاعر متلبسة خلفتها لها الفتاة، وتساؤلات عدة تركتها بلا إجابات شافية، لكن أن تجد مسلمة بنت مسيحية تعيشان في بيت واحد، فهذا ما يبهر في الأمر.

لعابر، تخجل من البوح به لغيره. عرفت منها الكثير عن حياة ماضية تركت لها بعض الأحزان، ندوب غائرة في روح حائرة، وروح استراحت من عذاب البشر ولم ترح من حولها، ابنة إيلينا فتاة في العشرينات فاتحة الجمال، أحببت زميلها في الجامعة، عربي مسلم يدرس في بلاده، قصة حبهما كانت مثار جدل وحديث في الجامعة والبيت والشارع والمحيط الجغرافي، فكل مكان تتعامل فيه الفتاة بدأ بتضييق الخناق عليها.



إيلينا لم تعد تتقوّل داخل شرفقتها أدركت أن العلاقات تدوم بالحلب ورحابة الصدور بالود وليس بالتناحر بالاحترام المتبادل لا مكان للمكابرة والعناد

عنصرية خفية تعان من نفسها حتى وإن روجوا لغير ذلك، ضاقت بهم الفتاة وسافرت مع زميلها بعد أن توجت قصة حبهما بالزواج، وحين عادت إلى روسيا بديانة جديدة، وتعاليم لم تعتدها الأم، كان الصدام المحتم في البداية، لكن بعد فترة تغيرت الأحوال، لم تكن الفتاة تمل من الشرح والتوضيح.

الشهية التي تتميز بها، كعادتي مع جيراتي بمصر، وللأمانة استحسنست المرأة هذا التصرف، أصبحت تتودد إلى بإرسال بعض الأزهار، وتلقي التحية بالكلية ضعيفة، لا بأس، حتى أنا لست ضليعة باللغة كما ينبغي! مشاعر مركبة معقدة كنا نرسلها إلى بعضنا البعض بلا كلمات، حتى باتت ترسل إلي طعاما يحمل ثقافتها وتراثها. تقول الحكمة إن معظم ثقافات الشعوب وتراثها الإنساني يختبئ خلف موائد الطعام، تجده في المطبخ، الثقافة الإنسانية البكر تتوزع في أطباق الطعام. في كل طبق من أطباق دولة ما جزء من ثقافة شعبها. بعد فترة طويلة تخففت جارتني الحسنة إيلينا من صداميتها وعنفها الدائم، باتت أكثر لطفا وتوددا، صارت تجمعنا أرضية أقل هشاشة من ذي قبل، أحيانا يجتمعنا فنجان قهوة، أو نزهة سريعة في حديقة عامة، أحضرت لي كتابا في اللغة الروسية، وأسطوانة لسماع الكلمات ونطقها بطريقة صحيحة. حقيقة لست بحاجة إلى تعلم اللغة الروسية التي تصنف ضمن أصعب اللغات في العالم، لكن يبدو أن جارتني كانت بحاجة إلى من يستمع إليها، حقيقة الأمر أنها كانت تهديني ما يجعلني أكثر تفهما لأوجاعها التي أخفتها عن كثيرين، فكان الخيار بين امرين، إما تعلمها الإنكليزية أو العربية، أو اتعلم أنا الروسية، ثمة شعور إنساني دفين تريد التصريح به

رابعة الختام كاتبة مصرية

الصدفة البحتة قادتني في الغربية للتحدث إلى جارة روسية، لغتي الأولى هي العربية بامتياز، وأحاز إليها دائما، والثانية إنكليزية متوسطة، وبعض كلمات فرنسية عرجاء، أكثر هشاشة من لغة الأطفال في صفوف التعليم الأساسي لكنني أفهم محدثي، بيد أن الجارة لا تتحدث غير الروسية فقط وترفض ما سواها رفضا بانانا، يا لحيرتي، ماذا أفعل؟ تحترم جنسيتها، وتقصد لغتها، وعلى من يريد التحدث إليها الانصياع لهذا. امرأة ستيخية شديدة الصرامة والتعنت، قاسية، قوية، عابسة طوال الوقت، تخفي خلف قسوتها وعبوسها شيئا ما؟ لكنها في النهاية "أم"، وهذا مرتبط بالفرس ومبدأ الكلام، في أمومتها لغز محبا خلف صورة فتاة رائعة الجمال مسفوحة على الحائط، الصورة معلقة في مكان عجيب، مدخل الشقة، ترسل ابتسامة ترحيب بالقادم، وأخرى عند الوداع، تترقب بعين الداخل فلا يملك منها فككا. التوصل بيننا شبه مستحيل، لكنه ضرورة قصوى يقضيها الجوار، ولتشاركنا في بعض الخدمات بالعقار، التزامات مادية وإنسانية. لم أجد بدا من البعد، لكنني بين الحين والآخر أرسل إليها طبقا مميزا من الأطعمة المصرية والحلويات

موضة

جينز البوي فريند يتألق بأرجل قصيرة

يتألق جينز البوي فريند بأرجل قصيرة في صيف 2019؛ حيث تألقت به عارضات أزياء الماركات العالمية مثل Balenciaga و Isabel Marant و Balmain و Zara و Mango. وأوضحت مجلة "أل" الألمانية أن جينز البوي فريند يمتاز بطابع مريح للغاية بفضل قصته الواسعة والفضفاضة، والتي تبدو معها المرأة كما لو كانت قد استعارته من حبيبها، في حين تسلط الأرجل القصيرة الأضواء على الكاحل لتغازل أنوثة المرأة. وأضافت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن جينز البوي فريند ذا الأرجل القصيرة يمتاز بنوع إمكانيات التنسيق؛ إذ يمكن الحصول على إطلالة كاجوال ومتحررة بتنسيقه مع تي شيرت وحذاء رياضي، في حين يمكن الحصول على إطلالة أنيقة تناسب العمل بتنسيقه مع بلوزة حريرية وحذاء ذي كعب عال. ويناسب جينز البوي فريند ذو القصّة الضفاضة خاصة صاحبة الخصر النحيف وباطن الساق الممتلئ. كما يكون القوام الذي يتخذ شكل المستطيل، والذي يتميز بطابع رياضي ونقل فيه المنحنىات، جذابا مع جينز البوي فريند. ولإضفاء لمسة أنوثة على المظهر يمكن "تشمير" البنطال حتى الكاحل وارتداء حذاء ذي كعب عال.

