

أردنية ناعمة بعضلات مفتولة

رياضات عديدة كانت حكرًا على الرجال مثل الملاكمة وكمال الأجسام، لكن النساء في العالم العربي يثبتن يوماً بعد يوم أنهن قادرات على خوض هذه الرياضات كما فعلت بعض الأردنيات ومنهن الشابة دانا سمبولوغلو التي لم تتخلص من الماكياج في تدريبها في صالات كمال الأجسام لتثبت أنها ناعمة بعضلات مفتولة.

عمان - تصف نفسها بأنها صاحبة "إرادة حديدية"، بهذه الإرادة تواجه الأردنية دانا سمبولوغلو مجتمعاً محافظاً عشائرياً، متمسكة بتحقيق حلمها في أن تصبح بطلة عالمية في رياضة كمال الأجسام. ودانا، 25 عاماً، مولعة بالرياضة منذ طفولتها. مارست التايكواندو والجمباز والسباحة وكرة القدم وكرة اليد ورقص الباليه، لكنها قررت الاحتراف في كمال الأجسام. الرياضة الذكورية بامتياز في الأردن.

لم تتردد دانا في إنشاء صفحة على إنستغرام لنشر صورها بملابس الرياضة وهي تبرز عضلاتها

تقول دانا التي تمارس هذه الرياضة منذ عام 2012، "حسبي بهذه الرياضة لا يمكن وصفه، هي تسري في دمي وتساعدني على التخلص من كل طاقة سلبية في جسدي وتزيد ثقتي بنفسي".

أنهت دراستها الثانوية في تلك السنة وسافرت إلى أثينا لدراسة الصحافة، تقول، "هناك كنت أتردد على صالة رياضة قريبة من الجامعة، رأيت أناسا يمارسون كمال الأجسام، فآثار ذلك إعجابي فقررت العودة إلى الأردن ودراسة التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في عمان والبدء بممارسة هذه الرياضة".



رشيقة وجميلة

بطولة المحترفات لكمال الأجسام، وهي "مس أولمبيا" التي تقام سنوياً في لاس فيغاس بمشاركة كل بطلات العالم. إلى حد الآن شاركت في بطولتين، الأولى في مسابقة دولية للهواة في كندا في 2018، والثانية في لاس فيغاس في 2019، وتطلعت للثالثة في تورونتو في كندا في سبتمبر المقبل.

وتلقت دانا تشجيعاً من صديقاتها، تقول صديقتها روان صالح (35 عاماً) التي تعمل في المنظمة الدولية للهجرة، إنها تقدر كثيراً "الجهود التي تبذلها دانا من أجل تحقيق الهدف الذي تصبو إليه في حياتها". فهذا الالتزام ليس موجوداً عند الكثير من الناس، في المقابل، كثيرون ينتقدونها مثل أحمد (47 عاماً)، يقول

مضيفة باسمه "أنا أواظب على وضع الماكياج كأي فتاة".

وتعمل دانا منذ ستة أعوام في مجال تدريب الشباب في النوادي الرياضية وفي المنازل، وحتى عبر الإنترنت. وتوضح "هناك فتيات يخجلن من المجيء والتدريب في الصالات، وهناك نساء لديهن أطفال يفضلن التدريب في المنزل، وأخريات لا يرغبن في أن يتدربن بين الناس".

وترقت دانا أبواب الاتحاد الأردني لكمال الأجسام لرعاية نشاطها، لكنها لم تفلح. فلا مكان للنساء في سجلات الاتحاد. وبالتالي، فإن مشاركتها في البطولات الخارجية هي مشاركات فردية. تقول "حلم حياتي أن أشارك في أكبر

صباح العرب

حكيم مرزوقي

«دجو»

من لا يعرف "دجو"، لا يعرف كل صغاليك الشعر والفن والثقافة في تونس والعالم العربي. يجمع في بيته المثل على "مقبرة الأجانب والغرباء" في أحد أحياء مدينة تونس الحديثة، جميع من تسول له نفسه التناول على المسلمات والبديهيات والكليسيات.. وأدعياء الحداثة والتأصيل، على حد سواء.

إنه "الجيلاني"... لبيبي المنشأ والأصل، تونسي المزاج والذوق.. رجل الأعمال الذي لا يحب العمل كثيراً، ويبدن الفن والثقافة ومجالسة الشعراء، وأبناء السبيل، ومن ضاقت بهم الأحوال والسبل.

فقد الجيلاني ابنه في الحرب الليبية، وكاد أن يفقدني - شخصياً - في حادث مروري كلفه تعويض حوضه العظمي بأخر اصطفاي، لكنه ظل يدعي بان "الحياة جميلة، وجديرة بأن تعاش".

الجيلاني، يعرفه ويحبه كل الخارجين عن المألوف في العالم العربي، يقصون بيته مغمضي العيون، وكانهم يعوون إلى ديارهم. يتجولون في مطبخ منزله بمنتهى الطلاقة والرشاقة والارتجال. يشاهد أهالي طرابلس وبنغازي، من الوافدين أخبار بلادهم على شاشة تلفزيونه، ينظرون إلى الجيلاني، ياكلون "البازين" و"الرشمة" و"الكسكي" على نفس المائدة، ولا يكتفون.

كان يجتمع على طاولة الجيلاني، في بيته الدافئ الوديع، الفنان المصري محمود حميدة، الشاعر التونسي محمد الصغير أولاد أحمد، والملاحن سمير العريبي، الروائي والإعلامي اللبناني أحمد علي الزين، الزجال الليبي محمد الدتليسي.. بالإضافة إلى سياسيين وكتاب آخرين من مختلف الملل والنحل والاتجاهات والمزاجيات.

أنت لست غريباً في منزل الجيلاني، فيامكانك أن تنتهز مكاناً قصياً، تستمتع فيه إلى الموسيقى ولا تحدث أحداً.. إنها جزيرة ديمقراطية تواجه وتقارب مقبرة الأجانب في مدينة تونس.

كل الذين جاؤوا إلى هذا البيت، عادوا إليه، ولو في غياب صاحبه، ذلك أن بإمكانك فنان عربي أن يقول لزميله "تلقني عند الجيلاني، حتى ولو كان غير موجود". قد يبتدني البعض على هذه الشخصية في الكتابة، ويتهمني بالذم والانتهاز، لكن الجيلاني، الذي لن أنكر لقبه الصريح، لا يعني له الأمر شيئاً، بل سيبتدني مثل حادثة الرجل الكذاب الذي نزل ضيفاً عند حاتم الطائي.

سأله الطائي أين كنت؟ قال عند الطائي.. وطلق الضيف يعدد مكارم حاتم، ويبالغ حتى أوقفه الأخير بكلمته "هل تعلم أنني أنا حاتم؟".

ثم أرفد الرجل الكريم طالبا من ضيفه، "لن أطعمك ولن أسقيك شيئاً.. أذهب وقل لمن يلاقك بعد اليوم بأن حاتم لم يسفطني ولو بشربة ماء".

الكرم هو أن تقعع الناس بانك لست كريماً، والشجاعة هي أن تبدي خوفك من ضعاف الحيلة وصغار النفوس.

"دجو" ليس مجرد رجل يكرم الأدباء ويمعن في العطاء.. هو رجل خجول، لكنه مبدع.. إنه يتبسه الفرنسي بول إيلوار، في الحرب العالمية الثانية.

يمني يصنع من الخردة لوحات ومنحوتات فنية

صنعاء - في منزله بالعاصمة صنعاء، يجول الفنان اليمني ياسين غالب بقايا اللعب المعدنية وقطع الأخشاب والبلاستيك التالف المرمية في الشوارع إلى لوحات ومنحوتات فنية جميلة.

وقال الفنان غالب لوكالة أنباء "شينخوا"، إنه يهدف من خلال فنه إلى تعليم الآخرين كيفية الاستفادة من المواد والقطع عديمة الفائدة وإعادة تشكيلها في لوحات ومنحوتات فنية إبداعية.

وأضاف، "ربما لا تزال فكريتي بسيطة، لكن إذا تم تبنيها وتعليمها في المدارس لرفع مستوى الوعي حول كيفية استخدام أي مادة والاستفادة منها، فسندج بيئة جميلة بالفعل، وهذه أفكار جيدة لأطفالنا الذين هم صنع المستقبل ليتعلموا الإبداع في كل الظروف".

ويعرض غالب أعماله الفنية التي تأتي من البيئة المحيطة على جدران ورفوف غرفة الاستقبال في منزله، وهذه اللوحات تبرز فن الهندسة المعمارية التقليدية مدينة صنعاء القديمة المدرجة على قائمة التراث العالمي لليونسكو، والملابس التقليدية والخنجر اليمني،

بريانكا تشوبرا تتحاشى معانقة المعجبين

متبعة تعليمات الوقاية من فايروس كورونا. ونشر موقع "إي تايمز" الهندي فيديو عن الواقعة، ليوضح ما قامت به الممثلة تجاه منظم الحفل الذي كان واحداً من معجبي الفنانة.

وانقسمت جماهير بريانكا ما بين مؤيدين ومعارضين، حيث اعتبروا أن موقفها كان مختلفاً عن موقف الممثلة يامي جوتام التي قامت بدفع أحد معجبيها في أحد مطارات الهند بسبب خوفها من كورونا، رافضة هدية كان سيقدّمها لها.

ووصلت بريانكا بصحبة زوجها إلى الهند مؤخراً لحضور مهرجان الهولي الذي تبدأ فعالياته الثلاثاء، ويعد من أشهر مهرجانات الهند ويطلق عليه مهرجان الألوان، وكان أول احتفالاتها من خلال حفل أمباني الذي يقام كل عام كاشهر حفل هولي يجتمع من خلاله نجوم بوليوود.

واقام الحفل هذا العام قبل موعد الاحتفال الأصلي بيومين حتى يحتفل المشاهير مع عائلاتهم في الموعد الأصلي للمهرجان.

نيودلهي - دفع خوف الممثلة العالمية بريانكا تشوبرا من فايروس كورونا المستجد، إلى رد فعل مفاجئ تجاه أحد معجبيها، بعدما تراجعت عن معانقته خشية الفايروس.

وكانت بريانكا في طريقها هي وزوجها المطرب الأميركي نيك جونس إلى حفل الهولي في منزل الملياردير الشهير موكيش أمباني بعد دعوة خاصة من ابنته إيشة. وفور وصولها قام أحد المنظمين باستقبالها ومحاولة عناقها، إلا أن النجمة الهندية ابتعدت سريعاً



أطفال من الإمارات يتعلمون السينما

الشارقة - نظمت "فن" وهي المؤسسة المعنية بتعزيز ودعم الفن الإعلامي للأطفال في الإمارات ورشّتي عمل للباحثين بالتعاون مع متجر أبل.

استهدفت الورشة الأولى تعليم المشاركين تقنيات تصوير المباني ومهارات ضبط زوايا لالتقاط مشاهد وصور احترافية، لتصوير معالم هندسة العمارة على طرق جديدة لتصوير المباني والتفاصيل الهندسية باستخدام الهواتف المحمولة.

وأخذت الورشة الثانية المشاركين إلى عالم المونتاج والتعديل وأبرز الأساليب الفنية في التصوير وبناء القصة الدرامية في السينما في مختبر الفيديو لصناعة محتوى سحري مع زاك كينغ، وتعلم الأطفال تصوير مقاطع فيديو باستخدام تقنيات الانتقال والزوايا وغيرها من المؤثرات البصرية.



تظهر شخصية ميكي ماوس فوق مدخل ديزني لاند باريس، في ضاحية مارن لافاليه الفرنسية بعد اختبار لفايروس كورونا خلال عطلة نهاية الأسبوع.

إيطالي يهرب من الحجر الصحي للترجل

روما - اتخذت السلطات الإيطالية التدابير اللازمة لإنقاذ أرواح مواطنيها من خطر الفايروس المستجد الذي انتشر كالنار في الهشيم، خاصة في منطقة الشمال، لكن ذلك لم يمنع أحد مواطني المنطقة من كسر قوانين الوقاية وذهب في رحلة للترجل بالجبال الموجودة شمالي البلاد.

واعتقد أحد مواطني مدينة فو التابعة لمقاطعة بادوفا والبالغ من العمر 50 عاماً أنه من الجيد الفرار من الحجر الصحي المفروض على مدينته لاستمتاع بعطلة نهاية أسبوع بالترجل في جبال ترينتينو، بحسب صحيفة "إلغاتو كوتيدانو" الإيطالية.

ولم تكن نهاية عطلة الرجل الأسبوع الماضي مسلية كما توقع فقد انكسرت رجله على مستوى الفخذ، وأجبر على العودة ثانية إلى المستشفى في بلدة كافاليرزي شمالي البلاد، حيث أخبره