بعد اختيارها واحدة من أجمل نساء العالم

جنيفر لوبيز: الرقص يمنحني إحساساً بالحرية

□ نيويورك / يو بي اي

هي ممثلة، مغنية، منتجة وسيدة أعمال ناجحة، إنها جنيفر لوبيز، الفاتنة اللاتينية التي فاقت مبيعات ألبوماتها الغنائية الـ ٣٥ مليون نسخة حول العالم وكانت نجمة العديد من أفلام المركز الأول في شباك التذاكر. إنها أول فنانة في العالم يصل فيلمها وألبومها الغنائي إلى المركز الأول في وقت واحد.

وقد تصدرت مؤخرا قائمة مجلة "فوربس" للمشاهير والنجوم الأكثر تأثيراً في العالم، فيما تصدر مقدم البرامج الأميركي الشهير راين سيكرست قائمة مجلة "هوليوود ريبورتر" للأشخاص الأكثر تأثيراً في فئة برامج تلفزيون الواقع.

وذكر موقع "اي اون لاين" الأميركي أنّ لوبيز (٤٢ عاماً) احتلت المرتبة الأولى بقائمة "فوربس" بين المشاهير الـ ١٠٠ الأكثر تأثيراً بعد أن احتلت المرتبة ٥٠ في السنة الماضية، وقد حلت مقدمة البرامج الشهيرة أوبرا وينفري بالمرتبة الثانية والمغني الكندي الشاب جاستن بيبر بالثالثة وريهانا بالرابعة والليدي غاغا بالخامسة.

وأشار إلى أنّ القائمة شملت المغنيتين الأميركيتين بريتني سبيرز وكايتي بيري والممثل توم كروز ونجمة تلفزيون الواقع كيم كارداشيان.

وأضاف أنّ مقدم برنامج "أميريكان أيدول" راين سيكرست (٣٧ عاماً) تصدر قائمة الأشخاص الأكثر تأثيراً في برامج تلفزيون الواقع، متقدماً على عضو لجنة الحكم في البرنامج المذكور سايمون كاول الذي احتل المرتبة الثامنة، فيما دخلت والدة كيم كارداشيان، كريس جينير أيضاً الترتيب محتلة المرتبة ٤٦ لمساهمتها بإنتاج برنامج تلفزيون الواقع "تابعوا آل كارداشيان".

هذا الحوار الذي أجري خصيصا لموقع اي اون لاين يكشف أسرار فتنة وتألق النجمة جنيفير لوبيز .

× ما هي أكثر إنجازاتك أهمية في نظرك على المستويين الشخصي والعملي؟

– على المستوى الشخصي، بالطبع لا شيء يضاهي أبنائي. أما على المستوى العملي، فأعتقد أنها القدرة على التأثير إيجابياً في حياة الكثير من الناس سواء بالموسيقى التي تسعدهم، تضحكهم، تبكيهم، وتلمس مشاعرهم على مختلف المستويات. إنه إحساس رائع أن أكون السبب في ذلك، وهذا أكبر إنجاز أعتقد أنني حقّقته.

من أجمل النساء:

× لقد تمّ اختيارك من قبل مجلة "بيبول" كإحدى أجمل نساء العالم في ، فما هو سر جمالك؟

– شرب الماء، النوم، الوقاية من الشمس، وأن تكوني واثقة من نفسك في كل الأوقات. كما أنني أعشق منتجات لوريال التي أستخدمها منذ الصغر من ماكياج ومنتجات عناية بالشعر والبشرة.

× أنت امرأة كثيرة الانشغالات في العمل والاهتمام بأطفالك، فكيف تجدين الوقت لتبدي دائماً متألّقة وجميلة؟

– أؤكّد لك أنني عندما أكون في البيت مع أطفالي أكون بعيدة كل البعد عن التألّق! أعتبر أنني محظوظة جداً بوجود فريق العمل الذي يرافقني للعناية بماكياجي وشعري عندما أحتاج لأن أظهر بأفضل صورة.

× ما أفضل نصيحة للجمال حصلت عليها؟

– أن أحصل على قسط وافر من النوم وأن أستخدم الواقي الشمسي وأضحك وأبتسم كثيراً.

× ما أهم منتجات التجميل الأساسية في حياتك اليومية؟

– كريم عناية بالبشرة يحتوي على واقٍ شمسي، الذي يحتوي على واقٍ شمسيٍ ويقاوم علامات تقدّم السنّ في وقت واحد، مما يوفّر عليّ الوقت والجهد في خضم جدول أعمالي ومسؤولياتي المزدحم.

متعدّدة المواهب والاهتمامات:

× عملك كفنانة يشمل الغناء والرقص والتمثيل، أي منها تحبين أكثر ولماذا؟

– حقاً لا أستطيع أن أختار واحدة منها دون الأخرى. فكل نوع من أنواع الفن الذي أقدّمه يمنحني منفذاً للتعبير عن ذاتي ومشاعري. فأحب كل واحد منها لأسباب عديدة. فالرقص يمنحني إحساساً بالحرية، وأعبّر عن مشاعري من خلال الغناء، والتمثيل هو ما يجعلني أتعرّف إلى نفسي الحقيقية دون قيود.

× ما رأيك في عمليات التجميل؟ وهل من الممكن أن تفكّري فيها في المستقبل؟

– إنني من المؤمنين بالجمال الطبيعي والحفاظ على الوقار والجمال مع التقدّم في العمر. فوجه المرأة يروي قصة حياتها وتجاربها ويميّز شخصيتها. خطوط الضحك والعبوس هي ما تعطينا الكثير من الإنسانية، ولكن بالتأكيد علينا أن نعتني ببشرتنا لنحافظ عليها من ظهور علامات التقدم في السن بشكل مبكر أو مبالغ فيه، مع الاحتفاظ بالإطلالة الطبيعية. لست ضد عمليات التجميل ولكنني لا أعتبرها أمراً مهماً في حياتي.

× كم من الوقت تستغرقين في الاستعداد للظهور على البساط الأحمر لمناسبة مهمة؟

– يعتمد ذلك على جدول أعمالي والوقت المخصّص للاستعداد لتلك المناسبة وما إذا كنت سأسافر لحضورها. ولكن بشكل عام، قد أستغرق من ساعة إلى ٨ ساعات.

× هل هناك علاجات تجميلية خاصة تقومين بها في الفترة التي تسبق المناسبة؟

– أهتم كثيراً بشعري، فمصفف الشعر الخاص بي يهتم بالماسكات المركّزة والمغذّية ليكون شعري ناعماً ولامعاً. كما أنه من المهم جداً أن أعتني ببشرتي في تلك الفترة، والعلاج الخاص لتنظيف وتنقية البشرة من الأمور الأساسية.

× من هي ملهمتك في مجال الأزياء والموضة؟

– والدتي هي ملهمتي الأولى وقد تعلّمت منها الكثير، وألومها على عشقي لارتداء الأحذية ذات الكعب العالي!

جمال ولياقة:

× كيف تحافظين على قوامك الرشيق؟ هل تتجنّبين تناول بعض المأكولات أو تقومين ببعض التمارين الرياضية المفضّلة؟

– أفضل تمرين رياضي هو اللعب مع أبنائي، ولكنني بالتأكيد ملتزمة جداً بممارسة الرياضة وأستمتع بالركض واليوغا، كما أن مدرّبي الرياضي الخاص يحرص على تنويع التمارين وخلق التحدّي المستمر حتى لا أشعر بالملل. أما بالنسبة للأكل، فلا أحرم نفسي من أي شيء وأؤمن بأهمية الاعتدال في تناول الطعام.

× ما أهم قطع الأزياء والملابس الموجودة في خزانتك؟

– الأحذية ذات الكعب العالي، الجينز المثالي والنظارات الشمسية.

× كيف تصفين أسلوبك الخاص في انتقاء الأزياء؟

– لطالما كنت من المهتمين بالموضة ومن المؤمنين بأن الأسلوب المتألّق في ارتداء الأزياء يعتمد على الطلّة الإجمالية. أحب التغيير وتجربة أساليب الموضة الجديدة، ولكن أجدني أعود إلى "الستايل" الكلاسيكي المتألق والأنيق.

× ما هي النصيحة المتعلّقة بالجمال التي ستقدّمينها لابنتك إيمي؟

– أن تبتسم وتكون سعيدة وواثقة من نفسها لأن ذلك سينعكس جمالاً عليها.

سلاما ياعراق

▪ هاشم العقابي

مشكلتك شخصية مع المالكي!

عقدت النية هذا الصباح بان ابتعد عن السياسة واكتب شيئا عن شعرنا الشعبي، تلبية لما يطلبه كثير من القراء. كانت الفكرة المخترمة برأسي هي ان اكتب عن الجنون والمجانين في التراث الشعبي، متأملا بيتا من الشعر قاله الحاج زاير، حسبته ربما اجمل ما قيل بهذا الصدد:

الناس كالت مجنون بعقلي اقنعت بس آنه

وحتى لا يفوتني ان كان هناك من تطرق قبلي لهكذا موضوع بدأت بحثا على الجوجل كي اتأكد. الغريب اني حين بلشت البحث لاح لي ما لم احسب حسابه. لقد وجدت فلما على اليوتيوب وتحته اتهام لزميلنا سرمد الطائي بانه اصيب بالجنون و"خرج على كل مقاييس التحليل السياسي".

شغلت الفلم لأعرف الحكاية، فوجدت الزميل سرمد يتحدث، من خلال المقطع القصير جدا، مشخصا اخطاء رئيس الحكومة ومركزا على الطاقم الاستشاري الذي يحيط به. وقال ان من لا يجيد رفع القمامة من الشوارع خلال حكمه لا يصلح لحل اي مشكلة سياسية. أين الجنون في هذا؟

استهواني اللقاء فانتظرت الى ان ينتهي خاصة وان ما نشر منه بحدود دقيقتين، واذا به ينتهي بصدمة ما كنت اتوقعها. مقدمة البرنامج التي اجرت اللقاء والتي حسبتها دائما هادئة وكيسة وتحسن ادارة الحوار، ردت على سرمد بدم بارد جدا ومن دون اي تفسير: "مشكلتك شخصية مع المالكي"! وينقطع اللقاء.

لا ادري كيف تفسر آراء أي اعلامي على انها شخصية حين يتطرق لاخفاقات الحكومة. انه ليس مقاولا مرتبطا بعقد لتنظيف الشوارع مع امانة العاصمة كي يحسب حديثه عن القمامة شخصيا على قاعدة "كل يحوش النار الى قرصه".

ان الصاق تهمة "الشخصنة" ليس بفعل الصدفة بل مقصود من قبل دولة القانون لكل من يكشف عن سلبيات الحكومة خاصة رئيسها. فانا شخصيا لا اكتب مقالا حول تقصير الحكومة وخاصة نزعة رئيسها نحو التفرد بالسلطة، الا ويأتيني اكثر من رد يتهمني به اصحابه بان لي مشكلة شخصية مع المالكي.

وقبل ايام ظهر السيد فخري كريم على قناة الحرة مستغربا اتهام رئيس مجلس الوزراء لرئيس الاقليم بالدكتاتورية لانه يعين اولاده واقاربه في مكتبه، متسائلا عن احمد المالكي ابن رئيس الوزراء وعن ابن اخته فائز وماذا يعملان في مجلس الوزراء. وما ان انهى كلامه حتى خرجت علينا النائبة حنان الفتلاوي لتتهم السيد كريم بان لديه مشكلة شخصية مع رئيس الوزراء.

هكذا هم دائما يضللون الناس. وبأسف شديد أضيف بانهم يلعبون على عواطف الشارع الشيعي. والا كيف فسرت نائبة دولة القانون ما قاله السيد كريم بانه "مشكلة شخصية" وهو لم يطالب بتعيين احد من اقاربه في مجلس الوزراء بل ذكّر المالكي بانه من العيب ان ينتقد غيره على عمل يقوم هو بفعله؟

حكايات ساذجة ذكرتني ببعض من اجهد نفسه ليبين ان مشكلة الامام الحسين مع الطاغية يزيد كانت شخصية ايضا ولها علاقة بقصة الزواج من أرينب، ليفرغ موقف الامام من محتواه الانساني المناهض للطغيان.

ورغم اني لست مختصا بالقانون، لكن احب ان اوجه سؤالا لأهله: اما ترون أن من يشخص الظلم الذي يقع على شعبه أو بلده من قبل الحاكم هي مشكلة وطن وليست شخصية؟ فان كان الجواب نعم، اما يعد الاتهام بانها مشكلة شخصية طعنا في وطنية الاعلاميين ومهنيتهم ويستحق من يطلقه ان يخضع للمساءلة القانونية؟ لست ادري.

حظك هذا اليوم

الحمل ٢١ آذار - ١٩ نيسان

يوم إيجابي يسمح لك بالمواظبة والتخطيط للإسراع في إنجاز أعمالك، وبالتركيز على أهدافك. لكن يبقى الانفعال ألد أعدائك وكذلك التوتر والتسرّع في اتخاذ مواقفك وقراراتك والذي قد يوصلك سريعاً إلى الاستسلام للخيبة. لا نفع من تقديم التبريرات المنطقية لأغلاطك.

الثور ٢٠ نيسان - ٢٠ أيار

تتخذين بعض التدابير المالية الضرورية، وتستعيدين مبلغاً من المال، أو تتقدمين بطلب قرض مصرفي. لا فائدة من الراحة التي تستغلينها لتشغيل ذهنك بمخططات الهجوم والدفاع في علاقاتك المهنية أو الاجتماعية. مارسي الرياضة وبخاصة المشي كي تريحي أعصابك.

الجوزاء ٢١ ايار - ٢١ حزيران

تمرّين بفترة تشعرين فيها بثقة زائدة بنفسك وبقدراتك، وقد يحق لك بذلك لأن مشاريعك على وشك أن تصبح حقيقة! على العازبة أن تستغل هذا المزاج الجيد للقاء الآخرين وإيجاد نصفها الآخر المنتظر، فالسعادة قريبة جداً منها، وما عليها سوى التقدم لالتقاطها!

السرطان ٢٢ حزيران - ٢٢ تموز

تأخذين استراحة قصيرة من انشغالاتك المتعددة من أجل القيام بجردة حساب لنتائج أعمالك التي نفّذتها، وبتقييم أولي لمجمل مسيرتك. وقد تجدين أنه من المناسب تعديل فحوى ومضامين ما تبقى من خطوات ومشاريع بحيث تتلاءم أكثر مع طموحك وأهدافك.

الاسد ٢٣ تموز - ٢٢ آب

تعلنين مشاريعك وقراراتك والخطوات العملية التي تريدين اتخاذها على الملأ، فطموحاتك على أشدها وفي حدودها القصوى! تمضين يوماً خالياً من الهموم ومليئاً بالفرح والسعادة التي تحيط بك ومن حولك. مارسي الرياضة للتخلص من طاقتك الإضافية الزائدة!

العذراء ٢٣ اب - ٢٢ أيلول

ينصب اهتمامك كاملاً على تعزيز موقعك المهني. فتكرّسين وقتك لتنفيذ مشاريعك الجارية وتعملين على التخطيط لأخرى جديدة وواعدة. لكن طاقتك الزائدة قد تتحول اليوم إلى انفعال وتوتر في تعاملك مع المحيطين بك مما قد يفقدهم صبرهم وقدرتهم على التحمّل!

الميزان ٢٣ ايلول - ٢٣ تشرين الاول

تخرجين بأفكار مميزة من مرحلة التفكير التي سبق أن أجريتها على أوضاعك المهنية والعاطفية، وتضعين مخططاً لمشروع طموح تعملين على البدء في تنفيذه ابتداء من اليوم. الفلك يشجعك على اتخاذ هكذا خطوات عملية تساهم في بناء مستقبلك، فقد آن أوان ذلك!

العقرب ٢٤ تشرين ١ - ٢٢ تشرين ٢

تتحسن أوضاعك المالية بشكل ملموس، وتنالين ترقية مهمة أو المزيد من المكافآت المالية التي قد يفوق حجمها كل توقعاتك وحدود آمالك! يسمح لك ذلك بالتمتع بالرفاهية وببعض الترفيه الذي تستحقينه عن جدارة، والشعور بالإعتاق والراحة.

القوس ٢٣ تشرين ٢ - ٢١ كانون ١

يعود التوازن من جديد وابتداء من اليوم إلى علاقتك بالشريك الذي يتحوّل سلوكه باتجاه أكثر إيجابية، فيبدي تفهماً لأوضاعك واهتماما أكبر بشؤونك وتوجهاتك. لكنك تعانين الضياع في هذه المرحلة، فذهنك يعيش في فوضى عارمة، وأفكارك في حالة من التشتت.

الجدي ٢٢ كانون ١ - ١٩ كانون ٢

تتقدم أوضاعك المهنية ويزداد رصيدك المعنوي والمادي في إطار العمل، كما ترتفع وتيرة أعمالك. تداوين توترك كما النقص في التعبير عن قلقك الداخلي وهمومك، بزيادة كمية الطعام في وجباتك التي تتناولينها في أوقات غير منتظمة مما يؤثر سلباً على توازنك الصحي.

الدلو ٢٠ كانون ٢ - ١٨ شباط

تتخذ علاقتك العاطفية منعطفاً إيجابياً مهماً في المرحلة المقبلة. وقد يتجسد ذلك بإحداث تغييرات جذرية إيجابية في طريقة الحياة المشتركة للمتزوجة. أما العازبة فلديها إمكانية كبيرة في لقاء الشخص الذي تنتظره منذ فترة طويلة والذي سيغير مجرى حياتها!

الحوت ١٩ شباط - ٢٠ آذار

تولين اهتمامك في الفترة المقبلة للحياة العائلية وشؤون الأسرة، وتأخذين الوقت الكافي للتقرب من أفراد عائلتك وتمضية الوقت برفقتهم والعناية بهم. قد يكون ذلك نتيجة حاجتك للشعور بالأمان في كنف المقربين منك، كما قد يكون بسبب حاجة بعضهم لتواجدك واهتمامك.

هولاند يرتبك فوق السجادة الحمراء

تعرض الرئيس الفرنسي الجديد فرانسوا هولاند إلى موقف محرج للغاية لدى وصوله إلى مدينة برلين الألمانية عندما تخبط خلال سيره مع المستشارة الألمانية أنجيلا ميركل لعدم درايته ببروتوكول السير فوق السجادة الحمراء.

وكشف فيديو تداوله مستخدمو الإنترنت في أوروبا والعالم العربي عن اتجاه هولاند إلى الطريق الخطأ لدى مقابلته ميركل ثم اصطدامه بها مما دفعها لتوجيهه بيديها.ثم اضطرت المستشارة الألمانية للإشارة إلى هولاند بالوقوف ودعوته للحركة مجددا بعدما بدا عليه عدم إدراكه للخطوات الواجب اتباعها.وكان هولاند قد قضى يوما صعبا بدأه بالغرق تحت مياه الأمطار في باريس خلال جولة اضطر فيها للتلويح للجماهير من فتحة سقف سيارته، ثم تعرضت رحلته إلى برلين إلى التأخير نتيجة صاعقة ضربت طائرته مما أدى إلى تأخيره على موعده مع ميركل وعودته إلى مطار باريس مجددا قبل السفر مرة أخرى.

ياهو

حدث في مثل هذا اليوم

٢٦

طاغور في بغداد

عرفت الأوساط المثقفة في العراق اسم شاعر الهند الكبير رابندرانت طاغور منذ عشرينات القرن الماضي ، وكانت أشعاره الإنسانية الداعية إلى السلام والتسامح والإخاء ، موضع إعجاب الجميع ، منذ أن بدأ عبد المسيح وزير ترجمة هذه الأشعار عن اللغة الانكليزية .

كان طاغور كثير السفر والترحال ، وكان العراق إحدى الدول التي أزمع زيارتها ، وتحققت أمنيته عندما وجه عاهل العراق الملك فيصل الأول الدعوة له لزيارة العراق . وفي مثل هذا اليوم من عام ١٩٣٢ وصل شاعر الهند وفيلسوفها إلى الأراضي العراقية قادما من إيران ، وقد شكلت الحكومة العراقية هيئة من عدد من الأدباء والصحفيين العراقيين لاستقبال ضيف العراق السامي برئاسة الشاعر الكبير الزهاوي ، وهو احد المعجبين بطاغور .

كانت زيارة طاغور للعراق مناسبة أدبية رائقة ، فقد تعددت الحفلات التكريمية والجلسات الأدبية لطاغور ، كما كرست الصحف العراقية صفحاتها للكتابة عن شاعر الهند ومآثره الأدبية والفكرية ، وقد قدم الشاعر الهندي أرق قصائده التي ترجمها عن الانكليزية عبد المسيح وزير احد أعضاء لجنة الاستقبال ، وألقى شاعرا العراق الكبيران الرصافي والزهاوي قصائدهما في الشاعر الكبير وضمناها الأفكار الحديثة . وقد استمرت زيارة طاغور العراق إلى نهاية الشهر ، وودع بمثل ما استقبل به من حفاوة وتكريم .

رفعة عبد الرزاق محمد

كلمات متقاطعة

	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
١							■			
٢					■					
٣								■		
٤		■		■		■	■			
٥									■	
٦	■		■						■	
٧				■					■	
٨					■			■		
٩		■				■	■			
١٠					■					

افقي

١- ضوء يظهر بعد المطر/ طريق.
٢- رسن/ من النباتات المتسلقة(م).
٣ - شاعر عباسي/ شتم.
٤- جنح.
٥ - فنانة مصرية معتزلة.
٦ - نظم مكتوبة.
٧- دفن حيا/ نلمحه.
٨- اعتل/ متشابهة/ مرض صدري.
٩ - نغم/ مجهول.
١٠- يغطي جلود الحيوانات/ في البحر.

عمودي

١- طوق/ كثير الظلال.
٢- خوف/ مستمر.
٣- الشدة(م)/الجواب(م).
٤ – حنطة/ مرض صدري /اشجع وأغري(م).
٥- تضجرون.
٦- مواد/ أمر عارض.
٧ – للتفسير/ متشابهة.
٨- أرشد/هبة/ قاتل.
٩- اكتشف العمق(م)/ من الشجر.
١٠ لقب مطرب كويتي.