الـــدراما الســـورية تـهـرب مـن الـثـورة بـــ23 مسلسلاً

□ دمشق / وكالات

مع اقتراب شهر رمضان المبارك، بدأت شركات الإنتاج السورية بتسويق أعمالها للفضائيات العربية بعدما أصبح جزءٌ كبير من هذه المسلسلات جاهزاً للعرض ودخول السباق، في حين أنّ هناك أعمالاً أخرى تأجّلت إلى العام القادم.

لكنّ الموسم الجديد سيكون مختلفاً بسبب انعكاس الأحداث التي تشهدها سوريا على الصناعة الأكثر رواجاً، وخوف بعض المنتجين من مقاطعة القنوات العربية لأعمالهم بسبب مواقف بعض الفنانين من الأزمة السورية.

هكذا، انخفض عدد إنتاج الأعمال هذا العام إلى النصف تقريباً ليبلغ ٢١ مسلسلاً تتنوع بين اجتماعية، وكوميدية، وبيئة شامية. كما يُلاحظ عودة المسلسلات التاريخية بعد غيابها عن الشاشة العام الفائت.

بين الفساد السياسي والرومانسية

ولعل أبرز الأعمال الاجتماعية التي ستعرض في رمضان "بنات العيلة" (MBC دراما عرض أول)، من تأليف رانيا بيطار، وإخراج رشا شربتجي. العمل الذي يعتمد البطولة النسائية، يتناول قصص مجموعة من الفتيات اللواتي ينتمين إلى عائلة واحدة، وتجمعهن الخالة الكبرى "ملك" التي تؤدي دورها الممثلة القديرة ثناء دبسي. وتؤدي أدوار بطولته مجموعة من الممثلات أبرزهن نسرين طافش، ، وصفاء سلطان، ونظلي الرواس، وجيني أسبر، وكندة علوش، وديمة الجندي، والمطربة هويدا...

ويبدو أنّ المخرجة رشا شربتجي ستحظى بنصيب الأسد من الأعمال الاجتماعية هذا العام. إضافةً إلى "بنات العيلة"، وبعد النجاح الذي حققه مسلسلها "الولادة من الخاصرة" في رمضان الماضي، تعود هذا العام لتستكمل الحديث عن الواقع اليومي ورصد حالات الفساد السياسي والاجتماعي في الجزء الثاني من العمل الذي حمل اسماً فرعياً هو "ساعات الجمر" (أبو ظبي الأولى عرض أول). يرصد الجزء الجديد تحركات الشخصيات بمنظار مختلف، مسلطاً الضوء على خفايا النفس البشرية ومدى تأثير الظروف المحيطة في انفعالاتها وردود فعلها.

وبينما خرج عدد من أبطال الجزء الأول من المسلسل الذي ألّفه سامر رضوان كسلاف فواخرجي، ومكسيم خليل ورنا أبيض، وتاج حيدر، يعود عدد آخر من أبطال الجزء الأول ليطلوا من جديد كعابد فهد، وقصي خولي، ومنى واصف، وكندة علوش. كما يشارك فنانون آخرون في الجزء الجديد كباسم ياخور، وعبد المنعم عمايري، وديمة قندلفت، والجزائرية أمل بوشوشة.

ومن بين الأعمال الاجتماعية التي ستعرض في رمضان مسلسل "المفتاح" (سوريا الفضائية) الذي يعيد المخرج هشام شربتجي إلى الدراما السورية بعد غياب أكثر من ثلاث سنوات. ويتناول العمل الذي يؤدي بطولته باسم ياخور، وأمل عرفة، وقمر خلف، وديمة الجندي، وشكران مرتجى، أشكال الفساد السياسي والاجتماعي والاقتصادي والإنساني، ويناقش القلق الذي يحكم العلاقات الإنسانية في ظل تطور العصر ومتغيراته. علماً أنّ المسلسل من تأليف خالد خليفة.

ومن الأعمال التي ينطبق عليها اسم "عمل معاصر"، مسلسل "أرواح عارية" (LBC Europe). كتب السيناريو والحوار فادي قوشقجي، ويتولى إخراجه الليث حجو، ويشارك في بطولته كل من قصي خولي، وسلافة معمار، وعبد المنعم عمايري، ونادين خوري.

أيضاً، فإنّ "رفّة عين" (الدنيا) الذي تعود من خلاله أمل عرفة تأليفاً وتمثيلاً يعتبر من المسلسلات الاجتماعية، لكن سيتخلله بعض المواقف الكوميدية. ويشارك في بطولة المسلسل الذي يخرجه المثنى صبح في أول تعاون بينه وبين عرفة، كلّ من عبد المنعم عمايري، وسلوم حداد، وسلمى المصري.

وإضافةً إلى هذه المسلسلات، فإنّ هناك عدداً آخر من الأعمال الاجتماعية التي تم تصويرها سابقاً وتأجلّ عرضها إلى العام الحالي، ومنها "الانفجار" من تأليف أسامة كوكش، وإخراج أسامة الحمد وعلي رجب. ويشارك في بطولته كل من باسم ياخور، وديمة قندلفت، وخالد تاجا، وعبير شمس الدين وغيرهم.

ومن بين هذه الأعمال أيضاً "الشبيهة" للمخرج فراس دهني، و"ما بتخلص حكاياتنا" الذي تم تصوير جزء منه سابقاً ولا يزال المخرج تامر اسحق يستكمل تصوير الجزء المتبقي.

... والبيئة الشامية حاضرة

أعمال البيئة الشامية أصبحت أحد طقوس المائدة الرمضانية. ويبدو أنّ الهجوم الأخير على هذه الأعمال بسبب مواقف أبطالها إزاء الأحداث التي تشهدها سوريا منذ قرابة عام ونصف أثّر سلباً على تسويقها عبر أشهر المحطات العربية كـmbc، و"أبو ظبي"، و"روتانا خليجية" التي لم تعلن بعد عما إذا كانت ستعرض هذه النوعية من المسلسلات.

ولعل أبرز هذه الأعمال "زمن البرغوث" (المنار اللبنانية) من تأليف محمد الزيد وإخراج أحمد ابراهيم أحمد الذي يخوض مغامرة هذه النوعية من الأعمال للمرة الأولى. ويؤدي بطولة المسلسل كلّ من أيمن زيدان الذي سيسجّل مشاركته الشامية الأولى، وسلوم حداد، ورشيد عساف، وقيس الشيخ نجيب، والفنانة الجزائرية أمل بوشوشة، وصفاء سلطان، ومرح جبر.

أيضاً، من بين مسلسلات البيئة الشامية التي ستعرض هذا العام، "الأميمي" الذي يخرجه تامر اسحق، ويُتوقع أن يحظى بنسبة متابعة جيدة، خصوصاً أنّه سيجمع عباس النوري وكاريس بشار اللذين حققا نجاحاً لافتاً في البيئة الشامية عندما قدّما مسلسل "ليالي الصالحية" قبل سنوات.

كذلك، فإنّ مسلسل "طاحون الشر" (الجديد) سيكون حاضراً هذا العام. وسيشهد الموسم الجديد عودة الفنان بسام كوسا إلى هذه النوعية من الأعمال من خلال المسلسل الذي ألّفه مروان قاووق ويتولى إخراجه ناجي طعمي.

وإضافةً إلى الأعمال الثلاثة، يخوض مسلسل "حارة الطنابر" المنافسة أيضاً. وهو من تأليف مروان قاووق، وإخراج فادي سليم. ويشارك في بطولته كلّ من أيمن رضا، وسلمى المصري، وصفاء سلطان، والممثلة القديرة سامية الجزائري.

وضمن فكرة جديدة تضاف إلى أعمال البيئة الشامية في الدراما السورية، يمزج المخرج نذير عواد البيئة الشامية بالطبخ، إذ يتناول عمله الجديد "زنود الست" (يا هلا) طرقاً لتعليم فن الطبخ الدمشقي، إضافةً إلى العادات والتقاليد التي كانت سائدة في تلك الفترة. ويشارك في بطولة المسلسل الذي ألّفه رزاي وردة وفاء موصللي، ومرح جبر، ومديحة كنيفاتي.

عودة الكوميديا

الأعمال الكوميدية حاضرة في كل موسم، لا سيما أنّها أصبحت من أهم عناصر نجاح الدراما السورية. ويعود سامر المصري هذا العام مع الجزء الثاني من "أبو جانتي ملك التاكسي" (روتانا خليجية) الذي صورّه في دبي بعدما نقل إقامته إلى هناك. ويستكمل الفنان السوري حكاياته مع سيارته لكن هذه المرة في شوارع دبي. علماً أنّ المسلسل الذي تولى إخراجه عمار رضوان، يشارك في بطولته أندريه سكاف، وتاج حيدر، وسامية الجزائري.

كما يعود الممثل أيمن رضا إلى الكوميديا من بوابة شخصيته "أبو ليلى" التي قدمها في الجزء الأول من "أبو جانتي ملك التاكسي" في رمضان ٢٠١٠. ويشارك في بطولة "سيت كاز" (الدنيا) الذي ألّفه رضا بنفسه مع مجموعة من الكتّاب كل من سامية الجزائري، ونسرين الحكيم.

كما أنّ "صبايا" LBC الفضائية اللبنانية يعود هذا العام بجزئه الرابع الذي تم تصويره في دبي أيضاً تحت إدارة المخرج سيف الشيخ نجيب. ومع بقاء جيني أسبر وكندة حنا في العمل الجديد، تعود ديمة بياعة إليهن بعد غيابها عن الجزء الثالث، كما انضمت اللبنانية بريجيت ياغي، والإماراتية رؤى الصبان إلى المسلسل الذي ألّفته نور الشيشكلي.

وينافس أعمال الكوميديا السورية هذا العام مسلسل "رومنتيكا" (روتانا خليجية) الذي يتولى إخراجه الفنان مهند قطيش. ويشارك في بطولته كل من جيني أسبر، وصفاء سلطان، وزهير رمضان.

كما يعود مسلسل "بقعة ضوء" في لوحاته المتنوعة. إذ يقوم بإخراجه عامر فهد، ويشارك في بطولته كل من ديمة قندلفت، وأمل عرفة، وباسم ياخور، بالإضافة إلى عدد من الممثلين السوريين.

ومن بين أعمال الكوميديا أيضاً "أيام الدراسة٢" من إخراج مصطفى برقاوي، وبطولة مجموعة من الممثلين الشباب، ومسلسل "أوراق بنفسجية" من تأليف وإخراج فيصل بني المرجة، وتشارك فيه ديمة الجندي، وجيهان عبد العظيم.

عودة مسلسلات التاريخ

هذا العام، تعود المسلسلات التاريخية إلى الواجهة. ولعل "عُمر" الذي أثار جدلاً واسعاً في الأوساط الدينية سيكون الأبرز في هذه النوعية من الأعمال. ويتناول المسلسل الذي ألّفه وليد سيف ويخرجه حاتم علي سيرة ثاني الخلفاء الراشدين وسرد تفاصيل حياته.

كذلك، يُعتبر "إمام الفقهاء" أحد الأعمال التاريخية التي ستُعرض في رمضان. ويدور المسلسل الذي كتبه حامد العلي، حول حياة الإمام جعفر الصادق. ويؤدي دور البطولة كل من أيمن زيدان ومنى واصف. علماً أنّ المسلسل من إخراج سامي الجنادي وتأليف حامد علي.

وبعيداً عن أعمال الكوميديا، والبيئة الشامية، والاجتماعية والتاريخية، يشهد الموسم الجديد عودة الأعمال الملحمية التي تحمل طابعاً تاريخياً واجتماعياً من خلال مسلسل "المصابيح الزرق" (أبو ظبي الإمارات) المأخوذ عن رواية بالعنوان ذاته للكاتب الكبير حنا مينه. تدور أحداث العمل في مدن الساحل السوري وريفه خلال الحرب العالمية الثانية. ويشارك في بطولة العمل الذي أخرجه فهد ميري، سلاف فواخرجي، وغسام مسعود، ومحمد حداقي.

من جهة ثانية، تعاني الدراما السورية مشكلة في تسويق أعمالها. بعدما كانت القنوات العربية وخصوصاً الخليجية تتهافت على شراء أكبر عدد من المسلسلات السورية، نجد هذا العام أنّ الكثير من المسلسلات تُعرض على قنوات عربية غير معروفة كثيراً في الشارع العربي. ويعزو بعضهم ذلك إلى دعوات الجمهور على "فايسبوك" بمقاطعة المسلسلات السورية.

كما يرى بعض المتابعين أنّ ضعف الإنتاج في الدراما السورية هذا العام سيرغم الفضائيات العربية على شراء مسلسلات مصرية، خصوصاً أنّ هناك عدداً من القنوات العربية لم تشتر عملاً سورياً واحداً كتلفزيون "دبي"، و"المستقبل" اللبنانية.

ديمة قندلفت

نسرين طافش

صـــومـــوا تـــصـــحّـــوا!

في شهر رمضان تحتاج النصائح ترتكز على الغذاء السليم والأسس الواجب اتباعها لتأمين الحاجات الضرورية من الفيتامينات للجسم لعدم إضعاف الصائم وتفادي الزيادة في الوزن من جراء تناول كل ما يشتهي الصائم لحظة الفطور.

تعليمات عامّة لشهر رمضان المبارك :

مع حلول شهر رمضان وتغيّرعاداتنا الغذائيّة، يبدأ القلق عند بعض الأشخاص والخوف من كسب الوزن الزّائد أو مواجهة بعض المضاعفات الجانبيّة سواء كانت خفيفة "كالنّفخة،الحرقة أو الإمساك" أم خطرة كهبوط السكر في الدّم أو ارتفاعه أو ارتفاع ضغط الدّم أو معدّل الكولّيستيرول.

نبدأ ببعض النّصائح العامّة للمحافظة على وزننا و صحّتنا خلال شهر رمضان المبارك:

اشرب ٨ أكواب ماء على الأقلّ بين فترة الإفطار و السّحور حتّى لو لم تشعر بالعطش،فالجسم بحاجة لتعويض كمّية المياه الكبيرة التي خسرها وبالأخصّ مع ارتفاع درجات الحرارة والرّطوبة خلال فصل الصّيف.

ابدأ إفطارك بكوبين من الماء .

قلّلوا من تناول النّشويّات كالأرزّ،الخبز،المعكرونة والبطاطا خلال فترة الإفطار،وحاولوا بالمقابل تناول البروتينات كاللّحوم ، الدّجاج ، الأسماك والحليب ومشتقّاته.فالبروتينات تعزّز الشّعور بالشّبع وتجعل الشّخص يتناول كمّية وحدات حراريّة أقلّ. -أكثروا من تناول الألياف، فالألياف تحارب الإمساك والشّعور بالانتفاخ وتساعد على خسارة الوزن وخفض معدّلي السكر والدّهون (الكوليستيرول) من الدّم كما أنّها تساعد على الشّعور بالشّبع لمدّة أطول.لذلك أكثروا من تناول الخضراوات وبالأخصّ الخضراوات الورقية الخضراء كالخسّ،الملفوف والرّوكا،واستبدلوا الخبز الأبيض بالأسمر أو القمح الكامل وأضيفوا بعض بزر الكتّان إلى طعامكم. حصّة من الفاكهة المجفّفة كالمشمش المجفّف،التّين المجفّف أو الخوخ المجفّف تحتوي أيضاً على كميّة عالية من الألياف كما أنّ بعض الفاكهة كالتّفاح واللّيمون والبطّيخ وغيرها معزّزة بالألياف.

ابتعدوا عن المشروبات الرّمضانيّة كالجلاّب و قمر الدّين و غيرها من العصائر لأنّها تحتوي على كمّيات من السّكر واستبدلوها بالمياه أو القليل من العصائر الطّبيعيّة.

ابتعدوا عن المأكولات المقليّة فهي تحتوي على كمّيات عالية من الوحدات الحراريّة وتسبّب في ارتفاع الوزن،كما أنّها تحتوي على كمّيات عالية من الدّهون بالأخصّ الدّهون المشبعة ُ والتي ترفع معدّل الكوليستيرول في الدّم كما أنّها مضرّة بالقلب والشّرايين وتسبّب العطش لاحقاً. قلّلوا من تناول المشروبات التي تحتوي على الكافيين كالقهوة والمشروبات الغازيّة الملوّنة والشّاي لأنّها مدرّة للبول ''وتسبّب بخسارة كمّيات كبيرة من الماء ُ

حاولوا ممارسة بعض الرّياضة ولو كانت خفيفة كالمشي مدّة ٣٠ دقيقة ،فالرّياضة تساعد على حرق الوحدات الحراريّة الزّائدة وتساعد على رفع نسبة العرق اليوميّة احترسوا من الفاكهة والفاكهة المجفّفة رغم أنّ الفاكهة تُعتبر من المأكولات الصّحيّة والتي تحتوي على ألياف وفيتامينات إلاّ أنّها مصدر للسّكر والوحدات الحراريّة،لذلك لا تتخطّوا حصّتين من الفاكهة والفاكهة المجفّفة.

كيف نتعامل غذائياً مع حرارة الجوّ في رمضان؟

إن ارتفاع درجة الحرارة هذه الأيام يؤدي إلى العطش، ويلعب نوع الغذاء الذي يتناوله الصائم دوراً كبيراً في تحمل العطش أثناء ساعات الصيام ،ولكي نتغلب على الإحساس بالعطش يوضح لنا الدكتور وائل صفوت مستشار الطب العام واختصاصي أمراض الباطنية والكبد بعض النصائح التي يمكن اتّباعها وهي:

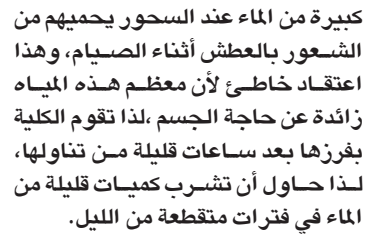
تجنب تناول الأكلات والأغذية المحتوية على نسبة كبيرة من البهارات والتوابل، وأيضاً الأغذية المالحة والمخللات بخاصة عند وجبة السحور، لأنها تزيد من حاجة الجسم لكميات كبيرة من الماء بعد تناولها.

-تناول الخضراوات والفواكه الطازجة عند السحور، فإن هذه الأغذية تحتوي على كميات جيدة من الماء والألياف التي تمكث فترة طويلة في الأمعاء مما يقلل من الإحساس بالجوع والعطش .

يعتقد بعض الأشخاص أن شرب كميات كبيرة من الماء عند السحور يحميهم من الشعور بالعطش أثناء الصيام، وهذا اعتقاد خاطئ لأن معظم هذه المياه زائدة عن حاجة الجسم ،لذا تقوم الكلية بفرزها بعد ساعات قليلة من تناولها، لذا حاول أن تشرب كميات قليلة من الماء في فترات متقطعة من الليل.

إن الإكثار من السوائل في رمضان مثل العصائر المختلفة والمياه الغازية يؤثر بشدة على المعدة ويقلل كفاءة الهضم، كما يعمد بعض الأفراد إلى شرب الماء المثلج بخاصة عند بداية الإفطار، وهذا لا يذهب العطش بل يؤدي إلى انقباض الشعيرات الدموية، وبالتالي ضعف الهضم، لذا يجب أن تكون درجة الماء معتدلة أو متوسطة البرودة وأن يشربها الفرد متأنياً وليس دفعه واحدة.

تجنب شرب الماء أثناء الأكل ،فهذه طريقة خاطئة، لأنها لا تعطى فرصة للهضم.

.تجنب شرب العصائر التي تحتوي على مواد مصنعة وملونة والتي تحتوي على كميات كبيرة من السكر، وينصح باستبدالها بالعصائر الطازجة والفواكه.

الإكثار من تناول السلطة، لأنها تحتوي على عناصر غذائية مرطبة ومفيدة وغنية بالألياف والمعادن والفيتامينات التي تمد الجسم بالحيوية والنشاط والماء اللازم له، والسلطة كاملة القيمة الغذائية تتكون من بقدونس، والكرفس والخيار والبندورة والبصل والقرنبيط وأنواع أخرى من الخضراوات. -يؤكد الخبراء أن البطيخ من الفاكهة الصيفية المفيدة في أيام الصيام، حيث يغني عن عشرات الأصناف من الخضراوات واللحوم، لما له من أثر ملطف على المعدة، إضافة إلى غناه بالعديد من العناصر التي تكفي حاجة الإنسان من الماء والفيتامينات والمعادن طوال اليوم، خاصةً في أيام الصيف الحارة.