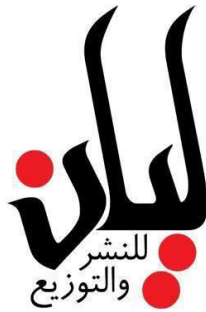


مبادرة
القراءة بالمجانة



الكتاب: يليق بكبي

الكاتب: أشواق مسامر

رقم الإيداع: 2019 / 22947

ISBN: 978-977-800-104-4

تصميم الغلاف: محمد عبد القوي مصيلحي

دار ليان للنشر والتوزيع

مدير النشر: فتحي المزين: 01282288056

Email: layanpub@gmail.com

ليان
للنشر
والتوزيع

جميع الحقوق محفوظة للناشر، وأي محاولة للطبع أو النشر بأي طريقة دون موافقة كتابية يعرّض صاحبها للمساءلة القانونية

يليق بكي

لبلان
للنشر
والتوزيع



إهداء

إهداء إلى زوجي وحببي محمود خليل ..

داعمي وملهمي

إلى أولادي: رضوى وكريم وأدهم نور عيوني ..

والمحرك الأول لكل نجاح ورغبة في الحياة

إلى إخوتي وعائلتي ..

بأبا مسامر وماما سعاد.. وأمل ودعاء وآية ومحمد

إلى كل محبي النجاح والداعمين للإبداع ..



مقدمة

لماذا أصرت على كتابة اسم الكتاب "يليق بكي" بالياء.. وليس "يليق بك" بكسر الكاف؟

السبب في رسالة بعثتها الشاعرة اللبنانية "مي زيادة" إلى الكاتب المصري "عباس محمود العقاد" قالت له: "لماذا تكتب لي "أنتي" بالياء وليس أنتِ بكسر التاء" فرد قائلاً: "يعز عليّ كسرِكِ حتى في اللغة".

وأنا أقول لكي اختاري الحياة التي تليق بكِ دون كسر أو قهر.. اختاري الحياة التي تستطيعين عيشها بحلوها ومرها دون أن يغلب المرُّ على حلو حياتك فتكرهين وتغضبين وتستائنين أحياناً كثيرة، ولكن اجعلي حلوها أكثر من المرِّ، فيذوب ذلك المرار بقوة الصبر والإرادة الحقيقية في جعل حياتك أفضل.

كوني ملكة متوجة على عرش حياتكِ تديرينها بمنتهى القوة والثبات متحدية كافة الظروف والعقبات محوِّلة إياها إلى حلول وتحديات، ارتدي ما يليق بكِ وبشخصيتكِ، اعلمي قدر نفسك جيداً فلا تهتز ثقتكِ بذاتك واعلمي جيداً ن الله عز وجل خلقكِ لرسالة وهدف وقتما وصلتِ لهما ورويتهما بالحب والشغف فتأكدي أنه لن يقف أمامك شيء.

!دبق !غمم

”شانيل“.. وأنا



الاسم غابرييل.. والشهرة كوكو

”غابرييل بينور شانيل“ من مواليد أغسطس عام ١٨٨٣، مصممة الأزياء الفرنسية التي أدخلت البساطة الراقية لعالم النساء بعد أن كانت الموضة حكراً على الأغنياء اجتماعياً وعلى الرجال مهيناً.

عانت شانيل كثيراً من عدم الدعم لكونها ليست من علية القوم والعائلات الغنية، وعانت أكثر لكونها ”امرأة“ تحدت عرف المجتمع لرغبتها في العمل وإثبات ذاتها في وقتٍ كان أقصى طموح المرأة هو إيجاد رجل غني يعيلها.

تعلمت شانيل الخياطة والتفصيل بملجأ الأيتام الذي تربت فيه؛ حتى تستطيع كسب عيشها، بالإضافة لعملها بملهى يرتاده ضباط سلاح الفرسان، ومن خلاله تعرفت بمن ظنت أنه أحبها؛ أحد ضباط الفرسان ”إتيان بالسان“ والذي كان أيضاً من رجال فرنسا الأثرياء، أحبها.. أو هكذا أوهمها.. عاشت معه بقلعته ثلاث سنوات باعتقاد خاطئ منها أنه سيتزوجها لإغداقه عليها بالأموال والمجوهرات.

وبعد فترة تأكدت شانيل من أن ”بالسان“ لن يتزوجها؛ لأنها بالطبع ليست من العائلات الثرية. غضبت شانيل كثيراً، لكنها لم تبك، فقد كان لديها من عزة النفس ما يكفيها لتخطي أي شيء صعب وتركت ”بالسان“ بكل أمواله عاقدة العزم على إثبات ذاتها وحفر اسمها في التاريخ دون الحاجة إلى مجتمع لا يرى في المرأة غير أداة للمتعة والديكور الاجتماعي في الحفلات الراقية.

في عام ١٩٠٨ بدأت علاقة حب جديدة لشانيل مع الكابتن ”آرثر إدوارد كابل“، والذي كان أحد أصدقاء ”بالسان“، كان من أثرياء إنجلترا، ومن أكثر المعجبين بشخصية ”شانيل“، حيث كان يرى فيها أنها غير كل النساء اللاتي يعرفهن.. كان ”كابل“ الداعم الأول لشانيل لبدء حياتها المهنية كمصممة للقبعات التي كان لا غنى عنها لأي امرأة أوروبية في ذلك الوقت، وإيماناً منه بموهبتها وقدرتها على إحداث التغيير بحياتها وبعياة غيرها من النساء.

في عام ١٩١٢ ازدهرت حياة ”شانيل“ المهنية في تصنيع القبعات لما أضفته من بساطة راقية وذوق مختلف، خاصة بعدما ارتدت ممثلة المسرح ”شانيل دورزيات“ إحدى القبعات من توقيع ”شانيل“ بأحد الأعمال المسرحية الفرنسية.



شانيل مرتدية إحدى قبعاتها

هذه مجرد البداية لأحد أهم الأسماء اللامعة لبيوت الأزياء العالمية ”كوكو شانيل“، وأنا أقول لكم جميعاً حينما يجد الإنسان من يدعمه، من يقف سنداً

وعوناً، فقط لإيمانه بأفكارنا وقدرتنا على إحداث تغيير إيجابي للمجتمع فقد يكون ذلك حباً حقيقياً من القلب، وقد يكون دعمًا من العقل للأفكار الجديدة، وقد يكون استثماراً مشتركاً بين الأفكار والأموال..

لكن يبقى السؤال: كيف كان دعم "كابيل" لكوكو شانيل؟!!!



إذا قررت النجاح.. فلن يوقفك شيء

في عام ١٩١٣ افتتحت شانيل بوتيك في ”دوفيل“ بتمويل من كابيل أيضاً، لم يتركها للحظة واحدة كان معها خطوة بخطوة يرى دائماً أنها تستطيع تحقيق المزيد من التقدم والنجاح.. عقلها الذي لا يهدأ.. وشخصيتها القوية يؤهلانها لذلك.

كانت شانيل لا تتوانى عن التفكير في كل ما هو جديد ومختلف لتقدمه لعالم الملابس النسائية، وكانت نقطة تغيير جديدة، بعد انتشار القبعات البسيطة الراقية، وهي تشجيع النساء على ارتداء البنطال بسيط التصميم، بعيداً عن ملابسهن المعقدة بارتداء المشدات التي تُظهر الخصر والفساتين كثيرة الطبقات، خاصة أن الكثير من النساء اضطررن للعمل خلال فترة الحرب العالمية الأولى.

من هنا أقول لك أيتها المرأة الجميلة بروحك أولاً قبل ملامح وجهك.. الشيء الهام ومعيارك لاختيار ملابسك هو تعبير هذه الملابس عن شخصيتك الحقيقية فلا تتماذي في ارتداء كل ما يشبه ملابس الرجال فتفقد هويتك الحقيقية.. ولا ترتدي ما يظهر أنوثتك حد الإغراء المبتذل فتحسبن رقي روحك بزجاجة الأوثة المزيفة، ثم تشتكين بعدها من النظرة الدونية للمجتمع الذي لا يرى الكثير منه في المرأة غير أنها عروسة جميلة ترتدي كل ما هو أنثوي لإثارة الغرائز فقط!

لم يكن ذلك التغيير سوى البداية القوية لإحداث ثورة في عالم الأزياء النسائية، وذلك حينما استخدمت خامات ”الجيرسيه“ لتصنيع ملابس تتصف بالراحة

والبساطة.. وكانت خامة "الجيرسيه" من الخامات التي لا يستخدمها كبار مصممي الأزياء لأنهم كانوا يرونها رخيصة الثمن ولا تصلح للأزياء النسائية على الإطلاق، ولذلك السبب اتهمت شانيل بالإساءة للذوق العام والتقليل من شأن المرأة الأوروبية.



شانيل تردي تاير من الجيرسيه

كل ذلك وهو يترقبها.. يفرح لنجاحها.. تشاركه الحفلات الأرستقراطية.. يشاركها الأفكار ويساعدها على تحقيقها.. تحبه وبحبها. في عام ١٩١٥ افتتحت شانيل متجرًا في بياريتز لتحقيق بذلك نجاحًا آخر كالذي حققتة بدوفيل، وقد ساعد شانيل على ذلك الوضع الحيادي خلال الحرب العالمية الأولى.

استطاعت شانيل من خلال نجاحاتها أن تعوض كابيل عن أمواله التي استثمارها،



نافية بمنتهى القوة همزات وملزات المجتمع الأرسقراطي باستغلالها لكابيل لثرائه ودعمه المادي لها.. لم يكن للحب والمشاعر أي اعتبار على الإطلاق.

استمرت العلاقة بين كابيل وشانيل لتسع سنوات شهدا معًا لحظات الحب والنجاح.. وعلى الرغم من ذلك لم يطلب منها الزواج طوال هذه الفترة..

فهل كان لعدم وجود الشجاعة الكافية لمواجهة المجتمع الأرسقراطي وعائلة كابيل الغنية؟ أم أن هناك سببًا آخر احتفظ به كابيل لنفسه؟ أم كانت شانيل هي من تأتي هذا الزواج !!!؟

الفقدان.. والأمل في الإبداع

في عام ١٩١٨ فوجئت شانيل بزواج كايبيل من سيدة إنجليزية أرستقراطية وهي "ديانا يندهام" وكان السبب الواضح الجلي هو عدم قدرة كايبيل على مواجهة المجتمع الأرستقراطي، كان المجتمع أقوى بكثير من حبه لشانيل وكأنه رأى كعهد أي رجل لن أخسر شيئاً، أتزوج أرستقراطية لإرضاء المجتمع والعائلة - والتي قيل إنها هددته بحرمانه من كل ما يملك حال زواجه من شانيل - وفي ذات الوقت لم يقطع اتصاله بشانيل تحت بند الصداقة، ولأنها أحبته من قلبها وكان له الفضل عليها من خلال دعمه لها على مدار سنوات لم تستطع أن تنهي هذه العلاقة التي استمرت لما يقرب من ١٠ سنوات.

وفي نهاية عام ١٩١٨ وبدایات عام ١٩١٩ أعلنت شانيل عن نفسها بشكل رسمي كمصممة للأزياء النسائية واشترت مبنى كاملاً بشارع ٣١ كانون والذي يقع بأكثر الأماكن عصرية بباريس.

في نهاية عام ١٩١٩ توفي كايبيل في حادث سير، ويقال إنه حادثٌ شانيل تليفونياً قبل الحادث، موضعاً لها أنه نادم أشد الندم على عدم زواجه منها، وأنه يود لقاءها والحديث معها، قائلاً لها إنه في الطريق إليها، واستعدت شانيل لاستقباله بأجمل إطلالة، وكانت الصدمة إبلاغها بوفاته، وكأن القدر لا زال مصرّاً على عدم لقاء القلوب، تم إبلاغ شانيل بالوفاة وما كان منها إلا أنها أقامت نصباً تذكاريّاً في موقع الحادث على جانب الطريق.

من كانوا قريبين من شانيل هم فقط من شعروا بمعاناتها لفقدان كايل، فرغم زواجه ظلت تحبه وكانت تترضي الصداقة، سماع صوته وهو يسأل عنها، مباركته لها على أي نجاح وإنجاز.

قالت شانيل لأحد أصدقائها: ”وفاة كايل كانت ضربة رهيبة بالنسبة لي، فقدت كل شيء بمجرد فقداني لكايل وما جاء بعد ذلك لم تكن حياة سعيدة“. بعد وفاة كايل ارتدت شانيل فستاناً أسود من تصميمها ليس فقط لتعبيرها عن الحزن داخلها ولكن هذا ما اعتادت عليه؛ تحويل الأمل إلى أمل، جديد هذا الفستان الأسود أصبح حديث أشهر مجلات الأزياء ”مجلة فوج“.



موديل الفستان الأسود الذي نشرته مجلة ”فوج“

وأنا أقول لك عزيزتي القوية بالفطرة لا تجعلي شيئاً يقف في طريقك، مهما كانت قوة تأثيره عليك، لكل شيء وجهان، القبيح والجميل حتى وإن كانت مشاعر

الحب، ولكِ الاختيار وتذكري دائماً أنك وحدك من ستدفع الثمن، فاختراري الوجه الجميل دائماً وساعدي نفسك على الإبداع والتغيير.

بعد هذه الضربة القاصمة لشانيل ترى كيف أكملت حياتها؟ هل توقفت عن النجاح والإبداع؟ هل استطاعت أن تحب رجلاً آخر؟ هل كان كل ما فعلته هو إنشاء نصب تذكاري أم فعلت المزيد؟؟!!



الغروب.. شروق لشمس يوم جديد

بعد غروب شمس "كابيل" عن حياة "شانيل" لم يكن أمامها سوى تحويل الألم إلى أمل كما اعتادت على مدار حياتها..

طلبت شانيل في أوائل عشرينيات القرن الماضي من "آرنست بيو" أن يصنع لها ستة عطور من رقم ١ لرقم ٦ حتى راق لها العطر رقم ٥ والذي عُرف -ولا زال يعرف- باسم Chanel No 5 ومن كانوا قريبين من شانيل قالوا وكأن شانيل وجدت في هذا العطر تجسيداً لحب ومشاعر كابيل لها فتركيبته الفريدة والجديدة من أكثر من نوع من الزهور والمركبات الكيميائية التي تجعل العطر يدوم طويلاً، كأنها خليط مشاعر الحب والاشتياق والدعم النفسي والفرق والعودة واستمرار الحب رغم فقدان.



عطر شانيل No 5

ومن أبرز ما قالته شانيل عن كابيل بعد رحيله: ”كان أعظم نجاح بحياتي.. لقد اكتشف ما كان فريداً بداخلي وعلمني كيفية تطويره“.

رأت شانيل أن كل امرأة من حقها الحصول على عطر مميز يعكس الخصوصية والتفرد ويمثل شيئاً ويكون له معنى ويعبر عن مشاعر حقيقية، وكأنها كانت تقول لكابيل وكأنك حينما رحلت أصبحت أراك في كل شيء يملأه الإبداع.. سكنت روعي فأصبح دعمك داخل نفسي.

وفي عام ١٩٢٤ عرض رجلا الأعمال pierre&paul wertheimer على شانيل تسويق العطر مقابل أن تحصل الشركة على ٧٠% ومتجر البيع على ٢٠% وشانيل على ١٠% فقط من أرباح العطر وبعد نجاح وانتشار العطر على مستوى العالم حاولت شانيل تغيير بنود الصفقة من خلال أكثر من قضية، ولكن ظلّ تسويق العطر من حق شركة Wertheimer.

وفي عام ١٩٢٦ كانت مفاجأة ونجاح آخر لشانيل حيث نشرت مجلة ”فوج“ العالمية تصميمًا بسيطاً لفستان أسود قائلة: ”الفستان الأسود لأي وقت“ في تغيير جديد وتحدياً آخر لعُرف المجتمع حيث كان لا يتم ارتداء الفستان الأسود إلا للجنازات ويفرض على المرأة الأرملة، وبذلك تربّع الفستان الأسود على عرش الأناقة والكلاسيكية.

أنا أقول لك لا يجب أن تخلو خزانة ملابسك من فستان أسود يليق بك يبرز جمالك ويعبّر عن براءة روحك وتحديك للمشكلات ويجلسك على عرش الأناقة والكلاسيكية.

في هذه الفترة المزدهرة قدمت دار أزياء شانيل كل ما تحتاجه المرأة العملية الأنيقة من ملابس وعبطور وإكسسوارات وقبعات إيماناً منها بتكامل عناصر الموضة التي تجمع بين أناقة الكلاسيكية وبساطة التصميم.



لا أخفيكم سرّاً إعجابي الشديد بهذه المرأة المذهلة التي طالما حوّلت الدموع والإحباطات لنجاحات وتحديات.

وأنا أقول لك لن تبرأ الحياة من الهموم والمشكلات وأمامك الاختيارات أيتها الجميلة، إما أن تقبلي التحديات وتتعلمي من الأخطاء.. أو تبقي حبيسة الدموع تبكين على اللبن المسكوب.. تعيشين دور الضحية للظروف والأزمات.

وبعد عقد من النجاحات والتحديات هل استطاعت شانيل أن تحب رجلاً آخر؟ سؤال لا زال يطرح نفسه.. وبداية عقد الثلاثينيات من القرن الماضي وسماع دقائق طبول الحرب العالمية الثانية التي لاحت بوادرها في الأفق كيف كان تأثير ذلك على ما حققته شانيل من نجاحات خاصة بعد اتهامها بالتجسس لصالح الألمان؟؟!!

البساطة من رحم الحرب

قبل التحدث عن مرحلة أخرى مرَّ بها المجتمع الأوروبي والعالم أجمع - وهي مرحلة الحرب العالمية الثانية وما أتت به على الكثيرين وليس كوكو شانيل فحسب - فلنتعمق قليلاً في مرحلة العشرينيات والثلاثينيات من القرن العشرين.

مع فجر العشرينيات ومحاولة العالم - وخاصة المجتمع الأوروبي - الخروج من دائرة الصراع السياسي الذي فرضته أجواء الحرب العالمية الأولى، والتي لم يكن لها تأثير على المجتمع فحسب بل على الثقافة والحياة الاقتصادية والموضة أيضاً، فكان لظهور عدد من الموديلات النسائية الجديدة اعتمدت في أساسها على البساطة والشعور بالراحة أبلغ الأثر على حياة النساء، وبذلك عبرت المرأة الأوروبية عن رفضها الموديلات النسائية التقليدية متعددة الطبقات التي لا تهتم سوى بإظهار الأنثى فقط بداخل المرأة في ذلك الوقت في دعوة صريحة للعودة إلى الطبيعة، وقد تسبب ذلك في إحداث تغيير جذري في عالم الموضة والملابس وهو ما اعتمدته مصممة الأزياء الفرنسية "كوكو شانيل" بدون منافس.

سيطر موديل "flapper" من عام 1920 حتى 1923 وهو موديل بسيط ليس له قصة تحدّد منطقة الخصر فيما سمي بـ "dropped waist"، والذي كان من السهل تصميمه وتنفيذه من خامات اقتصادية، في ذلك الوقت.



The flapper dress

كانت ملابس السهرة من وحي البساطة أيضًا ولكن بإضافة ما يعبر عن أجواء المساء والاحتفالات بإضافة التطريز بالفصوص والأحجار والخرز كأحجار الـ “Rhine stones” وكان ذلك بأواخر العشرينيات.

كان من أبرز ما تميزت به هذه الفترة اعتماد الملابس الرياضية للنساء كالرجال على حدٍ سواء وكانت معظم الموديلات يتم استلهاً بتصميماتها من رياضة التنس التي كانت شائعة في ذلك الوقت، وعلى الرغم من أن لـ “كوكو شانيل” السبق في اعتماد الملابس الرياضية للنساء بقوة إلا أنه كان لمصممين آخرين نفس الاهتمام بالموديلات الرياضية كـ Jane Regny and Jean Patou .



المصمم Jean Patou



المصممة Jane Regny

نستطيع القول أن العشرينيات من القرن العشرين كانت علامة بارزة في تقليل الفجوات بين الطبقات الاجتماعية فأصبح من حق الجميع ارتداء ملابس تواكب الموضة وتمتاز بالراحة في ارتدائها؛ فأطلق على هذه الفترة من صناعة الأزياء "ديموقراطية الموضة"، ملابس تحترم أن الكثير من النساء اضطررن للعمل بعد فقدان عائلها في الحرب العالمية الأولى.

وأنا أقول وبكل فخر إن هذه الفترة كانت صوتاً حقيقياً هادفاً يقول إن المرأة تستطيع فعل الكثير، تستطيع أن تفكر وتبتكر وتعمل وتتحمل المسؤولية وتنجح فقط إذا أرادت.

رغم كل معوقات الحياة وسلبياتها، رغم التنمر والتصنيف استطاعت الكثيرات تحقيق النجاح ك لاعبة التنس Suzanne Lenglen في ذلك الوقت والتي كانت مصدر إلهام للكثيرين.



لاعبة التنس Suzanne Lenglen

فكوني أنتِ أيضاً مصدر إلهام للكثيرات، تألقي وتأنقي واخلقي عالمك من النجاح والتقدير الذاتي لنفسك بغض النظر عما يفعله الآخرون من حولك، كونى أنتِ بذاتك وكيانك وبصمتك التي لا يمكن لأي شخص آخر تقليدها، كونى علامة أصلية مبدعة ومميّزة ومتميّزة.

سحر هوليوود.. وعودة الأنوثة

تأثرت الموضة في ثلاثينيات القرن العشرين بنجوم الأفلام السينمائية وخاصة نجوم هوليوود في ذلك الوقت سواء كانوا رجالاً أو نساءً أو أطفالاً وكان من أبرز النجوم Clark Gable, Jean Harlow, and Shirley Temple. وبدأ المجتمع في العودة للحفاظ بعد الصخب الذي شهدته العشرينيات، حيث قيل عن فترة العشرينيات أيضاً أنها مرحلة من مراحل الثورة النسائية على كل ما هو تقليدي فما كان من البعض أيضاً إلا اللجوء إلى الصخب في كل شيء، في الملابس وفي الماكياج، ورغم بساطة بعض التصميمات إلا أنها كانت تكون صاخبة بإضافة الريش أو الخرز والترتر.



Shirley Temple



Jean Harlow



Clark Gable

مع ظهور شمس السنوات الأولى لعقد الثلاثينيات بدأت الموضة في العوودة إلى الأنوثة مرة أخرى بعد سنوات استلهاً التصميمات من وحي الملابس الرجالية والملابس الرياضية، وعادت القصات التي تحدد الخصر مرة أخرى والفستان الذي يغطي الكعب في إطلالة أنثوية أنيقة.

على الرغم من محاولات الابتعاد عن الوضع السائد بسنوات العشرينيات إلا أن بساطة خطوط الأزياء، وبساطة التصميمات ظلت قائمة، ولكن بشكل يميل للأنوثة أكثر كما اشتهرت بعض القصات كـ the bias cut والتي اعتمدها أكثر من مصمم أشهرهم Madeleine Vionnet .



the bias cut dresses

استمرت "ديموقراطية الموضة" خلال الثلاثينيات فكانت كل امرأة أوروبية تستطيع أن تكون نسخة من إطلالة النجمة السينمائية المفضلة لها فقط إذا استطاعت أن تقلد موديل فستانها وتسريحة شعرها ولكن بتكلفة أقل.

وأنا أقول لك ليس فقط لتظهري كنجمات السينما، ولكن لتظهري بإطلالة تميزك وتعبر عن شخصيتك ليس عليك سوى اختيار ما يناسبك، وليس بالضرورة أن يكون الأمر متوقعاً على التكلفة المادية، فكم من إطلالات غنية وبتكلفة اقتصادية، وما كان التقليد يوماً رغم جاذبيته إلا صورة مكررة فكوني أنتِ وأنتِ فقط، فلكل امرأة ما يميزها ويجعلها رائعة الإطلالة.

كان تقليد أزياء المصممين الفرنسيين أبلغ الأثر في حياة المجتمع الأمريكي لتخفيف قيمة التكلفة المادية لإنتاج الملابس، خاصة أنه كان يعاني من الإحباط والكساد الاقتصادي نتيجة انهيار البورصة وهروب المستثمرين مما تسبب في البطالة والفقر الشديدين للمواطنين الأمريكيين وسميت هذه الفترة ما بين الحربين "بالكساد العظيم" بأمريكا.

تعرفت شانيل عام 1931 في مونت كارلو ومن خلال صديقها الدوق الكبير ديميتري بافلوفيتش ابن عم قيصر روسيا، على منتج أفلام سينما هوليوود صاموئيل غولديون (1879 1974)، الذي عرض عليها ملايين الدولارات (ما يعادل 75 مليون في الحاضر) مقابل قدمها إلى هوليوود مرتين في العام، لتصميم أزياء نجوم ممثلي شركة الأفلام (إم. جي. إم). وكانت تسافر من نيويورك إلى كاليفورنيا بقاطرة بيضاء خاصة بها ومجهزة بكافة أنواع الرفاهية. وقالت في إحدى المقابلات الصحفية عام 1932، (سأرى ما الذي ستقدمه لي السينما وما الذي سأقدمه لها).

كان هدف غولديون من دعوة شانيل، جذب شريحة واسعة من النساء إلى



السينما لمشاهدة الأزياء المعاصرة بهدف التغلب على أزمة كساد السينما في إطار الأزمة الاقتصادية التي كانت تواجهها أميركا آنذاك.

وسرعان ما أدركت شانيل ما تعنيه لها سينما هوليوود بعد أن صممت أزياء ثلاثة أفلام هي، (أيام رائعة) عام 1931، (إما الليلة أو..) في العام نفسه، وفيلم (الليونانيين كلمة لها) عام 1932، فعلى الرغم من النجاح الكبير الذي حققته الأفلام الثلاثة، غادرت شانيل هوليوود بلا عودة، فقد واجهت صعوبة في تقبلها لفكرة أن تكون تابعة للنجوم، إلى جانب رفض بعض الممثلات ارتداء أزيائها التي لم تتضمن في رأيهن ما يكفي من الإثارة. ومن أبرز الممثلات اللواتي ارتدين أزياءها: كاثرين هيبورن، وغريس كيلي وإليزابيث تايلور وغلوريا سوانسون.¹

وبنهاية الثلاثينيات كان العالم على حافة الهاوية مع الحرب العالمية الثانية، في انتظار ما ستأتي به هذه الحرب على المجتمعات والاقتصاد والموضة أيضاً. هل استطاعت شانيل تخطي هذه الفترة الصعبة خاصة بعد ما حققته من نجاح على مدار فترة العشرينيات والثلاثينيات من القرن العشرين؟؟!

1) <https://www.albayan.ae/paths/life/2011-10-02-1.1511900>

تأتي الرياح بما لا تشتهي السفن

كانت فترة الحرب العالمية الثانية فترة غير سعيدة على الإطلاق لـ ”كوكو شانيل“ التي حصدت النجاح رغم الألم، حيث تعرضت دار الأزياء لضربة قوية بسبب الأزمات الاقتصادية التي لحقت بالحرب.

حاولت شانيل إنقاذ عملها قدر المستطاع.. اهتمت بتصنيع المجوهرات المقلّدة التي تحاكي المجوهرات الحقيقية، لكنها في الحقيقة رخيصة الثمن، وقد ساعد ذلك الأثرياء في الحفاظ على مجوهراتهم الحقيقية في فترة قاسية وصعبة كفترة الحرب العالمية الثانية، كما طوّرت حقيبة شانيل الشهيرة ذات الحزام الرفيع، والتي تجمع بين العملية والجمال، وحب السيدات لها.

وبداية الحرب فعلياً، أغلقت شانيل متاجرها قائلة: ”الحرب ليست الوقت المناسب للموضة، وقامت بتسريح أكثر من 3000 عامل من موظفيها.. مما جعل شانيل محل اتهام بأن هذا الإجراء كان انتقاماً من العمال بسبب احتجاجهم ومطالبتهم بزيادة الأجور، لم يكن فحسب ذلك ما تعرضت له شانيل، فقد تم القبض على ابن شقيقها أندريه من قِبَل القوات الألمانية، وذلك في الوقت الذي توطدت فيه علاقة شانيل بالضابط الألماني ”هانز جونتير فون دينكلانج“ والذي كان يصغرها بثلاثة عشر عاماً.

تعددت الأقاويل حول علاقة شانيل بدينكلانج؛ فمنهم من قال إنه كان صديقاً



وقف بجوارها بعد أزمة فقدانها لكابيل، ومنهم من قال إنها وطدت علاقتها به حتى تستطيع الإفراج عن ابن أخيها، ومنهم من رأى أن الأمر أكبر من ذلك خاصةً بعد إعراب شانيل عن معتقداتها السياسية، والتي عبّرت فيها عن معاداتها للسامية والتعاطف مع القضية الألمانية.

ولقد ساعد دينكلانج شانيل على التخلص من شراكة ”الأخوين بيير وبول“، وذلك من خلال استخدام قوانين ”آريان“ التي تجرّد اليهود من حقوق الملكية تحت الحكم النازي، وعلى الرغم من نجاح شانيل في الوصول لهدفها، إلا أن لحظها العثر كان ”بيير وبول“ نقلاً ملكية المحلات والإنتاج لخط العطور لصديق مسيحي يدعى ”فيليكس أميوت“.

ورغم إصرار شانيل أن البيع مزيف إلا أن الألمان رفضوا الامتثال لمطالبها كي لا يغضبوا ”أميوت“ لأنه يصنع الطائرات العسكرية للقوات الألمانية، وبين إغلاق كافة أعمال شانيل وما بين اتهامها بالخيانة والجاسوسية يظل السؤال: هل تستطيع شانيل تخطي هذه الأزمة كما فعلت من قبل.. أم أن هناك ما حدث جعلها أضعف من أن تكمل مسيرتها!!!

دقت طبول الحرب

بنهاية حقبة الثلاثينيات بدأت الحرب العالمية الثانية تدق أبوابها، مما كان له عظيم الأثر على الموضة وصناعة الأزياء بالمجتمع الأوروبي وفي الوقت الذي كانت تتربع فيه باريس على عرش الموضة، دخلت القوات الألمانية لباريس بعد ستة أشهر من بداية عام 1940 وقامت باحتلالها الذي استمر حتى عام 1944، ولهذا اضطر عدد كبير من مصممي الأزياء الفرنسيين الانسحاب من العمل بمجال الموضة في ذلك الوقت تاركين خلفهم فراغاً كبيراً في صناعة الأزياء، كما فعلت مصممة الأزياء ”كوكو شانيل“ .

حاولت الولايات المتحدة في ذلك الوقت ملء هذا الفراغ الذي تركه مصممو أزياء باريس بظهور عدد من مصممي الأزياء الأمريكيين كـ Norman Norell and Claire McCardell، كما استطاعت الولايات المتحدة الأمريكية أن تشجع الملابس الجاهزة ready-to-wear، ولقد حاول المصممون إضافة أجواء البهجة على تصميماتهم رغم جو الحرب القاتم، وكذلك تم الاهتمام بالملابس غير الرسمية والعملية، وذلك لأن الكثير من السيدات لا زلوا يخرجون من أجل العمل.



Claire McCardell



Norman Norell

كما استطاعت Claire McCardell أن تتخطى قيود تقنين الإنتاج بمهارة ناقلة تصميماتها لمستوى يصل حد الكلاسيكية، ليس ذلك فقط ففي الوقت الذي كانت أبرز الخامات الموجودة هي الحرير والصوف بدأت تبحث في الأخرى عن خامات جديدة كما فعلت كوكو شانيل من قبل؛ فبدأت في عام 1942 في البحث عن خامات كالجينز والخامات القطنية لتصميم وتنفيذ الفساتين وقطع الملابس المختلفة التي تتسم بالراحة والعملية.

البحث عن خامات جديدة كان أشبه بالحلم؛ لأنه لم يكن متاحاً في هذه الفترة سوى الخامات المستعملة التي يتم إعادة إنتاجها مرة أخرى من خلال تغيير تصميمها، وذلك بسبب قلة الموارد والخامات التي تدخل في صناعة الملابس، وانتشر ما يسمى Utility clothing and uniforms التي تشبه كثيراً ملابس الحرب في ذلك الوقت ولكن بخصر ضيق وتنورات طولها يصل إلى الركبة، وفي ذلك الوقت انتشرت مهارة تصنيع الملابس البيتية، والتي بدأت تتعلمها النساء لحياكة ملابسهن بأنفسهن ترشيحاً للنقابات والحفاظ على الخامات.



Utility clothing

وعلى الرغم من انتهاء الحرب في عام 1945 إلا أن الحياة لم تعد كعادتها وكذلك الموضة، فظل تقنين صناعة الملابس مستمراً بسبب استمرار نقص الخامات وخاصة بريطانيا وبالولايات المتحدة الأمريكية وظل الأمر كذلك إلى أن ظهر تصميم كريستيان ديور في عام 1947 محفزاً بذلك سوق الموضة والأزياء للعودة من جديد، وعلى الرغم من الانتقادات التي وجهت لهذا التصميم من البعض بأنه استهلك الكثير من الموارد وياردات القماش إلا أنه أصبح أيقونة في عالم الموضة والأزياء واستمر حتى بداية الخمسينيات التي أحدثت ثورة كبيرة في عالم صناعة الملابس، وخاصة الإنتاج الجماهيري.

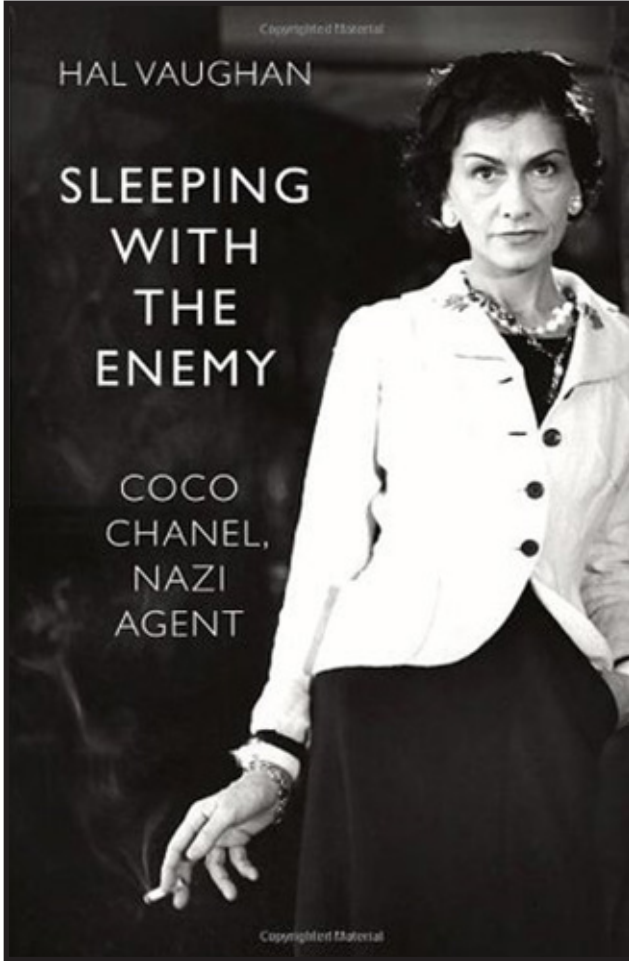


(Christian Dior) 1974

سنوات الخفاء.. والاختفاء

كانت السنوات التي عاشتها شانيل منذ عام 1941، أي منذ اندلاع الحرب العالمية الثانية وإغلاقها كافة أعمالها بمجال الأزياء، وحتى عام 1954 هي سنوات يكتنفها الكثير من الغموض والسرية والكثير والكثير من الشائعات، ولا غابيل شانيل ولا معظم المؤرخين وكتاب السيرة الذاتية استطاعوا سرد القصة كاملة وحتى الآن لا يستطيع أحد أن يقول إن المعلومات التي تم الحصول عليها حول شانيل خلال تلك الفترة كانت كلها حقيقية.

قام المؤرخ "هال فوجن" بجمع عدد من القصص والروايات والدلائل عما قامت به شانيل خلال هذه الفترة بكتاب "sleeping with the enemy" وكان عرضه كالتالي :



بحسب قول فردريك كيجنز المسؤول عن الأرشيف الذي كشف عن عدد من الوثائق التي تدين كوكو شانيل وغيرها في دعم النظام الألماني أثناء فترة الحرب العالمية الثانية، قائلاً: ”إنه من المحتمل أن يكون الألمان قد أدرجوا اسم شانيل كمصدر للمعلومات وكمنفذة للمهام، ولكن لا يمكن تأكيد أنها كانت تعرف بذلك.

وعلى الرغم من سوء الأوضاع نتيجة الاحتلال الألماني بباريس إلا أن شانيل تم تأمين مكان لها بفندق ”الريتز“ بقلب العاصمة الفرنسية باريس، حيث اعتبر ذلك أحد الدلائل التي تدين شانيل بتعاونها مع الألمان.

كشفت الوثائق أن شانيل كان لها اسم مستعار خاص بعمليات نقل المعلومات للألمان من رجال فرنسا الأثرياء فجهاز الاستخبارات ومكافحة التجسس ”Abwehr الألماني“ منح شانيل رمز العميل F- 7124 واسم ”ويستمينستير“ نسبة لدوق ”ويستمينستير“.

بعد تحرير فرنسا أتهمت شانيل بالتعاون مع الألمان وتم التحقيق معها، ولكنه تم الإفراج عنها لعدم كفاية الأدلة التي تدينها بالخيانة العظمى لبلدها، ولكنها عوقبت بالطرد من فرنسا، ولم تعتقل بسبب تدخل رئيس وزراء بريطانيا ونستون تشرشل في ذلك الوقت، فغادرت شانيل فرنسا إلى سويسرا حيث أقامت حتى عام 1954.

ورغم كل الأسباب التي قيلت كمبرر أو تفسير لتعاون مصممة الأزياء الفرنسية ”مع الاحتلال الألماني سواء بسبب كرهها ومعاداتها للسامية، أو للإفراج عن ابن أخيها أو حماية أعمالها واسترداد حقوقها من الأخوين ”بيير وبول“، أو لتأمين حياتها في فترة كانت في منتهى القسوة سياسياً واقتصادياً بسبب ويلات الحرب.. أو حتى رغبتها في عدم عودتها للفقر والاحتياج بعد كل ما حققته من نجاحات وإنجازات.. فأنا لا أرى مبرراً يجعل الإنسان يتعامل مع أي نوع من أنواع الاحتلال على حساب وطنه.. وفي رأبي أن هذه السنوات لم تكن سنوات خفاء واختفاء.. بل كانت ”السنوات السوداء“ في حياة مصممة الأزياء التي اتخذت من الحرية والإيمان بالتغيير سبيلاً لتحقيق أحلامها.. وأن وفاة حبيبها ”كايل“ كانت الخسارة القوية التي جعلتها لا تتخذ القرارات الصائبة تاهت لوقتٍ طويلٍ بعد فقدانه..



تتخبط بين من يعشقوها ويتمنون لها الود وما بين خيبات خسارة نجاحها وإغلاقها لكافة أعمالها.. كانت الجاسوسية الملاذ الآمن في وقتٍ لا أمان فيه.

وظهرت الكثير من الأمنيات التي تود أن يظهر أرشيف آخر يقول إن "شانيل" فعلت ذلك بعلم المخابرات العسكرية الفرنسية وبالاتفاق معها.. أي إنها كانت مناضلة في حب بلدها وليست جاسوسة.. وأنا أيضًا أتمنى ظهور ذلك الأرشيف ويأتي يومٌ أكتب فيه سنوات اختفاء شانيل لم تكن "سنوات سوداء" بل كانت "سنوات احتفاء" لاسترداد وطن!!

الخمسينيات عصر الأنوثة والكلاسيكة

في بداية خمسينيات القرن الماضي كان لزامًا على العالم أن يتعامل مع ما دمرته الحرب العالمية الثانية جراء القصف الألماني، والاهتمام بإعادة الإعمار والبناء مرة أخرى، وكان لإعادة انتخاب وينستون تشرشل أثره في إلغاء تقنين الطعام، ورفع الحظر والتقنين عن الملابس والمنسوجات، وعاد الاهتمام بالهوت كوتور مرة أخرى على يد "كريستيان ديور" بعد التمرد على التقيد الذي فرضته الحرب على استخدام الأقمشة بكميات كبيرة، خاصة وأن تصميماته تستخدم الكثير من الأقمشة لتنفيذ الموديلات.

وفي الوقت الذي اتجهت فيه الملابس الرجالية للكاجوال.. انطلقت الملابس النسائية نحو الأناقة والكلاسيكية والعودة لإظهار أنوثة المرأة من خلال الوسط المحدد والجوب والفساتين الكلوش، وكانت هذه الإطلاة معتمدة للملابس النهارية وملابس السهرة على حدٍ سواء، وظلَّ الأمر كذلك حتى منتصف الخمسينيات، وبعد ظهور موديلات جديدة تعتمد على الإستايل الإستريت أكثر، وحده كريستيان ديور من ظلَّ يعتمد الإطلاة الأكثر أنوثة رغم ظهور العديد من التصميمات والإستايلات الجديدة.



بدأ الترويج والإنتاج الجماهيري للملابس كخطوط إنتاج بجوار الهوت كوتور برعاية العلامة التجارية الشهيرة "مارك أند سبنسر" بريطانيا وحثت كل من فرنسا والولايات المتحدة الأمريكية نفس اتجاه بريطانيا في الإنتاج الجماهيري للملابس.

وفي تلك الحقبة الهامة من تاريخ صناعة الملابس بدأت مرحلة المراهقة تأخذ حيزاً كبيراً من الاهتمام، ولأول مرة يكون لهذه المرحلة العمرية التصميمات الخاصة بها بعيداً عن تقليد ملابس الكبار.



وفي تلك الحقبة الهامة عادت كوكو شانيل في عام 1954 لاستعادة نشاطها مرة أخرى؛ فهل استطاعت استعادة مجدها السابق وسط المنافسة القوية التي وجدتها بعد العودة، وخاصة بعد ما تعرضت له من طردٍ خارج البلاد؟؟؟



وتبقى شانيل!!

بعد انتهاء الحرب العالمية الثانية وعودة الروح لباريس عاصمة الموضة مرة أخرى، قرّرت شانيل العودة إلى وطنها وعملها، وافتتحت دار الأزياء مرة أخرى وهي بعمر الواحد والسبعين وسط منافسة شرسة من مصممي الأزياء الفرنسيين الذين ظلوا وتألقوا أثناء فترة الحرب، وخاصة "كريستيان ديور" الذي احتلت تصميماته مكانة كبيرة لدى المرأة الأوروبية وخاصة بعد الثورة التي حدثت بصناعة الأزياء والنسيج في تلك الحقبة المميّزة من تاريخ الموضة.

اضطرت شانيل للتعاون مرة أخرى مع بيير وحصلت على حقوق اسم "شانيل"، وبدأت في ابتكار تصميمات جديدة تتواكب مع التغييرات الجديدة وقدمت the chanel jacket أو ما عرف "بسترة شانيل" وهي سترة أو جاكيت تم تصميمه وتنفيذه من قماش التويد تم استلهام تصميمه من ملابس الرجال كعادة شانيل منذ نجاحاتها الأولى حتى يعطي ذات الانطباع بالبساطة والراحة والأناقة في ذات الوقت ومزودة ببطانة من الحرير تنتهي بغرزة لا تُرى لتثبيت سلاسل معدنية حتى تضمن ثباتاً أفضل للجاكيت أثناء ارتدائه.. وكان هذا النموذج المثالي لسترة شانيل بعد أن مر بإخفاقات عدة أثناء إنتاجه حتى وجدت شانيل أن السلاسل تعطي قوة ثبات للجاكيت وتظهر أناقة حياكته.



”سترة شانيل“

حققت سترة شانيل نجاحًا كبيرًا خاصة بعد عودة المشاهير لارتداء تصميمات كوكو شانيل من جديد، وكان منهن إليزابيث تايلور وجريس كيلي وجاكلين كيندي.. ولقد كانت ولا زالت سترة شانيل الأنيقة أيقونة في عالم الأزياء النسائية ليس فقط لانطباع الرشاقة الذي يعطيه ارتداء تاير من التويد بلوك شانيل، وإنما لأنه من علامات الموضة التي لا تغيب عنها شمس التصميم ستجده في كل موسم للشتاء بعرض أزياء باريس حتى يومنا هذا.



جاكلين كينيدي ترتدي سترة شانيل

عادت شانيل للاهتمام بكل ما يخص المرأة من حقائب ومجوهرات و عطور وفي عام ١٩٧٠ كان بداية ظهور عطر chanel No 19 نسبة ليوم ميلادها، فهو مزيج متناعم من الأزهار البيضاء والخضراء وخاصة زهرة السوسن وكأنه كان تتويجاً لمسيرة امرأة لم تترك مجالاً للحياة إلا وكان لها بصمة قوية سواء على مستوى الحياة السياسية أو الاقتصادية أو الاجتماعية.. وأخيراً وليس بآخر عالم الموضة والأزياء.. والذي على الرغم من شدة اتساعه وقوة المنافسة به، استطاعت

كوكو شانيل أن تحفر اسمها بحروفٍ من ذهب على عرش الموضة وصناعة الملابس حتى وافتها المنية في عام ١٩٧١ عن عمر يناهز سبعة وثمانين عامًا. رحلت كوكو شانيل، ولكن ظل الاسم حتى يومنا هذا علامة محفورة عبر الزمان توثيقًا لرحلة كفاح لنجاحات وإخفاقات وتحديات، رحلت شانيل وتبقى عطرها وحقيبتها وسترتها، رحل الجسد وبقيت روح الأناقة لاسم لن ينساه التاريخ أبدًا.



شانيل ما لها.. وما عليها

شانيل، تلك المبدعة التي لم تترك شيئاً إلا وكان لها بصمة فيه، فمن بداية اقتحامها لعالم الأزياء، التي قررت وبمتهى القوة أن تنقل نفسها من مجرد امرأة عادية إلى صاحبة علامة تجارية من أكبر العلامات التجارية في مجال الموضة والأزياء.

هذه المرأة التي أحببت من اختاره قلبها، ولكن اختاره الموت، ووجدت بعده من يحبها بل يعشقها ولكنها لم تستطع أن تحب غيره، خسرت الدنيا بعدها وطعم الحياة، ذكرت نفسها به في كل إنجاز حققته، في كل منتج أنتجته، لم تنسَ أبداً حبه ومشاعره وكلماته، تشجيعه ودعمه، فهو من جعلها شانيل ولقبها بكوكو.

رغم الألم.. رغم فقدان رغم كل شيء الذي كان من الطبيعي أن يفقدها الأمل بالحياة إلا أنها تمسكت بها وتمسكت بالنجاح كان إبداعها مميّزاً لا غبار عليه، إبداعاً براقاً لا مثيل له.. جعلت كل امرأة فخورة بذاتها اختارت لها البساطة والراحة والأناقة الراقية في ذات الوقت، احترمت أنوثتها ولكنها أيضاً احترمت عقلها، احترمت كل سيدة كانت مضطرة للعمل في وقت الحرب وصنعت لها ما يبهجها حينما أرادت أن تشعر أنها ملكة.

رغم اتهامها بخيانة وطنها وغربتها عنه لفترة ليست بالقليلة، ورغم إغلاقها لكافة أعمالها وإنجازاتها، إلا أنها استطاعت وبمتهى القوة أن تعود من جديدٍ

لأجل ذاتها التي قد تكون تاهت وسط رغبات الحياة وتقلباتها وافتقادها لأكثر شخص أحبه قلبها.

عاشت شانيل أيام حياتها وسنوات عمرها كما شاءت وكيفما أرادت بما كان لها وما كان عليها فهي كباقي البشر لها أخطاؤها ولها إنجازاتها، فعيشي حياتك سيدي الفاضلة كما ترغبين ولكن تذكري جيداً أنه سيكون لك ما لكِ وعليكِ ما عليكِ، فاختاري أن تبدعي ببصمتك المميّزة التي وهبك الله إياها.



أناقة.. شباب.. هيبى.. اختاري ما يحلو لك

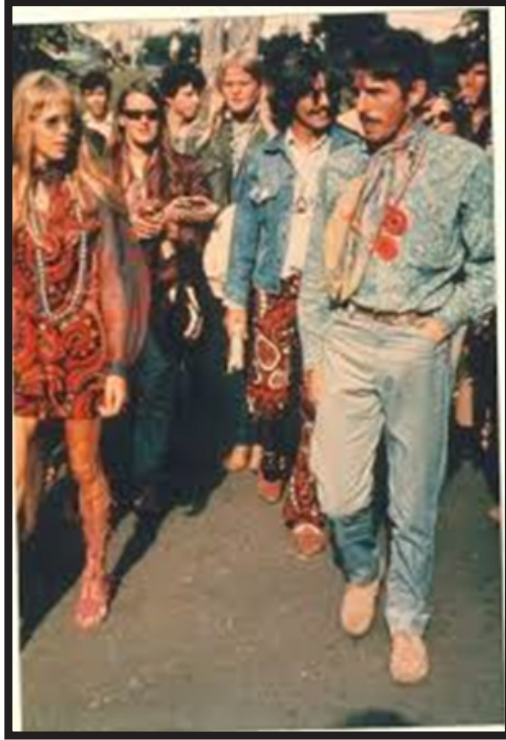
ول وفاة كوكو شانيل في أوائل السبعينيات من القرن الماضي كان لا بُدَّ لنا من العودة لفترة الستينيات حتى نستطيع أن نرى الفرق بعد عصر العودة للأناقة والأنوثة في فترة الخمسينيات، وما جاء بعدها من تغيير في خطوط الموضة العالمية واتجاهاتها.

تأثرت الموضة في فترة الستينيات بثلاثة اتجاهات أساسية أولها استمرار إطلالة حقبة الخمسينيات في إطلالة السيدة الأنيقة الكلاسيكية التي تميل لإظهار الأنوثة، والاتجاه الثاني كان للإطلالة الشبابية التي تأثرت بعصر الفضاء، والاتجاه الثالث كان للإطلالة التي أطلق عليها "هيبى" كنوع من التمرد على التقاليد والأعراف ونظم المجتمعات في العقود السابقة والتي كانت تتمثل في إطالة الشعر وارتداء الملابس غير التقليدية .



أبرز موديلات فترة الستينيات

وتعد فترة الستينيات هي بداية التغيير في الموضة وعادات وتقاليده المجتمع.. حيث أصبحت الحياة الاجتماعية أكثر استقراراً وبدأت الدعوات للحرية والحياة برفاهية، واعتماد الهيبي إستايل لايف Hippie life styl.



Hippie life styl

ولظهور خامات جديدة ومنتوعة كالاكريليك والبوليستر والأقمشة اللامعة المصنعة من الخيوط الصناعية بدلاً من خيوط النسيج الطبيعية كان لها أبلغ الأثر في اختيار الموديلات الجديدة، وظهرت الجوب والفساتين القصيرة بقوة وكان لتأثير العلم والحديث عن الفضاء أثره على الموديلات والتصميمات التي يتم اختيارها.



موديلات من الأقمشة اللامعة

ومن أشهر مصممي الأزياء لهذه الفترة مصمم الأزياء "سان لوران"، وبنهاية حقبة الستينيات ظهر الفستان الماكسي الطويل في اتجاه مخالف تمامًا لارتداء كل ما هو قصير.



ألوان جريئة.. رسومات مختلفة.. إطلالات متحررة

احتلت الألوان الجريئة والأقمشة المرسومة "المشجرة" مكان الصدارة على عرش الموضة بفترة السبعينيات من القرن الماضي، وتأثرت الملابس النهارية إلى حدٍ ما بفترة الأربعينيات في بساطتها، ولكن في الملابس السواريه كان لا بُدَّ من وجود البريق والتألُّق لمن يرتديها، وزخرت الملابس الرجالية بالألوان المتعددة.

تأثرت فترة السبعينيات بانتشار نوافذ عرض الملابس "الفاترينات" التي جعلت الوصول إلى الملابس شيئاً سهلاً، ليس ذلك فقط فانتشار الأقمشة الصناعية كالبوليستر شجّع مصممي الأزياء على إنتاج الكثير من الموديلات دون الشعور بفقر الخامات كما كان يحدث من قبل، وانتشرت فساتين البراري التي اعتمدها من مصممي فترة السبعينيات Gunne Sax and Bill Gibb، والتي تأثرت باستايل الهيبي الذي بدأ انتشاره خلال فترة الستينيات.



فساتين البراري

وكان لكل شيء مصنوع يدويًا تأثيره على صناعة الملابس في فترة السبعينيات كالكروشييه والباتشورك والإكسسوارات المصنّعة يدويًا فكانت جزء لا يتجزأ من تلك الفترة.

اتسمت هذه الفترة بظهور موديلات ترتديها الجنسين من النساء والرجال كالبناطيل الواسعة والجينز والتيشترات والقمصان الرسمية والسويت شيرتس والقطع المشجرة سواء كانت قميصًا رجاليًا أو بلوزة نسائية، رجع ذلك للمطالبة أكثر بالحرية في العلاقات الاجتماعية والمساواة بين الرجل والمرأة في كل شيء وخاصة فرص العمل خارج المنزل.



ولخروج المرأة للعمل مرة أخرى بحثت النساء عن الراحة في ملابسهن؛ فكان الفستان الوارب من أفضل القطع في دولاب المرأة لسهولة ارتدائه، كما لاقت الإطالة غير الرسمية قبولاً متزايداً من البدل الجينز والبدل القماش من ألوان الباستيل، جنباً إلى جنب مع البدلات الرسمية إلا أنها أصبحت تصمم من خامات القטיפه سواء سادة أو مشجرة للجنسين.

نستطيع بعد كل ذلك القول أن هذه الفترة من القرن الماضي كان لها رونقها وتفردتها بخاماتها الجديدة وألوانها ورسومات الأقمشة، التي لا زالت تتأثر بها الموضة الحالية.

أناقة الثمانينيات

ركزت فترة الثمانينيات من القرن الماضي على الملابس والإكسسوارات غالية الثمن، وتميزت الملابس أيضًا بكونها مشرقة وحيوية، كما كان للمجوهرات اللامعة أبلغ الأثر في إظهار الثروة والنجاح لمرتديها، خاصة الحلقان الذهبية الكبيرة والكوليهاات المصنوعة من اللؤلؤ، وبدأ ظهور موضة البانك punk fashion ، كرد فعل لموضة الهيبي التي اعتمدها العقد الماضي خلال فترة الستينيات.



كانت الملابس في تلك الفترة مفعمة بالألوان المختلفة فانتشرت المعاطف الصوف الطويلة والجوبات الواسعة الطويلة أيضًا، وكذلك الجوبات الميني والبناطيل الليجن التي لها كعب يوصل بالقدم، والملابس الرياضية ذات التصميمات والألوان لتي وُصفت بالجنون استمرت حتى منتصف الثمانينيات، كما انتشرت الملابس المصنوعة من الجلد سواء جلدًا طبيعيًا أو جلدًا صناعيًا.



في تلك الحقبة كانت المرأة أكثر ثقة بنفسها وقدراتها، وبدأت في تحقيق ذاتها في مجالات العمل المختلفة، حيث كان العمل بالنسبة للمرأة مهنةً ونجاحًا وليس اضطرارًا من أجل تعويض وجود العائل الذي يحافظ على الأسرة وينفق عليها، وعليه كان هامًا اهتمام المرأة بما ترتديه خلال عملها خاصة أولئك اللاتي أحبن الإدارة والقيادة فكان تشبُّهها في ملابسها بالرجال يعطيها مظهرًا أكثر قوة، وذلك حتى تثبت المرأة أنها أهل للقيادة والمناصب العليا.



ومن أكثر ما ميّز هذه الحقبة الألوان النيون أو التي عرفت جماهيرياً بالألوان الفسفورية والتي استخدمت في صناعة كل شيء؛ الملابس الكاجوال والفساتين والإكسسورات البلاستيكية الملونة بنفس الألوان رابطات الشعر الجوارب والملابس الرياضية وغيرها الكثير والكثير كما كان للباد أهمية كبيرة وهي عبارة عن قطعة من الإسفنج توضع أعلى الكتف، وكانت بشكل أساسي بالبدل الرسمية والجواكيت وكانت بحجم كبير بأوائل الثمانينيات ثم صغر حجمها بأواخر تلك الفترة ولكن لم يتم الاستغناء عنها.

موضة العقود السابقة

كانت الموضة بتلك الفترة وكأنها إعادة لشريط سينمائي لبعض العقود السابقة فنجد أنها أخذت من فترة الخمسينيات والستينيات والسبعينيات والثمانينيات، حيث استمرت الألوان النيون أو التي عرفت جماهيرياً بالألوان الفسفورية، كما انتشرت التصميمات التي تتسم بالأشكال الهندسية والرسومات الكثيرة والألوان المتعددة، وبالفترة الأولى لهذه الحقبة كانت الملابس الشبابية الأكثر انتشاراً والتي تميل في تصميماتها للملابس الرياضية وكان منتشرًا التوب فوق البنطلون الجينز والسويت شيرت وموديلات الهودي خاصة بين المراهقين والشباب.

كان للبلوزات بكولة عالية ”أو يسمى رقبة“ وكان ارتداء الجواكت أو السويت شيرت الواسعة سواء كانت قصيرة أو طويلة شكلاً مميزاً ومحبباً لدى الجمهور، وشيئاً فشيئاً اقتصر الموديلات الواسعة على البلوفرات الواسعة على البنطلون الجينز استعداداً لتغيير في اتجاه الموضة الذي بدأ يظهر بشكل مختلف.

بالتدرج انخفضت موضة الملابس المتأثرة بموسيقى الجرانج وبدأت الموضة تأخذ مسارها باتجاه الموديلات الأكثر أنوثة والأكثر مناسبة لطبيعة المرأة.

!دابق !حمد"ظف

**الطلة الاحترافية للظهور في المناسبات
العامة والخاصة**



مقدمة

ناس كثير هتسأل هو فيه حاجة اسمها "الطلة الاحترافية".. حتى دي كمان ليها قواعد ومهنية.. ما أنا بلبس اللي لايق علياً والناس بتقولي حلو.. إيه الجمال ده.. والموضوع لطيف..

لأ.. طبعاً الطلة الاحترافية للظهور على شاشة التلفزيون حقيقة لا يجوز تجاهلها على الإطلاق لأن ظهورك على شاشة التلفزيون سواء كمقدم برامج أو كضيف للحلقات فرض عليكم آراء كل المشاهدين والمتابعين لصفحات البرامج.. إما هتكونوا قدوة ومحل ترحيب أو محل انتقاد وإثارة للجدل.

التنوع الغني للإطلاقات المختلفة بيدينا الفرصة نختار أفضل ما يناسبنا عملاً بمقولة "لكل مقام مقال" بداية من الإطلالة الكلاسيكية الغنية مروراً بالإطلالة البسيطة الرقيقة، وكمان المحتشمة، ووصولاً للإطلالة الجريئة حد إثارة الجدل.

كلنا تقريباً ملاحظين إن مافيش يوم بيعدي إلا وفيه خبر سواء بمواقع التواصل الاجتماعي أو المواقع الإلكترونية عن فنان أو فنانة أثار أو أثارت الجدل بإطلالتها مما أدى لغضب متابعيه أو متابعيها .

عشان كده قررت أشارككم كل أفكارى اللي اتعلمتها خلال السنين اللي فاتوا عن الموضة والأزياء و كمان كل القواعد لحضور المناسبات العامة والى أهمها :

١- الطلة الاحترافية للظهور على شاشة التلفزيون .



٢- حضور المؤتمرات.

٣- حضور الندوات .

٤- حفلات التكريم .

مش كده وبس وكمان قواعد حضور المناسبات الخاصة والي أهمها:

١- حفلات الزفاف والخطوبة

٢- حفلات الكوكتيل

٣- حفلات التخرج

٤- حفلات أعياد الميلاد

الطلة الاحترافية للظهور على شاشة التلفزيون

أن يتسق استايل ظهورك على شاشة التلفزيون والرسالة الإعلامية التي تود مشاركة جمهور المشاهدين لها، هو قمة الرقي في الأداء الإعلامي كضيف لفقرات البرامج الحوارية .

فلا يليق على سبيل المثال أن تكونوا ضيوفاً لأحد البرامج الجادة لمناقشة موضوعات تهم الرأي العام وترتدي ملابس لا تليق بموضوع الحلقة من حيث الجدية والاهتمام فتظهر ضيفة البرنامج بملابس قصيرة زيادة عن اللزوم أو مكشوفة زيادة عن اللزوم.. أو يظهر ضيف الفقرة بملابس تميل للطابع الرياضي بألوان زاهية زيادة عن اللزوم، والأمثلة في هذا الأمر لا حصر لها، ولهذا يتطلب الأمر ما يلي:

قبل وجود حضراتكم كضيوف بالبرامج الحوارية لا بُدَّ من معرفة مجموعة من النقاط الهامة جداً أهمها :

- طبيعة البرنامج وموضوع الفقرة التي هتشاركوا فيها.
- التصوير داخل الاستوديو أم التصوير خارجي؛ لأن لكل مكان المناسب ليه طبقاً للديكور أو الطبيعة في خلفية التصوير ودرجة الإضاءة التي مهمة جداً لانعكاس الألوان على الكاميرا.

لو التصوير داخل الأستوديو حضراتكم محتاجين تعرفوا شكل الديكور الخلفي للتصوير وألوانه وفي لوجوهات لشركات و ماركات أو لأ .

كمان هنكون محتاجين نعرف التصوير من وراء مكتب زي ”برنامج الإعلامي عمرو أديب“ ”الحكاية“ ولا في ترتيب معين لجلوس الضيوف .

مهم تعرفوا هل هتكونوا مع ضيوف آخرين في الفقرة ولا الفقرة لضيف واحد.. يتحاور مع مقدم البرنامج .

وفي الإجابة على هذه الأسئلة يتشكل الإستايل والألون اللي المفروض تظهروا بيها على شاشة التلفزيون.

إذا كانت مقدّمة البرنامج تشتهر بإستايل معين تظهر به على شاشة التلفزيون فهنا يكون أمام ضيفة البرنامج اختيارين، طبقاً لآراء بيوت الأزياء والعاملين والاستايلست بالمجال الإعلامي على المستوى العالمي وهما :

١. يرى أصحاب الرأي الأول في هذه الحالة ارتداء شيء مختلف تماماً عن إستايل المذيعة مقدمة البرنامج مع المحافظة على خطوات اختيار الإستايل المناسب للضيقة حيث يتمتع بالأناقة، وذلك حتى لا تظهر ضيفة البرنامج كنسخة مصغرة من المذيعة .

نفس الشيء إذا كان لمقدم البرنامج أو المذيع إستايل مشهور أو إطلالة معروفة وكان ضيف البرنامج يود أن يكون مؤثّر الحضور فليختار إطلالة مختلفة.

٢. أما أصحاب الرأي الثاني لا يرون في الأمر شيئاً إذا ظهر كل من مقدّم أو مقدمة البرنامج وضيف أو ضيفة الفقرة بنفس الأستايل .

وإن كنت أميل أكثر للرأي الأول، لأنني أرى في الاختلاف مع المحافظة على الأنافة قوة للطفين.

التناسق مع ديكور البرامج

لأن الغرض الأكبر من ارتداء ما يناسب الظهور على شاشة التلفزيون هو توصيل الرسالة الإعلامية بأكثر وأدق الطرق حرفية ومهنية، كان ولا بُدَّ من دراسة المكان الذي سيتم فيه التصوير، كما سبق وذكرنا من قبل .

بلاش تبقى جزء من الديكور:

إذا تم تحديد التصوير داخل الأستوديو الخاص بالقناة الفضائية، كان لزامًا قراءة شكل المكان داخل الأستوديو ومعرفة الألوان الخاصة بالديكور، وهل هو لون واحد سادة أم تتخلله بعض الرسومات والأشكال الهندسية التي تحدّد ويمتتهى القوة ما سنرتديه حتى لا نصبح أثناء ظهورنا على الكاميرا وكأننا قطعة من ديكور البرنامج .

فعلى سبيل المثال لا الحصر: إذا كان ديكور الأستوديو يتميز بالألوان الفاتحة الهادئة، يغلب عليه اللون الأبيض وكذلك الأثاث الذي سيجلس عليه الضيوف من نفس الألوان، فلنتخيل معًا إذا ارتدى ضيف البرنامج اللون الأبيض، أي المقعد لونه أبيض وملابسك لونها بيضاء.. أنت الآن وبلا منازع جزءً من الديكور، وسيجد المشاهد صعوبةً في متابعة الحلقة والتركيز عما تحاول توصيله له .

اللوجوهات والعلامات التجارية:

إذا كانت خلفية التصوير لكم كضيوف للبرنامج بها الكثير من اللوجوهات أو الشعارات الخاصة لبعض الشركات أو الماركات الشهيرة، وجب على حضراتكم ارتداء موديلات ملابس لا يدخلها الورود أو الأشكال الهندسية كالكاروهات، في هذه الحالة يفضل ارتداء الملابس السادة مع مراعاة تناسق ألوانها لخلفية التصوير، ارتداء ملابس مشجرة من أمام خلفية تمتلئ باللوجوهات يسبب شوشرة لعين المشاهد .

Close up shots:

إذا كانت لقطات التصوير عن قرب Close up shots، كما ذكرنا مثلاً على ذلك برنامج "الحكاية" للإعلامي عمرو أديب، حيث تركز الكاميرا على الوجه والجزء العلوي من الجسم؛ ففي هذه الحالة، وممتهى البساطة سيتم ارتداء الألوان التي تضيء الوجه والعيون، وتعطي إطالة لمنطقة الرقبة، يفضل استخدام الإكسسوارات الهادئة التي تعطي إطالة جميلة ومتألقة للوجه .

التصوير من خلال تنسيق جلوس الضيف :

إذا كانت لقطات تصوير الحلقة من خلال تنظيم مسبق لجلوس الضيف مع مقدم البرنامج كبرنامج "معكم منى الشاذلي" للإعلامية منى الشاذلي، في هذه الحالة لا بُدَّ من التركيز على الإطالة كاملة كمظهر عام متناسق بين إستايل اللبس والألوان؛ لأن الحكم في هذه الحالة يكون للإطالة كاملة على شاشة التلفزيون وخاصة إذا اضطر الضيف للوقوف كالترحيب في بداية الفقرة أو إذا كان وقوف ضيف الفقرة ومقدم البرنامج جزءاً من ترتيبات الظهور على الشاشة .

أياً كانت الطريقة التي سيتم ظهوركم بها على شاشة التلفزيون كضيوف بالبرامج الحوارية المختلفة تذكروا إطلالتكم لن ينساها جمهور المشاهدين فاجعلوها لائقة وأنيقة في كل مرة .

الألوان المقبول ظهورها على شاشة التلفزيون في ملابسك

دلوقتي هنتكلم عن الألوان اللي مقبول ظهورنا بيها على الشاشة، والألوان اللي لازم نتجنبها على الإطلاق .

ألوان الملابس التي نرتديها بعيداً عن الشاشة ليست بالضرورة تظهر بنا في إطلالة مبهرة أثناء ظهورنا كضيوف للبرامج الحوارية التلفزيونية، ومن أهم الألوان اللي تم النصح بعدم ارتدائها على شاشة التلفزيون هي الأبيض والأسود والأحمر، وإن كنت أرى أنه من الجميل ارتداؤها ولكن بقواعد كما يلي:

- اللون الأبيض لون يساعد على انعكاس الضوء، وبالتالي فإنه يسبب إزعاجاً أثناء التصوير إن لم نرتديه بمعايير محددة كأن نكسر اللون بلون آخر يتماشى مع لون البشرة وقوام من يرتديه بإستایل مناسب حتى لا يتسبب بزيادة وزن الضيف أمام الكاميرا بدون داعٍ .

- اللون الأسود رغم أناقته وكلاسيكيته والتي أعشقها أنا على وجه الخصوص، إلا أنه من الألوان التي يجب استخدامها بحذرٍ على شاشة التلفزيون؛ لأنه يمتص الضوء بقوة ورغم قدرة اللون على إظهار الجسم بشكل أكثر نحافة إلا أنه لو لم يتوازن معه إستايل اللبس والمكياج المناسب قد يأتي بنتيجة عكسية تمامًا.

- اللون الأحمر من الألوان القوية جداً حد وصفه أنه من الألوان النارية، ولأن لكل لون قوة إيجابية وقوة سلبية؛ فإن لم نرتديه بمواصفات قياسية بكل ما



تحمل الكلمة من معنى، تؤكد مواصفات قياسية ستظهر الإطلالة على الشاشة سلبية للغاية ومؤذية للمشاهد حدَّ الابتعاد عن المشاهدة والانصراف عن الرسالة الإعلامية .

- اللون الأزرق بكل درجاته مناسب جداً لإطلالة ساحرة على شاشة التلفزيون شرط اعتماد درجة اللون المناسبة للون البشرة وإستایل اللبس المناسب لقوام من ترتديه .

- ألوان الباستيل وهي عبارة عن أهدأ درجات الألوان بتكون رائعة لأصحاب البشرة الفاتحة، يعني الأفتح من الخمري أو القمحي وأعمق درجاتها مناسب لأصحاب البشرة الدافئة أي الخمري والقمحي والأعمق منهم درجة.

وبرأيي أن الله خلق لنا عددًا لا حصر له من الألوان التي نستلهمها من الطبيعة الربانية؛ فعلينا بذل المزيد من الجهد في اختيار ما يناسبنا بإطلالة أكثر أناقة، وإن لم نستطع أن نحدّد ما يناسبنا لا بأس في اللجوء لمن يساعدنا من المختصين الداعمين لكل ما هو أنيق وعصري..

الإكسسوارات المقبولة على شاشة التلفزيون

دلوقتي هنتكلم عن الإكسسوارات وطريقة لبسها على شاشة التلفزيون، فهناك بعض الأنواع من الإكسسوارات التي تليق بالظهور على الشاشة الصغيرة بل وتسيء لطلتنا الاحترافية كما يلي:

- الإكسسوارات التي تصدر أصواتاً طوال الوقت أثناء حركة الضيفة تتسبب في حدوث شوشرة بالميكروفون وتؤثر على الصوت وعلى كلام الضيفة .

- الإكسسوارات التي تعكس الإضاءة بقوة كالإكسسوارات الملميتة بالفصوص اللامعة تكون في غاية الإزعاج للمصور وتؤثر على إطلالتك وعلى رسالتك التي تودين إرسالها للمشاهد .

- الحلقات الكبيرة الحجم التي قد لا تتلاءم وشكل وجهك من أكثر الأشياء التي قد تسيء لطلتك الاحترافية على الشاشة .

- ملمعات الشعر غير مقبولة؛ لأنها تعكس الضوء وعليه تتسبب في إزعاج المصور وقد يضطر للخروج زووم أوت بالكادر بعيداً عما يؤثر على التصوير .

- بالنسبة للرجال لا بُدَّ من ظهور ما يعادل ”إنش“ أو ”٢,٥سم“ من أسورة القميص من كم جاكيت البدلة أو البليزر .

- استخدام الجوارب الطويلة للرجال أفضل حتى إذا وضع الضيف رجلاً على أخرى لا تظهر بشرته لأنها إذا ظهرت ستعتبر إطلالة غير موفقة .



- غير مقبول ارتداء أكثر من خاتم باليد الواحدة للضيوف الرجال .
- ارتداء الفيسـت "vest" قد يعطي انطباعاً بأن الضيف لا يشعر بالحرية في حركته أمام الشاشة .
- على المرأة في حالة ارتداء الفستان إذا كان ضيقاً ألا يكون ضيقاً زيادة عن اللازم حتى لا يلاحظ جمهور المشاهدين أن الضيفة أو المذيعة لا تستطيع الحركة بفستانها، كذلك قصر الفستان أو الجوب فيجب مراعاة أن الفستان أو الجوب القصيرة زيادة عن اللزوم وهي التي تكون في طول الـ ٤٥ سم أو أقصر غير مقبولة على الإطلاق على شاشة التلفزيون لأنها تعطي رسائل سلبية للمشاهدين عمن ترتديه .
- الظهور بالأقمشة الكاروهات والمقلمة تظهر الضيف وكأن ملبسه بها حركة مموجة، وخاصة المقلمة .
- كذلك إذا كنتِ محببة فإن ما ينطبق على ألوان الملابس ينطبق على ألوان الحجاب الذي ترتديه والذي يجب أن يظهر بشكل غير مبالغ فيه من حيث تعدد الألوان أو الطبقات .
- مصممو الأزياء والميكب أرتست هم الفئة الوحيدة المتاحة لها الظهور بما يتناسب وأفكارهم أو الظهور بأحد موديلات الكولكشن الذي سيعرض على الشاشة، مع احترام كافة القواعد السابقة الذكر .
- وأخيراً وليس بآخر: تذكروا أن كل ما سترتدونه على شاشة التلفزيون سيتذكره جمهور المشاهدين سواء كانت الإطلالة موفقة أو غير موفقة، وتذكروا أيضاً أنه كلما كانت ملابسك بسيطة كلما ظهرت أكثر أناقة وكلاسيكية وهي ما يجعل إطلالتنا سراً جذاباً يدعم وصول رسالتنا الإعلامية لجمهور المشاهدين .

الطلة المناسبة لحضور المؤتمرات

إن المؤتمرات من أبرز المناسبات العامة التي تمر بحياتنا وقد نحتار كثيراً ماذا نرتدي بها؛ فالأمر هنا بسيط ولكنه دقيق فالمؤتمرات ليست بالمكان الذي نبالغ فيه بارتداء ملابس وإكسسوارات، ولا المكان الذي نستهيّن بما سترتيه خلال حضور المؤتمر، ولهذا نقدّم بعض النقاط الأساسية التي تساعدنا في أن تكون إطلالتنا مميزة وأنيقة وتتمتع بكلاسيكية البساطة :

من أهم النتائج التي نوّد تحقيقها بحضورنا أيّ مؤتمر هي تحقيق أكبر قدرٍ من التواصل مع الحاضرين وترك انطباع طيب ومؤثر، وعليه لا بُدّ من أن يكون لنا نصيب من عالم الموضة ذلك العالم الساحر الذي يعطينا القدرة على أن نقف بثبات مهما كان مكاننا، وعلينا ببساطة اتباع الآتي :

• لا بُدّ من التأكد إذا كان للمؤتمر شروط في ارتداء الملابس كالقول: "الحضور بالملابس الرسمية رجاء"، وفي هذه الحالة لا بُدّ من ارتداء ما تم طلبه بدعوة الحضور .

• لا بُدّ من وجود جاكِت لارتدائه، قد لا يكون بدرجة كبيرة من الرسمية والكلاسيكية ولكنه جاكِت يليق بمن يرتديه ويفضل بأن يكون بالألوان المعتادة كالأسود والبني على حسب ما يليق بدرجة لون البشرة، كذلك اختيار البنطلون من

اللون الأسود أو الرمادي أو الأزرق البحري، وكذلك أيضاً اللون البني اختيار جيد جداً إذا كان يكمل الإطلالة .

- بالنسبة للمرأة فلها الحق في اختيار ارتداء بنطلون وجاكت مناسب أو فستان رسمي يتمتع بالكلاسيكية أو جوب قصيرة حتى الركبة وبليزر، بألوان غامقة أيضاً كالأسود والبني .

- قد يكون مقبولاً بقدر ما ارتداء بولوشيرت أو قميص رسمي، ولكن بألوان فاتحة وهادئة ويفضل تجنب الألوان الجريئة والقوية أو الفسفورية .

- من أجمل ما يناسب المرأة ارتداء البلوزات المصنوعة من الحرير والساتان بقصة رسمية، ولكن لا بُدَّ من الحذر بأن تكون ضيقة زيادة عن اللازم أو قصيرة زيادة عن اللازم فتكشف ما تحتها من منطقة البطن .

• للرجال الحرية في ارتداء رابطة عنق أم لا، وللعلم فإن رابطة العنق تظهرك بإطلالة أكثر احترافية إذا كان يهملك صنع علاقات قوية بمجال عملك، تاركاً انطباعاً بالالتزام، وقوة المنافسة .

• لا بُدَّ من مراعاة أن يتوافق لون الجوارب ولون الحذاء مع لون البنطلون فلا يجوز على الإطلاق ارتداء حذاء أسود إلا وعليه جوارب سوداء وليس أي لون آخر، كذلك لا بُدَّ من أن يكون الحذاء مصنوعاً من الجلد اللامع أو غير اللامع وليس من القماش أو أحذية رياضية، وهذا الأمر للجنسين الرجال والنساء ولحل الأمر فإن من أفضل الألوان التي لا خلاف عليها هو اللون الأسود .

- على المرأة تجربة شكل الفستان أو الجوب عليها والتأكد من أنها لا تنزلق أثناء الحركة مسببة مظهرًا غير لائق على الإطلاق، والحل هنا هو إما تغيير الفستان أو الجوب أو تجربة ارتداء شيء تحتها يساعدها على ثبات الفستان أو الجوب، ولهذا يُفضّل التركيز في حسن اختيار الخامة المصنوع منها الفستان أو الجوب قبل الشراء .

- أخيراً وليس بآخر: رجاء الابتعاد عن الإكسسوارات غير التقليدية الغربية كالإكسسوارات التي تميل للطابع البوهيمي لأنها لا تليق بجو المؤتمرات، وبعيدة كل البعد عن إطلالتها، وعليه يفضل ارتداء الإكسسوارات الرقيقة غير اللامعة بقوة والمليئة بالفصوص، وكذلك الإكسسوارات التي تعتمد على ثقب الأنف والأذن يفضل الابتعاد عنها .

- إذا كنتِ محجبة فلا بُدَّ وأن يتناسب حجابك بالبساطة في اختيار الألوان وطريقة لف الطرحة حتى لا تفسد الإطلالة باختيار شكل وألوان غير مناسبة لما ستردينه .

أيتها المرأة الجميلة التي تود تحقيق ذاتها وهدفها كلما كنتِ أكثر بساطة وكلاسيكية، كلما كنتِ أكثر قوة وإنجازاً في الحياة، محققة أهدافك وأنتِ على أرض صلبة لا تهتز بسبب التشكك هل أردتي ما يليق بي أم لا .



الطلة المناسبة لحضور الندوات والتكريم وحفلات التخرج

الندوات من أبرز اللقاءات التي تفيدنا في حياتنا، ولا يمضي وقتٌ إلا ونجد أنفسنا إما مدعون لندوة أو ضيوف لإلقاء كلمة، وسنجد أنفسنا تتناوبنا ذات الحيرة عن ماذا سنرتدي أثناء حضور الندوة، قبل أن نذكر معًا ما يمكن أن نرتديه خلال أي ندوة نحضرها لا بُدَّ لنا من أن نسأل بعض الأسئلة ويكون لها إجابة حتى نستطيع وبقوة أن نترك بصمتنا أثناء الحضور والأسئلة كالتالي :

- ميعاد الندوة هل هو صباحًا أم مساءً؟
- طبيعة الموضوعات التي ستناقشها الندوة هل هي ندوة فنية، أو ثقافية أو توعوية؟
- هل الندوة يمكن مغلق أم يمكن مفتوح .
- فالإجابات على هذه الأسئلة تقلل من حيرة الاختيارات أمامي فتجعلنا نختار أسرع وبشكل أدق .
- إن أبرز ما يناسب الندوات هو ارتداء الملابس التي تجمع بين الملابس الرسمية والملابس الكاجوال في إطلالة تسمى business casual attire، أو Smart casual
- وهذه الإطلالة المميزة تمزج بين الكلاسيكية والراحة .
- ارتداء الجينز اختيار موفق، ولكن بشرط اختيار الألوان الغامقة منه وليست

الفاتحة لأنها تعطي انطباعاً بالكلاسيكية والأناقة أكثر مع ارتداء قطعة مناسبة لارتدائها كقميص أو بولو شيرت وللسيدات فاختر بلوزة أو قميص من القطن أو الحرير أو الشيفون مناسب جداً، ولاستكمال الإطلالة يمكن ارتداء جاكيت أو بليزر على حسب الطقس ودرجة الحرارة وهما يناسب الإطلالة النهائية، مع ارتداء حذاء مناسب سواء كان فلات أو كعباً متوسطاً المهم أنه يعطي إحساساً بالراحة ولا يقلل من الطلة النهائية .

- الندوات تعطينا حرية أكثر في اختيار الألوان التي نود ارتدائها شرط أن تكون مناسبة لنا وللون البشرة وليست جريئة زيادة عن اللازم .

- لا زال الابتعاد عن الألوان القوية والفسفورية أمراً حتمياً .

- لا يفضل الإفراط في الماكياج أو الإكسسوار فلا زال الحفاظ على البساطة أمراً هاماً ومكماً قوياً للأناقة.

- يمكنك ارتداء فستان بسيط سواء كان منقوشاً أو من القماش السادة وكذلك اختياره باللون المناسب لكي مع الحفاظ على قاعدة الألوان التي ذكرناها من قبل .

- لا يشترط بالنسبة للرجال ارتداء رابطة عنق إلا إذا أردت إعطاء انطباع الكلاسيكية والأناقة الشديدة في كل مكان تذهب إليه .

- قواعد ارتداء الأحذية والجوارب لا زالت كما هي في الحفاظ على اختيار ذات الألوان، ولا يُفضّل ارتداء الكوتشيئات لأنها تعطي انطباعاً بالإطلالة الكاجوال وبدون قصدٍ قد تُفسد إطلالتك النهائية .

- إذا كنتِ محجة فلا بُدَّ وأن يتناسب حجابك بالبساطة في اختيار الألوان وطريقة لف الطرحة حتى لا تفسد الإطلالة باختيار شكل وألوان غير مناسبة لما ستردينه .



وأخيراً عزيزتي المرأة والفتاة التي تودّ أن تستفيد وتفيد، اجعلي إطلاقتك بصمتك في كل مكان تذهبين إليه، وكوني ذكية في استخدام الاختيارات المتعددة للملابس التي تودين ارتداؤها .

الطلة المناسبة لحضور حفلات الخطوبة والزفاف

أصبحت حفلات الزفاف في هذه الأيام لا تُقام فقط بقاعات الفنادق وإنما أصبح هناك حفلات زفاف تتم على شاطئ البحر وحفلات زفاف يتم الاحتفال بها بالنهار، وليس ليلاً وهناك حفلات زفاف تتم بصورة ملكية ولها طقوس للاحتفال وعليه لا بُدَّ من تحديد طبيعة حفل الزفاف الذي تم دعوتنا لحضوره حتى نستطيع ارتداء ما يناسبنا ويناسب الأجواء المحيطة لحضور الحفل .

وهناك قواعد أساسية لما نود ارتدائه وما لا يجب ارتداؤه بحفلات الزفاف والخطوبة كما يلي :

- من غير المقبول على الإطلاق حضور حفلات الزفاف والخطوبة مرتدين ملابس مصنوعة من الجينز وكذلك الأحذية المطاطية الرياضية والملابس الرياضية بشكل عام .

- إذا كان هناك اتفاق على ارتداء الملابس الكاجوال لأن حفل الزفاف أو الخطوبة على البحر؛ فهناك قواعد أيضاً لا يمكن تخطيها ومن النماذج المحببة في هذه الحالة الجامبسوت والأحذية بدون كعب والفساتين البسيطة المريحة وبالنسبة للرجال فارتداء تيشرت أو قميص كاجوال على بنطال خفيف وصادنال مناسب في هذه الحالة .

- من غير المقبول على الإطلاق ارتداء اللون الأبيض في حفلات الخطوبة



والزفاف وخاصة حفلات الزفاف؛ لأن ذلك يبعث برسالة سلبية للعروس بأن هناك من يود خطف التآلق منها بليلة عمرها، وكذلك الألوان القريبة من الأبيض كألوف وايت والسكري .

- في حال ارتداء الرجل بدلة رسمية للسهرة لا بد وأن تأتي زوجته أو المرأة التي ستحضر معه بفستان كامل الأناقة طويل بلون غامق؛ لأن ذلك سيكون أكثر تفضيلاً وكلاسيكية. وكلما كان الرجل أكثر رسمية، تطلب ذلك أن تكون المرأة أكثر تألقاً ببساطة .

- إذا كان حفل الزفاف ليلاً وبإحدى قاعات الفنادق فسيكون مناسباً ارتداء ملابس تناسب السهرة مع مراعاة الفرق بين الملابس الجذابة والملابس المبتذلة لأن هناك فرقاً كبيراً بين الاثنين .

- يفضل إذا لم تكوني من صديقات العروس اللائي يرتدين فستان بلون موحد bridesmaids أن تسأل عن اللون حتى لا تختاري فستاناً بنفس اللون فيظهر أنك تودين أن تكوني ممن يرتدين ك bridesmaids .

- الابتعاد عن الملمعات الزائدة عن اللازم سواء بالماكياج أو بالفستان أو الشعر فالمبالغة شيء غير لطيف على الإطلاق في أي شيء، وليس معنى ارتداء ما يناسب السهرة هو اللجوء لكل ما يلمع، بل على العكس تماماً قد يعطي ذلك انطباعاً بأن الشخصية تود لفت الانتباه فقط لا غير .

- ولا بد أن تقومي بعمل لفة حجاب مناسبة لشكل الفستان إذا كنتِ محجة حتى لا تفقدي تصميمه .

وفي النهاية تمسكي بكل ما يليق بك أنتِ دون تقليد أحدٍ أو اختيار شيء يرتديه غيرك، فتميّزك جزء من شخصيتك فحافظي عليه بالابتعاد عن التقليد غير المبرر .

الطلة المناسبة لحضور حفلات أعياد الميلاد

إن حضور حفلات عيد الميلاد من أجمل المناسبات التي نحب التواجد بها وأهم شيء بها هو الشعور بالراحة والسعادة والاندماج مع الأصحاب ويتوقف ما سترتيديه على سن صاحب عيد الميلاد والمكان الذي به الاحتفال، فعلى سبيل المثال لا الحصر :

- إذا كان صاحب عيد الميلاد طفلاً صغيراً سيكون من اللائق ارتداء الجينز والتشيرت بألوان مبهجة وحذاء خفيف يسهل الحركة خاصة إذا كنت سأضطر للرقص مع الأطفال والاحتفال معهم .

- إذا كان صاحب عيد الميلاد في سن المراهقة سيختلف الأمر كثيراً فإذا كنتِ صديقة صاحبة عيد الميلاد فسترتيدين ما يتم الاتفاق عليه بينكما، وإذا كنتِ مدعوة كزميلة سترتدي جينز وبلوزة رقيقة أو فستاناً بسيطاً وقد نرتدي حذاء خفيفاً أو صندلاً يتناسب مع الفستان .

- إذا كان صاحب أو صاحبة عيد الميلاد في سن أكبر ابتداءً من سن الشباب أو أكبر فإن كل الموديلات متاحة ابتداءً من الجينز والكوتشي حتى الجوب والبلوزة الأوف شولدر، وكذلك الفستان البسيط طويل كان أو قصير، سادة أو مشجر بألوان مبهجة .

- لا يوجد التزام بألوان معينة بحفلات عيد الميلاد شرط وأن تتناسب ولون البشرة، ولموضة العام .



- لا بُدَّ من ارتداء الملابس التي نشعرنا بالراحة أكثر مما نشعرنا بالكلاسيكية، ومن اللطيف تجنب الملابس الضيقة زيادة عن اللازم أو القصيرة زيادة عن اللازم .
قد نستطيع ارتداء الفساتين المناسبة لحفلات الكوكتيل إذا كانت حفلة عيد الميلاد بمطعم فخم وتقام الحفلة ليلاً حتى وقت متأخر، وعليه يلزم استكمال الطلة بالإكسسوار المناسبة والكعب المتوسط الطول والذي يجمع ما بين الراحة والكلاسيكية البسيطة .

الطلة المناسبة لحضور حفلات الكوكتيل

حفلات الكوكتيل مثلها مثل المؤتمرات والندوات والمناسبات التي تحتاج أن نعرف معلومات عنها كالوقت الذي ستقام به الحفلة، والموضوعات التي سيتم مناقشتها بالحفلة، جمهور الحاضرين هل هم من رجال الأعمال أم الفنانين أم أكثر من فئة، وكذلك المكان الذي سيقام به الحفل، وعليه فإن أبسط الخطوات لارتداء ما يناسبنا بحفلات الكوكتيل ما يلي:

- ارتداء الملابس بشكل غير مبالغ فيه مفتاح السر للحفاظ على إطلالة مميزة بحفلات الكوكتيل فعلى سبيل المثال يمكن ارتداء فستان بسيط بقصته، ولكنه مناسب جدًا لطبيعة الجسم، والإكسسوارات قامت بالدور الباقي في تغيير إطلالة الفستان بشكلٍ برّاق، ولكنه لا زال بسيطاً وأنيقاً .

- إذا لم تستطعي ارتداء فستان من موديلات الموسم الخاص بالموضة فاختاري فستاناً أسود يليق بكِ وارتدي معه الإكسسوارات المناسبة وتسريحة شعر تظهر موديل الفستان أو لفة حجاب إذا كنتِ محجبة تتناسب وشكل الفستان دون أن تضيع موديله .

- إذا كانت حفلة الكوكتيل بالفترة المسائية أو ليلاً فيفضل ارتداء إطلالة تميل إلى السهرة مع الحفاظ على البساطة بأناقة واحترافية .

- ارتداء موديلات السنة أو الموسم من أفضل الاختيارات لحفلات الكوكتيل .



- إذا كنتِ محجبة فاجعلي حجابك يليق بما ترتديه فلا يفسد أحدهما الآخر .
أخيراً وليس بآخر: لا زال اختيار ما يناسبك والألوان التي تليق بكِ هو مفتاح
السر لكل الإطلاقات التي تظهرين بها في كافة المجالات أو الأماكن التي تودين
التألق خلالها .

!دابق !حمء"حمء

البسي بذكاء



5 كلمات سحرية لأحلى "طفلة" يومية

جميعنا نتذكر الكلمة السحرية التي قالتها الساحرة الطيبة للأميرة "سندريلا"، فكانت النتيجة أنها تألقت بأحلى طفلة وأجمل شكل.



في حياتنا اليومية بضغوطها والتزامتها كل واحدة منا تتمنى أن تحصل على الكلمة السحرية والتي من بعدها ترتدي ملابسها بأسرع وقت وتكون في أحلى طفلة.

فهل من الممكن أن يكون للكلمة السحرية وجودٌ، هتلاقي كل يوم كلمة سحرية تتألقي بيها بأحلى طفلة في أقل وقت ممكن.

من اليوم لن تحتراري ولن تغضبي، لإحساسك بعدم وجود ما يلزمك من ملابس ترضين عنها، الموضوع سهل وبسيط ولا يحتاج سوى اتباع قواعد بسيطة والتي من بعدها سيصبح ارتداء الملابس متعة وبداية طيبة وساحرة لكل يوم.

أول هذه القواعد ضرورة العلم بطبيعة جسمك وشكله، ولو لم تستطعي تحديد ذلك بنفسك يفضل اللجوء لأي إستايلست تثقي فيها وهي ستساعدك، وتتمثل أهمية هذه الخطوة في أنها ستتيح لك فرصة اختيار القطع المناسبة لطبيعة جسمك التي تظهر جماله وتداري عيوبه، وبالتالي من غير بذل الكثير من الجهد ستجدين ظلتك كل يوم أحلى من اليوم الذي يسبقه.



ثاني قاعدة: هي اللون يا جميلات، فلا بُدَّ من اختيار درجة اللون المناسبة للون بشرتك وشكل وجهك، كلنا نستطيع أن نرتدي نفس اللون، لكن المهم بأي درجة من اللون، الفاتح ولا الغامق، الهادي ولا الصارخ.

ثالث قاعدة: خطوط الموضة الجديدة، معرفتك لخطوط الموضة للموسم الجديد ستجعلك تحافظين على الطلة المتألقة طول الوقت، وكذلك ستجنين أن تكوني خارج موضة الموسم.

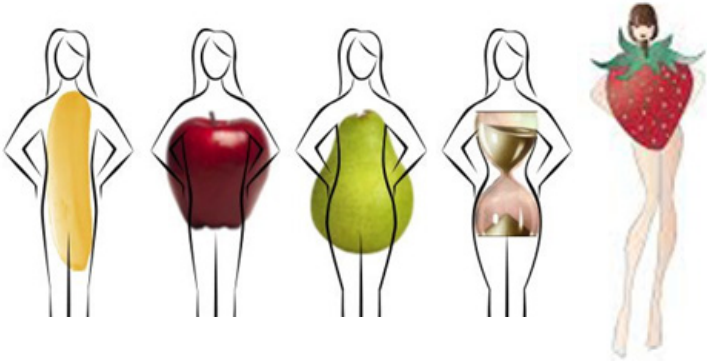
رابع قاعدة: اختيار الإكسسوار المناسب لشكل وجهك ولون بشرتك وطبيعة

اللبس الذي قررت ارتدائه، الإكسسوار هو اللمسة السحرية لاستكمال طلة الأميرة السعيدة لكل يوم.

خامس قاعدة: هي ثقتك بنفسك والتي من المؤكد ستشعرين بها بعد ما تقفين دقيقة أمام المرآة ترين فيها طلتك يا أميرة، لا تنسي آخر لمسة من عصايتك السحرية، وهي ابتسامتك على وجهك يا جميلة الجميلات.



أشكال الجسم المختلفة



مين فينا كل يوم ما وقفنش قدام دولابها كثير محتارة مش عارفة تلبس إيه؟؟.. ولا ليه في لبس معين ممكن ما يكونش لايق علينا.. هنعرف مع بعض ”إزاي نلبس بذكاء“، واتفقنا إنه مش مهم اللبس اللي نشتره يكون غالي عشان يكون حلو، المهم الحاجة اللي نلبسها تكون طلتنا فيها حلوة وإحساسنا بيها رائع.“

أول مفتاح لأحلى طلة هو إننا نعرف إيه اللي لايق علينا، وده هيتحدد لما نعرف طبيعة جسمنا، ولما بنقول طبيعة الجسم مش المقصود الطول أو الوزن، لأ بنقصد شكل الجسم.

خبراء الموضة والجمال قسموا أشكال الجسم لخمس أشكال كالتالي:

- الجسم التفاحي أو الدائري.
- الجسم الكمثري أو المثلثي.
- الجسم اليب على شكل الفراولة أو المثلث المقلوب.
- الجسم اليب على شكل الساعة الرملية.
- الجسم اليب على شكل موزة أو مستطيل.

الجسم التفاحي أو الدائري:

أهم ما يميز الجسم التفاحي أو الدائري:

- عرض الأكتاف وعرض الأرداف تقريباً واحد.
- امتلاء منطقة البطن، وعشان كده خط الوسط مش بيكون واضح.
- أكثر منطقة بتتأثر لما بيزيد الوزن هي منطقة البطن.
- في بعض الأحيان مش دايماً بتكون منطقة الجذع قصيرة .





الجسم الكمثري أو المثلي:

- أهم ما يميز الجسم الكمثري أو المثلي:
- عرض الأرداف أكبر من عرض الأكتاف.
 - منطقة الوسط محددة بوضوح.
 - امتلاء الجزء السفلي من الجسم وخاصة الأرداف والمؤخرة، لأنها أكثر جزء يتأثر لما وزنك يزيد.



الجسم اللي على شكل الفراولة أو المثلي المقلوب:

- أهم ما يميز الجسم اللي على شكل حبة الفراولة أو المثلي المقلوب:
- عرض الأكتاف أكبر من عرض كل من الأرداف ومنطقة الوسط.
- أكثر شكل قريب من الجسم المثلي المقلوب هو الجسم الرياضي.
- من أكثر المناطق اللي بتتأثر بزيادة الوزن هي منطقة الصدر والمؤخرة.



الجسم اللي على شكل الساعة الرملية:

- أهم ما يميز الجسم اللي على شكل الساعة الرملية:
- عرض الأكتاف والأرداف تقريبا واحد.
- منطقة الوسط محددة بوضوح.
- أكثر المناطق اللي بتأثر بزيادة الوزن منطقة البطن والأرداف.





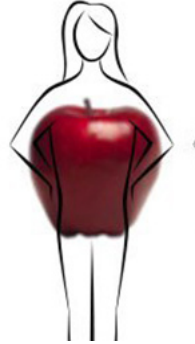
الجسم اللي على شكل مستطيل أو على شكل الموزة:

أهم ما يميز الجسم اللي على شكل مستطيل:

- عرض الأكتاف والأرداف ومنطقة الوسط تقريباً واحد.
- شكل الأكتاف مستقيم.
- الشكل ده من الأجسام بيكسب الوزن الزايد تقريباً بالتساوي، وممكن يكون في زيادة في منطقة الرقبة .



الكلمة السحرية.. لطة ذكية لصاحبة الجسم التفاحي (ج 1)



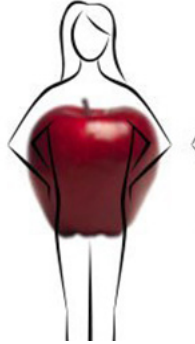
أول مفتاح زي ما اتفقنا هو إزاي نعرف شكل جسمنا فلو بقراءة الموضوع السابق لسلسة ”إزاي نلبس بذكاء“ قدرتِ تحددِي إن شكل جسمك هو الشكل التفاحي أو الدائري ”apple shape“ يبقى أكيد بتقرأِي الموضوع الصح، لأن ده أول شكل هنتكلم عنه، مواصفات الشكل ده من الأجسام، وهي امتلاء منطقة البطن، ومش شرط تكون صاحبة الشكل التفاحي وزنها العام في زيادة عن الطبيعي، المشكلة كلها بتكون في منطقة البطن وده بتعاني منه كثير من الأمهات وخصوصًا بعد الحمل والولادة.

الكلمة السحرية ومفتاح السر لشكل الجسم التفاحي هي إبعاد النظر عن المنطقة اللي فيها مشكلة، اللي هي منطقة البطن، ومن أنسب الموديلات اللي تناسب الشكل التفاحي:



- الفساتين الوارب wrap dresses .
 - الجوب أو الفستان الواسع من تحت flared styles .
 - التوبات بفتحة v للرقبة v-neck .
 - موديلات الكيمونو والكاب .
 - الموديلات الدرابييه من فوق draping tops .
 - البنطلون الواسع من غير كسرات .
- ومن الأقمشة المناسبة لطبيعة الجسم التفاحي ” الجورجيت والشيفون والكريب ” .
- من الموديلات اللي غير مناسبة للجسم التفاحي لأنها بتظهر مشكلته :
- الموديلات المجسمة وخصوصًا لمنطقة الوسط .
 - الجوب أو الفستان اللي فيه كرايش أو كشكشة أو كسرات لمنطقة الوسط .
 - البنطلون الضيق skinny pants .
 - التوبات بفتحة الرقبة المستديرة round neck tops .
 - الجاكت المنفوخ puff jackets .
- من الأقمشة غير المناسبة للجسم التفاحي الأقمشة الليكرا والجيرسيه .

الكلمة السحرية.. لطفلة ذكية لصاحبة الجسم التفاحي (ج2)



الإكسسوار والألوان لهم دور هام، وحينما نختارهم بشكل صحيح تكتمل أحلى طفلة لأحلى أميرة كل يوم، وعالم الإكسسوار ليس المقصود به العقد والحلق والأنسيال فقط، كلمة الاكسسوار في عالم الموضة والأزياء هي كل مكملات الملابس ابتداء من الشنطة والحذاء لغاية الإسكارف والعقد والحزام، وبالنسبة لشكل الجسم التفاحي أو الدائري، الإكسسوار للجسم التفاحي مكمل ضروري، لجذب العين بطفلة قوية ومليانة ثقة، ومن أهم موديلات الأحذية المناسبة هي الموديلات الموضحة بالصور:



Chunky wedges shoes:



أما الموديلات غير المناسبة:

- Pointy toes shoes الأحذية المسحوبة من الوجه.



- Masculine with square toe الرجالية المظهر ومربعة

الوجه.



بالنسبة للشنطة، أهم نصيحة أن يكون وضع الشنطة على الكتف مريحاً ولا يكون آخر الشنطة على أول منطقة الوسط، ويُفضّل أن يكون لها يدٌ طويلة، ومن الضروري الابتعاد تماماً عن الشنط الكبيرة في حجمها زيادة عن اللازم حتى نتجنب إضافة أي حجم زيادة لطلتنا في النهاية، ومن أكثر الموديلات المناسبة، الموديلات الموجودة في الصور التالية:



ولو إنتي محجة حاولي تكون الطرحة خامتها وألوانها مناسبة لباقي الملابس وأيضاً مريحة ليكي.

بالنسبة للعقد أو الحلق فهما قطعتين مهمتين لطلّة الجسم التفاحي لأنهم يبيعدوا النظر عن منطقة البطن وييشدوا الانتباه للجزء العلوي من الجسم ومن أهم قطع الكوليهات المناسبة: الكوليهات الكبيرة مسموح بيها، لكن ضروري في نفس الوقت إنها تناسب عرض الأكتاف وشكل الوجه وفتحة الرقبة للبلوزة أو الشمميز أو الفستان.



والحزام على قدر أهميته هو غير مستحب لأصحاب الجسم التفاحي لأنه ببساطة يظهر مشكلة منطقة البطن مش يعالجها وخصوصاً الحزام العريض،
والحلية العريضة buckled belts



الكلمة السحرية لطفلة هادئة

ومتناسقة لصاحبة الجسم الكمثري (ج 1)



تأتي شكل هنتكلم عنه هو الجسم الكمثري أو المثلثي "pear shape"، ومواصفات الشكل ده من الأجسام، هو امتلاء الجزء السفلي من الجسم، خاصة الأجناب والمؤخرة .

وعن الكلمة السحرية ومفتاح السر لشكل الجسم الكمثري، هي موازنة الجزء العلوي من الجسم مع الجزء السفلي بشكل هادي يضيف لظلتك ما يقللش منها، وإخفاء ضخامة الأجناب والحرص على عدم إظهارها ومن أنسب الموديلات اللي تضيف لك أحلى طفلة:



A-line styles -



- البلورو أو الجاكت القصير مع الفستان أو الجوب الواسعة.
- البنطلون الواسع.
- البلوزات الي مضاف ليها كرايش ruffle blouses.
- موديلات الكيمونو.
- Tiered tops.

أما بالنسبة للموديلات الي لازم نتجنبها؛ فهي أكيد الموديلات الي ممكن تظهر عيوب الجزء السفلي من الجسم بوضوح، ومن أهمها الفساتين، والبنطلونات الضيقة والمجسمة، بالإضافة للبناطيل الباجي الواسعة وليها جيوب كثير أو كبيرة وخصوصًا في منطقة الأجناب، والموضحة أسماؤها كالتالي:

- . tight stretchy dresses-
- . sheath dresses -
- . bias cut dresses -
- . skinny pants . البنطلون الضيق -
- . jodhpurs pants . البنطلون المستوحى من بنطلون ركوب الخيل -
- . cargo pants . البنطلون الباجي -



الكلمة السحرية لطلّة هادية

ومتناسقة لصاحبة الجسم الكمثري (ج 2)

مكملات اللبس "الإكسسوار" جزء مهم قوي من طلة الشكل الكمثري، لأنها بتساعد كثير على لفت الانتباه للجزء العلوي من الجسم من خلال الألوان الفاتحة والمبهجة، وارتداء العقد المناسب لشكل وشك ولموديل التوب أو البلوزة اللي أكيد اخترناهم بذكاء، ومن أهم موديلات الأحذية المناسبة لأحلى طلة هادية ومتألقة، هي الموديلات الموضحة أسماؤها كالتالي:

- knee boots

- Sturdy heel.

ومن الموديلات غير المناسبة، الموديلات الموجودة في الصور التالية:

- Very pointed toes الأحذية المسحوبة قوي من قُدّام.



Stiletto heels



بالنسبة لموديلات الشنط المناسبة للجسم الكمثيري أهم حاجة فيها إن نهايتها ما تكونش قريبة من منطقة الأجناب، وبالتالي يفضل عدم اختيار الشنط ذات اليد الطويلة، بل يفضل الشنط اللي بتكون بعد وضعها على الكتف منتهية عند منطقة الوسط.

ولو إنتي محجة حاولي تكون الطرحة ألوانها وطريقة لفها متوازنة مع باقي طلتك الجميلة، وكل ما كانت ألوان طرحة الحجاب مناسبة لدرجة لون بشرتك وألوان لبسك كل ماساعدتك تباني أحلى، ولو هتلبسي إسكارف حوالين الرقبة كقطعة إكسسوار، لازم تخلي بالك بإن يكون في تناسق وتناغم بين الاتنين في الألوان.

بالنسبة للعقد لو هتلبسي توب في كرائيش يبقى يُفضّل العقد بتاعك يكون طويل وكلاسيكي أكثر منه مواكب للموضة، كمان السلسلة الأدوار مع مراعاة طولها لطول منطقة الجذع، هتكون اختيار لطيف أما لو التوب بتاعك بسيط والكولة أو فتحة الرقبة بسيطة فمممكن تختاري أي شكل من الأشكال التالية:



الحزام للجسم الكمثير هيكون قطعة جيدة جدًّا وتضيف كثير لطلتك بس بشرط، إن خط الوسط يكون محدد، وما يكونش في مشاكل في منطقة البطن، لأن لو حجم البطن كبير مع امتلاء منطقة الأجناب هيكون الحزام في الحالة دي اختيار غير موفق وخصوصًا low slung belts ”الحزام الساقط“

الكلمة السحرية لطلاة ناعمة لصاحبة الجسم المثلي المقلوب (ج 1)



تالت شكل هو الجسم المثلي المقلوب أو الي على شكل حبة الفراولة، والي من أهم مواصفات الشكل ده من الأجسام هي الأكتاف العريضة وامتلاء الجزء العلوي من الجسم عن الجزء السفلي.

الكلمة السحرية ومفتاح السر لشكل الجسم المثلي المقلوب، إعطاء مظهر ناعم للجزء العلوي من الجسم وموازنة الجزء السفلي بشكل لطيف يخلي الطلة النهائية للجسم كله فيها تناسق وشكل مريح للعين من غير ما نظهر العيوب .

ومن أنسب الموديلات الي تخلي طلتك ناعمة ورقيقة، الموديلات الوضحة
بالصور التالية:

Full skirts.



-Wide leg trousers .



- V- neck .



- Wrap tops .



- Cargos and combats .





- Strap dresses.



- Bias cuts .

- Fashionable one shoulder tops.

- A-line style .

- Open cardigans .

أما الموديلات غير المناسبة لشكل الجسم المثلي فمنها الموديلات الموضحة
أسماؤها كالتالي:

- Off shoulder dresses .

- Puff and frill sleeves .

- Very fitted skirts

- Big Shoulders pads .

- Leggings .

- Tapering trousers .

الكلمة السحرية لطلّة ناعمة لصاحبة الجسم المثالي المقلوب (ج 2)



الجسم المثالي المقلوب، له قواعده الخاصة بيه، فاختيارنا لمكملات اللبس "الإكسسوار" لازم يكون بتركيز عشان نقدر نلاقي الطلة الرقيقة الناعمة اللي محتاجينها، واختيارنا للإكسسوار لازم يراعي إنه ما يظهرش عرض الأكتاف بزيادة والشنطة لازم تلفت النظر بعيد عنه، والشوز لازم تلائم موديل اللبس اللي اختريته، ومن أنسب موديلات الأحذية، الموديلات الموضحة أسماؤها كالتالي:

- Ruched knee boots.
- Striking two tone shoes.
- Metallic high gloss .

والموديلات التي غير محبب اختيارها، الموديلات الموضحة أسماؤها كالتالي:

- Platforms shoes .
- Nude shoes .

بالنسبة للشنط تحاولي قدر الإمكان تختاري الشنط التي يدها طويلة، واتجنبي الشنط التي وضعها على الكتف يبان كأنها تحت ذراعك، أما اختيار Long strap hand bags are ok فهو اختيار موفق.

وأفضل طريقة للبس الحزام هي "الحزام الساقط" hip belt :
بالنسبة للكوليه والحلق كل ما كان شكلهم بسيط، ورقيق ويعبّر عن شخصيتك، ويبعد تماماً عن إظهار عرض الأكتاف الزيادة كل ما كانت الطلة قمة الأنوثة والرفقة.



الكلمة السحرية لطلبة كلها أنوثة ورقة لصاحبة جسم الساعة الرملية (ج1)



رابع شكل هنتكلم عنه هم جسم الساعة الرملية، ومواصفات الشكل ده من الأجسام هو إن منطقة الوسط المحددة بوضوح، والجزء العلوي من الجسم متناسق تمامًا مع الجزء السفلي، ومن أجمل مميزات الجسم اللي على شكل الساعة الرملية، إن منحنياته ظاهرة، وتعتبر صاحبة هذا الجسم من المحظوظات بين البنات والسيدات؛ لأن تقريبًا كل موديلات اللبس والاكسسوار بتليق عليها، والموديلات اللي بنصح بعدم اختيارها فده لأن الموديلات دي بتقلل من جمال الطلة اللي كلها أنوثة، باختصار الشكل ده من الأجسام ما عندوش مشكلة هنحاول نعالجها، ومن أجمل الموديلات على صاحبة جسم الساعة الرملية، الموديلات الموضحة بالصور التالية:



A-line styles .

Pencil skirts.



- Full circle style .



- Boot cuts.

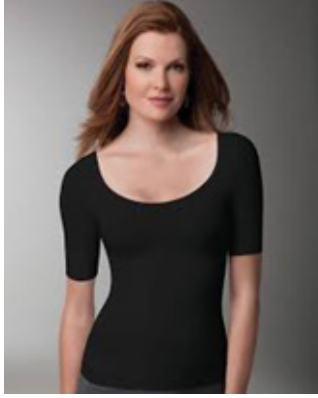
- Wrap dresses .
- Waist cinching belts .



- Flared or wide trousers.
- Back tie styles .



- Scoope,sweetheart,v-neck lines .



- Strapless dresses .



ومن الموديلات غير المستحب اختيارها، الموديلات الموضحة في الصور التالية :

. Empire line -

- Straight dresses .



- Tight stretchy skirt .



- Shapeless baggy jumpers .



- Drop waisted coats.



الكلمة السحرية لطلبة كلها أنوثة ورقة لصاحبة جسم الساعة الرملية (ج2)



لأن زي ما قلنا صاحبة جسم الساعة الرملية من المحظوظات، فاستكمالاً لحظها، كل الإكسسوار المتاح قدامك هيبقى عليكي تحفة، وطول الوقت طلتنك بريقها عمره ما هينطفي، وفي كلامنا مش هيبكون في المناسب أو غير المناسب كل الموديلات والاختيارات اللي جاية تاج على طلتنك الذكية، زي ما هو واضح بالصور التالية:

- Rounded toe shoes.



- Peep toe high heels .



- Ankle boots .



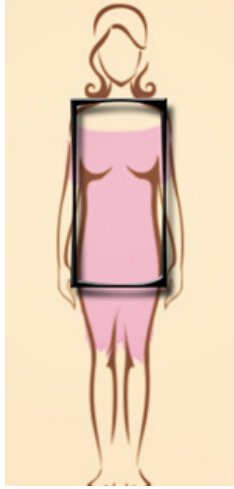
- بالنسبة للشنط فأكثر موديلات يظهر أنوثتك هو clutch bag .



وبالنسبة للحزام، فأنسب الموديلات هي:

- Fashionable waist belts .
- Hip belts .

الكلمة السحرية لطلاة كالمها ثقة لصاحبة الجسم المستطيل (ج1)



خامس شكل هنتكلم عنه هو شكل الجسم المستطيل أو بنقول عليه شكل الموزة "shape" أهم مواصفات الشكل ده، أهم صفة هي استطالة الجسم ككل، ومن مميزات الجسم المستطيل هو سهولة التعامل مع قطع الملابس المختلفة، وبمجهود بسيط تقدري تضيفي لطلتك اللي إنتي محتاجاه.

فلو حابة تظهري منحنيات للجسم، اختاري القطع التي لا تظهر هذا العيب باختيار موديلات الكلوش والأوف شولدر والإكسسوارات الغنية والإسكارف قطعة مفضلة لاستكمال إطلالتك.

أما لو الجزء السفلي من الجسم صغير الحجم فاختاري القطع الي موجودة في الصور دي، وطبعًا إنتي تقدري تتحكمي في طول الجوب بالشكل المناسب ليكي ولذوقك في اللبس، يعني الطول الموجود في الصورة مش أساسي الهدف من الصورة إظهار الموديل:



ومن الموديلات الي مناسبة بشكل عام، الموديلات الموجودة بالصور دي:

- Shift dresses with shape .



- All skirts styles.

- Halter neck .

أما من الموديلات غير المناسبة، فأهمها:

- Crop tops .

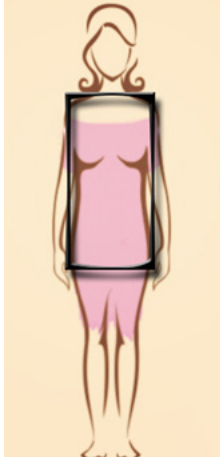
- Sweetheart necklines .

- Spaghetti strap .

- Dropped waist dresses .



الكلمة السحرية لظلة كلها ثقة لصاحبة الجسم المستطيل (ج2)



صاحبة الجسم المستطيل، عالم الإكسسوار متاح قدامك بكل كنوزه، إنتي بس اختاري اللي يناسب طلتك المميزة، وبذكائك ورقتك أكيد هتاخدي بالك من الموديلات اللي غير مناسبة.
ومن موديلات الأحذية المناسبة:

- Stiletto heels .
- Kitten heels .
- Ballerina pumps .

أما من الموديلات غير المناسبة، فهي الموديلات التالية:

Welly like knee boots .

- Loafers too boyish.

بالنسبة للشنط فالصور موضحة المناسب لطلتك وغير المناسب ليها:
من الموديلات المناسبة:



أما الموديلات غير المناسبة:

- Dainty bags.

بالنسبة للإسكارف عندك حرية الاختيار في إنك تلبسيه بأكثر من طريقة وكلهم
هتكون طللك فيهم جميلة وراقية:
بالنسبة للحزام مهم قوي وجوده؛ لأنه من أجمل قطع الاكسسوار اللي بتوضح
منحنيات للجسم بنعومة ورقة:



بالنسبة للعقد الموديلات دي من أكثر الموديلات المناسبة:

- Choker style necklace .
- Long string soft bead



الدبق! حميد! (مج)
المفاتيح السبعة لنجاح حياتك



المفاتيح السبعة للنجاح رغم ضغوط الحياة

لن ينتهي العالم والناس من حولنا من وضع المرأة تحت الضغوط والمواقف الصعبة، وعليه إذا انتظرت انتهاء الضغوط واختفاءها، حتى تستطيع تحقيق النجاح والتميز وتحقيق طموحاتها فلن تحصد سوى الحسرة على انقضاء الوقت دون تحقيق أي شيء، ولكل امرأة قوية بالفطرة المفاتيح السبعة للنجاح رغم ضغوط الحياة وتتمثل فيما يلي:

١_ التعامل مع ضغوط الحياة على أنها تحديات، تستطيعين تجاوزها وليست مشكلة ليس لها حل، فلكل أمر وجهان الجيد والسيء.. إذا استطعتِ تدريب نفسك على اعتماد الجيد من المواقف والأشياء والأشخاص من حولك ستتحول الأمور لصالحك دائماً.

٢_ لكل منا قائمة أولويات تختلف عن حولنا، اعتمدي قائمة الأولويات المناسبة لحياتك أنت، وليست كل قائمة لغيرك بالضرورة مناسبة لك، أنت الملكة المتوجة على عرش حياتك، تعاملي من هذا المنطلق ستجدين أن قدرتك على إدارة حياتك أفضل بكثير.

٣_ اجعلي استخدامك لوسائل التواصل الاجتماعي شيئاً إيجابياً تستفيدين منه من خلال الصفحات التي تقدم المعلومات المختلفة، أو كوسيلة لتعريف الآخرين بنجاحاتك وليست نافذة لمشاهدة حياة الآخرين والتحسر على عدم الإنجاز.



- ٤_ عززي علاقاتك بالأشخاص الإيجابيين الناجحين، وتمسكي بالأفراد الداعمين والمؤمنين بكِ وبطاقاتك الإنتاجية.. الذين يشجعون كل من يروونه ناجحًا وابتعدي عن العلاقات السلبية التي تسبب لك التراجع والخذلان والتوقف عن النجاح.
- ٥_ قيّم حياتك كل فترة من الوقت أو بعد كل إنجاز أو نجاح حققته حتى تستطيعي التعلم من الأخطاء وتجنبها فيما بعد، وتقييم الوقت والمجهود الذي تم بذله لإنجاز هدف معين.
- ٦_ تقبلي أن لكل يوم شمس علمًا جديدًا، اقرئي كل جديد وحديث في مجال عملك أو تخصصك أو حتى موهبتك، حتى تتواصلي وتتواكبي مع كل تقدم، فتستطيعين الحفاظ على نجاحك طوال الوقت.
- ٧_ تقبلي أنه قد يأتي الوقت الذي تأخذي فيه بعض فترات الراحة لإعادة شحن طاقتك، وإعادة ترتيب أولوياتك، لأنه من سمات الحياة التغيير دائمًا.
- عزيزتي الجميلة الواعدة لا تنسي أبدًا أن حفاظك على أنافتك وإطالنتك المتألقه دائمًا من أكبر مفاتيح النجاح، وذلك ليس لمواكبتك لأحدث خطوط الموضة والأزياء.. بل بحفاظك على كل ما يليق بك.

المفاتيح السبعة للتعطاء بسعادة

اختلفت مفاهيم السعادة وتعددت تعريفاتها سواء لدى الفلاسفة أو علماء النفس أو علماء التنمية البشرية واللايف كوتشينج.. فالسعادة ما بين تعريفها بأنها إحساس بالبهجة أو الفرحة قد يرتبط بموقف معين أو شخص معين وما بين التأكيد على أن السعادة مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالإحساس بالرضا، ومفهوم السعادة هو مفهوم نسبي يختلف من شخص لآخر؛ فهناك من يشعر بالسعادة لكونه ليس مريضاً، وهناك من يشعر بالسعادة حينما يستطيع اجتياز اختبار صعب، وهناك من يشعر بالسعادة حينما يجد غيره سعيداً أو يستطيع أن يجعل غيره سعيداً، ولكن هل يستطيع الإنسان والمرأة على وجه الخصوص أن تعطي السعادة لمن حولها وهي تعيسة؟؟ الإجابة لا.. من يفقد الإحساس بالحب والسعادة والثقة بالنفس من الصعب جداً أن يعطي بالمقابل هذا الشعور الراقي الشفاف، وعليه فلنتمسك معاً بالمفاتيح السبعة للتعطاء بسعادة وهي كالتالي :

١- إن الشعور بالسعادة قرار لا بُدَّ وأن تتخذه بنفسك، فلن يستطيع أحد أن يتخذ هذا القرار بالإناابة عنك، لأنك إذا قررت الشعور بالسعادة ستبحثين وبكل قوتك عن كل ما يعطيك هذا الإحساس بعيداً عن الحزن والتعاسة.

٢- إن العطاء رغم الشعور بالحزن كعطاء الأم لأبنائها رغم مرورها ببعض الظروف والمواقف التي تجعلها غير سعيدة، هذا في حد ذاته سببٌ للسعادة فالأبناء هنا سببٌ لسعادة الأم يعوضها فقدان والإحساس بالحزن، إذًا فلا بُدَّ من



سبب للسعادة عليكِ اكتشافه طبقاً لطبيعة شخصيتك ومط حياتك والظروف من حولك، أي أنه لا بد من أن تسألِي نفسك ما الذي يجعلني أشعر بالسعادة؟

٣- إذا واجهتك العديد من المواقف التي تجعلك لا تستطيعين العطاء وإكمال طريقك لا بُدَّ من اللجوء لمن يساعدك على اجتياز هذه المرحلة الصعبة، خاصة بعد الطلاق أو فقدان الزوج بالوفاة أو فقدان أي شخص كان داعماً لك في مسيرة حياتك من خلال التحدث مع استشاري العلاقات الأسرية أو اللايف كوتشينج أو الأطباء النفسيين إذا تطلب الأمر ذلك، لأننا وفي أحيان كثيرة لا نشعر بأننا نحتاج إلى المساعدة النفسية والمعنوية لاستكمال حياتنا بشكل سوي نفسياً واجتماعياً.

٤- تنظيم حياتك من أكثر أسباب الشعور بالسعادة لأن الفوضى، وعدم النظام تجلب الإحساس بالتوتر وبالتالي القلق من الحياة الذي ينقلب أحياناً كثيرة للشعور بالنعاسة والاكتئاب.

٥- ابحثي عن كل ما يعطيك طاقة إيجابية سواء كانت أشياء بسيطة، أو أشخاص أو حتى نمط حياة يجعلك قادرة على النجاح واستكمال دورك بالحياة الذي خلقك الله له.

٦- اقربي كل ما يدعمك ويجعلك تستطيعين سد ثغرات حياتك، بل ويساعدك على اجتياز العقبات والمواقف الصعبة التي تمرين بها.

٧- العطاء من أجمل ما يجعل الإنسان سعيداً دون أن يشعر فلا تفقدي هذا الأمر مهما كلفك لأن فقدان القدرة على العطاء من أصعب ما يمكن أن يصل إليه المرء في حياته.

لكل امرأة على وجه الأرض والمرأة المصرية على وجه الخصوص، أيتها الصبورة القوية القادرة على تحقيق أي شيء رغم الظروف الصعبة تستحقي العيش بسعادة تذكري ذلك دائماً لأنه لولا ضحكاتك، وابتساماتك ودعمك لكل من حولك كزوجة وكأم وكأخت وكابنة وكشريكة للحياة ما كانت الحياة حياة.

المفاتيح السبعة لتعامل المرأة مع زوجها الدنجوان

تبحث المرأة دائماً عن الزوج المثالي في كل شيء، وتنبهر بشخصية الرجل الدنجوان الذي يجيد التعامل مع المرأة وتتعدد علاقاته بالجنس الآخر لأسباب خاصة بالعمل أو الصداقة إلا أنه إن تزوجت المرأة من رجل كهذا ولم تعرف كيفية التعامل الجيد معه فحتمًا ستقع مشاكل طائلة وقد تفشل العلاقة قبل أن تبدأ.

١- أساس العلاقة الزوجية الثقة بالنفس أولاً قبل الثقة بالطرف الآخر.. فابحثي دائماً عمّا يعزز ثقتك بنفسك.. وخاصة الحفاظ على جمال مظهرك وأناقتك.
٢- شعور الزوج بأنه محلّ اتهام طوال الوقت يضعه على أول طريق العند.. خاصة إذا حاول تبرير موقفه أكثر من مرة.. واهتمامه بمظهره أناقة خاصة إذا كان من طباعه الاهتمام بذاته وليست دليلاً قاطعاً على العلاقة بالأخريات.

٣- الاهتمام الزائد عن اللازم للزوج يجعله كالطفل المدلل يؤدي أكثر مما يعطي.
٤- عليكي التفرقة بين علاقة زمالة العمل والصداقة المحترمة وأي شيء آخر يجعلك تشعرين أن زوجك على أعتاب علاقة جديدة.. فليست كل من تحدثت لزوجك معجبة حد الوقوع في علاقة معه.

٥- سمعة الرجل كسمعة المرأة، وتأكدي أن زوجك لن يرغب في أن يعاب في أخلاقه وإن قال العكس من منطلق ”الراجل ما يعيبوش غير جيبه“، فالشخص السوي نفسياً وأخلاقياً لن يقبل الإهانة في أخلاقه.



- ٦- شاركي زوجك أحلامه وطموحاته.. كوني شريكة لحياته.. لأن المشاركة هي الحياة الحقيقية، فإن شعر أنه مَلِكٌ.. كوني أنتِ ملكة متوجة على عرش حياتك.
- ٧- اهتمامك بذاتك وتطويرها وإطلالتك المميزة التي لا بُدَّ وأن تختارها بعناية، مكلفة إياها بتاج الثقة بالنفس أهم مفتاح لنجاحك في علاقتك بزوجك وخاصة لو كان وسيماً ترغب في وسامته الأخريات.

المفاتيح السبعة لعلاقة ناجحة مع أولادك

مع تغيير الأجواء المحيطة بنا وانتهاك التكنولوجيا لحرمة بيوتنا أصبحت المسافات بين الأمهات والأبناء كبيرة أكثر مما يتصور البعض والأمر لم يعد يقتصر على مرحلة المراهقة ولكنه امتد ليشمل كافة المراحل العمرية المختلفة وتقف الأم مكتوفة الأيدي، تشعر بالعجز أمام عدم قدرتها على التواصل مع أبنائها في هذه الأيام.

نُقدّم هنا المفاتيح السبعة لعلاقة ناجحة وقوية مع أبنائك رغم كل مثقلات الحياة وهي كالتالي:

١- تعلّم مهارات التعبير عن الحب لأبنائك من أهم ما يوطد العلاقة فيما بينكم كأن تشاريكم مشاهدة فيلم بالتلفزيون أو مشاركة عمل أكلة بالمطبخ يحبونها جميعًا ويساعدونك في إعدادها، حتى اللعب معهم بالأماكن المفتوحة وقضاء وقت طيب معهم.

٢- إذا كان أبنائك في سن المراهقة فلا بُدّ من أن تنمي مهارتي الصبر والاحتواء لديك لتحمل تلك المرحلة الانتقالية الصعبة، منتهزة أي فرصة إيجابية للحوار فيما بينكما، ولا مانع على الإطلاق من اللجوء للمتخصصين في حالة تفاقم الأمر وعدم قدرتك في السيطرة على الأمور في تلك المرحلة الصعبة.

٣- لا تتعاملي مع أطفالك على أنهم أشخاص ناضجون فهم لا زالوا في طور



إعداد شخصياتهم ويجربون حتى يستقروا، ويتأثرون بالمجتمع فيما حولهم سواء كان المدرسة أو النادي أو أي مكان يذهبون إليه.

٤- اترك مساحة كبيرة من الحوار بينك وبين أطفالك مجردة من النصائح التي تحمل كل طياتها التعنيف وتأنيب الضمير على كل المواقف سواء كان صغيراً أو كبيراً.

٥- علمي أولادك بأن تكويني قدوة لهم فلا يجوز تعنيفهم على استخدام الموبايل طوال الوقت وأنت لا تتركينه من يدك مهما كانت الأسباب.

٦- لا بُدَّ أن تتحدثي مع أولادك على ضرورة تحقيق التوازن في حياتكم بتجربة أشياء جديدة، أو زيارة أماكن جديدة محاولة تجربة أن نفعل شيئاً مختلفاً غير استخدام الحاسب الآلي فقد يستمتعون بوقتهم أكثر.

٧- علمي أولادك اتخاذ القرار من خلال تحديد الاختيارات أمامهم فلا تتركي لهم الأمور يتوهون بداخلها فيلجأون للغضب حتى يعبروا عن مشاعرهم، فيجب أن يشعروا أنك دعم لهم طوال الوقت حتى وإن أخطأوا وليس معنى ذلك ألا نعلم الطفل بخطئه أو حتى معاقبته إذا كان كبيراً ولكن القصد هنا الاقتصاد في التعنيف الزائد حتى لا يلجأ الأولاد إلى عدم البوح بأسرارهم لأقرب الناس إليهم وهي أمهم.

وأخيراً وليس بآخر: عزيزتي الأم الصبورة الشغوفة بحب أولادها طالما أنك قادرة على تطوير ذاتك وتنمية مهاراتك، حتى تصبحي قدوة يحتذى بها فلا مجال إلا لانتصارك على كافة الصعاب التي تواجهك في علاقتك بأقرب الجواهر لقلبك وهم أطفالك.

المفاتيح السبعة لكل زوجة تود العتاب بمحبة

خلق الله المرأة حصناً للأمان النفسي والدفء الأسري، خلق لها قلباً يسع الجميع، وعطفاً يحتوى كافة مشكلات الدنيا، ولكنها وقت الخلاف قد يخرج الأمر من يدها فتحتار متى تصمت ومتى تعاتب زوجها، والأمر ليس بالمعقد على الإطلاق كالتالي:

١- لا بُدَّ أن تحدد الزوجة في البداية طبيعة زوجها وقت الغضب والانفعال، لأن كل زوج له الطريقة التي تتعامل بها الزوجة معه؛ فعلى سبيل المثال لا الحصر إذا كان الزوج عصبياً فأفضل طريقة للتعامل مع الغضب هي تجنُّب إثارة الانفعال أكثر وقت الخلاف، فالصمت هنا أساس النجاح لتخطي الخلاف.

٢- عليكِ أيتها الزوجة الجميلة التحلي بالذكاء في التعامل مع زوجك من حسن اختيارك للوقت المناسب للحديث، ففي اختيار الوقت المناسب حل ٥٠% من الشجار.

٣- التحدث بهدوء يأتي بنتائج فعالة لأن الصوت العالي يأتي بنتائج سلبية أكثر مما تتصورين.

٤- التحدث ببساطة وفي نقاط محددة يسرع من حل الخلاف ولا يصل للزوج على أنكِ تودين لومه فقط على أي شئ وكل شيء.

٥- المقاطعة الطويلة التي قد تصل بين مشكلة وأخرى دون التحدث بأي شكلٍ من الأشكال قد يؤدي إلى فقدانك التواصل نهائياً مع زوجك.



٦- اللوم الدائم والمستمر للزوج إذا ارتكب أي شيء ولو بسيطاً؛ لأن ذلك ومرار الوقت سيشعر الزوج بعدم احترامك لشخصه، وأنك تودين التسلسل فقط لا غير.

٧- الإهانة بأي صورة من الصور غير مقبولة على الإطلاق لأن فقدان الاحترام والتقدير يأتي بأفطح النتائج، لا قدر الله قد يؤدي إلى فقدان تلك الشراكة الزوجية التي نسعى كثيراً للحفاظ عليها.

عزيزتي الزوجة الحنونة كلما كنت أكثر هدوءاً في معظم حالاتك كلما تخطيت الكثير من الحواجز، وقدمت لعائلتك أفضل الحلول لحياة سعيدة وشراكة زوجية ناجحة وعائلة سوية.

المفاتيح السبعة للآباء والأمهات خلال الخلافات

من أهم قضايا الأسرة والطفل هذه الأيام هي استخدام الآباء والأمهات لأولادهم كسلاح يواجهون به بعضهم البعض تحقيقاً لرغبة الانتقام من الطرف الآخر سواء في حالات تفاقم المشكلات أثناء الزواج أو حالات الانفصال أو حالات الطلاق، ونقدّم هنا شبعة حلول لمن يود تجاوز تلك الكارثة التي يرتكبها سواء تسبب بها عن قصد أو عن غير قصد كالتالي:

١- لا بد من وضع إطار للعلاقة بين طرفي العلاقة الزوجية والفصل بينها وبين علاقتهم بأبنائهم كأباء وأمهات، فليس من المنطقي على الإطلاق خلط الأوراق فالأبوة والأمومة والبنوة علاقة أرقى من يفسدها سواد القلوب أو الخلاف بين طرفين.

٢- فكروا في نفسية أولادكم لأنكم هتتحاسبوا على كل ضرر هيتضرروه، كل المشكلات الي هيقابلوها وتخليهم أشخاص متمرين أو منعزلين أو غير أسوياء نفسياً.

٣- تجنبوا الأشخاص صاحبي النصائح السلبية التي تزيد من الأزمة والمشكلة وتتسبب في يدفع أولادكم ثمن قراراتكم الخطأ كعدم الإنفاق عليهم انتقاماً من أهمهم، والجأوا لأهل الخبرة من مستشاري العلاقات الزوجية والأسرية للحصول على معلومة صحيحة وأمينة.



٤- تعلموا التزام الصمت في حالة الغضب واحتدام المشكلة حتى لا تتحول المشكلة لعدة مشاكل متسببة في تحول الأمر بأكمله لعقدة من المشكلات لا نستطيع حلها فتدخلنا في دائرة من الحرب النفسية والحرب الضروس بين أروقة المحاكم.

٥- سيختلف الأمر كثيراً إذا أصبح أولادكم محور اهتمامكم، حتى وأنتم في حالة من عدم الوفاق على مستوى العلاقة الشخصية بينكم؛ لأن ذلك يساعد الآباء والأمهات في الخروج من دائرة الحيرة والترقب لتصرفات كل طرف بل وقد تصلح الأمور أوقاتاً كثيرة فحرص كل طرف على إنجاز ما عليه من واجبات تجاه أبنائه يحل الكثير.

٦- الالتزام بخط أحمر يحافظ على الاحترام المتبادل بين الأب والأم حتى لا ينكسر رابط القدوة لدى الأبناء من أقرب الناس إليهم.

٧- اتركوا باب العودة حال الحفاظ على ما سبق من حلول، فقد تختلف الأمور في يوم من الأيام وتعود العلاقة بين الأب والأم بل وبشكل أفضل من ذي قبل نتيجة الحفاظ على المودة والرحمة والاحترام.

المفاتيح السبعة لكل امرأة تود إدارة حياتها بنجاح

إدارة الحياة فن يتم اتقانه بالرغبة في حياة مليئة بالاتزان بين مناحي الحياة المختلفة يأتي الاتزان من احترام الوقت وتقديره والاستفادة منه قدر المستطاع، كما أن ترتيب الأولويات بشكل صحيح يسهل عليك الكثير من أمور حياة المرأة سواء كانت تعمل أم لا، ونقدم معًا المفاتيح السبعة لإدارة المرأة حياتها كالتالي:

١- اشحني طاقتك الروحية ومن أهم الأساليب لشحن الطاقة الروحية الالتزام بالعبادات التي تصبح عادات ففي التقرب من المولى سبحانه وتعالى سعادة خفية نشعر بها حينما يبتسم لنا الآخرون، وحينما تستطيع المرأة مساعدة ذاتها للارتقاء ومساعدة غيرها على التطوير، وكذلك الابتعاد عن الأفكار السلبية والتركيز على إيجاد الحلول.

٢- الشعور بالضيق أمر وارد الحدوث لكل فرد، وبالتالي فإن المرأة عرضة أيضًا لمثل هذه الأمور، كما أن الصعوبات الحياتية شيء لا يمكن تجنبه وبداية الحل في المواجهة الحقيقية لتلك الصعوبات من خلال عدم الاستسلام وتحليل المشكلة والبحث عن حلول لها، اتباع سياسة البدائل فلكل حل له بديل قد يسهل الأمور ويحل المشكلات فيقلل من الضغوط الحياتية التي تواجهها المرأة يوميًا.

٣- إذا تعرضت المرأة للخذلان وبعدها فقدت الثقة فيمن حولها وفي ذاتها فعليها علاج الأمر أولاً باعترافها بأنها تعاني من مشكلة وتريد الحل حتى تتخطى

تلك الأزمة، ثانيًا اللجوء للمتخصصين من اللايف كوتشز أو استشاري العلاقات الزوجية والأسرية على حسب طبيعة الظروف المحيطة للمشكلة ولصاحبها، لأن ذلك يسهل الكثير على صاحبة المشكلة لأنها تعمل مع شخص لديه من الخبرة الكافية والعلم ما يساعدها على تجاوز أزمته بعيدًا عن النصائح العشوائية غير المدروسة، والتي قد تزيد الأمور سوءًا.

٤- لكل امرأة هدف وشغف إذا استطاعت كل واحدة أن تحدد ما هو هدفها وما هو شغفها في الحياة استطاعت وممتهى البساطة بناء مستقبلها على أرض صلبة وثابتة، واثقة الخطى نحو ما تريد تحقيقه.

٥- الآخرون هم في نهاية الأمر أشخاص مثلنا قد نتجاذب وقد لا نتقبل بعضنا البعض على الإطلاق وهو سحر الاختلاف الذي فطرنا الله سبحانه وتعالى عليه، وعلى كل امرأة أن تحسن اختيار من تتعامل معهم من البداية، من يتوافقون مع طباعها، أو يمارسون نفس الهواية، أو لديهم نفس المهوبة فتواجد المرأة بداخل مجتمع يشبهها يسهل عليها الكثير في التعاملات مع الآخرين حتى لا تتعرض طوال الوقت للضغوط التي تؤدي بها إلى الإحباط والتوقف كثيرًا عن تحقيق أحلامها وطموحاتها.

٦- إن الشعور بالسعادة قرار لا بُدَّ وأن تتخذه المرأة بنفسها، فلن يستطيع أحد أن يتخذ هذا القرار بالإنابة عنها، لأنها إذا قررت الشعور بالسعادة ستبحث وبكل قوتها عن كل ما يعطيها هذا الإحساس بعيدًا عن الحزن والتعاسة، والسعادة أساسها إحساس داخلي بالشغف تجاه هواية أو مهوبة أو حب الحياة ومساعدة الآخرين، أو شعور بالرضا مملأ قلبها.

٧- إلى كل امرأة على وجه الأرض تألقي بكامل طاقتك كل يوم، وخاصة في تلك الأيام الصعبة التي تواجهها فيها الحياة بكل قوتها من ضغوط وصعوبات،

فلكل يوم شروق وغروب وجمال الغروب في أمل الشروق بعده إذا غربت شمس
فكرة فتأكدني أن شروق فكرة جديدة سوف يشرق بشمس ساطعة على جوانب
حياتك فقط إذا اخترتِ أنتِ، إذا قررتِ أن تصبحي ملكة متوجة رغم الألم والفقدان
والافتقاد فستصبحين ما تأملين إليه وإذا قررتِ الاستسلام فلا تلعني الهزيمة فيما
بعد.



المفاتيح السبعة للزوج الحائر بين مامته ومراته

كثيراً ما يقابلنا الزوج الحائر بين مامته ومراته، فلا يستطيع في كثير من المواقف إرضاء الطرفين فيتحول الأمر في أوقات كثيرة إلى عبء نفسي كبير لكافة أطراف العلاقة الزوج والزوجة والأم ونقدم المفاتيح السبعة لحل الأزمة كالتالي:

١- الذكاء الاجتماعي من أفضل الحلول لمشكلات العلاقات الإنسانية، فعلى الزوج الذي يود الحفاظ على علاقته متزنة بين والدته وزوجته أن يتمتع بقدرٍ لا بأس به من الذكاء الاجتماعي.

٢- التأكيد للأُم على مكانتها العالية والتأكد أيضاً على علاقة احترام الزوجة هو رمانه ميزان العلاقة بين كافة الأطراف.

٣- التأكيد بين الأهل وخاصة الأم أن الاستقلال بحياة الزوجين الخاصة لا يعني على الإطلاق عدم احترام الأهل بل على العكس يعني تحمل مسؤولية الأسرة الجديدة.

٤- لا بُدَّ وأن يتمتع الزوج بقدرٍ لا بأس به من المرونة لإدارة حياته الزوجية، وأن الإيمان بالحقوق والواجبات لكل طرف في تلك العلاقة يريح كافة الأطراف. فلألم حقها في طاعتها قدر المستطاع وللزوجة حق تحقيق رغباتها قدر المستطاع.

٥- لا بُدَّ وأن يدعم الزوج زوجته في ألا يتم تعنيفها أمام أبنائها من قبل

والدته أو أحد أفراد عائلته في إطار العشم الزائد بأحقية الأم في إهانة زوجة ابنها، والعكس صحيح فلا يحق للزوجة إهانة والدة زوجها بأي شكل من الأشكال.

٦- منع التدخل الزائد عن اللزوم من قبل الأهل بشكلٍ عامٍ ومن الأم بشكل خاص حتى لا تتحول حياة الزوج لجحيم من الخلافات بين زوجته ووالدته، فللزوجة حق إدارة حياتها وحياة أبنائها بما يتناسب وطبيعة الحياة التي تعيشها.

٧- إجبار الزوجة على القيام بأشياء مكرهة عليها خاصة، وإن كان الأمر غير ضروري كإجبارها على عدم العمل أو الخروج لزيارة أهلها أو عدم استكمال دراستها فقط لإرضاء والدته وأهله لن يجني وقتها الزوج شيئاً سوى الحياة مع إنسانة تعيسة ومقهورة ليس لديها ما تعطيه لأحد.

هدية داخل الكتاب:

ملحق خاص عن

الألوان..

واستايل اللبس المناسب لكل برج





برج الحمل

الألوان المناسبة لبرج الحمل:

أكثر الألوان التي تناسب برج الحمل ألوان الأحمر والأصفر والبرتقالي، وذلك لأنهم يعبرون عن القوة والحماس ورفض الكسل بكافة أنواعه التي يتميز بهم برج الحمل.

إستايل اللبس المناسب لبرج الحمل:

تتسم امرأة برج الحمل بالنشاط والحماس؛ فهي تكره الكسل بكل أنواعه وتحب القيام بكل الأعمال المكلفة بها في أسرع وقت كما تمتلك شخصية عفوية بعيدة عن التصنع والافتعال والتكلف وتتميز أيضاً بالطيبة والحنان فهي امرأة عطوفة ومحبة للغير ولا تتردد في تقديم المساعدة والعون لمن يحتاج إليها كذلك يمكن الاعتماد عليها للقيام بالمهام الصعبة فهي امرأة صلبة وتمتلك عزيمة وإرادة قوية وتتصف امرأة برج الحمل بالجمال والرقّة فهي امرأة تمتلك جاذبية وسحرًا خاصًا وتستطيع لفت الانتباه إليها بسهولة نظرًا لأناقتها وذوقها الجميل.

وتنعكس شخصية امرأة برج الحمل من خلال مظهرها الخارجي، وعليه فإن أفضل الإطلالات تلك التي تكون أثناء ارتداء الملابس التي تبرز أنوثتها وتعكس

شخصيتها القوية والواقفة بذاتها وفي الحياة العملية، كذلك ارتداء البنائيل السوداء، والتي تكمل أناقتها بارتداء المعاطف القصيرة، من أجمل ما يليق بك.

يمتلك الرجل الحمل شخصية قوية ومسيطرة فهو رجل طموح يسعى دائماً من أجل الوصول إلى أعلى المراتب كما يتميز بالحماس الكبير فهو يستطيع القيام بأكثر من عمل في نفس التوقيت ويتصف رجل برج الحمل بالعصبية والانفعال السريع فهو سرعان ما يثور ويشعر بالغضب ولكنه يتسم بالطيبة والتسامح أيضاً.

وتنعكس شخصية رجل برج الحمل القوية من خلال مظهره الخارجي، وعليه فإن أفضل الإطلالات بارتداء البنائيل الجينز ذي الألوان الداكنة كما يفضل ارتداء القمصان القطنية من اللون الأبيض وخاصة إذا اكتملت الإطلالة بارتداء الجواكيت الملونة التي تعكس شخصيته الحماسية والحيوية، كذلك فإن كلاسيكيات القطع من الملابس لا تظهر فقط قوة شخصيته وحضوره ولكن تعكس التزامه وتحمله للمسئولية.

يمتلك مواليد برج الحمل حياة ذات إيقاع سريع، ويمكنهم إنجاز أكثر من عمل في ذات التوقيت لذلك فهم يدققون كثيراً عند اختيار الأحذية التي يقومون بارتدائها حيث تميل امرأة برج الحمل إلى ارتداء أحدث صيحات الموضة من الأحذية فهي تنتقي دائماً الأحذية ذات الكعب العالي التي تعكس شخصيتها القوية خاصة في المناسبات والأنشطة الاجتماعية التي تتطلب حضور وإطلالة مميزة فيما يميل رجل برج الحمل إلى ارتداء الأحذية المريحة التي تساعده على إنجاز كافة مهامه اليومية.



برج الثور

الألوان المناسبة لبرج الثور:

اللون الأزرق بكل درجاته زي اللبني والسماوي وذلك لأنه يعبر عن الثقة بالنفس، وكذلك اللون الأخضر وتحديداً الأخضر الفاتح يناسب مواليد برج الثور لأنه يعبر عن قدرتهم على التطوير والتنمية.

استايل اللبس المناسب لبرج الثور:

تتسم امرأة برج الثور بالمرح حيث تتمتع بجانب كبير من الفكاهة وتستطيع أن تضيء على المحيطين بها طاقة إيجابية كبيرة كما تتميز بالهدوء والصبر والدقة وتمتلك إرادة وعزيمة كبيرة تؤهلها للقيام بكافة الأعمال ويعد النجاح شيئاً أساسياً في حياتها؛ فهي تجيد التخطيط للمستقبل وهو ما يساعدها على النجاح وتحقيق الأهداف .

من أجمل ما يليق بامرأة برج الثور دائماً ارتداء الملابس المريحة التي تساعدها على إنجاز مهامها اليومية كارتداء البناطيل الجينز والتيشرتات القطنية في الحياة العملية فيما يفضل ارتداء الملابس الكلاسيكية الأنيقة التي تبرز أنوثتها في المناسبات والأنشطة الاجتماعية، ولأنك امرأة دقيقة وتركزين في التفاصيل فإنه من الهام لك اختيار الموديلات التي تليق بطبيعة جسمك فتظهر المزاج وتخفي العيوب.



يمتلك رجل برج الثور شخصية عملية من الدرجة الأولى فهو محب كثيراً لعمله لذلك فهو دائماً ما يصل إلى أعلى المراتب بفضل طموحه الكبير وعزمته وإرادته القوية ويتميز الرجل الثور أيضاً بذكائه الشديد فهو يمتلك من القدرات العقلية ما يؤهله للنجاح والبروز في أكثر من مجال وموقع خاصة تلك المجالات الإبداعية والفنية التي تتطلب الإبداع والابتكار كالرسم والموسيقى والديكور والتمثيل والغناء.

تظهر شخصية وطباع رجل برج الثور الهادئة في إطلالته بارتداء الملابس الأكثر راحة وأناقة في ذات التوقيت كما أنه يفضل ارتداء البدل خاصة تلك التي يغلب عليها الطابع الكلاسيكي، كذلك الملابس التي تصنع من مواد طبيعية كالحرير الطبيعي والقطن والصوف الطبيعي فهي ملائمة لطبيعة هذا الرجل المميز.

من أكثر الأحذية التي تليق لرجل برج الثور هي الأحذية الكلاسيكية التي تعكس شخصيتهم الهادئة والعملية والثقفة في خطواتهم، ويفضل لامرأة برج الثور ارتداء الأحذية ذو الكعب العريض.



برج الجوزاء

الألوان المناسبة لبرج الجوزاء:

من أكثر الألوان اللي بتليق على برج الجوزاء اللون الأصفر لأنه بيعبر عن ذكاء وسرعة بديهية الجوزائي، كم أن اللون الرمادي مناسب لأنه بيعبر عن التوازن اللي داها بيدور عليه.

إستاييل اللبس المناسب لبرج الجوزاء:

تتمتع امرأة برج الجوزاء بشخصية جريئة وشجاعة فهي تفعل ما تريد دون التفكير في أي شيء أو أي شخص؛ لذلك لا يمكن توقع تصرفاتها كما تتميز بحب الخير والمساعدة فغالبًا ما تسارع من أجل إنقاذ وتقديم المساعدة لمن يحتاجها وهو ما يسبب لها بعض المشاكل أحيانًا.

تستطيع امرأة برج الجوزاء التوفيق جيدًا بين أعمالها واهتماماتها؛ فهي ترتب أولوياتها وفقًا للأهمية كما تتمتع بذكاء كبير وقدرات عقلية كبيرة تؤهلها للتعامل مع المواقف والمشاكل التي تواجهها وتتميز المرأة الجوزاء بالجمال فهي امرأة أنيقة تهتم بمظهرها وشكلها جيدًا.

لحسن حظ امرأة برج الجوزاء أنها تتمتع بالقدرة على التنوع في إستاييل الملابس الخاص بها، فكلما كانت الألوان أكثر نعومة وهدوء كلما أظهرت إطلالتك



أكثر رقيًا وأناقة، ولطبيعة الجوزاء فإن امرأته تستطيع ارتداء ما يحلو لها سواء كان كلاسيكي الطابع أو كاجوال، وستكون في قمة الأناقة والتميز في كلتا الحالتين. يتميز رجل برج الجوزاء بالذكاء الكبير فهو رجل على قدر كبير من الثقافة والعلم كما يتميز بشخصيته الدبلوماسية فهو يستطيع جذب الآخرين إليه من خلال أسلوبه الراقي واللبق .

يتصف الرجل الجوزاء أيضًا بطموحه الكبير فهو يسعى دائمًا من أجل الوصول إلى أعلى المراتب والأماكن ويصر على تحقيق أهدافه مهما بلغت الصعوبات وعلى الرغم من الثقة الكبيرة التي يمتلكها رجل برج الجوزاء إلى أنه يتسم بالتردد في اتخاذ القرارات المتعلقة بحياته الشخصية.

يتسم رجل برج الجوزاء بالذوق الرفيع فهو يهتم كثيرًا بمظهره الخارجي ويحرص على البروز دائمًا في أجمل طلة، ومن أجمل إطلالات رجل الجوزاء الملابس الكاجوال التي تمنحه الراحة وتساعد على إنجاز مهامه اليومية فيما يُفضّل ارتداء الملابس الكلاسيكية في المناسبات الرسمية، وفي ذات الوقت لديه القدرة على تجربة موديلات جديدة دون ان يتسبب ذلك في إزعاجه وهو ما يميز قدرته على التنوع في اختيار موديلاته.

من أكثر الأحذية التي تليق لمواليد برج الجوزاء ارتداء أحدث صيحات وموديلات الأحذية وخاصة الرجال الذين يفضلون ارتداء أنواع الأحذية الجديدة خاصة في المناسبات الرسمية، ويليق بامرأة برج الجوزاء الأحذية ذو الكعب العالي التي تعبر عن شخصيتها الواثقة والقوية.



برج السرطان

الألوان المناسبة لبرج السرطان :

من أكثر الألوان التي تناسب برج السرطان هو اللون الأبيض؛ لأنه يعبر عن السلام الداخلي اللي جواهم، واللون البني اللي رغم بساطته يناسب إحساس المسئولية تجاه اللي بيحبوهم.

استايل اللبس المناسب لبرج السرطان:

تمتلك امرأة برج السرطان شخصية مختلفة؛ فهي امرأة عطوفة وحساسة وكثيراً ما تتأثر بالأحداث من حولها وتتميز بالأناقة والجمال، كما تمتلك سحرًا وجاذبية كبيرة وتستطيع لفت الانتباه إليها بسهولة بفضل أسلوبها اللبق.

تتسم امرأة برج السرطان بالهدوء والبساطة فهي امرأة رقيقة وعاطفية تهيل دائماً إلى الابتعاد عن الصخب والازدحام والبقاء في مكان هادئ ويمثل الاستقلال شيئاً هاماً في حياة امرأة برج السرطان فهي لا تحبذ أن تكون عبء أو عالة على أي شخص.

إن أكثر ما يناسب الطبيعة المتحفظة لامرأة برج السرطان هي الملابس الهادئة والراقية التي تعكس شخصيتها المتزنة والراقية، وكذلك الملابس الكلاسيكية المستوحاة من الطبيعة.



يمتلك رجل برج السرطان شخصية غامضة وغير مفهومة حيث يصعب معرفة ما يدور في داخله من أفكار وأسرار ويتميز الرجل السرطان أيضاً بشخصيته المتزنة؛ فهو يفكر كثيراً قبل اتخاذ القرارات المتعلقة بحياته الشخصية كما يتسم بالحكمة والعقلانية؛ فهو رجل مسئول يمكن الاعتماد عليه والوثوق به في المواقف والأزمات. إن أكثر ما يناسب طبيعة رجل برج السرطان المتزنة هي ارتداء الملابس الراقية ذات الألوان الداكنة خاصة في المناسبات الرسمية كما أن ارتداء الألوان الهادئة كالألوان الباستيل بالقمصان والتيشترات أو حتى البلوفرات بالشتاء، وكذلك الإطلالات الشبابية تعطي الانطباع بالالتزام والاحترام لرجل برج السرطان.

يُفضّل ارتداء الأحذية الكلاسيكية لرجل برج السرطان.

فيما يُفضل الأحذية ذات الكعب العالي التي تبرز ثقتة امرأة برج السرطان في نفسها خاصة في السهرات، أما خلال الأعمال اليومية والتي تحتاج إلى حركة فيفضل ارتداء الأحذية المريحة والخفيفة.

برج الأسد

الألوان المناسبة لبرج الأسد:

من أكثر الألوان التي تليق ببرج الأسد الأسود لأنه دليل على قوة الشخصية والكاريزما واللون الأصفر لأنه مصدر إشراق ورفاهية لكل من حولك، وكذلك اللون الذهبي لأنه دليل على المشاعر الغنية.

استايل اللبس المناسب لبرج الأسد:

تتسم امرأة برج الأسد بالحماس والنشاط فهي حيوية ودائماً ما تبحث عن المغامرة والإثارة كما أنها أنثى شغوفة ومحبة للحياة وتبذل كل شيء من أجل تحقيق أقصى قدر من السعادة والمتعة.

تمتلك امرأة برج الأسد ثقة عالية بالنفس تصل إلى حد الغرور أحياناً، وتنعكس هذه الثقة على كثير من تصرفاتها فهي دائماً ما ترى نفسها على صواب كما تتسم بالعند والتشدد لأرائها ولا تتقبل الآراء ووجهات النظر الأخرى، وتتميز المرأة الأسد بالجمال والأنوثة فهي امرأة ساحرة وتستطيع جذب انتباه أي رجل.

إن من أكثر ما يناسب امرأة برج الأسد هي كل قطع الملابس التي تظهر قوة شخصيتها وثقتها بذاتها كالملابس الكلاسيكية والقطع المميزة في تصميمها، كذلك

قطع الملابس المصنوعة من الخامات الغنية كالحرير والساتان تظهر شخصيتها الفريدة خاصة بمجال العمل.

يتمتع رجل برج الأسد مسئولة فهو رجل موثوق يمكن الاعتماد عليه للقيام بالمهام الشاقة والصعبة ويتميز الرجل الأسد أيضًا بالهدوء والرزانة؛ فهو رجل حكيم ومثابر كما يتصف بالنظام فهو لا يخلط بين الجد واللهو؛ لذلك فهو يستطيع النجاح دائمًا.

يناسب رجل برج الأسد مقولة لكل مقام مقال فيليق به كل شيء، ولكن بوقته ومناسبته، فهو رائع في الكلاسيكيات، مرح في الكاجوال، ولأن رجل برج الأسد عاشق للألوان الواضحة فإنه من المناسب جدًا اختيار قطع الملابس بتلك الألوان التي تشعره بالقوة والسيطرة على مجريات الأمور، كما أن وجود قطعة خارجية كالجاكت أو البليزر من أجمل ما يكمل إطلالة رجل برج الأسد.

يُفضل رجل برج الأسد اختيار الأحذية الكلاسيكية من اللونين الأسود والأبيض، وتُفضل امرأة برج الأسد الجمع بين أكثر من نوع للأحذية فهي ترتدي الكعب العالي في السهرات والحفلات كما تفضل البالرينا الملونة في الرحلات والخروجت مع الأصدقاء والحفاظ على ارتداء الأحذية الرسمية في أوقات العمل.



برج العذراء

الألوان المناسبة لبرج العذراء:

من أكثر الألوان اللي بتليق ببرج العذراء الأزرق؛ لأنه بيدعم حسهم الإبداعي، واللون الأبيض بيعبر عن النقاء جواهم، أما اللون الوردي فيعبر عن رقة مشاعرهم وتقديرهم لذاتهم.

استايل اللبس المناسب لبرج العذراء:

تتسم امرأة برج العذراء بالتنظيم والدقة؛ فهي تهتم جيداً بالتفاصيل وتمتلك دقة ملاحظة عالية؛ لذلك فمن الصعب خداعها أو الكذب عليها وتسير امرأة برج العذراء حياتها ومستقبلها وفق تخطيط ونظام معين كما أنها طموحة ودائماً ما تضع لنفسها أهداف وتسعى إلى الوصول إليها.

تتميز المرأة العذراء بالتواضع والمحبة؛ فهي لا تميل إلى التكبر أو التباهي على الآخرين كما أنها امرأة طيبة وعفوية وبسيطة وتتمتع بثقة عالية بالنفس؛ لذلك فهي امرأة محبوبة من قبل المحيطين بها.

يظهر اهتمام امرأة برج العذراء بالترتيب والتنظيم من خلال اختيارها لقطع محددة لا يجوز الخلط من خلال رؤيتها لأي إستايل تنتمي، ولهذا فإن أكثر



ما يناسبها هي الأطقم الواضحة كالبديل الرسمية والتاير القطعتين، والفستان الفورمال للعمل بألوان محددة، وبالنسبة للخروج المريحة يفضل ارتداء البناتيل الواسعة ولكن بعيداً عن الأوفر سايز.

يمتلك رجل برج العذراء شخصية مجتهدة فهو رجل طموح يعمل كثيراً من أجل تحقيق أهدافه ويتسم بالنظام والدقة فهو يسير وفق خطط وأهداف مدروسة كما يتميز رجل العذراء بذكائه الشديد فهو يمتلك من القدرات العقلية ما يؤهله للنجاح في كافة المجالات والتخصصات.

من أفضل ما يليق برجل برج العذراء اختيار الملابس المريحة لأنه يعكس اهتمامه بما يقوم به وليس ما يظهر أمام الناس من انطباعات، كذلك، فإن الإطالة الكلاسيكية المكونة من قمصان والبناتيل الكلاسيك، وكافة الألوان الهادئة التي تليق بما ترتديه.

من أفضل ما يناسب مواليد رجل برج العذراء هي التي تجمع بين الكلاسيكية والراحة لأنها أفضل ما يليق بطبيعة شخصيته، فيما تختار امرأة برج العذراء الأحذية الأنيقة من الكعب العالي التي تدل على قوتها وتعكس ثققتها في نفسها خاصة في الاجتماعات الرسمية كما تميل المرأة العذراء إلى ارتداء الأحذية المريحة من الكعب العريض في نشاطها اليومي.



برج الميزان

الألوان المناسبة لبرج الميزان :

يتربع اللون السماوي أو اللبني على عرش قلوب برج الميزان لأنه يعبر عن قدرتهم على تهدئة كافة الأمور مهما كانت درجة صعوبتها، ورمز حبهم للعدل والنزاهة.

إستايل اللبس المناسب لبرج الميزان:

تتمتع امرأة برج الميزان بشخصية جميلة؛ فهي لطيفة وودودة وتمتلك جاذبية كبيرة نظرًا لشخصيتها المرحة ودائمًا ما تسعى المرأة الميزان إلى جذب الآخرين من خلال تصرفاتها المُلفتة للنظر كما تتمتع بشخصية اجتماعية وتمتلك حكمة كبيرة في التعامل مع الأمور.

تمتلك امرأة برج الميزان شخصية متزنة حيث تميل دائماً إلى إحداث التوازن في كل شيء كما تتسم باللطف والأناقة والجمال فهي تختار دائماً أكثر ما يناسبها من الملابس والإكسسوارات وتضيف إلى مظهرها لمسات فنية وجمالية خاصة.

تهتم امرأة برج الميزان كثيراً بمظهرها فهي تتفنن في اختيار ملابسها وعليه فإن أفضل ما يليق بها ارتداء الملابس من الخامات الحريرية التي تظهر تميزها وجمالها من خلال الألوان الهادئة بالإكسسوارات والماكياج.

يمتلك رجل برج الميزان شخصية جميلة وجذابة فهو رجل متعاون وكريم ومحب للخير كما يتميز بشخصيته المرحة والاجتماعية حيث يكره الرجل الميزان الوحدة والانعزال ويحب الاختلاط بالآخرين ومشاركتهم اللحظات الجميلة والممتعة ويتصف رجل برج الميزان أيضاً بالإنصاف فهو يسعى دائماً إلى تحقيق العدل ويحارب الظلم بكافة أشكاله.

وأبرز ما يليق برجل برج الميزان هو كافة الاستايلات والموديلات؛ لأن ذلك يناسب شخصيته الاجتماعية فهو يجيد استخدام الإطلالات المختلفة، وكلما كانت الموديلات بألوان داكنة خالية من الرسومات كلما عبر ذلك عن شخصيته الجذابة. من أكثر موديلات الأحذية التي تناسب رجل برج الميزان الأحذية المودرن والعصرية في المناسبات والأحذية الرياضية أثناء ممارسة الأنشطة اليومية، خاصة الرياضية، أما امرأة برج الميزان فأهم ما يليق بها الأحذية التي تجمع بين الأناقة والراحة مع الحفاظ على أحذية الكعب العالي للمناسبات والسهرات.



برج العقرب

الألوان المناسبة لبرج العقرب:

من أكثر الألوان التي بتليق ببرج العقرب اللون الأسود لأنه رمز القوة التي لا يمكن أن يتنازل عنها، واللون الأحمر والأحمر الغامق رمز الحماس والنبض بالحياة، واللون الأخضر البيستاج يعبر لبرج العقرب عن سلام نفسي لا بأس به.

استايل اللبس المناسب لبرج العقرب:

تمتلك امرأة برج العقرب شخصية قيادية فهي تستطيع تحمل المسؤولية ويمكن الاعتماد عليها للقيام بالأعمال الصعبة والشاقة كما أنها امرأة مجتهدة وتمتتع بطاقة كبيرة وتمتلك المرأة العقرب عزيمة قوية وإرادة صلبة فهي لا تستسلم بسهولة وتصر على الوصول إلى أهدافها مهما كانت المشاق.

تتمتع المرأة العقرب بثقة عالية بالنفس تصل إلى حد الغرور أحياناً كما تمتلك جاذبية كبيرة فهي امرأة جميلة ومنظمة وتستطيع لفت الانتباه إليها بأقل مجهود وتعتبر امرأة برج العقرب صديقة جيدة فهي تحفظ الأسرار جيداً كما أنها لا تتأخر في تقديم العون والمساعدة لمن يحتاجها.

لأن اختيار الملابس لامرأة برج العقرب مرتبط بحالتها النفسية، ولهذا فهي

تختار ملابسها بعناية شديدة ودقة، وتحافظ على اختيار الموديلات التي تجدد الطاقة الإيجابية بداخلها، فمن أهم ما يليق بامرأة برج العقرب، هي الموديلات التي تناسب شكل جسمها فلا تقلق منها أن تظهرها شخصية مبالغ فيها.

يمتلك رجل برج العقرب شخصية طموحة وناجحة فهو يعمل دائماً على تحقيق أهدافه مهما كانت الطرق والوسائل كما يتميز بالصدق والوفاء والرومانسية ويتمتع الرجل العقرب بشخصية جذابة وساحرة فهو يستطيع التأثير في الآخرين بأسلوبه الراقي وكلامه الدبلوماسي.

كما أن لرجل برج العقرب شخصية طموحة وناجحة فهو يعمل دائماً على تحقيق أهدافه مهما كانت الطرق والوسائل كما يتميز بالصدق والوفاء والرومانسية ويتمتع الرجل العقرب بشخصية جذابة وساحرة فهو يستطيع التأثير في الآخرين بأسلوبه الراقي وكلامه الدبلوماسي.

يستطيع رجل برج العقرب اختيار ما يناسبه من الإطلالات المختلفة التي تجعله متألقاً في كل مرة، فهو يعلم جيداً متى يرتدي الكلاسيك من الملابس ومتى يرتدي الملابس الكاجوال، ببساطة رجل برج العقرب إستابليست لما يخص دولاب ملابسه.

من أهم ما يليق برجل برج العقرب من موديلات الأحذية هي الأحذية المريحة والتي لها طابع كلاسيكي في آنٍ واحد لأنه لا يود ما يعكر صفوه أثناء العمل حتى وإن كان اختيار الحذاء، وما يليق بامرأة برج العقرب هو الأحذية التي تشبه الأحذية الرياضية ولكن بطابع أنثوي، وللسهرات ارتداء الكعب العالي أو المتوسط الطول سيكون مناسباً، الأهم أنه يكمل الإطلالة ولا يفسدها .



برج القوس

الألوان المناسبة لبرج القوس :

من أكثر الألوان التي تليق ببرج القوس اللون البنفسجي لأنه يعبر عن الانطلاق وحبهم للسفر وكمان اللون البرتقالي يساعدهم على محاربة التشويش.

إستايل اللبس المناسب لبرج القوس:

تتميز امرأة برج القوس بالذكاء الكبير فلا يستطيع أحد خداعها أو الكذب عليها كذلك تتصف بالوضوح، والصراحة فهي بعيدة كل البعد عن المراوغة والكذب وتعد امرأة برج القوس من أكثر النساء بساطة وعفوية واندفاع كما أنها صديقة مثالية تجيد حفظ الأسرار.

تمتلك امرأة برج القوس سحر وجاذبية كبيرة فهي امرأة محبوبة وودودة وتتصف بالمرح وتستطيع بأقل مجهود لفت الانتباه إليها كما تمتلك طاقة إيجابية كبيرة وتنشر حالة من البهجة والسعادة على المحيطين بها وتتمتع المرأة القوس بشخصية مستقلة؛ فهي لا تحب التقيد بالقوانين والالتزامات وتبحث عن الحرية. إن أهم ما يليق بامرأة برج القوس هو ارتداء الملابس الجذابة بألوانها ومناسبة من حيث الموديل أو الإستايل، الألوان الواضحة والصريحة تتفق مع



وضوح وصراحة شخصيتها، وكذلك لأنها شخصية مرحة فهي تبحث دائماً عن الراحة فيما ترتديه فاختيار الملابس الكاجوال بألوان تبعث على البهجة يتناسب كثيراً وامرأة برج القوس.

يمتلك رجل برج القوس شخصية مرحة ومحبوبة فهو يستطيع التأثير في الآخرين بفضل أسلوبه اللبق والدبلوماسي كما يتميز بالأنسانية والكرم ولا يتردد في تقديم يد العون والمساعدة لمن يحتاجون إليه ويتصف الرجل القوس أيضاً بالمرونة والبساطة فهو رجل متفهم بطبعه يتقبل الآراء والأفكار الأخرى ويختار دائماً ما يحقق المصلحة العامة.

لأن رجل برج القوس يهتم بمظهره كثيراً فإنه يختار الموديلات الكلاسيكية التي تعطي انطباعاً بقوة التأثير وكذلك تظهر بساطته ولباقة من خلال قدرته على توفيق الألوان التي تضعه في حالة نفسية جيدة وتكون داعماً له لإنجاز مهامه بنجاح.

من أكثر ما يناسب رجل برج القوس الأحذية السبور في كل الأوقات حتى الكلاسيكية منها يختارها براحة الأحذية الاسبور، ويليق بامرأة برج القوس الأحذية الرياضية كالباليرينا وكذلك يليق بها الأحذية الكلاسيكية للسهرات والمناسبات العامة.



برج الجدي

الألوان المناسبة لبرج الجدي:

من أكثر الألوان اللي بتليق ببرج الجدي اللون الأسود لأنه بيعبر عن اجتهادهم بقوة وكمان اللون البني لأنه بيعبر عن الجدية والقدرة على التحمل.

إستايل اللبس المناسب لبرج الجدي:

تمتلك امرأة برج الجدي شخصية مختلفة ومميزة حيث تتسم بالمسؤولية والقوة والقدرة على القيام بالمهام والأعمال الشاقة دون الشعور بالكلل أو الملل كما تتميز بالجرأة والشجاعة فهي لا تخشي أي شيء وتتميز المرأة الجدي بروحها المرحة فهي تستطيع إدخال البهجة والسعادة على المحيطين بها.

وتتمتع امرأة برج الجدي بجاذبية كبيرة حيث تستطيع فرض شخصيتها وحضورها في أي مكان تتواجد فيه كما تمتلك شخصية اجتماعية فهي تجيد التحدث بلباقة ودبلوماسية مع الآخرين وهو ما يساعدها على تخطي الكثير من المشاكل بفضل حكمتها ورؤيتها العميقة.

لأن امرأة برج الجدي تمتلك ذوقًا خاصًا بها يختلف عن الآخرين فأجمل ما يليق بها الأزياء الكلاسيكية التي تعبر عن شخصيتها الناضجة والعقلانية كما تميل

إلى إضافة لمساتها الخاصة على ملابسها، فهي تجيد فن اختيار ملابسها بعناية، مع الحفاظ على الطابع المناسب لكل مناسبة فعادة أن لكل مقام مقال تحسم الكثير فيما يتعلق باختيار الملابس.

يمتلك رجل برج الجدي شخصية صادقة وصريحة فهو يميل إلى الوضوح في تعاملاته مع الآخرين كما يتميز بالهدوء والعقلانية فهو يفكر كثيراً قبل إتخاذ القرارات المتعلقة بحياته الشخصية ويتميز الرجل الجدي بالالتزام فهو يفي دائماً بالوعود التي يقطعها على نفسه كذلك يتصف بالوفاء والإخلاص.

من أجمل ما يليق برجل الجدي الملابس الناعمة الواضحة الألوان التي تتفق ووضوح شخصيته، كما أن حبه للالتزام يجعل الكلاسيكيات من أفضل الاختيارات ما بين بدلة رسمية كاملة أو جاكيت أنيق أو بليزر يدعم الإطالة.

أفضل موديلات الأحذية لرجل برج الجدي هي الأحذية العريضة بألوان كلاسيكية كالبنّي والأسود، وامرأة برج الجدي يليق بها كل ما ترتديه من أحذية كلاسيكية للمناسبات والسهرات وكذلك الأحذية المريحة للأنشطة اليومية، وكلما كان ما تختاره كلاسيكا كلما أظهر أناقتها بشكل أفضل.



برج الدلو

الألوان المناسبة لبرج الدلو:

من أكثر الألوان التي بتليق ببرج الدلو اللون البنفسجي لأنه يعبر عن حبهم للاستقلالية وكمان اللون التركواز لأنه يناسب كونهم أشخاص مصدر للثقة ويقدرُوا يبدعُوا في أي شيء يقوموا به.

استايل اللبس المناسب لبرج الدلو:

تتحكم الطبيعة الهوائية في طريقة تفكير امرأة برج الدلو كما تؤثر على طريقة نظرتها وتفاعلها مع الأمور حيث تتغير ردود أفعالها بين لحظة وأخرى؛ لذلك لا يمكن لأحد أن يعرف أو يتوقع ما يدور في فكرها.

تتميز المرأة الدلو بالحكمة والعقلانية فهي امرأة شديدة الذكاء ويمكن لها أن تتعامل تحت كافة الظروف والمواقف الصعبة كما تمتلك شخصية مسؤولة ويمكن الاعتماد عليها والوثوق بها دائماً وتتمتع أنثى برج الدلو بسحر وجاذبية خاصة حيث تحرص على الاهتمام بمظهرها وشكلها وتختار الملابس التي تناسبها وتتسم بالجرأة في اختيار الألوان.

تتميز امرأة برج الدلو بأنها تختار ما بين الموديلات المختلفة لتخلق لنفسها

نمطاً وإستايلاً خاصاً بها وحدها يظهر تفردها من الوهلة الأولى، كما أن قدرتها على استخدام الألوان يجعلها تستطيع ترويض الألوان والموديلات الجريئة لصالحها .

يتمتع رجل برج الدلو بشخصية حيوية ونشيطة فهو رجل مغامر بطبعة ويميل دائماً إلى القيام بالأعمال الحماسية التي تتطلب مخاطرة ومجازفة.

يتصف الرجل الدلو أيضاً بالهدوء فهو يفضل الاستماع إلى الآخرين أكثر من الحديث كما يميل إلى الجلوس في الأماكن الهادئة والبعيدة عن الصخب والازدحام حيث تمنحه تلك الأماكن القدرة على التفكير بشكل منطقي وإيجابي.

كل ما يعطي رجل برج الدلو الإحساس بالراحة والهدوء النفسي فهو يليق به فقاعده هنا هي أناقته الشخصية التي تتسم بالهدوء والإيجابية فيتخار ما يناسبه من الإستيال الكلاسيك الهادئ في ألوانه من البنطلون الكلاسيك والقميص، وفي اختيار السويت شيرت أو التيشيرت راحته لقطعة الملابس أهم من كونها عالية الثمن أو ماركة تجارية شهيرة.

من أفضل ما يناسب رجل برج الدلو من أحذية هو الأحذية الرياضية المريحة، فالأحذية الهاف بوت للشتاء مثالية والكلاسيكية المريحة رائعة، أما امرأة برج الدلو فكلما كان موديل الحذاء ناعماً من خامات كالشمواه والقטיפه، كلما أعطى إطلالة أنثوية كلاسيكية رائعة ومريحة.



برج الحوت

الألوان المناسبة لبرج الحوت:

من أكثر الألوان اللي بتليق ببرج الحوت الأزرق الفاتح لأنه بيعبر عن رقيهم وخيالهم الواسع وكمان اللون الوردي اللي بيعبر عن رومانستيتهم واحترامهم لمشاعر اللي حواليتهم .

استايل اللبس المناسب لبرج الحوت:

تتصف امرأة برج الحوت بالحنان والعاطفة الزائدة فهي تميل دائماً إلى تقديم المساعدة لغيرها كما تتصف بالذكاء الشديد ودقة الملاحظة فهي تمتلك حدساً قوياً يؤهلها لمعرفة خبايا وأسرار بعض الأمور والأحداث لذلك فمن الصعب الكذب عليها أو خداعها.

تتمتع امرأة برج الحوت بشخصية اجتماعية فهي تجيد التواصل مع الآخرين بدبلوماسية ولباقة كما تتميز بشخصيتها الجذابة والساحرة فهي دائماً ما تكون محور الاهتمام من الجميع وتحرص المرأة الحوت على الاهتمام بمظهرها وشكلها فهي تختار أنسب الملابس والإكسسوارات التي تتلاءم مع طبيعتها الرقيقة.



التنوع شيء أساسي لامرأة برج الحوت فلا يمكن أن يحتوي دولاب ملابسها على موديل واحد أو ألوان قليلة فهي محبة للحياة تود أن تكون بأفضل إطلالة في كل مرة تخرج بها وتتعامل مع من حولها فكان مفتاح سر أناقتها تميزها في اختيار ما يليق بها بعناية شديدة من الألوان الهادئة والصريحة، الإستايل الكاجوال، والجامبسوت، التاييررات والفساتين جميعها ستجدها بدولاب امرأة برج الحوت. يمتلك رجل برج الحوت شخصية طموحة فهو يسعى خلف أهدافه دائماً كما يتميز بالمسؤولية والعقلانية حيث يمكن الاعتماد عليه في القيام بالأعمال الصعبة والمعقدة ويتصف الرجل الحوت أيضاً بالرومانسية فهو يجيد التعبير عن مشاعره إلى الطرف الآخر كما يهتم كثيراً بشريكته ويحرص على إسعادها بشتى الطرق.

لأنافة رجل برج الحوت الناعمة فهو يجيد اختيار ما يناسبه، ولشخصيته الرومانسية فالكلاسيكيات تجعله متربّعاً على عرش تلك الرومانسية المدفونة داخل قلبه، فتظهرها لشريكة حياته دون مجهود، كما أنه يجيد ارتداء الملابس الكاجوال والتي يفضلها بقوة في الأنشطة اليومية والمقابلات وعليه يفضل أن تكون الموديلات الكاجوال لموسم السنة؛ لأنه إذا كانت عصرية أضافت لشخصيته وسماته أكثر وأكثر.

الأحذية الكلاسيكية من أفضل ما يتناسب ورجل برج الحوت حتى في الأنشطة اليومية شرط توفر عنصر الراحة بارتدائها، أما امرأة برج الحوت فكلاسيكيات الأحذية أيضاً تظهر جمالها وأناقته المتنوعة، شرط الراحة لا يمكن أن يطغى على أنوثتها إطلاقاً.

المراجع والمصادر:

https://www.uvm.edu/landscape/dating/clothing_and_hair/1940s_clothing_women.php.

<https://fashionhistory.fitnyc.edu/1940-1949/>

<https://www.albayan.ae/editors-choice/variety/2011-08-17-1.1489113>

<https://www.youm7.com/story/2016/8/19/5->

<https://www.youm7.com/story/2016/3/17/>

<https://arabic.rt.com/press/815324->

<http://www.alriyadh.com/659695>

<https://vintagedancer.com/1970s/1970s-fashion-history/>

<https://www.punchbowl.com/p/cocktail-party-attirehttps://www.harpersbazaar.com/fashion/trends/g6511/cocktail-attire-rules/>

<https://www.muhtwa.com/132758/%D8%A8%D8%B1%D8%AC-%D8%A7%D9%84%D8%AD%D9%88%D8%AA-2018/>

<https://banat7wa.com/>

<https://www.ounousa.com/Details/9649>



<https://inomics.com/insight/dress-code-for-academic-conferences-what-to-wear-and-what-to-avoid-48004>

<https://academia.stackexchange.com/questions/11618/what-do-people-usually-wear-to-conferences>

<https://themediacoach.co.uk/what-to-wear-on-tv/>

<https://www.westwindcos.com/22-tips-on-what-to-wear-for-a-tv-interview/>

الفهرس

7مقدمة
9الجزء الأول (شانيل وأنا)
11الاسم غابريل.. والشهرة كوكو
14إذا قررت النجاح.. فلن يوقفك شيء
17الفقدان.. والأمل في الإبداع
20الغروب.. شروق لشمس يوم جديد
23البساطة من رحم الحرب
31تأتي الرياح بما لا تشتهي السفن
33دقت طبول الحرب
37سنوات الخفاء.. والاختفاء
41الخمسينيات عصر الأنوثة والكلاسيكة
44وتبقى شانيل!!
48شانيل ما لها.. وما عليها
50أناقة.. شباب.. هيببي.. اختاري ما يحلو لك
54ألوان جريئة.. رسومات مختلفة.. إطلاقات متحررة
57أناقة الثمانينيات
61الجزء الثاني: الطلة الاحترافية للظهور في المناسبات
63مقدمة
65الطلة الاحترافية للظهور على شاشة التلفزيون



- 67.....التناسق مع ديكور البرامج
- 69.....الألوان المقبول ظهورها على شاشة التلفزيون في ملابسك
- 71.....الإكسسوارات المقبولة على شاشة التلفزيون
- 76.....الطلة المناسبة لحضور الندوات والتكريم وحفلات التخرج
- 79.....الطلة المناسبة لحضور حفلات الخطوبة والزفاف
- 81.....الطلة المناسبة لحضور حفلات أعياد الميلاد
- 83.....الطلة المناسبة لحضور حفلات الكوكتيل
- 85.....الجزء الثالث: البسي بذكاء
- 87.....5 كلمات سحرية لأحلى "طلة" يومية
- 95.....الكلمة السحرية.. لطللة ذكية لصاحبة الجسم التفاحي (ج 1)
- 97.....الكلمة السحرية.. لطللة ذكية لصاحبة الجسم التفاحي(ج2)
- 101.....الكلمة السحرية لطللة هادئة لصاحبة الجسم الكمثري (1)
- 104.....الكلمة السحرية لطللة هادية لصاحبة الجسم الكمثري (ج 2)
- 107.....الكلمة السحرية لطللة ناعمة لصاحبة الجسم المثلثي المقلوب (1)
- 111.....الكلمة السحرية لطللة ناعمة لصاحبة الجسم المثلثي المقلوب (2)
- 113.....الكلمة السحرية لطللة كلها أنوثة ورقة لصاحبة جسم الساعة الرملية (ج1)
- 118.....الكلمة السحرية لطللة كلها أنوثة ورقة لصاحبة جسم الساعة الرملية (ج2)
- 121.....الكلمة السحرية لطللة كلها لصاحبة الجسم المستطيل (ج 1)
- 124.....الكلمة السحرية لطللة لصاحبة الجسم المستطيل (ج2)
- 127.....المفاتيح السبعة لنجاح حياتك
- 129.....المفاتيح السبعة للنجاح رغم ضغوط الحياة
- 131.....المفاتيح السبعة للتعاطف بسعادة
- 133.....المفاتيح السبعة لتعامل المرأة مع زوجها الدنجوان
- 135.....المفاتيح السبعة لعلاقة ناجحة مع أولادك



- 137.....المفاتيح السبعة لكل زوجة تود العتاب بمحبة
- 139.....المفاتيح السبعة للآباء والأمهات خلال الخلافات
- 141.....المفاتيح السبعة لكل امرأة تود إدارة حياتها بنجاح
- 144.....المفاتيح السبعة للزوج الحائر بين مامته ومراته
- 147.....هدية داخل الكتاب:
- 147.....ملحق خاص عن الألوان واستايل اللبس والميكب لكل برج
- 149.....برج الحمل
- 151.....برج الثور
- 153.....برج الجوزاء
- 155.....برج السرطان
- 157.....برج الأسد
- 159.....برج العذراء
- 161.....برج الميزان
- 163.....برج العقرب
- 165.....برج القوس
- 167.....برج الجدي
- 169.....برج الدلو
- 171.....برج الحوت
- 173.....المراجع والمصادر:

