

Exclusive

غزة في عيون

اللبنانية الأولى

وفاء سليمان

الأميرة هيا

نازك الحريري

الشيخة نعيمة الصباغ

الشيخة منال بنت محمد

تشرف علي متحدث

القيادات النسائية



مجلة المرأة العصرية

Hia

«هي» العدد 185 فبراير 2009

Hia - Issue 185 february 2009

استشاريون عالميون
في عمليات التجميل
والصحة والرشاقة
يديون عن أسئلتكن

Exclusive

الملكة رانيا العبد الله:

العدوان وذاكرتنا الانتقائية

صور الألمس والغد وصور كل يوم

حوارات "هي":

الشيخة دعوى القاسمي

الهندكوينية ثورية الصبح

الملكة السعودية هبة الحويبي

Exclusive

الأخت الصغرى للزعيم الفلسطيني الراحل ياسر عرفات
تكتب للمرة الأولى عنه وعن إرادة الحياة والحرية



هل أصبح أخيراً من الممكن تصحيح آثار مرور الزمن؟ CHANEL



العديد من الشركات التجارية، والبنوك، والأفراد وحتى المسؤولين عن تخطيط المدن، أصبحوا يحرصون على الاستعانة بعلم الفينغ شوي Feng Shui ليضمنوا النجاح التجاري، والمهني، أو السعادة الزوجية أو حتى ازدهار المدينة التي يتم تخطيطها. لماذا؟ هي زيارة مؤخرا للندن، التقت مجلة "هي" بـسارة ماكليستر Sarah McAllister مديرة شركة الاستشارات، التي استعانت بها مؤسسة أمير ويلز لتطوير البيئة، لتقديم خبرتها في علم الـ"فينغ شوي"، من أجل إعادة تصميم، وتنظيم حي السوهو في لندن، كونها تقدم خدمات الـ"فينغ شوي" لأصحاب المنازل، والأعمال، والشركات، والمنتجعات الصحية، وتخطيط الأحياء والمدن، لتشرح لك أسرار هذا العلم القديم جدا، والذي بدأ ينتشر حديثا، وكيف يمكن استخدام قوى الطبيعة للعلاج وضمان النجاح المهني ونجاح الحياة الزوجية. كما قدمت لك النصائح لتضمني نجاحك في الحياة، ولتعرفي ما إذا كانت بينتلك، نافعة لك أم أنها ترهقك، وتضر بك، وأنت غير واعية لذلك.

إذا كنت تبحثين عن النجاح والسعادة الزوجية إقرأي هذا اللقاء مع Sarah McAllister الخيرة العالمية في الفينغ شوي والشياتسو

لندن: معالي الغمري Maaly Elghamry

فضولي للتعرف على هذا العلم، الذي يضمن النجاح كان شديدا فانهالت أسئلتي على خبيرة الفينغ شوي البريطانية كالرصاص، ولكن سارة ماكليستر فضلت أن تبدأ حديثها معي بالرجوع إلى عمق التاريخ فقالت: "الفينغ شوي" مخطط بيئي يرجع تاريخه إلى ما يزيد على 5000 سنة، وتقصد بكلمة "فينغ" الرياح، أما كلمة "شوي" فنقصد بها المياه، ويلخص المصطلح المفاهيم الرئيسية لسلوك الطاقة، وذلك بالتأكيد على الطريقة التي لا يمكن للطاقة من خلالها أن تتراكم في المناطق شديدة الرياح وكيفية تجميعها في المناطق التي فيها مياه.

قوس الطبيعة

ما الهدف من الفينغ شوي؟

– علم الـ"فينغ شوي" مخطط ديناميكي ينشأ بهدف تلبية الظروف، والرغبات، والاحتياجات المتغيرة للبشرية، داخل كل من البيئة الريفية والحضرية، حيث يمكن استخدام المعرفة لإحداث القليل من المتغيرات، وهو علم مهم في تنسيق المنازل، والمؤسسات التجارية، وعقارات التجزئة، وأيضاً في التخطيط الرئيسي للمدن الجديدة، والمنتجعات، والمناطق الصناعية، ويتم كل ذلك بقصد استخدام قوى الطبيعة النافعة، وتحويل أو تغيير المؤثرات الأقل تبشيراً بالنجاح.

وأي نسا هذا العلم؟

– نشأ في الصين الريفية، عندما درس الفلاحون الطبيعة، وفصول السنة، والجو، وغيرها من العوامل، محاولين فهم البيئة التي يعيشون

فيها. كما تعلموا كيف تغير الأنهار مسارها ومعدل تدفقها، ومتى تكون الشمس عالية، ومتى تكون منخفضة، ودرجة حرارتها وأي مناطق الأرض تكون مروية أو خصبة أو جافة، ولماذا. وأدرك أباطرة الصين أنه علم فعال، وأصبح هناك رجال مهرة في العديد من أساليب الـ"فينغ شوي"، ومنها طرق "باشوب"، و"سام هاب"، و"سام يون"، و"ين هوم"، وجميعهم خبراء خدموا إمبراطورهم، وحموا إمبراطوريتهم باختيار أفضل الأراضي لقصر الحاكم، وأفضل مكان لدفن أسلافهم، وأفضل وقت لتصرف حاكمهم من أجل تحقيق النجاح. أنت بريطانية فما الذي وجهك إلى الشرق القديم؟

– أبي هو السبب، حيث كان يعمل في وقت فراغه، مدرباً لرياضة الجودو اليابانية، وقد حفز ذلك اهتمامي برياضة الـ"مارشال آرت"، فبدأت أدرس فنون الكاراتيه ثم الـ"كونغ فو"، وبعد ذلك ولد اهتمامي بعلم الـ"شياتسو" وهو عبارة عن العلاج بتدليك جسم الإنسان، وهو مرتد ثيابه، أي التدليك من دون استخدام الزيوت.

هل يستخدم الـ"شياتسو" للعلاج أم الاسترخاء؟

– للأنين معاً، كونه مفيداً للاسترخاء وعلاج الأمراض المرتبطة بالتوتر والإجهاد العصبي، وذلك لأنه يعتمد على الطاقة الحيوية، التي يسميها الصينيون "تشي"، واليابانيون "كي"، والهنود "برانا"، وفي الغرب نطلق عليها القوة التي تنشط الحياة The animating Force of Life.

أما الـ"فينغ شوي" فقد ولد اهتمامي به، من خلال اهتمامي على مدى طويل، بالهندسة المعمارية وحب التصميم، وأردت أن أقوم

بأمر يمنح المجتمع. شيئاً إيجابياً. حيث كنت في ذلك الوقت أعمل في شركات التأمين الألمانية. نظراً لإجادتي هذه اللغة. وفي الوقت نفسه أمارس خلال الإجازات العلاج بالشيئاتسو وخدمات الـ"فينغ شوي" لأنها مهنة تحتاج إلى تدريب. وبناء خبرة تستغرق سنوات.

كيف درست هذا العلم الصيني القديم. وأنت لا تتحدثين الصينية؟

- بينما نشأ علم الفينغ شوي في الصين. فإنه يطبق عالمياً بصرف النظر عن أنظمة الاعتقاد الثقافي. فمعظم الصينيين لا يستطيعون قراءة الأحرف الصينية الموجودة في بوصلات وسجلات الـ"فينغ شوي" لأنه يتميز بلغته الفريدة. ويُمارس بنجاح في جميع أنحاء العالم. من خلال المستشارين الصينيين. والغربيين.

ما مبادئ دراسة الـ"فينغ شوي"؟

- إنها دراسة للطاقت البيئية. ووفقاً للمعتقدات الصينية هناك ثلاثة أنواع من الحظ: حظ سماوي مرتبط بالقدر. وحظ بشري. وهو تربيتنا والتأثيرات الاجتماعية والحالة العقلية. وحظ الأرض وهو تأثير البيئة المحيطة بنا أي الـ"فينغ شوي".

وكيف يمكن تغيير تأثير البيئة المحيطة؟

- تؤثر الأشكال داخل بيتنا أو مواقع العمل. في طريقة تصرف طاقة قوى الطبيعة. وتحليل شكل البيئة المحيطة يمكن لخبراء الـ"فينغ شوي". تطبيق المبادئ القديمة بشأن خطوط الطاقة. التي يطلق عليها اسم "تنين الأرض". و"تنين الماء". لتفسير السمات الريفية والحضرية الحديثة للعقارات. فمثلاً الشارع أو الطريق يعد نهراً. ويمكن للمنظر الهوائي للجوار أن يعطي تبصراً لحظ سكانه. كما يسهم الشكل في نحو 60% من التأثيرات في العقار.

وأنت أين درست هذا العلم؟

- في البداية درسته في كلية "ساوث ويست سكول أوف فينغ شوي" في إنجلترا عام 1999. ثم بدأت أسافر. وأتجول ما بين هونغ كونغ. والصين. وكمبوديا. وتايلاند. وزرت مواقع مثيرة للاهتمام لـ"الفينغ شوي". لقد كانت رحلة تعليمية مهمة. وبمجرد عودتي انضمت إلى الـ"أمبريال سكول أوف فينغ شوي" في لندن. وتخرجت عام 2004 بعد أن درست دورات متعددة مثل علم الأبراج. وتخطيط المدن. وتصميم الحدائق. ففي علم الـ"فينغ شوي". نجد أن المحيط الخارجي. أهم من داخل المباني. فإذا كنت تعيشين في بيت. فيمكنك تطوير حالته باستخدام قواعد هذا العلم. ولكن الاهتمام بالحديقة أو البيئة المحيطة أهم.

طاقة إيجابية

ما قصة استخدامك لـ"الفينغ شوي"

لتطوير حي السوهو في لندن؟

- طلبت مني مؤسسة أمير ويلز لتطوير البيئة. المساهمة بأفكار. وتقديم مقترحات. تعتمد على أسس وقواعد الـ"فينغ شوي". لإعادة تصميم. وتنظيم الحي الصيني القديم. في وسط لندن. بهدف بث الحيوية والنشاط فيه. وإزدهاره تجارياً. واقتصادياً. وتقليل احتمالات الفقر والجريمة فيه. كيف يمكنك استخدام الـ"فينغ شوي" لإعادة تصميم حي مزدحم. وقديم كالسوهو. خاصة أنه لا يمكن هدم أو إعادة ما فيه من مبان.

- الموضوع معقد. إلا أنه حتى ولو لم يكن بالإمكان



وأيضاً بالموهبة التي أحملها داخلي. وكذلك بالخبرة. قطعة الأرض الجيدة تشعرني بالراحة والاطمئنان، والتوازن. وسهولة التنفس. وإذا كانت فيها نباتات، فإنها تكون بصحة جيدة ومزدهرة.

شكاوى رئيسية

ما الشكاوى الرئيسية التي تدفع الناس إلى طلب استشارتك؟

- يمكن تطبيق الـ "فينغ شوي" على كل المشروعات الخاصة والتجارية. والمحال. والشركات. والمنشآت. حيث يساعدها كي تكون أكثر نجاحاً مع تحسين أداء العاملين. وتقليل الغياب. وتحسين المبيعات. كما يمكن تطبيق مبادئ الـ "فينغ شوي" على تصميم الشعارات. والعلامات التجارية. واستراتيجيات التسويق. وعلى مستوى الأفراد. تحسّن من مستوى ثققتك بنفسك. كما أنها تمكّنك من جذب حظ أفضل

بتطبيقها على أماكن النوم. وتلك التي يمكن أن تدعم صحتك. وثروتك. والسلطة الشخصية. وغالباً نجد أن أغلبية القادمين طلباً لخدمات الشركة من الناس الذين يفتقدون التوافق في علاقاتهم أو يعانون من الأرق أو يلاحظون تغييراً سلبياً في حياتهم المهنية أو الزوجية أو الصحية بعد انتقالهم إلى مقر أو بيت جديد. وأصحاب الشركات يشكون من خلافات بين الموظفين وجو عام من التوتر في العلاقات أو عدم نجاح الشركة بالدرجة المتوقعة.

عندما تسوء العلاقة بين زوجين وتكثر الخلافات بينهما. فهل تغيير وضع الأثاث أو الألوان في المنزل يمكن أن يحسّنهما؟

- بوجه عام. وجدت أن حالة المطبخ. ووضع الأثاث فيه يؤثران كثيراً. كما أن هناك مؤشرات أخرى.

مثل ما يسمى النجوم الطائرة أو The time sensitive Aspect وترجع إلى حركات النجوم في السماء. وهناك تركيبة معينة نسيمها 7-9 وتشير إلى الخلافات والمشاكل. حيث إنه إذا كان اتجاه البناء يجعل هذه التركيبة في وسط بيتك. فسوف تنشأ خلافات كثيرة بينك وبين زوجك.

ويمكن حل هذا الوضع لأن كل رقم يرتبط به معنى معين. فمثلاً رقم 9 هو النار و7 هو المعدن. والنار لا تتوافق مع المعدن. كما أن تغير وضع الأثاث أو موقع غرفة النوم. يحل المشكلة أو يخففها.

وما العوامل طبقاً لـ "الغينغ شوي" التي تؤثر في نجاح العمل التجاري والشركات؟

- هذا يرجع أكثر إلى الطاقة التجارية السريعة. التي ترتبط بالمياه وموقعها. فإذا كان مجرى طاقة ثراء الشركة أمامه ما يعيق سريانه أو يسده أو يستنزفه. فإن ذلك يؤثر بشكل سلبي في نجاح العمل وازدهاره. كأن يكون موقع التواليت. أو الحمامات. أو المخازن في مركز ثراء البناء. مما يعمل على استنزافه. والمفروض أن يتغير وضع المكاتب. ويعاد توزيع الغرف حتى تصبح المكاتب. وخاصة الحسابات. ومكاتب المديرين في مركز الثراء ■

هدم المباني. فمن الممكن تغيير موقع مداخنها أو اتجاه السير بالحى. أو إدخال بعض التعديلات للسماح بتدفق الطاقة الإيجابية إلى شوارعه مما يؤثر في ازدهاره.

وعموماً بعد دراسة الحى. وجدت أنه يفتقر إلى العناصر الطبيعية كالماء. كما أن وجود مصدر للمياه كالنافورة وسطه. سيكون بمثابة النبض الذي يشد الناس إلى داخله. حيث إن ترانيم المياه. وخريها طبقاً لقواعد الـ "فينغ شوي" يشيعان الطاقة الإيجابية. والسكينة. والهدوء في النفوس. وهذه القواعد تعتمد على توافر العناصر الطبيعية الخمسة في التصميم. والتي تشمل الماء. والنار. والأرض. والخشب. والمعدن. وإن لم يكن ضرورياً استخدام هذه العناصر كاملة. إلا أنه ينبغي توافر أكبر عدد منها قدر الإمكان.

وكيف طبقت نظرية العوامل الخمسة

في حي السوهو اللندني؟

- الطريقة التي تربط الطرق ببعضها. تجعل الحى لا قلب له. كما أنه خال من العوامل الطبيعية. كالشجر. والزرع. ومصادر المياه. بينما يوجد بجانبه ميدان "ليستر سكوير". الذي توجد فيه الأشجار الضخمة. مما يجعله يسرق الطاقة الإيجابية من الحى الصيني المجاور له. ولأن شوارع السوهو. تنحدر من مستوى أعلى إلى المنخفض باتجاه "ليستر سكوير" فإن طاقة الحى الصيني الإيجابية. تنساب كالترنيزف ويفقد أول بأول. وهذا يشدد على ضرورة شد الطاقة عكسياً بإعادة تخطيط اتجاهات السير في شوارع السوهو. بتطبيق نظام الاتجاه الواحد في بعض الشوارع. وإلغائه في شوارع أخرى. إذا لم تكن هناك ضرورة لاستعمال العوامل الطبيعية الخمسة في كل مكان. فكيف تختارين بينها عند وضع التصميم؟

- مثلاً لا ضرورة لأن يوجد في المكان شيء خشبي. وإنما يكفي أن يكون هناك شيء على شكل الخشب أو جذع الشجرة. والشيء نفسه ينطبق على العوامل الأخرى.

ما المشاريع الكبيرة الأخرى التي شاركت فيها؟

- قمت بدراسات وأبحاث على مدن أخرى مثل "يوناس". و"لينسكو". وهما مدينتان في اسكتلندا. كما قمت أيضاً بعمل الـ "فينغ شوي" لمنتجع صحي ضخم في أنتيغا على مساحة 108 أفدنة. فقد طبقنا قواعد هذا العلم على تخطيط الشوارع. وبناء المباني. والفيلات المختلفة. حيث إنه من المهم جداً قبل تشييد مبنى أو مدينة أن يتم تحديد مواقع. ومنابع الطاقة السلبية في الأرض. من خلال العثور على مواقع الجاري المائية الجوفية في باطن الأرض ومسارات الطاقة. بغية الابتعاد عن مواقع الطاقة السلبية أو إيجاد حلول لها في التصميم بحيث يقل أو يندعم تأثيرها الضار.

كيف تفرق بين قطعة أرض يحتوي جوفها على طاقات سلبية. وتلك التي تضم طاقات إيجابية؟ - باستخدام أدوات خاصة بعلم الـ "فينغ شوي".



هناك تركيبة معينة نسيمها 7-9 وتشير إلى الخلافات والمشاكل، فإذا كان اتجاه البناء يجعل هذه التركيبة في وسط بيتك، سوف تنشأ خلافات كثيرة بينك وبين زوجك

قواعد ننصحك بالانتباه إليها

● التصميم الهندسي على استشارة خبير "فينغ شوي" ليحدد الزاوية الصحيحة لكل الأبواب ومواقع الغرف حتى يكون موقعها في مناطق الطاقة الإيجابية. ومن الأفضل استشارته قبل شراء الأرض. حتى يتأكد من عدم وجود بقع. أو أنهار للطاقة السلبية في جوفها. لأن الكثيرين يعتقدون بأن خبير الـ"فينغ شوي" ساحر. يمكنه تغيير وتعديل كل شيء في آخر لحظة. وهذا غير صحيح لأنه لا يمكنه القضاء على الطاقة السلبية في باطن الأرض. ولكن يمكنه إذا ما كان شراء الأرض قد تم. أن يتدخل في الرسم الهندسي للمبنى لتقليل الخطر بأن ينصح بتفادي وضع الغرف المهمة كالنوم مثلا أو المكتب في مراكز الطاقة السلبية. ويترك هذه المواقع للحمامات أو المخازن.

● الشرق والجنوب الشرقي هما من أكثر الجهات الغنية بالطاقة الإيجابية في الزمن الحالي. ولذلك يجب أن تكون واجهة المبنى. مواجهة لهذين الاتجاهين.

● الجنوب الغربي ليس جيدا بالنسبة للنساء. فإذا كانت غرفة نومك أو مكتبك في هذا الاتجاه فتفادي الطاقة السلبية بدهن الحوائط باللون الأبيض. حيث إن هذا يحسن من مستوى الطاقة الإيجابية. لأن في هذا الاتجاه الكثير من العناصر الأرضية. كما أنه بمساعدة بوصلة خاصة يمكن تغيير موقع. واتجاه الأثاث. بشكل يتناسب مع تاريخ ميلادك.

● في الزمن الحالي أو المرحلة الحالية. لا يوجد اتجاه ضار بالنسبة للرجل.

● فالـ"فينغ شوي" يعمل على أساس مراحل أو فترات زمنية تتراوح بين 18 و 27 سنة. حسب النظام المستخدم حيث إن هذا العلم يضم مدارس أو أساليب متعددة للعمل.

● في الأسواق كتب كثيرة حول علم الـ"فينغ شوي". وعلى الإنترنت معلومات أكثر. كما تتوفر للبيع الأدوات اللازمة لتطبيقه. إلا أن ذلك لا ينبغي أن يحملك على محاولة التطبيق بنفسك لأنه علم واسع. ولا تكفي القراءة السريعة للإلمام به. حيث إن ممارسته تحتاج إلى خبرة طويلة. ودراسة كافية. استعيني بخبير فتصف العلم أخطر من الجهل.

● بعض القواعد يمكنك تتبعها بنفسك. مثل حرصك على الجلوس في المكتب. ووجهك جهة الباب وظهرك للحائط. خاصة إذا ما كنت مديرة تريد تعزيز ثقتك بنفسك. وأن تكوني في وضع السيطرة على الأمور.

● المطبخ مهم جدا. فاحرصي على عدم وضع النار أمام الماء أو قريبا منه. أي لا يجب وضع الفرن أو موقد الغاز في مواجهة المغسلة أو الحوض أو قريبا منه. وإلا حدثت متاعب لأصحاب البيت. وإذا كان المطبخ صغيرا ولا مفر من ذلك. قضعي بينهما نباتات أو زراعا.

● المدخل الرئيسي للبيت أيضا مهم. وتقصد بذلك اتجاه الباب ودرجة إمكانية فتحه. حيث إن الباب يجب أن يكون ممكنا فتحه بحرية. إلا أن كثيرا من الناس يضعون شعاة خلف الباب يعلقون عليها معاطفهم. مما يعوق فتح الباب على مصراعيه. اتركي خلف الباب فارغا. ليتسنى فتحه بالكامل. وتطبيق هذه القاعدة على كل الأبواب وليس الأمامي فقط.

● لا تضعي التماثيل. أو اصص الزرع على درجات السلم الداخلي للقبلا أو البيت. فهي من المعوقات التي تمنع سهولة انسياب مرور نهر الطاقة الإيجابية في أرجاء البيت.

● بعض الناس يتركون ملفات أوراق العمل على الأرض. ربما لضيق المكان. أو من باب الإهمال. وهذا خطأ لأن الأرض أكثر نقاط الطاقة انخفاضاً. حيث إنه عندما تضعين فيها أوراقا تتعلق بمستقبلك العملي. فإن ذلك يؤثر بشكل سلبي في نجاحك المهني. وعليه فإننا ننصحك بوضعها على مكتب أو طاولة. لتكون في مستوى أعلى. حيث إن الطاقة الإيجابية أقوى.

● لا تضعي مرآة كبيرة الحجم في غرفة نومك.

● حاذري من وضع الأجهزة الكهربائية في غرفة نومك. وإذا كان لا بد من ذلك. فابعدنها قدر الإمكان عن السرير.

● لا تضعي النباتات الشوكية كالصبار أو النباتات الجافة في البيت فكلها تزيد من الطاقة السلبية في أرجائه.

● اختيارك للألوان. يحدده موقع البناية. واتجاهاتها. إلا أننا ننصحك بعدم اختيار الألوان الصارخة لغرفة النوم. وإذا أردت اختيار ورق مطبع للحائط فاحرصي على أن تكون نقوشه وألوانه هادئة وناعمة. حيث إن العلماء اكتشفوا أن ما نراه حولنا يؤثر فينا أكثر مما كان نعتقد من قبل. وذلك لأن بعض أجزاء المخ تتفاعل بشكل مستمر مع ما يحيط بنا من أشكال والأوان. وإذا وجد شيء غير مريح. فإنه يعمل على مضايقتك من دون وعي.

● إذا قررت بناء بيت فاحرصي قبل وضع

