

نوادي الغناء النسوية من الضرورة الى الرفاهية: مكسب وتحدي للمرأة العربية
-دراسة تحليلية لحالة البلاد التونسية-

**Feminist singing clubs from necessity to luxury: gain and challenge for Arab women
-analytic study of the Tunisian case.**

علي شمس الدين

¹ جامعة قابس/الجمهورية التونسية: ali.chamseddine@isamgb.u-gabes.tn

<p>الملخص: (لا يتجاوز 10 اسطر)</p>	<p>معلومات المقال</p>
<p>تفخرُ المرأة التونسية بما حقته من مكاسب بفضل التوجهات السياسيّة للفترة السابقة لاستقلال البلاد وصولاً إلى يومنا الحاضر. ورغم ذلك لاتزال هذه المرأة المتعلّمة والنشيطة تزرع تحت الضغوطات النفسيّة والعنف المادي، ضغط لا يستثني إحداهنّ مهما ارتقى مستواها العلميّ أو الاجتماعيّ، وهو ما جعلنا نهتم في هذه الورقات بالتعريف بفئة نسوية اتخذت من " نوادي الغناء" مساحة فنيّة حرّة للتعبير ولإثبات الذات. ومن ناحية أخرى للعلاج ولخلق توازن نفسيّ يتلاءم مع طبيعة المرأة وخصوصياتها وطموحاتها. وهو ما أثار فضولنا لدراسة هذه الظاهرة التي أصبحت ثلاقي رواجاً كبيراً لدى طبقات اجتماعيّة مُترفة نسبياً حولتها من رفاهية إلى ضرورة، مُعتمدين في مقارنتنا على مناهج علميّة متنوّعة كاللقاءات الميدانيّة والإحصاءات الموثوقة والتحليل الموسيقيّة والمراجع المكتوبة وغيرها من وسائل البحث التي ستحدّد مدى تلبية هذه النوادي لمتطلّبات جودة حياة المرأة العربيّة عموماً والتونسيّة بالخصوص.</p>	<p>تاريخ الارسال: 2021/07/16 تاريخ القبول: 2020/11/06</p> <p>الكلمات المفتاحية:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ نوادي الغناء ✓ موسيقى ✓ المرأة التونسية ✓ تحديات ومكاسب
<p><i>Abstract : (not more than 10 Lines)</i></p>	<p><i>Article info</i></p>
<p>Tunisian women are proud of the gains they have achieved thanks to the political trends from Tunisia's independence until nowadays. Nevertheless, this educated and energetic woman continues to suffer under psychological pressures and physical violence, which does not exclude any of them regardless of their scientific or social level. This is what made us interested in these papers introducing a feminist group that used "singing clubs": from one hand as a free artistic space for expression and self-affirmation, from the other hand for psychological treatment. This aroused our curiosity to study this phenomenon relying in our approach on various scientific methods such as field meetings, reliable statistics, musical analyzes, written references and other research methods that will determine the extent to which these clubs meet the requirements of life quality of Arab women in general and Tunisian women that we will study as a case.</p>	<p><i>Received</i></p> <p><i>Accepted</i></p> <p>Keywords:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ singing clubs ✓ music ✓ Tunisian women ✓ challenges and gains

المؤلف المرسل: د.علي شمس الدين

مقدمة:

توحدت البشرية في بحثها الدائم عن الأشياء التي تُكَمِّلُ بما ذاتها، لكن اختلفت في معاني هذه الأشياء وقيمتها المعنوية والمادية. ومن الخيارات المطروحة في عالمنا هي ممارسة الموسيقى التي تُمدُّ الروح بالأحاسيس النبيلة وتُصقل السلوك وتُنمِّي المدارك لتحمل الفرد نحو كمال "جودة الحياة"، هذا المصطلح الذي يرتبط بتعاريف متنوّعة بتنوّع الفكر والاختصاص العلمي، فلا يجد الباحث سندا يتوجّه إليه لحداثة هذا المفهوم وشموليته. فقد رَظُطَهُ بَدْرُ محمد الأنصاري بالجوانب النفسية قائلاً: "ويرتبط مفهوم جودة الحياة بصورة وثيقة بمفهومين آخرين أساسيين وهما الرفاء والتنعم أي الهناء فإلى جانب مفهوم السعادة، هناك مفاهيم الرضا عن الحياة الذاتية. (...)", كذلك التنمية والتقدم والتحسين وإشباع الحاجات. " (الأنصاري، 2006). وغيرها من المفاهيم لمسيرة الظواهر الاجتماعية التي أنتجها واقعنا الجديد. ومن الظواهر الموسيقية المستحدثة تنامي الاهتمام "بنوادي الغناء النسوية" في البلاد التونسية وهي عبارة عن دروس في فنّ الأداء الصوتي خصيصاً للعنصر النسائي (يصل عددهنّ الجُملي في أحد النوادي إلى 400 سيّدة وفتاة) يَنشُطُن في مجموعات صغيرة (بين 15 و 25 مشاركة)، وهو ما جعلنا نَنتَم في هذه الورقات بالتعريف بهذا الفضاء الفنيّ الجديد في ثقافة المجتمع التونسي، والذي لاقي رواجاً كبيراً لدى طبقات اجتماعية المتزفة نسبياً حولتها من رفاة الممارسة إلى ضرورة حياتية لا يمكن الاستغناء عنها.

فماهي "نوادي الغناء النسوية" وماهي خصوصية تنظيمها؟

ما هي التحديات القائمة والمكاسب المحيطة التي دعمت اختيار المرأة التونسية لنوادي الغناء؟

ماهي خصائص الرصيد الغنائي ومدى ملاءمته لمعايير جودة الحياة؟

وغيرها من التساؤلات التي سنحاول الإجابة عنها من خلال ثلاثة محاور رئيسية، حيث اهتمّ المحور الأول بمشاغل المرأة التونسية والتحديات المعيقة لازدهارها. وإمعاناً في وضع ظاهرة "نوادي الغناء النسوية" في إطارها الزماني والمكاني، خصّصنا المحور الثاني للتعريف بهذا النشاط ومبرجعيته، وبالمكاسب التي يمكن أن يحققها للمرأة. أما المحور الثالث فقد اهتمّ بتحديد الرصيد الغنائي الممارس وتحليله، ومحاولة ربط مكاسب هذا النشاط بمُتطلّبات التونسيات، لنختم البحث بتقديم حوصلة محتوى نوادي الغناء من مقومات جودة الحياة. وقد اعتمدنا لمعالجة الإشكالية على مناهج علمية متنوّعة كالتقاءات الميدانية والإحصاءات الموثوقة والتحليل الموسيقي والمراجع المكتوبة وغيرها من وسائل البحث التي سَحدّد مدى تلبية هذه النوادي لمتطلّبات جودة حياة المرأة العربية عموماً والتونسية بالخصوص.



صورة عدد 1: حفل المسرح البلدي لنادي الغناء النسوي "Club ELLE"

2. تحديات المرأة التونسية:

لا يخفى على المتابعين للشأن العام بالبلاد التونسية المكانة التي تتصدرها المرأة، وقد كرّستها ترسانة من القوانين منذ انشاء أول دستور للبلاد وتحديدًا سنة 1956 حين استُكمل قانون الأحوال الشخصية الذي أكدّت نصوصه على منع تعدّد الزوجات وحرية الطلاق وغيرها من النصوص التي تحمي الأسرة وتُعطي مساحة من الحرية للمرأة. كما رسمت إجبارية التعليم ملامح شخصية المرأة التونسية، وحمى برنامج التنظيم العائلي صحتها وخاصة في ما يتعلّق بالمرأة الريفيّة، ممّا جعلها أكثر حضورًا في الحياة العلميّة والسياسيّة بالبلاد. وقد تواصلت هذه المكاسب حتى ابان ثورة 14 جانفي 2011 بموافقة البرلمان التونسي على حزمة جديدة من القوانين وأهمها في ما يتعلّق بالقضاء على العنف ضدّ المرأة.

وبالرغم من كلّ هذه المكاسب، لا زالت المرأة التونسية تكافح من أجل حريتها وحقوقها، فقد وصلت نسبة البطالة العامّة لديهم في سنة 2015 إلى 22.5%، تُقابلها نسبة 12.4% للرجال. لتصل في بعض جهات إلى 42% مثل ولايات قبلي وقفصة جنوب غرب البلاد. وهو ما يعكس سلبًا مجهودات التونسيات للحصول على أعلى الشهادات العلميّة والتي تُقارب نسبتها نصف العدد الجُملي للمتخرجين من الجامعات التونسية (مجموع الخريجين للسنة الجامعيّة 2018-2019، 7745-2019 طالب، منهم 3663 طالبة) (مكتب الدراسات والتخطيط والبرمجة، 2019، صفحة 16). وحتى بعد حصولها على الشهادات العليا وعلى شغل تجد المرأة التونسية نفسها محرومة من حقوقها في التزيّات المهنيّة مثل زميلها الرجل، وهو ما أشار إليه تقرير منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OCDE) في خصوص ضعف نسب النساء اللوات في أعلى مناصب الوزارات التونسية (في مخطط مدير أو مدير عام أو كاتب عام). (L'Organisation de Coopération et de Développement Économiques (OCDE), 2018, p. 28). هذا ودون التعرّيج على الضغوطات الحياتيّة اليوميّة وخاصة العائليّة والمنزليّة منها، والتي تقضي من أجلها المرأة التونسية أكثر من خمس ساعات في أعمال يوميّة غير خالصة الأجر: من طبخ وتنظيف وعناية بالأطفال... كما تُعاش هذه المرأة يوميًا سلسلة من العنف اللفظي والمادي والاقتصادي والجنسي، إذ تعترف الإحصائيات أمنيّة لسنة 2018 بأنّ 90.68% من القضايا مرتبطة بالمرأة، تنتزّل أغلبها في خانة العنف المادي (60.10%) والعنف المعنوي (26.25%). ومثّلت الفئة العمريّة بين 30 و40 سنة (أي 35.8% من النساء المعنّفات) الأكثر استهدافًا بكل أنواع العنف تليها الفئة بين 18 و30 سنة (28.40%). وقد تصدّرت ولايات تونس الكبرى وسوسة وبنزرت والمنستير ونابل أعلى نسبة في قضايا العنف المسلط على النساء والأطفال، وهي من أفضل مناطق البلاد التونسية وأرقاها. اما في خصوص المتسببين في هذا العنف فقد تعلّقت أغلب القضايا بالقرين. (وزارة المرأة والأسرة والطفولة وكبار السن، 2018، صفحة 32)

أظهرت المعطيات ما تعيشه المرأة التونسية من التحديات المتصلة بوجودها وبكيانها والتي تمكّنت من كلّ لحظات حياتها وعطلت طموحاتها، فهي المرأة الناجحة والمنافسة للرجل، لكنّ حظوظها أقل إذا تعلّق الأمر بالتشغيل أو بالتدرّج إلى مراكز القرار. وهي التي تعيش ضغوطات عائليّة واجتماعيّة، وتُستنزف حياتها من أجل الآخرين بدون أجر وبطبيب خاطر تحت عناوين عدّة أهمّها "روابط الزواج"، روابط شرعيّة أحلّها الله واستغلّها بعض عباده لتسليط العنف المادي عليها.

في ظلّ هذه المظلمة، بحثت هذه المرأة المتعلّمة والنشيطة عن حلول تُغيّر أو تُطوّر واقعها، فتوجّهت إلى الفنون الموسيقيّة وتحديدًا فنّ الغناء لتضع عليه أوزارها، وهو ما نسعى إلى متابعته بالتفسير والتحليل عبر هذه الورقات.

1.2 ظاهرة "نوادي الغناء النسائيّة": تعريفها ومرجعيتها ووقوعها على صحة المرأة:

يُمكن تصنيف ظاهرة "نوادي الغناء النسائيّة" في خانة مظاهر الرفاهيّة، والتي عبّر عنها ابن خلدون في مُقدّمته: "وإذ قد ذكرنا معنى الغناء، فاعلم أنه يحدث في العمران، إذا توفّر وتجاوز حد الضروري إلى الحاجي، ثم إلى الكمالي، وتفتنوا فيه، فتحدّث هذه الصناعة. لأنه لا يستدعيها إلا من فرغ

من جميع حاجاته الضرورية والمهمة من المعاش والمنزل وغيره، فلا يطلبها إلا الفارغون عن سائر أحوالهم تفتنا في مذاهب الملدوذات " (ابن خلدون، 1988، صفحة 534)

قصد ابن خلدون في الفصل الثاني والثلاثون، من كتابه المقدمة من محور الصناعات، الممتهين لهذه الأعمال التي تقوم عليها المدنية، من بنائين ونجارين وموسيقيين وغيرهم، وأما في ما يخص بحثنا فإن هؤلاء النسوة ينشطن في مجال الأداء الغنائي بالمجان، بل ويدفعن رسوما شهرية ومصاريف إضافية للقيام بذلك. وهو ما يُجلبنا إلى اعتبار هذا النشاط من الكماليات.

2.2 تعريف "نوادي الغناء النسائية" في تونس:

هو نشاط أسبوعي تقوم به المعاهد الخاصة للموسيقى بالأساس أو جمعيات ثقافية أو مؤسسات تعود بالنظر لوزارة الشؤون الثقافية من دور ثقافة ومعاهد للموسيقى. يوظف النشاط أستاذ موسيقى (أو أستاذة) مختص في العزف وأساليب الأداء، يعتمد عموما على آلة "الأورغ الكهربائي" عند مرافقته للمتدربات، وفي أحيان أخرى يستغل آلة لحنية تقليدية للمرافقة مثل آلة العود أو الناي أو الكمان، ويصاحبه في هذه الحالة عازفون على الآلات الإيقاعية. تُنظم الجلسة على شكل دائري يجتال فيها المؤطر مكانا يُشرف فيه على كل التفاصيل الفنية، ويُسنَد له دور إعداد البرنامج وتلقين الأغاني ومرافقة الأداء وتصويب الأخطاء.



صورة عدد 2: أجواء تدريبات نادي الغناء النسوي "club ELLE"

إذا استثنينا المؤطر وعناصر الفرقة، تقتصر الجلسات أساساً على العنصر النسائي، اللاتي يُقارب عددهن داخل كل مجموعة بين 15 و 25، مع عدد ضئيل للفتيات من فئة عمرية تحت سن العشرين. أغلب المشاركات من فئة عمرية فوق الأربعين سنة (40 سنة) وتعدى سن التقاعد (فوق سن 65 سنة).

بينما يصل عدد معاهد ومؤسسات الموسيقى الحكومية إلى إثنتين وثلاثون مؤسسة (32 مؤسسة) (Ministère des affaires Culturelles, 2020) فإننا لا نمتلك احصائيات موثوقة عن الجمعيات والمعاهد الخاصة الناشطة في هذا المجال والتي تعود بالنظر إلى وزارة التكوين والتشغيل التونسية، ولكن في بحث بسيط على صفحات التواصل الاجتماعية أو منصة "يوتوب" (Youtube) يُمكن التعرف على مواقع تواجدها والتي انتشرت أغلبها بالمناطق الساحلية الشرقية للبلاد التونسية، وخاصة في عاصمتها والمدن الشمالية الكبرى. وهو عدد يُرجح أن يُفوق المائتي نادي (200 نادي). تتفاوت رسوم التسجيل في دورات الغناء من معهد لآخر ومن جمعية لأخرى، فتكون إما سنوية وإما شهرية، تصل الرسوم الشهرية إلى ما يناهز الـ 65 ديناراً بالعملة المحلية (25 دولار أمريكي). كما تجلب المشاركات، وعن طواعية، ما لَد وطاب من الحلويات والمشروبات، وتندخلن في اختيار المحاور الغنائية للحصة، وإضافة شيء من المتعة على النشاط توحدن نوعية الملابس لكل لقاء، وذلك عبر مجموعات مُعلقة بصفحات التواصل الاجتماعية، فتخترن موضوعاً للحصة من ألوان و أساليب لباس موحدة. وبالتالي تُخلقن أجواء احتفالية

خاصة بجنّ، فالمرأة تستمتع بكلّ نشاط تقوم به مهما كانت تعقيداته في المقابل يقوم الرجل بنفس الأنشطة بكلّ جدية وبتكيز تام. (النعيمي، 2000، صفحة 32)

وعن الاستعداد لحصص التدريب تقول محدثنا (ع.ب.ع.، 2021) (65 سنة، موظفة بنكية متقاعدة): "أنهي كلّ واجباتي نحو زوجي وعائلي، وأتفرّغ إلى نفسي استعداداً للحصّة فأسرع بالذهاب إلى المزيّن، ثمّ ألبس أفضل ما لديّ وأخرج في أحلى زينة لأنّ ما أقوم به هو مساحة خاصّة بي، ولن أسمح لأحد باختطافها مني، فقد أصبحت أفضل فترات حياتي". أمّا قصّة المشاركة (س.ع.، 2021) (45 سنة، مديرة تنفيذية بإحدى الشركات الخاصّة) فإنّها تُمثّل تحدياً أكبر، فبعد إنتهاء دوام عملها في وقت متأخّر، أي الساعة السادسة مساءً، وبعد التنسيق مع والدتها للاهتمام بأطفالها، تتوجّه رأساً إلى مقرّ "نادي الغناء" أين تتأقّق بكامل زينتها في مكان مُخصّص للغرض. ومن أغرب القصص وأكثرها تحدياً ما تقوم به المشاركة (ن.د.، 2021) بكسرهما لحضر التجوال مرفوقة بابتها، من أجل الاستمتاع بحصّة من حصص النادي، و غيرها الكثير من قصص التحديّ التي تُعبّر عن شجاعة فائقة وإرادة لا تُدخّر.

وهنا يظهر حجم التضحيات التي تتكبّدتها هؤلاء النسوة والذي يبعث بمؤشّرات هامة حول أسباب انتشار هذه الظاهرة في المجتمعات الحضريّة بالمدن الكبرى، مدن اكتملت فيها جودة الحياة وانتقل أهلها للبحث عن قيمة إضافية بالاهتمام بالفنون والثقافة. وهو مبدأ دارج في الحضارات التي مرّت بها الانسانية، بما فيها الحضارة العربيّة والاسلامية. إذ تُعتبر ظاهرة تعليم الغناء للحرائر ببلاد المغرب امتداد لثقافة سوف تُحاول رصد بعض مراحلها والتعريف بأعلامها من خلال مقارنة تاريخيّة لبعض الحقبات.

3.2 "مدارس تعليم الغناء" مكسب حضاريّ.

تواصلت في صدر الاسلام الممارسات الموسيقية لفترة الجاهليّة، والتي ارتكزت على المدرسة الغنائية لمنطقة الحجاز مع تصاعد محورين اثنين في مكّة والمدينة بداية من القرن السابع ميلادي، فقد أدارت المغنيات مجالس استقطبت أسماء لمعت في سماء الغناء العربي. اشتهرت المدينة بمجالس "جميلة" التي تُعتبرُ أصلاً من أصول الغناء وعنها يقول معبد أحد أشهر الأصوات العربيّة لتلك الحقبة: "أصل الغناء جميلة وفرعُه نحن، ولو لم تكن جميلة لما كُنّا نحن" (الصفديّ، 2000، صفحة 145)، وهو تعبير على الدور الذي كانت تقدّمه المرأة العربيّة في تلقين أصول الغناء وتكوين الفنّانين من الجنسين، فكانت المجالس بمثابة مدارس للموسيقى وتلقين الأصوات. ولا تقف الشهرة على "جميلة" فحسب بل زامنتها "سلامة القيس"، و سبقتها في الحجاز "حبّابة" التي تعلّمت في مجالس ابن السريج وابن محرز. فقد جعلت هذه المجالس للترفيه عن النفس والتعلّم والتدرّب على الفنون الموسيقية والشعر. أمّا في حقبة الحكم العبّاسي فقد نشأت مدارس للغناء في بغداد أدارها اسحاق ثمّ ابنه ابراهيم الموصلّي، فتحت المجال للعديد من المغنيين والمغنيات من القيان.

وفي الجهة المقابلة للجزيرة العربيّة، ومع وصول "زرياب" الأندلس، قامت نهضة موسيقية بخصوصيات مغاربية دعمها الخليفة "عبد الرحمان الأوسط" (852-792م) الذي أشار إليه الحفني في كتابه "زرياب أبو الحسن علي بن نافع، موسيقار الأندلس" قائلاً: "ثمّ ابنتي الخليفة (عبد الرحمان الأوسط) في قرطبة لهؤلاء الجوّاري المشرقيات داراً خاصّة أسماها دار "المديّيات" وكانت أول معهد للموسيقى بالأندلس (...). وقد انبثّ أولئك الجوّاري المشرقيات والكثيرات ممّا تخرّجن من هذا المعهد يُعلّمن الأحرار من نساء الأندلس تلك الفنون في حشمة ووقار". (أحمد الحفني، 1965، صفحة 113) فلم يعد يقتصر تعلّم الموسيقى على الجوّاري فحسب بل شاركنهنّ الحرائر الأندلسيات أيضاً في هذا الشغف، فتعلّمن الفنّ للفنّ محافظات على التقاليد والأعراف. وقد امتدّت هذه الثقافة، أي اهتمام العامّة والخاصّة بتعلّم الموسيقى، إلى شعوب المغرب العربي عبر "المورسكيين" الهاربين من محاكم التفتيش بعد سقوط الأندلس، وأصبحت منازلهم حلقات لتعليم الفنون وجودة الحياة. فقد تميّز أهل الأندلس الذين استقروا في الربوع الشمالية للبلاد التونسية بالفلاحة والصناعات اليدوية والفنون. واشتهرت مدن تَسْتُور وبنزرت والعاصمة تونس وغيرها

بفنون "المالوف" والأناشيد الطرقية والمدائح والأذكار، وهو نتاج للممارسة اليومية لهذه المجتمعات للموسيقى وتعلقهم بها. ومع تقارب الأندلسيون مع أترك الدولة الحسينية نتجت ثقافة محلية تحترم الفنون وتمارسها بتلقائية وفي كل المجالات الحياتية والأنشطة الاجتماعية. ومن مظاهر ولع رجالات الدولة "الحسينية" بالموسيقى أن خصصوا لها غرفة بقصورهم (Revault, 1974, p. 123) وجهزوها بالآلات الموسيقية ودعوا لها كبار الفنانين والمعلمين في الإيالة، وهو ما أسس بالبلاد التونسية فكرياً مُفتحة للموسيقى والغناء كانت من نتائجه انتشار المؤسسات الثقافية والتعليمية في كامل أرجاء البلاد.

ظاهرة "نوادي الغناء" ارتباط تاريخي وثقافي بالمجتمع التونسي أدى إلى الاهتمام بالفنون والموسيقى والغناء إلى يومنا الحاضر، وهو نتاج لتراكمات علائقية وتوافق بين الحضارات التي أكدت اهتمامها بالصوت والنغم، وأفردت لهذا الفن كل سبل الممارسة من منشآت وأطر ومؤسسات وكوادر تخدم الهواة والمحترفين على حد سواء.

إنّ الاهتمام بفنّ الغناء لدى النسوة، من خلال هذه النوادي، تحمل في ظاهرها أهداف ترفيهية وتربوية لكنّها تُخفي في عمقها منافع صحيّة ونفسية لهذه المرأة التونسية التي تناضل يومياً للخروج من أطر تحاصرها، وهو ما سنسعى لاستقصائه في تعريفنا للواقع الصحي والنفسي للغناء على المرأة.

4.2. وَقْعُ مُمَارَسَةِ الْغِنَاءِ عَلَى صِحَّةِ الْمَرْأَةِ الْجَسَدِيَّةِ وَالنَّفْسِيَّةِ:

"الموسيقى، على عكس الكثير ما تتطلبه الأنشطة الأخرى (الرياضة والمسرح والشطرنج وما إلى ذلك) تُحَثُّ في نفس الوحدة الزمنية الكثير من المصادر المعرفية والحركية والعاطفية والاجتماعية. فهي سيمفونية دماغية مُنسقة بطريقة مُنظمة من خلال التعلّم على آلة موسيقية، أو من خلال الاستماع المكثف، بآثار مفيدة للتطور الفكري والنفسي."¹ (BIGAND, 2018, p. 26).

تحمل مُمارسة الغناء فوائد عدّة للصحة الجسدية والنفسية للإنسان، فهي تُعزّزُ التخلّص من التوتر من خلال السماح بتحرير عواطفنا المكبوتة التي تكون عادة مصدر قلقنا، فعملية التنفّس المرافقة للغناء، والتي تعتمد على عضلات البطن، تَسمح بمدّ مُنظّم ومُنظّم للأكسجين إلى كامل الجسم وتفرغه من ثاني أكسيد الكربون ممّا يُضفي شعوراً رائعاً بالراحة.

يُعتبر الغناء من تقاليد الانسانية العريقة والحاضرة في أغلب الظروف النفسية وأقساها، فنحنها في الأفراح والأتراح، في اليأس والعسر. إذ يساعد الغناء على تبديد الخوف والاحباط، حيث يحصل الدماغ على أوامر تُلهيه عن الأحاسيس السلبية. فيخرج الإنسان من حالته النفسية المتديّة بإفراز هورمونات مثل "السيروتونين"² (Serotonin) و"الأندورفين"³ (Androphine) في الجسم. (Maryvonne Gognalons - Nicolet, 1991, p. 198). بإمكان الممارسة الغنائية أن تُطوّر ثقة الإنسان بالنفس، فحين يغني الإنسان يفرض وجوده في الفضاء الذي يملأه بصوته، وتُعتبر تجربة مواجهة الجمهور من أهم التمارين التي تُساعد على رفع مستوى الاعتزاز بالذات والقدرة على التعامل مع الآخرين. (Anshel & Kipper, 1988, p. 152)

¹ « La musique, à la différence de nombreuses autres activités (sport, théâtre, échecs, etc.), sollicite dans une même unité de temps de nombreuses ressources cognitives, motrices, émotionnelles et sociales, symphonie cérébrale orchestrée de façon régulière par l'apprentissage instrumental, ou par l'écoute intensive, aux effets bénéfiques sur le développement intellectuel et psychologique. », BIGAND, Emmanuel

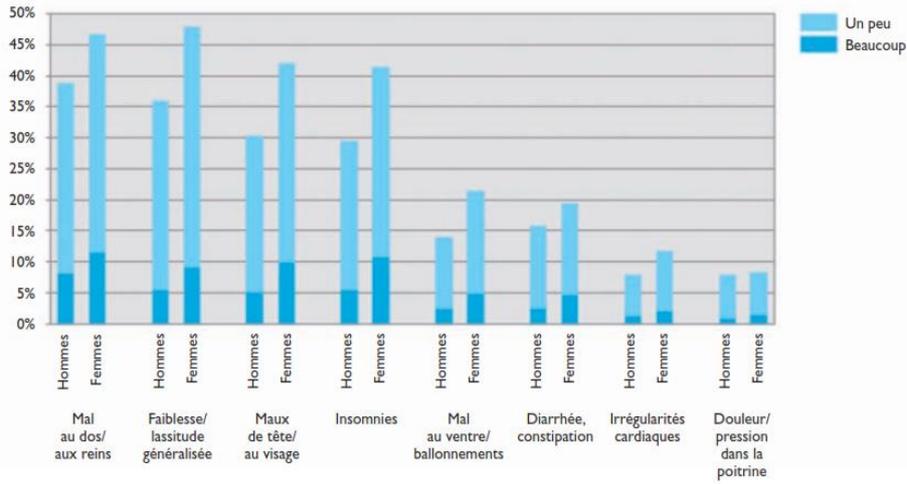
² "السيروتونين" هي أحد الناقلات العصبية وتلعب هذه المادة دوراً مهماً في تنظيم مزاج الإنسان (لذا يسمى أيضا بمزاج السعادة) ويعزّز الرغبة الجنسية.

³ "الأندورفين" هي مادة شبيهة بالمورفين تساعد على تخفيف الآلام وتعطي شعوراً بالراحة والتحسن.

من الخصائص الموسيقية التي يمكنها أن تخلق استجابة وتفاعل، هي سرعة الخطوة التي تتبناها الموسيقى وتُقاس بعدد النبضات في الدقيقة. وقد درس الباحثون هذا العنصر حيث تمكنوا من رصد الحالات النفسية التي تظهر على الإنسان لدى استماعه إلى موسيقى على نبض سريع أو متوسط السرعة أو سريع جداً، بل وتعمقوا في هذا المجال للربط بين النغمة وسرعة الخطوة في الموسيقى الكلاسيكية الغربية. ومن النتائج التي ظهرت في أبحاث " كايث هفنز " أنّ الخطوة البطيئة مع نغمة في المقام الصغير وعلى طبقة منخفضة تُنتج طيفا من الأحاسيس يُمكن ترجمتها بـ : الخشوع /الإجلال- الحزن/الحقّة- الحالم/العاطفي. أما في خصوص الخطوة المتوسطة السرعة مع نغمة على مقام كبير وعلى طبقة مرتفعة يؤدي إلى مستويات من الاحساس كالآتي: الهدوء/ اللطف- الرشاقة/التألق. وعند زيادة سرعة النبض مع نغمة على مقام كبير وعلى طبقة مرتفعة تتحوّل الأحاسيس إلى: سعادة/اشراق- إثارة/ابتهاج. (HEVNER, 1937, p. 626)

أما من ناحية الصحة الجسدية، فإنّ الغناء يُؤثّر في اهتزاز الهيكل العظمي، فتتحوّل الممارسة الفنية إلى تدليك يُهمّ خاصة الحبل الشوكي والعمود الفقري، إحدى أكثر الآلام التي تعاني منها المرأة. وهو ما بيّنه الرسم البياني عدد 1 الذي أدرجته وزارة الصحة السويسرية لمقارنة الآلام الناتجة عن المشاكل الصحية بين المرأة والرجل. (Médecine et Hygiène, 2012)

رسم بياني 1: الاضطرابات الجسدية المُبلّغ عنها في دولة سويسرا في سنة 2017



أظهر الرسم البياني مستويات مرتفعة للمشاكل الصحية لدى المرأة أكثر من مثيلتها لدى الرجل، مع مستويات ألم مضاعفة، وخاصة الأمراض المرتبطة بالآلام الرأس والظهر وهو ما يمكن أن يربط بين ممارسة الغناء و التوازن الجسدي للمرأة بدفق الهرمونات المبطّفة وجعلها قادرة على تحمّل واقع بنيتها قبل أن تلتفت إلى أعباء واقعا الاجتماعي والثقافي والأسري...

3. الخصائص الفنية للرصيد الغنائي المُمارس في نوادي الغناء النسوية: جرد للرصيد الغنائي للنوادي النسوية.

لتحديد خصائص الرصيد الغنائي الممارس في النوادي النسوية، قمنا بانتقاء عشوائي يخصّ خمسون أغنية⁴ مُوثّقة على صفحات التواصل الاجتماعيّة (Youtube). انقسم هذا الرصيد إلى ثلاث محاور أساسية: أغاني عاطفية (50%) وأغاني احتفالية (44%) وأغاني دينية/وطنية (6%). يظهر من خلال هذه العينة مدى الاهتمام بالأغاني الرومنسية، وهو توجه طبيعي لما تُعرف به المرأة عموما، والمرأة التونسية بالخصوص،

4 أنظر جدول جرد الأغاني في الملاحق.

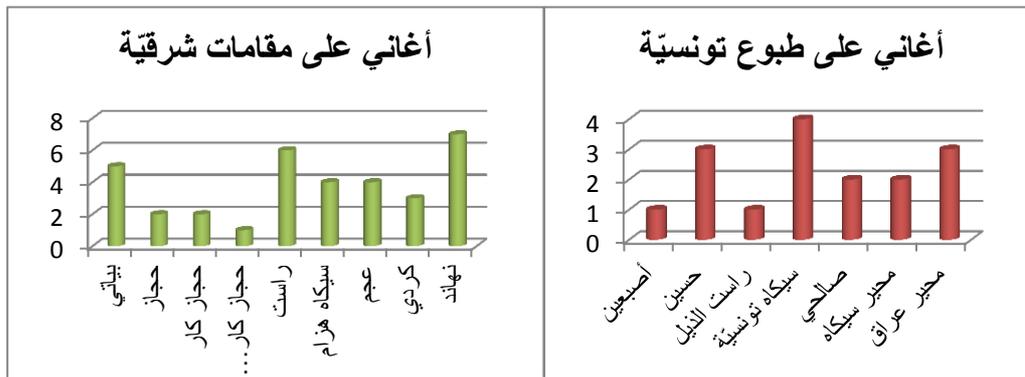
من مخزون عاطفي وعطاء غير محدود. وتأتي في مرتبة متقاربة الأغاني الترفيهية بإيقاعاتها الراقصة وأجواءها التلقائية، مع حضور لافت لعدد قليل من أغاني الرصدين الديني والوطني وما يمثلانه من انتماء واعتزاز بالهوية.

تضمّن الرصيد الغنائي للنوادي النسوية أعمال عربية تحمل جملها الهويتين التونسية والمشرقية (المصرية/ السورية التي احتلت نصف عيّنات الجرد)، مع انفتاح على الفضاء المغاربي والعربي بانتقاء أغاني من ليبيا والجزائر والمغرب والخليج العربي (العراق والسعودية). لفهم المحتوى الموسيقي لهذه النوادي، سوف نسعى لتصنيف الأمثلة المنتقاة حسب مكوثاتها الموسيقية النغمية والإيقاعية وغيرها من المعطيات التي يمكن أن تقرّنا من الظاهرة.

1.3 جرد الأغاني على المستوى النغمي

تكوّن الرصيد الغنائي، من خلال العينة المدروسة، من 16 مثلاً في طُوع تونسيّة و34 مثلاً في مقامات شرقيّة أي بتغلّب الأغاني الملحنة على مقامات مشرقية بنسبة الثلثين بالمقارنة مع الأغاني في الطُوع التونسية، نبيّن هذه النسب من خلال الرسوم البيانية التالية:

رسم بياني 2: تصنيف رصيد أغاني النوادي النسوية بحسب المقامات والطُوع



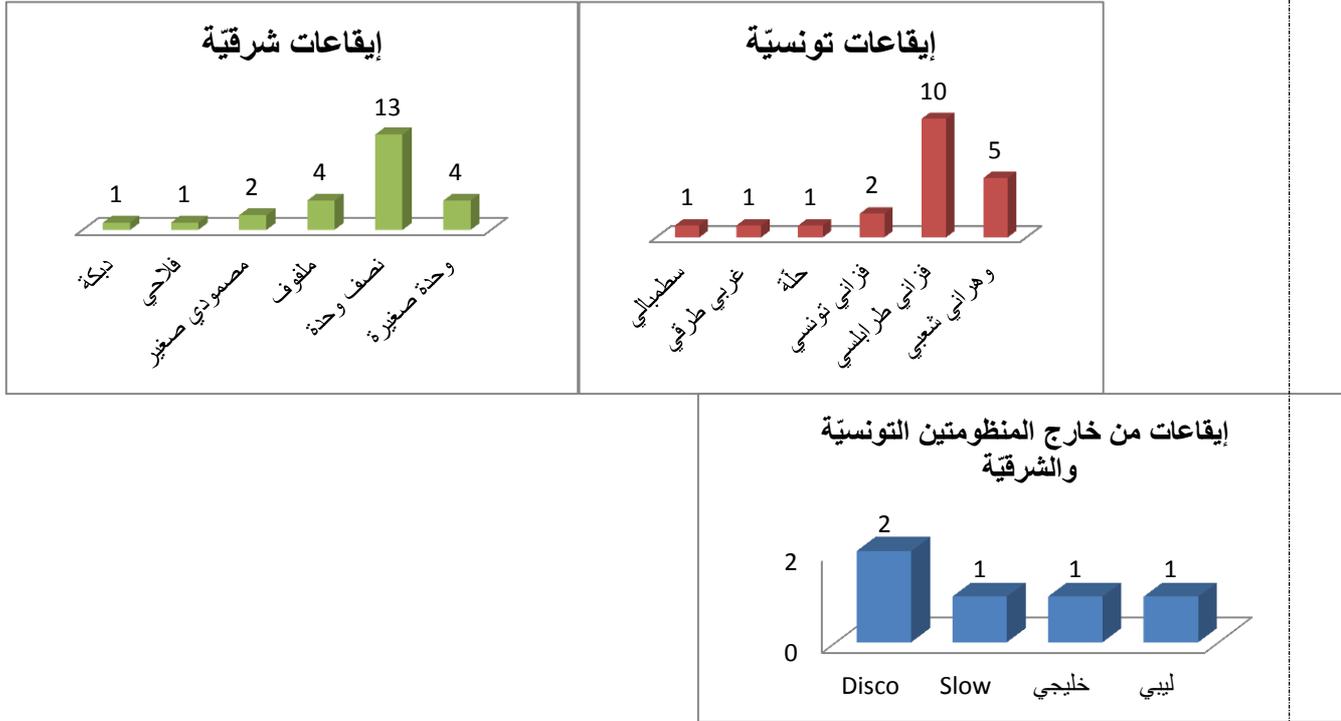
تصدّر طُوع السيكااه التونسية والمحرر عراق والحسين الأغاني التونسية مع حضور مئلفه لطُوع المحرر سيكااه والصالح. في ملاحظة أولية تقاسمت الطُوع التقليدية مع مثيلتها الشعبية رصيد الأغاني التونسية. في المقابل تصدّرت مقامات النهاوند والراست والبياتي قائمة الأغاني على مقامات مشرقية مع حضور محترم لمقامات العجم والهزام. مع العلم فإنّ بعض الطُوع التونسية والمقامات المشرقية تتوافق في التركيبة السلمية، وعلى سبيل الذكر لا الحصر، يتقارب طُوع الحسين ومقام البياتي في المكونات السلمية من درجات وارتكاز وحتى في عددٍ من العوارض وذلك للتقارب التاريخي والثقافي الذي يجمع بين المدرستين الموسيقيتين الأندلسية/التونسية والمشرقية المصرية/السورية.

في مقارنة لطُوع والمقامات مع أغراض الأغاني يتبيّن حسب الجرد أنّ جلّ الأغاني الاحتفالية كانت على طُوع تونسية، وقد تجاوزت نسبة مثيلتها في مقامات مشرقية بأكثر من الثلثين (68% مقابل 32%). أما فيما يخصّ الأغنية العاطفية فقد احتكرت المقامات المشرقية هذا الرصيد بنسبة 88% مقابل 12% لمثيلتها على طُوع تونسية. يُمكن ترجمة هذه الأرقام بأنّ الخيارات الغنائية للرصيد التونسي توجّهت أكثر إلى الجانب الاحتفالي بينما انثويت جلّ الأغاني التي على مقامات مشرقية لأغراض عاطفية.

2.3 جرد الأغاني على المستوى الإيقاعي.

فيما يخصّ الجانب الإيقاعي، فقد تفرقت الاختيارات الغنائية بين منظومة إيقاعيّة تونسيّة وأخرى مشرقية بالإضافة إلى منظومة ثالثة أكثر اتساعاً تشمل على إيقاعات مغاربية وخليجية وأوروبية غربيّة، نحاول إبرازها فيما يلي:

رسم بياني 3: تصنيف رصيد أغاني النوادي النسوية بحسب الإيقاعات



تميّزت الإيقاعات التونسية في جرد أغاني النوادي النسوية بانتمائها إلى الرصيدين الشعبي والطُرقي، وهي إيقاعات احتفالية راقصة مما يزيد من تأكيد نتائج الرسم البياني عدد⁵2، فقد تميّز إيقاع الفزاني على باقي الإيقاعات لما يحظى به من أجواء حركية مرحة. أمّا الإيقاعات المشرقية فقد كانت في مجملها لأغاني طربية/عاطفية هادئة تتضمن بدورها أجواء راقصة على نبض متوسط السرعة يحاكي الأجواء المعاشة في سهرات "العوادة"⁶ بأعراس المدن التونسية الكبرى.

مثل الصنف الثالث من الإيقاعات المنتمئة للرصيد الغنائي للنوادي النسائية مدى انفتاح المجتمع التونسي على الثقافات المجاورة المنتمة للفضاءات المغاربية والعربية والعالمية، وهي خاصية المجتمع التونسي بحد ذاته.

3.3 جرد الأغاني على مستوى سرعة الخطوة

⁵ في خصوص انتماء طبع الأغاني التونسية إلى الرصيد الاحتفالي.

⁶ "العوادة": هي التخت الموسيقي الذي يشّط سهرات الأعراس بالمدن التونسية الكبرى وخاصة الساحلية منها. يتكوّن حاليًا من طاقم إيقاع (دربوكة، عدد من الدفوف، آلة "باتري") وعازفي آلة كمنجة وأورغ.

لسرعة خطوة الإيقاع تأثير مباشر على نفسية الفرد، فهي تحيله من الهدوء إلى النشاط من الحزن إلى السعادة إلى الحماس وخير مثال على ذلك اختلاف سرعة أغاني هدهدة الأطفال عن سرعة أغاني العمل.

أظهر عنصر سرعة النبض، عند جرد الأمثلة المنتقاة "لنوادي الغناء النسوية"، انقسامه إلى ثلاث مستويات تنطلق من البطيء: من 70 نبضة/دقيقة إلى 105 نبضة/دقيقة (أي من حركة "Adagietto" إلى حركة "Andante")، أخذ المستوى الثاني من النبض سرعة متوسطة: انطلقت من 120 نبضة/دقيقة إلى 130 نبضة/دقيقة تقريبا (أي من حركة "Moderato" إلى حركة "Allegro moderato"). أما المستوى الأخير فهو الأسرع على الإطلاق حيث انطلق من 135 نبضة/دقيقة وتحدي ال 185 نبضة/دقيقة تقريبا (أي من حركة "Allegro" إلى حركة "Presto").

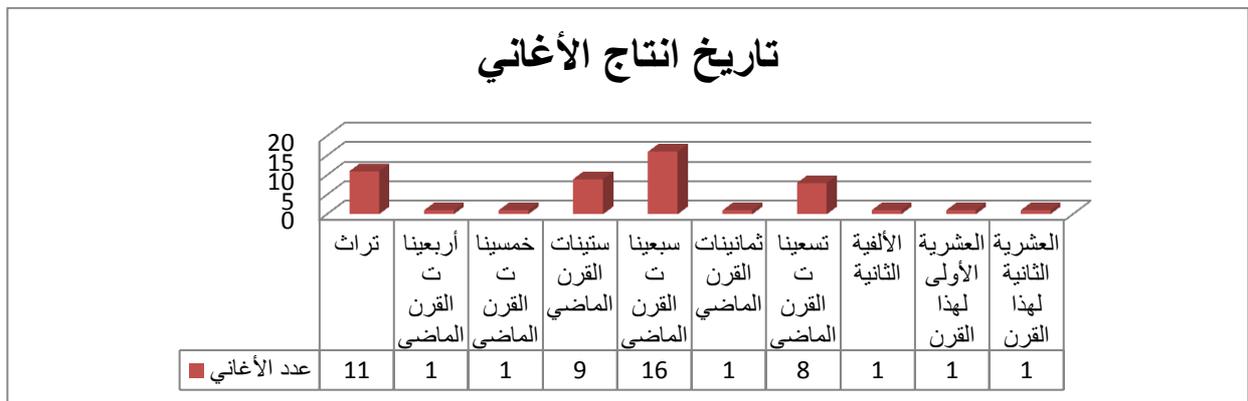
احتلت 28% من الأغاني المستوى الأول للنبض، أي السرعة البطيئة، وقد كانت كلها عاطفية من الرصيد المشرقي. أمّا المستوى الثاني، ذو نبض متوسط السرعة، فقد شمل 20% من الأغاني انقسم جُلّها بين الاحتفالية مَشْرِقيّة والعاطفية التونسيّة. أما 52% من الأغاني السريعة فقد انتمت إلى جدول الأغاني الاحتفالية التونسيّة.

قدّم عنصر "سرعة الخطوة" مشهدا قريبا للخيارات الموسيقية "لنوادي الغناء النسوية" الذي ركّز على رصيد من الأغاني الاحتفالية التونسيّة بنبض سريع، وحين يكون الأثر في علاقة بالجانب العاطفي فإن الخيارات تتوجّه إلى الأغاني المشرقية وذلك لما تُمثّله سرعة النبض من أحاسيس. لاستشعار خصائص التأثير النفسي الذي يطرأ على ممارسي هذا النشاط يربط العنصر النغمي بعنصر السرعة، وهو ما أشرنا إليه من خلال أعمال (HEVNER، 1937)، نجد أن أغلب الأغاني المشرقية العاطفية ظهرت في مقام "النّهأؤند"⁷ وهو مقام يقابل في تركيبته السلمية المقام الصغير في الموسيقى الغربية. ومع ارتكاز خطوة هذه الأغاني على نبض بطيء سوف نحصل على تأثير نفسي عبّرنا عنه بالحالم والعاطفي⁸.

4.3 جرد الأغاني على مستوى تاريخ الانتاج

أظهر الجرد إلى انقسام الأغاني المختارة في برنامج النوادي النسوية إلى فترات زمنية محدّدة، نحاول ابرازها في الرسم البياني التالي:

رسم بياني 4: جرد الأغاني بحسب تاريخ الانتاج



7 أنظر الرسم البياني عدد2.

8 أنظر العنوان عدد 2-3- وقع ممارسة الغناء على صحة المرأة الجسدية والنفسية.

حصلت فترة الستينات والسبعينات والتسعينات على أعلى نسبة اهتمام بالإضافة إلى الأغاني التراثية، فقد وقع إحياء الأغاني عاطفية التي ظهرت في الأفلام المصرية والأغاني التونسية التي ضختها الإذاعة الوطنية (منذ أواخر الثلاثينات) ثم تلفزتها الرسمية ابان نشأتها (في أواسط ستينات القرن الماضي)، كان لهذه المؤسسات الاعلامية دور فاعل في انجاح العديد من الأصوات على غرار الهادي الجويني وعلي الرياحي وصليحة ونعمة وعلية والكثير الكثير من الذين رسّخوا بصمّتهم الموسيقية التونسية، وأثّرت في أجيال ما بعد الاستقلال. يَنضاف لهذه الخيارات مجموعة من الأغاني التراثية الاحتفالية لازال صدى أنغامها وإيقاعاتها تؤثت أحلى فقرات أفراننا.

4. رمزية الرصيد الغنائي لدى المرأة التونسية:

حمل جرد الأغاني المختارة عدّة مضامين يمكن أن ترسم شخصية هذه المرأة التونسية الناشطة، والتي تسعى بممارستها التعويض عن نقص أو مقارعة تحدي أو خلق توازن لحياتها. فيصبح نادي الغناء مساحة لتحقيق تحديّات الماضي والحاضر من مجتمع وأعراف... . بالرغم من تنوع الرصيد الغنائي فقد توحد في هويته بتركيزه على الرصيدين الشرقي (المصري/السوري) والتونسي، مع تمييز للأغنية المشرقية (ثلاثي الأغاني المختارة)، خيار حدّدته طبيعة المرأة المحافظ على الهوية التونسية من ثقافة وعادات وتقاليد وانفتاح على الآخر والتي تُعتبر إحدى ميزات الشخصية التونسية، فقد أسهم التعدّد التاريخي في جعل الشخصية التونسية مرنة ومنفتحة وقابلة للتكيف ومُستعدّة للاندماج والانصهار السريع والتجاوب مع الوضعيات المختلفة (وثّاس، 2017، صفحة 32). ومن ناحية أخرى فالمرأة، وتحديدًا "الأم"، هي المصدر الأول في غرس الهوية في النسل: "وبالتالي، فإن عملية بناء هوية الابنة تمرّ بالضرورة بالتماهي مع الأم"⁹ (Navarro, 2020, p. 115). يُضاف إلى غُنصري الانفتاح والهوية عنصر العاطفة، إذ خلقت المرأة بطبيعة غنيّة بالأحاسيس والعواطف وبالرغم من نُبل هذا المكسب فإن هذه المرأة تعيش في مواجهة دائمة لمشاعرها تصل إلى حدّ كبتها ومحاوله اخمادها، وهو تحديّ اختارت المشاركات في نوادي الغناء مواجهته بانتقاء أغاني بمضامين عاطفية (50% من أمثلة الجرد) انتمت جلّها إلى المدرسة المشرقية. يمكن تفسير هذا الاختيار بإعجاب المرأة التونسية بالرومنسية المشرقية التي وجدت فيها فضاء أوسع لأحاسيسها الجارفة. وهو غير مُستغرب، فالمهرجانات الصيفية بالبلاد التونسية أكبر دليل على نجاح المطربين المشاركة، تصل إلى حد نفاذ التذاكر قبل أيام من انطلاق الحفل.

اقتصرت الاهتمام بالأغنية التونسية في حدود الاحتفال، بمختلف أصداتها التقليدية (مالوف) والطرقية وخاصة الشعبية منها (المزود)، يتّحد هذا العنصر مع العناصر السابقة في دور المرأة الهامّ في المحافظة على الموروث ونشره، ويتعدّاه ليمسّ من المتطلّبات النفسية لهذه المرأة المناضلة، إذ تجد في هذه النوعية من الأغاني تصعيدا لطاقة هائلة بالتزامن مع الجانب الحركي والتعبيري من رقص وتصفيق وزغاريد يخلق أجواء احتفالية نسوية مُغلقة. وتذكر محدثنا السيّدة ر.ب.ع (موظفة بنكية متقاعدة) أن ادراج الأغاني الاحتفالية يكون في آخر كلّ حصّة، حيث تنتظرها النسوة بحماسة للترفيه عن النفس.

أضافت تركيبة الأغاني الاحتفالية التونسية من نغمات وإيقاعات للأجواء النسوية مساحة من الحرية كما أضفت نغمات وإيقاعات الأغاني العاطفية حنينًا للماضي. فترسل كلّ أغنية في احدهنّ شوقًا لركن بيت احتضنها وهي طفلة، أو أب أحبّها وهي مراهقة، أو أمّ علّمتها على صوت المدياع وهي تستعدّ لبيت زوجها، فيتعدّى حينها التدرّب على الغناء إلى احياء للذاكرة وتكاثّر للخلايا العصبية في الدماغ، وتحوّل مجرد أغنية على إيقاع بطيء إلى رياضة تنتعش منها الذاكرة.

⁹ « Le processus de construction de l'identité de la fille passe donc nécessairement par une identification à la mère » (Navarro, 2020, p. 115)

في ظلّ شُحّ الدراسات النفسية/الموسيقية العربية، اخترنا تصوير الأحاسيس بالعودة إلى أعمال "هيفنر" (HEVNER، 1937) وذلك بربطها بالعناصر الموسيقية الثلاث وهي: سُلّم النغمة (المقام أو الطبع بالنسبة لبحثنا) وسرعة الخطوة (سرعة النبض في الإيقاع) وارتكاز الأغنية (طبقة نسائية منخفضة أو مرتفعة). فكما ذكرنا فيما سبق فقد احتلت 28% من الأغاني الجرد سرعة بطيئة، بما إيقاعات على غرار الوحدة الصغيرة والمصمودي والنصف الوحدة الموسّعة، رافقها خفض لارتكاز المقامات كتنفيذ مقام النهاوند على قرار الجهاركاه ومقام الراسست على النوى و مقام البياتي على العجم. من الناحية التقنية، تتماشى هذه الطبقات مع المساحة الصوتية للمرأة، ولكن في باطن الممارسة يُمكن لهذه التوليفة أن تثير احساسا بالحلم والعاطفة، وهو ما يُساعد الناشطات على الولوج إلى عوالم الهدوء والراحة. في المقابل انتمت 52% من الأغاني السريعة إلى صنف الأغاني الاحتفالية التونسية على إيقاعات من جنس "الغزالي" الشعبي، كما وقع تناول النغمات على طبقات مرتفعة بالنسبة للمساحة الصوتية لغير المحترفات على غرار طبع سيكاه تونسية على "السيكاه" أو طبع "الحسين" على "الدوكاه"، وهو ما يؤشّر، حسب أعمال "هيفنر"، إلى إشاعة احساس بالسعادة والاشراق لتصل إلى حدود الإثارة والابتهاج، وهي الحالة النفسية الظاهرة بالعودة إلى التساجيل السمعية البصرية لهذه الأغاني¹⁰.

اشتركت الناشطات بالنوادي الغنائية رصيذا حامل لهوية وذاكرة وأحاسيس تكفل لهنّ التوازن النفسي، وتدريّن على أنغام وإيقاعات طوّرت الكثير من سلوكياتهنّ، ودعمت ثقتهنّ بالنفس واعتزازهنّ بأنوثتهنّ، والكثير الكثير من المكاسب التي استطاعت المرأة التونسية الحصول عليها بفضل "نوادي الغناء النسوية" نحاول تفصيلها فيما يلي.

5. مظاهر جودة الحياة من خلال "نوادي الغناء النسوية"

ظهر فيما تقدّم من دراسة ظاهرة "نوادي الغناء النسوية" بالبلاد التونسية عددًا من المكاسب في علاقتها بتركيبة المرأة واحتياجاتها وطموحاتها، مكاسب صنعتها هذه الناشطة وعززتها بتضحيات وتحديات ملء مساحة هامة من شخصيتها. فقد وجدت المرأة التونسية في ممارسة الغناء حلاً فعلياً وفعالاً لتحدياتها اليومية الصحية منها والنفسية والفنية والاجتماعية... وهو ما دعم هذه التجربة على مدى الخمس سنوات الفارقة وهيأ لها ظروف الاستمرارية والانتشار في المدن التونسية الكبرى.

أظهرت التسجيلات السمعية البصرية للأمثلة الغنائية المدروسة مجموعة من النسوة في حالات نفسية مرتفعة، فلا تجدن مانعا من تقديم أنفسهنّ أمام الكاميرا، بل وبالعكس ذلك، كانت ثقتهنّ بالنفس من سيمات المشاهد المصوّرة والتي امتدّت إلى التعبير الجسماني بالرقص والتصفيق وإطلاق الزغاريد. كما لاحظنا أن الانسجام داخل المجموعة تعدّى الفوارق الشكلية أو العقائدية أو الإيديولوجية بين المرأة المحجّبة ومثيلتها السافرة في تجسيد واقعي لانفتاح المجتمع التونسيّ وتسامحه، وهو ما يؤكّد أيضا أنّ المجتمع النسائي يبني على "الصدقة والمودّة والعلاقات الاجتماعية" (النعمي، 2000، صفحة 32)، وهو أحد أهمّ المكاسب التي يُمكن أن تفتقدها المرأتان النشيطة والمتقاعدة على حدّ سواء، فالأولى بمشاغلها اليومية والثانية بمساحة الفراغ تجّدان في "نوادي الغناء" حاجتهما من الروابط الاجتماعية والعلاقات الخارجة عن الأطر التقليدية (زملاء العمل، العائلة الموسّعة...).

¹⁰ رابط إحدى الأمثلة المدروسة

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=ADFrANHbxCK&list=UUIpTsum28-nvInrEIRZR6IQ&index=32>

¹¹ « L'ensemble de ces études suggère que la musique influence les fonctions émotionnelles, physiologiques et végétatives de l'organisme. » (Moussard, Rochette, & Bigand, 2012, p. 505)

غطت الحاجة إلى التغيير والتعبير وكسب الصداقات على الكسب الصحي من ممارسة الغناء، فوضعية الجسم عند الأداء الصوتي مع التفاعل الحركي للجسد تساعد على التقليل من الآلام التي تُعاشها المرأة بحكم بُنيته وحجم الأعمال التي تقوم بها. حين تصدح الحنجرة يُسايها سائر الجسم ليقدم تدليكا للظهر ويُنشط الدورة الدموية ويرفع مستوى الأكسجين في الدماغ.

وعليه يُحفز هذا النشاط البيولوجي المُعد لتريح النظام العصبي بالهورمونات وتطور من الأنسجة العصبية في الدماغ، إذ " تشير كل هذه الدراسات إلى أن الموسيقى تؤثر على وظائف الجسم العاطفية والفيزيولوجية واللا إرادية"¹¹ (Moussard, Rochette, & Bigand , 2012, p. 505). وفي نفس السياق " قد يتطلب ممارسة الموسيقى أو الاستماع إليها جوانب مختلفة من الإدراك (الانتباه والذاكرة وذاكرة العمل)، والإدراك الحسي (السمعي، وحتى المكاني)، والمهارات الحركية وكذلك الشبكة العاطفية. من خلال تحفيز أنشطة الدماغ المختلفة، تتمتع الموسيقى بالقدرة على تحسين أدائه بما في ذلك المهام غير الموسيقية"¹² (Moussard, Rochette, & Bigand , 2012, p. 500). وهو ما يُعد هذا الجسد المرهق عن العقاقير وفترات الإحباط الطويلة.

في عالم أناني ملئه الفردانية وفي وضع تتحكم به العلاقات الرقمية، مثلت ظاهرة نوادي الغناء النسوية مجتمعات جديدة تعتمد التواصل "المندمج" في شكله المباشر من خلال النادي، والتواصل عن بعد من خلال المجموعات المغلقة لشبكات التواصل الاجتماعية، انبى على هذا الأسلوب اتصال دائم على مدار أيام الأسبوع كفيلا بأن يُعد المرأة عن الوحدة والاحباط و يُلهيها عن مشاغلها اليومية بتنوع الأنشطة والعلاقات، أنشطة يمكن تصنيفها إلى فنية مثل الإعداد للبرنامج الغنائي والحفلات، أو احتفالية من تنظيم لأجواء الحصة من مأكلا وملبس ومختلف مكملاته. قدم الرصيد الغنائي أيضا إضافة إلى المشاركات، فمن خلال الإنشاد الفردي والجماعي توحدت المجموعة وارتفع مستوى احترامها للذات واحترامها للآخر، ويظهر ذلك في تلاشي الفوارق الاجتماعية والفكرية والطبقية والجغرافية بالرغم بين السيدات. كما رفعت الممارسة الموسيقية من مستوى ثقة واعتزاز النسوة بأنفسهن برزت دلائله من خلال تلقائية تفاعلهن أمام الكاميرا.

ومن الناحية الموسيقية فقد ساهم "نادي الغناء" في تحقيق "اشباع" لبعض المتطلبات التي فرضتها طبيعة المرأة من عواطف فياضة ورغبة في استمتاع والترفيه عن النفس، فمن خلال المختارات الغنائية للنادي تميزت الأعمال الحاملة لأغراض عاطفية ومثليتها ذات صبغة الاحتفالية. وبمأن المرأة هي مصدر الأول لنقل المعرفة فقد أظهر الجرد اهتمامها بالمرورث الموسيقي وبالطرب العربي وخاصة فيما يتعلق بالتراث الشعبي التونسي والأغاني العاطفية المشرقية، خيارات تراثية مجهولة التاريخ وأخرى انحصرت جلها في النصف الأخير للقرن الماضي، كانت بمثابة نبش في الذاكرة وبحث عن لحظة سعادة. وهي اللحظة المفصلية والفارقة التي تُكتمل معايير جودة الحياة لهذه الفئة من النسوة التونسيات. فراهية "نوادي الغناء النسوية" عند البعض أصبح ضرورة لما يكتسبه هذا المكسب من إيجابيات شملت مختلف الجوانب الحياتية للمرأة التونسية، أكدته المعطيات الرقمية والدراسات العلمية بالتقاطع مع اللقاءات الميدانية.

6. الخاتمة:

تُكافح المرأة العربية، كغيرها من نساء العالم، للحصول على حقوق تُحفف من مشاغلها اليومية، مشاغل تنطلق أساسا من بُنيته الجسدية وتركيبته النفسية وطرق تنشئتها، لتتحول إلى معيقات وعُقد تُعرقل مسيرتها وطموحاتها وخاصة حينما تجد نفسها في مجتمع أبوي الثقافة والأعراف. لم

¹² « Jouer ou écouter de la musique peut en effet requérir différents aspects de la cognition (attention, mémoire, mémoire de travail), de la perception (auditive, voire spatiale), de la motricité, ainsi que du réseau émotionnel. En stimulant ces différentes activités cérébrales, la musique a la possibilité d'améliorer leur fonctionnement, y compris dans des tâches non musicales. » (Moussard, Rochette, & Bigand , 2012, p. 500)

تستثني هذه العراقل أيّ مرأة تونسيّة، مهما كان انتمائها الطبقي أو الاجتماعي أو الجغرافيّ أو الثقافيّ أو العلميّ، فحين يتوجّه النقاش نحو الاستحقاقات ففوارق جودة الحياة لا يعنى بالأساس استكمالها، وهو ما دعاها للبحث عن حلول للوصول إلى حالة من "الكَمال" تتعدّى حتى الرفاهية المادية الظاهرة عليهنّ.

اختارت فئة من النسوة المشاركة في "نوادي الغناء"، وهي مجموعات هاوية تتدرّب على الغناء أسبوعيًا لدى مُختصّ في المجال الموسيقيّ، يرافق هذه الممارسة "طقوس" تُنظّمها المجموعة في ما بينها وتشارك مُتطلّباتها وتفتنّ في كمالياتها، مع تَواصلٍ على مدار الأسبوع لإعداد حصّة واحدة تُرضي المشاركات بأدقّ تفاصيلها، ممّا استلزم من هذه المرأة تقديم تضحيات كثيرة وأحيانًا كبيرة. فتحوّلت مدّة زمنيّة صغيرة من الترفيه إلى ضرورة تتطلّب هذا الكمّ من التضحيات.

إن الظاهر من الممارسة الغنائيّة هو جزء بسيط من مكاسب المرأة التونسية، فقد اشتمل هذا النشاط على العديد من الفوائد التي ترتبط بصحة المرأة الجسديّة والنفسيّة على المستويين الشخصي والاجتماعي ممّا يدعم وجودها ومقاومتها ونضالها بفضل تنوّع الرصيد الغنائي. رصيدٌ جمع بين الأجواء العاطفيّة المشرقيّة والاحتفالية التونسية، ذو فضاء جغرافي مُنفتح، تُحمل فيه خصائصه الموسيقيّة ملامح الانتماء والهويّة، مُكرّسًا مبادئ التعدديّة والتسامح. وهو ما حوّل هذا الممارسة الترفيهيّة والمرفّهة إلى ضرورة لكيان كلّ مرأة، ليس من أجلها فحسب بل من أجل بناء مُجتمع مُتوازن.

7. قائمة المصادر والمراجع

1.7 باللغة العربية

1.1.7 كتب باللغة العربية

- ✓ أبي الفرج الأصفهاني. (1975). كتاب الأغاني (المجلد 5). بيروت، لبنان: احياء التراث العربي.
- ✓ سهير كامل أحمد. (1998). دراسات في سيكولوجيا المرأة. الإسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.
- ✓ صلاح الدين ابن خليل الصفدي. (2000). الوافي بالوفيات (المجلد 11). بيروت، لبنان: دار احياء التراث العربي.
- ✓ طارق النعيمي. (2000). سايكولوجيا الرجل والمرأة. بيروت: دار احياء العلوم.
- ✓ عبد الرحمان ابن خلدون. (1988). المقدمة (المجلد 1). (خليل شحادة، المترجمون) بيروت: دار الفكر.
- ✓ محمود أحمد الحفني. (1965). زرياب أبو الحسن علي بن نافع، موسيقار الأندلس. القاهرة: الدار المصرية للتأليف والترجمة.
- ✓ منصف ونّاس. (2017). الشخصية التونسية: محاولة في فهم الشخصية العربية (الإصدار 4). تونس: الدار المتوسطة للنشر.
- ✓ هيلين دوتش. (2007). علم نفس المرأة الطفولة والمراهقة. (اسكندر جورجى معصّب، المترجمون) المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.

2.1.7 دراسات باللغة العربية

- ✓ احصائيات تونس. (2019). التقرير السنوي حول مؤشرات البنية الأساسية 2019. تونس: المعهد الوطني للإحصاء.
- ✓ مكتب الدراسات والتخطيط والبرمجة. (2019). وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بالأرقام-السنة الجامعية 2018-2019. Tunis: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
- ✓ وزارة المرأة والأسرة والطفولة وكبار السن. (2018). التقرير الوطني حول مقاومة العنف ضدّ المرأة- سنة بعد صدور القانون الأساسي عدد 85 لسنة 2017. تونس.

2.7 باللغات الأجنبية

1.2.7 كتب باللغات الأجنبية

- ✓ BIGAND, E. (2018). *Les bienfaits de la musique sur le cerveau*. Paris : Humensis.
- ✓ Revault, J. (1974). *Palais et résidences d'été de la région de Tunis (XVIIe-XIXe siècles)*. Paris, France : CENTRE NATIONAL DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE.

2.2.7 مقالات باللغات الأجنبية

- ✓ Anshel, A., & Kipper, D. A. (1988). The Influence of Group Singing on Trust and Cooperation. 25(3), pp. 145-155.
- ✓ DUKE, R., GERINGER, J., & MADSEN, C. (1988). Effect of Tempo on Pitch Perception. *Journal of Research in Music Education*, 36(2), pp. 108-125.
- ✓ HEVNER, K. (1937). The Affective Value of Pitch and Tempo in Music. *The American Journal of Psychology*, 49(4), pp. 621-630.
- ✓ Maryvonne Gognalons-Nicolet, A. B. (1991). La maturation : période critique d'âge entre 40-65 ans. Santé, maladie, vieillissement et âges sociaux. (Euridit, Éd.) *Revue Santé mentale au Québec*, Volume 16(numéro 1), pp. 191-212.
- ✓ Moussard, A., Rochette, F., & Bigand, E. (2012). LA MUSIQUE COMME OUTIL DE STIMULATION COGNITIVE. *L'Année psychologique*, 112(3), pp. 499-542 .
- ✓ Navarro, F. (2020). La construction de l'identité féminine, entre héritage méditerranéen et quête émancipatoire dans trois œuvres romanesques contemporaines. *Babel*(41), pp. 113-134.

3.2.7 دراسات باللغات الأجنبية

- ✓ L'Organisation de Coopération et de Développement Économiques (OCDE). (2018). *La participation des femmes à la prise des décisions dans l'administration publique en Tunisie*. Tunis.
- ✓ Médecine et Hygiène. (2012). *Hommes-et-femmes-sommes-nous-tous-egaux-face-a-la-douleur*. Consulté le 04 28, 2021, sur revmed : <https://www.revmed.ch/RMS/2012/RMS-348/Hommes-et-femmes-sommes-nous-tous-egaux-face-a-la-douleur>

3.7 صفحات واب

- ✓ Ministère des affaires Culturelles. (2020, Janvier). *Liste-des-instituts-nationaux-de-musique*. Consulté le Avril 2021, sur openculture.gov.tn : <http://www.openculture.gov.tn/>

✓ محمد بدر الأنصاري. (2006). *استراتيجيات تحسين جودة الحياة من اجل الوقاية من الاضطرابات النفسية*. تاريخ الاسترداد 6 ماي، 2021، من [psycho.sudanforums.net](https://psycho.sudanforums.net/t2896-topic) : <https://psycho.sudanforums.net/t2896-topic>

4.7 اللقاءات الميدانية

- ✓ السيدة س.ع. (5 أبريل، 2021). النشاط بنوادي الغناء النسوية. (علي شمس الدين، المحاور) تونس.
- ✓ السيدة ع.ب.ع. (4 أبريل، 2021). النشاط بنوادي الغناء النسوية. (علي شمس الدين، المحاور) تونس.
- ✓ السيدة ن.د. (5 أبريل، 2021). النشاط بنوادي الغناء النسوية. (علي شمس الدين، المحاور) تونس.

5.7 تساجيل سمعية بصرية

- ✓ مشاركة في إحدى النوادي. (25 جوان، 2020). تونس- نادي خاص للنساء هدفه البهجة والغناء. (A24 News، المحاور) تونس. <https://www.youtube.com/watch?v=cjyWzuJGOv0>

8. الملاحق: جرد لأغاني "نوادي الغناء النسوية"

عنوان المثال	أغراض الأغنية	المقام / الطبع	الارتكاز	الإيقاع	سرعة النبض	الرصيد	المطرب	الملحن	فترة انتاج الاغنية للنادي
1 يا سيّدة يا نغارة	احتفالية	محير عراق	دو	الغري/	170	حضرة/طرقى	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
2 سيدي علي عزّوز	احتفالية	سيكاه تونسية	مى 1/2	فزاني تونسي	170	شعبي/مزود	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
3 بابا بحري	احتفالية	محير سيكاه	ري	صطمبالي	170	حضرة/طرقى	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
4 موعدا أرضك يا بلدنا	وطنية	كردي	دو مرفوعة	نصف وحدة	130	وتري/شرقي	ملحم بركات	ملحم بركات	1998 Club ELLE
5 يالله صبوا هالقهوة	احتفالية	سيكاه شرقية	مى 1/2	فلاحي	175	وتري/شرقي	سميرة توفيق	تراث أردني	1960 Club ELLE
6 الحب كله	عاطفية	راست	صول	وحدة صغيرة	85	وتري/شرقي	أم كلثوم	بليغ حمدي	1971 Club ELLE
7 كي جيتنا هي	عاطفية	راست الذيل/حسين	حسين/مخفوضة	فزاني تونسي	105	وتري/تونسي	محمد الجموسي	محمد الجموسي	1968 Club ELLE
8 أحب اسمك	عاطفية	فا كبير	دو	وحدة صغيرة	90	وتري/شرقي	شهرزاد	محمود الشريف	1960 Club ELLE
9 أتحدى العالم كلو وانا وياك	عاطفية	نهاوند	فا	Slow	70	وتري/شرقي	صابر الرباعي	خالد البكري	2004 Club ELLE
10 أم السفساري	احتفالية	سيكاه تونسية	ري 1/2	فزاني طرابلسي	165	شعبي/مزود	بن قمره		1994 Club ELLE
11 ماحلي فذك	عاطفية	سيكاه تونسية	ري 1/2	فزاني طرابلسي	165	وتري/تونسي	صافية شامية	محمد الجاموسي	1963 Club ELLE
12 أصل الزين في العينين	عاطفية	حسين/محير عراق	دو مرفوعة	فزاني طرابلسي	165	وتري/تونسي	محمد الجاموسي	محمد الجاموسي	1970 Club ELLE
13 قولي أحبك	عاطفية	حجاز كار كردي	دو	Disco	120	وتري/شرقي	كاظم الساهر	كاظم الساهر	1999 Club ELLE
14 تعلق قلبي	عاطفية	راست	لا	ملفوف	150	وتري/شرقي	هيام يونس		1970 Club ELLE
15 كي يضيق بيك الدهر يا مزيانة	عاطفية	نهاوند	صول	ملفوف	100	وتري/تونسي	الصادق ثريا	الصادق ثريا	1960 Club ELLE
16 ابعاد انتم ولا قريبين	عاطفية	راست	دو	خليجي	130	وتري/شرقي	محمد عبده	يوسف المهنا	1976 Club ELLE
17 في يوم و ليلة	عاطفية	عجم	سي مخفوضة	وحدة صغيرة	85	وتري/شرقي	وردة الجزائرية	محمد عبد الوهاب	1978 Club ELLE
18 ريحة البلاد بابا	وطنية	راست	دو	دويك	117	وتري/تونسي	محمد الجموسي	محمد الجموسي	1965 Club ELLE
19 أول نظرة دارباني	احتفالية	محير سيكاه	دو مرفوعة	فزاني طرابلسي	185	وتري/تونسي	الهادي الجويني	الهادي الجويني	1960 Club ELLE
20 تلمت الأحباب	احتفالية	محير عراق	دو	وهراني	175	شعبي/مزود	راؤول جورنو	مجهول	تراث Club ELLE
21 الخلاعة تعجبني لأنني وليع	احتفالية	حسين	دو	وهراني	170	مالوف	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
22 تما ننسى	عاطفية	سيكاه هزام	لا 1/2	مصمودي صغير	120	وتري/شرقي	ملحم بركات	ملحم بركات	1994 Club ELLE
23 علي جرى من مراسيلك	عاطفية	نهاوند	لا مخفوضة	وحدة صغيرة	115	وتري/شرقي	غلبه	حلمي بكر	1981 Club ELLE
24 عنابي	احتفالية	راست	دو	نصف وحدة	130	وتري/شرقي	كارم محمود	حلمي امين	1979 Club ELLE

عنوان المثال	رابط الفيديو
1 يا سيّدة يا نغارة	https://www.youtube.com/watch?v=3lyS-Ma4DWM&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ
2 سيدي علي عزّوز	
3 بابا بحري	
4 موعدا أرضك يا بلدنا	https://www.youtube.com/watch?v=kRkzI4LqGQ8&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=2
5 يالله صبوا هالقهوة	https://www.youtube.com/watch?v=byx37E6yNF4&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=3
6 الحب كله	https://www.youtube.com/watch?v=heJx3uwgNUQ&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=4
7 كي جيتنا هي	https://www.youtube.com/watch?v=40tTiXOVQbI&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=5
8 أحب اسمك	https://www.youtube.com/watch?v=xvcEPXrcG3s&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=6
9 أتحدى العالم كلو وانا وياك	https://www.youtube.com/watch?v=3OemvGORDMo&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=7
10 أم السفساري	https://www.youtube.com/watch?v=ZireAg7SIBI&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=8
11 ماحلي فذك	
12 أصل الزين في العينين	
13 قولي أحبك	https://www.youtube.com/watch?v=f9HMB9dpWjs&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=9
14 تعلق قلبي	https://www.youtube.com/watch?v=rPrV68nV7g4&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=11
15 كي يضيق بيك الدهر يا مزيانة	https://www.youtube.com/watch?v=d2KV8jxBYrQ&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=12
16 ابعاد انتم ولا قريبين	https://www.youtube.com/watch?v=d2KV8jxBYrQ&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=12
17 في يوم و ليلة	https://www.youtube.com/watch?v=WrbwypPJ6tk&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=14
18 ريحة البلاد بابا	https://www.youtube.com/watch?v=Oln235zWfu4&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=15
19 أول نظرة دارباني	https://www.youtube.com/watch?v=wFfc9shEh1k&list=UUIpTSUM28-nvlnrEIRZR6IQ&index=16

نوادي الغناء النسوية من الضرورة الى الرفاهية: مكسب وتحدي للمرأة العربية - دراسة تحليلية لحالة البلاد

https://www.youtube.com/watch?v=ibULjA9fGIM&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=17	20	ثلث الأحباب
https://www.youtube.com/watch?v=le5Z83-a690&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=18	21	الخلاعة تعجيني لاني وليع
https://www.youtube.com/watch?v=2DQqMaggMnc&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=19	22	تعا ننسى
https://www.youtube.com/watch?v=d96ShmL970s&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=20	23	علي جرى من مراسيلك
https://www.youtube.com/watch?v=XflpemEw34&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=21	24	عاجبي

عنوان المثل	أغراض الأغنية	المقام / الطبع	الارتكاز	الإيقاع	سرعة النبض	الرصيد	المطرب	الملحن	فترة انتاج الألبوم/النادي
سهر الليالي	عاطفية	نهاوند	لا مخفوضة	Disco	135	وتري/شرقي	فيروز	إلياس الرحباني	1974 Club ELLE
توسمت فيك الخير	احتفالية	صالح	دو	فزاني طرابلسي	175	وتري/تونسي	نعمه	الشاذلي أنور	1970 Club ELLE
قدك المياس	عاطفية	حجاز	صول	نصف وحدة	110	وتري/شرقي	صباح فخري	مجهول	تراث Club ELLE
أنا كل ماقول التوبة	عاطفية	حجاز كار	لا مخفوضة	ملفوف	120	وتري/شرقي	عبد الحليم حافظ	بليغ حمدي	1970 Club ELLE
يا واحشني رد عليا	عاطفية	حجاز كار	لا مخفوضة	نصف وحدة	90	وتري/شرقي	محرم فؤاد	فريد الأطرش	1959 Club ELLE
صحاب البارود	احتفالية	كردي	ري	وهراي	185	راي	شاب خالد		1992 Club ELLE
يسلم عليك العقل	احتفالية	بياتي	دو مرفوعة	ليبي	170	وتري/شرقي	محمد حسن		1990 Club ELLE
لما بضمك ع صديري	عاطفية	نهاوند	ري	دبكة	115	وتري/شرقي	حسن الديك		2013 Club ELLE
اوقاتي بتحلو	عاطفية	سيكاه هزام	سي 1/2	نصف وحدة	90	وتري/شرقي	وردة الجزائرية	سيد مكاي	1979 Club ELLE
عند غزالي السر والكمون	احتفالية	سيكاه تونسية	مي 1/2	فزاني طرابلسي	180	شعبي/مزود	حبوبة		1970 Club ELLE
مكحول أنظاره	احتفالية	صالح	ري	فزاني طرابلسي	180	شعبي/مزود	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
خلي بيدلني	احتفالية	محير عراق	دو	فزاني طرابلسي	180	شعبي/مزود	صليحة	مجهول	تراث Club ELLE
أش بيينا	احتفالية	حسين	ري	فزاني طرابلسي	180	شعبي/مزود	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
طالعة من بيت أبوها	احتفالية	العجم	دو	نصف وحدة	135	وتري/شرقي	ناظم الغزالي	مجهول	تراث Club ELLE
ملاك يا ملاك	عاطفية	بياتي	لا	نصف وحدة	125	وتري/شرقي	الهادي قلال		1960 Club ELLE
هذا اللون عليك يجنن	احتفالية	عجم	ري	ملفوف	185	وتري/شرقي	كاظم الساهر	كاظم الساهر	1990 Club ELLE
جاري يا حمودة	احتفالية	راست	دو	نصف وحدة	125	وتري/تونسي	أحمد حمزة	علي واردة	1970 Club ELLE
قلي عمك ايه قلبي	عاطفية	سيكاه هزام	سي 1/2	نصف وحدة	120	وتري/شرقي	محمد عبد الوهاب	محمد عبد الوهاب	1960 Club ELLE
بحذا حبيبي تحلى السهرية	احتفالية	أصبعين	دو	حلة	150	وتري/تونسي	مجهول	مجهول	تراث Club ELLE
قلبي عشقها	عاطفية	نهاوند	فا مرفوعة	نصف وحدة	140	وتري/شرقي	راغب علامة	راغب علامة	1990 Club ELLE
عليك صلاة الله و سلامو	دينية	بياتي	سي مخفوضة	مصمودي صغير	95	وتري/شرقي	اسمهان	فريد الأطرش	1943 Club ELLE
حبيبا حبيبا حبيبا	احتفالية	حجاز	سي مخفوضة	نصف وحدة	135	وتري/شرقي	فريد الأطرش	فريد الأطرش	1975 Club ELLE
هدى يا متحدي	عاطفية	بياتي	ري	فزاني طرابلسي	180	وتري/تونسي	نعمه		1970 Club ELLE
بالبنط العريض	عاطفية	كردي	سي	نصف وحدة	135	وتري/شرقي	حسين الجسمي	حسين الجسمي	2020 Club ELLE
علاش يا غزالي	احتفالية	نهاوند	مي مخفوضة	مغربي	175	وتري/شرقي	سعود ابو سلطان	مجهول	1970 Club ELLE
زي العسل	عاطفية	بياتي	سي مخفوضة	نصف وحدة	80	وتري/شرقي	صباح	بليغ حمدي	1973 Club ELLE

عنوان المثل	رابط الفيديو
سهر الليالي	https://www.youtube.com/watch?v=5J2EI8B-g1Y&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=22
توسمت فيك الخير	https://www.youtube.com/watch?v=8WJHGc2atf8&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=23
قدك المياس	https://www.youtube.com/watch?v=MjrKbFDWoYU&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=24
أنا كل ماقول التوبة	https://www.youtube.com/watch?v=GAPruKq5ktg&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=25
يا واحشني رد عليا	https://www.youtube.com/watch?v=xD-eih1hqE&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=26
صحاب البارود	https://www.youtube.com/watch?v=0VAN615xn2k&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=27
يسلم عليك العقل	https://www.youtube.com/watch?v=rg-C6Z62wAo&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=28
لما بضمك ع صديري	https://www.youtube.com/watch?v=X_owDDLyEvc&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=29
اوقاتي بتحلو	https://www.youtube.com/watch?v=QKqtzEIs8Xo&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=31
عند غزالي السر والكمون	https://www.youtube.com/watch?v=ADFrANHbxck&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=32
مكحول أنظاره	
خلي بيدلني	
أش بيينا	
طالعة من بيت أبوها	
ملاك يا ملاك	
هذا اللون عليك يجنن	https://www.youtube.com/watch?v=L27RRehHws8&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=36
جاري يا حمودة	
قلي عمك ايه قلبي	

	بحذا حبيبتى تحلى السهرية	43
	قلبي عشقها	44
	عليك صلاة الله و سلامو	45
	حبيبا حبيباك حبيبا	46
https://www.youtube.com/watch?v=MNfGlrOnN8i&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=42	هدى يا متحدى	47
	بالبنط العريض	48
https://www.youtube.com/watch?v=KvKkr5mXO8Q&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=44	علاش يا غزالي	49
https://www.youtube.com/watch?v=2_7nsNMDRVc&list=UUlpTsum28-nvlnrEIRZR6IQ&index=45	زي العسل	50

9. الفهارس

1.9 فهرس الصور

- صورة عدد 1: حفل المسرح البلدي لنادي الغناء النسوي "Club ELLE" 2
- صورة عدد 2: أجواء تدريبات نادي الغناء النسوي "club ELLE" 4

2.9 فهرس الرسوم البيانية

- رسم بياني 1: الاضطرابات الجسدية المبلغ عنها في دولة سويسرا في سنة 2017 7
- رسم بياني 2: تصنيف رصيد أغاني النوادي النسوية بحسب المقامات والطبوع 8
- رسم بياني 3: تصنيف رصيد أغاني النوادي النسوية بحسب الإقاعات 9
- رسم بياني 4: جرد الأغاني بحسب تاريخ الانتاج 10

