

# الأمل في وجه الظلام

تحت إشراف  
ديان مروة / مريم بن عيسى



الأمل في وجه الظلام

# الأمل في وجه الظلام

مجموعة مؤلفين

مجموعة مؤلفين

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزيمة وإبداع جديد

الكتاب : كتاب جامع

المؤلف: مجموعة مؤلفين

غلاف الكتاب: مريم توركان

مؤك اب الكتاب: منى وجيه

تنسيق داخلي: سها منصور

إدارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الأدب للنشر الإلكتروني

## إهداء

إلى كل محارب ومحاربة للسرطان؛ أنت  
لست وحدك في هذه الرحلة، فقلبك  
المليء بالأمل وإرادتك الصلبة هما النور  
الذي يضيء درب الشفاء، قد تكون  
الأيام صعبةً لكنك أقوى من كل تحدٍ  
يواجهك، تذكر أن كل لحظة من الصبر  
والمقاومة تقربك أكثر إلى النصر، أنت  
بطل حقيقي، وإيماننا بك لا يتزعزع، مع  
كل التقدير والدعوات الصادقة بالشفاء  
العاجل.

\*\*\*

## مقدمة

السرطان ذلك المرض الذي يثير في النفوس مشاعر القلق والخوف لكنه أيضاً اختبار للقوة والصبر، هذا الكتاب ليس مجرد استعراض طبي للمرض بل هو رحلة ملهمة عبر تجارب المرضى، وتأملات في الأمل والصمود، ودليل عملي لمواجهة التحديات الصحية والجسدية والنفسية المصاحبة له.

نهدف من خلال هذه الصفحات إلى تقديم معلومات حول المرض وطرق العلاج المختلفة وأهمية الدعم النفسي والاجتماعي.

كما نعرض قصصاً حقيقية لأشخاص تحدوا السرطان بعزيمة ليكونوا مصدر إلهام لكل من يواجه هذا التحدي.

نؤمن بأن المعرفة قوة، وأن الأمل سلاح  
في معركة الحياة، لذلك ندعو القارئ إلى  
استمداد الطاقة الإيجابية، والتحلي  
بالإيمان، والاستفادة من التجارب التي  
يرووها هذا الكتاب، فليس المرض هو  
النهاية بل هو بداية جديدة لرؤية الحياة  
من منظور آخر، منظور يُقدّر كل لحظة،  
ويحتفي بكل إنجاز مهما كان صغيرًا.

نسأل الله الشفاء لكل مريض، ونسأل  
القارئ أن يجد في هذا الكتاب رفيقًا في  
رحلته نحو التعافي والقوة.

\*\*\*

## أملًا جديد

حين تعيش مع السرطان، تتعلم أن كل لحظة هي حياة، أن كل نفس هو نعمة، وأن القوة ليست في الجسد بل في الروح التي تأتي أن تُهزم.

تُدرك أن الألم لا يعرفك، وأن الضعف ليس خياراً، لأنك حين تنظر إلى عيني من تحب، تعرف أنك تحارب لأجلهم، وأنت أقوى مما تظن.

السرطان يأخذ منك، نعم، لكنه يُعطيك أيضاً: يُعطيك أعيناً ترى جمال الأشياء الصغيرة، وأذنًا تسمع نبض الحياة في أصغر التفاصيل.

قد يسلب جزءًا منك لكنه لا يستطيع أن  
يسلبك إرادتك، حلمك أو إيمانك بأن كل  
يوم جديد هو فرصة لنصر جديد، مع  
السرطان نحن لا نخسر بل نعيش بأمل  
يضيء حتى أشد الليالي ظلمة.

فاطمة ابو النصير / مصر

\*\*\*



## ويبقى الأمل

سيدرا امرأة أربعينية وربة بيت لخمسة أطفال: ثلاث بنات وطفلان توأم، كانت تعمل في مصنع الشوكولاتة وكان روتين حياتها اليومي يبدأ بالاستيقاظ لتحضير الفطور الصباحي بينما تساعد ابنتها الكبرى إخوتها، الفتاتان تذهبان للمدرسة، أما الكبيرة فتعمل كمرضة، ويبقى التوأم مع جدتهما لرعايتهما.

تقضي سيدرا يومها في المصنع تقوم بتعبئة الشوكولاتة إلى أن جاء يوم غير عادي حيث سقطت مغمى عليها، أمرت مديرة المصنع السائق بأخذها إلى المستشفى حيث أخذوا عينة تحاليل بعد وضع محلول الجلوكوز.

الطبيبة: بعد انتهاء المحلول يمكنها الخروج.

صوفيل (ابنة سيدرا الممرضة): حاضر.

سيدرا: لا تقلقي، أنا بخير، لقد انخفض ضغط دمي فقط، هيا بنا نخرج، فأنت تعلمين أنني لا أحب رائحة المستشفى.

صوفيل: اهديني أمي، لم يتبق سوى القليل، انظري، بعد لحظات سنخرج.

خرجت صوفيل لتستفسر عن حالة أمها.

الطبيبة: أرى أنك فهمت كلمة السر بالرغم من أنك جديدة.

صوفيل: ما بها أمي؟ كيف كانت نتيجة الفحص؟

الطبيبة: عليك بالتشجع، أنت تعلمين أن عملنا يتطلب منا استبعاد العاطفة، إن أمك في بداية المرض، وبما أنها في سن

الأربعين فهي معرضة للإصابة بسرطان الثدي ككل النساء.

صوفيل بآلم: ولكنها أمة.

الطبيبة: تشجعي ولا تخافي، فالطب في تطور ملحوظ وأنتِ على علم بذلك، كوني قوية، فمادام هناك أمل ولو بقدر صغير، احمدي الله على ما أصابك، أردت إخبارك لأترك لك مهمة إخبارها حتى تثق بأنها ستشفى بإذن الله.

صوفيل: أعلم ذلك، ولكن؟!!

الطبيبة: لا عليكِ سنبدأ بالأدوية فقط ونأمل من الله شفاءها، وإذا لم تتحسن سنلجأ للعلاج الكيماوي، تأكدي ستشفى بإذن الله.

صوفيل : وذلك ما أتمناه من الله عز وجل، كما تعلمين فقدتُ أبي بسبب هذا المرض الخبيث ولا أريد أن يأخذ أُمي أيضًا، لقد اكتفيت من الصدمات.

خرجت سيدرا وبدأت بتناول الأدوية على أنها مجرد فيتامينات، وعملت صوفيل على تقديم كل الدعم والسند برفع معنوياتها لأنها قرأت في كتاب أن رفع المعنويات للمريض يلعب دورًا كبيرًا في الشفاء، كما قامت بالزكاة لأنه جاء في القرآن الكريم: "الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ" [البقرة: 268]، والحديث: "داووا مرضاكم بالصدقة"

وبالفعل شفيت سيدرا تمامًا وكأنها لم  
تصاب بالسرطان يومًا وعاشت حياتها  
بهناء وسعادة.

سيدرا: هيا يا ابنتي الضيوف ينتظرون،  
والااااا، كم أنت جميلة يا ابنتي! بأبهي  
حلة تزفين عروس.

نعم، كان يوم زفاف صوفيل من فيدريك  
زميلها بالمستشفى.

مريم بن عيسى / الجزائر

\*\*\*

## العزيمة تحت ضوء الأمل

السرطان ليس نهاية الطريق بل بداية  
لمعركة يكشف فيها الإنسان عن جوهر  
قوته الحقيقية، هو امتحان يوظف فينا  
شجاعة مدفونة، ويُعيد تعريف حدودنا  
التي ظننا أنها النهاية.

حين يغزو المرض الجسد، لا يعني ذلك  
أنك ضعيف بل هو إعلان صريح بأن  
الحياة اختارتك لتكون أحد أبطالها،  
لتثبت أن الروح أقوى من أي ألم، وأن  
الإيمان قادر على تفتيت صخور الوجع.

لا تخشِ الأيام الصعبة، ففي عمق العتمة  
يشتدّ نور الأمل، وكلّ لحظة تواجه فيها  
الألم بشجاعة تكون قد ربحت معركة  
ضد اليأس، المرض لا يستطيع أن يسلب

منك روحك، لا يستطيع أن يُطفئ شعلة  
الحياة التي تضيء قلبك.

اصرخ في وجه الخوف أنا هنا ولن  
أنهزم، اجعل خطواتك ثقيلة على طريق  
الألم، وكلماتك سلاحًا يطعن في قلب  
الوهن، السرطان لا يملك سلطة على  
أحلامك، ولا يستطيع أن يطفئ بريق  
عينيك، إن قررت أن تظل واقفًا.

أنت الحياة حين تتحدى الموت، أنت  
الأمل حين يصبح اليأس خيارًا للضعفاء،  
لا تدع أحدًا يقول لك لا تستطيع، لأنك إن  
قررت، فإن العالم كله سيقف شاهدًا على  
معجزتك، لذا قاتل بشجاعة، أحب الحياة  
بكل ما فيها من تفاصيل صغيرة وتمسك  
بها، في كل معركة ستتزف وستتألم

لكنك ستتعلم أن الألم يصنع منك إنساناً  
أقوى، أكثر إشراقاً، وأقرب إلى النور.

السرطان مجرد كلمة، أما أنت، فأنت  
قصة لا تنسى، مليئة بالحب، بالإصرار،  
بانتصار لا يعرف الهزيمة.

علامي لويذة / الجزائر

\*\*\*



## الموت في صمت

الحياة أحيانًا تعلن عن تحديات غير متوقعة مثل السرطان، هو حرب داخلية، معركة تُواجه فيها الجسد والعقل، تظهر الأعراض كظل يخيم على الأمل لكن الشجاعة تتألق في أكثر اللحظات ظلمة.

كل يوم يصبح فرصة جديدة للتحدي، وحب الحياة ينمو في قلب المصاب وأحبابه، في خضم الألم تنشأ قصص من القوة والمثابرة تذكرنا بأن الحياة ثمينة، وأن الفرح يمكن أن يوجد حتى في أصعب الأوقات.

قد يكون السرطان عدوًا قاسيًا لكنه يُعلمنا قيمة اللحظات، ويجعلنا نحتفل بكل نفس وكل ضحكة.

في النهاية لا يقاس النصر فقط بالتغلب  
بل بالتشبث بالأمل ومواصلة السير رغم  
كل العواصف.

نجوة حنان / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

للتشر الإلكتروني

## حياة أكثر أمل

كان هنالك امرأة تعمل في مجال الخياطة كانت نشيطة في عملها جدًا، مهتمة بتربية أطفالها والإعتناء بهم، مرت الأيام وفجأة شعرت بكتل غريبة في الثدي، ذهبت إلى الطبيب وكانت النتيجة سرطان الثدي، بدأت هنا الليالي السوداوية بأخذ الجرعات المنتظمة ومن ثم إنتهت بها بإستئصاله كليًا، انهارت المرأة تمامًا لكن كانت إرادتها لأجل أطفالها وزوجها ومنزلها أكثر بكثير من هذا السرطان القاتل، إنتهت رحلتها بالأشعة التي دامت خمسة عشر يومًا، وكل شيء كان فيما بعد على ما يرام وبشكل جيد، كان للأمل يدٌ كبيرة في

شِفائها السريع، كان لديها الأمل بالشفاء  
الأمل بالعودة إلى أطفالها وأيامها  
السابقة، لذلك على كل شخص مصاب  
في هذا المرض الخبيث أن يكون أكثر  
تفاؤلاً ومتسلحاً بالأمل أن يتخذوا من  
هذا طريق يسلكون حياتهم بها وهذا هو  
طريق الشفاء والسلامة من هذا  
المرض.

شهد مرشد زلخه / سوريا

\*\*\*

## في وجه السرطان: حياة تتبض بالأمل

حين يطرق السرطان أبواب الحياة، يأتي  
كضيفٍ ثقيل الظل يختبر صبرنا وقوتنا،  
ويقلب أيماننا رأسًا على عقب، لكنه مهما  
كان قاسيًا لا يستطيع أن يمحو فينا شعلة  
الأمل التي تتقد في الأعماق، إنه كليلٍ  
مظلم لكنه يحمل في طياته وعد الفجر.

السرطان ليس نهاية بل بداية جديدة  
لنرى الحياة بعيون مختلفة، كأنه مرآة  
تعكس لنا أوجه القوة التي لم نكن  
ندركها من قبل، هو امتحان الروح الذي  
يكشف لنا عن قدرتنا على الصمود، على  
القتال، وعلى التمسك بخيوط الأمل  
الرفيعة التي تسكن أعماقنا.

أعلم أيها القارئ أن الألم قد يثقل القلب،  
وأن الخوف أحياناً يغمر الروح كسحابة  
سوداء تحجب نور الشمس لكن تأمل  
هذا المشهد: زهرة تنمو بين صخور  
صماء، جذورها تتشبث بالحياة رغم  
قسوة الظروف، هذه الزهرة أنت، وهذه  
الصخور هي التحديات التي تواجهها،  
وفي لحظات الألم والضعف، تذكر قوله  
تعالى: {فإن مع العسر يسراً}  
"الشرح:6".

فالسرتان ليس النهاية بل هو جزء من  
الرحلة التي تفتح أمامنا أبواب الأمل  
وتحثنا على الثبات، نعم، قد تخوض  
معارك شاقة، وقد تنحني تحت وطأة  
العلاج لكنك لن تنكسر ما دمت تؤمن أن

هناك غداً يستحق المحاولة، القوة ليست  
في الجسد فقط بل في الروح التي  
ترفض الهزيمة.

الحياة ليست مجرد أيام نعيشها بل  
لحظات نصنع فيها الفرح رغم الظروف،  
اجعل من كل نبضة قلب احتفالاً، ومن كل  
لحظة هدية، لا تدع المرض يسرق منك  
ضحكتك، فالضحك سلاحك، والأمل  
درعك، والصبر سلاحك السري الذي  
يهزم الظلام، قل لنفسك كل صباح:

\_"أنا أقوى من هذا الألم، أقوى من هذا الخوف."

وتذكر أن الحياة لا تنتظر، وأن المرض  
لا يمنعك من أن تحب، أن تحلم، أن  
تضحك، أن تعيش، فالسرطان قد يهاجم  
الجسد لكنه لا يستطيع أن يقترب من

الروح التي تختار أن تكون حرة،  
شامخة، مفعمة بالحياة؛ كن مثل شجرة  
البلوط التي تتحني تحت الرياح العاتية  
لكنها لا تسقط، كن كالنهر الذي يجد  
طريقه رغم الصخور، كن كالشمس التي  
تشرق بعد كل عاصفة.

إلى كل من يعاني، إلى كل من يشعر  
بالضعف، إلى كل من فقد الأمل للحظة:  
أنت لست وحدك، هناك قلوبٌ تنبض  
معك، وأيدي تدعو لك، وأرواح تؤمن أنك  
قادر على تخطي هذا الظلام.

السرطان ليس حكمًا بالإعدام بل تحدٍ  
يعيد صياغة حياتنا، اجعله فرصة لتري  
قوتك الخفية، لترسم ملامح مستقبل  
أجمل، ولتكون قصة تُلهم الآخرين، أنت



بطل حكايتك، فارسم نهايتها كما تريد،  
وتذكر دائماً قوله تعالى: {إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ  
يُسْرًا} (الشرح: 6).

لا تستسلم، فالحياة مازالت في انتظارك  
لتكتب فصولا جديدة من الأمل والسعادة.

ليندة لوكال / الجزائر

\*\*\*

## ابتسم للقدر

دخل العم سعيد هذا الرجل الذي يبلغ من العمر ٤٥ ٤ ومعه زوجته صابرين وتبلغ من العمر ٤٠ ٤ إلى عيادة الطبيب، فقد لاحظت شيئاً غريباً تحسه في ثديها، وزوجها يقودها ببطء شديد، رآها الطبيب فنظر إليها ببشاشة وجهه ورحابة صدر، ووقف من على كرسيه قائلاً:

ـ مرحباً بك يا ستّ الكل، تفضلي اجلسي.

جلست السيدة ومعها زوجها وقد ألقّت شكوتها المرضية للطبيب فأدخلها إلى مكان الفحص وفحصها، ولما أكمل فحصه ابتسم في وجهها قائلاً:

ـ ليست بكِ إلا العافية.

ثم تركها مع الممرضة وذهب إلى العم  
سعيد قائلاً:

\_ أستاذ سعيد زوجتك تعاني من سرطان  
في الثدي وهو في مراحله الأولى، يجب  
استئصال الثدي المصاب حتى لا ينتشر  
المرض.

هنا حزن العم سعيد حزناً شديداً على  
زوجته التي كانت تهتم بجمالها  
ومظهرها الأنثوي كيف ستتحمل؟! ماذا  
سأقول لها؟! وأخيراً أخبرها بما قاله  
الطبيب، فابتسمت الزوجة على غير  
المتوقع قائلة:

\_ قدر الله وما شاء فعل.

أخذت تكثر من صلاتها وتدعو الله بالشفاء ولازمت غرفتها ليس لها عمل إلا الصلاة والدعاء، حتى جاء موعد إعادة الكشف، وراجعت الطبيب فأجرى الفحص وهو مندهش.

ما هذا كيف اختفى المرض؟!

ابتسمت السيدة قائلة:

لأنني لم أفقد الأمل بربي، فقد سعت في رضا الله تعالى وطلبت منه وحده، فكيف هو لا يرضيني ويعطيني ما أطلب؟! لم أفقد الأمل في الله، أنعشت روعي بحبه فأحببت الحياة وابتسمت للقدر بالدعاء، فكان الدعاء مُغيّرًا لهذا القدر.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا  
يرد القدر إلا الدعاء...."

محمد سجيح / مصر

\*\*\*

نسمات الأدب

للتشر الإلكتروني

## أمل في وجه الظلام

السرطان ذلك العدو الذي يقتحم حياة  
الكثيرين دون سابق إنذار يترك وراءه  
جروحًا، ألمًا وحيرة ولكن ما لا يعلمه  
الكثيرون هو أن هذا المرض ليس نهاية  
الطريق بل قد يكون بداية رحلة جديدة  
من الأمل والصبر؛ ففي أعماق الظلام  
هناك دائمًا بصيص من النور وفي قلب  
الألم ينبثق الأمل فلا تظنوا أنكم وحدكم  
في هذا الطريق، عندما يطرق السرطان  
باب حياتنا نشعر وكأن العالم قد بدأ في  
الانهيار ولكن الحقيقة هي أن الإنسان  
يمتلك قدرة غير محدودة على التكيف  
والمقاومة والإيمان، فكل يوم يمر هو  
فرصة جديدة للعيش لنكتشف في أنفسنا

قوة لم تكن نعلم بوجودها أولئك الذين يعانون من هذا المرض قادرون على الابتسام رغم الألم وعلى المضي قدمًا رغم الصعوبات لأنهم يدركون أن الأمل هو الذي يمنحهم الحياة وأن السرطان ليس إلا تحديًا يمكن التغلب عليه بالحب والصبر والإرادة.

اليوم أكثر من أي وقت مضى هناك تقدم هائل في العلم والعلاج لا تيأسوا فالعلاج ليس نهاية الطريق بل خطوة نحو حياة جديدة وهناك دائمًا من هم حولكم يساندونكم يحبونكم ويروون أرضكم بالعطف والطمأنينة، الحياة تستحق أن نعيشها بكامل أمننا حتى وإن كانت الأيام غائمة فبايمانكم يمكنكم تحويل كل لحظة

من الصراع إلى فرصة لإظهار القوة  
التي بداخلكم، لا تنسوا أن الضوء دائماً  
يخرج من الظلام وأن الحياة تستمر بكل  
تحدياتها وجمالها حتى تحت وطأة  
المرض.

العلاي نورهان / الجزائر

\*\*\*



## المرض الخبيث وفسحة الأمل

هو علة يقتحم الجسم، يسير معك في كل أوقاتك، يرافقتك في كل مكان، هل هو رفيقك؟ أكيد لا بل هو عدوي، هل تريد أن يهزمك؟ أكيد لا أنا من أهزمه وأقف في مكنته.

إذا انهض وأعزم واسـترجع أوراق ربيعك التي سقطت في خريفك، قاوم وفك ذلك المرض الخبيث الذي ينتظر أن تنتهي أمالك ويراك تنهار، حينها تغمره السعادة من أجل إكمال طريقه وهزيمته لك، لذا لا تكن ضعيف أصمد وأجعل أنفاسك المليئة بالآمال والعزيمة تتحدث، واجعل جذور قلبك تتبثق بالإصرار لجعل روحك تطمئن من ذلك الوحش.

فهنالك من أخذته المنية لم يستطع  
الوقوف في شر ذا المرض ذاق العذاب  
وتألم، غاص في عالم المرض يسمع  
أنينه ولا يدري أين المفر وهناك من  
يصارع لحظة بلحظة مرة يعلو صراخ  
الأوجاع ومرة تنهيدات الخوف، إلى أين  
قوموا بالله عليكم حينها يقال مات  
سرطان وانتصر فلان، عافانا الله  
وعافاكم من هذا المرض الخبيث الذي  
يفتك الأرواح.

سارة محمدي / الجزائر

\*\*\*

## مريض سرطان

لكل شخص مريض سرطان

ربنا اختارك

ما بين مليون إنسان

ليختبر مدى صبرك في الامتحان

انا عارفة إنه صعب

لأنك تعبان

وإن الكيماوي بيهد الجسمان

بس انت بطل

اوعى تستسلم لهذا المكان

اوعى تخاف وأشعر بالأمان

ولازم تعرف إن كل اللي حواليك بيحبوك

ويبدو الرحمن إنه يشفيك

وترجع أقوى وأفضل من زمان

أوعى تستسلم

انت لسه قدامك الطريق طويل

وتحقق كثير من الأحلام

شهد مصطفى شعبان محمود / مصر

\*\*\*

## قصة أمل

قطر الندى فتاة صغيرة مقبلة على الزواج، معلمة في الابتدائية بإحدى القرى النائية تبلغ من العمر 27 سنة، في إحدى الأيام الدراسة العادية شعرت بالغثيان كامل يوم مريضة، فذهبت إلى مستوصف القرية أخذت محلول، فقال لها الطبيب العام:

يجب عليك الذهاب إلى مستشفى المدينة لإجراء الفحوصات الطبية

قالت: حسناً.

ذهبت قطر الندى وعند إجراءها للفحوصات أخبرها طبيب بأنها مصابة بسرطان الدم؛ فحمدت الله على ابتلاؤه.

قال الطبيب:

هـذا نوع من سرطان خلايا الدم  
والأنسجة التي تنتج خلايا الدم مثل نخاع  
الدم واسمه اللوكيميا.

قالت: هل أستطيع الشفاء؟

قال: نعم فإنك في المراحل الأولى فقط  
ستشعرين ببعض الأعراض كالحمى  
وتعب وبقع حمراء على الجلد.

قالت: وما هو العلاج؟

قال: أولاً يجب أن نجد أحد أقاربك  
للتبرع لك أي زرع نخاع العظام أو  
علاج كيميائي أو الإشعاعي؟

وبعد فحوصات العائلة أخيها أحمد  
تطابق جينات وقامت بزرع النخاع وبعد

أخذ الاحتياطات تشافت بتدرّيج، وبعد  
عام عادت قطر الندى لتدريس أطفالها  
وزفت لعريسها، خسر السرطان وفازت  
قطر الندى.

بوزيدي ايمان / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني

## الأمل في وجه الظلام

كَأَنَّ السَّرطَانَ طَيْفًا عَابِرًا يَتَسَلَّلُ إِلَى  
الجسد بلا دعوة، يختبر صبرنا، يُعيد  
تشكيل عوالمنا، لكنّه يُضيء في القلب  
شمعةً لا تنطفئ، هو تحدٍ صارخ يُعلّمنا  
أنّ القوة ليست في الجسد وحده بل في  
الروح التي تأبى الانكسار، وفي الإرادة  
التي تسير نحو النور مهما طال الظلام.

أيها المريض، يا من أثقلت الألم وجعل  
من أيامك معركةً لا تهدأ، اعلم أن الحياة  
ليست ساحة حرب بل هي حديقة مليئة  
بالزوايا المشرقة، قد يخفت نورك أحياناً  
لكنّه لا ينطفئ أبداً، كل جرح فيك هو  
قصة صمود، وكل تهيدة هي شهيق أملٍ  
جديد، عش يومك كأنه الأول، وامض



فيه كأنه الأخير، لا تنظر إلى ما أخذ  
المرض منك بل إلى ما تركه لك، ترك  
لك قلبًا نابضًا بالشكر، وعيونًا ترى  
الجمال في التفاصيل الصغيرة، وروحًا  
تعرف أن الغد يحمل دومًا معجزاته.

في أحلك اللحظات تذكر أن للنجوم  
طريقها الخاص لتسطع، وأن الظلام  
ليس إلا بداية جديدة للفجر، كن أنت  
النجم في سماء روحك، واجعل من  
حياتك أغنية أملٍ تردها الأيام شاهدة  
على انتصارك ولو في أبسط الأشياء،  
فلا تنس أبدًا أن في وجه الظلام يكمن  
النور الأكبر والأمل.

صفية جابر عبدالرحمن / مصر

\*\*\*

## مريضة بمرض خطير

أنا مريضة، نعم مريضة بمرض خطير،  
أتوقع أن أموت اليوم، أنا أعيش وقتًا  
محدود منذ أن أصبت بالسرطان، تلاشت  
كل الأحلام، اختفت الابتسامات من  
محياتي وحل محلها التشاؤم والانكسار  
وأصبحت كالأسير الذي ينتظر الإعدام،  
مرضت بمرض ليس له دواء، مرضًا  
احترار فيه الأطباء متى ما اعتقدت أنني  
شفيت، سارع في الانتشار والاتساع،  
جربت كل الأدوية والأعشاب وطففت  
أرجاء البلاد، فما وجدت شيئًا يساعدي  
في دفع هذا البلاء، أجهشت بالبكاء، لقد  
أغفلت شيئًا واحدًا، لم أجا إليه، لم أسأل  
رب العباد لماذا لم أجا لدعاء، توضأت

وتوجهت إلى قبلة المسلمين ودعوت  
ربي بقلب ذليل، أغشي علي من كثرة  
البكاء والعيول، منذ ذاك اليوم حرصت  
على الصلاة والدعاء وأداء العبادات  
أحسست بتحسن حالة المزاجية وتطور  
صحة النفسية، بعد شهر من التعب  
والدعاء قررت زيارة الأطباء بعد  
الفحص، رأيت الطبيب مدهوشا فاتح  
الفاه قال لي:

ما هذا الدواء الذي تناولته جعلك من الأصحاء؟

لقد تلاشى الداء الذي ليس له دواء  
واختفى كأنه لم يكن له أثر، نعم لقد  
اندثر وسقطت من عيني الدموع سجدت  
لربي بين الجموع، نعم ربي استجاب  
للدعاء الذي كنت أدعوه، رفع عني

البلاء في زحام الغناء، لقد أصبحت من  
الأصحاء؛ نصيحة لكل مصاب بالسرطان  
لا تنسى دعاء الرحمن فهو قادر على  
الشفاء كل الأسقام، كما هو قادر على  
أصابتك بالسلطان، فاجعل من الدعاء  
سبيلك لرجاء وأنا واثقة أن الرحمن لا  
يرد من دعاه.

مريم سلسبيل ت / الجزائر

\*\*\*

## نور الأمل في قلوب المقاتلين

في زوايا خفية يسكن السرطان كضيف  
ثقيل لا يُدعى لكن في قلب المعركة أرى  
قوى لا تُحسب، رغم الألم هناك نور  
ينبض في النفوس، شجاعة تتحدى  
الظلام.

كل يوم هو فرصة جديدة، رحلة مليئة  
بالثبات والأمل، لحظات صغيرة من  
الفرح تتلألأ كنجوم في سماء حالكة،  
الابتسامة قد تكون سلاحًا، والكلمة  
الطيبة جسرًا للعبور نحو الغد.

يوجد بين العلاج والراحة قلوب تتقاسم  
الحكايات، وأرواح تتعانق رغم الفرح  
والألم، الأمل ليس مجرد كلمة بل هو  
شعلة تُضيء طريق الشجاعة والإرادة.

لننظر للأمام، لا للخلف، الحياة مليئة  
بالمعجزات، وكل يوم جديد هو هدية  
تنبض بالحياة، فلنصنع من الألم قوة،  
ومن التجارب جسورًا نحو غدٍ مشرق.

قريون مريم / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب  
لنشر الإلكتروني

## القلب الجريح

متكئة على سرير المرض أراقب من  
الشرفة هدوء الليل الذي يعكس وحدتي  
في دائرة ألمي، مرض السرطان القاتل  
يعتري جسدي كأسد جائع يلتهم أحشائي  
ما من مساند لي في فتراتي التعيسة هذه  
ولا ماسح لدموعي المنهمرة، ولو مد  
أحدهم يده داعماً لي فلن يزيح مخالب  
هذا الداء الشرس يمزق في كل صدمة  
وجع جزء من حياتي، ليكون بداية  
لإطفاء شعلة أحلامي، إنه كشبح خبيث  
جاء ليسلب مستقبلي ويقطع خيوط الأمل  
من عيني لكن ما بيدي حيلة سوى أن  
أرفع يدي إلى المولى عز وجل ليصرف  
عني هذا الغناء مستغيثة برحمته ليفتح

لي أبواب الشفاء ويخفف عني هذا  
العذاب، فالحياة طريق لا منتهى له إلا  
بأمر الله تعالى؛ فإذا أراد بي خيرًا  
فسأكون بأفضل حال وسأبقى متمسكة  
بالأمل كجذور شجرة تحارب جذعها  
العواصف فلا تكسر أغصانها طالما في  
قلبي إصرار وشجاعة لا تسقطها جبال،  
سأسير بخطى ثابتة نحو الأهداف مؤمنة  
بفرج الله والأمل الساطع بضوئه كالقمر  
وسط ظلمة الأحزان، فبعد كل سحب  
أسود تطل أنوار الشمس لتشرق رماده  
عن السماء وتعيد السعادة والتفاؤل  
بالعيش البهيج في القلوب الجريحة.

زينب ب / الجزائر

\*\*\*



## احتضارٌ مؤجل

هكذا يبتلعني السرطانُ كوحشٍ لا يشبع،  
ويمتصُّ روحي قطرةً قطرةً، فلا يروي  
عطشه إلا وجعي.

صلعُ الرأسِ لا يشي بالهرم بل يشي  
بأنني كنتُ ذات شعرٍ واستأصله الألم!

بكائي لا ينطق عن فقدِ الخصلة بل يبوحُ  
بما هو أعمق، ينوحُ بما هو أمرق!

عظامي نخرها المرضُ كما ينخرُ السوسُ  
خشبَ السفن المهجورة فلا تعود قادرةً على  
حملِ نفسها، فكيف تحملني؟

والعدوى تسري في دمي كسيلِ جارف،  
كريحِ عاصف، كغريبٍ وجد في جسدي  
مأمناً، فاستوطنه وأحكم قبضته.

آه يا رأسي، أواه من وجعي!

كلما أغمضتُ عينيَّ تهاوت خلاياي  
تتوسل: أنقذينا!

لكأنها أرواحُ جيشٍ مهزوم يتساقطُ  
جنوده في المعركة، وأنا القائدُ الذي لا  
حيلة له!

ألا لييتي أُغيثكم! ألا لييتي أُغيثُ نفسي!

لم أعد طفلًا لكن السرطان طفلٌ في  
داخلي، عنيذٌ مدللٌ يعبثُ بجسدي كما  
يشاء!

أنا وعاءٌ حلوى ينقصُ كلَّ يوم، لا ليملاه  
أحد بل لأفنى حين يفرغ!

أنا غصنٌ ينخره السوس، وسوسٌ  
جسدي ليس إلا المرض!

أما العلاج، فويلٌ لي منه!

ذاك العذاب المقدس! ذاك الأملُ المدنس!

الكيماوي؟

إنه قاضٍ وجلادٌ في آنٍ معاً!

هو نيرانٌ تحرقني بذريعة إنقاذي،

هو خنجرٌ في خاصرتي يدّعي أنه سيرئني!

ويلي منك يا دوائي!

أنتَ دائي!

وأنتَ يا سرطاني! أتقتلني أم تتركني؟

لقد طالت إقامتك، فأرحل أو افعلها وأجهز عليّ!

ما عاد لي جلدٌ على عذابك!

ما عاد لي أملٌ في وداعك!

وأنتم أيها القراء، يا من تراثونا هذا اليوم فقط!

ما نفع دموعٍ تنهمرُ فوق جثثٍ تحتضر؟

أيرجع الميت رثاءً الفقد؟

أتبتُّ الزهورُ في صحراءِ الأسي؟

نحن نعيشُ الموتَ كلَّ يوم! نحن أمواتٌ

في هيئةِ أحياء!

فلا تُواسونا بالكلماتِ بل نافحوا عنا بالحياة!

لكن، مهلاً ...

أَيكون الليلُ أبديًّا؟ أتظلّ السماء ملبّدةً

بالأسي دون أن يتخلّلها خيطُ نور؟

كلا! بل كلما اشتدّ الظلام، ازداد الفجرُ حتميّة!

أنا لا أرتقبُ معجزةً تسقطُ من غياهبِ

القدر، ولا أراهنُ على رحمةِ الأيام،

لكنني أعلمُ أن حتى الرمادَ قد ينبتُ منه  
وردُّ ذاتَ مطر!

أعلمُ أن الخلايا التي تخورُ واحدةً تلو  
الأخرى، قد تتفضُّ كما الأرضُ بعد  
جفاف، فتورقُ بالحياةٍ من جديد!

وإن كنتُ هشةً كورقةٍ في مهبِّ العاصفة،  
فإنَّ في عروقي جذوةً لم تخمد، جمرًا لم  
تطفئه الرياح!

أيها السرطان ...

إن ظننتَ أنك تهشني، فأنا أنبتُ من بين أنيابك!

إن اعتقدتَ أنك تسلبني، فأنا أستعيدني!

إن زعمتَ أنك تكتبُ نهايتي، فأنا أكتبُ

فصلي القادم!

لستُ جثمانًا في انتظارِ الدفن، ولستُ  
حكايةً مبتورةً على وشكِ الاختتام!

مازلتُ هنا، حيًّا رغمك!

مازلتُ أنا، رغم كلِّ شيء، رغم كلِّ شيء!

أزارين لونا / الجزائر

\*\*\*

## مرضى السرطان

في ظلال الألم والمعاناة يعيش مرضى السرطان قصة مختلفة لا تقتصر حياتهم على المعارك اليومية ضد المرض بل تتخطاها نحو الأمل والتحدي.

كل صباح تستقبلهم الشمس بنورها وكأنها تُذكرهم بأن الحياة لا تزال جميلة رغم كل الصعوبات.

يرتدون قلوبهم كدرع يواجهون كل جلسة علاج وكل كلمة تشجيع يضحكون وسط الدموع، ويجدون السعادة في أبسط الأشياء: ابتسامة من صديق، أو لمسة من أحبائهم.

الأمل مثل نجم بعيد يضيء طريقهم رغم  
العواصف، يتحدثون عن أحلامهم، عن  
المستقبل، وعن الرحلات التي  
سيناولونها يوماً، هم لا يختارون  
الاستسلام بل يختارون الحياة، ويعلمون  
أن كل يوم هو هدية حتى في أصعب  
اللحظات، يثبتون أن القوة تأتي من  
الداخل، هم أبطال قصصهم يتعلمون  
الحب من الألم، ويحتفلون بالنصر كلما  
تغلبوا على عقبة تبدأ الآمال.

قهيري خديجه / الجزائر

\*\*\*



## ويبقى في الحياة أمل

أتعبهم مرض السرطان، أهلكهم الكيماوي،  
غير ملامحهم وأبعدهم على من يحبون،  
علاجهم الكيماوي هو احتراق داخلي، جفاف  
في الحلق، آلام في العظام، إحساس بأن  
الطعام لا مضاق له، شعور بأن الملابس  
كريهة، نار تسري في الاوردة، وألم فجائي  
في أجسادهم تجعلهم يصرخون من شدته.

المريض بالسرطان دائماً يسأل نفسه  
لماذا أنا؟ لماذا الله اختارني أنا؟ لماذا  
ربي ابتلاني؟

ابتلاك لأنه يحبك، واختياره لك ليس عبثاً!  
اختارك لتكون مصدر قوة لغيرك، لتريهم  
مدى صبرك وقوتك، اختارك لأنك مميز،

ولأن الله يحبك ووضعتك في امتحان  
صعب، وسوف تكون قدوة وتبهر الناس  
بعزيمتك وإصرارك، وتفأؤلك، واختارك  
لتكون رمزاً للأمل والشجاعة، لا تأتي  
لذة الشفاء إلا بعد الصبر على الكفاح،  
ولا يليق اليأس بأرواح المؤمنين،  
السرطان خبيث ولكنه ليس خطيراً،  
الخطير هو أن تتخلى عن حبك للحياة  
والعيش فيها، فلا تقتل نفسك بأن تقتل  
الامل داخلك ولكن كن قوياً وثق بالله  
تعالى، وأكثر من الالتجاء إليه فهذا ما  
سيطرده من جسمك بإذن الله، اعتبر أن  
السرطان محطة في حياتك، وكان عليك  
مواجهتها كل ما يأتي من الله خيراً،  
فالمرض لم يأتي كعقاب كما يعتقد

البعض كأنها مغامرة بالحياة ومتعة  
بالشفاء، قف لنفسك معبراً عن مشاعرك  
المرهقة قائلاً:

\_عزيزي السرطان أنت تافه أمام قوّتي  
وعزيمتي، وبالرغم من كل هذا، شكراً،  
شكراً لك لأنك انت السبب الذي جعلني  
أحب نفسي وأخاف عليها.

أزهر من جديد اثبت لهم أن الذبول  
خرافة، السرطان لا يمنع السعادة، ولا  
يمنع الفرح، ولا يمنع المصاب به من  
عيش الحياة الطبيعية كأي شخص  
عادي.

أتمنى أن يأتي اليوم الذي يصبح فيه  
السرطان مجرد اسم برج من الابراج  
الفلكية.

المرض ليس في السرطان، إنما في  
عقول البعض، فكافكم تهويلًا للأمور  
وعيشوا كما يحلو لكم، خذها عبرة في  
حياتك أنت لست مريض أنت في امتحان  
من عند الله واكتفي بالله الشافي العافي،  
إن أمات السرطان زهرة في جوفك،  
فبستائك مزال حيًا، تمسك بالأمل لا  
تياس، وتوقع تحقيق هدفك في أي لحظة  
ما دمت محارب لمرض السرطان وما  
دام الأمل طريقًا فستشفى.

اللهم اشفي كل جسد أرهقه هذا المرض.

كرارزية عبير / الجزائر

\*\*\*

## المنافس الفتاك

بين طيات السّقم وَالْأَنِين، وَتَغْلغل جذور  
المخاض، صفحاتٌ سَطَّرتها أيدي الّهث  
وَأندثار السّعي في الدّنيا، وَفي عالمٍ  
يتشجح بالطّغيان وَالظّلام، وَطريق تلفه  
الأشواك وَالآلام، فينتسب الاعتلال  
مُحطّمًا جثمان صاحبه، وَيختلس عمره  
بما فيه من ماضٍ ومستقبل، وَهذا ما  
يطلق عليه بالحيّ الميت "إنه مريض  
السّرطان".

الذي اتلف الجسد وَنزع الأمل، وَوسط  
هذا الصّمت المطبق دعونا نلتمس طريق  
النّور وَنفتح نوافذ القلب لِتداعب الرّياح  
التي تعزف على مشارف الصّباح نشيد  
الأمل وَترويه بندي الفجر، لِشكل طوق

النجاة وبارقة الأمل ونمسك بالأيدي  
ونسدد الخطأ حتى يتم التغلب على  
الصّعب، ونتجاوز التحديات لتذوق طعم  
الشفاء، ونبني جسراً وسلاحاً بالدعاء  
والتوكل على الله.

حلا محمد عارف علاء الدين / سوريا

\*\*\*

## السرطان: تحدٍ يخلقُ أملاً جديداً

السرطان كلمة تحمل الكثير من الخوف والقلق، إنه ذلك الضيف الثقيل الذي يطرق الأبواب بلا استئذان، ويتسلل إلى أعماق النفوس لكن على الرغم من ظلامه الحالك فهو ليس نهاية الطريق إنما هو تحدٍ يواجهه الكثيرون ويحتاج شجاعة وإرادة قوية لمواجهته، فهو يحمل في طياته دروساً قيمة عن القوة والصبر.

عندما يُعلن الطبيب الخبر، ويكتشف الإنسان أنه مُصاب بهذه المرض الخبيث تتجمد اللحظة وكأن الزمن توقف، قد يشعر المريض بالضيق وتُسَف أحلامه مع كل تصريح لكن الأمل هو ما يجب أن

تتمسك به، هو رفيقنا الدائم، إنه الشعلة التي تضيء الطريق وتذكرك بأن كل يوم جديد هو فرصة القتال والسعي للشفاء والتغلب على الألم.

قد تمر بلحظات من اليأس لكن عليك أن تتذكر أن الأمل لا يموت، يُمكن أن يتجدد في كل صباح مع شروق الشمس، ومع كل ابتسامة تراها أو تُشاركها، هذه الأشياء تُذكرك بأن الحياة لا تتوقف بل استمر وأن هناك دائماً أمل في الغد.

عندما تواجه مرض السرطان تجد نفسك في رحلة مليئة بالتحديات لكن هذه الرحلة يُمكن أن تكون أيضاً مليئة بالدروس القيمة، تُعلمك كيف تُقدر اللحظات الصغيرة، وكيف تعيش كل يوم



كأنه هدية، خاصة مع وجود الدعم والسند من الأهل والأصدقاء، يُمكن أن يكون له تأثير عميق ويُعطي قوة إضافية ويخلق من حولك دائرة من الإيجابية والأمل، فالكلمات الطيبة والدعم العاطفي يُمكن أن يُخفف من وطأة الألم ويُعزز من روح الأمل.

فالاهتمام بالصحة النفسية والجسدية له تأثير كبير ومع كل جلسة علاج، كل لحظة صعبة ومؤلمة تتحت في شخصيتك أبعادًا جديدة من القوة والشجاعة، فالقوة ليست فقط في التغلب على المرض بحد ذاته بل في القدرة على مواجهة المخاوف والاعتراف بالضعف والسماح لنفسك بالشعور بكل

ما يجول في كل لحظة تعيشها سواء  
كانت مليئة بالفرح والحزن، تُساهم في  
تشكيل شخصيتك وتجاربك، فلتستقبل كل  
شعور بقبول ورضى، وتعلم كيف تعيش  
في الحاضر لأن الحياة ليست فقط عن  
الوصول إلى النهاية بل عن الرحلة  
نفسها.

قد تكون المعركة مع السرطان صعبة  
لكن هناك العديد من القصص الملهمة  
لأشخاص تغلبوا على السرطان وخلقوا  
من معاناتهم قوة جديدة، كما أن مشاركة  
القصص والتجارب الشخصية مع  
الآخرين يمكن أن تكون مصدر إلهام،  
فكل شخص واجهه أو يواجه السرطان  
لديه قصة فريدة، وكل قصة تحمل في

طيّتها دروسًا وعبرًا، يُمكن لهذه اللحظات البسيطة أن تُحدث فرقًا كبيرًا في حياة شخص آخر، وتُعيد لكم الأمل بأنفسكم بأنكم لستم وحدكم في هذه المعركة.

وفي ختام هذه الرحلة تجد أن الأمل هو النور الذي يضيء دربك حتى في أحلك الأوقات، هذا ما يجعلك تكتشف بوجود قوة في داخلك لم تكن تعلم بوجودها، فلتستمر في السعي نحو الشفاء، واحتفظ بالأمل في قلبك.

السرطان قد يكون جزءًا من رحلتك لكنه لا يُحدد هويتك وماهيتك، أنت تملك القدرة على تحويل الألم إلى قوة والمعاناة إلى أمل، لتستمر في الإيمان

بأن الغد يحمل لك الأفضل وتجعل من كل  
لحظة فرصة جديدة للعيش بشغف  
وامتنان.

هبة عيساوي / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني

## من العسر إلى اليسر

سرطان دمر العباد

فتك بحالهم

بين الأمس واليوم مالهم

رب اشف كل من به علل

قلل سقمهم دون عناء أو ملل

وعوض صبرهم كين حين

شغفا ثم أمل

واغرس ثمار الود في جوفهم

بحكمتك أحضن شملهم

بعطاءك قوي إيمانهم

لقد طال صبرهم

لقد طالت محنتهم

غابت البسمة عن وجوههم

غاب الأنس عن عرشهم

خذ الألم بذاتهم

أشواقهم تعسة

تناجي خالقها في صمت

تشتكي من وحدة

ترجو خلاصا ومودة

عاتبها الزمان وأهان

اشتدت بهم المحان

أنتزع من قلبها البر والأمان

رحلت الصحة

طالت الرحلة

لكن بعزمهم وصمودهم

بإرادتهم وطموحهم

أبادوا من طريقهم

كل جبان

كسروا القيود

أطلقوا العنان

حاربوا كل ما هو صعب ومحال

عزوار عائشة / الجزائر

\*\*\*

## الأمل في وجه الظلام

حين يأتي السرطان يطرق أبوابنا دون  
استئذان، نحمله كما نحمل أحلامنا، ثقيلًا  
أحيانًا لكنه ليس نهاية الحكاية.

السرطان ليس عدونا بل معلمنا الصامت  
الذي يذكرنا بقيمة النفس الأول في  
الصباح، انه يهمس لنا:

\_"أنا لست النهاية بل بداية قصة أخرى  
حيث يكون الأمل هو البطل".

نختار ان نحيا رغم العاصفة أن نزرع  
في قلوبنا زهور الصبر ونسقيها بدموع  
القوة، فتنبت أملًا ينبت من بين الألم  
ويمتد نحو السماء.



إلى أولئك الذين يخوضون معركة السرطان، إلى الأرواح التي تتحدى الألم بالشجاعة، تذكروا دائماً انكم أقوى مما تعتقدون، الحياة ليست مجرد أيام تمضي بل هي لحظات نعيشها بعمق حتى وسط التحديات.

اجعلوا الأمل رفيق دربكم فهو النور الذي لا ينطفئ، استندوا إلى أحببكم دعوا كلماتهم تكون السند الذي يحملكم أيامكم الصعبة، كونوا لطفاء مع أجسادكم غذوها بما تستحق من عناية، اجعلوا كل لقمة طعام دعاء بالشفاء، تحركوا بخفة ولو بخطوات صغيرة الحركة هي رسالة الحياة لجسديكم بأنكم ما زلتُم تقومون.

اعلموا أن الإيمان هو أعظم قوة، ثقوا  
أن الله وضع في قلوبكم قوة لا يدركها إلا  
من عايش الألم، لا تترك الظلام يبتلعك  
ففي قلبه دائماً بصيص نور، قاوم،  
ابتسم وكن شاهد على معجزة الحياة.

دبوب سيرين / الجزائر

\*\*\*

## زهرة تنمو في العاصفة

حين يلفُّ الألم الجسد، وتتشابك خيوط  
الظلام حول الروح، يظهر الأمل كنجمٍ  
صغيرٍ في سماءٍ حالكة، مرض السرطان  
ليس نهايةً بل هو بداية معركة تُظهر  
قوة الإنسان التي تخبئها الظروف  
الصعبة، هو اختبارٌ لكنه أيضاً فرصةٌ  
لاكتشاف القوة التي لم نكن نعلم  
بوجودها، القوة التي تجعلنا نحارب  
ونتمسك بالحياة بأظافر الإرادة.

في عيون المرضى، نرى إصراراً على  
الحياة، وفي ابتساماتهم نقرأ قصصاً عن  
صمودٍ لا يُكسر، هم كزهور تنمو وسط  
العاصفة تتحدى الرياح العاتية، وترتوي  
من دموع الألم لتزهر مجدداً كأنها

ترفض الاستسلام للذبول، في كل خطوة  
يخوضونها هناك رسالة للعالم: أن الأمل  
ليس مجرد كلمة بل سلاح يُشهر في  
وجه القدر.

السرطان لا يسرق الأرواح كما يظن  
البعض بل هو معركة تُكسب الإنسان  
صلابةً نادرة، المرضى لا يبحثون عن  
شفقة بل عن تفهم ودعم، إنهم أبطال بلا  
أوسمة لكنهم يحملون في قلوبهم  
شجاعة تفوق الوصف، كل جولة  
يخوضونها ضد المرض تترك أثرًا يشبه  
النقوش العتيقة شاهداً على معارك  
الصبر والكرامة.

كم من مريضٍ غافل الألم بضحكة، وكم  
من مريضٍ صنع من دمه نهرًا يسقي

به شجرة أمله، هم أشجارٌ شامخة،  
جذورها ضاربة في أعماق الإيمان،  
وأغصانها ترتفع نحو النور تبحث عن  
شمس الشفاء، ومن معاناتهم نتعلم أن  
الألم ليس عدوًا بقدر ما هو معلم يعيد  
ترتيب أولوياتنا ويمنحنا نظرة أعمق  
لمعنى الحياة لأنها ليست خالية من  
العواصف لكنها تستحق أن تُعاش بكل  
تفاصيلها، وأبطال السرطان يثبتون لنا  
أن العتمة مهما طالت لا بد أن تنقشع، كل  
لحظة ألم هي في الحقيقة صفحة جديدة  
تُكتب في رواية التحدي، وكل يوم  
يقضونه بشجاعة هو انتصارٌ على  
الظلام.

فلنقف بجانبهم ليس بالكلمات فقط بل  
بالأفعال التي تزرع في قلوبهم المزيد  
من القوة، ولناخذ من قصصهم دروسًا،  
فالحياة التي تتحدى الألم دائمًا تثمر،  
والابتسامة التي تأتي وسط الدموع دائمًا  
تنتصر لأنهم وببساطة هم نور الأمل في  
زمن تشتدّ فيه العواصف.

جيل العرفي / الجزائر

\*\*\*

## نور في قلب الظلام: رحلتى مع السرطان

في عالم مغمور بظلال الألم والأمل  
تتجلى قوة غامضة تدخل حياتنا دون  
استئذان، تحمل معها أثقال المعاناة  
وعواصف القسوة، وسط ذلك الظلام  
الدامس يتسلل مرض السرطان ببطء  
نحو مصير غامض، يترك بصمات لا  
تختفي على الجسد والنفس.

تلك القوة المستبدة كغزو غير مرحب به  
يقيم السرطان مستعمراً في الجسد،  
وينشر تأثيره كأشباح تجتاح كل زاوية،  
يستحضر في الأذهان ذكريات قهر  
وأرض محتلة، وتجعل من الشخص  
أسيراً لهذا الألم المتواصل ورغم كل  
ذلك، يظل التحدي قائماً، صوت يصيح

بصدى أعمق من الألم، يقاوم بحماس لا  
ينصب.

في المعركة بين النور والظلام يرتفع  
شعاع أمل يكسر حواجز الظلام ويفتح  
نافذة صغيرة في الكون الكبير، إنها  
كلمات تتبعث من الإيمان العميق تدفعنا  
للمضي قدماً مهما كانت التحديات.

في النهاية يكمن الفوز الحقيقي في  
الرضا الداخلي والانتصار على الذات،  
بعيداً عن ميدان المعارك الجسدية، هو  
التحدي الأزلي بين الروح التي لا تنكسر  
والمرض الذي يحاول إخضاعها.

وسط هذا الظلام الحالك يولد نور يعانق  
الروح، يضيء الطريق بأمل لا ينطفئ،  
ليكشف لنا أن هذه الرحلة ليست إلا



جزءاً من طريق طويل نحو النعيم الأبدي  
حيث ينتصر الإيمان والصمود على كل  
محنة وعثرة.

خولة بوشخلال / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

للتشر الإلكتروني

## نور الروح

عندما سقطت أول دمعة على وجنة  
حسام لم تكن دمعة ضعف بل كانت  
صرخة تمرد على القدر، فالتشخيص  
كان قاسياً: سرطان في المرحلة الرابعة،  
الأطباء تحدثوا بلغة الإحصائيات  
والأرقام لكن حسام سمع صوت الأمل  
بداخله وظلت روحه تتأمل رغم الألم،  
منذ تلك اللحظة قرر حسام أن يكون  
مختلفاً، لم يستسلم للمرض بل جعل منه  
فرصة لإعادة اكتشاف ذاته ولأن يكون  
قوياً، حيث بدأ رحلة روحية عميقة تعلم  
فيها معنى الحياة أكثر من أي وقت  
مضى، كتب وصيته للحياة في وقت  
مرضه وقرر أن يترك بصمة، أن يلمس

قلوب الآخرين، راسل مرضى آخرين،  
أسس مجموعة دعم، شارك تجربته، كل  
يوم كان يزرع الأمل في نفوس  
اليائسين، تعلم الرسم وبدأ يرسم لوحات  
عن الحياة فكل لوحة كانت رسالة، كل  
فرشاة تحمل قصة نضال وكفاح، أراد أن  
يثبت للجميع أن المرض جسد، والروح  
لا تقهر إثر ذلك، في إحدى الليالي وهو  
مستلقٍ على السرير، كتب:

\_"لست محاربًا ضد الموت بل مدافع  
عن الحياة، كل نفس أتفسه هو انتصار،  
كل لحظة أعيشها هي معجزة."

رغم الألم، رغم العلاجات المرهقة، ظل  
حسام يبتسم دائمًا ويأمل بالحياة، فقد  
أهداه صديقه كتابًا يحمل عبارة "الأمل

أقوى من الخوف"؛ صدق هذه العبارة وجعلها منهج حياة وقرر عدم الاستسلام للمرض، وعندما جاءت لحظة الشفاء، لم تكن مفاجأة فكانت نتيجة طبيعية لإرادة لا تعرف الاستسلام، فقد أصبح حسام رمزاً للأمل رغم الألم، ودرساً حياً في قوة الروح الإنسانية، وكانت روحه أقوى من المرض وإرادته أقوى من كل ألم، وكان يقول دائماً:

"المرض قد يهاجم الجسد لكنه لن يمس الروح أبداً."

شدني سمية / الجزائر

\*\*\*

## هي ليست نهاية إنما بداية أمل

إلى كل من يواجه تحدي السرطان في هذا العالم أنت لست وحدك في هذه الرحلة الصعبة بل أنت محاط بدعم من أحبائك وأصدقائك ومن مجتمع كامل يقف بجانبك كل يوم أنت تحارب بشجاعة وتصميم لا مثيل لهما وأعلم أن هذه المعركة تتطلب منك الكثير من القوة والتحمل لكنك أقوى مما تظن.

السرطان قد يكون جزءاً من حياتك الآن لكنه لا يعرف كل ما أنت عليه هناك العديد من الأشياء التي لا يمكن للسرطان أن يأخذها منك لا يمكنه أخذ حبك للحياة ولا يمكنه أن يسرق فرحتك

بالأشياء الصغيرة لا يمكنه أن يمنعك من  
الحلم أو من متابعة أهدافك وطموحاتك.

في كل يوم تواجه فيه هذه الصعوبات  
تتعلم شيئاً جديداً عن نفسك تكتشف مدى  
قوتك وكيف يمكنك أن تبقى إيجابياً حتى  
في الأوقات الصعبة، الحياة مليئة  
بالتحديات لكن في كل تحدي هناك فرصة  
للنمو والتعلم والتطور، عليك أن تؤمن  
بأنك قادر على التغلب على هذه العقبة  
وأنك ستخرج منها أقوى وأكثر حكمة.

تذكر أن كل لحظة تمر بها هي جزء من  
رحلتك الخاصة لا تستسلم للإحباط أو  
اليأس بل اجعل كل يوم فرصة جديدة  
لتجد شيئاً جميلاً ومثيراً في حياتك قد  
يكون ذلك ابتسامة من شخص تحبه أو

لحظة هدوء تجد فيها السلام الداخلي  
ابحث عن الأشياء التي تجلب لك  
السعادة والراحة وامنح نفسك الإذن  
للاستمتاع بها.

الأمل هو نور يضيء طريقك في الأوقات  
المظلمة لا تفقد الأمل في الغد الأفضل  
ولا في قدرتك على الشفاء الحياة تقدم  
لنا دائماً فرصاً جديدة لبدء من جديد  
ومهما كانت الصعوبات التي تواجهها  
تأكد أنك تمتلك القوة والإرادة للتغلب  
عليها.

أحط نفسك بالأشخاص الذين يقدمون لك  
الدعم الإيجابي والذين يؤمنون بك  
وبقدرتك على التغلب على هذه المحنة  
دعهم يكونون جزءاً من رحلتك ودع

قلوبهم المحببة تمنحك القوة التي  
تحتاجها للمضي قدمًا.

في نهاية اليوم اعلم أن الحياة ليست  
مجرد رحلة للوصول إلى وجهة معينة  
بل هي مجموعة من اللحظات والتجارب  
التي نعيشها ونشعر بها ونستمتع بها  
عش كل لحظة بوعي وامتنان وأعلم أنك  
لست وحدك في هذه المعركة أنت محاط  
بالحب والدعم والإيمان من كل من  
حولك، ابق قويًا وواصل القتال بثقة  
وشجاعة لأنك بطل في قصتك الخاصة  
وأنت تستحق كل الحب والسعادة  
والنجاح في هذه الحياة.

عمار تيسير / مصر

\*\*\*



## السرطان: ابتلاء الصابرين وأجر المحتسبين

السرطان ابتلاء من الرحمان

يصيب الصغار والكبار والشبان

داء دون دواء

يعالج فقط بالكيمياء

معاناة في السراء والضراء

مرضى لا حول لهم ولا قوة

مبتسمون رغم البلوة

أيامهم مثقلة وهم في قسوة

رغم الألم وجوههم ضاحكة مستبشرة

ونفسهم مؤمنة بقضاء الله وراضية

صامدون متحدون يتألمون ولا يتكلمون

رغم الألم والابتلاء حامدون وشاكرون  
يصلون ويصومون ويقوموا الليل ويدعون  
متفائلون بالشفاء العاجل والراحة  
أملهم وجه مشرق واستراحة  
غدائهم مسكن ألم وتفاحة  
أقذارهم مكتوبة  
قلوبهم محبوبة  
أجسادهم عارية من الشعر  
أنفسهم محبة للخير  
لا تعرف الحقد والشر والغضب  
وجوههم جميلة وصبرهم جميل رغم  
البلاء يا للعجب

سبحان من خلقهم وابتلاهم وميزهم عن  
غيرهم من البشر

السرطان مرض خبيث لكن أجره عظيم

المصاب بالسرطان الله به عليم

يجازيه خير الجزاء والإحسان

أجر الصبر وأجر البلاء

أجر الألم وأجر الشقاء

أجر دمع العين والبكاء

عيون من الدموع لأمعة كأنها مرجان

رائحة عطرة كالمسك والأقحوان

اللهم انزل الشفاء على أجسادهم

اللهم اجبر بخاطرهم وقلوبهم

اللهم ارحم من مات بالسرطان منهم  
اللهم ارنا عجائب قدرتك في من آذاهم وظلمهم  
اللهم افتح لهم أبواب رحمتك وجنتك وعزتك.

سولاف قبي / الجزائر

\*\*\*

## شموع الأمل

إلى أولئك الذين يقفون في وجه الرياح  
العاتية ويزرعون الأمل في حقول الألم،  
أنتم نجوم في سماء حالكة تثيرون  
الطريق لكل من حولكم، قد يثقل المرض  
كاهلكم لكن قلوبكم النقية أقوى من كل  
ألم، أنتم معجزة الصبر، حكاية التحدي،  
وصوت الإرادة، في كل يومٍ جديد تثبتون  
أن الحياة تستحق أن تُعاش رغم كل  
شيء، وأن كل جرحٍ يمكن أن يُبدل  
بابتسامة انتصار، لا تتركوا المرض  
يخدعكم، فهو ضيف عابر في مسيرة  
أرواحكم العظيمة، أنتم أقوى من وجعه،  
وأسمى من قيوده، لكم منا الدعاء  
والمحبة، ولكم وعد الحياة أن تُشرق

عليكم شمس النصر تحمل في دفئها أمل  
الشفاء وأحلامًا جديدة، تذكروا دائمًا:  
الأم لا يدوم ولكن عزيزتكم هي التي  
تُخلد، أنتم أبطال حقيقيون، وشموع  
مضيئة في درب الحياة.

زهراء عبدالناصر خويطر / فلسطين

\*\*\*

## السرطان القاتل

بمناسبة اقتراب اليوم العالمي لمرضي  
السرطان أريد أن أقول أن الأمر ليس  
بالهين أبدًا، نفسياتهم بدأت تتحطم رويدًا  
رويدًا، يتألمون كثيرًا حد البكاء، ويبدأ  
وزنهم يتناقص جراء الدواء الكيميائي،  
كم من شخص كان صلبًا من الخارج  
ولين من الداخل، وكم من شخص كان  
يبين عجزه وألمه للناس ولكن هيهات لا  
يستطيعون تخفيف ألمهم إلا بكلمة طيبة  
تمدهم جرعة من الأمل.

إنهم يجاهدون في سبيل العيش والبقاء  
في هذا العالم، كل سنة نسمع عدد كبير  
من الوفيات جراء هذا المرض اللعين،  
والمشكلة يوجد أشخاصًا لا يستطيعون

شراء أدوية، ويوجد أيضًا من قام ببيع سياراته أو بيته من أجل دفع المال اللازم، الحياة ليست ورديّة دائمة بل يوجد صعوبات وحواجز، ويبقى أمل موجود في كل شيء.

وكنصيحة: إن الصحة عندما تذهب لا ترجع أبدًا وإن المال يعود بأي طريقة، ولذا يجب محافظة على أنفسنا لأننا سنحاسب عليها عند الله، ويجب عليك أن تنتصر عليه ولا تدعه ينتصر عليك.

كيسوم فاطمة الزهرة / الجزائر

\*\*\*



## معاناة

كلمة تهز الأسرة بضرباته  
من أجل شهوة جنسية ولذاتها  
إنها المرأة وسرطان ثديها  
تعمل جاهزة من أجل هلاكها  
من المسؤول في تغير حالها  
إنها أدوية فتاكة تأتي بضرباتها  
سرطان الثدي أفسد الأسر وجمالها  
واخلط المسار الطبيعي لرضيعها  
ذهب الحليب الطبيعي من ثديها  
وأصبح مرض معدي لولدها  
معاناة في مجتمع إسلامي يتعمد جهلها

إنها المرأة كانت في إسلام يحميها

ويوصيها بتقوى الله ويداويها

لا شفاء إلا بالتخلي عن دواعيها

سرطان خطير يهز ثديها

نصيحة لمن يعمل بمعانيها

أيتها المرأة حافظ على الزواج ببعك عنها

وارحم أطفال في حياة تبنيها

ياسين دفاف / الجزائر

\*\*\*

## حكاية لا تُهزم

السرطان ذلك الاسم الذي ينقض على الحياة دون سابق إنذار محملاً بموجات من الألم والتحدي، لكنه ليس النهاية بل بداية معركة حقيقية تعيد تشكيل الروح، تقلب الموازين، وتكشف عن قوة دفينة في أعماقنا لم نكن ندركها.

حين يُذكر السرطان يخطر بالبال الخوف أولاً، فهو كضيف ثقيل يقتحم الجسد بلا استئذان لكنه أيضاً فرصة لنفهم معنى الحياة بشكل أعمق، تلك التفاصيل الصغيرة التي كنا نتجاهلها تصبح ذات قيمة كبيرة، الضحكات العفوية، النسمات العابرة، وحب من حولنا، كلها تتحول إلى كنوز لا تُقدر بثمن.

التحدي أمام السرطان ليس فقط في العلاج أو تحمل الألم الجسدي بل هو في التصالح مع النفس، في تقبل الضعف ثم النهوض مجددًا، هو اختبار لصبرنا وإيماننا يقف أمامنا كسؤال وجودي: كيف نعيش عندما تصبح الحياة محاطة بالغموض؟ وكيف نتمسك بالأمل عندما يبدو أن كل شيء يتلاشى؟

إن السرطان يعلمنا أن القوة ليست في الأنا نشعر بالضعف بل في قدرتنا على تجاوزه، إن الألم ليس عدوًا بل معلمًا يذكرنا بقيمة اللحظات التي نعيشها، كل انتصار صغير على هذا الطريق، كل جلسة علاج تحمل بين طياتها أملًا جديدًا، وكل يوم يمر هو شهادة على أننا

أقوى مما نظن، وليس المريض وحده من يواجه السرطان بل هو تحدٍ للعائلة، للأصدقاء، لكل من يحب بصدق، إنه اختبار للإنسانية، للقدرة على العطاء، للدعم غير المشروط، ففي هذه الرحلة تظهر القلوب الصادقة التي تحمل على عاتقها مهمة التخفيف، البقاء بجانبنا حتى في أصعب اللحظات.

قد يكون السرطان كمعركة طويلة لكنه ليس حربًا خاسرة، فهو يفتح أعيننا على قيمة الحياة، يدفعنا لنحب بصدق، لنعيش بامتنان، ولنقف في وجه الألم بابتسامة تحمل بداخلها صمودًا وإيمانًا.

وفي النهاية السرطان ليس فقط مرضًا يُصارع بل هو صفحة تكتب فيها قصص

الشجاعة، قصص أولئك الذين لم  
يستسلموا، الذين صنعوا من آلامهم  
حكايات عن انتصار الروح على الوجد،  
لأن الحياة مهما كانت قاسية تظل  
تستحق العيش حتى آخر نبض.

يارا علاء الدين / مصر

\*\*\*

## الأمل في وجه الظلام

عندما يُذكر السرطان لا يُذكر كمرض  
 وحسب بل كاختبار يتسلل إلى تفاصيل  
 الحياة ليقلبها رأسًا على عقب، إنه ليس  
 مجرد خلل يصيب الجسد بل زلزال  
 داخلي يهز الروح، يسأل كل شيء:  
 القوة، الإيمان، وحتى معنى الحياة،  
 ولكن هل يمكن للإنسان أن يجد الضوء  
 وسط هذا الظلام؟

السرطان يعرفك على جانب آخر من  
 الحياة، ذلك الجانب الذي كنا نتجاهله،  
 الجانب الذي يكشف عن حقيقة هشاشتنا  
 كبشر لكنه في الوقت ذاته يفتح أبوابًا  
 لقوة خفية لم نكن نعلم بوجودها،  
 المرض يأخذ منك أشياء كثيرة: صحتك،

راحتك، وربما أجزاء من جسدك لكنه  
أيضًا يهيك شيئًا نادرًا: تقدير اللحظة؛  
في كل يوم يعيشه مريض السرطان  
تصبح الحياة أكثر وضوحًا، تصبح  
التفاصيل الصغيرة: شروق الشمس،  
صوت العصافير، دفء يد شخص عزيز  
معاني كبيرة.

المرض لا يسلبك الحياة بل يدعوك  
لتراها من زاوية جديدة حيث تصبح كل  
لحظة هدية ثمينة تستحق أن تعاش في  
عمق الألم، تجد نفسك أمام خيارين: أن  
تستسلم للظلام أو أن تبحث عن نور،  
وهذا النور قد يكون في كلمة دعم من  
قريب، في ابتسامة طفل، أو في لحظة  
إيمان عميقة بأن ما تمر به ليس



النهاية، الأمل في مواجهة السرطان ليس رفاهية بل هو ضرورة، هو الوقود الذي يبقيك واقفاً بينما العاصفة تحاول اقتلاعك.

هذا الكتاب لا يروي فقط خواطر عن الألم أو المرض بل يحكي عن الروح البشرية في أسوأ حالاتها، حين تصر على الحياة، حين ترفض الانحناء أمام المجهول، وحين ترى في كل يوم جديد فرصة أخرى للقتال.

إلى كل مريض يخوض هذه المعركة: السرطان قد يختبرك في كل شيء لكنه لا يحددك، ليس هو من يعرف من تكون بل كيف تختار أن تواجهه، القوة ليست في خلو الجسد من الألم بل في الروح

التي ترفض أن تنكسر، في هذا الكتاب  
أشارككم أصواتًا حقيقية، قصصًا عن  
أناس رأوا المرض كمعركة، لا كهزيمة،  
وعن آخرين تعلموا أن الألم ليس نهاية  
الطريق ولا استسلام بل بداية لتقدير  
أعمق للحياة.

قد يكون السرطان ظلامًا لكنه ليس أكبر  
من نور الأمل الذي يسكن في قلوبنا،  
لأن الأمل في النهاية ليس مجرد شعور  
بل هو فعل، هو اختيار أن تستيقظ كل  
يوم، أن تناضل، أن تحب، وأن تعيش  
حتى في وجه أصعب اللحظات.

"الأمل في وجه الظلام" ليس فقط كتابًا  
بل هو يد تمتد لكل من يشعر بالوحدة،  
وصوت لكل من يظن أن المعركة أكبر

منه، إنه تذكير بأننا جميعًا قادرون مهما  
بدت الطريق طويلة، ومهما كان الألم  
شديدًا.

الحياة ليست في عدد الأيام بل في  
اللحظات التي نتشبث بها، فلتكن كل  
لحظة في حياتك عنوانًا للأمل، ولتذكر  
دائمًا: النور موجود حتى في أحلك  
الظلال.

السرطان هي كلمة قد تبدو ثقيلة بالفعل  
لكنها ليست النهاية، هو معركة، نعم،  
لكنه أيضًا فرصة لإعادة اكتشاف الذات  
ومعنى الحياة، المرض يسرق الكثير  
منك؛ حياتك، طفولتك، أحلامك، كل  
شيء، لكنه يمنحك شيئًا نادرًا: رؤية  
التفاصيل الصغيرة التي كنا نغفل عنها،

ضحكة عابرة، شروق شمس، أو لحظة  
هدوء وسط الفوضى التي داخلنا.

الأمل ليس رفاهية بل هو أساس البقاء،  
هو القوة التي تدفعك للنهوض كل يوم  
رغم الألم والخوف، السرطان قد يضعف  
جسدك لكنه لا يستطيع كسر الروح التي  
تختار أن تقاوم، أن تحب، أن تعيش وأن  
تقاوم الضربات التي مررت بها، وإن  
الألم مؤقت لكنه يترك خلفه دروسًا  
جميلة أبدية: أن الحياة تستحق أن تُعاش  
وأن الأمل هو النور الذي يقودنا حتى  
في أحلك الظلام، اختر دائمًا أن تقاوم  
لأنك أقوى مما تعتقد انت فقط.

أميرة عتامية / الجزائر

\*\*\*

## أمل يتجدد رغم الألم

السرطان ليس نهاية الطريق بل بداية  
لمعركة تُظهر قوة الروح وعزيمتها، هو  
اختبار للقلوب الصبورة والنفوس  
المليئة بالإيمان التي لا تتكسر مهما  
اشتدت العواصف، الحياة مع السرطان  
ليست سهلة لكنها ليست مستحيلة، هي  
دعوة لتعيش اللحظة بكل ما فيها من  
جمال، ونرى النعم الصغيرة التي قد  
أغفلناها.

تذكر أن الأمل رفيق الطريق حتى في  
أحلك الأوقات، يمكن للمرض أن يضعف  
الجسد لكنه لن يستطيع كسر إرادة صلبة  
تؤمن بالغد، كل يوم جديد هو فرصة  
للتحدي، للحب، وللابتسامة.

لا تخجل من ضعفك، ولا تخف من  
دموعك، فهي دليل على إنسانيتك، لكن  
لا تسمح للخوف أن يطفئ نورك الداخلي  
أنت لست وحيداً، وهناك من يحبك،  
وهناك من ينتظر أن يرى انتصارك.

عش حياتك بشجاعة وتذكر أن كل لحظة  
نقضها مع من نحب هي كنز، ودوماً  
حتى في أحلك الليالي هناك شمس  
ستشرق حاملة معها الأمل من جديد.

كرار بوش دنيا زاد / الجزائر

\*\*\*

## مرض سلطان

سُئلت عن أصعب مرض وجاءت كلماتي  
متلثمة تحمل ثقل الحزن الذي يعجز  
عن التعبير، سلطان المرض ليس في  
اسمه فقط بل في قوته التي تخنق  
الروح، في الصمت الذي يسرق النفس  
من الأعماق، في لحظات العجز التي  
تشعر فيها أن الحياة تبتعد خطوة  
بخطوة.

نعم، سلطان المرض قد يكون الأصعب  
لأنه لا يترك مساحة للروح أن ترتاح أو  
للقلب أن يطمئن لكنه أيضاً يذكرنا بعمق  
الصبر وقوة التحدي التي تسكن داخلنا.

فما يجعل المرض سلطانًا هو تأثيره لكن  
ما يجعل الإنسان أقوى هو الأمل الذي  
ينهض به مهما اشتدت الأحزان.

ندي عبدالخالق / مصر

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني



## نور الأمل وسط عتمة السرطان

حين يخبرونك أن السرطان قد اختار أن يرافقك في رحلتك، قد تشعر وكأن الليل قد هبط فجأة بلا نجوم، وكأن العاصفة لا نية لها أن تهدأ، لكن يا صديقي، ألم تعلم أن أقوى النور ينبثق من أعم الظلام؟ وأن العاصفة مهما اشتدت لا بد أن تفسح المجال للهدوء؟

السرطان ليس نهاية الرحلة بل بداية فصل جديد من الحياة، فصل تتعلم فيه كيف تقدر اللحظة؟ كيف تستمتع بابتسامة عابرة؟ وكيف تحوّل كل يوم إلى قصة ملهمة؟

الحياة بالسرطان ليست حرباً تخوضها ضد ذاتك بل سلام تصنعه مع ضعفك،

وقوة تكتشفها في كل خلية من روحك،  
إنه درس في الصبر، في الشجاعة، وفي  
الأمل الذي يزهر رغم الألم.

حين يثقل الألم كاهلك تذكر أن بداخلك  
قلبًا نابضًا، لا يزال ينبض بالأحلام، وأن  
حولك أحبباء ينتظرون أن يروا قوتك  
تضيء حياتهم، السرطان قد يسلب منك  
بعض اللحظات لكنه لا يملك أن يسرق  
منك روحك المضيئة ولا إرادتك التي لا  
تُهزم.

ازرع الأمل في قلبك كما تزرع شجرة  
صغيرة في أرض قاحلة، قد تبدأ ضعيفة  
لكن مع الرعاية والصبر ستتمو وتزهر  
حتى تغدو ملجأ للطيور والمسافرين.

أنت أقوى مما تظن، وأيامك المقبلة  
تحمل في طياتها جمالاً لا نهاية له، فقط  
إن قررت أن تؤمن بأن الغد أجمل.

أمامة العربي / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني

## نور يتسلل من بين الجدران

في زوايا الألم المعتمة حيث تتلاشى  
ضحكات الأيام خلف غيوم المرض  
الثقيلة، ينبض الأمل كشمعة لا تعرف  
الانطفاء، السرطان ليس نهاية بل بداية  
لمعركة تُقاتل فيها الأرواح بشجاعة،  
وتُسَطر فيها قصص الصمود بمداد  
العزيمة.

حين يسقط الجسد تحت وطأة العلاج  
ينهض القلب بحلم الحياة، وحين  
تُحاصرنا الأسئلة المؤلمة نُجيب بصمت  
الأمل الذي ينمو كزهرة بريّة تتحدى  
الرياح وتزهر رغم كل شيء.

لِمَ الخوف من الظلام ونحن نحمل في  
أرواحنا ضوءاً أبدياً؟

الألم عابر، والخوف وهمّ يتلاشى مع  
أول ابتسامة تُزيّن وجوهنا، ومع كل  
خطوة نخطوها نحو الشفاء.

لكل مريضٍ يواجه هذا الطريق الشاق،  
اعلم أن المرض لا يُعرفك، أنت أقوى  
من أي تشخيص، وأجمل من أي لحظة  
ضعف، قف واصنع من وجعك درسًا،  
ومن خوفك جسرًا يعبر بك نحو غدٍ  
مشرق.

الأمل ليس رفاهية بل هو حقّ، هو ذاك  
النور الذي يتسلل بين جدران الألم  
ليخبرنا أن الغد دائمًا أجمل، فتمسكوا به  
لأنه وجه الحياة الذي لا يشيخ أبدًا.

مريم حسن البكور/ سوريا

\*\*\*

## نبض الأمل في ظل المعاناة

عندما تتعانق الأوجاع في ليالي الألم،  
تستقر الأرواح في حيرة عميقة، يأتي  
السرطان كعابر سبيل يترك أثره المؤلم  
على القلب، لكن في كل شخص محارب  
ينبض الأمل كنجمة تُضيء في ظلمات  
اليأس.

لا تدع للعزيمة أن تتراجع، فالإرادة هي  
السلاح الذي يشق طريقه نحو الفرح،  
تذكر أن الله قادر على نشر الأمل في  
ثنايا المعاناة، كل جرح يمكن أن يصبح  
قديلاً ينيّر دروب المحبين ويعزز  
الإيمان.

يجب أن نتقبل أن الأحزان ليست نهاية  
الطريق، إنها فصول في كتاب الحياة،

وكل لحظة من الألم تمهد لجسر نحو  
الغد الأفضل، في محنتك، لا تنس أن  
تبتسم، فكل ابتسامة هي وعد بوجوه  
جديدة وأيام مشمسة قادمة.

أنت محارب وتحمل في قلبك قوة هائلة،  
تذكر أن في داخلك شمسًا لا تغيب، وأن  
الأمل موجود دائمًا حتى في أوقات  
الظلام.

فاطنة ازريرة / المغرب

\*\*\*

## روح على حافة النّجاة

في تلك الغُرفِ البيضاء الصّامته حيثُ  
تتأرجحُ الأرواحُ بين الأملِ واليأسِ،  
سكنَ الألمُ كضيفٍ ثَقِيلٍ يَأبَى الرّحيلَ،  
خلفَ تلكَ الابتساماتِ المُتصنّعةِ والوجوهِ  
الشّاحبةِ اختبأتِ دموعٌ لم تجد طريقها  
للانهمارِ، تتساقطُ ذكرياتهم كأوراقٍ على  
حافةِ الأرضِ، لا أحد يُصغي لهم بيد أنهم  
يصرخون في دواخلهم، يصرخون بألم  
لم يعرفه سوى من عاشه.

السّرطان ذلك العدو الخفيّ يقتاتُ على  
الأملِ شيئاً فشيئاً تارِكاً خلفه كومة  
ذكرياتٍ مهمّشةٍ، لم يكن يوماً مرضاً  
يلتهم الجسدَ فحسب بل هو عاصفةٌ  
مزّقت الأحلامَ وألقت بالأرواحِ في متاهةٍ



من الخوف، كيف للجسد أن يخون  
ساكنه؟ وكيف للأمل أن يزهر في أرض  
قاحلة محاصرة بالعتمة؟

تلك الوجوه التي لطالما ابتسمت للحياة  
باتت الآن شاحبة، الأعين التي كانت  
تلمع بالأحلام أصبحت غارقة في بحر  
من الدموع، ظنوا أن الأيام ستبقى تمر،  
وفي برهة اكتشفوا أن الزمن سينفذ من  
بين أصابعهم كما ينفذ الرمل، الأيام  
المزهرة صارت اليوم لوحدة باهتة  
والأمل فيها خط رفيع كاد ينقطع، كل  
مرة يدخلون غرف العلاج تزداد  
أرواحهم ضعفًا وأجسادهم انكسارًا، لم  
يقاتلوا البتة لأجل البقاء بل لأجل أن  
يتركوا أثرًا في العالم، هل يعرف أحدكم

كم من المرير أن تعيش حياتك تحت  
تهديد اللحظات القادمة؟ كيف لجسد  
متعب أن يحارب روحًا ضاقت بها  
الأرض؟

في كل مرة تغلق أعينهم على أمل لا  
يتحقق يتلاشى الحلم ويسقط على جدران  
الغرف ويبقى القلب وحيدًا في معركة مع  
الزمن محاربًا لم يتوقف قط عن الكفاح  
ولكن ماذا بوسعه أن يفعل حينما يسقط  
كل شيء؟

ورغم ضعف الأمل ههنا إلا أنه لا زال  
يهمس في أعماقهم:

\_"ربما، ربّما هذه المعركة لن تكون الأخيرة".

اعزائي في وسط الألم والمعاناة اعلّموا  
أنّ في أعماقكم قوة عظيمة لا يعرفها إلا  
من خاض هذا الطريق، قد تكون الأيام  
صعبةً أمامكم والآلام شديدةً ولكن في  
قلب كل معركةٍ توجدُ بارقةٌ أمل تُرشدكم  
إلى طريق الشفاء، تذكروا دومًا أن الأمل  
لم يكن مجرد كلمةٍ وإنما هو وقودٌ يشعل  
العزيمة في أرواحكم، أنتم الأبطال  
والظلام لن يدوم طويلاً، أملككم هو نجمٌ  
يضئ سماء اليأس، فلا تتوقفوا عن  
الإيمان بالمعجزات، لستم بمفردكم في  
هذا الطريق، فمعكم من يحبكم ويدعو  
لكم، ولا تنسوا أن هذا المرض الخبيث لا  
يتمكّن إلا ممّن ضعفت روحه، وأسأل من  
الله ان يرفع عنكم البلاء ويرزقكم الشفاء

العاجلَ وأن يجعل هذا المرضَ تكفيرًا  
للذنوبِ ورافعًا للدرجات، آمين.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا.

سندرا زريقي / تونس

\*\*\*

نسمات الأدب

للتش الإلكتروني

## جنود السرطان

"ألم، وجع، آهات، صراع داخلي، صبر،  
قوة، ثبات"؛ نحن مرضى السرطان  
وبالرغم من كل التحديات إلا أننا لا  
نتردد في مواجهة الألم بشجاعة.

نحن رباط الشأن ولا نخشى شيء،  
فصراعنا ليس من أجل الاستقلال فحسب  
بل هو نضال حقيقي لتحقيق أحلامنا.

سقطت خصلات شعرنا لكن جمالنا لم  
يزل بل تكمن قوتنا في روحنا التي تشع  
بالبهاء.

هناك من يقاوم المرض رغم آلامه،  
ويسير في دروب الحياة بلا كلل، مرددًا:  
أوجعيني، فكل ألم أحسبه أجرًا.

نحن أبطال، وبتفأؤلنا وإصرارنا نتحدى  
كل صعوبة.

إنها ليست علامة على الضعف بل هي  
قوة الإرادة من ذات الله المطلقة.

لا مكان للاعتراض أو السخرية بل نحن  
ممتنون لما أكرمنا الله به لنستحق بفضل  
ذلك جنات الخلد.

نحن مرضى السرطان، صناع الأمل،  
وقد قمنا برسم البسمة على وجوه من  
يواجهون الصعوبات.

كنّا فجرًا، وكنّا شمسًا مشرقة.

شعارنا هو النضال والكفاح من أجل البقاء.

عُمّاري أسماء / الجزائر

\*\*\*

## نبض الحياة "الجزء الأول"

كان صباحًا عاديًا في حي هادئ حيث تعيش أميرة مع طفليها يوسف ونور وزوجها أحمد، كانت حياتها بسيطة تمضي أيامها بين ترتيب المنزل والعمل الجزئي لتوفير احتياجات الأسرة.

ذات يوم شعرت أميرة بكتلة صغيرة في صدرها، لم تهتم كثيرًا، ظنت أنها مجرد إجهاد، لكن مع مرور الأيام زادت الكتلة وبدأت تسبب لها ألمًا طفيفًا، بعد إلحاح من أحمد قررت زيارة الطبيب لإجراء الفحوصات، جلس الطبيب معها بوجه متجهم وقال:

للأسف التحاليل تؤكد أنك مصابة بسرطان الثدي.

تجمدت أميرة في مكانها ولم تعرف كيف  
ترد، شعرت وكأن العالم كله توقف،  
كيف لها أن تترك طفلها؟ كيف ستواجه  
هذا الكابوس؟

\*\*\*

## البداية: قرار الكفاح

عادت أميرة للمنزل وهي في حالة من  
الانهيار لكن نظرة واحدة لطفلها أعادت  
لها القوة، قررت ألا تستسلم.

\_"سأحارب من أجلكم"\_. قالت لنفسها  
وهي تضمهم بقوة.

بدأت رحلتها مع العلاج، وبدأت جلسات  
الكيمائي التي كانت مرهقة جدًا، كانت  
تعود من المستشفى منهكة بالكاد  
تستطيع الوقوف لكنها كانت تتظاهر



بالقوة أمام طفليها، كانت نور التي لم  
تتجاوز السبع سنوات تقترب منها  
لتقول:

\_ماما، أنتِ أجمل حتى من دون شعركِ.

كانت كلماتها تذيب ألم أميرة وتشعرها  
بأنها قادرة على مواجهة أي شيء.

\*\*\*

الدعم الذي أضاء الطريق

في وقت كانت أميرة تشعر فيه بأنها  
وحيدة، ظهر الدعم من كل مكان،  
الجيران نظموا جلسات دعاء جماعية  
لها، زوجها أحمد قرر تقليل ساعات  
عمله ليكون بجانبها، حتى يوسف ابنها  
الأكبر قرر أن يدخر مصروفه ليشترى  
لها الأزهار في كل زيارة للمستشفى.

كانت صديقتها المقربة سلمى تظهر كل يوم بوجبة طعام جاهزة أو كتاب يحفزها على الاستمرار، أخبرتها يومًا:

\_ أنتِ محاربة، تذكرني ذلك دائمًا.

\*\*\*

## الأمل في كل خطوة

رغم الصعوبات كانت أميرة ترى الأمل في أبسط الأشياء: ابتسامة طفل، أشعة الشمس التي تدخل غرفتها، أو حتى كلمات طيبة من ممرضة في المستشفى.

في أحد الأيام قررت أن تكتب رسائل صغيرة لأطفالها لتقرأها لهم سلمى إذا حدث لها مكروه، لكنها حين بدأت الكتابة أدركت أنها لم تفقد الأمل بعد، مزقت الأوراق وقالت لنفسها:

\_"سأعيش، سأكون معهم لأطول وقت ممكن."

\*\*\*

## المعجزة الصغيرة

بعد شهر من العلاج الشاق جاءت اللحظة الحاسمة، أخبرها الطبيب أن عليها إجراء جراحة لإزالة الورم، كانت خائفة لكنها واجهت الأمر بشجاعة.

بعد الجراحة انتظرت النتائج بفارغ الصبر، وحين جاء اليوم، دخل الطبيب بابتسامة وقال:

\_"أميرة لقد نجحنا! أنت الآن خالية من السرطان."

لم تستطع أميرة كبح دموعها، احتضنت أحمد وقالت:

\_"أخبرني أن هذا حقيقي؟"

\_ نعم، حقيقي، حاربتِ وانتصرتِ.

\*\*\*

## العودة للحياة

عادت أميرة لحياتها تدريجيًا، قررت أن  
تكرّس وقتها لدعم النساء المصابات  
بالسرطان وأن تحكي قصتها لكل من  
يحتاج الأمل، في كل مرة ترى طفلها  
يلعبان، تشعر بأنها ولدت من جديد،  
كانت تخبرهما:

\_ الحياة قد تكون صعبة لكنها تستحق الكفاح.

وفي يوم، بينما كانت تمسك بيد نور  
وتسير في الحديقة، همست لها ابنتها:

\_ ماما، كنتِ دائمًا وستظلين نبض حياتنا.

ابتسمت أميرة وأدركت أن كل ألم عاتته  
كان يستحق لأنها مازالت هنا تكتب  
فصولاً جديدة من الحب والأمل.

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني

## نبض الحياة "الجزء الثاني"

مرّت الأيام وعادت أميرة إلى حياتها الطبيعية شيئاً فشيئاً، لكن بعد كل ما مرت به لم تعد هي نفسها، كان الألم الذي عاشته قد أعاد تشكيل شخصيتها؛ أصبحت أقوى، أكثر وعياً بقيمة الحياة، وأكثر تصميمًا على ترك أثر في كل مكان تذهب إليه، قررت أميرة أن تستغل هذه التجربة لتكون مصدر إلهام للآخرين، لم يكن الأمر سهلاً، فالذكريات المؤلمة كانت تعود بين الحين والآخر خاصة عندما تمر من أمام المستشفى، أو ترى شعرها القصير في المرآة تذكيراً بفترة العلاج، لكنها كانت تواجه هذه اللحظات بابتسامة وتقول لنفسها:

\_"كل علامة على جسدي هي دليل على قوتي."

\*\*\*

## مساعدة الأخريات

أحد أحلام أميرة كان إنشاء مجموعة دعم للسيدات المصابات بالسرطان، تواصلت مع المستشفى الذي كانت تتلقى العلاج فيه وعرضت فكرتها، أعجبت الإدارة بالفكرة وسرعان ما بدأت بتنظيم جلسات أسبوعية.

في أول لقاء دخلت القاعة بخطوات ثابتة لكنها كانت تشعر بالتوتر، نظرت إلى السيدات الجالسات أمامها، كل واحدة منهن تحمل قصتها الخاصة، عيونهن مليئة بالخوف والحزن، أخذت نفساً عميقاً وبدأت حديثها:

"مرحبًا، أنا أميرة، كنت في يوم من الأيام أجلس على هذا الكرسي، أشعر بالخوف والضعف مثلكم لكنني هنا الآن لأخبركم أن الحياة تستحق الكفاح، نحن أقوى مما نعتقد."

كانت كلماتها تلامس القلوب، بدأت السيدات بالتفاعل، كل واحدة تروي جزءًا من معاناتها، كانت أميرة تستمع، تقدم النصائح وتشاركن تجاربها الشخصية، شعرت بأنها ليست فقط تساعدهن بل تعالج نفسها أيضًا من خلال هذه اللقاءات.

\*\*\*

## التحدي الجديد

رغم نجاحها في المجموعة، كانت أميرة تواجه تحديات جديدة؛ أحد هذه التحديات



كان نظرة المجتمع، البعض كان يعاملها وكأنها "ضعيفة" أو "منكسرة" بينما هي شعرت بالعكس تمامًا، ذات يوم أثناء تسوقها سمعت جارتها تقول:

\_ أميرة تغيرت كثيرًا، أظن المرض أثر عليها.

ابتسمت أميرة وتجاهلت التعليق لكنها في أعماقها شعرت بالألم، عندما عادت إلى المنزل، قررت كتابة رسالة لنفسها:

\_ "يا أميرة أنتِ تغيرتِ للأفضل، المرض لم يكسرِكَ بل أعاد بنائكِ، لا تدعي أي شخص يُقلل من قوتكِ."

علّقت الرسالة في غرفتها لتكون تذكيرًا دائمًا لها.

\*\*\*

فرحة جديدة

في أحد الأيام تلقت اتصالاً من مدرسة  
طفليها حيث أخبرتها المعلمة أن يوسف  
قد كتب مقالاً عن والدته وتم اختياره  
كأفضل مقال في مسابقة المدرسة،  
ذهبت أميرة لحضور الحفل، وعندما قرأ  
يوسف مقالته، لم تتمالك نفسها من  
البكاء، كتب:

"أمي ليست مجرد أم هي بطلنة، عندما  
كنت صغيراً، كنت أعتقد أن الأبطال  
موجودون فقط في القصص لكن أمي  
أثبتت لي أن الأبطال الحقيقيين يعيشون  
بيننا، علمتني أن القوة ليست في  
العضلات بل في القلب."

بعد انتهاء الحفل احتضنت أميرة طفلها  
وقالت له:

أنا قوية لأنكم بجانبني، أنتم من  
أعطيتموني القوة لأكمل الطريق."

\*\*\*

## الرسالة الأخيرة

بعد كل هذه التجارب شعرت أميرة بأنها  
وجدت رسالتها في الحياة: أن تنشر  
الأمل، بدأت كتابة كتاب عن تجربتها،  
تسرد فيه كل لحظة من رحلتها، من الألم  
إلى النصر، كان الكتاب بعنوان: "أنا  
أقوى مما تظن"، عندما انتهت من  
الكتاب شعرت بأن كل الكلمات التي  
كتبتها كانت بمثابة شفاء لها ولأي  
شخص سيقراه.

وفي يوم من الأيام، بينما كانت تجلس  
في شرفتها تشرب القهوة وتراقب  
أطفالها يلعبون، شعرت بنسيم لطيف

يلامس وجهها، أغمضت عينيها وقالت  
لنفسها:

"هذه الحياة مليئة بالصعوبات لكنها  
مليئة بالجمال أيضاً، وأنا هنا لأعيشها  
بكل ما فيها."

سما عصمت عبدالسلام / مصر

\*\*\*

## واصبر

الحياة نافذة صغيرة غير أنها فتحت لنا  
 آفاقاً واسعة، رغم تراكم الهموم في  
 سماء قلوبنا لكن تذكر دائماً أن كل  
 معاناة قد تحمل في طياتها خيراً، ننتظر  
 أن يكتشف وبإذن لله تراح كل الأحزان،  
 لهذا يجب أن نثق بالله سبحانه وتعالى  
 فرب الخير لا يأتي إلا بالخير ومهما بدت  
 الأمور غير واضحة؛ فلنحتفظ بإيماننا  
 وحبنا وأملنا ويضل الأمل خيطاً رفيعاً  
 يربطنا بدنيا آمالنا؛ فلا تحزن ولا تفقد  
 الأمل، فربك الله والله بحالك عليم،  
 فاصبر "وصبر جميل".

زينب شايب / الجزائر

\*\*\*

## لا تنطفئوا انتم لها

وماذا عن شعور أن يُقال لك تبقى من  
عمرك شهران، أيام معدودات، ساعات  
قليلات!، خيبات أمل متواصلة، كلنا نعلم  
أننا في هذه الحياة بوقتٍ محدود، وأننا  
سنبقى على قيدها إلى أجلٍ غير معلوم  
لكنه أيضاً غير بعيد، وما يُبقينا على أمل  
هو كون الموعد مجهولاً.

من كان يظن أن تلك الأرواح البريئة  
ستُصاب بمرضٍ مُميت؟ أرواح متعبة،  
تساقط في الشعر، غثيان، خيبة أمل، دم،  
والكثير من الألم، ويبقى السؤال: هل  
ستشفى أرواحهم أم ستبقى منهكة  
ومتعبة إلى الأبد؟

تبّاً للسرطان!

رسالتي لكم يا غوالي:

لا تقولوا: "لماذا أنا من بين الملايين؟  
لماذا لا أعيش حياتي مثل البقية؟"، الله  
ما ابتلاك إلا لأنه يحبك، وما أرسل لك  
هذه الآلام إلا ليُطهرَك بها ويشفيك،  
سيأتي يومٌ تخرجون فيه إلى الشوارع  
مُعلنين فرحتكم بالشفاء، ستتطير  
بهجتكم في الأرجاء وستحلو حياتكم  
وستزداد ربيعاً.

اجعلوا أيامكم محطةً للانطلاق نحو رحلة  
الأمل، وتسلحوا بالابتسامة، بالأمان،  
بالكلام الطيب، أعلم أن هذا لن يُنسيكم  
آلام الكيماوي، ولن يمحو آلاف الدموع  
التي ذُرفت بحرقه، وأعلم أن معاناتكم  
كبيرة لكنها ستُضيق لحظات من النور

وسط العتمة، لحظات تُخفف عنكم، ولو للحظة، ما تقاسونه ولا زلتم تُقاسونه.

أبشروا! ستخرجون من تلك المستشفيات ستنتهي رحلتكم مع جلسات العلاج، وستتعالى ضحكاتكم، وستتهافت التهاني بسلامتكم، ستشفى تلك الندوب والكدمات التي تركها الكيماوي وستبقى مجرد ذكريات تمر ببالكم لكنها ستتلاشى في لحظات، ستعودون لتناول ما تحبون، ستُكثرون من الحلويات، وستملأ السعادة تلك الفراغات، وسترافقكم في كل لحظة، لا بل في كل خطوة تخطونها.

أبشروا! سيصبح السرطان يوماً ما مجرد اسمٍ لحشرةٍ من الحشرات!



اللهم اشفِ كل روحٍ أنهكتها الكيماوي  
وتترك عليها ندوبًا، وزاد عليها الهمّ  
والكربات، اللهم اشفِ من قلّ دواؤه  
وكثر دأؤه، وتأخر شفاؤه، اللهم أنت  
تعلم حالهم وتري معاناة أهلهم، فيسر  
لهم أمرهم وأفرح قلوبهم فيما بقي لهم،  
اللهم اكتب لمن مات منهم بهذا المرض  
مقام الشهداء، ومن بقي يصارعه في  
عداد الصابرين المحتسبين وعليك  
متوكلين، اللهم خفف عنهم واشفهم  
برحمتك يا أرحم الراحمين.

لبنى مني / الجزائر

\*\*\*

## دمعة حزن

الاكتئاب مثل الطقس المتقلب؛ في بعض  
الأيام تشعر أنه لن يستقر أبدا لكن في  
أيام أخرى تشعر بانتهاء له.

لم يتبقى سوى دمعة تسقط من العين.  
حتى نكون من جهتك مسترحين.

كنا نظن أنه جرعة لديه نهاية أو نقطة ثبات.  
ولكن لما عرفنا الحقيقة قلبنا من الخوف مات.

كنا نظن أن الأزمة يوم أو منام.

ولكن فجأة تحطمت الأحلام.

وتحولت الصور من حياة الأوهام.

حطمت قلوبنا المسكينة.

فجأة وجدت نفسها للمرض سجيناً.

وجدت عندها كابوس السرطان.

وأصبحت في خط مصارعة بين ربح وخسران.

لكن مع الله الأمل والثقة.

وإن شاء الله نتقبل الحقيقة.

(لصديقتي وحبيبتي قلبي رحمة الله عليها ونأم)

بورنان فاطمة / الجزائر

\*\*\*

## علقتي في أغصان الشجر

الأمل دائما موجود

والظلام تبده العهود

عهد على بذل المجهود

وعهد على فك القيود

وعهد على حقي في الوجود

وعهد متوكل على المعبود

فإنه ربي رحيم ودود

فاطيمة لرجان / الجزائر

\*\*\*

## فبرابر

يا هذا

يا شهراً أمقته

لا تأتي ولا تأخذهم مني

لما تفعل ذلك

قالت أني من استعمرت قلبها قالت أنت الأحب.

ألم تتسرب لك فكرة من أكون؟

ما نوع الوتيرة التي أتكوّن منها؟

ورائحة عطري خانقة أم مُنعشة؟

أتعلم هذه التساؤلات تسقط في رأسي

غالباً أن ما نوع الإجابة التي أمتلكها رداً

عليك لو تفوهت بها أمامي؟

بالكاد أنا أتلعثمُ عندما أتعرضُ للسؤال

المتعارف عليه في كل اللقاءات الأولى

\_أسرد سيرتك بطريقة وجيزة لو سمحت، أي

متى بدأ اللعين ينهش لحمك وخديك؟

أتذكرُ عندما وُجّهتُ لمثل هذا الطلب

وبدأتُ بالتكلم عن نفسي حتى استصعبتُ

خروجَ الكلام من شفّتيّ ورددتُ أنّ

صوتي قد بُحَّ فقط عندما قيل لي:

\_عرفنا أنك تبكي ولما اخترت هذا الشهر.

يبدو أننا نمتلك الكثير من الشخصيات

في شخصيتنا الظاهرة أمام الجميع لكن

لا يكتشفها إلا من غاص في أعماق

بحارنا السحيقة، ولن تستطع نيلَ إجابةٍ

شفافة دونَ تعمقٍ تفاصليّ المُبهِمة ولو

نظقتُ بالأنسا المتواردُ بما بعدها من  
مدائح شخصية لا تمتُ للحقيقة بصلة،  
لذا أيها المرض أنا أدعك تتحملُ أعباء  
سفركَ إليّ دون تذكرةٍ أو تأشيرةٍ سفر،  
فقط بأقدامك لتتذوقَ طعم الوصولِ إلى  
الحقيقة اللا خالية من العيوبِ والجمال،  
وليست أبوابي مؤصدة إلا لمن لم يملِ  
من الإنتظار مثلما يفعل فبراير يأتي  
عندما أكون سعيدة.

صايم حياة / الجزائر

\*\*\*

## الألم الذي لا يزال

سرطان عدو للإنسان يتعايش معه داخل الروح والجسد يتأكل كل يوم.

سرطان مرض خطير ينتشر بسرعة يجب علينا الحذر منه واتباع نظام خاص به للعلاج قبل فوات الاوان .

سرطان بكل أنواعه سوى في بدايته أو نهايته ألمه لا يوصف وعلى المريض أن يتحلى بالصبر والقوة والشجاعة وزرع أمل النجاة منه.

سرطان يصيب المريض ويتأثر معه أقاربه وأصدقائه وكل من يعرفه.

سرطان ألمه لا يوصف أبدًا مهما حاولنا دائمًا في فهم أوجاعه.



مرضى السرطان هم أشخاص يحاربون  
في الحياة للعيش فيها والتأقلم مع الواقع  
الذي يعيشونه.

مرضى السرطان هم قدوة للآخرين في  
تعلم الصبر والدعاء، ان نعطيهم الأمل  
في العيش والشفاء يجعل من المريض  
شخص قوي.

السرطان لا يعني الموت دائماً يجب علينا أن  
نتعامل معه كأى مرض يصيب الجسد.

اللهم اشفي مرضانا ومرضى السرطان،  
اللهم خفف عنهم الألم والمعاناة، اللهم  
الشفاء العاجل للمصابين بمرض  
السرطان، نحن دائماً معكم.

دبيان مروة / الجزائر

\*\*\*

## شعاع أمل جوف صرخة ألم

ندرك جميعنا نوع المعاناة الجسدية  
والنفسية الشديدة لصعوبة العلاج  
الكيميائي والجراحية والفرع من  
المجهول والشعور بالضعف والعجز  
لمرضى السرطان لكن أليست الأقدار بيد  
الله؟

وكان من قدره أن يبتلي، وهو القادر  
على أن يشفي وينعم بالصحة، لقد رُزق  
هؤلاء المرضى بفرصة من الصبر  
والإيمان، وفي كل الأمهم ودروسهم  
يكمن الخير الذي لا يراه إلا المؤمن  
الصادق.

إن لكل معاناة وبلاء حكمة وأجرًا لا  
يعلمه غيره سبحانه وتعالى، فكما تثبت

الزهور في أرض قاحلة يمكن للأرواح  
أن تنمو وتزدهر في خضم الشدائد، كثير  
من الناس أهلك السرطان نفوسهم  
ونهش أجسادهم كما تنهش الذئاب لحوم  
فريستها لكن هناك من انتفضوا وأعادوا  
بناء حياتهم من جديد وتحسنت صحتهم  
مستمدين قوتهم من الإيمان بالله وقدرته  
والصبر.

فكرة الشفاء ليست مستحيلة كما يظن  
ضحايا السرطان بل تحتاج بعضاً من  
الصبر والثقة بالله، فكل يوم يحمل في  
طيّاته أملاً جديداً، وكل لحظة تعاني فيها  
هي خطوة نحو التغيير.

إن الأمل هو النور الذي يرشدهم في  
أحلك اللحظات، وهو ما يجعل القلوب  
تتجدد والعزائم تتقوى.

على قلوبهم أن تسعى نحو الحياة، وأن  
تحاط أنفسهم بالحب والدعم من الأهل  
والأصدقاء، فالكلمة الطيبة تزرع الفرح  
في الأرواح، والابتسامة التي تنتشر  
الأمل كنسائم الربيع، لذا اعتبروا كل تحدٍ  
فرصة لتثبتوا لأنفسكم بأنكم أقوى، وأن  
الإيمان يمكن أن يحوّل الألم إلى عزم.

تذكروا أن الشفاء ليس فقط من المرض  
بل هو أيضاً شفاء الروح والنفس، فكل  
تجربة تحمل في صفحاتها درساً وحكمة.

سيتحقق الشفاء وستسموا الأرواح من  
جديد كطيف من السعادة ينير الأيام

ويمنح الأمل لكل من يكافح الحياة  
بسوءها ومُرَّها.

آلاء سنون / الجزائر

\*\*\*

نسمات الأدب

لنشر الإلكتروني

# الأمل في وجه الظلام

بقلم مجموعة مؤلفين:

قهيري خديجة  
حلا محمد عرف علاء الدين  
كرارزية عبير  
عزوار عائشة  
فاطمة بورنان  
دوب سيرين  
خولة بوشخلال  
جليل الهرفي  
عمار تيسير  
حياة صايم  
آلاء سنون  
فاطيمة لرجان  
زينب ب  
فاطنة أرميرة  
شهد مر شدر لحه  
سولاف قبي  
كرار بوش دنيا زاد  
ليندة لوكال  
شدني سمعية  
نجوعة حنان  
أميرة عثمانية  
مريم سلسبيل ت  
محمدي سرلة

هبة عيساوي  
فاطمة ابو النصير  
ديان مروة  
علامي لوفرة  
لبنى مني  
يرا علاء الدين  
عمري أسماء  
سنرازرقى  
محمد سجميع  
العلالي نورهان  
شهد مصطفى شعبان محمود  
صفية جابر عبد الرحمن  
بوزيدي إيمان  
قريون مريم  
أرين لونا  
بن عيسى مريم  
فاطمة الزهرة كيسوم  
زهراء عبد الناصر خويطر  
ياسين دفاف  
مريم حسن البكور  
سما عصمت عبد السلام  
أمامة العربي  
ندي عبد الخالق  
زينب شايب



مديرة الأارتزان محمد طيب  
تصميم مريم توركان