

حكايات

من

القلب

{خواطر}

منين تبدأ؟ تبدأ لما تبطل تهرب من الوجة  
اللي جوّاك، لما تعترف إنك مكسور بس  
لسه عايش. تبدأ من آخر نقطة وجعتك،  
وتقف عليها وتحاول تبني نفسك من  
جديد. عارف؟ البداية صعبة لما تكون  
لوحدهك، لما تبقى ليك طويل والذكريات  
بتطاردهك في كل زاوية. بس يمكن البداية  
تكون إنك تسمح لنفسك تبكي، تسبب  
الدموع تنزل وتشيل الحمل من على قلبك

.

منين تبدأ؟ تبدأ من لحظة تصالح فيها  
نفسك، وتقول لها: "ما خلاص، اللي راح  
مش راجع، بس أنا لسه موجود".  
منين تبدأ؟ تبدأ من قلبك، من أول إحساس  
صديق حسيته وصدقته، من اللحظة اللي  
عيونك شافت فيها الدنيا بشكل مختلف،  
وكانك اتولدت من جديد. تبدأ لما تلاقي  
اللي يخليك تحب الحياة، واللي يخلي  
الأيام تمر زي نسمة هادية في ليل صيفي.

البداية دايماً مع اللي بيخليك تبتسم من  
غير سبب، اللي يحسسك إنك مش لوحدك،  
وإنك قادر تعمل المستحيل عشان تحافظ  
على اللحظة دي. تبدأ من هنا، من  
إحساسك إن الحب مش بس كلمة، ده  
حياة بتتعاش.



وطبعا عشان تعرف تبدأ صح لازم تخلى  
بالك من الحاجات دى

1. اسمع قلبك بس برضو فكر بعقلك  
الحب جميل، بس ما تخليش مشاعرك  
تجرّك لمكان مش مناسب ليك. اسأل  
نفسك: هل الشخص ده فعلاً بيضيف ليا ولا  
بياخد مني؟

2. خليك صادق مع نفسك ومع اللي قدامك  
ما تضحكش على نفسك ولا على حد تاني،  
الحب الحقيقي مبيجيش بالكلام الحلو  
بس، بيجي بالأفعال اللي تثبته.

3. ما تستعجلش على المشاعر  
مش كل مرة تقابل حد يبقى لازم تقع في  
الحب، خد وقتك تعرفه كويس قبل ما  
تحكم على إحساسك.

4. ما تربطش سعادتك بشخص واحد  
الحب مهم، بس سعادتك لازم تبدأ منك  
أنت الأول. الشخص الصح هيكون إضافة  
لحياتك مش كل حياتك.

5. اتعلم من اللي فات  
لو وجعت قبل كده، ما تخليش التجربة  
تكسرك، بالعكس، استخدمها كدليل  
يساعدك تختار صح المرة الجاية.

6. الحب مش تضحية على طول الخط  
ما تتنازلش عن نفسك أو أحلامك عشان  
حد، الحب الصح هو اللي يدعمك  
ويشجعك تبقى أفضل.

7. احترم اختلافاتكم  
الحب مش معناه إنكوا تكونوا نسخة من  
بعض، هو إنكوا تتقبلوا الاختلاف وتلاقوا  
توازن بينكم.

8. حب نفسك الأول  
لو ما حببتش نفسك وعرفتھا كويس،  
هيبقى صعب تدي حب حقيقي لحد تاني.

9. اختار اللي يشبه روحك  
دور على حد بيشاركك نفس القيم  
والطموحات، مش بس حد بتعجبك  
ضحكته.

10. اسأل نفسك دايمًا: ليه؟  
قبل ما تدخل أي علاقة، اسأل نفسك: ليه  
أنا عايز أكون مع الشخص ده؟ والإجابة  
لازم تكون أعمق من الشكل أو اللحظة.

"بص، موضوع الحب ده عامل زي لما  
تطلب أكلة جديدة من المطعم، شايف  
صورتها في المنيو شكلها تحفة، تقول: أيوه  
هو ده!، وبعد أول لقمة يا إما تقول: الله  
على الجمال!، يا إما تلاقي نفسك بتسأل:  
هو أنا كنت جعان للدرجة دي؟!

الحب كده برضو، في ناس تيجي حياتك  
زي الأكلة اللي عمرك ما هتزهق منها، وناس  
زي الكشري اللي طعمه حلو بس بيحصل  
كركبة بعدين! الأهم إنك تعرف إنك بتطلب  
إيه، ما تقعدش تختار بسرعة عشان ما  
تطلعش بحسرة بعدين وتقول: يا ريتني  
طلبت حاجة تانية!

خد وقتك، اتذوق، بس أهم حاجة، لو  
الطعم طلع مر، متكملش الأكلة على نفسك  
وتقول: مش مشكلة، المهم إننا نبقى مع  
بعض!... لا يا باشا، الحب مش تحدي  
الشطة، الحب وجبة لازم تطلع منها شبعان  
وسعيد، مش محروق!"

عرفنا ازاي دلوقتي نبدأ و عرفنا يعنى اي  
حب تعالى نتكلم شويه عن الحب الأول  
الحب الأول؟ هو اللحظة اللي قلبك دق  
فيها لأول مرة، واللي خلت الدنيا كلها  
تتغير في ثانية. تحس إنك لأول مرة  
شايف الألوان بشكل مختلف، وإن حتى  
الهوا له طعم ثاني. يمكن يكون الحب الأول  
مش دايم، بس هو أكثر حاجة بتعلمك  
يعني إيه تحس بجد.

تفتكر النظرات الأولى، الضحكة اللي كانت  
بتخطفك من أي هم، والكلام اللي كان  
عادي بس في ودانك كان أغنية. الحب  
الأول زي أول مرة تخرج في يوم مشمس  
بعد شتا طويل، زي أول نقطة مطر تخبط  
على وشك.

يمكن يعدّي، ويمكن يفضل في قلبك  
كذكرى، بس مفيش شك إنه الحب اللي  
خلى قلبك يتعلم يفرح، يتحمس، وأحيانًا  
يوجع. بس الأكيد إنه الحب اللي دايمًا لما  
تفتكره، تلاقي ابتسامة صغيرة طالعة منك،  
حتى لو من غير ما تحس.



الحب الأول؟ هو أكثر حاجة تقدر تفرّح  
قلبك وفي نفس الوقت توجعه. تحس إنك  
كنت طفل صغير، أول مرة يكتشف معنى  
الضحكة الحقيقية، وأول مرة يحس بوجع  
الفراق.

تفتكر التفاصيل الصغيرة، كلمة قالها على  
عجل بس فضلت في ودانك كأنها مبارح،  
النظرة اللي كنت تحس إنها بتفهمك من  
غير كلام، وكل حاجة كنت تحلم تعملها  
عشان بس تشوفه سعيد.

بس فجأة، تلاقي كل ده بينتهي، زي حلم  
صحيت منه غصب عنك. تحس إنك ماشي  
في نفس الأماكن اللي كنتوا فيها، بس  
المرّة دي الوحيدة هي اللي بتصاحبك.  
الحب الأول علمك كتير، بس أكثر حاجة  
علمها لك إنه أحيانًا، اللي بتدي له قلبك  
لأول مرة مش لازم يكون اللي يكمل معاك  
للآخر.

تفضل الذكرى عايشة جواك، مش بتروح،  
بس تتعلم منها تمشي قدام، حتى لو قلبك  
لسه ماسك في الحاجات اللي فاتت.

الحب الأول؟ آه يا سيدي، ده زي أول مرة  
تمسك موبايل جديد، مش عارف تستخدمه  
صح، بس متحمس جدًا وبتعمل أي حاجة  
بأي طريقة، المهم تحس إنك فاهم. تلاقي  
نفسك بتبعث رسايل طول الليل، وبتمثل  
إنك مش مستني الرد رغم إنك ماسك  
الموبايل بإيد وبتصلي بالإيد الثانية إنه يرد  
بسرعة.

الحب الأول عامل زي أول مرة تشرب  
قهوة، تحس إنها حلوة ومرة في نفس  
الوقت، بس مكمل عشان عايز تعيش  
التجربة للنهاية. تبقى قاعد تقول: أنا مش  
عارف ليه بحبه كده؟! وتكتشف بعدين إن  
الموضوع كله كان ماسك في نظرة ولا  
كلمة عابرة.

وأكثر حاجة مضحكة في الحب الأول إنك  
دايمًا كنت شايف نفسك بطل فيلم  
رومانسي، مع موسيقى خلفية وكل حاجة،  
لحد ما تلاقي أصحابك بيضحكوا عليك  
ويقولوا: يا بني ده كان حب عيال، فوق  
بقى!... بس رغم كده، تفضل فاكره، لأنه  
الحب اللي علمك يعني إيه قلبك يدق من  
غير ما تفهم ليه!

1. ما تبالغش في الأحلام  
الحب الأول بيخليك تحس إنك عايش في  
فيلم رومانسي، بس افكر إن الأفلام  
بتنتهي، والحياة بتكمل، فلا تعيش في  
وهم النهاية السعيدة قبل ما تتأكد من اللي  
قدامك.

2. اتعلم من التجربة

الحب الأول مش شرط يبقى آخر حب،  
لكنه أكيد هيكون أكثر تجربة تسبب علامة  
في قلبك. استمتع بيه، بس كمان خليك  
واعي إنك تتعلم من أي غلط حصل.

3. ما تخليش قلبك يضحك على عقلك

الحب جميل، بس لازم يبقى فيه توازن بين  
مشاعرك وعقلك، عشان ما تطلعش من  
التجربة وأنت مكسور.

#### 4. خليك طبيعي

ما تحاولش تبقى شخص مش أنت عشان impress حد، الحب الصح هو اللي يحبك على حقيقتك، مش على نسخة مصطنعة منك.

#### 5. الذكريات حلوة، بس ما تعيش فيها

لو الحب الأول انتهى، ما تفضلش ماسك في الذكريات وتنسى تكمل حياتك. الذكريات جزء منك، بس الحياة ما بتقفش.

#### 6. ما تستعجلش تدي كل حاجة

الحب الأول غالبًا بيبقى مليون شغف، بس ما تديش كل اللي عندك مرة واحدة، خليك حكيم وخلي كل حاجة بمقدار.

7. اتقبل النهاية لو حصلت  
مش كل حب أول بينجح، ولو انتهى، ده  
مش معناه إنك مش هتلاقي حب ثاني،  
الحياة مليانة فرص ثانية وأجمل.

8. ضحك على المواقف بدل ما تبكي عليها  
لو حصلت حاجات محرجة أو غريبة في  
الحب الأول، خليك فاكر إنها ذكريات حلوة  
ممکن تضحك عليها بعدين بدل ما تقعد  
تزعل

دلوقتي انت حببت بس فيه حاجه جواك  
دايما حاسس بيها وهيا الخوف

الخوف؟ هو الصديق اللي دايماً واقف في  
الضل، مستني اللحظة اللي يخرج فيها  
ويقولك: إنت متأكد؟، ساعات تحس إنه  
بيحميك، وساعات تحس إنه بيحبسك.

في الحب، الخوف دايماً موجود. خايف  
تحب حد ما يحبكش زيك، خايف تدي  
قلبك ويتكسر، خايف تبدأ علاقة وتفشل.  
تحس إنه بيهمس في ودنك طول الوقت:  
لو جرحت، هتعمل إيه؟، بس في نفس  
الوقت، هو اللي بيخليك تفكر قبل ما



تخطو خطوة غلط.

المشكلة إننا بنحاول نتجاهله، بنقوله: لا، مش موجود!، لكن الحقيقة إنه موجود جوا كل نظرة وكل كلمة وكل إحساس. مش لازم تهرب منه، بالعكس، لازم تتعلم تتعامل معاه.

اسمعه لما يقولك خاف، بس ما تخليش الخوف يسيطر عليك. الحب ملوش ضمانات، بس الحلاوة كلها في المخاطرة، إنك تخوض التجربة بكل اللي فيها، حتى لو فيها خوف. لأنه ساعات كتير، الخوف نفسه بيبقى الدليل إن اللي قدامك حاجة تستاهل تخوض عشانه كل ده.

الخوف في الحب زي ظل بيلاحقك، دايمًا  
موجود لكن مش قادر تشوفه. كلما حببت،  
كلما زادت همسات الخوف جواك: ممكن  
يجرحك، ممكن يبعد عنك، ممكن تكون  
أنت مش كفاية. ساعات بتحاول تهرب منه،  
تقول لنفسك: ماهو الحب، لازم أعيش فيه،  
لازم أجربه مهما كان.

لكن الخوف مش سهل، بيبقى جوه قلبك  
زي العدو الصامت اللي مش بتقدر تفضحه.  
كل كلمة بتقولها، وكل خطوة بتأخذها،  
بتلاقيه واقف قدامك، مش قادر تكمل لأنك  
مش متأكد لو اللي قدامك ده بيشبهك ولا  
بيحس زيك.

وفي لحظات الخوف دي، بتتساءل: هل فعلاً هو يستاهل؟، هل هيفهمني؟، وده بيخليك تقف في نص الطريق، تلاقي قلبك مش قادر يقرر. وده أصعب جزء، لأنك بتشيل خوفك معاك، وأنت مش قادر تسببه، مهما حاولت تقول: مش فارقة.

الخوف ده مش عدوك، لكن أوقات بيكون صاحبك اللي مش قادر تتخلى عنه، حتى لو حبيته.

الخوف في الحب؟ ده زي صاحبك اللي دايماً واقف جنبك في المواقف اللي ما تستناهش. تبص تلاقيه معاك في أول مكالمة، أول رسالة، أول لقاء... ويبقى عامل زي الـ انترنت السيئ، يقطع لك مزاجك في أسوأ وقت!

تلاقي نفسك قبل ما تقول كلمة للي  
قدامك، بتسأل: هو هيرد إزاي؟، ممكن  
يقولي حاجة تجرحني؟، لو مش بادلني  
نفس الشعور، هعمل إيه؟، وده بيخلي  
الخوف يبقى معاك في كل خطوة، زي ما  
يكون عنده عضوية في حياتك وانت مش  
قادر تشيلو.

وانت مش لوحدهم، الخوف ده معاك في كل  
بداية جديدة، وبيكون عنده شجاعة أكثر  
منك! تلاقيه بيقول لك: إوعى تحب، ده  
هيوجعك. بس في الآخر، تكتشف إنه مش  
مدايقك عشان خايف عليك، ده ببساطة  
عايز يشوفك ضايع في لعبة المشاعرا!

بس مع الوقت، بتبدأ تضحك عليه. تقوله:  
خلاص يا عم، خد راحتك، بس أنا هكمل.  
لأنك أخيراً عرفت إن الحب فيه مغامرة،  
والخوف مش أكثر من كوميدية الحياة  
اللي لازم نضحك عليها.

1. اتحمل شوية خوف، بس مش لحد ما  
تتهورا!

الخوف في الحب مش غلط، بس ما  
تخليش خوفك يمنعك من العيش  
والتجربة. زي ما بنقول: إنت مش هتعيش  
لوحدك في فقاعة!

2. خليك صريح مع نفسك، وخلي الخوف

يحس بشوية احترام!

مش لازم كل شيء يفضل تحت وطأة  
الخوف، حاول تكون صريح مع نفسك أولاً،  
واعرف إيه اللي بيخوفك تحديداً. من غير  
ما تهرب من الحقيقة، جرب تواجهها  
بابتسامة!

3. ما تخليش الخوف يتحكم في مشاعرك

ممکن تخاف، بس خلي خوفك يكون زي  
المشروب البارد في يوم حرّ، تشربه عشان  
تروّح على نفسك، لكن ما تخليش هو اللي  
يتحكم فيك. الحب مش لعبة، لكنه أكيد  
مش حرب!

4. خذ المغامرة، بس بخفة!  
العلاقة مش معركة، فلو الخوف مش  
مسيطر عليك، حاول تاخذ المخاطرة، لكن  
خليك هادي شوية، لأن ساعات الخوف  
بيطلع كوميدية لما بتضحك عليه بدل ما  
تخاف منه.

5. لو خايف تعبر عن مشاعرك، ابحت عن  
طريقة تانية للتعبير!  
ما كل الناس بتعبّر عن نفسها بالكلمات،  
جرب حاجات بسيطة زي الهدايا أو  
الإشارات الصغيرة، عشان تخلي الخوف  
يروح بعيد عنك.

6. القلق الطبيعي مش عيب، لكن الاستسلام ليه هو اللي عيب خوفك من الرفض مش حاجة غلط، لكن لو خلت خوفك يسيطر عليك، ممكن تضيع فرص جميلة. خلي خوفك يكون زي العصفور اللي في القفص، اطلقه يطير شويه لكن ما تسيبوش يضل الطريق.

7. لا تفتكر إن كل شيء لازم يكون مثالي في الحب، مش كل شيء هيمشي زي ما في أحلامك، فلا تخلي خوفك يكون عقبة كبيرة قدامك. خلي قلبك مفتوح حتى لو مش كل شيء كامل.



8. لو اتخوفنا من كل شيء، هتبقى  
عايشين في عالم فاضي  
إنت مش لوحده اللي بتخاف، كلنا بنخاف  
من الحب في لحظات معينة. بس المهم  
نواجه الخوف ده ونمشي قدام، لأنه لو  
مفيش حب، هتبقى الحياة مجرد روتين  
ممل.

طب اتكلمنا عن الخوف متيجي نتكلم  
شويه عن الغيره والخذلان بس هبدأ بي  
قصه صغيره كدا تقربك من الموضوع شويه

القصه بعنوان (ظلال الغيره)

## "ظلال الغيرة"

في يوم من الأيام، كان عندي شاب اسمه كريم. كريم كان بالنسبة لي كل حاجة، هو أول حب حسيته في حياتي، أول حد حسسني إني مهمّة، إني ممكن أكون جزء من حياته. كان دايمًا يعاملني وكأنني ملاك، لدرجة إني كنت دايمًا متأكدة إنه هو الشخص اللي هكمل معاه العمر كله.

بس في يوم من الأيام، بدأت الأمور تتغير. لما بدأ كريم يقضي وقت أكثر مع شيرين، زميلته في الشغل، حسيت بحاجة غريبة جوايا. أول ما لقيته بيكلها كثير، وبيضحك معاها بشكل مش طبيعي، بدأ الخوف يتسلل لقلبي. مش عارفة ليه، لكن

كان في حاجة مش مضبوطة. مش بس كده، لكن لما أخذني وراحنا مكان كان مفروض نتفرج فيه مع بعض، لقيته مش مركز معايا زي العادي، كان بيبص في موبايله طول الوقت.

الغيرة بقت تقتلني من جوا، مش قادرة أقول حاجة، مش قادرة أفتح الموضوع، لأن كل مرة بفكر في إني أكلمه عن مشاعري، بيقولني: "إنتي بس اللي في دماغي، ما فيش حاجة تانية." لكن كنت حاسة إن في حاجة غلط، كانت غريبة عليه، مش كريم اللي أعرفه.

وفي يوم، وأنا راجعة من الشغل، اكتشفت حاجة كانت هتخطني. كريم كان في

مكان مع شيرين، اتصورت صورة معاها  
وهي قريبة منه، ضحكت، وكانوا بيضحكوا  
مع بعض زي العادة. على طول قلبت  
صورهم لقلبي، مش عارفة أصدق.

جلست لوحدي في غرفتي، والدموع بدأت  
تنزل من عيني، مش عارفة ليه حسيت  
بالخذلان. كأن كل حاجة بيناها مع بعض  
انهارت في لحظة. الخوف من فقدانه كان  
أقوى من كل حاجة. كنت عارفة إنه مش  
هيفهم مشاعري، لأنه مش شايف غير  
"شيرين".

وبعد أيام، لقيته بيكلمني زي ما هو، وكأنه  
مفيش حاجة حصلت. لكن أنا كنت بحاول  
أسيطر على مشاعري. قلبي مش قادر

يقاوم، لكن عقلي كان يقول لي: "مفيش  
فايدة، الحب مش كل حاجة."

قال لي: "مش عايزك تزعليني، إنتي أكثر  
حد في حياتي."، لكن كانت كلماته زي  
سكاكين، لأن ما فيش شيء هيرجع زي  
الأول.

ومن ساعتها، بدأت أتعلم إنني لازم أكون  
أقوى من كده، وأعيش من غير ما أعلق كل  
شيء في شخص واحد. مش كل حاجة  
هتكون زي ما أنا عايزاها، لكن الغيرة  
والخذلان علموني إن الحياة مستمرة،  
ولازم أكون أقوى من أي شخص يخليني  
أحس إنني مش كافية.

الغيرة في الحب زي شعور غريب كده

بييجي من غير ما تحس، وكان قلبك بيغار  
على نفسه مش بس على الشخص اللي  
قدامك. أول ما تشوفه مع حد ثاني أو  
يسمع كلمة حلوة من غيرك، قلبك بيتدي  
يوجعك، وتلاقي نفسك مش قادر تتحكم  
في المشاعر اللي بتعصرك جواك. الغيرة  
مش دايمًا حاجة وحشة، أوقات بتكون  
دليل على إنك بتحبه بجد، إنك حاسس إنه  
جزء منك، وإنك مش قادر تتخيل حياتك  
من غيره.

بس أوقات برضه، الغيرة بتكون  
قاسية، لما تكون مش قادر تثق في  
الشخص ده أو تكون خايف إنك  
تخسره. بتشوفه مع حد تاني،  
والدماغ تبدأ تشتغل وتخيل لك  
حاجات ممكن تكون مش صح، وتبدأ  
تدور على ردود أفعال ما كانتش موجودة  
في الواقع.

الغيرة في الحب ممكن تبقى نار بتشعل  
في قلبك، لكن لو كانت على قدها، ممكن  
تحسها زي نار مشوية على قلبك، ولما تبقى  
طاير من السعادة وتلاقيه في حضنك،  
تحس إنك عايش في عالم ثاني، بعيد عن  
كل اللي بيحصل حواليك.

الغيرة في الحب مش سهل، ساعات بتحس  
إنها حاجة بتأكلك من جواك. لما تشوف  
الشخص اللي بتحبه مع حد ثاني، قلبك  
بينكسر من غير ما تشوفه. في لحظات  
كثير، بتبقى مش قادر تسيطر على  
مشاعرك، وتلاقي نفسك بتسأل: "هل هو  
بيحبني زي ما أنا بحبه؟"



كل كلمة، كل نظرة، كل ضحكة بينه وبين  
حد ثاني بتحسهم وكأنهم سكاكين في  
قلبك. بتشوفه سعيد، بس مش معاك، ولما  
تسأل نفسك "ليه؟" مش لاقى إجابة. الغيرة  
مش بس شعور، دي حالة بتمر بيها، بتبقى  
مش قادر تتنفس، كأن قلبك مقفول في  
صندوق صغير.

الأسوأ إنك مش قادر تعبر عن اللي جواك.  
مش قادر تقوله: "أنا خايف أخسرك"، لأنك  
مش عايز تكون سبب في حاجه تضر  
علاقتكم. بس جواك بتبقى مش قادر  
توقف الخوف، مش قادر توقف الجرح اللي  
بيزيد مع كل لحظة.

الغيرة في الحب بتخليك تشوف كل حاجة  
بطريقة تانية، كل حاجة بتبقى مش  
واضحة. بتشوفه مع الناس التانية، وتقول  
لنفسك: "هو مش عايزني، مش زي ما أنا  
عايزه." ودي أصعب لحظة، لأنك مش قادر  
تبرر مشاعرك، لكن جواك في حاجة  
بتصرخ: "أنا بحبه."

وبعد الغيره تيجي الضربه إلى بتوقع  
الخدلان ده شعور قاسي، بيجي فجأة كده  
من غير مقدمات، وكأنك كنت ماشي في  
طريق مفروش بالورد، وفجأة لقيت الطريق  
كله متغطى بالشوك. كنت متأكد إن  
الشخص ده مش هيخذلك،

وإنه دايماً هيكون جنبك مهما حصل. لكن  
في لحظة، تكتشف إنك كنت غلط، إنك  
كنت بتحط كل ثقته في حد مش قادر  
يحس بيك زي ما أنت حسيت بيه.

كنت دايماً متوقع إنك لو وقعت، هو هيمد  
إيده ويسندك. لكن اللي حصل إنك سقطت  
وفضلت لوحده، مفيش حد حواليك.  
لحظة من لحظات الضعف، تحس إنك مش  
قادر تقوم تاني، لأنك مش لاقى حد في  
ظهرك زي ما كنت متخيل.

والأصعب إنك مش قادر تتكلم، مش قادر  
تعبّر عن اللي جواك، لأنك مش عارف هو  
هيفهم ولا لا، وهل هو شايفك زي ما كنت  
شايفه ولا خلاص بقى فيه بعد. الخذلان  
مش مجرد إحساس بالحزن، ده إحساس  
بانك ضيعت وقتك في حد ما كانش  
يستحق كل ده، وما كانش عنده نفس  
المشاعر اللي كنت بتحس بيها.

والجروح اللي بيتركها الخذلان مش بس  
في القلب، دي بتوصل لروحك. بتفضل  
فاكر اللحظات الحلوة اللي كنتوا فيها مع  
بعض، وتقول لنفسك: "هل كان كل ده  
كذب؟".

طب متيجى نتكلم شوويه عن الأحلام  
المؤجله والخوف من الاعتراف بى الحب

كل واحد فينا عنده أحلام كبيرة كان نفسه  
يحققها، حاجات كان بيحلم بيها بقاله  
سنين، لكن مع مرور الوقت، بدأنا نأجل.  
نأجل عشان الخوف من الفشل، أو عشان  
مش لاقيين الظروف المناسبة، أو يمكن  
عشان مش متأكدين من خطواتنا. وكل مرة  
بنأجل فيها حلم، بنحس إننا ضيعنا فرصة  
كانت ممكن تغير حياتنا.

زمان، كنت دائماً أحلم إن حياتي تكون  
مختلفة. كان عندي خطط وطموحات، لكن  
كل مرة أقف وأقول: "لسه مش دلوقتي،  
يمكن بعدين." وبعدين، الوقت يمر وتفضل  
الأحلام زي ما هي، مكبوتة في قلبي. كان  
عندي خوف من إن الحياة مش هتديني  
الفرصة اللي أستحقها، ففضلت أجعلها.

لكن في النهاية، اكتشفت إن ما فيش وقت  
مثالي. لازم نبدأ، حتى لو الخطوة الأولى  
مش واضحة. لو فضلنا نأجل، ممكن  
نكتشف إننا ضيعنا العمر في انتظار اللحظة  
اللي عمرها ما هتيجي.

أما بالنسبة للحب، فده قصة تانية. لما  
تحس بحاجة جواك تجاه حد، وتكون مش  
قادر تعبر عن مشاعرك، ده شعور صعب  
جدًا. بتحس إن قلبك عايز يطلع بره  
صدرك، ولسه مش قادر تقول "بحبك" لأنه  
في خوف جواك من رد الفعل.

أوقات كتير بنخاف نعترف بالحب، عشان  
خايفين من الرفض، أو من إن الشخص ده  
مش حاسس بنفس مشاعرنا. بنفضل في  
حالة من الحيرة، بنراقب الشخص اللي  
بنحبه من بعيد، وبتفضل أفكارنا مشوشة:  
"هل هو حاسس بيّا زي ما أنا حاسس  
بيه؟"، "لو قولتله، هيبقى فيه تأثير على  
علاقتنا؟".

الحب مش سهل، خصوصًا لو مش قادر  
تعبّر عن مشاعرك. الخوف من إنك تتعرض  
للرفض بيخليك تفضل في مكانك. بس في  
الحقيقة، لما تفضل تكتّم مشاعرك، ممكن  
تكتشف إنك ضيعت على نفسك فرصة  
كبيرة لعيش لحظة جميلة.

الخوف من الاعتراف بالحب والخوف من  
عدم تحقيق الأحلام بيخلينا دايمًا في حالة  
من الصراع الداخلي. في كل مرة نحاول  
ناخد خطوة للأمام، الخوف بيوقفنا.  
عايزين نحقق أحلامنا، بس مش قادرين  
نواجه التحديات. عايزين نقول "بحبك"،  
بس مش قادرين نواجه رد الفعل.



أوقات كثير بنحس إننا محتاجين نواجه  
خوفنا ده، لكن مش عارفين نبدأ منين.

يبقى عندنا في القلب رغبة في التغيير،  
لكن العقل بيقول: "أنت لسه مش جاهز."  
وبكده نفضل نأجل.

لكن الصراع ده هو جزء من الطريق. لازم  
نفهم إن الخوف ده طبيعي، وإنه مش  
حاجة غلط، بس لازم نواجهه في النهاية.  
لما نواجه الخوف ده، بنكتشف إننا أقوى  
مما كنا متخيلين. ممكن يحصل الرفض،  
وممكن ما تتحققش كل الأحلام، بس المهم  
إننا جربنا.

الخطوة الجريئة هي أن تبدأ دلوقتي. تبدأ  
تتعامل مع خوفك وتواجهه بدل ما تسيبه  
يسيطر عليك. لازم نقول لحبنا: "أنا بحبك."  
ولازم نبدأ في تحقيق أحلامنا، حتى لو  
مش عارفين هنوصل لفين. خطوة جريئة  
واحدة ممكن تغير كل شيء.

الخطوة دي مش سهلة، وفي البداية  
هتحمس إنك متردد، لكن مع الوقت،  
هتلاقي إن كل خطوة بتخليك أقرب لعيش  
الحياة اللي حلمت بيها. مش هتكون  
الكمال، ولا هتكون كل حاجة تمام، لكن  
المهم إنك بتتحرك للأمام.

أوقات كثير الخوف من الاعتراف بالحب  
بيكون أكثر من مجرد كلمة. هو خوف من  
الفشل، من الرفض، من فقدان الشخص ده.  
لكن، في النهاية، الخوف ده مش هيقفك  
لو قررت تواجهه. لما تقرر تحب بجد  
وتقول اللي جواك، هتلاقي إن الطريق  
بيبقى أسهل.

الحب مش مجرد شعور، هو فعل. هو أن  
تتحرك وتقول وتفعل. لما نواجه خوفنا  
ونكون شجعان في الحب، هنقدر نحقق  
أحلامنا، مش بس في الحب، لكن في كل  
حاجة.

الأحلام المؤجلة والخوف من الاعتراف  
بالحب مش أعداء لنا، هم جزء من تجربتنا  
في الحياة. هما اللي بيخلونا نعرف إزاي  
نواجه التحديات ونكمل في طريقنا. لو  
واجهنا خوفنا واتخذنا خطوة للأمام،  
هنكتشف إن الحياة مش صعبة زي ما  
بنشوفها في خيالنا.

نتكلم بقية بي المره عن ذكريات الحب  
الرسالة دي موجهة لكل واحد عاش قصة  
حب، كل واحد حس إن قلبه بيدق بسرعة  
لأول مرة لما شاف حد عايش في حياته.  
يمكن ما قلتش له الكلام ده، يمكن حتى  
عمرك ما قدرت تعبر عن مشاعرك بشكل  
صحيح، لكن دلوقتي عايز تقول: "أنا  
بحبك".

في لحظات الحب، كان كل شيء حلوا.  
ساعات كانت مجرد نظرة منك تكفيني  
عشان يومي يبقى جميل، كانت كل كلمة  
منك بتصحى في قلبي إحساس جديد  
بالحياة. بس لما الحب يتأجل، أو حتى لما  
بتبعد، بتحس إن كل حاجة في الدنيا  
بتفقد معانيها، وكأنك مش قادر تتنفس من  
غير الشخص ده.

الذكريات دي مش بس لحظات حلوة  
عشناها مع بعض، دي لحظات كنت بتحس  
فيها إنك شخص تاني، شخص أفضل لما  
كنت معاه. ساعات، الذكريات دي بتكون  
أغلى من أي حاجة تانية،

بتفتكر كل التفاصيل الصغيرة: ابتسامته،  
ضحكته، طريقة كلامه، وكل كلمة حب  
قالها لك.

وفي لحظة، تحس إن كل ذكريات الحب  
دي مجرد صور على الحائط، كل ما تبص  
عليهم تحس بشيء غريب، حاجة ناقصة،  
كأنك عايش في فيلم رومانسي لكن النهاية  
مش حلوة. الذكريات دي بتفضل معاك  
طول العمر، لكن ما بتقدرش تعيش فيها  
تاني. وفي أوقات، كل ما تحاول تنسى،  
تلاقي نفسك بتتذكر، وكل ذكرى بتبقى زي  
السكين جوا قلبك.

في اللحظات دي، كنت دايمًا شايف الدنيا  
كلها مبتسمة ليك. كنت مش قادر تشوف  
حاجة غيره، كل حاجة تانية كانت مش  
مهمة. كنت شايف إن كل حاجة هتتحقق،  
كل الأحلام هتبقى حقيقة. بس لما الهدوء  
بيجي، وتبدأ تحس إن المسافة بينكم  
زادت، تبدأ تكتشف إن الحب مش دايمًا  
بيبقى كافي.

أوقات بتكتشف إنك كنت حالم زيادة عن  
اللزوم، وإن الواقع مختلف. لما تحاول  
تقرب، تلاقيه بعيد. لما تحاول تعبر عن  
مشاعرك، تلاقيه مش حاسس بيك زي  
زمان. كل لحظة حب بتتحول لحزن لأنك  
مش قادر تحافظ على العلاقة دي.

وأوقات بتشوفه مع حد ثاني، وفي قلبك  
تحس إن الدنيا اتقلبت عليك، وإنك مش  
قادر تواجهه أو تعبر عن شعورك. بتفضل  
تسأل نفسك: "ماذا لو؟"

في يوم، كنت قاعد لوحدي، فكر في كل  
حاجة كنت حاسس بيها. فكر في كل لحظة  
كانت بينك وبينه. كنت دايمًا بتحاول تكون  
قوي، لكن في لحظة، بينك وبين نفسك،  
حسيت بالخذلان. الكلمة اللي كنت خايف  
تقولها، "أنا بحبك"، ما قلتهاش، وبعد ما  
اتأخرت، حسيت إن اللحظة فاتت. وكل ما  
تحاول ترجع تبدأ تلاقي المسافة أكبر  
بينكم.



الحنين مش مجرد شعور، ده وجع في القلب. لما تفتكر الأيام اللي كنتوا فيها مع بعض، والحب كان سهل، وكان كل شيء بسيط، لكن دلوقتي تحس إن الدنيا بقت مليانة فراغات. ما بين الضحكة والدمعة، ما بين اللمسة والكلمة، بتكتشف إنك كنت مع الشخص اللي كنت متخيل إنك هتعيش معاه العمر كله، لكن الحياة مش دايمًا بتسير زي ما إحنا عايزين.

وأوقات، بعد كل لحظة حزن، تلاقي نفسك تبتسم في لحظة، لأنك فاكر المواقف الحلوة اللي عشتها معاه. لكن بعد ما تضحك،

ترجع لحالة الحزن تاني، وتبقى عايز تكتب  
له رسالة تقول فيها: "أنا لسه بحبك، لسه  
مش قادر أنساك." لكن الرسالة دي مش  
هتوصل أبدًا، والوقت اللي فات مش  
هيرجع.

الوداع هو أصعب حاجة ممكن تقابلها في  
قصة حب. لما يكون قلبك متعلق بشخص،  
وكل حاجة حواليك بتذكرك بيه، لكنك لازم  
تمشي في طريقك. يمكن الوداع يكون  
النهاية، لكنه مش نهاية الحب. يمكن النهاية  
دي بتكون بداية جديدة، بداية لتعلم كيفية  
العيش من غير الشخص اللي كنت بتحبه.

لكن بالرغم من الوداع، الحب مش هيموت.  
هيفضل عايش جوه قلبك، في كل لحظة،  
في كل ذكرى. وكل مرة تفتكر لحظة حب  
جميلة، هتحس إنك عايشها تاني. لكن  
الحياة مش بتوقف عند حد، الحب يمكن  
يتغير، لكن في النهاية، هتلاقي نفسك  
بتتعلم من كل تجربة، وكل ألم.

الحب مش بس عن اللحظات الحلوة، هو  
عن الذكريات اللي بتعيش جواك حتى بعد  
ما الشخص ده يختفي من حياتك. مش كل  
شيء في الحب بيكون كامل، لكن  
الذكريات تبقى معاك للأبد، سواء كانت  
حلوة أو مؤلمة.

والأهم من كل ده إنك تعيش اللحظة،  
وتحب بصدق، لأن الحب في النهاية مش  
هينسى، بس الحياة هتمشي، ولازم نتعلم  
منها.

تعالى بقة نشوف الايام الصعبه والدروس  
المستفاده من الحب أو الافتراق بعد الحب

في حياتنا، كل واحد فينا بيمر بأيام صعبة،  
أيام مليانة تعب، وجع، وتحديات. ساعات  
بيكون السبب ظروف الحياة، وأوقات تانية  
بيكون السبب حبنا لشخص معين. الحب  
ده بيبقى جميل في البداية، لكن لما بتبدأ  
الظروف تتغير،

أو لما يحصل حاجة مش متوقعة، بتلاقي  
نفسنا في مرحلة صعبة، مش عارفين نكمل  
ولا نرجع.

أيام الحب الأول لما بتكون كل حاجة  
جميلة، وتعيش في أحلى لحظة، لكن فجأة  
بتلاقي قلبك في حالة من الحيرة. بتحاول  
تفهم إذا كان ده حقيقي ولا مجرد مشاعر  
مؤقتة. وحينما تبدأ تشوف الحقيقة، يمكن  
تلاقي حاجات مش في صالحك، يمكن  
تكتشف إن الحب مش كفاية عشان تكمل.

الأيام دي بيكون فيها كتير من الصراع  
الداخلي. بتفكر في كل حاجة، لو كنت  
عملت كذا كان ممكن تبقى الدنيا مختلفة.

لو كنت قلت كذا، كان يمكن يتحل  
الموضوع. لكن الحقيقة إن الأيام الصعبة  
هي جزء من حياتنا، وهي اللي بتعلمنا.

الحب مش مجرد مشاعر جميلة. الحب ده  
اختبار، اختبار لقلوبنا، لقوتنا، ولقدرتنا على  
الصبر. من أول لحظة حببت فيها، كنت  
مش عارف إن الحب ده هيوصلك لكثير  
من الدروس الصعبة.

الحب علمك إنك مش لوحدك في الدنيا،  
وإن كل شخص ليه عالمه الخاص وألمه  
الخاص. الحب علمك إن الصدق في  
المشاعر هو الأساس،

وإنك لو مش قادر تكون صريح، الحب ده  
مش هيكون حقيقي. والحب علمك كمان  
إن مش كل شيء بيظل ثابت، وإن المشاعر  
دي ممكن تتغير من شخص لآخر. مهما كان  
في البداية بينكم من كلام حلو، في النهاية  
بتكتشف إن مش كل شيء هيدوم.

أوقات بتكتشف إن الافتراق هو الحل  
الوحيد، حتى لو كان قلبك مكسور. يمكن  
الحياة بتكون صعبة بعد الفراق، وخصوصًا  
لما تبقى مش قادر تفهم إزاي الدنيا دي  
خلت كل شيء يتحول بسرعة. في لحظة،  
كنتوا مع بعض، وفي اللحظة الثانية، كل  
شيء انتهى.

الافتراق ده مش حاجة سهلة أبدًا، بتخسر  
شخص كنت بتفكر في كل لحظة إزاي  
تبني معاه مستقبل. بس لما بتبعد عن  
الشخص ده، بتكتشف حاجات عن نفسك،  
بتكتشف إنك كنت بتعتمد عليه أكثر من  
اللازم. بتكتشف إن الحياة مستمرة، وإنك  
لو مشيت في طريقك، هتقدر تبني نفسك  
من تاني.

أوقات الافتراق بيكون أصعب من الألم  
نفسه. لكن لما بترجع لذكرياتك مع الشخص  
ده، بتبدأ تتعلم حاجات ما كنتش واخذ  
بالك منها. بتتعلم إن الافتراق مش نهاية  
الدنيا، وإنه بيخليك أقوى.



بتعلم إنك ممكن تضحك ثاني وتحب ثاني،  
وإن الحياة دايماً فيها فرص جديدة.

من الافتراق بتتعلم إنك لو مش قادر تبني  
حياتك لوحده، مش هتقدر تبنيها مع حد  
ثاني. بتتعلم إنك لازم تبقى مستقل، عشان  
تقدر تكون في علاقة حقيقية وصحية.  
والدرس الأهم، إنك متستسلمش للألم،  
الحياة مش هتوقف، ولا بد أنك تتعلم  
تمشي للأمام مهما كانت الصعوبات.

في لحظات الألم، تكتشف قوتك الحقيقية.  
بتكتشف إنك قادر على التحمل، وإنك لو  
مشيت مع الحياة، هتلاقي نفسك بتجدد  
طاقتك وتكتسب خبرات جديدة. الألم  
بيخليك أقوى، بيعلمك إزاي تقدر تستعيد  
حياتك وتبنيها من تاني.

ممکن تكون الأيام الصعبة سبب إنك تتغير  
للأفضل. بتتعلم أشياء كنت ممكن تغفل  
عنها لو ما مررتش بتجارب الحب  
والافتراق دي. بتعرف إن الحياة مش بس  
عن السعادة، لكن كمان عن الدروس الصعبة  
اللي بتعلمك تكون شخص أفضل.

أوقات بعد ما تفتكر الألم وتكتشف  
الدروس المستفادة، تلاقي نفسك مستعد  
للحب ثاني. يمكن الحب ده يكون مختلف،  
لكن لما بتتعلم من تجربتك، بتقدر تبني  
علاقة جديدة تكون أكثر وعيًا وحكمة.  
بتتعلم تحب نفسك الأول، وتبقى مستعد  
لبناء علاقة صحية تقدر تكمل فيها.

الحب بعد الألم مش زي قبل الألم. بتكون  
أقوى، أكثر قدرة على الفهم، أكثر استعداد  
للتضحية. لما تحب بعد ما اتعلمت، بتبقى  
قادر تحب بصدق، وبتكون مش خايف من  
الافتراق، لأنك عارف إنك مهما كان فيه  
ألم، هتقدر تقوم ثاني وتبدأ من جديد.

الأيام الصعبة والافتراق بعد الحب مش حاجات هتنسى بسهولة. لكن زي ما الألم بيعلمك، الحب كمان بيديك دروس. مهما كان الوجدع، الحياة هتمشي، وإنك تقدر تبدأ من تاني. لازم تعيش اللحظة وتتعلم منها، وتدرِك إن كل حاجة في الحياة هي جزء من تجربتك اللي بتشكّل شخصيتك.

الألم مش نهاية، هو بداية جديدة. كل تجربة في الحب، سواء كانت حلوة أو مرّة، هتخليك أقوى. أهم حاجة إنك دايمًا تكون جاهز لتعلم دروس جديدة، وتكون مستعد لبداية جديدة مهما كانت الظروف.

بعد ده تفتكر إنك ممكن تحب تانى  
اكيد هتدخل فى علاقة تانيه وتحب تانى  
وعشان كدا هقولك

الرساله الاخيره إلى من ستكون غدا  
ويمكن حب جديد فى المستقبل  
دي رسالتي ليك، مش عارف إذا كنت  
هتوصل ليك ولا لأ، بس أنا عايزك تعرف إن  
كل لحظة قضيتها معاك، كانت لحظة  
حقيقية، مش مجرد وقت ضاع. ساعات  
بتكون الدنيا متعبة جدًا، والحب بيكون  
أصعب مما بنتوقع، لكن كل لحظة كانت  
مليانة مشاعر، وكانت جزء من رحلة أنا  
كنت عايشها، وأنت كنت فيها جزء من  
حياتي، سواء اتفقنا أو اختلفنا.

الرسالة دي مش بس عن الوداع، لكن عن كل اللي حبيته فيك، وعن كل لحظة فكرت فيها إننا هنعيش سوا للأبد. يمكن ما كناش قدام بعض طول الوقت، لكن كان في شيء بينا أعمق من المسافات. ومع إننا مش قادرين نكمل مع بعض، بس دايمًا هتفضل في قلبي، مهما كانت المسافات، مهما كان كل شيء ضاع.

وفي وسط كل الوداع والألم، في حاجة واحدة بفضل موجوده، وهي الأمل. يمكن دلوقتي مش قادر أصدق إن الحب ده هينتهي كده، بس في المستقبل، يمكن هأقابل حد تاني. حد ممكن يحبني بصدق،

حد يفهمني من غير ما أتكلم، حد يقدر  
يكون معايا في لحظات الصمت، والضحك،  
والفرح، والحزن.

مفيش حاجة في الدنيا بتدوم، وكل حاجة  
هتنتهي لما نكبر ونتعلم من كل تجربة.  
يمكن الحب الجديد ده يكون مختلف، لكن  
اللي هيجمعنا فيه هو الفهم والاحترام.  
حب جديد يمكن يكون فيه تفاصيل تانية،  
حب يفهمنا من غير ما نقول، حب بنبني  
معاه عالم جديد.

الساعات اللي كنت فيها حزين بعد ما كل  
شيء انتهى، كانت أكثر الأوقات الصعبة  
في حياتي. وكنت دايمًا بقول لنفسي: "مش  
ممکن أقدر أبدأ من تاني، مش هقدر أحب  
حد تاني زيك." لكن مع الوقت، اتعلمت إن  
الحزن مش نهاية الطريق، وده مجرد جزء  
من الرحلة.

أوقات كثير بنحس إن القلب هينكسر، وإنه  
مش هيتجمع تاني، لكن لما بتبدأ تبص على  
الدنيا من منظور جديد، بتكتشف إنك لسه  
قادر تحب تاني. صحيح، الحب القديم  
ممکن يفضل في قلبك، لكن في النهاية،  
القلب مش بيتوقف عن الحب، ويفضل  
دايمًا يفتح أبوابه لفرص جديدة.



ممکن يكون في خوف جواك من إنك تحب  
تاني. الخوف من إنك تفتح قلبك لحد تاني،  
وتحس بنفس الوجد القديم. لكن مش لازم  
تفضل خايف، لأن الحياة مش هتقف عند  
لحظة معينة، والحب مش حاجة تقدر  
تتحكم فيها. هو بيجي لوحده، وبيختار  
لحظاته، مش إحنا اللي بنختاره.

ممکن تقابل حب جديد وتخاف من التعب  
تاني، لكن أهم حاجة إنك تكون جاهز  
تواجه مشاعرك الجديدة، وتتعلم من  
الماضي. كل علاقة بتعلمك حاجة، وكل  
حب بيخليك أفضل. الخوف مش عيب،  
لكن لازم تعرف إنك لو ما حاولتش،

هتفضل عايش في ذكريات قديمة. الحب  
الجديد مش معناه إنك هتنسى الحب  
الأول، لكنه معناه إنك هتعرف تكمل حياتك  
بحب جديد وبقلب مفتوح.

الحب الجديد بيكون مش زي الأول، لأنك  
بتكون شخص مختلف. بتكون تعلمت من  
الماضي، بتكون أقوى، وأنت عارف إزاي  
تختار الصح. لكن الحب الجديد ليه طعم  
خاص، طعم زي العسل، طعم من أول  
لحظة بتبدأ تحس بيه، لكن دي فرصة ثانية  
لبنني حاجات جديدة مع بعض.

الحب الجديد مش معناه نسيان، لكن معناه  
إننا بدأنا نكتب قصة جديدة. قصة مليانة  
فرص، مليانة لحظات سعيدة، ومليانة  
برضه تحديات جديدة. لكن لو جربنا،  
وفتحنا قلبنا، هنعرف نعيشها بطريقة  
مختلفة، بطريقة أفضل.

الحب الأول علمنا حاجات كتير، علمنا إزاي  
نحب بصدق، وكيف نواجه مشاعرنا. لكن  
الحب الجديد هو الأمل في المستقبل، هو  
الفرصة الثانية للحياة، هو إنك تبدأ من  
جديد بقلوب مفتوحة.

المستقبل مليان فرص لنجاح وحب جديد،  
لازم بس نكون مستعدين نبدأ فيه من غير  
ما نبص للوراء.

الحياة بتعلمنا كل يوم، وكل تجربة  
بتضيف لينا حاجة جديدة. مهما كان  
الماضي،

مهما كان الوجع، لازم نعيش للحظة  
الحالية ونستعد للفرص الجديدة. الحب  
لسه قدامنا، كل يوم بنكتشف فيه حاجة  
جديدة.

الرسالة الأخيرة دي مش مجرد وداع، دي  
بداية جديدة. بداية لرحلة جديدة من  
الحب، من التفاؤل، من الأمل. يمكن الحب  
اللي فات كان صعب،

لكن مش معناه إن المستقبل مش هيكون  
أجمل. الحب في المستقبل هيكون مختلف،  
أكيد، لكنه هيكون أفضل.

دي رسالة أخيرة، مش للوداع، لكن للبداية  
الجديدة. ليك، وولي هتكونه في المستقبل،  
ولأي حب هتحبه.

وساعتها، لما تقفل آخر صفحة من الكتاب،  
افتكر إن القلوب ما هيش مجرد عضلة بتدق،  
دي الحكايات اللي بتلون حياتنا. يمكن تكون  
حكايتك لسه بتبدأ، أو يمكن تكون مريت بوجع  
وفاكر إن ما فيش أمل ثاني. بس الحقيقة إن  
القلب دايمًا عنده قدرة يلاقي الحب حتى لو  
اتكسر ألف مرة.

افتح قلبك، سيب جراحك تتعافى، وما تخافش  
تصدق في الحب من جديد. الحب زي نسمة  
هادية في ليلة صيف، أو زي ضحكة حقيقية  
من حد غالي. صدق إن النصيب هيجي في  
وقته، واللي يستاهلك هيكون موجود علشان  
يداوي كل اللي فات.

وأخيرًا، افكر دائمًا إن القلوب اللي بتحب  
بصدق، هي القلوب اللي بتعيش للأبد. يمكن  
الدنيا تاخذ منك حاجة، لكن الحب الحقيقي  
بيرجع كل حاجة أحلى مما كانت. خليك دائمًا  
طيب القلب، لأنه مهما حصل، الطيبة هي اللي  
بتكسب في الآخر.

ودي كانت حكايات القلب.. حكاياتنا اللي  
عشناها، واللي لسه هنعيشها. وفي كل دقة، فيه  
حكاية جديدة بتستنانا.

# The End

اهداء / محمود بكر