

# ضوء الكلمات الخفية

دار شغف كاتب للنشر والتوزيع الإلكتروني



إشراف  
الكاتبة: منار أحمد عبد المنعم

ضوء الكلمات الخفية

خوارزمية جمعة

« ضوء الكلمات الخفية »

عن دار شغف كاتب للنشر والتوزيع الإلكتروني  
مؤسسة الدار الكاتبة منار عبدالسلام سعد الشافعي

👑 ملكة الإبداع 👑

للتواصل على رقم |01064178410

اسم الكتاب : ضوء الكلمات الخفية

تأليف: مجموعة مؤلفين

تدقيق لغوي: منار أحمد عبدالمنعم

تصميم الغلاف: هنا محمد

تنسيق وتعبئة: منار أحمد عبدالمنعم

مؤسسة الدار: منار عبدالسلام " ملكة الإبداع "

دار: شغف كاتب للنشر والتوزيع الإلكتروني

جميع الحقوق محفوظة للناشر

وأي اقتباس أو تقليد طبع أو نشر دون موافقة كتابية  
يعرض صاحبة للمساءلة القانونية، أما حقوق الملكية  
الفكرية والأراء والمادة الواردة في الكتاب فهي خاصة  
بالكاتب فقط لا غير.

إلى من غاب عن عيني ولم يغب عن قلبي...  
ظننتُ أنك أصبحتَ ماضيًا ولم تعد، ظننتُ أنني  
تحررتُ من قيديك، ظننتُ أن لا عودة لوجودك في  
أفكاري...

لكنني كنتُ مخطئةً في ذلك الظن، كما كنتُ مخطئةً  
في اختيارك، أو في مجاراة الأحداث والتوقع  
داخل الأوهام.

كان لديّ أملٌ في أن تكون النهاية مختلفة، أن  
يكون وجودك مختلفًا، أن يكون أثرك مختلفًا...  
لكن لم يكن هناك شيءٌ مختلف، سوى غبائي فقط.

الكاتبة: فاطمة جبريل " فاطم القلب "

أرى حيوانًا متوحشًا يلتهم رأسي، أسنانه تمزق خلايا  
عقلي، وأنيابه تُغرس بوحشيّة في أعماق تفكيري...  
أراه كما أرى الناس من حولي بأمّ عيني، يتردد عليّ  
كثيرًا، لا يفارقني...

أعرفه، وأعرف الاسم الذي يخدع به الناس،  
يُسمّي نفسه "القلق"، "الخوف"

في محاولةٍ منه لخداعهم، لكنّه وحشٌ كاسر، يُهلك  
البشر جميعًا، أو يُهلكني أنا وحدي... لا أعلم حقًا.  
يأتي من ثغراتي، يجعلني قلقةً حيال كلّ شيء في  
حياتي، قلقةً على أهلي، أحبائي، صحبتي، نفسي،  
مستقبلي، بل حتى الزوايا المجهولة في حياتي، أشعر  
بالقلق منها وعليها...

ألم أقل إنه وحشٌ سيطر على حياتي؟

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

يُدَمِّر نفسه بنفسه، ويرى ذلك بأمّ عينيه،  
ومع ذلك، لا يخطو خطوة واحدة لإنقاذ نفسه من  
الهلاك...

يرى الظلام بداخله ينتشر، يزداد، ويسيطر على  
الأجواء، ولا يقوى حتى على فتح نافذة واحدة،  
لإدخال النور إلى روحه وإنقاذها من الضياع.  
لكنها ليست هذه الكارثة...

الكارثة الحقيقية هي معرفته بطريق النجاة،  
ورؤيته له رؤية الحق، ومع ذلك، لا يريد... أو ربما لا  
يستطيع.

لا أجد لفظاً يصف ذلك سوى أنها لعنةٌ قد كُتبت عليه.

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

يؤلمني أنني لم أعد أبتهج بما كان يسعدني في  
أوقاتي السابقة...

يؤلمني شعوري بالعجز عن استرداد إحساسٍ طيبٍ  
مضى...

يؤلمني أنني لم أعد تلك التي كنتُ عليها يوماً...

حقاً، يؤلمني ذلك... ((؛

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

عالقٌ بين أحلامي والواقع...  
ذلك الواقع الذي لم أكن أحلم به أبدًا،  
ولم يخطر في بالي يومًا أن يكون عالمي،  
حياتي...

كانت أحلامي جميلة، وردية اللون، رائعة، تأخذني  
إلى عالم الخيال، حيث كل ما أتمنى وأحب وأحلم...  
ولكن يا حسرةً على أحلامي وواقعي، وعلى قلبي  
الذي خُذِل، وتحطم، وتمزق، وهو يفارق أحلامه  
الرائعة...

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"



أكرّر وأدّعي أنني قد نسيْتُ وتأقلمت، وأنه ما عاد  
في خاطري شيء...

لكن ما إن أنتهي من كلامي، حتى يغمرني الحزن  
فجأة، وتتراكم الهموم فوق عاتقي.

أحاول النسيان والتعوّد، ولكن كل شيء ضدي...  
كل شيء، حتى الأشياء التي كانت في صفي،  
هي الآن أول من يغدر بي.

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

نحن الذين تركنا قلوبنا مع أحلامنا الضائعة،  
وتنازلنا عن بهجتنا مع طموحنا الذي بات  
معدومًا...

وأنا التي لم أكن أحيًا إلا بالطموح، خارت قوانا مع  
دموع الحسرة المتساقطة عقب خسارتنا أعظم  
أحلامنا.

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

أيعلم أحدكم كيف يعود المرء إلى روحه القديمة؟  
تلك الروح البريئة الجميلة، ذلك القلب الطاهر،  
وتلك العيون الساحرة النادرة، ذلك العقل الطموح  
والمنير...

يبدو أنه لا عودة، يا صديقي، لا رجوع...  
كُتِبَ علينا أن نكون ما نحن عليه الآن،  
ويا حسرةً على ما نحن عليه الآن.

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

شعرتُ به مرةً واحدةً، ثم توالى المرّات بعد ذلك...  
عن شعور الاستسلام أتحدث.

أنا الفتاة التي لم يكن يعرف الاستسلام طريقها، بل كان  
يخشى حتى ملامستي، لكنه اليوم يزورني كل يوم، بل  
كل ساعة...

ربما سخطتُ على نفسي كثيرًا وقلت مرارًا:

"لن أستسلم!"

حتى أصبحتُ صديقةً للاستسلام وحبيبته، ولم يعد يريد  
تركي.

لا أعرف حقيقة ما أشعر به، أحاول معاندته دائمًا، وألا  
أنصاع لأوامره، مستعينةً بالله ولطفه، راجيةً منه  
الرفق بأموري وحالي، حتى أتمكن بعونه من التخلص  
منه إلى الأبد، وأعود مصابرةً قويةً، يهابها الاستسلام.

الكاتبة: فاطمة جبريل " فاطم القلب "

عندما يُقال لي إنني قاسية الإحساس  
والمشاعر، لا شيء يثير عاطفتي، متحفظة  
وغير عفوية، ما يكون ردي سوى: ليس في  
القلب لكم محبة، فلا يجمع قلبي بين محبوبة  
وقسوة.

الكاتبة: فاطمة جبريل "فاطم القلب"

## " نادمة على اختياري إياك "

الندم في اختيار المحبّ أشبه بجرحٍ اخترتَ بنفسك أن  
تحمله.

ظننته يوماً ملجأً لقلبك، فإذا به عاصفة تقتلعك من  
جذورك.

أعطيته كل شيء، صدقت كلماته، تمسكت به كأنّ  
العالم لا يتسع لك دونه، ثم اكتشفت متأخراً أنّك كنت  
تراهن على سراب.

تسأل نفسك: كيف لم أر الحقيقة؟ كيف غشّيتني العاطفة  
فأغمضتُ عينيّ عن إشارات الخذلان؟ لكن لا فائدة من  
الأسئلة بعد أن صار الألم واقعاً.

كل ما بقي هو درسٌ قاسٍ، لعلّ قلبك يتعلّم ألا يمنح  
نفسه لمن لا يستحق، وألا يضيّع نبضه في حبّ كان  
منذ البداية خطأ.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " الحنين "

الحنينُ وجعٌ ناعم، لا يصرخ ولا يُرى، لكنه يأكل القلب ببطء.

هو أن تشتاق لأيام مضت، لأشخاص غابوا، لأحاديث دافئة كانت تملأ روحك.

هو أن تمرّ بالأماكن التي شهدت أجمل لحظاتك، فتجدها صامتةً، فارغةً، كأنها تبكي معك على ما كان.

الحنينُ لعنةُ الذين أحبّوا بصدق، فهو لا يرحم ولا يهدأ. يزورك في أضعف لحظاتك، يهمس لك بأسماء رحلت، ويعيد إليك ذكرياتٍ حسبت أنك نسيتها.

تحاول الهرب، لكن أين المفرّ من شيء يسكن قلبك؟

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " الفراق "

كان يوماً مشمساً، لكنه ثقيل على القلب، كنا واقفين أمام بعض، والصمت كان أبلغ من أي كلام.

كنتُ أعرف أن هذه اللحظة قادمة، لكنني لم أتخيل يوماً كم ستوجعني.

نظرة أخيرة، ابتسامة باهتة، وكلمة "خد بالك من نفسك" التي كانت أقسى من ألف وداع.

مشيتُ وأنا أشعر أنني أترك جزءاً مني خلفي، جزءاً لن يعود أبداً.

الشوارع كما هي، لكن كل شيء أصبح غريباً.

صوتك ما زال يرنّ في أذني، وضحكك التي كنت أحبها تحولت إلى ذكرى تؤلمني.

ربما يخفف الزمن هذا الألم، وربما لا، لكن الشيء الوحيد الذي أنا متأكدة منه، هو أن الفراق دائماً يترك خلفه فراغاً لا يُملأ أبداً.

الكاتبة: شهد خليل عطية



## " الأسى "

الأسى مش مجرد حزن، ده وجع ساكت، بياكل الروح  
حتة حتة من غير ما حد يحس.

ممکن تبقى قاعد وسط ناس بتضحك، لكن جواك فراغ  
ملهوش آخر.

تحاول تلهي نفسك، تهرب، تفتكر إنك نسيته، لكن في  
لحظة هدوء، يرجع يطرق على قلبك من جديد.

الأسى هو إنك تصحى الصبح حاسس إن الدنيا ثقيلة،  
وإنك تعبت من التظاهر إنك بخير.

هو إنك تشتاق لحاجة خلاص راحت، لحلم وقع منك،  
لشخص ما بقاش موجود.

تفضل تسأل نفسك: "كان ممكن يكون غير كده؟"

بس الحقيقة إن اللي فات فات، وإن بعض الوجع  
ملوش دواء غير الصبر، حتى لو الصبر نفسه موجه.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " الحزن والخذلان "

الحزن إنك تدي من قلبك، وتلاقي نفسك واقف لوحدك  
في آخر الطريق.

إنك تصدق الوعود، وتحلم، وتخطط، وبعدين تكتشف  
إنك كنت الوحيد اللي شايل الحكاية على كتفك.

الخذلان مش بس إن حد يخذلك، الخذلان إنك تخذلك  
نفسك لما تدي أكثر مما يستحق، لما تعشم قلبك بحاجة  
عمرها ما كانت ليك.

تحاول تقنع نفسك إنك قوي، بس جواك وجع ساكت،  
زي جرح مش باين لكنه بيوجع مع كل نفس.

تتعلم بعد كل خذلان إنك ما تراهنش على حد غير  
نفسك، وإن الحب مش بالكلام، وإن مش كل القلوب  
صافية زي قلبك.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " خاطرة تؤلم قلبي "

كان ممكن يكون معايا دلوقتي... كان ممكن تبقى الدنيا  
أهون، وكان الضحك اللي بينا لسه موجود.  
بس لأ، هو اختار يمشي، وأنا اخترت أسكت.

ما سألتش ليه، وما حاولتش أرجعه، بس قلبي كان  
بيتحطم مع كل خطوة يببعتها.

الغريب إن الوجد ما بيخلصش، بيهدى شوية، بس  
بيرجع مع أول ذكرى، مع ريحة مكان، مع كلمة كنا  
بنقولها زمان.

يحاولوا يقتعوني إن الزمن بيشفى، بس محدش قال لي  
إن في جروح الزمن بيعدى عليها، بس ما بيمحيهاش.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " آلام الفراق "

الفراق ليس مجرد غياب، بل وجع يسكن الأعماق،  
يُطفئ بريق العيون، ويترك خلفه فراغاً لا يُملأ.  
هو لحظة تُنتزع فيها الأرواح من بعضها، فتظلّ القلوب  
معلّقة بأملٍ كاذب، أن يعود من رحل يوماً، رغم  
إدراكها أن بعض الراحلين لا عودة لهم.

يظلّ صدى أصواتهم عالقاً في الذاكرة، تتجلى ملامحهم  
في كل زاوية، كأنهم لم يرحلوا أبداً، وكأن الأرواح  
تأبى أن تصدق الحقيقة.

يُقال إن الزمن يداوي الجراح، لكن كيف يلتئم جرحُ  
الفقد وهو ينزف كلما مرّت الذكرى، وكلما همس  
الشوق باسم من لم يعد هنا؟

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " غصّة مريرة "

بُعدُ المحبِّ ليس مجرد مسافة تُقاس بالأميال، بل هو  
غصّة تسكن القلب، وحينئذٍ لا يهدأ مهما مرّ الزمن.

هو أن تبحث عنه في الوجوه، في الأماكن، في  
الذكريات، فلا تجد سوى الفراغ.

هو أن تسمع صوته في خيالك، لكن حين تلتفت، لا  
يكون هناك أحد.

أن تشتاق لحديثه، لضحكته، لنظراته، لكنك تعلم جيدًا  
أن اللقاء لم يعد ممكنًا.

بُعدُه علّمني أن الحب ليس مجرد قرب، بل هو وجعٌ  
نعيشه في الغياب، وذكرى تأبى أن تُمحي مهما حاولنا  
النسيان.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " الوحدةُ وأنينُ الألم "

الوحدةُ ليست مجرد غيابِ جسدي، بل هي غيابُ  
روحيّ يترك في الأعماق فجوةً لا تُسدّ.

في عزّ الليل، حين يسكن الجميع في أحلامهم، تجد  
نفسك وحيداً، تقاسي الألم بصمت، متشبهاً بأملٍ ضائعٍ  
في ظلمات الذات.

أنينُ الألم في الوحدة يكون أعمق من الكلمات، لا  
يسمعه أحد سواك، ولا يشعر به غيرك.

تتمنى لو كان هناك من يفهم صمتك، من يقرأ حزنك  
في عينيك دون أن تنطق.

لكن تبقى الوحدة رفيقتك، صامتةً، تراقبك وأنت  
تحاول أن تتماسك أمام الحياة.

كل لحظة، كل تهيدة، تصبح صدىً يتردد في قلبك،  
وكان الألم أصبح جزءاً منك، لا يفارقك، يعيدك في كل  
مرة إلى نقطة الصفر.

الكاتبة: شهد خليل عطية

## " خذلان يوم الزفاف "

يوم الزفاف... اليوم الذي كان يجب أن يكون الأجل،  
تحول إلى أكثر الأيام وجعًا.

كنتُ أقف هناك، بفستاني الأبيض، بقلبي الممتلئ  
بالحب والأحلام، أترقب لحظة العمر، اللحظة التي  
انتظرتها طويلًا، لكنه لم يأتِ.

الهمسات بدأت تنتشر، النظرات امتلأت بالشفقة،  
والوقت كان يمرّ ببطء، كأنه يسخر مني.

لم أكن أفهم... أهذا كابوس؟ أغمض عينيّ وأستيقظ  
منه؟ لكن لا، لم يكن حلمًا، بل واقعًا موجعًا، خذلانًا في  
أكثر اللحظات قدسية.. رحل دون وداع، دون تفسير،  
تاركًا خلفه قلبًا محطمًا، وحلمًا مكسورًا، وذكريات لن  
تُحمى.

لم يكن مجرد غياب، بل كان طعنة في أكثر الأوقات  
التي كنتُ فيها بحاجة إليه.

تُرى، كيف يمكن للإنسان أن يحمل قلبًا قاسيًا إلى هذا  
الحد؟

الكاتبة: شهد خليل عطية

{ فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ }

هل تعلمين ماذا يحدث عندما تصبرين وترضين؟

سيعوضك الله بأفضل مما فقدت، وسيرزقك بفرحة لا  
تتخيلينها!

فقط اصبري، والتجئي إلى الكريم..

وسيبكين قلبك من شدة الفرح، لأن الكريم إذا أعطى..  
أدهش!

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"



اعلمي أن الزهد والتواضع لا يتنافيان مع حسن الهيئة  
والأناقة؛

فرسول الله ﷺ، وهو سيد المتواضعين، كان يلبس  
الثياب الحسنة، ويتجمل لأهله وأصحابه،  
ويرى في هذا التجمل وحسن المظهر إظهارًا لنعم الله  
عليه.

قال ﷺ: "إن الله يحب أن يرى أثر نعمته على عبده."

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ  
لِمَا يُحْيِيكُمْ }

هل تعلمين ما الذي سيحيي قلبك من جديد؟  
ما الذي سيخرجه من الضيق والهم الذي هو فيه؟

"القرآن"

الزميه، فهو حياة لقلبك وروحك

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

{ قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ  
الرَّحِيمُ }

"قل يا عبادي" ..

نعم، أنت من عباده! قل لي له: "أنا من عبادك يا رب" ..

ارجعي إليه مهما كان ما فعلت، سيفرح بعودتك إليه!  
تخليتي؟

"الله أشد فرحًا بتوبة عبده حين يتوب إليه"

وما الأمر الأكثر روعة؟

"إن الله يحب عباده ابتداءً!"

فلا تيأسي أبدًا من رحمته، فهو سيغفر لك ويرحمك

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

{ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا }

أي أمر يبدو صعباً عليك، ردي هذه الآية! ستشعرين  
بعدها أن كل شيء سهل عليك،  
فأي أمر أمرنا الله به فهو في استطاعتنا، وباللّٰه سنقدر  
عليه..

أمرك بغض البصر.. أمرك بحفظ قلبك، أمرك بالحجاب  
الشرعي.. إذا، ستقدرين!

أنتِ بالله

ربنا رحيم بنا، والله لن يتركك  
تذكرى الجنة، وعندها ستستطيعين المضي قدماً..!

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

"أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ؟" ..!

ألا يكفيك أن الله ربك؟

يسمع ما في قلبك، ويدبر أمورك، ويعلم شكواك ..  
لا ينساك أبداً، ولا يغفل عنك لحظة ..

هو لك نعم الرب .. فكوني له نعم العبد.

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

{ فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ }

لا أحد يعلم ما أخفاه الله لنا من نعيم وفرح  
وسرور.. إنها الجنة فيها ما لا عين رأت، ولا أذن  
سمعت، ولا خطر على قلب بشر!!

أرضيه.. ولك الجنة :-"

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

{ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ }

كما أن للبدن غذاء، فإن للروح أيضاً غذاء..  
وغذاء الروح هو معرفة الله، والقرب منه، والأنس  
به وحده من الضيق والهم!

فتمسكي بالقرآن، ففيه غذاء قلبك وروحك.

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

أنتِ غير كل البنات، ومفيش كلام يوصف كده!!  
أخلاق ودين.. ثبات فوق الثبات، من رأى إيماناً بهذا  
النقاء؟!

أنتِ العفيفة الطيبة، أنتِ القريبة من ربك..  
تحبينه وتطيعينه، بينما عقول الكثيرين غائبة..  
ما أنتِ مثلهم، وإن لم تكوني مختلفة.. فكوني  
مختلفة!!

أنتِ شيء آخر.. تتمسكين بدينك، بعفتك، بحيائك!  
فلا يخدعك كثرة الباطل وأهله..

اثبتى، يا مؤمنة.. يا غالية!  
إن عشتِ في الدنيا مليون سنة.. فأخرها الفناء،  
لكن الآخرة هي الباقية!

والعاقل.. هو من يختار الباقي على الفاني.

الكاتبة: حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"



{ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ }

احفظي بصركِ في الدنيا عن كل ما لا يرضي الله من  
مسلسلات، أفلام، وغير ذلك.. (" :  
لأجل ماذا؟

لأجل أن تري ربك في الجنة!

ألا تشتاقين إليه.. وإلى رؤيته؟

الكاتبة : حبيبة أحمد صبري "الداعية الصغيرة"

## "فراغ جزائي"

فضلتُهم على نفسي، ولم يكثرثوا بـالسؤال عن  
أحوالي حتى!

استمررتُ بتمرير القطع لهم حتى يشكّلوا أنفسهم،  
وفي داخلي أتمزق أرباباً.

أقوم بتقطيع كل جزء مني لأهديهم إياه، راسماً على  
محياتي بسمة ظنوها مفرحة، ولا يعلمون كم هي  
مؤلمة.

قاموا باستغلالني بينما كنتُ أشاكرهم فؤادي، ظنوا أنني  
لا أنفد أنا وأجزائي، ولا يدركون مقدار انهيارني.

اعتقدوا أنني كامل أعطيتهم، ولا يعلمون أنني  
استخدمتُ مبدأ الإيثار معهم.

لا يوجد أحدٌ منّا كامل، كل ما في الأمر أنني أعطيتُ  
أكثر مما أملك؛ حتى تلاشت ذاتي وأوشكت على  
الانتهاء.

الكاتبة: قمر طارق فاروق

"ودينِي دِينُ عَزٍّ لَسْتُ أُدْرِي أذِلَّةُ قَوْمِنَا مِنْ أَيْنَ  
جَاؤُوا؟!!"

أَهَذَا سَبَبُ تَفَشِّي ضَيْقِ صَدْرِي قَوْمٌ بِسَبَبِ النَّفْسِ قَدْ  
بَخَسُوا الْأَرْجُلَ نَزَفَتْ، وَالْقَلْبُ يَدْمِي، لِيَصِلَ الدِّينَ لَكُمْ،  
وآخَرُونَ قَدْ بَطَشُوا عَنِ الْأَلْمِ قَدْ نَفَدَ صَبْرِي، وَعَنْ  
الظُّلْمِ هُمْ قَدْ صَمْتُوا، مَا لِلْمُسْلِمِ لَكُمْ سِوَى أَنْ يَدْعُو،  
وَمَا لَكُمْ لِلنَّدَمِ سِوَى أَيْدِيكُمْ تَعْضُوا، تَخَلَفْتُمْ بِالذَّاتِ  
وَتَغَيَّرَ مَجْرَى نَهْرِي، أَتَبْقُونَ هَكَذَا؟

أَمْ أَنْكُمْ إِلَيْنَا تَصْغُونَ؟

إِنْ كُنْتُمْ لَا تَدْرُونَ، فَمَنْ يَدْرِي؟

أَلَمْ يَحْنِ لَكُمْ لِلنَّارِ أَنْ تَخْمُدُوا؟

يَا أُمَّةَ الْإِسْلَامِ أَلَا يَكْفِي؟

السَّمَاءُ امْتَلَأَتْ بِالشَّهْدَاءِ.. أَفِيْقُوا!

الكاتبة: قمر طارق فاروق

"إِذَا كُنْتَ أَنْتِ مَدِينَةٌ حُبِّي، سَتَبْقَى الْقَصِيدَةُ عَاصِمَةً  
الْكَبْرِيَاءُ"

إِنْ تَهَتْ وَفَقَدْتُ دَرْبِي سَتَكُونِينَ أَنْتِ مَصْدَرُ الضِّيَاءِ، لَنْ  
تُظْلَمَ السَّمَاءُ وَأَنْتِ كُلُّ شَهْبِي، بِدُونِكَ لَا شَيْءٌ أَنَا،  
وَمَعَكَ مِنَ الْأَحْيَاءِ، إِنْ فَقدْتُ جَاشِي وَأَصْبَحْتُ عَصْبِي.  
انظري إليّ بعينيكِ، خَاصَّةً الْأَنْقِيَاءِ، سَأَكُونُ بِالنَّظَرِ  
إِلَيْهَا دَاخِلَ حَرْبِي، وَسَتَبْعِدِينَ مِنْ حَوْلِي كُلِّ الْاِسْتِيَاءِ،  
أَعْلَمُ أَنِي مَهْمَا طَلَبْتَ سَتَلْبِينَ طَلْبِي، وَتَكُونِينَ مُغِيبَةً  
بِانْتِظَارِي كَالْعَمِيَاءِ، سَيُظَنُّونَ أَنِي فَقدْتُ كُلَّ ذَهْبِي،  
وَمَعَكَ أَنَا ثَرِيٌّ مِنَ الْأَغْنِيَاءِ.  
أَدْرِكُ أَنَّهُ مَهْمَا حَدَثَ لَنْ تَرِي عَيْبِي.  
أَنْتِ وَفِيَّةٌ تَغْلِبُ عَلَيَّ جَمِيعَ الْأَوْفِيَاءِ.  
فَقَطْ اعرْفِي أَنَّكَ قَمْتِ بِسَرِقَةِ قَلْبِي، وَلَمْ تَعُودِي شَيْئًا،  
بَلْ كُلُّ الْأَشْيَاءِ!

الكاتبة: قمر طارق فاروق

"وما الدهرُ والأَيَّامُ إلا كما ترى رزِيَّةً مالٍ، أو فِرَاقُ  
ذكري"

فلا تَقَلِّقْ، المَالُ يُفْنِي، وسيُصْبِحُ الحَبِيبُ غَرِيبًا، رَكُزْ  
عَلَى أَشْيَاءَ لَا تُشْتَرَى، مِثْلَ كَوْنِكَ جَعَلْتَ أَحَدَهُمْ يَطِيبُ،  
أَنْتَ بِالتَّكْيِيدِ يَا رَفِيقُ أَدْرِى مَا يَفْعَلُهُ بَعْدَ ذَلِكَ المَشِيبُ،  
اجْعَلْ مَن خَذَلَكَ مُجْرَدَ ذِكْرِي، وَعِبْرَاتِهِ الرَّدِيئَةَ فِي  
الصَّبِيبِ، فَلتَأْخُذْ مِن قَبْلِكَ العِبْرَةَ، وَكُنْ مَاهِرًا، بَارِعًا،  
نَبِيهَا كَالِيبِ، وَلِتَبْتَسِمَ، قَدْ جَاءَتْكَ البُشْرَى، كَوْنِكَ كُنْتَ  
تَعَافِيهِمْ كَالطَّبِيبِ.

لِذَلِكَ يَا عَزِيزِي مَهْمَا جَرَى، لَا تَجْعَلْ ظَنَ أَحَدَهُمْ يَخِيبُ!

الكاتبة: قمر طارق فاروق

## "انتشلتني كالملاك"

حيثُ كنتُ قابِعًا بِجوفِ الظلام، شخصٌ كالنُقاخِ فِي  
برودتِه لا يُبال، على ما يحدثُ دومًا، كنتُ أنا من يُلام  
منكمشًا على ذاتي، تائهاً في الضلال، جاءتني هي  
مُتوهجةً من بين الظلام، لا أدري كيف لمعت مقلتاها  
في الظلال؟

مُمسكةً بيدي تُبعِدني عن ذلك الازدحام، جعلت فؤادي  
أبلقًا وزاحت عني الأثقال، بات كالرخاخ مثل يدها،  
ليسَ بهِ آثام كالورق المهترئ رأيتني في إذهال، قبل  
نهايتي سحبت مني جميع الآلام، كيف فعلت ذلك؟  
بالطبع مُحال!

امتصت كل العقابيل لأنعم في سلام، وأرخيت جفوني  
المنعقدة في إسدال، اشغلُ تفكيري بها؛ لتأتيني في  
المنام كانت ساطعة مُنيرة، تنتشلتني كالملاك.

الكاتبة: قمر طارق فاروق

## " دِفء "

أتدري معنى تَفْتُح الزهرة وَسَط الثُّوج؟

هَذَا يَعْنِي أَنَّ تِلْكَ الزَّهْرَةَ قَدْ شَعَرَتْ بِالدَّفءِ بَيْنَ كُتْلِ  
الْجَلِيدِ! كُنْتُ كَالزَّهْرَةِ الذَّابِلَةِ فِي الشِّتَاءِ، بَيْنَمَا هُوَ مَنْ  
أَحْيَانِي -كَانَ كَذَلِكَ- كَانَ هُوَ الدَّفءِ الَّذِي غَلَفَ حَيَاتِي،  
جَوْفِي يَصْبُحُ دَافِئًا مَطْمَئِنًّا حِينَمَا يَكُونُ هُوَ، تِلْكَ الزَّهْرَةَ  
الذَّابِلَةَ جَفَّتْ أَوْرَاقَهَا وَغَلَفَهَا الْبُؤْسُ وَالْأَلْمُ وَأَصْبَحَتْ  
غَيْرَ قَابِلَةٍ لِلْمَسِّ وَمَنْ يَنْظُرُ لَهَا كَمَنْ شَوَّهَ عَيْنَاهُ.. إِلَّا  
عَيْنَاهُ هُوَ! مَقْلَتَاهُ تَوْهَجَتَا حِينَ رُؤْيَةِ تِلْكَ الزَّهْرَةِ الَّتِي  
يَنْفِرُ مِنْهَا الْجَمِيعُ.. عَدَاهُ هُوَ!

لَمْ يَكْتَفِي بِتَوْهَجِ مَقْلَتَاهُ وَالنَّظَرِ فَقَطْ، بَلْ اقْتَرَبَ  
يَتَحَسَّسُهَا خَوْفًا مِنْ تَحْطِيمِ أَوْرَاقِهَا الْهَشَّةِ، رَغِبَ  
بِإِدْخَالِهَا؛ لِتَشْعُرَ بِدَفءِ وَحْنَانِ أَحْضَانِهِ؛ لَكِنَّهُ خَافَ  
عَلَيْهَا مِنْ نَفْسِهِ! كَانَتْ خَائِفَةً مِنْ أَنْ يَنْهَشَهَا أَحَدُهُمْ  
وَيَقُومَ بِقَطْفِهَا؛ حَتَّى جَاءَ هُوَ يَرِوِي ظَمَأَهَا، كَانَ هُوَ  
مَنْ أَسْقَانِي!

كُنْتُ أَنَا تِلْكَ الزَّهْرَةَ وَهُوَ مَأْمِنِي وَمَصْدَرُ أَمَانِي.

الكاتبة: قمر طارق فاروق

"كن أنت؛ أنت، فمن أنت؟"

أنت القويّ بالعلم والأخلاق، لا تصمت على ظلم  
الرفاق، تغفو عن الأعداء؛ حتى يصبحوا أصدقاء.

أنت من يوضع اسمك بجانب العظماء، أنت الجميل من  
الخارج، والنقي من الداخل.

أنت مصدر الأمان، وللشكر أنت الحنان، ولم يكن هناك  
إنسان لم يشعر بجانبك بالاطمئنان.

أنت البطل في قصتك وفي جميع القصص، أنت من  
يُحارب الشر، أنت الخير الذي يعم في كل مكان.

أنت تعلم من أنت، أليس كذلك؟

أنت أنت!

الكاتبة: قمر طارق فاروق



## "دموع لوحتي"

أشعر وكأن عينيَّ مُجرد لوحة، ودموعي التي تنهمر  
جزء من تلك اللوحة!

أحقًا أنا مجرد لوحة؟

يبدو أنه هناك من يقوم بمسح ما أذرفه من دموع  
بالممسحة؛ لظنه إني مجرد رسمة ودموعي تلك  
زيادات خاطئة على تلك اللوحة الفنية.

حسنًا، لا أستطيع تحديد إن كان هذا شيء جيدًا أم  
سيئًا، لا بأس... لا أدري ما ذلك الشعور الذي  
يخاذلني، لا أقدر على وصفه: شعورٌ بالغرابة، التأمل،  
الحزن... والنسيان أيضًا!

أيهما صواب؟

أعيناى لوحة ودموعي أفسدت تلك التحفة الفنية؟  
أم أن دموعي تنهمر حتمًا؟

الكاتبة: قمر طارق فاروق

## "كُتِفِي الَّذِي مَال"

فِي عَزَلَتِي كُنْتُ أَنِيسِي، وَفِي وَحْدَتِي كُنْتُ ظَلِّي،  
وَعِدَّتِي أَنْكَ لَنْ تَمِيلَ وَلَنْ تَرَحَلَ، وَرَحَلْتَ!  
أَخْبَرْتَنِي أَنْ آخِذَ رَاحَتِي وَأَنْنِي أَسْتَطِيعُ الْإِتِّكَاءَ عَلَيْكَ،  
وَمِنْ شِدَّةِ رَاحَتِي قَدْ كُسِرْتُ!  
كُنْتُ مَأْمِنِي وَأَمَانِي، وَأَوْهَمْتَنِي أَنْكَ مَصْدَرُ الْإِطْمِنَانِ،  
وَقَدْ كُنْتُ؛ لِيَمْلَأَ جَوْفِي بِالْفَرَاحِ، وَفَوَادِي يَرْتَجِفُ، لِأَنِّي  
بِالشُّعُورِ بِالْحَنَانِ قَدْ فَقدْتُ!  
رَحَلْتَ وَتَرَكْتَ خَلْفَكَ غَصْنَاً مَكْسُوراً وَطَائِرًا بِلا جَنَاحِ،  
وَذَهَنًا مُشْتَتًا لَا يَرْتَاحُ، فَفَقَطْ أَخْبَرْنِي مَاذَا فَعَلْتَ؟  
أَكُنْتُ وَحْشًا أَوْ بِي عَيْبًا أَوْ مَشُوهاً يَعْمَنِي الْبُؤْسُ وَأَنَا  
يَائِسٌ، أَلْهَذَا ذَهَبْتَ؟  
كُنْتُ كُتِفِي، كُنْتُ سَنَدِي، كُنْتُ.. وَيَعِزُّ عَلَيَا قَوْلُ "كُنْتُ"!  
كُنْتُ سَنَدِي الَّذِي لَا يَمِيلُ.. وَمِلْتُ!

الكاتبة: قمر طارق فاروق

## "شُعاع أمل"

أَتَدْرِى مَعْنَى أَنْ يَكُونَ كُلُّ شَيْءٍ حَوْلَكَ فِي إِسْوَدَادٍ قَاتِمٍ  
إِلَّا مُجْرَدِ سُلْمٍ وَبِنَهَائِهِ بَابٌ؟

رُبَّمَا لَا تَدْرِى؛ لَكِنْ خَلْفَ ذَلِكَ الْبَابِ شُعَاعٌ مِنَ الْأَمَلِ  
لِي.. وَلَكَ أَيْضًا!

ذَلِكَ الْبَرِيقُ الَّذِي فِي مَقَلَّتَيْكَ، سَبَبُهُ انْعِكَاسُ ضِيَاءِ الْحُلْمِ  
الَّذِي وَرَاءَ الْبَابِ.

أَخْبِرْنِي.. أَكُنْتَ فَقَدْتَ الْأَمَلَ فِي حُلْمِكَ يَا هَذَا؟

اسْعَ.. اجْتَهِدْ.. حَاوِلْ.. قَاوِمٌ، وَلَا تَجْعَلْ ظَنَكَ فِي اللَّهِ  
يَخِيبُ!

لَا تَخْشِ الْخَسَارَةَ بَلْ ارْتَعِبْ مِنَ الْإِسْتِسْلَامِ!

يَوْمًا سَتَقِفُ أَمَامَ الْعَالَمِ وَتَقُولُ بِأَعْلَى صَوْتٍ:

نَعَمْ، لَقَدْ نَجَحْتُ! لَقَدْ وَصَلْتُ لِلْحُلْمِ! نَعَمْ، لَقَدْ فَلَعْتُهَا!

الكاتبة: قمر طارق فاروق

لقد تعبت كثيرًا من هذا السجن الذي أعيش فيه،  
أرى نفسي مُحاطة بالأسوار طوال الوقت،  
محبوسة داخل القواعد، مقيدة بالأغلال، لكنني قد  
سئمتُ من كل هذا، لم أعد أتحمل هذا العذاب الذي  
أعيش فيه، أريد الحصول على حُرّيتي، أريد ترك  
هذه الحياة الصعبة التي أعيشها، لأكون حرة في  
كل شيء، سأحارب لأجل الحصول على حُرّيتي،  
لكن لماذا عندما حصلت عليها الآن أشعر وكأنني  
هذه المرة مُحاطة بالأخطاء؟

ليست هذه الحياة التي كنت اتصورها، ففهمت في  
هذه اللحظة أن الحرية الحقيقية، هي فعل الصواب  
دون إيذاء نفسك أو الآخرين، الحرية الحقيقية هي  
المحاطة بالمسئولية ...

الكاتبة: أمل سمير بركات

دائمًا ما أحب أن أغير من نفسي إلى الأفضل،  
وأقوم بتصحيح أخطائي، لكنني وجدتُ أن هذه  
المثالية لا يستطيع المرء أن يعيش بها في هذا  
العالم، وأن الناس لا يمتلكون الرحمة، فتغيرت  
مجددًا، لكن هذه المرة انحنيتُ لمطالب الحياة، لم  
أعد أثق في أحد أو أتعلق بأي شيء، قررت أن  
أكون أقوى حتى لا تكسرني الحياة، لكنني لست  
راضية عن نفسي، هذه التي أراها ليست أنا، لم  
أعد أدري هل يجب عليّ أن لا أتخلى عن مبادئني؟  
أم أن أنفذ ما تطلبه مني الحياة؟  
ليت هذا الصراع ينتهي دون أن أخسر نفسي في  
المنتصف ...

الكاتبة: أمل سمير بركات

عندما خسرت أحلامي، شعرت وكأن العالم كله ضدي، لا فائدة من المحاولة، ولا جدوى من المثابرة، فقدت ثقتي بنفسي، وضاع مني الحماس الذي كنت أملكه، ولم تعد لدي رغبة في السير وراء أحلامي مرة أخرى.

قضيتُ على طموحي، لكن أحلامي ما زالت تطوف في ذهني، فأبصرتُ الحقيقة إنني ما زلتُ في بداية الطريق، وأنه ليس معنى أنني واجهت الحياة بضعف أنني سأخسر دائماً لا محالة.

كل ما كنت بحاجة إليه لتحقيق أحلامي هي القوة والإرادة للوصول إلى خط النهاية، فالمحاولة، مهما كانت صغيرة، تعني التقدم... ولو قليلاً.

الكاتبة: أمل سمير بركات

لا أحد يعجبه تلك البدلة التي يرتديها، دائماً ما نتمنى  
الحصول على شيء آخر، وأن نملكه ليس مناسباً لنا،  
فتدهور أحوالنا، ونشعر وكأننا لا نستطيع مواصلة  
حياتنا مع ما لا نريد، فنضيع ونتبعثر داخل دوامة  
التمني، فنجد أننا أضعنا ما نملكه، وأنها أصبحنا خاليين  
الأيدي سعادتنا تكمن في امتلاك ما ينقصنا، حتى  
تدهور أحوالنا، ونشعر وكأننا لا نستطيع مواصلة  
الحياة بما لا نريد، فنضيع ونتبعثر داخل دوامة التمني،  
فنجد أننا أضعنا ما نملكه، وأنها أصبحنا خاليين الأيدي،  
ربما لو شعرنا بالرضا لتغير كل شيء، ولو نظرنا إلى  
الجوانب الإيجابية لما تمكن منا اليأس والاكتئاب، لو  
تطلعنا إلى الرغبة الحقيقية في النجاح، لوصلنا إليه،  
يكفي فقط أن نشعر بالرضا عما نملكه، وسينجح كل  
شيء...

الكاتبة: أمل سمير بركات

لقد جلست كثيرًا انتظر الحصول على الفرصة؛ لتحقيق أحلامي، عندما كانت تضيع من بين يدي، كنت أشعر بالندم أنني أضعتها، وعندما كنت أحصل عليها لا تكتمل، وتضيع مرة أخرى، لكن هذه المرة تتركني في منتصف الطريق، سئمتُ من انتظارها وهي لا تعود، أشعر وكأن عمري يضيع مني، وأن أحلامي تتلاشي وهي لا تأتي، لكن هل العيب فيّ؟ أم في أحلامي؟ أم في تلك الفرصة التي لا تحاول النظر إليّ؟ فعرفت أنني لم يكن يجب عليّ انتظار الفرصة، لتحقيق أهدافي فهذا أكون لا أستحقها بالفعل، لكن ما كان يجب عليّ فعله، هو صنع الفرصة، والبحث عنها والتمسك بها، لا أن انتظرها تأتي إليّ.

الكاتبة: أمل سمير بركات



عندما كنت صغيرة، كنت أعتقد أن كلمة علم تتعلق فقط على ما أجده في الكتب، لكن عندما كبرتُ، وجدتُ أن هناك مدرسة أكبر بكثير من مدارسنا ونحن صغار، إنها مدرسة الحياة، والعلم فيها لا ينتهي .

فمع كل يوم هناك درس جديد نتعلمه، لكن هذه المرة، الأخطاء في الامتحانات التي نتعرض لها في حياتنا ندفع ثمنها غالياً، والحياة لن تملّ من أن تستمر في تعليمنا، والدروس التي مضت لا تُنسى، بل تبقى محفورة في قلوبنا.

لقد تعلمتُ منها الكثير، وما زال لدي الكثير لأتعلمه، سأستعد جيداً لدروس الحياة، وسأحاول أن اجتهد فيها قدر المستطاع، فالحصول على درجة الامتياز في مدرسة الحياة ليس أمراً سهلاً...

الكاتبة: أمل سمير بركات

نحن حقًا نمتلئ بالأخطاء، ونمتلئ بالسيئات، والأسوأ من ذلك أننا نتخفي وراء عبارة: "كلنا خطأون."  
منا من يعمل الحسنات، ثم يتوب، لكنه يعود مرة أخرى إلى الذنوب، ثم نتساءل: عن التمسك بالشيء الصحيح، وعدم العودة إلى الأخطاء مرة أخرى؟  
ربما لن نجد إجابة هذا السؤال عند غيرنا، لأننا نمتلكه في قلوبنا، ربما يجب أن نسأل قلوبنا: هل كانت مشبعة بالرغبة الحقيقية والإرادة الصادقة للتوبة؟  
ولنسأل عقولنا: ماذا كان يدور بها عندما عدنا لارتكاب الأخطاء مرة أخرى؟  
سنجد أن الإجابة واضحة: أننا لم نكن جادين حقًا، ولم نمتلك الإرادة الكافية...

الكاتبة: أمل سمير بركات

الخوف هو السجن الحقيقي للروح، عندما نحبس أنفسنا داخله، نفقد حريتنا ونحرم أنفسنا من أشياء كثيرة.

لقد جربت كثيرًا أن تكون يداي مقيدة بالأغلال، بسبب الخوف، شعور القيود التي يكبلنا بها الخوف من تنفيذ أي شيء، الخوف قد يجعلنا نخشى حتى مجرد التفكير فيه، فتخاف من اتخاذ القرار، ويصبح الخوف كليلٍ طويل يتمدد داخلنا، ليشمل حياتك، وينتشر في أفكارك وينعكس على تصرفاتك، ونخاف أن نخطئ، رغم أن الخطأ أحيانًا لا يعني نهاية العالم، نخاف حتى من التجربة.

لا تجعله يسيطر عليك، فهو كالداء الذي ينتشر في أجزاء الجسد فيدمره، لنخرج بعيدًا عن هذه السجن، ولنتحرر من هذه الأغلال، فمن خاف من شيء، أخافه الله من كل شيء...

الكاتبة: أمل سمير بركات

الحب... ما هو الحب؟

كل منا يضع معايير الخاصة وفق ما يرى، لكنني دائماً كنت أراه مجرد شيء أسطوري لا يمكن تحقيقه، أو أنه شيئاً نادراً من الصعب العثور عليه.

الحب هو أن تحب شخصاً كما هو، لا كما تريد أنت، أن تحب روحه وتتقبل عيوبه، نظرة الحب بالنسبة إليّ، هي التي أراها في أعين عائلتي، لأنهم هم من يستطيعون تقبلي كما أنا، ومن خلالهم أتعلم معايير الحب الحقيقي.

وأرى أن الحب الحقيقي يعني البقاء مع من نحب، وأن تبقوا معاً فهذا يعني أنه سيصبح جزءاً من عائلتنا، لكنني لا أعتقد أن هناك من يتقبل الآخر كما هو بعد الآن، أو لا ينظر أولاً إلى عيوبه قبل مميزاته، لذلك، أصبح الحب في هذا العصر شيئاً نادراً... أو ربما مجرد أسطورة.

الكاتبة: أمل سمير بركات

تخيل لو أنك تعيش حياة أبدية، فأين ستقضيها؟  
دائمًا كنتُ أفكر في هذا، لكن هل من الممكن أن نحيا  
حياة أبدية؟!

نعم، سيحدث ذلك، كثيرون يظنون أن حياتنا تقتصر  
على هذه الدنيا، ثم يأتي الموت وينتهي كل شيء، لكن  
الحقيقة أننا سنحاسب بعد الموت، ويُحدد مصير كل  
واحد منا: إما الجنة أو النار، حيث سنخلد إلى الأبد.  
إما جنة مليئة بالنعيم، جزاءً للمحسنين، أو نار محرقة  
للكافرين، فأى طريق ستختار؟

بالطبع، كلنا نتمنى الجنة، لكن من منا يعمل بجد  
لنيلها؟ ومع ذلك، لا يدخلنا الله الجنة بأعمالنا وحدها،  
بل برحمته، أفلا يجدر بنا إذاً أن نطيعه ونسعى إلى  
مرضاته؟

الكاتبة: أمل سمير بركات

كم أشتاق لطفولتي، عندما كان الجميع أبرياء،  
وحين لم يكن في قلوبنا كره لأحد، لا أدري لماذا  
يحزن البعض عندما يُقال لهم إنهم كالأطفال إذا  
تعلقوا بشيء، لكنني أرى في ذلك وصفاً جميلاً.  
أن تكون طفلاً يعني أن تكون نقي القلب، صافي  
الروح، لا تحمل في داخلك حقداً أو كراهية تجاه  
أحد.

أين ذهبت تلك البراعة التي كنا نمتلكها؟ وكيف  
اختلفت بهذه السرعة عندما كبرنا؟! ليتنا احتفظنا  
بها، ليتنا بقينا كالملائكة كما كنا صغاراً...

الكاتبة: أمل سمير بركات

## "القلب الطيب"

أنك تكون إنسان طيب دي نعمة من ربنا، وأحمد ربنا عليها، رغم أن في ناس كتير بيستغلوا طيبتك، بس بتكون مبسوط أنك بتسعدهم. أنت بتسعدهم وهم مش بيشكروك، لأنك مش مستني منهم شكرًا. لكن مع الوقت، بتلاقي إنهم بيهينوك وبيؤذوك، مع إنك مش تستاهل منهم كل ده. رغم أنك عارف إنهم مش يستاهلوا المساعدة، لكن برضو بتسعدهم، ليه؟ ليه مع إنه أمس كان سبب في دموعك؟ ليه مع إنه جرحك وأذاك؟ لما بحثت عن سبب، لقيت إنني: علشان مكنتش غلطان ولا ظالمة. علشان ماغلطش في حقه ولا حتى بنسبة 1٪، علشان أنا مش حابة أنام وأنا ظالمة حد، حتى لو بنسبة صغيرة.

اه، بيرجعوا يهنوني ويجرحوني، وبرغم إنني لو ما عملتش اللي هم عايزينه، مش هكون ظلمتهم، لكن يظهر في عيونهم إنني وحشة جدًا. برغم كل حاجة، برغم كل حاجة، أنا سعيتهم فيها، وأنت غلطي. مش بيحترموا وقت احتياجهم ليك، وقت ما يطلبوك، ما تبقيش موجودة، ولا تكوني في عيونهم، طيب، ومشاعري؟ ليه؟ افكروا فضل ربنا اللي بعثني ليكم؟ مع إنكم مش شخصيات مهمة في حياتي، ولا ليكم عليّ أي فضل، بس بيعتقدوا إنهم هم الكل، وأنت مكنتيش أي حاجة بالنسبة لهم، مع إن الصورة مقلوبة، لكن في ناس بيقولوا إن ده غباء، وإن ده عبط من الشخص. وفي ناس تانية بيقولوا: "إياك تسبب حد يدوسلك على طرف، متخليش حد يتعامل معاك كده"، وخليك دايمًا قوي، متخليش حد يستخف بيك، لكن لما حاولت أكون كده، لقيت نفسي مش قادرة أتخلي عن طبيعتي، لكن بحاول أكون زي ما قالوا لي. بعملهم كل حاجة، لكن بعد ما عرفت الفرق بينهم وبين طبيعتي، الحمد لله على نعمة الطيبة.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

## ضوء الكلمات الخفية

أصعب شيء هو أن تحكم على شخص دون أي معرفة حقيقية به، أو أن تحدد أخلاقه دون أن تتعامل معه.

قد يجمعكما موقف واحد، فتبني حكمك عليه: هل هو محترم أم لا؟ ناجح أم فاشل؟ متكبر أم متواضع؟ منافق أم صادق؟

لكن الحقيقة هي أن الأخلاق لا يمكن لأحد أن يحكم عليها إلا من عاشرك وجلس معك لفترة كافية، هذا فقط من يحق له أن يتحدث عن أخلاقك، أما غير ذلك، فهو ظلم في حق الشخص الذي تتحدث عنه.

معظم الناس يقعون في هذا الخطأ، بل الأغلبية، لأن هذه أصبحت عادة.

أن تحكم على شخص بأنه غير محترم لمجرد أنه يضحك أو يمزح، أو لأنه تصرف بطريقة معينة في موقف معين، فهذا لا يعني أنه شخص سيئ.

الاحترام الحقيقي هو أن تحترم الشخص الذي أمامك، لا أن تبدأ في الحكم عليه وعلى أخلاقه دون معرفة حقيقية. فذلك ليس من الأخلاق.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد



الكثير من الناس ينسون أن يكونوا لطفاء في التعامل مع الآخرين.

اللطف يمكن أن يلهم شخصًا لم يعد قادرًا على الاستمرار، فمعظم الناس ينسون أن يكونوا لطفاء بسبب الصعوبات التي يواجهها الجميع كل يوم، كل شخص يخوض معاركه الخاصة، ولهذا قد ينسى التعامل مع الآخرين بلطف.

قد يكون لطفك فرصة تمنحها للآخرين، حتى لو كانت صغيرة، فمن أهم الأشياء التي تجعل الناس يحبونك ويقدرونك هي أن تكون لطيفًا في تعاملك معهم.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

## " اللمة الحلوة "

اللمة مش مجرد كلمة بتتقال.

اللمة بأنواعها، سواء كانت لمة عائلة، أصحاب، أو حتى جيران، ليها طعم تاني، من أكثر اللحظات اللي ممكن تخليك تحس بالسعادة.. لمة الجيران، التي يجمعهم الحب والحكايات، هي من أجمل اللحظات التي تجعل كل من فيها سعيداً.. أما لمة العيلة، فهي أجمل شيء في التفصيل الذي بين أفراد العيلة، والحكايات بين الكبار والصغار، فهي من أجمل الأيام في حياتك، فيها أيام تعيش في قلبك سنين، لما تشوف حب العيلة وسعادتهم مع بعض.. أما لمة الأصدقاء، فهي من أجمل الحاجات الموجودة، لما تلاقي صديقك يحبك ويخاف عليك، وفي اللمة تكتشف مدى حبه لك، الأصدقاء اللي بيضحكوا على كل حاجة، بتبقى حاجة تانية كأنهم في نفس السن والعقل، الأصدقاء دول من أكبر النعم، مش بس لمة الأصدقاء، كل لمة ليها ضحكتها وهزارها ووقتها الجميل.. اللمة دي نعمة من نعم ربنا علينا، كل لمة تحس بحب الناس ليك، حب الناس ليك نعمة كبيرة، وبالأخص لمة الأصدقاء، دي أجمل حاجة، تلاقي فيها الحب والهزار والضحك، صديقك ده اللي التفاصيل معاه مش بتتنسي. وقت ما يغيب، تلاقي نفسك بتفتكر التفصيل الحلو اللي بينكم وبتضحك عليه كأن الموقف حصل أول مرة.. خطفتُ أنا وأصدقائي القليل من الوقت، وكانت من أهم الذكريات اللي مستحيل تنساها. الصديق غير أي حد، مش ينفع يتقارن بحد!

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

لا تستهين بقدراتك، أعرف أنك شخص قوي.  
من يظن نفسه قويًا قد لا يكون بالقوة التي يتخيلها،  
ومن يرى نفسه ضعيفًا قد لا يكون ضعيفًا كما يظن.  
القوة الحقيقية هي قوة الروح والإرادة.  
الإرادة هي أهم شيء في الحياة، فهي ما يساعدك في  
مسيرتك، في طموحك، وفي تحقيق أحلامك.  
يجب أن تمتلك إرادة قوية وشجاعة كافية لمواجهة  
كل الصعاب، فلا توجد حياة بلا تحديات، ولا حلم  
يتحقق دون صعوبات.  
الإرادة شيء معنوي، لكنها ذات أهمية عظيمة.  
أنا أسميها الشجاعة، فهي الشعاع الذي يقع تحت  
عنوان الإرادة.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

كل حاجة معقولة، بس اللي مش معقول إنك تغلط نفس  
الغلطة كل مرة، وتجرح نفسك بايدك إنك تصاحب  
وتتخدع ويستغلوكم، وبعد متديهم حب كبير جدًا، تبص  
تلاقي إنهم مكنوش يستهلوا نصف الحب اللي ادتهلهم،  
وملوا فراغ كبير جواك، مش عارفة إذا كان ده طيبة  
ولا هبل مني، مع إنهم نفسهم اللي نصحوني إني  
مكنش طيبة الدرجة دي، بس ده خلاني أحبهم أكثر،  
مش فكرت في ثانية إنهم ممكن يستغلوا الطيبة دي،  
صح كان نفسي في الصحاب يكونوا بجد صحاب بمعنى  
الكلمة، يمكن علشان كده بدي أي حد الحب اللي من  
زمان مستني الصحاب اللي بجد، يمكن ده السبب اللي  
بيخليني بقول على كل واحد بيخاف عليه شويه  
بينصحني، بينسيني أحزاني أنه **A true friend**.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

## " الغرور والكبرياء "

إياك في يوم تتغر، الفوز خصيم الشر فيدو ولا يفيدك،  
الغرور والكبرياء موجدين عند بعض الناس اللي فيهم  
بيستخدمه صح واللي بيستخدمه خطأ، في يوم حد نصحني  
بكام نصيحة وقال: الوش يخدع، لكن العيون صريحة،  
وقالي بص واسمع ممكن يكون مغرور ومتكبر بس طيب  
وقلبه ابيض رغم غروره، اللي بيتعامل معاك بغرور علشان  
ترد، هترد بغرور، الغرور والكبرياء مش منصفات الرسول،  
ومن الحاجات الي نهانا عنها، أنا يا سيدي لست مبدع في  
فن الغرور والكبرياء؛ لأنني إنسان من طين وماء مصيري  
الفناء، لكن احذر أن تنظر إلي نظرة الكبرياء؛ لأن حتمًا  
ستجد غرور وصل لحد السماء، لا تنسى أن نحن من خلقنا  
واحد، ومن نفس الشيء جميعنا خلقنا، والدين جعلنا اخوة  
فلا تتكبر؛ لأنه يوجد الأكبر منك وهو الله سبحانه وتعالى، لا  
تتحدث مع الناس وأنت أنفك في السماء، اتبع وصية  
الرسول صلى الله عليه و سلم، وأمر الله عز وجل: واصبر  
صبرًا جميلًا.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد

من أنا؟ هذا السؤال الآن يحيرني من أنا؟ وأين هي أحلامي؟ وكيف البحث عن نفسي و عن أحلامي كيف ذلك؟ لكني حاولت أن أجد الإجابة على نفسي، إجابتي هي: أني غفلت عن حلمي، أنا هي التي سوف أحدها أنا، أنا التي سوف تحقق حلمها، ولم تغفل عليه مرة أخرى، الذي كان يحزنني هو: أن أهوي مع أصدقائك ولعبي على الهاتف، ولكن أخيراً قد تذكرت حلمي الذي بنيت عليه أيامي القادمة، ومستقبلي الذي رسمت وحلمت ورايته في خيالي، الذي اعتبرته هو الحياة، عندما رأيت حياتي في حلمي بلا حلمي رأيت أنها كبوس، سوف اتحدى العالم، ومع دعوات أمي سوف أغير القدر وأحقق حلمي، سوف اتحدى كل شيء الآن، مهما تحملت لم يكن أسوأ من خسارة حلمي وحلم طفولتي، وبعد كل هذا غفلت عن حلمي! غفلت عن حلمي مع الأيام، ومتعة ساعات كنت أقضيها مع الأصدقاء، واللهم الذي كان بالفعل مجمل أيامي، ولكن لا يتقارن مع جمال حلمي، وبارادة ربنا عز وجل قدرت إني أرجع لحلمي، ومعايا أصحابي اللي بيحفظوني، وأحقق حلمي مهما كانت الصعاب، عندما نظرت إلى المستقبل الذي غفلت أيضاً أن أفكر فيه مع حلمي، وجدت أنني بالفعل خسرت الكثير ولكن لم يذهب الأمل، بل أنا رجعت، أنا رجعت وسوف أكون أقوى من قبل في تحقيق حلمي.. الحمد لله، الله الذي جعلني أرجع لحلمي مرة أخرى، حلمي ليس مجرد حلم بل هو الحياة المستقبل، حلمي حلمت به حتى أكسب الآخرة والدنيا، أنا أرى حلمي هو حياتي المستقبلية، حلمي هو حياة وليس مجرد حلم، لقد غفلت ورجعت متأخرة ولكن لم أفقد الأمل مهما حدث، لن أتخلي عن حلمي.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد.

أنتِ وأنتِ وأنتِ، هل انتم مسلمون؟

إذا كنتم غير مسلمين فهذا متاح لكم، أما إذا كنتم مسلمين،  
فهل هذا هو الحجاب الذي أمرنا به الله؟

هل هذا هو حجاب المسلمة؟ الحجاب الذي تتركين في رقبتك  
وجزء من شعرك هل هذا هو حجاب؟ لماذا تقليلين من  
المرأة المسلمة؟ إذا كنتِ مسلمةً إما ترتدي الزي صحيح إما  
أن تتخلي عنه، لماذا أيضاً تتشبهين بالرجال؟ لماذا لا  
ترتدي الزي الواسع حتى عندما يراك أي شاب يفسح لك  
الطريق، ويغض بصره برغم أنه غير محترم، لماذا لا  
ترتدي الزي الواسع؟ حتى عند ركوبك أي مواصلة يقوم  
الشاب ويترك لك المكان، البنات المحترمة التي ترتدي  
حجابها صح وترتدي زي واسع، سوف يحترمونها ويقدرها  
الجميع، هل تعتقدين عندما ترتدين الزي الضيق والحجاب  
الذي لا يسمى حجاب؛ لأنك تتركين نصف شعرك ورقبتك  
يظهرون أنك جميلة؟ بلا الحقيقة غير ذلك، إذا كنتِ جميلة  
فذهب جمالك إن لم تغطيه، يا بنات يكفي هذا، يكفي تقليل  
من صورة الحجاب والإسلام عن طريق اللبس الضيق الذي  
تتشبهون به بالرجال، لا تنسي دينك وبماذا أمركِ.

الكاتبة: أروى ابراهيم محمد

## " الوقت كَالذَّهَب "

الوقت الذي يضيعه الجميع على الهاتف، والوقت الذي يضيع في أشياء لا فائدة لها، ليس مجرد وقت ضائع، بل هو وقت مُعطل.

يجب أن تدرك أنك ستُحاسب على هذا الوقت إن لم تستغله في عمل مفيد.

الوقت ثروة، ويجب على الجميع أن يعرف قيمته، كما قيل: "الوقت كالسيف، إن لم تقطعه قطعك."

استغلال الوقت من الأمور التي تفيد المستقبل، ومهما كان جدولك مليئاً، يمكنك دائماً إضافة المزيد من الأعمال النافعة.

الكاتبة: أروى إبراهيم محمد



ما أعظم اليقين بالله سبحانه وتعالى! أن تظن أنك لن تصل إلى شيء، وأن العالم من حولك يحبطك من جميع الجهات، لكن اليقين بالله يغيّر فكرك تجاه كل شيء.

فبمجرد أن يكون لديك يقين بأن الله سيكرمك ويعوّضك عن الأيام التي مررت بها، تجد أن لطفه قادر على أن يمحو ألم الماضي، ويمنحك نورًا جديدًا تحيا به، حتى بعد أن فقدت كل شيء بداخلك.

ولكن نور الله ولطفه يحيينا من جديد، فكن على يقين بأن الله سيجبر خاطرك، ولن يُحطم آمالك به يومًا.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

وماذا عسانا نقول عن تلك الآلام التي مررنا بها،  
وذلك الحزن الذي يملك منا؟ فالحزن يغيّر الإنسان  
كثيراً، ويدفعه نحو الوحدة والابتعاد عن البشر،  
لكنه ليس شيئاً جيداً، فلا ينبغي للإنسان أن يبقى  
حزيناً غارقاً في عتمة الظلام طويلاً.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

قيل عن العوض إنه شيء لا يوصف، وما أجمل  
عوض الله للإنسان! فهو يعوضه عن كل الأحزان التي  
أصابت قلبه بفرحة تسرّ قلبه وتضيء وجهه، ويعوّضه  
عن الأشخاص الذين خذلوه بأشخاص لا يخذلونه أبدًا،  
كما يعوّضه عن معاناة حياته بحياة تسرّ قلبه وتجبر  
خاطره.

ومهما تحدثنا عن عوض الله، فلن نوفيه حقه بالكلام،  
فهو جميل في الدنيا والآخرة.

رزقني الله وإياكم العوض الذي يسرّ قلوبنا جميعًا.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

الصداقة شيء جميل في الحياة، فهي رمز للمشاركة والتآلف، أن يكون لديك صديق تتحدث إليه، خير من أن تبقى وحيداً تحدث نفسك، فالتعايش مع الآخرين تجربة ممتعة تضيف للحياة معنى خاصاً.

الصداقة كنز حقيقي لا يدرك قيمته إلا من كان لديه صديق وفيٍّ ومخلص، يشاركه كل تفاصيل حياته، ويصبح جزءاً لا يُستغنى عنه.

فهنيئاً لمن كان له صديق وفيٍّ، يشاركه تفاصيل يومه، ويمنحه الشعور بالأمان والراحة.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

الحب شيء جميل في الحياة، يمنحك حياة جديدة وسعادة دائمة، فالحب نقي جدًا، وليس وسيلة لخداع الآخرين.

إذا أحببت شخصًا، فأحبه من كل قلبك، ولا تفكر أبدًا في كسر قلبه، فهو قد أحبك بصدق وأعطاك قلبه، فحافظ عليه، ولا تتخلى عنه، فالحب من أروع ما في الحياة، وهو هبة ونعمة من الله منحها لكل إنسان.

الحب يجعلنا نرى كل الأشياء جميلة، وأعظم أنواع الحب هو حب الله لعبده، فبرغم عصيان العبد، إن تاب ورجع إلى الله، قبله بقبول حسن، وغفر له ذنوبه.

فما أعظم حب الله لعباده!

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

مرت علينا أيام كثيرة كانت صعبة جدًا، ولكن بلطف الله  
مضت بسلام، كنتُ محبطة من الداخل، وكان اليأس  
يتملكني، وكأنه عدو لا يريد لي السعادة يومًا.

ورغم ذلك، كان في داخلي يقين عظيم بأن الله لن  
يتخلى عني أبدًا، وأن كل ما أمر به سينتهي بجبر  
خاطري، كنتُ أحسن الظن بالله، وأؤمن بأنه  
سيعوضني عن كل ما مررتُ به، فكانت ثقتي به  
عظيمة.

وبالفعل، كان الله عند حسن ظني، فجبر قلبي جبرًا  
تعجب منه أهل السماء والأرض.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

لماذا تحمل همّ الغد؟ فالغد بيد الله، وهو القادر على أن يعدلها ويفرجها.

يا من ضاقت بك الحياة، هل خسرت الجنة أم حرمت منها؟ فرّج همك لرب السماء، فهو يفرّج عنك دون حساب، لا تترك للحزن باباً في قلبك، فوالله إن ربك كريم، عالم بحالك، فكن على ثقة بأن الله سيفرجها عنك أيها المغموم.

سيأتي الغد محملاً بالخير، وسيسعد قلبك، وسينسيك الله همومك، وستتعجب كيف كنت يوماً مهموماً أو ضاق قلبك.

فالله هو فارح الهموم، وميسر الأمور، ومن توكل عليه وسلم أموره له، لن يضره شيء أبداً.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

## ضوء الكلمات الخفية

مرت عليّ أيام كثيرة، اعتقدتُ أنها لن تزول أبدًا، وأنّ آلامي ستبقى معها، في كل يوم، كانت حياتي تزداد سوءًا، حتى ظننت أن حظي في الحياة سيئ، وأنه لن يحدث شيء يفرح قلبي.

لكن كان هناك شيء في داخلي يبث الأمل من جديد، يخبرني أن هناك فرصة لحياة أفضل، فإذا فقدتُ هذا الأمل، فما فائدة حياتي؟ فالأمل هو النور الذي يضيء لنا بعد كل عتمة، وهو الذي يساعدنا على الاستمرار رغم قسوة الأيام.

ورغم أن كل شيء في حياتي كان يبدو معدومًا، إلا أن الأمل منحني روحًا جديدة، وهمس لي بأن الأيام القادمة ستحمل لي السعادة، وها أنا أنتظرها، متفائلةً بحياة مختلفة عن تلك التي عشتها.

نصيحتي لك: لا تفقد الأمل أبدًا، حتى وإن لم تكن سعيدًا الآن.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر



كنتُ دائماً أدعو ربي أن تحدث معجزة في حياتي  
وتتحسن يوماً، كان كل من حولي يشعرونني بأنني بلا  
قيمة، وأنه لا فائدة مني، وأني لا أصنع شيئاً في  
حياتي، كان كلامهم مثل السكين التي ذبحتني  
ومزقتني، لكنني كنت أقول إن هناك فجرًا جديدًا وأيامًا  
قادمة ستنتسيني ما مررتُ به، وها أنا أنتظر ذلك الفجر  
الذي سيأتي ليكشف قيمتي أمام أولئك الذين كانوا سببًا  
في مظمتي وحياتي البائسة التي لم أجد لها جدوى.

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

ومن عظمة الله أنه لا ينسأك أبداً، بينما أنت أيها  
الإنسان قد نسيت ذكر ربك، وابتعدت عنه، وانشغلت  
بالحياة وما فيها، أغرتك الدنيا بملذاتها وشهواتها،  
فأنستك أن هناك ما هو أعظم من هذه الحياة الفانية،  
وهي جنة الخلد ونعيم لا يبلى.

ومن حُبِّ الله لعباده، أنه يضيق عليهم الحياة ليتذكروا  
ذكره، فعندما تضيق بك الدنيا، تلجأ إلى الله، فلا ملجأ  
سواه. وهذا من محبة الله لك، ومن لطفه وكرمه، بينما  
أنت مشغول عنه بهذه الدنيا الزائلة.

فارجع إلى الله، فلا مأوى لك غيره. سبحانك ربي، ما  
أعظمك!

الكاتبة: شيماء عبدالناصر عبدالظاهر

"إما أن تقاتل لأجلك... أو تُجبر على القتال لغيرك"

الحياة لا تمنحك ما تتمنى لمجرد أنك تريده، بل تمنحك ما تقاتل من أجله، فإن اخترت الصمت والاستسلام، فاعلم أنك ستضطر للقتال لاحقًا، لكن ليس لأجل أحلامك، بل لأجل التأقلم مع واقع لم تختره.

كم من شخص استسلم للظروف، فوجد نفسه يعيش حياة لا تشبهه؟ وكم من روح رضخت لمخاوفها، فأصبحت حبيسة دوائر من الندم والتمني؟ أنت تختار معركتك، إما أن تكون لأجل ما تحب، أو تكون مضاعفة لأجل ما فرض عليك،

لذلك، إن كان هناك حلم يسكنك، فقاتل لأجله الآن، تحمّل التعب الذي يوصلك إليه، بدلًا من أن تتحمل غداً تعب العيش بعيدًا عنه، الحياة ليست عادلة دائمًا، لكنها تفتح أبوابها لمن يُصر على طرقها دون ملل.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

## "المضي رغم الانكسار"

الحياة لن تتوقف لترعى جروحك، ولن تنتظرك حتى تستعيد توازنك، ستمضي الأيام سواء كنت قويًا أم متعبًا، سعيدًا أم حزينًا، لن تربت الحياة على كتفك، لكنها ستدفعك إلى الأمام، حتى عندما تشعر أن قدميك لا تستطيعان الحراك.

في لحظات الانكسار، حين تشعر أن لا شيء يسندك، تذكر أن هناك قوة لا تخذلك، أن هناك ربًا يرى تعبك، يسمع أنين قلبك، ويعلم كم تحملت، قلها بقلب مطمئن: "اللهم أنت صاحب في السفر، وأنت المعين في الشدة، وأنت الأمان حين تضيق الدنيا."

لا بأس إن مشيت وحدك، لا بأس إن شعرت بالتعب، لكن لا تتوقف، امضِ رغم وجعك، اجمع شتات نفسك، وكن واثقًا أن وراء كل انكسار حكمة، وأن بعد كل ضيق يأتي الفرج، ولو بعد حين.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

"أنت كما أنت، لا كما يرونك"

كل إنسان يراك بعدسة قلبه، يراك من خلال طباعه  
وتجاربه ونواياه، فصاحب القلب الطيب سيفهمك  
بصفاء روحه، والخبيث لن يرى فيك إلا انعكاس نفسه.  
لا تنتظر من الملوث بالشكوك أن يراك صادقًا، ولا من  
اعتاد الخيانة أن يراك وفيًا.

الحكم على الناس مرآة لصاحبه، وليس دائمًا للحقيقة،  
لذلك لا ترهق نفسك في تبرير ذاتك لمن قرر أن يسيء  
الظن بك، كن نقيًا لأجلك، صادقًا مع نفسك، ولا تُعر  
أهمية لمن يراك بعيونٍ مُعتمة.

في النهاية، حقيقتك لا تُغيّر أفواه الناس، ولا تظلمها  
ظنونهم، فكن واثقًا بنفسك، وامض دون أن تلتفت لمن  
يرى النقاء عيبًا، لأن رؤيته لا تعكسك... بل تعكسه  
هو.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد " قلم المغامرة "

## متى ينتهي الحزن؟

كم مرة سألنا أنفسنا: "هل لهذا الحزن نهاية؟" كم مرة  
انتظرنا بين ألمٍ وآخر أن تأتي لحظة راحة، أن تتسلل إلينا  
فرحة صغيرة، مجرد فاصلة بين جرحٍ وجرح، نستريح فيها  
قليلاً؟ لكن الحياة تستمر وكأنها لا تلتفت لقلوبنا المثقلة،  
وكانها تمتحن صبرنا مرارًا وتكرارًا، لكن، هل تبقى  
مجروحين للأبد؟ ألن نُشفى؟ ألن نهدأ؟

مهما طال الألم، فهو ليس قدرًا دائمًا، كل جرح يلتئم وإن  
ترك أثرًا، وكل دمة تنتهي حتى لو ظننا أنها لن تجف.  
الأيام تمضي، والليل مهما اشتد ظلامه، يليه فجرٌ جديد، الله  
لا يبتي إلا ليحبر، ولا يكسر إلا ليعيد تشكيلنا أقوى وأعمق.

فلا تحزن إن تأخرت الراحة، فهي آتية لا محالة، وربما في  
اللحظة التي تظن فيها أن لا خلاص، يكتب الله لك شفاءً لم  
تكن تتخيله، فقط اصبر، فما بعد العسر... إلا اليسر.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة»

## "ما ليس الجنة... فهو دونها"

كم مرة ظننت أن نجاحك في مرحلة ما هو مفتاح السعادة؟  
كم مرة بكيت على شيء فاتك، وكأنه كان الغاية العظمى؟  
الدنيا ليست إلا محطة، وسباق التوقعات الذي نركض فيه  
ليس إلا وهمًا نُلهي به أنفسنا، الثانوية العامة، الشهادات،  
الوظيفة، الزواج، المال، العلاقات... كلها وسائل وليست  
غايات، اختبارات نمر بها لا أكثر، فإن فاتك شيء، فتذكر  
أنه ليس الجنة، وكل ما ليس الجنة... فهو دونها.

الركض خلف ما لم يُكتب لك لن يزيدك إلا تعبًا، والانشغال  
بمقارنة حياتك بحياة غيرك لن يمنحك أكثر مما قُدر لك، لكل  
شخص نصيبه، ولكل قلب اختباره، وأنت لن تُسأل يوم  
القيامة عمّ لم يكن في يدك، بل عن كيف صبرت، كيف  
رضيت، وكيف تعاملت مع ما كُتب لك.

انظر إلى ما لديك، واحمد الله عليه، واركز في ورقتك بدل  
أن تراقب ورقة غيرك، فالله أعطاك ما تحتاجه، لا ما تظن  
أنك تريده.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

## "وجعٌ مأجورٌ وثوابٌ منتظرٌ"

إنك مؤمن، والمؤمن حين يبتليه الله، فهو يمتحن صبره، ويرفع درجته، ويغسل ذنوبه، فكيف تخاف البلاء، وهو طريقك إلى الرحمة والمغفرة؟ إن كانت الشوكة التي تصيبك تكفر عنك، فما بالك بذلك الألم الذي نال من روحك، وأضعف نبض قلبك، وأغرق عينيك في السهاد؟

كل دمة سقطت، كل وجع شعرت به، كل لحظة شعرت فيها أن الحياة تضيق بك، هي في ميزان صبرك عند الله، لا شيء يضيع، لا وجع يُنسى، ولا صبر بلا جزاء، الله أحسن من أن يتركك دون عزاء، وأرحم من أن يُثقل كاهلك دون أن يُبدلك خيرًا مما فقدت، لذلك، مهما اشتد الألم، تذكر أنك بين يدي الله، وأن ما يؤلمك اليوم، سيكون غدًا نورًا يضيء دربك، اصبر، واحتسب، وقل: "اللهم أجرني في مصيبي واخلفني خيرًا منها."

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».



## "هلاك المرء في الإفراط بالتفكير"

العقل نعمة، لكن حين يُرهق نفسه في دوائر التفكير المفرط، يصبح عبئاً ثقيلاً يُرهق القلب قبل الجسد، لا تبالغ في تحليل كل شيء، لا تُرهق نفسك بالبحث عن إجابات لكل الأسئلة، ولا تستنزف طاقتك في افتراض الاحتمالات السيئة قبل وقوعها، فالأمور تسير بطريقتها الخاصة، سواء أقلقتَ بشأنها أم لا.

كم مرة سرقت منك الأفكار نومك؟ كم مرة صنعت من أوهامك جبلاً لم تكن موجودة؟ كم مرة خسرت لحظات سعيدة لأنك كنت مشغولاً بتوقع الأسوأ؟ لا تجعل عقلك سجناً لنفسك، تعلم أن تعيش اللحظة دون أن تثقلها بخوف المستقبل أو ندم الماضي.

فكر، لكن بحدود، تأمل، لكن لا تغرق، حلّ، لكن لا تستنزف نفسك، هناك أمور لا تحتاج منك سوى أن تتركها تمضي، وأحياناً يكون أفضل قرار هو أن تتوقف عن التفكير وتثق أن بعض الإجابات لن تأتي إلا مع الزمن.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

## "الموتُ أقربُ مما نظن"

بسم الله والحمد لله، مهما انشغلنا في هذه الدنيا، تبقى الحقيقة الكبرى التي نحاول تجاهلها: الموت قريب، كلنا نمضي في رحلة مؤقتة، وجنازنا مؤجلة إلى حين، لا أحد يعلم متى تحين ساعته، ولا متى تُكتب نهايته.

كم مرة انشغلنا بالركض خلف الدنيا ونسينا أن خط النهاية هو القبر؟ كم مرة خططنا للمستقبل البعيد، دون أن نفكر في لقاء الله الذي قد يكون أقرب مما نتخيل؟ لا بأس أن تعيش وتسعى، لكن لا تجعل الدنيا تسرق قلبك لدرجة أن تنسى الاستعداد ليوم الرحيل.

فأعدّ العدة، راجع قلبك، أصلح أعمالك، سامح من حولك، وأكثر من ذكر الله، فحين يأتي الموت، لن يصحبك سوى عملك، ولن يضيء قبرك سوى ما زرعت في أيامك.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

## "كرامة النفس أولى"

من أعلى مراتب النضج والتوازن النفسي أن تدرك أنك لست مسؤولاً عن تصحيح الظنون السيئة بك، ولا عن إقناع من أساء الفهم بحقيقتك، فالقلوب المريضة لن ترى منك إلا ما يوافق هواها، والعقول المغلقة لن تستوعب حتى أوضح الحقائق.

لا تستهلك طاقتك في محاولة إثبات ذاتك لمن لا يريد أن يراك على حقيقتك، بل وجهها لمن يقدرك دون أن تحتاج لتبرير نفسك أمامه، أكرم من أكرمك، وابتعد عمّن استخفّ بك، فكرامة النفس لا تُقدّر بثمن.

ليس البعد دائماً هروباً، بل هو احترامٌ لذاتك، وحمايةٌ لقلبك من المعارك الخاسرة، تعلم أن تغادر بصمت حين تشعر أنك غير مُقدّر، فالخسارة الحقيقية ليست في فقدان الآخرين، بل في فقدانك لسلامك من أجلهم.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

## "سلام القلب أهم"

قد لا نملك القدرة على إصلاح كل شيء، قد نعجز عن تغيير الظروف، عن محو الأخطاء، عن جعل الحياة تسير كما نشتي، لكننا نملك دائماً خيار الابتعاد، الابتعاد عن كل ما يسرق هدوءنا، عن العلاقات التي تستنزفنا، عن الأماكن التي تخنق أرواحنا، عن الأشخاص الذين لا يقدرّون قيمتنا.

ليس علينا أن نقاتل دائماً من أجل البقاء في أماكن تؤذينا، وليس واجباً علينا أن نُصلح ما لا يُمكن إصلاحه، أحياناً، يكون الحل في أن نرحل بصمت، أن نحمي قلوبنا قبل أن تُشهكها المعارك الخاسرة، أن نختار راحتنا دون تأنيب ضمير.

سلامك النفسي ليس رفاهية، بل ضرورة، فاختر نفسك حين يكون الاختيار صعباً، وابتعد بلا ندم عن كل ما يعكر مزاجك، فبعض الأبواب يجب أن تُغلق حتى لا يضيع ما تبقى منك.

الكاتبة: مريم محمود أبو المجد «قلم المغامرة».

هيفضل الشخص اللي بيخاف ربنا والحنين هو المميز  
على الإطلاق، تخيل كده حياتك فيها شخص عارف  
الأصول، مُدرك للحلال والحرام، وحنين عليك بكلامه  
وأفعاله.

شخص لا يكذب، لا يخون، لا يجرح، ولا يتخلى عنك.

إيمان قلبه يمنعه من أي تصرف مؤذٍ، ودائمًا يقيس كل  
تصرف على نفسه قبل أن يفعله.

فإذا وجد أن هذا التصرف قد يؤدي من أمامه، فهو  
محذوف تمامًا من قاموسه.

فحقيقي، ربنا يرزقنا بناس تخافه، وقلوبها عامرة  
بالمودة والرحمة.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

دائمًا عندي قناعة إن ربنا بيخلى حاجات كثير ما تكملش في حياتي، لأنه شايل لي حاجة أحسن، لكن المشكلة إني مش بإيدي حاجة، دايماً بتعلق بكل شيء في حياتي، بكل تفصييلة فيها، بكل لحظة عدت، سواء كانت حلوة أو وحشة، وبرغم كده، دايماً برضى بكل حاجة معايا، حتى لو مكنتش مقتنعة بيها، ويقول: عوض ربنا كبير وكرمه جميل، بيعوّضني أنا وكل اللي راضين بحياتهم، سواء بخلوها أو مرّها، وعوض ربنا وكرمه مفيش أجمل منهم، والإحساس بيهم بيدي راحة حقيقية، لأن ربنا فعلاً بيعوّض بالأجمل.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

## السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

أرسل إليك هذه الرسالة لأذكرك بأن الله دائماً معنا، يراقبنا، ويرى ما في قلوبنا. فلنحرص على أن تكون قلوبنا مليئة بالحب، والرضا، والإيمان.

الحياة مليئة بالتحديات والاختبارات، لكن الله يختبرنا ليظهر مدى صبرنا وقوة إيماننا. فلنكن دائماً متفائلين، ممتنين لكل نعمة أنعمها الله علينا، ولنستعن به في كل أمر، وندعوه دائماً أن يوفقنا ويهدينا إلى سواء السبيل.

يا رب، اجعل لنا في كل خطوة سلاماً وأماناً، واملأ قلوبنا بالرضا والإيمان، واغفر لنا ذنوبنا، واستر عيوبنا، وبارك لنا في أعمالنا وأعمارنا، وارزقنا جنة عرضها السماوات والأرض.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

ليبك الإنسان دائماً بسبب ضعفه وتعبه، لكن يبكي بشدة حين يكون قوياً، حين يتحمل ما لا طاقة له به، حين يبكي على طيبة قلبه، وثبات أقدامه، وطول صبره، يبكي لأن من حوله لا يدركون مدى حزنه ووجع قلبه، يبكي حين لا يجد بينهم من يكون له ملجأ. يبكي لأن ثمن قوته وصبره كان صعباً جداً.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

يا رب، مع كل تهيدة وجع ودمعة نزلت من عيني، اجبر بخاطري، وفرح قلبي بما يتمنى ويريد.  
يا رب، ليس لي سواك، فقربني إليك قرب المحب، وليس قرب العاصي.

الكاتبة: هدى أشرف عبده



في إنسان في الدنيا يقول: "كله خير، وكله هيعدي"، لكن قلبه يبكي قبل عينيه، وجواه كسرة خاطر من كل الناس اللي حوالية، ورغم ذلك، عنده أمل ويقين بأن فرج الله قريب، وأنه سيجبر خاطر المكسور ويداوي القلب الحزين.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

لسه تايهة وسط دوائر كثير، ولسه بدور على حاجة عارفة إني مش هلاقيها، ولسه تعبانة من حاجات ما حكيتهاش، ولسه بصحى كل يوم وأسأل نفسي: امتى ده هيخلص؟

الكاتبة: هدى أشرف عبده

أنا الذي يشتكي قلبه من القهر والوجع، والحزن  
يملاً قلبي وعيني.. أنا الذي يبكي قلبه قبل عينيه،  
أنا الذي تألم دون أن يظهر حزنه وألمه لأحد، أنا  
الذي يتألم من وجع القلب دون أن يشتكي.. يا الله،  
الطف بقلبي الحزين، فأنا عبدك الضعيف، الهارب  
من الناس والازدحام، ومن الحياة، بل حتى من  
نفسي، فوالله، لو كان هجر الروح ممكناً، لهجرت  
روحي دون ألم.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

الاكتئاب والحزن يوجعان القلب، ويسببان الألم  
والفراغ والإرهاق الدائم، يؤدي الاكتئاب إلى  
العصبية والتوتر، ويفقدنا الرغبة والاهتمام بما  
كان مفضلًا لدينا، يجعلنا نشعر بعدم التقدير،  
وبالكراهة تجاه أنفسنا، مع إحساس مستمر بالذنب،  
تراودنا أفكار كثيرة عن الموت والانتحار... هذا  
هو الاكتئاب.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

أنا استحملت كثير، ودايمًا بصبر وبقول: "ربنا قادر على كل شيء،" لكن يا الله، أنت وحدك تعلم بحالي، بحزني، وحيرة قلبي، فقرّ عيني بما يتمناه قلبي.

حبك للناس اللي حوالياك مش حاجة وحشة أبدًا، لكن دايمًا كل تصرف وكل موقف بيتفهم غلط، وكل ده لمجرد إن قلبك نقي وبيحب الخير لكل الناس، لا تحزن، وكن دائمًا هكذا.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

حبيته وهفضل طول عمري أحبه، ده هو أول حد لمس  
قلبي، وأول من شافته عينيا، عارفين يعني أي تحب  
حد، وتهتم بيه؟  
ويكون حب حياتك؟

وتحويشة عمرك اللي بتتمنى ديمًا تكون معاه؟  
هو دا الضيف اللي لمس قلبي، وارتاحت معاه روعي،  
هو دا اللي بقى كل حاجه بالنسبة لي، هو دا اللي ديمًا  
بقول عليه العوض الجميل بعد الصبر الطويل، والأيام  
الصعبة،

أنتَ الذي سكنت الروح، وتمالكت من جسدي  
وأنفاسي، كن لي سندًا، أكن لكَ وطنًا..

الكاتبة: هدى أشرف عبده

حبيبي ملجأ لقلبي، وسكنًا لروحي، إنني أشتاق لك،  
وأريد أن أرى ملامح وجهك الجميلة التي ملكتني،  
وجعلتني أتمناك في دعائي، أريد احتضان روحك التي  
لمست روحي، وجعلتني أشتاق لك، لكنني رغم هذا،  
كبريائي وقلة حيلتي، تمنعني من أني أراك أمامي، أو  
حتى محادثتك، أو أن أراك في أحلامي... يامن ملكتني،  
أرجع لي حياتي كما كنت، واجعل قلبي ملجأً لك.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

رغم إن كل حاجة حواليا وحشة وبتوجع، إلا إني دائماً  
بقول: ربنا بيحبني، وكل اللي أنا فيه خير ليا. لكن  
وجع القلب وكسر خاطر حاجة صعبة جداً، بل أصعب  
مما يُحتمل.

الكاتبة: هدى أشرف عبده

أكثر شيء أريده، هو أن أجلس أمام البحر، أستمع إلى صوت الأمواج، وأنظر إلى السماء مع هذا المنظر الرائع. ثم أخرج أدواتي وأرسم هذا المشهد الطبيعي، لأفرغ كل الطاقة التي بداخلي، وأستريح من الضغوطات، وأبتعد عن العالم من حولي.

أريد أن أسترخي، أراجع أفكاري، وأمنح نفسي مساحة كافية للتعافي من كل شيء.

أريد أن أعيد التفكير جيدًا في خطواتي القادمة، وأن أركز فقط على مستقبلي، وأسعى لتحسين ذاتي، ليس من أجل أحد، بل من أجل نفسي، حتى أرضي كبريائي واعتزازي بذاتي.

أريد أن أكون أقوى مما أنا عليه الآن، وأن أكون أنا من يسند نفسي بنفسي، دون الحاجة إلى أحد سوى الله، وسأبني مستقبلي بمفردي.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

هناك الكثير والكثير من الأشياء الرائعة التي خلقها الله سبحانه وتعالى.

مثل الجبال الكبيرة الرائعة، فهي كالصديقة التي يمكنك أن تحدثها عن همومك ومشاكلك دون أن تشعر أنك يوماً بأنك عبء عليها، أو بأنها لا تريد الاستماع إليك. فهي تحب مشاركة أحزانك وأفراحك، ومثل البحار والمحيطات، فهي كالصديق الطيب الذي يحمل بداخله أشياء رائعة لم تكتشفها بعد، وقلبه واسع يستطيع أن يحتويك بكل مشاعرك، ومثل السماء الصافية، فهي كالصديق النقي من الداخل، لكنه متقلب المشاعر.. أحياناً يكون غاضباً كالسحب الضبابية، وأحياناً يكون مشرقاً ومضيئاً مثل ظهور قوس قزح في السماء، وأحياناً يكون حزيناً كالمطر المتساقط من السماء، ومثل بساتين النخيل والأزهار الملونة الرائعة، فهي كالصديقة المتفائلة التي تمنحك الأمل والتفاؤل في الحياة، ودائماً ما تكون سعيدة، تضحك، وابتسامتها جميلة حقاً.. يا ليتني أملك صديقات كهؤلاء...

الكاتبة: هنا حسن شبراوي



## " اشتقتُ إلى صغري "

كنتُ طفلة صغيرة لا تعلم شيئاً عن الحياة، ولا زلتُ طفلة، لكنني تعلّمت الكثير والكثير من هذه الحياة. أدركتُ أنها ليست بتلك السهولة التي كنتُ أراها في صغري، بل هي حياة معقدة ومتعبة.

أشتاق إلى نفسي القديمة، تلك التي لم تكن تشغل بالها بأي شيء. أما الآن، فقد أصبحت كثيرة التفكير، وعليّ دراسة كل خطوة في حياتي، والتفكير في كل شيء أفعله.

لقد مللتُ من هذه الحياة، وأتمنى أن أعود صغيرة كما كنتُ، لا أبالي بشيء....

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

لقد كبرتُ بسرعة شديدة...

لم أدرك متى كبرت، متى أصبحت بهذا العمر؟  
كنتُ بالأمس أَلعب في الشارع، أستمتع بطفولتي،  
أركض في كل مكان، وأضحك كثيرًا، لكن كلما كبرت،  
كلما اختفت ابتسامتي، وكلما أصبحت أكثر وعيًا،  
أدركت أن الحياة ليست مبهجة كما كنت أراها في  
صغري.

هذه الحياة تتطلب جهدًا أكبر مما توقعتُ لأراها مبهجة  
كما كنتُ أحلم بها في طفولتي.

فإذا أردت الوصول إلى حلمك، فعليك التوكل على الله  
أولًا، ثم على نفسك، والاجتهاد أكثر.

ولا تهتم بما يقوله من حولك، مهما قالوا إنك لن تصل  
إلى ما تريد، لا تفقد شغفك، واستمر حتى تحقق حلم  
طفولتك.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

تعلمون؟

إن قصصنا متشابهة، ومشاعرنا متقاربة، لكن شخصياتنا مختلفة.

البعض يدافع ويتحدث، والبعض يصمت، أما أنا، فأفضل أن أكتب وأخرج مشاعري عبر الكتابة، لأنني إن تكلمت ودافعت، قد تجرحون، ولهذا أفضل الكتابة.

لقد علمتني الكتابة أن أتحدث بطريقة راقية دون شجار، وأن أكون منظمة في كلماتي. فأخرج ما بداخلي، ولكن بأسلوب لطيف.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

أبكي ليلاً، وأضحك في النهار.  
لا يعلم أحد ما بداخلي، فهم فقط يرونني سعيدة،  
وكأنني لا أبالي بأي شيء ولا أشغل بالي بشيء.  
يروني ويقولون: "إنها تضحك دائماً، حتى في أسوأ  
أوقاتها، أتمنى أن أكون مثلها، أتمنى أن أصبح غير  
مبالٍ بما يحدث حولي مثلها"، لكنكم لا تعلمون ما  
بداخلي، لا تعرفون شيئاً عني، لا تدركون أي شيء.  
لا أحب إظهار ضعفي أمام الآخرين، ولا أحد يدري كم  
الصراعات التي بداخلي، لا أحد سوى الله، وأنا،  
ووسادتي التي تحملتني كثيراً، والتي دائماً ما أتركها  
مبلة بسبب دموعي المتراكمة طوال النهار، لذا، لا  
تقل إنك تريد أن تكون مثلي "لا أبالي"، فأنا في  
الحقيقة أبالي أكثر منكم، فهل ما زلتُم تعتقدون أنني لا  
أبالي؟

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

أصعب شيء في الحياة هو أن تحب شخصاً من طرف واحد.

ولكنّ الأصعب هو أن تكون الطرف الثالث، بمعنى أن من تحبه يحب شخصاً آخر، وهذا الشخص يحبه، بينما أنت لا تعلم أحد بوجودك.

لا تجعل مشاعرك هي من تتحكم بك، بل كن أنت من يتحكم بها.

أعلم أنك تحبها، وأعلم أيضاً أنك تحبها أكثر ممن تحبه هي، ولكن ليس كل شخص يحصل على ما يريد.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

## "سوء الظن"

أكثر شيء أكرهه أن نظن سوءً بمن حولنا أو بأي أحدًا نراه يفعل شيء، فنحن لا نعرف لِمَا فعل هذا ولا نعرف عنهم شيئًا، فلا يجب أن نكون دائمًا نحكم على المظهر أو على ما نراه، فنحن لا نعلم شيئًا، فلا يجب أن نتحدث على أحدًا من وراء ظهره وهو لا يعلم، فمن الممكن أن يكون سوء فهم أو فعل هذا الشيء مجبرًا لفعله، فلا يجب أن نصدق كلام الناس ونحن لا نعرف الحقيقة، ولا يجب أن نقوم بالنميمة على أحدًا، فمن حُسن الخلق أن لا نظن سوءً في أحدًا، أو التحدث عليه في غيابه، فديننا لا يسمح بذلك، يقول الله سبحانه: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ .

صدق الله العظيم فيجب أن ننصح الآخرين بعدم فعل ذلك لأن عقوبتها شديدة.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

## "جبر الخواطر"

يجب علينا مراعاة الآخرين، وحسن معاملتهم، وعدم الإساءة إليهم، وألا نخرج أحدًا عن قصد، فنحن نختلف عن بعضنا.

هناك من يتأثر بالكلام كثيرًا، وقد يدخل في حالة اكتئاب بسبب كلمة قالها له شخص لمجرد إضحاك أصدقائه، مشاعر الآخرين ليست مزحة.

اجبر خاطر من حولك حتى يجبر الله خاطرک، فالله لا يترك الظلم، فلا تظلم أحدًا حتى لا يُصيبك الظلم.

أتدري أن الكلمة التي تجبر بها خاطر أحدهم قد تكون سببًا في سعادته طوال اليوم؟ فلا تقل لأحد كلمة تُحسب عليك سيئة، بل اجعل كلماتك محسوبة لك بالحسنات.

وما أجمل أن تجبر خاطر! وما أجمل أن تكون سببًا في إسعاد أحدهم!

الكاتبة: هنا حسن شبراوي

جميعنا لديه مشاكله، وجميعنا نمر بمواقف حياتية مختلفة، وقصصنا أيضاً مختلفة، ولكن مشاعرنا واحدة.

هناك من يكون حساساً، وهو أكثر شخص يتأذى ممن حوله، لكنه طيب القلب، وهناك العصبي، الذي لا يهتم بمشاعر من حوله، ويقول كلاماً مؤذياً يجرح الآخرين، فقط ليخرج عصبية، وهناك من لا يهتم بأي شيء، ولا بكلام الناس عنه، فهو يبحث عن راحته ولا يحب الإزعاج، ولكن عندما تجتمع كل هذه الشخصيات في شخص واحد، فإنه يكون متقلب المزاج. فهو يشعر بمشاعر من حوله ويراعيه، لكنه لا يسمح بالخطأ أن يمر دون تصحيح، كما أنه لا يحب جرح أحد، بل يسعى دائماً إلى الاعتدال في كل شيء.

الكاتبة: هنا حسن شبراوي



## " الأخ لا يُعوّض "

حين تُصاب بشيء، تقول "أخ" وليس "أم" أو "أب" أو "زوج" أو "زوجة"، فالأخ لا يُعوّض. الأخ يحمل حنانًا لا يُوصَف، حنانًا يشبه حنان الأب.

الأخ هو الأب الثاني، هو حمايتي، هو ظهري وسندي، هو الذي أتكى عليه حين أقع، وهو الذي يسندني حين تميل بي الرياح. فحفظ الله أخي وجميع الإخوة.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

## " الأخت هي منبع الحياة "

بعد الأم، تأتي الأخت منبع للحياة، فهي ذات أهمية لا توصف.

الأخت تحمل حناناً يشبه حنان الأم.

أتكئ على أختي وأسند نفسي بها، وحين أمرض،  
ترعاني، وتدعو لي، وتغمرني في حضنها كأمي.

إن غابت الأخت، غاب نور البيت.

فحفظ الله أختي وجميع أخوات المسلمين أجمعين.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

## "الطبيعة... الأم الثانية للإنسان"

الطبيعة هي الأم الثانية لكل إنسان على وجه الأرض،  
فمنها يستمد سر الحياة، وبفضلها يستطيع مواصلة  
العيش في هذه الدنيا الصعبة.

كل شيء في الطبيعة مسخر لخدمة الإنسان، وكأنه  
رأس الهرم، بينما الكون قاعدته، ولا يمكن لهذا الرأس  
أن يستمر بعيداً عن أحضان الطبيعة الدافئة والحنونة.

في الطبيعة، ينسج كل إنسان قصة حياة تحت ضوء  
النجوم، وبين همسات الأشجار ونسائم الهواء.

فالطبيعة كلها معجزة...

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

شرح المثل: "خَفَ من عدوك مرة، ومن صديقك ألف مرة"

هل تعلمون معنى هذا المثل؟ إنه يحمل دلالة عميقة.  
"خَفَ من عدوك مرة"؛ لأن العدو قد يؤذيك مرة، وقد لا يتمكن من ذلك أصلاً، لأنك لا تمنحه كامل اهتمامك أو ثقتك العمياء.

أما "وَخَفَ من صديقك ألف مرة"، فذلك لأن الصديق قد يكون الأقرب إليك، مما يسهل عليه خداعك وإيذاءك. قد يعرف نقاط ضعفك ويستغلها، وقد يؤلمك أكثر مما يفعل العدو، لأنه يدخل حياتك بثوب المحبة والوفاء، لذلك، لا تمنح أي شخص في الحياة ثقة عمياء، حتى لو كان أقرب الأصدقاء أو أقرب الأقارب، فقد يأتي الألم من أقرب الناس بسبب الثقة المطلقة.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبد الرحمن

" الأخت... منبع الحياة بعد الأم "

الأخت لها مكانة عظيمة في الحياة، وأهميتها لا تُوصف. فهي تحمل حناناً يشبه حنان الأم، وتكون السند الذي نعتمد عليه في الشدائد.

أتكى على أختي وأستند إليها حينما أمرض، فتراعيني وتدعو لي، وتغمرني بحضنها كأنها أُمي.

إذا غابت الأخت، غاب نور البيت وبهجته.

اللهم احفظ أختي وجميع أخوات المسلمين.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

## ما الفرق بين الحسد والغيبة؟

**الحسد:** هو تمنى زوال النعمة عن شخص آخر، وهو من أسوأ الصفات والأفعال، لأنه يؤدي إلى التعب النفسي والمرض والاكتئاب والحزن.

**الغيبة:** هي ذكر أخيك المسلم بما يكره في غيابه، وهي من الذنوب التي حذرنا منها الإسلام، فقد قال النبي ﷺ: "ذَكَرُكَ أَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ." (رواه مسلم).

## التحصين من الحسد:

1. المداومة على الأذكار والأدعية اليومية.
  2. إذا ثبت أن شخصاً أصيب بالحسد، فيمكن اغتسال الحاسد ثم يُسكب الماء الذي اغتسل به على المحسود، وهذا بإذن الله يكون سبباً في شفائه.
- فلنحرص على تهذيب نفوسنا، والرضا بما قسمه الله لنا، والدعاء بالبركة للآخرين بدلاً من الحسد.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

"حب لأخيك ما تحبه لنفسك"

إذا رأيت نعمة عند أخيك المسلم وأحببتها، فقل: "اللهم بارك له فيها وارزقني مثلها"، ولا تحسده عليها، فالحسد يذهب البركة، أما الدعاء فهو سبب في زيادة الرزق والخير لك ولأخيك.

قال النبي ﷺ: "لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه." (رواه البخاري ومسلم).  
فلنحرص على طهارة قلوبنا ونشر الخير بيننا،  
فبالدعاء والمحبة تدوم النعم.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

كيف تعرفين الصديقة الصالحة؟

الصديقة الصالحة هي التي تدلك على الخير دائماً،  
وتشجعك على طاعة الله، فمثلاً:

عندما تذكرك بالصلاة وتساأك عنها كل يوم.

عندما تنصحك بالابتعاد عن الكبر والتواضع مع الناس.

عندما تحثك على ترك المعاصي وتجنب الذنوب.

عندما تمنعك من إيذاء الآخرين وتذكرك بحسن الخلق.

عندما تنفر من كل ما يغضب الله وتساعدك على

الابتعاد عنه.

الصديقة المثالية هي التي تأمرك بالمعروف وتنهك

عن المنكر، وتكون لك عوناً في طريق الخير.

فاحرصي على اختيار الصديقة التي تقربك إلى الله، لا

التي تضيّعك عن طريق الحق.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبد الرحمن



لا تثق بمن خدعك مرة.

الذين خدعوك لا تثق بهم مرة أخرى، فمن خدع مرة  
يمكنه أن يخدع ألف مرة.

إياك والثقة العمياء!

إذا وثقت بأحد، فلا تتعلق به تعلقًا يجعلك تفقد كل  
شيء لأجله، فقد يكون مجرد ممثل بارع وأنت لا تعلم.

لذلك، كن حذرًا، ولا تمنح ثقتك العمياء لأي أحد.

لأنك إن وثقت بالشخص، يصبح خداعك أمرًا سهلاً  
عليه.

فلا تحزن على من خدعك، ولا تثق بهم مجددًا، بل كن  
حذرًا منهم.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

## " أهمية الصلاة "

هل تعلمون أن للصلاة أهمية عظيمة، ولكل فرض منها فضل وأثر خاص؟

فالصلاة ركن أساسي من أركان الإسلام، ولكل حركة فيها فائدة جسدية وروحية، فعلى سبيل المثال، الركوع يساعد على راحة الركبتين، والسجود يقوي النظر، وهو أيضاً أقرب ما يكون العبد إلى ربه، كما قال النبي ﷺ: "أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد، فأكثروا الدعاء."

ما الفرق بين المسلمين والكفار؟

الفرق بيننا وبينهم هو الصلاة، فالصلاة هي العلامة الفارقة بين المسلم وغير المسلم، كما قال النبي ﷺ: "العهد الذي بيننا وبينهم الصلاة، فمن تركها فقد كفر". (رواه الترمذي والنسائي).

فللصلاة أهمية عظيمة، ومن تركها فقد وقع في خطر عظيم، والعياذ بالله.

الكاتبة: عائشة عبد المولى عبدالرحمن

# ضوء الكلمات الخفية

فاطمة جبريل "فاطم القلب"

شهد خليل عطية

حبيبة احمد صيدى "الداعية الصغيرة"

قمر طارق فاروق

أمل سمير بركات

أروي ابراهيم محمد

شيما، عبد الناصر عبد الظاهر

مريم محمود أبو المجد "قلم المغامرة"

هدى أشرف عبده

هنا حسن الشبراوي

عائشة عبد المولى عبد الرحمن