



كتاب

سأحدث عما بداخلي

دار كاتبة الاساطير للنشر والتوزيع، 1446هـ

فهرسة مكتبة الاساطير للنشر و التوزيع

كتاب مجمع_1446هـ _ ط 2. 2025م

1_ العربية _ المغرب / مصر

ديوي 133540، 318. 1446هـ رقم الايداع :

1446هـ

دار كاتبة الاساطير للنشر و
التوزيع

<https://www.facebook.com/share/15Xsiit51M/?mibextid=oFDknk>

<https://whatsapp.com/channel/0029Va9sEGZlyPtPE6BlclOQ>



لطلب كتب و إصدارات كتب دار كاتبة الاساطير

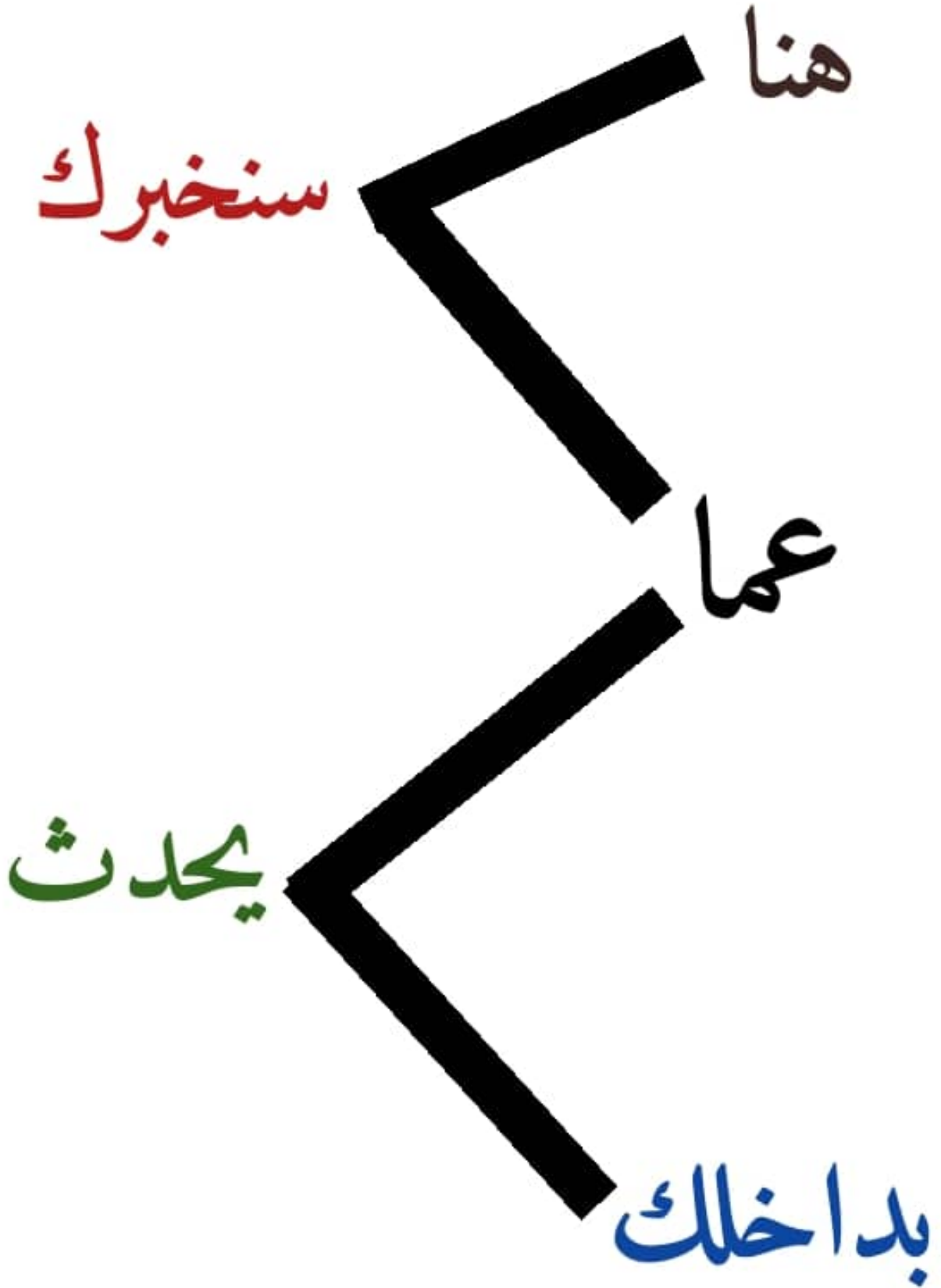
تصميم : نارة



01122656328

الحقوق محفوظة: لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه أو تخزينه في نطاق إستعادة جميع المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال بدون إذن سابق من الناشر

خواتم طر بمجمة



إلى السيدة الفاضلة،

تحية لا تخلو من المرارة، أكتب إليك لأذكرك
أنك كنت يوماً أمّاً، أو هكذا اعتقدت. لا تزعجني
نفسك بوصف رسالتي بالوقاحة أو لساني
بالجريء؛ فالحقائق تُقال مهما كانت قاسية.
أنت من نزعيت عني ثوب البراءة وألقيتني في
مستنقع مظلم، كل ذنبي فيه أنني ابنتك. من
قلب الملهى الليلي، حيث جعلت المال أهم
من كرامة طفلتك



، أبعث إليك كلماتي. أعلم أنك ستتجاهلينيها
كعادتك، كما تجاهلت طفولتي وأحلامي التي
دفنتها بيديك. لأ أكتب لأنني أنتظر رداً، بل
لأواجهك بالحقيقة: أنت لم تكوني يوماً أمّاً.
مع ما تبقى من سلام،

للكاتبة

إلهام محمد

وماذا عن فتاة كل من يراها
يعتقد أنها سعيدة ولكن
بداخلها حرب لا تنتهي حرب
ولدت من قسوة العالم حولها
من جرح تركه اقرب الناس



الي قلبها من خذلان الاصدقاء
ومازالت كما هي مبتسمة من
الخارج ومنهكة جدا من الداخل

للكاتبة

فيروز أحمد أبو عفان

عندما أتيت الي هذه الحياه، كنت ابتسم من أنحاء
قلبي عندما يلاعبني احد، فا صارت الايام يوم تلو
الاخر وشعرت بأحاسيس كثيره قسوة الايام،
صيحات الاهالي، شعرت بإنطفاء داخلي أصبحت
مريضه دون أن اعلم، وأصبحت ملامحي متجمعه
رغم صغر سني، لا اريد التحدث اريد ان اصبح في
عالم آخر، رأيت ملامح ثانيه لهذه الحياه ابتسمت
لي عندما أتيت، واصبحت شيئاً اخر عندما كبرت،
أصبحت بأنياب تضغط



علي جميع أجزاء جسدي كأسد يهجم علي
فريسته، أصبحت انسان مهلك تماما من الداخل و
مطفاً من الخارج، أصبحت كإنسان عائش بدون
روح، أصبح الهم يملأ قلبي، أصبحت إنسان عائش
بجسد فقط.

للكاتبة

ريهام رزق

لقد

بكيت كثيراً

هذه الأيام.

أتمنى أن

تتلف



الأيام القادمة

وتكون أحنّ عليّ وعلى

عيني!

للكاتبة

منة طارق

لَا هُدُوءَ فِي هُدُوءِي كَمَا تَظُنُّ...
فَأَنَا بَدَاخِلِي إِعْصَارٌ يَعْصَفُ بِرُوحِي...
بَرْدٌ قَارِصٌ يَجْمَدُ عِبَارَاتِي لَا أُسْتَطِيعُ
تَحْرِيرَهَا بَيْنَمَا أَشْعُرُ بِهَا تَحْرِقُ عَيْنَايَ...
غَصَّةٌ مَرِيرَةٌ فِي حَلْقِي لَا تَرَحُلُ مِنْذُ
فَتْرَةٍ... تَرْتَعْشُ إِنَّمَالِي وَيَهْتَزُّ بِوُجُوهٍ
عَيْنَايَ بِشِدَّةٍ...



وَكَانَ شِتَاءٌ قَارِصٌ حَلَّ بَدَاخِلِي وَأَقْسَمُ
عَلَى أَنْ لَا يَتْرُكُنِي...
مَثْقَلَةٌ وَكَأَنِّي أَحْمَلُ ثِقْلَ الْعَالَمِ فَوْقَ
اِكْتِافِي...

للكاتبة

فَاطِمَةُ إِبْرَاهِيمَ صَالِح

ليست مجرد صورة!! بل حقيقه... ما يظهر
لكم فتاة صامته... صمتها غريب!! هادئه...
هدوء مرعب!! ولكن بداخلها تنهار من
الصراخ.... تنهار من الألم!! هي تدرك انها
إن صرخت لن يفيد بشئ!! ولن يتغير
الحال... ولن يهتم احد!! وهذه هي حالتي!!
يروني بخير ولكني لست كذلك!! لست على
ما يرام... وصلت إلى حافة الإنهيار والهلاك!!



وصلت لمرحلة انني لا اريد البقاء على هذه
الحياة مرةً أخرى!! اريد يا إما العزلة وأن اكون
وحيدة... يا إما العزلة الأبدية عند خالق هذه
الحياة!! اصبحت فتاة هزيلة هزمتها الحياة
هزيمةً ساحقه!!

للكاتبة

أفنان أحمد باشا

في عمق الصمت، هناك صرخة لا
يسمعوها أحد، صرخة مغروسة في الروح
تطالب بالحرية. يجتاحني الألم
كعاصفة، يجعلني أشعر وكأنني
انفصلت عن العالم من حولي. هناك
وجهان في داخلي: واحد يصرخ في
الظلام،



والآخر يتوارى خلف قناع القوة. تلك
الخيوط التي تربطني بالأمل تكاد
تنقطع، لكنني أظل واقفة، أحاول أن
أجد الضوء وسط هذا الصراع الداخلي.

للكاتبة

هنا العريقة

مازلت اضممت جراح قلبي التي سببها
الناس لي مازالت احاول تخطي
الصددمات والالوجاع التي مرت عليا ما
زلت احاول أن اقف مجدداً من جديد
اقوي من ما سبق ما زلت احاول
واعافر مازلت اقاوم شعور الهزيمة
والانكسار ما زلت اوهم نفسي



اني استطيع تجاوز الامور الصعبة
ولاكن مات جزء مني في حروب
الدنيا وكننت انا أضعف طرف فيها
لعدم وجود احد بجانبني.

للكاتبة

حبيبة رضا

هل البقاء معي صعب لهذه الدرجة؟! هنالك
تساؤلات كثيرة ولكن هناك سؤال واحد دائما يتردد
بعقلي عقلي الذي أهلكه التفكير ولكن الأمر لم
يكن بيدي لأنه لو كان بيدي ماكنت سأبقي هكذا!
هل البقاء معي صعب لهذه الدرجة..?
إنني حقاً لا أعلم! بحثت كثيراً في قواميس حزني
التي مررت بها ولكن لا يوجد أجوبه ونظرت أيضاً
الي أفعالي ربما اخطأت ولكني وجددتني دائماً
أتصرف بطبيعتي في كل مره ولكن هل طبيعتي
معقده هكذا...؟



إنني أرجوكم يا من حولي أن تجعلوني أشعر
بوجودي.

في كل مره أشعر ان وجودي صعب قدمت كل ما
لدي من سعادته وحب للآخرين ولم يبقي بحوزتي ما
أقدمه لنفسي وقت حزني وفي النهايه يشعرون أن
التواجد معي صعب للغاية..!

للكاتبة

شروق حجازي

صرخات تأوهات، ألام داخليه، جروح تذفر
دمائها علي وتير فؤادي، دموع جافه من عيون لم
تري طريق السعاده يوم، أري حالي كل يوم يزداد
صعوبه وسوء، لم أعتاد علي الصمت كثيراً، لكن
اطال مدته هذه المره، يروني فيشهدون علي
صلابه وخشونه ملامحي، ف يتعجبون كيف
تحولت من الثرثاره، لذلك اللوح الثلجي، لا يابه لا
يهتم لنظيف جرح يديه، ولا يعاني مستقبل لم
يري له وتير شمس،



ولكنهم لا يرون ما خلف ذلك القناع، لا يرون كم
من صرخات تهتز لها أعتل جبال العالم، لا يرون
شحوب وجهه وملامحه المنكسره، وفؤاده المفطور
من افعال الحياه به، لا يرون خدوش ذلك اللوح
برغم لمعانه وصلابه معدنه.

للكاتبه

الهداية " الزلمة

"أريد الذهاب إلى مكان ما، مكان لا يوجد فيه إلا أنا، أريد لحظة هادئة أعود بها لنفسي، أتخلص من كل شيء أصابني وأرهقني هكذا، أريد أن استخرج من ذاكرتي كل شيء أذاني، أحتاج مكاناً فارغاً



لإسترجاع ما تبقى مني لإكمال السير في هذه الحياه المتعبه، أريد أياماً مختلفه، أريد وحدتي، لم أعد اتحمل ما يحدث حولي"

للكاتبة

هدي حسن

الوحده قد اثرت علي بشكل كبير لدرجه انني
لا اتكلم رأسي من يصرخ و قلبي يتمزق و
قسوه اهلي علي قد جعلت مني صخره من
الخارج و الداخل طفله قلبها يتمزق ، لقد
سئمت هذه الحياه اصبحت اخاف ان اتحدث
مع احد او احب احدك اصبحت احب
الوحده اخاف ان انكسر مره اخري



من اي شخص حتي اقرب الناس لان فراقهم
اصبح شيء معتاد و لاكن مؤلم فقلبي الان لا
يهتم لاحد اصبح لا يبالي

للكاتبة

المجهولة

صار الوقت يمضي بسرعة كبيرة، وأصبحت
الحياة أصعب بكثير لا يوجد وقت لكي ننهي
كل أعمالنا، لا يوجد فرص لكي نحقق أحلامنا
صرنا نتخلي عن أحلامنا، أصبحنا نخشي
المستقبل ولا نريد مواجهته، ولا نريد أن نواجه
المشاكل، والاحباطات التي تواجهنا في حياتنا
اليومية ، بالأمس كان يوجد وقت كثير لكل من
كان يريد ان ينهي اعماله، كان يوجد احلام،
وطموحات،



وتشجيع، الآن لا يوجد وقت، ولا احلام، ولا
طموحات، ولا تشجيع، ولا اي شيء مثل الماضي
لا أعلم لماذا تخلينا عن أحلامنا وطموحاتنا، الآن
لا نستطيع أن نستخدم هذا الوقت لصالحنا .

للكاتبة

شروق عبد العظيم إبراهيم

في داخل كل منا شيء مبتور
لقد أصابني الابتعاد عن احبائي لم
اعد كما كنت منذ تلك اللحظة.
هناك شئ داخلي يؤلمني كثيراً.
يوجد الكثير من الألم والالوجاع داخل
كل انسان .

سوف نذهب وتذهب معانا كل
اللحظات الكاذبة.



لا تثقو كثيرا في البشر ف أغلب
البشر كانوا منافقين.
عجباً علي زمن اصبح فيه الحيوانات
اوفياء اكثر من البشر .

للكاتبة

دنيا عشري

"صرخات مدوية بداخلي
صراخ عميق، إلا أنني أبدو واثقة
ومظهري ثابت، لا أهتز من تلك
الهتافات السخيفة،
أحترق بداخلي ولا أبالي، سيمر
اليوم كما مر أمس، وسيأتي الغد
وسأشرق من جديد،



وحيدةً أمشي وأشق الطرقات
زاحفةً على قلبي، إلى متى
سأترقب النور ليضيء هذا
الظلام !!

للكاتبة

أبرار | باردة كالثلج

ظللت أنزف بداخلي دون علم أحد اخترت الصمت
عن الكلام ولكن لم اعلم يوماً أن جرحى سيزداد
وسيزاد معه ألمه الذي لا يطاق صرخات من العجز
والالام صراع بلا توقف ذلك الصراع الذي بدأ بينى
وبين نفسي وانا احاول السكوت دائماً حاولت
الهروب منه ولكن بلا جدوى ولا نفع فالإنسان
يستطيع الهرب من كل شيء الا نفسه فلا يمكن
للإنسان أن يهرب من تلك التى تذكره بكل
الضغط والقسوة التى تعرض لها وتذكره



بكل لحظة ندم وضعف وفراق مرت عليه كيف
له أن يهرب وهو محتجز..طوال حياته فى هذا
الصراع الذي أصبح ينهش فى كل جسده ويمزقه
بدون مقاومة أتمنى أن استطيع الخروج من ذلك
الجسد يوماً ما.

للكاتبة

رولان عاصم "عاشقة الظلام"

نتألم؛ عندما نرى من نعشقهم ليسو
معنا.. ؛ عندما نعجز عن البوح عما في
داخلنا.. ؛ وفي لحظات إشتياقنا لهم لا
نستطيع النطق بكلمة "انا مشتاق"
نتألم ولاندرى؛ نحن الذين نعجز عن
الحديث أو الحديث هو الذي يعجز
عنا!؟



يقولون أن لغة الصمت أفضل لغة
لى تعبير ...فماذا لو عجز الصمت
مثلا عجز الحديث

للكاتبة

أية عادل

هناك صراع داخلي يدور برأسي

ولكنه لم يتوقف

حاولت أن أوقف هذا الصراع لكنه

أستمر كما هو

فأنا أشعر بوجود أحاسيس بداخلي لا

أستطيع التعبير عنها بكلمات، لقد

تغيرت كثيراً من شدة الضغط علي،



لم أعد أتحمل أي شيء فهناك

تراكمات قد تجعل الإنسان يقسو

رغم لين قلبه.

للكاتبة

شاهندا إبراهيم النجار

أتأملُ البَرحةَ في باحةِ الذِّكرى،
و أبكي كثيراً على ما حلَّ بنا،
أردنا حياةً، ولكن : ما هكذا كُنّا نريدُها، شمسُ
الصَّبّاحِ تَأبى الإِشراقَ، كلُّ شيءٍ في هذا الوطنِ
يدعو المرءَ للانهِيارَ .. على ما فاتته، وعلى ما عاشه،
وعلى ما ينتظره آه، لبيت الذي عشناه مجردَ فيلمٍ،
نقفُ عند اللقطةِ السعيدةِ منه، حيث نلقى
الأحبّة، يعودُ المسافرُ، تشرقُ شمسُ الصَّبّاحِ وتعمُّ
السكينةُ في البلادِ،



حيث كلُّ دَمعةٍ ذرّفتها الأحداقُ همّاً، تُذرفُ جبراً،
ولا نجدُ فؤاداً يئنُّ، ونعودُ كما كنا، ننعَمُ بحياةٍ
هنيئةٍ، لا نفكّرُ فيها بأمسٍ ولا غدٍ، نعيشُ فقط
لأجلِ أن نستشعرَ دفءَ اللحظاتِ.

للكاتبة

حبّية ناصر

" فتاة النافذه "

[في هذا المنزل الجميل الذي يشبه القصر، في جماله، وهذا المنزل توجد بيه عائلة كبيرة جدا، ولكن الشئ العجيب في هذا المنزل ، توجد فتاة منعزلة جدا عنهم، ودائما تنظر من النافذه، لدرجة أنهم أطلقوا عليها اسم " فتاة النافذه " وعندما أقتربت منها وسألتها، قالت لي أنا الفتاة التي لا يعرفونها إلا عند قضاء حاجة لهم، أنا الفتاة صاحبة القلب الأبيض



،ولأن لدي قلب طيب، يقومون دائما بيستغلالي، أنا الفتاة التي لا أحد يتحدث معها ولا يسأل عليها إلا عند قضاء مصالحهم الشخصية فقط، اعرفت من أنا الآن "

للكاتبة

رحمة زارع بشير

دائماً اتظاهر أمام الناس بأنني بخير ،
وانا اصرخ الما كل ليله ، لم اعرف يوماً
لحزني دواء ، اني اموت ألما ولا أجد أحدا
معي ، لم أجد إلا دموعي من تخفف
عني ، اقرب الناس الي تركوني ، وما
التهمة ،



بل انا بريئه من بشاعت الدنيا انا
صادقه صافيه فلم اعرف يوماً أن أكون
مثاهم فهل بحقكم هذه تهمتي .

للكاتبة

ندي سامي

تراني هادئة رغم متابع الحياة التي
تعصف بي ، تلك الدمعة لا تترقرق
في عيناى ولكن قلبي يبكيها ،
تلك الصرخة لا يسمع لها صوت
ولكنها تزلزل كياني و صدى
صوتها المؤلم لا يفارقني،



الصمت هو السيد الأكبر عندما
تعجز كلمات العالم عن التعبير عن
آلامي..وانتهى.

للكاتبة

رؤي العربي غزال

"منذُ سنة لم أكن أشبهُ نفسي لكن

في هذه اللحظة

ربما غيرني ذلك الواقع لا أدري!

كيف ومتى أصبحت شابه

من طفله كانت تلعب وتلهي

طوال الليل والنهار"



و أما الآن لا أفعل شيء سوي

السعي خلف أحلامي تبدأ حرب

ثم الآخره"

للكاتبة

صافيا محمد

مهلكا تلك الأحاديث التي تدور بداخلنا
بدون اجابه والصراعات التي تدور داخل
قلوبنا وعقولنا، الضغوطات التي نمر بها
في حياتنا اليوميه ولا أحد يعلم عنها شي
من الأهل وحجم الصعوبات التي نمر بها
في حياتنا من ضغوطات عمل وأصدقاء
وأقارب



لا أحد يفهم كميه الضغط النفسي الذي
نمر به لا أحد سيقدر هذه الضغوطات، حقا
متعبا تلك الحياه التي غيرتنا من أشخاص
مرحين وفكهييين الي كتله من الصمت.

للكاتبة

نادية عاطف

انا جسد مكفن بلا روح، بكيت من
أعماق كياني وصرخت : ايا احد
يسمعني..كادت الشيطان تحدثني
رغماً عنهم، والليل يأتي حاضناً
احزاني، تمزقت وسادتي بأسياف
دموعي، عيناى لقد فارقتها النوم!!



ذبحتها آلامى، تمنيت حتى ان يكون
لي نصيب من أحلامى، او ان يرتاح
قلبي من الركض والقلق والخوف
وحدي، ولو لمره واحده في حياتي

للكاتبة

سُلاف

ليس بداخلي شيء سوى مجرد بعض الآلام و قليل من
الحزن، لا، بل بداخلي تشتت غير عادي، براكين تصرخ
داخل عقلي، اليوم أنا صامدة أظهر هدوءي التام، لا
أعيش يومي بل أتخطاه، وأنتظر الجديد؛ لأتخطاه
أيضاً، الشرح عما يدور بداخلي ليس سهلاً بالمرّة، إن
الفتاة التي أمامكم الآن تحملت منذ الصغر حتى هذه
اللحظة وهي تبلغ الثامنة عشر من عمرها، لم تتفوه
بأي اعتراض أمام ظلمها، لم تنطق بأي كلمة، بل
ظلت تكتم بداخلها حتى أصبحت كائنًا مريضاً،



لا يبالي لأي شيء أو شخص، يعجز عن الكلام، يلتزم
الصمت الفتاك، لا يبكي أبداً، جفت دموعه، نعم
فلها الحق أن تجف؛ فقد نفذت من الماضي، ولم يعد
دموع لتسيل، لا يشعر بأي ضربة تنزل عليه، مهما
أطلت الشرح... لن يصلكم الشعور و المعني.

للكاتبة

ندى 'علي' رائف

احب ان اجلس بمفردي ، أشعر دائما بالأكتئاب
، لا أري الحياة بألوان ، دائما أشعر انني ليس
لدي أي أهداف لتحقيقها ، أري الحياة
بالون الرمادي ولا أشعر بالحياه و لاكنني
لا اريد ان أري الجميع، دائما أبكى بشدة، و
دموعي تتساقط مثل المطر أريد ان تأتي



الذكريات الجميله و لاكنني لا أقدر علي ذلك
دائما أقولو في نفسي يا ليتني متُّ قبل
أن أري هذه اللحظة و لا أريد أن أعيش
في هذه الحياة و لو دقيقةً واحده.

للكاتبة

ندي موسي محمد علي

يا لها من ليله اغمض البشر عينيهم. وها
انا مستيقظه اراقب النجوم بعيون متعبه
شارده باكيه. انظر اليها واتعمق واتساءل
متى سيذهب ذلك الحزن وذلك الالم الذي
لا يتركني وحيدة. هل في يوم ساجد شخصا
عند رؤيتي هكذا يحزن علي. ام هذه هي
الاحلام التي يقال عنها المستحيله.



ولكني لا اظن فكيف هذا الشعور. ياه لو
يود قلبي ان يتوقف لنظرت الى قلبي بكل
فخر ادعوه ملهمي. فكيف يلهمني اذا لم
تلهمني الحياه اين السعاده واين الحياه.

للكاتبة

سامي عصام محمد

هل جربت هذا الشعور ؟
ما هو الشعور التي تتحدث عنه!!!
شعور انسان يبكي ليلاً حتى لا يرى
احد فيشفق عليه شعور انسان كُسر
الف مره ولاكن كان يجب عليه ان
يبتسم حتى يرى الجميع سعيد



شعور من بكى ليلاً وتبسم نهاراً
وقلبه يشتعل بنار قهر، فراق،
خزلان هذا هو الشعور التي احدثك
عنه يا رفيقي.

للكاتبة

كراسيقي

أشعر وكأنني عالقة في دوامة لا تنتهي كل
شيء يبدو أثقل مما أتحملة وأبسط الأمور
تتحول إلى معارك صامتة داخلي هناك
صخب لا يسمعه أحد وأحياناً أرغب في
الهروب من كل شيء من هذا الشعور الذي
يستهلكني ببطء أبتسم لكن قلبي لا يبتسم
أحاول أن أجد ضوءاً بين الظلال



لكنني أتعثّر في كل خطوة ربما لا أحد
يفهمني وربما لا أحتاج أن يفهمني أحد فقط
أريد لحظة سلام لحظة أتنفس فيها بحرية
دون أن أشعر بهذا الثقل الذي لا يرحل.

للكاتبة

سما محمد

شوشرة العقل هي حالة من الفوضى الذهنية التي تجعل التفكير غير واضح ومليئاً بالتشتيت. قد تأتي من كثرة الضغوط، القلق، أو الانشغال بأفكار متضاربة. أحياناً، يكون العقل مثل غرفة ممتلئة بالأصوات المتداخلة، حيث يصعب التركيز على فكرة واحدة وسط الضجيج. الهدوء العقلي لا يعني غياب الأفكار، بل يعني ترتيبها. التصفية الذهنية، التأمل



، أو حتى مجرد كتابة ما يشغل بالك يمكن أن يساعد في تقليل الشوشرة وإيجاد وضوح داخلي. فالعقل الهادئ هو الذي يستطيع أن يسمع صوته الخاص وسط صخب العالم.

للكاتبة

شهد بكري

في أعماق الروح، تدور معارك وصراعات لا يراها أحد. غالباً ما تكون بسبب أشخاص يُفترض أن يكونوا الأمان والمأوى لنا، مثل العائلة. تكون أصعب صراعات حياتك تلك التي تكون ضد عائلتك. في قلب العائلة، حيث يُفترض أن يكون الحب والمساواة والحنان هما الأساس، قد تنشأ الكثير من

المشاكل،



مثل التفرقة بين الأخوات، التي تترك أثراً وجروحاً داخل قلوبنا. والانتقاد المستمر لكل ما نفعله يكون أكبر تدميراً لنا من الداخل. وكل ما نقوله أننا بخير.

للكاتبة

يمني فاروق مصطفى

في بعض الأحيان أصمت ولا أتحدث ولكن
يوجد بداخلي صراع وألم أحتاج إلي الصراخ
بصوت عالٍ ومع ذلك لا أظهر هذا لأحد،
وأريد فقط الأبتعاد عن كل ما يؤذيني

ويخونني ويخدعني،

فقط أريد الأبتعاد عن البشر لأشعر

بالطمئينة والأمان لقد تعبت من كل شيء



أحتاج إلي الذهاب لمكانٍ ما فأنا وحدي
أشعر ما بداخلي قلبي متحطم ولم يعد كما
كان سابقاً،

فقط أريد ترميمي كما كنت سابقاً.

للكاتبة

سارة محمود لاضي

العنف وقسوة الأهل

اصبحت شخصاً عنيفاً من كثرة ما رأيته من،
قسوة وعنفا، من اهلي أصبحت قلوبهم
كالحجارة ، الا يعرفون أنني ابنهم^{٨٠٨} الا
يشفقون عليّ من كثرة القسوة ° كل ما عشته انا
الان كدتُ لا اتكلم مع أحد : انا لن اسامحهم
علي كل ما فعلواه بي اصبحت اعاني من



التوحد* وايضا أصبحت غامضا" وقاسيا' &
وعنيفا' اتسائل دائما لماذا فعلوا كل ذلك بي أ
انا حقا سيء لهذه الدرجة؟! "قال عليه الصلاة
والسلام "

ارحموا مَنْ فِي الْأَرْضِ يَرْحَمَكُم مِّنْ فِي السَّمَاءِ •

للكاتبة

منار محمود رمضان

"تشتت"

اعيش التشتت في كل شيء، حزن يملء
يومي، أشعر بالخذلان من كل البشر
حولي، تمزق قلبي من حده صرخاته،
وحفر الدمع مجراه علي وجنتاي، اضحي
يعرف طريقه جيداً؛ فقد اعتاد التسكع
فيه يومياً، افكار مبعثره علي الطريق،



يركلها الماره باقدامهم؛ كالحصي
الصغير يلهون به إبان سيرهم، ولا وجود
له في حياتهم.

للكاتبة

هاجر الفخراني "ناريسا"

» "تؤذيني عفويتي.

أُعاملُ الناسَ بطبيعتي بينما هم يميلون دائماً
لمَن يتصنّع لهم؛ ولستُ ممن يجيدون التصنع؛
أنا أبسط من البساطة نفسها، ولا أستطيع التلون
مهما كلفني الأمر من خسارة.. أتكلم بعفوية
مُطلقة، وبحسن نية مفرطة، وما في قلبي
تجده على لساني، لا أجيد ترتيب الكلام، أو
تزيين الحروف لأنول إعجاب أحد،



أو أحصل على رضا أحد. لا أحب أن أغوص فيما
لا يعنيني، ولا تطأ قدماي أرضاً لا تسعني، ولا
أستريح حين أراني لستُ أنا. لن تجد لي شبيهاً،
ولن تراني أملك قناعاً غير وجهي،
ولا قلباً غير قلبي علي فطرتة

للكاتبة

ملك هيثم

أتحرك بين الناس وكأنني جزءٌ من هذا العالم، لكن داخلي
عالمٌ ينهار. الوجوه التي أحببناها أصبحت مرايا تعكس
أوجاعنا، والحديث أصبح عبثاً لا أستطيع تحمله. أبتسم لهم
بينما قلبي يصرخ في صمت، أحاول إخفاء ندوب روعي، لكن
الألم يعشش في أعماقي. كيف تحملنا قسوة كلماتهم ونحن
نظنهم الأمان؟ في عالمٍ يعتقد الجميع أننا بخير، نعيش
على حافة الانهيار، والوحدة تصبح أكثر ثقلاً مع مرور الوقت.
أقرب الناس يصبحون أول من يغرس السكين في قلبك،
وتكتشف أن صمتهم أكبر من أي جرح. الألم من الغرباء

يشفى



، لكن ما يزرعه الأقربون فينا يتحول إلى جذور لا تموت. في
النهاية، نجد أن أقسى الحروب هي تلك التي نخوضها بيننا
وبين أنفسنا، ونحن محاطون بالناس، وبين حياة تتأرجح بين
تساؤلات: هل أنا حي أم أتنفس دون إحياي؟!
هل سيأتي يوم نتمكن فيه من الشفاء، أم أننا سنظل عالقين
بين الألم والأمل و نبقى كما نحن غرباء؟! .

للكاتبة

شمس إبراهيم

هناك غموض في عالمي، لا أحد يعرف كيف يسير، ولا أحد يعلم كيف أحببت عالم الغموض. ماذا؟ أحببت؟! لقد أعيش فيه مجبورة، ولا أحد يعلم ما هو شعوري، ولا أحكي لأحد بما أمر به. ضغوط حياتي أكثر من الكثير من الضغوطات، وكيف لأحد أن يعوض ما في داخلي، فهو مظلّم. وماذا؟ عن تشتت عقلي؟ هو لا يعرف كيف يسير أيضاً. أهو تابع أم مستقل؟ ماذا؟ تابع؟ لا أعلم ما أمر به، إنه صعب للغاية.



والجميع يرى الظاهر، يرى ضحكة مبهجة، ومن يراها يقول: "آه، شخص بشوش"، هكذا وسريع التعلق به، ولا أحد يعلم ما في الداخل. وإن كان قريباً، يعلم ولكنه لا يشعر بك، وكأنك لم تمر بشيء طوال حياتك. اعلموا أن من يضحك كثيراً، يمر بضغوطات كثيرة، فأرأفوا به.

للكاتبة

هايدي مصطفى "تُوفكت"

في عالمٍ داكنٍ محاطٍ بالظلام، تتساقط
شفرات الحزن على نفسٍ مرهقة، والأفكار
تدور في حلقةٍ مفرغة، والأحزان تُشكّل سداً
منيعاً أمام الأمل. عيناها الحالمتان تبحثان
عن شعاع نور، تتطلع للأعلى بأمل خافت
باحثة عن التحرر؛ فالضغوط النفسية ثقيلة
كثقل الحجر على القلب؛ فهي تحاول
جاهدةً التخلص من سيطرتها المؤلمة،



وحدها في حضرة ذاتها، تناجي نفسها
بصمتٍ مرير، تسعى للوصول إلى بر الأمان،
لتجد السكينة والسلام بعيداً عن الألم.

للكاتبة

نسمة علي محمد

دائماً ما أتظاهر بالقوه والثبات لكن
الحقيقه أنا محطمه من الداخل ولا أحد
يشعر بما يدور بداخلي من أفكار سيئه
وخوف من المستقبل لكن كل هذا لا أحد
يعرف عنه شيئ لأنني لا أظهر ضعفي
لأحد مهما كان لهذا دائماً ما يقولوا أنني
عديمه المشاعر والأحاسيس



لكنهم خاطئون وكل هذا غير صحيح
فأنا شخص قد سلبت مني الحياه أبسط
حقوقى لذلك لا يفرق معي شيئ ولا
يهمني أي أحد طالما لم ءأذي أحد
للكاتبة

فرح جمعه "جميلة مايو"

{خَوْفٌ}

نبضاتُ قلبي لم تعد متزنةً، أصبحتُ
حركاتي عشوائيةً خرقاءً، لم أعد أستطيعُ
التحكّمَ برباطة جأشي، ولما التحكّمَ حتي في
تعابير وجهي، بتُّ أري الكوابيس كل ليلة،
وأصبحتُ أرتجفُ كل صباح، أُغطي وجهي
وأغمضُ عيني لاعتقادي الأخرق أن كوابيسي



لن تراني إذا ما جعلتُ جفوني حجاباً بيننا،
زاد الضغطُ علي خلايا تفكيري، انقبضَ قلبي
فجأةً، وها قد فاضت الروحُ إلي بارئها، وقد
كان آخرُ عهدِها بالحياةِ خوفٌ

للكاتبة

ريماس غانم " بلقيس "

يصرخ قلبي من كلاله الحياة، لا أعلم لماذا،
ولكن ما أعلمه هو أن آلامي، وأحزاني ما زالوا
عالقين بعقلي، لا يذوبوا كالملح الذي يذوب
في الماء، وإنما هي كالحجر، ليس هذا لقسوة
قلبي، وإنما لكثرة أحزاني التي لا تنتهي؛ فهي
كالبحر الذي لا ينتهي إمتداده، أظل أبكي حتى
يغلب علي الكري، وأذهب في نوائب حزن
داخلي؛



حتى لا يسمعي أحد، ولكن أصمتي أيتها
الفتاة فلا أحد يستحق، فأنتي من تتحملي
الهموم، والشجن؛ هاأنا على يقين بأن كل شيء
سينتهي، وستظهر السعادة مرة أخرى في
حياتي.

للكاتبة

فاطمة أيمن سيد

"لا تعلم ما بداخلي، لكي تتكلم عني
وتقول إن ابتسامتي صافية.
أنا أحمل ألمًا لا يظهر على وجهي.
أنا أبتسم وأنا أحياء، لكن قلبي يتألم.
لا تظن أن كل شيء على ما يرام،



فقد يكون الألم مخفيًا
أنا أستمر في الحياة، رغم الألم الذي
يلازمني
ابتسامتي ستكون دائمًا درعًا لقلبي

للكاتبة

أسماء السيد

أبدو أنى هادئه إلى أقصى حد ولكن
بداخلى شخص يصرخ وربما من شدة
صرخته لم يعد أحد باستطاعته
سماعه و لأنهم سبب صراخه لم يعد
أحد يكثرث له ياترى ماذا صنعوه فى
داخلى حتى لم اعد أراهم



للكاتبة

عائشة أسامة

عندما نظرت ل هذه الصورة

ادرکت لوھله أنها تمثلى

كثيرا

وإننى بداخلى صراخ

ولكن بطبع لا اظهر ذلك

ولا احد يعلم ما بداخلى



للكاتبة

ياسمين رمضان

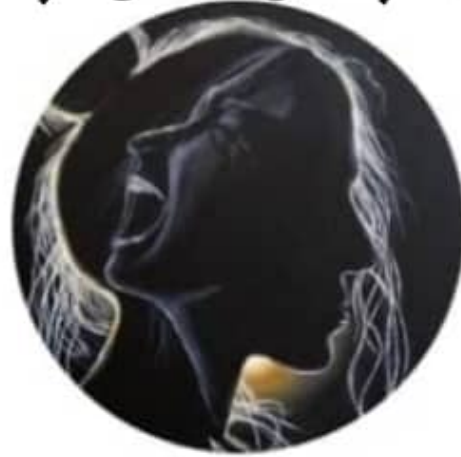
"يكفى هذا فأنا أموت ببطء من الداخل،
أضحك وأتصنع الضحك وأقول إنني بخير
بينما أنا لا أستطيع التكلم. هناك حرب
وخراب داخلية، أستخدم عقلي وقلبي في
وقت واحد. أخرج من هذا الصراع شخصاً
مختلفاً، لا يعرفه أحد. هذه الحرب
إستهلكتني تماماً، وأفقدتني روحاً وقلباً
وعقلاً فأنا واقفه الآن أمام نفسي المهزومة."



للكاتبة

شهد علي عبد العزيز

بداخلي صرخة ألم مكتومة، غير قادرة
على اخرجها من ضغوط الحياة، التي
أعيشها من يراني يظن أنني في
سعادة دائماً، بلا مشاكل ولا هموم،
وهذا ما أظهره للناس، ولكن بداخلي
وجع مؤلم، لو أخرجته لعشت في راحة
أبدية، وسكن الأمان فؤادي



للكاتبة

هناء محمد

في ظلام الليل، يأتي الحزن
يغمرني في بحر من الألم
، لا أجد مفراً من هذا الظلام
والاكتئاب يراودني كل يوم
، أشعر بالوحدة في وسط الزحام



، لا أجد من يفهمني، و من يسمع
إلي احاديثي ، أشعر بإنني أغرق
في بحر من الدموع لا أجد مفراً من
هذا الألم الذي يعذبني

للكاتبة

ملك السيد

"هزمني الصمت"

هزمني الصمت يوم لقائه، ما زال
يَسْكُنني حتى حين، تَمَلَّكَ قلبي بين
يديه، والحب والدمع ينتميان إليه.
كان الدار والأمان والدفء والحنان، والآن
فهو مصدر الدمع والبكاء. أيؤتمن من
خان وباع، وخالف الوعود والثبات؟



تركني وحيدة وسط الذئاب. والعهد لا
ينتمي لمن خان.

أدركت أن كل شيء حي مات، وكان
ماضٍ فات، وأن كل ما هو آتٍ آتٍ.

للكاتبة

چنى علي أحمد

هذا الكتابة

بقلم خمسون " كاتبة
لدى منظمة الأساطير

إلهام محمد
ريهام رزق
فيروز أحمد أبو عفان

هنا العريفة
حبيبة رضا
شروق حجازي

منة طارق

أفنان أحمد باشا

فاطمة إبراهيم صالح

الهداية
المجهوله
هدية حسن

دنيا عشره
أبرار كالثلج
شروه عبد العظيم

أية عادل
شاهندا النجار
رولان عاصم

ندى ساهى

حيية ناصر

رحمة زراع

صافية

نادية عاطف

رؤى العربية غزال

سُلاف
ندي علي
ندي هوسي محمد

كراسفیه
سها محمد
سلفیه عصام

شهد بكري
يمني فاروق
سارة محمود راضي

نسخة علي
منار محمود
هاجر الفخراني

ملك هيثم
شمس إبراهيم
هايدي مصطفى

نسهه علمي

فرج جمعة

ريحاس خانم

هناك محمد

فاطمة أيمن

أسماء السيد

عائشة أسامة

ملك السيد
ياسمين رمضان
شهد علي عبد العزيز
چني علي أحمد

**تمت مراجعة الكتاب من خلال /
الكاتبة / فرح عمرو حسن
وفريق التصحيح الخاص بي
الأساطير**

النهائية



