

# مواثبات عقل

مجموعه مؤلفين

خواطر مجمعه

تحت إشراف

إيمان رضا-نوران خالد

تصميم إيمان رضا

كيان اماليا

## مواساة عقل

عزيزي القاريء أنا وأنت وأنتِ دائماً نريد  
مواساة حتى تصبح الحياة سهلة وسط مرار العالم  
مواساة تهون علينا الطريق لتحمل متاعب الحياة  
مواساة تأتي عن طريق كلام بسيط يهون علينا،  
هنا قد تجد المواساة عالم مختلف عالم يوجد فيه  
كثيراً من الكتابات حتى أن تهون عليك، عالم  
مختلف به كلام مختلف لمواساة عقلك قد تكون  
مواساة بسيطة لكن تكن مختلفة، مواساة عقل.

گ/نوران خالد بدر

أتساءل أحيانًا هل هذه الدنيا حقًا أم هذا وهم أو حلم ولن نستطيع الاستيقاظ منه حتي لا نرى هذا الواقع المؤلم! وهل فعلاً لو هذا الواقع لماذا لا تحقق أحلامنا لماذا لا يأتي كل ما نريده؟ لماذا كل شيء نحبه يتركنا أو يذهب عنا لماذا كل شيء لا يكتمل، دائماً يسعى الإنسان لتحقيق كل ما يحبه ولكن الظروف تبقى أقوى منه ولن يستطيع أن يفعل كل ما يريده أو يحبه، ودائماً يسأل نفسه هل سنبقى على هذا الحال؟! أم مع مرور الأيام ستتغير حياتنا للأفضل، وعقله يسأله مرة أخرى هل كل شيء سيبقى على ما يرام هل كل ما نتمناه أو ندعي به سيتحقق في يوم من الأيام، دائماً يسعى كل منا إلي سعادة روحه فأبي شخص لا يريد أن تتألم روحه أو يبقي حزيناً دائماً فعلينا إسعاد أنفسنا قبل أن يسيطر الحزن على حياتنا بالكامل، ف على الإنسان أن يعيش حياته ويقرب من ربه ويسعد روحه قبل أن يمر الزمن به ولا يستطيع أن يفعل كل ما يحبه.

گ/ایمان رضا

## " الحب "

ولكن ماذا لو لم تجد الحب حتى الآن؟  
هل شريك حياتك الجديد هو الشخص الذي كنت  
تبحث عنه؟

تساؤلات كثيرة تأتي من باب الحب، والحب ما  
هو إلا وعد ويجب أن يوفي به كل شخص يحب  
وأهم من الحب الاهتمام فعليك أن تهتم بكل شيء  
يخص الذي تحبه، وأيضاً أهم من الحب الثقة لأن  
الثقة هي أساس الحب، ويجب ألا يوجد ولو ذرة  
شك بين الطرفين، فالشك أساس فشل علاقة  
الحب، فالحب يجب أن يبني علي الثقة والاهتمام،  
فبالحب الحقيقي يصبح كل شيء جميل، فيجب  
أن تتبع عدة قواعد قبل أن تحب، فالحب ليس  
مجرد كلمة مثل (أحبك) بينما الحب هو فعل  
والفعل هو وعد، وقبل أن تحب يجب أن يكون  
شريك حياتك يشبهك، وإذا لم تجد الحب حتى الآن  
فعليك أن تنتظر حتى يأتي لك ويأخذ بيدك ويسير  
معك في الحياة

گ/ایمان رضا

لقد كسر قلبي، وهو يعلم أنني ضعفية لا أتحمل كل هذا ولكن كان لن يهमे كل هذا، فهو فعل كل ما يريد بي وبعد ذلك تركني وترك قلبي ينزف، ولن يكتفي بذلك لجأ لي مرة أخرى كي أسامحه وبالفعل سامحته بعد كل هذا الذي فعله بي، جاء لحياتي مرة أخرى ليس لأنه يحبني بل جاء ليدمرني ويدمر حياتي تمامًا، أتساءل أحيانًا هل هذه أنا الذي أحببت تلك هذا الشخص؟! وإذا كانت أنا، أكيد كنت لست بوعبي

فأنا أحببت هذا الشخص ولكن لماذا يتغير والغريب أنه كلما يريد أن يتغير، يتغير بالفعل ولكن للأسوء فقط، فقد فعل كل شيء كي يهلكني تمامًا، لكم أن تتخيلوا أن بعد كل هذا مازلتُ أحبه وكل يوم أشتاق له، وكل ليلة أنتظره كي يأتي ولكنه لن يأتي، وبعد ذلك علمتُ بأنني أحببتُ مجنونًا وليس شخصًا واعيًا، كانت كل أفعاله تدل على أنه إنسان غير طبيعي ولكنني كنت أتحمله وأتحمل أفعاله من أجل الحب!

گ/ایمان رضا

## لماذا نودع الأحلام

من الممكن أن تكون بداية في كل يوم يسعى الإنسان إلى حلم ولم يصل في هذا اليوم ينهار ويودع أحلام ويبقى محطم ولكن لماذا لا تتوقف قليلاً مع نفسك وتفكر لماذا أنا أودع حلم من الممكن أن يكون اليوم بداية جديدة من الممكن أن هذا الحلم الذي تظن أنه تحطم كان الله يدبر لك حلمك حتى يتحقق في اليوم ولكن كان الله يريد أن يرى صبرك وقوة تحملك لذلك يجب على الإنسان الصبر والتحمل وأن يستمر في السعي ويبقى مستمر في الدعاء ومن الممكن أن دعاء يغير قدر كامل للإنسان ويجب على الإنسان السعي الدائم رغم صعوبة الطريق ورغم الانكسار وأن من الممكن أن يقع الإنسان وهو في طريقه إلى سعي ولكن يجب أن يقاوم ويتحمل حتى يتحقق حلمه فالوصول يرمم الانكسار الذي حدث عند السعي

گ نوران خالد بدر

أكتب رغم أنني لا أملك ما أقوله  
أكتب وقد خانني قلبي  
أيامي ثقيلة  
ولم أعد أقدر على مواجهة الصعاب وأيام مرة  
أخرى  
ولا أعلم ما الذي يجب أن أفعله  
كل شيء ينهار  
أبحث دائماً عن أمان  
كل شيء أصبح غريب  
لا الأماكن تناسبني  
ولا الصديق يشبهني  
أنا غريب في هذا العالم  
أنا ما الغريق في بحر حيرة  
أنا متعبة متعبة حتى لم أعد أتحمل  
أنا بداخلي حزن عالم بأكمله  
أتمنى في يوم أن يذهب حزني وتعبي  
أتمنى في يوم أن أكون أنا  
وأجد نفسي

گ نوران خالد بدر

تدري أنكِ الصديقة المقربة والمفضلة لقلبي؟

يسأل البعض لماذا هي؟

فتاة على هيئة جبر ولطف أقل ما يقال عنها أنها  
لديها قدرة على امتصاص الحزن والألم الذي  
بقلبي؛ ليس ذلك فقط إنما تقوم بتحويل الحزن  
الذي بقلبي إلى فرح فيها من جمال الروح الذي  
يجعلك تحبها يجعلك ترى أنها مختلفة كقطعة سكر  
وسط مرار عالم ما عرفت أحد إلا وتركت فيه  
أثرًا جميلًا لا يُنسى بسيطة للغاية فمن الممكن أن  
تجعلك سعيدًا بقليل من تفاصيل بسيطة المعاشرة  
لكنك تحتاج لوقت طويل حتي تفهم من هي  
ويصعب شرحها

من المستحيل أن تعرف أنكِ حزين وتتخلى عنك  
وتظن أنني لا أحبها

گ/نوران خالد بدر

من أعاجيبنا أنّ إنسانًا واحدًا فقط يكون هو الدواء  
والدواء يجعل صدرنا منشرحًا وروحنا مبهجة  
وفي آنٍ آخر يجعلنا مبتئسين، ترحين، كأننا نتنفس  
من ثقب إبرة، ولا نجد مصل المرض إلا عنده.

أمانى أمين

فلا يحشر أحدكم نفسه في موضع فتنته ويدّعي أنّه  
سيأخذ جميع الاحترازات والوقايات وأنّه مراقب  
على نفسه فوالله إنّ للنفس فلتات وللقلب غفلات،  
تأتي عليك أوقات توسوس لك نفسك الأمانة  
بالسوء ويوسوس لك شيطانك بنقاط ضعفك،  
بالأشياء التي أنت على علمٍ بأنها فتنتك، ولن تقدر  
على السيطرة عليهم، وستعصي ربك؛ فاجتنب  
موضع فتنتك فلن تسلم.

أمني أمين

قد يحدث أن تحب حديث شخصٍ و تأنس به،  
وأنت جالس معه تشعر كأنك تجلس مع العالم  
أجمعين، أنّك على قيد الحياة، وأنت تجلس مع  
آخرين تشعر بالوحشة و عدم الارتياح كأنّك مفقود  
للحياة بدون من تأنس بحديثه.

\_أماني أمين

"أحيانًا نكتب ما نشعر به.. وأحيانًا نكتب ما  
نتمنى.. وأحيانًا نكتب ما فات وانتهى.. والأغلب  
نكتب لأنفسنا.. بحروف لا يقرأها إلا من يشعر  
بنا.. ويبقى الحرف هو سفير القلوب.. فانثقى  
حروفك بدقة ورقة كن أملًا ولا تكن ألمًا،  
كن فرحًا ولا تكن وجعًا"

گ/منه عصام

إلى هذا الشخص الذي يجلس الآن في غرفته  
المُظلمة مُختبئًا خلف شاشة هاتفه المضيئة هربًا  
من الليل حتى لا يُذكره بأنه وحيد، أعرف بأنك  
تصارع النوم في كل ليلة، وتخسر في كل ليلة،  
أعرف أنك الآن رغم فراغك تهرب من الحديث  
مع البعض، لكنك تريد بشدة التحدث لشخصٍ ما

..

أعرف بأنك تكره دومًا هذا التوقيت من اليوم،  
فبرغم كُرهِك لضجيج النهار إلا أنه دائمًا ما  
يجعلك تتناسى همومك وآلامك، يشوش عليها ..  
أعرف أنك تعاني من هذا الإحساس الكريه كل  
ليلة، فأصبحت لا تهتم بأي يوم نعيش، وتظل  
هكذا حتى تنهك وتنام من التعب .

لن يفهموك يا صديقي، لن يفهموا لحظات صمتك  
الطويلة، جلسات مراجعة و محاسبة النفس،  
عشرات القرارات المؤلمة التي تتخذ ليلاً، لن  
يفهموا ابتسامتك الزائفة الآن وهي تخرق حاجز  
الصمت لذلك،

كُن قويًا لأجلك، لا تنتظر مني شيئًا، فالحل بيدك  
لا بيدي، أردتُ فقط أن أخبرك بأن هناك من  
يعرف ما بداخلك .

گ/ منه عصام

صباح الخير،

أحيانًا أفكر في اختراع جملة غير "صباح الخير"  
لأقولها أنا والصامدون أمثالي، لنخبركم بها أننا  
شهدنا على الليل كله، وأكرمنا تفاصيله، وأنا  
ودّعنا القمر حتى عتبه السماء، واستقبلنا الشمس  
منذ أن بان ظلُّها، لنخبركم أننا حرَّسنا الظلام  
والنور دونما استراحة، وشعرنا بهمسات أحلامكم  
الناعمة ليلاً، وسمعنا ضجيج محاولتكم في  
تحقيقها نهارًا، ولم تفلت من آذاننا أنات المتألمين  
المتلحِّفين بسواد الليل، ولا من أعيننا دموعهم،  
وأنا اعتنينا بأكواب قهوة العجائز الذين لا  
يحتسونها إلا صباحًا، ولم يفوتنا تتأوب المدينة  
الأول، ثم اعتدال جلستها، وانطلاقة العصافير،  
نحن الذين نقتات الموت سهرًا، هل لنا للنجاة من  
سبيل؟!!

گ/منه عصام

ضجيج عالٍ..

أصوات متداخلة..

ألف شعور يدور بداخلي

كلام لا أستطيع البوح به

أريد...!!!؟؟؟

ماذا أريد !!؟؟؟

لا أعرف ماذا أريد...

ولكن كل الذي أعرفه أنني أريد أن أشعر

بالهدوء، الطمأنينة، الأمان

هذا الشعور الذي لا أستطيع أن أشعر به لا

أستطيع أن أشعر بالأمان..

فقدته..

ماذا؟؟!!

أنا فقدت شعور الأمان لا أستطيع أن أشعر

بالأمان بعدما انكسر خاطري بأشياء كثيرة

وكلام أكثر

وأفعال أكثر وأكثر

"خاطرة: بقلمى || آية شعبان "

رحلت...

رحلت عندما تأكدت أن وجودي لا يعنى شيء  
لأحد هذا ليس مكاني وكبريائي لم يتحمل ذلك

رحلت وقلبي ينكسر

قلبي الذى أعطته لهم بكُل حب وفى المقابل  
خُذلت

لاحقًا ميزتكم عن الكُل ونظرتي خابت تحدثت  
عنكم الكثير والكثير من أحاديث المدح لأنني  
كُنْتُ لا أرى انكم لا تستحقون

والآن لا أستطيع أن أعطي ثقتي لأحد

لأن ثقتي انكسرت في الجميع

أصبح لا يُعيننى شيء سواي

"خاطرة: بقلمى || آية شعبان"

كلمات كثيرة بداخلي أريد أن أُعبر عنها ولكن  
مَن سيسمعني...؟؟

أشعر وكأن روحي تنسحب مني

قلبي تحطم لأشلاء صغيرة

دموعي تُريد الفرار من مأزقها

أصبحتُ على حافة الانهيار

مازلت لم أتعافى من كم الجروح التي أنا  
بها

قلبٍ مُحطم

روحٍ مكسورة

أصواتهم تتردد في أذني وهم يتحدثون عن  
مدى كُرهم لي..

أعينهم تقول الكثير والكثير عن مدى كُرهم  
لي

"خاطرة: بقلمني || آية شعبان"

## المنافقين

أعتقد أن جميعنا يعلم أن المنافقين أصبحوا أكثر، نراهم يوميًا في كل وقت وكل مكان، والأسوء من هذا أنهم من محيطك، أصدقاء أو أقارب أو كلاهما، الغريب أنهم لا يروا نفاقهم ولا يعترفون به، ينظرون إلى وجهك مبتسمين بحب وترى أعينهم تخبرك بذلك ولكن من ثال أن العين لا تكذب فهناك من يجيدون الكذب حتى بأعينهم، ذلك الشعور الذي نشعر به داخلنا أن أحدهم أحبك ومدحك ولكن هذا أمامك فقط فهو يراك بغير شكل يراك سيء، قد يقوم بذلك لأجل غرض ما أنت الوحيد القادر على فعله أو أنك الشخص الذي لا يُعرف عنه شيء فتشبع فضوله حولك فالفضول يفعل الكثير وقد يقتل إنسانًا، يقولون أنك مميز يحبونك بالكلمات والأفعال أحيانًا ولكنه يذكر عيوبك أمام الآخرين عفوًا لم أطلب منك أن تمدحني وأن تحبني أنت من رغبت بذلك، ترى النفاق كل يوم تعيشه كل لحظة، ليس هناك ذلك الشخص الذي يمكن أن تقول أنه ليس منافق، لا يمكنك أن تذكر اسم وأنت علي يقين أنه ليس بوجهين

ميرنا منسي

## حرب النفس

الحرب، الخضوع والاستسلام، الوقوف والمقاومة، قد يأتي إلي عقلك تلك الحروب التي تريق الدماء ولا تسمع وقتها غير صوت الموت، لكنني أتحدث عن حرب أسوء بكثير، حرب النفس، الحرب التي نستيقظ كل يوم جميعًا كي نخوضها وحدنا شئنا أم أبينا، تلك التي نقاومها حتى نعيش في سلام، لكن يؤسفني أن أخبرك أنها لم تنته إذا كنت تظن أنها انتهت ولن تفعل حيث أنها الحالة التي ستبقى للأبد، تستيقظ كل يوم و داخلك شخصان أو بالأحرى شخصيتان مضادتان كل واحدة منهم تخبرك بعكس ما تقول الأخرى شخصية جيدة والأخرى سيئة فهل منا أحدًا لا يملك تلك الخصال التي تجعله يسأل كل يوم هل أنا سيء؟ ولكن أيهما سيلعب الدور الأهم اليوم؟ أيهما المسيطر والمتحكم هل هو الجيد أم السيء؟ ومن سينتصر؟ الكثير من الأسئلة والكثير من الأجوبة أيضًا لكن لا تعرف أي الإجابات أصدق، أحيانًا يطلقون عليها أسم الحيرة ولكن في رأيي هذا وصف غير دقيق لما يدور في رأسك، وأحيانًا أخرى يخبرونك أنك لا تعرف نفسك خير معرفة وقد تكتشفها مع الوقت، يجهلون ماهية الأمر أنه صراع، حرب كما أخبرتك سابقًا، حرب كبيرة قد تفودك للجنون. ميرنا منسي

## السعادة

نبحث عن السعادة كثيرًا عزيزي القاريء، أنا وأنت وغيرنا والكثيرين وسائر البشر جميعًا أليس كذلك؟ نبحث عن ذلك الشعور الذي لا يؤلم مثل غيره من المشاعر، دعني أخبرك أولاً أن السعادة ليست مستقرة لم تدم ولن تدوم، تذهب وتعود، تأتي وترحل، قد تسأل قائلًا: لماذا؟ وهل تطرق باب الجميع لأنه وعلى ما يبدو أنها نسيت أن تطرق بابي، سأخبرك بالآتي: أنها غير مستقرة ولكنها حتمًا لم تنسَ أن تطرق بابك فقد مر الجميع ذلك الشعور الجميل، ولكن بعض الناس لا ترى أعينهم سوي ما تريده عقولهم، ودعني أخبرك أن عقولهم تعيش داخل قفص صغير يخبرهم كل يوم أن السعادة لم تأتِ ولن تفعل، حتى إن دخلت السعادة بيوتهم يومًا ما ينظرون لها على أنها لحظة لا يستحق الأمر ذكرها، بعدها سيتجاهلون الأمر ببساطة كي يعودوا لقناعتهم التي لن تتغير، أن السعادة ليست مقدرة لهم، لا يرون الشمس رغم حجمها ولا النجوم رغم عددها، العيش في سجن مظلم وعقل لا يرى سوى الأحداث السيئة متجاهلاً السعادة التي تأتيه للحظات لمجرد أنها لحظات، هؤلاء قد يظلوا هكذا إلى الأبد لن يروا السعادة حتى وإن أتت ظاهرة

ميرنا منسي

أضع صورته خلفية لشاشتي،  
تلك الأرقام السرية التي تتحكم في إغلاق هاتفي  
هو ذاته تاريخ يوم مولده،  
الصور المقتبسة التي أحتفظ بها دائماً ما هي إلا  
لقطات من عدة أحاديث من صندوق رسائلنا،  
تفاصيل يومي كاملاً لا يفضي إلا له،  
التسجيلات الصوتية المرسلة لي هي التي أضعها  
في خانة الرسائل المفضلة، وأيضاً تلك الكلمات  
التي تنقب عن حنان وحب داخلي ترافقها في نفس  
الخانة،

وكثير وكثير من التفاصيل الصغيرة التي تنمي  
داخلي أماناً لا يوهب لقلبي إلا معها، وكما قالت  
كاتبة عظيمة ذات يوم:

"بعض الأمان يكفن في التفاصيل الصغيرة".

ك/فاطمة شعبان محمد

الآن يا غائبي بعد كل هذا الغياب ما زلت أنتظر  
لقائك لا أعرف متى نلتقي ربما في يوم ميلادك أو  
بعد ثلاثة وعشرون سنة ربما في الشهر الخامس  
عشر من السنة ربما في شارع ما سوف يكون  
موجود بعد أن يهد مبنى لم يبني بعد ربما في  
حديقة ما لا يوجد فيها أزهار ولا أشجار ربما في  
أشخاص تشبهنا أو في محادثة ما أو في رواية أو  
في كتاب أو في قصة بين اثنين انتهوا دون  
وداع أو في "شارع ١٧" أو في "أرض زيكولا"  
أو في "مملكة البلاغة" ربما في حلم "حلم ما في  
شهر ديسمبر الذي تنتهي فيه الأحلام" لا أعرف  
كيف وأين ومتي لكننا حتمًا سوف نلتقي سوف  
أنتظر لك للأبد ربما نلتقي فيه أو في اللانهاية

لـ /فاطمه شعبان محمد

"نلتقي ثانيًا"

طريقنا المشئوم الذي عهدنا فيه أننا لن نغادر ولن  
نفارق مهما تحالفت علينا الدواهي.

لا عليكم بكل هذا.

معارك نخوضها في ذات اللحظة بالرغم أننا لن  
نتحرك مازلنا ساكنين نطلق السهام من أعيننا  
نريد البوح ولكن ما الذي نبوح به؟

هل سأبوح عن الليالي الذي قضيتها تائهة على  
الأرصف باحثًا عنك في أوجه العابرين؟ أم عن  
ماذا؟

أم عن جلوسي على الأرصف والأمطار تنهمر  
من عيني تسلك طريقها علي وجهي وكأننا في  
منتصف فصل الشتاء؟

حتى ظنوا العابرين أنني جننت.

أما أنت لماذا جئت؟

جئت لأنك تائه ولا تعرف سوا هذا الطريق.

ك/فاطمة شعبان محمد

كلما مضت بك الأيام والتجارب ستدرك أن  
العطاء أجمل وألذ من الأخذ وأن التسامح أنقى من  
الكره والضغينة!

وأن القوة الحقيقية ليست بالشدة وبالغلظة كما يظن  
البعض! بل بالطيبة واللين والسماحة.. والحياة لا  
تستحق كل هذا العناء لأن وجودنا بالحياة قصير  
فيجب أن نترك أثرًا طيبًا..

لا تؤذى نفسًا ولا تجرح روحًا ولا تبكي عينًا ولا  
تطفيء بسمة!

لأن الحياة عابرة وناسها عابرون.. سيمضي بك  
الزمن وتدرك يقينًا أن أخيرًا ما يترك به الإنسان  
في هذه الحياة هو أثرًا طيبًا...

ك/بسمة عمر

نحتاج إلى لحظة هدوء!

إلى هدنة مع الحياة إلى صمت يكتم ضجيج  
الروح إلى صحبة سالحة تغمرنا بالسكينة  
والأمان..

أو عزلة نعيد فيها حساباتنا.. أحتاج إلى رحلة  
طويلة إلى ذاتي .. أحتاج إلى مكان بعيد أجلس  
فيه منفردًا دون كلام أو تفكير أنفض الحياة عن  
عاتقي وأتأمل جمال الطبيعة ورؤية نجوم  
السماء.. يناسبني السكون و الاختفاء ويناسبني  
هدوء الأيام والانشغال بالنفس فقط واهتمامي  
أيضًا بفكرة أن أرعاني أكثر من أن أغيرني أريد  
أن لا تأخذني الدنيا في لهوها..  
أريد فقط الانشغال بالنفس وفي عبادة الله...

گ/بسملة عمر

ياااه رجعت ثاني لنقطه الصفر!

بقيت أمر بأصعب فترة في حياتي وخصوصًا  
وجع قلبي الأيام دي مهما أحاول أتماسك وأحاول  
أضحك بس بيكون فيه وجع مش عارفة أداويه  
ازاى!..

وأنا يمكن شخص حرفيَّ بينسى كل حاجة بسرعة  
بس إلا المواقف الصعبة عمرى مبنساها ولا أي  
خذلان من أي حد عمري مبنسائه وبفضل أفكر في  
نفس السؤال اللي كلنا بنسأله هل أنا كنت أستاهل  
كل ده!!ولا فكرة العتاب نفسها ويقولوا لك  
مبتسألش. أنا حتى نفسى مقصرة بحقها..بس  
مبسوطة بحاجة في شخصيتي الأيام دي وهي إني  
حببت البرود اللي بقى عندي، اللي مخليني لا  
أعاتب ولا أفضفض، ولا أتكلم بس أكتم وأضحك  
وأنام، حقيقي رجعت لنقطة الصفر ثاني. رجعت  
لسكوتي واختياري لنفسى وبس. وإني أبقى  
لوحدى رجعت لتفكيرى المستمر رجعت لقلة  
الكلام ونومي الطويل وعدم رغبتى في التواصل  
مع أحد

گ/بسملة عمر

عندما نُمر بشيء أخطأنا به يجب علينا أن نتعلم  
منه أكثر، وليس نُعيد بفعله.)

عندما أتيت ظننت أن الحياة ستحلوا، ولم يتواجد  
فراق وحزن بعد الآن، ولكني عرفتُ مُأخراً أن  
فهمني للأمر كان مخطيء وأنى لم أتخذ الوقت  
الكافي للتفكير بهذا الأمر، أو أنني وثقت أكثر من  
اللازم، ولكن كل شيء نمر به لم يمر هباءً،  
ولكن نتعلم منه أشياء جديدة، أشياء كلما يحدث  
أمراً يشبه نتذكر الآخر فيأخذ الأمر أكثر تفكيراً  
فنتصرف به بشكلٍ لائق غير المرة السابقة.

رؤيه الحوفى.

(عليك الإصلاح بنفسك فإن كل شيء فيها فاني)

أريد إخبارك بأن هذه الدنيا فانية ليست باقية لأحد  
فلماذا تفعل كل هذا؟

،لماذا تكذب، لماذا تُخرب العلاقات؟ لماذا تفعل  
بما حُرِّمَ لك؟ لماذا تُفتش الأسرار؟  
هذه الدنيا الله عز وجل أُطلق عليها بأنها لا  
تُساوى حجم بعوضة،

فلماذا تجعلها أنت تساوي شيئاً؟ لماذا تفعل  
المحرمات وأنت تعلم بأنها لا تبقى لأحد، وأن الله  
سيعوضنا على ما نصبر عن فعله لأنه فقط  
محرم، لماذا لم تفعل حساباً للآخرة مع أنك تعلم  
بأن هي الباقية وليس الفانية، عليك أن تفيق من  
هذه الغفلة اللعينة عليك إسماع تأنيب ضميرك،  
عليك التراجع فإن كل شيءٍ فيها فاني.

رؤيه الحوفى.

(حافظ على نفسك فإنها أمانة ستسأل عليها حافظ  
عليها من حُزنك)

ألم يعلم الإنسان بأن نفسه أمانة لديه؟  
أعلم بأن من اللازم أن يتواجد الحزن وأن يحدث  
شيئًا يجعلك مهمومًا، ولكن عليك إخراج نفسك  
بسرعة، لم أتحدث بأنك لم تحزن، ولكن إخراج  
نفسك من هذا وأجلب لك شيئًا يُفرحك، لأن أنفسنا  
هي أمانة من الله فقط ويجب علينا الحفاظ عليها،  
لا داعي للحزن يا صديق، لا داعي للقلق الذي  
يجعل الهموم تتسرب بك فقط ثق بأن الله سيجلب  
لبابك ما تتمناه حتى تفرح.

رؤيه الحوفى.

والله لأنها أيام ثقال على قلبي. لم يعد يحتمل لـ  
شيء فقد ذهب كل شيء تمناه قلبي وأصبح باهتًا  
حزينًا لا يسكنه سوى الحزن والأرق. تمنيت يومًا  
أن يلاحظ أحد دماري فلم يأخذوا في الاعتبار  
سوى أنني ساكنًا لا أتقدم على فعل شيء، فمن  
المفترض أن يكونوا بجانبى دائمًا في جميع  
حالاتي، ولكن كم من ألم سأتحمل. ألم قلبي وألم  
أحبتى وألم فقدان كل شيء.

الشيء شعبان حتشبسوت

كن دائماً على قدمٍ قريبة من أحلامك، لا تجعل أي  
شيء يصرِّفك عنها، فكل الأشياء تُحقق بأحلامنا  
أولاً ثم تتحول إلى جهدٍ وعملٍ ثم إلى واقعٍ  
ملموسٍ يتبعه أشخاص عظام.

الشيء شعبان حتشبسوت

تمنيت كثيرًا أن أعود كما كنت يومًا ما، شخص  
تسعده أتفه الأسباب، شخص محب لبعض الأشياء  
التي ينفرد بمحبتها، وكذلك الأشخاص الذين كانوا  
يعنوا له الكثير، بداخلي الكثير من الأشياء لا  
أستطيع البوح بها، فالبوح يؤلمني والكتمان  
يدمرني.

الشيء شعبان حتشبسوت

عزيرتي التي هي أنا،

أتعلمين!

ما يُميزك ليست ملامحك الجميلة

التي تُجبر كل من يراك يقع في غرامك،

ولا لون البن في عينيك الساحرة،

التي تُشبه عيون الريم، ولا ضحكك الخلابه التي

يتزين بها ثغرك

فقطي حياة لكل من يراها، ولا يداك التي تُجيد

صنع كل شيء بحب صادق، ما يُميزك حقًا؛ هو

شعور الحب الذي تمنحينه لكل الأشياء حولك،

يُميزك أنك خفيفة كورقة شجر تحملها الرياح

بخفة، يُميزك أنك رقيقة كرقعة الفراشات،

يُميزك قلبك النقي الحنون

الذي يضم من حولك كأنه وطن دافئ،

كل ذلك يجعلك مميزة

وأيضًا جذابة تسليبين الناس عقولهم

من فرط جمالك في كل شيء

إنك مميزة حقًا! دومًا ما تكونين مميزة يا

عزيرتي

إبقي كما أنت مميزة يا أنا.

گ مي عماد

"عاهدي نفسك ألا يذبل قلبك من أجل علاقة  
عابرة ألا يذبل ظهر مبسمك لأجل أحكام مقدره لا  
بأس إن أحسنت الظن بمن لا يستحق وليس عيباً  
إن أهديت مشاعر لم تُصنّ احمد الله دائماً أنك في  
الجهة النقية من الحياة وأفتخر أنك كنت ومازلت  
إنساناً يحمل قلباً من ذهب فالأسى لمن لم يشعُر  
بذلك".

مي عماد

أريد أن أقع في الحب لكنني أريد رجالًا مختلفًا،  
رجل يراني سلامه وأمانه، يترك كل ضجيج  
العالم ويأتي إلي ضجيجي فرحًا كأنه التقى بأكثر  
الأشياء عظمة في الكون، أريد رجالًا يرسل لي  
عشرات الرسائل فقط ليطمئن عليّ، يُهاتفني  
عشرات المرات، يحدثني في وقت فراغه وفي  
عز انشغاله وفي وسط أصدقائه، أريد رجالًا  
يفتخر بي أمام العالم ولا يُخبئني من أحد، رجالًا  
يحب شكلي مهما كان سيئًا ومهما تأثر بعوامل  
الزمن، أريده يعاملني كطفلة وحبيبته وابنته  
ومفكرته والمرأة الناضجة التي يرتكن إليها من  
بؤس العالم، أريد رجالًا يقع في حبي ليل نهار لا  
يمل لديه شغف تجاهي في كل وقت يشاركني  
حلمه يجعلني أصنعه معه يطمئن بي رغم سوء  
الكون.

أريد رجالًا يُحب بصدق، لا يرحل، لا يمل، أكون  
قديسته ويكون قديسي.

مي عماد

ماذا لو صديقتي عادت معذرة ؟

معذرة عن ماذا؟

هل لتأخرها على موعد اتفقنا عليه، لربما معذرة لأنها لم تلقِ عليّ السلام، تحية الصباح مثلاً، أم تأخرها علي موعد اتفقنا عليه، أو لأنها لم تتذكر إهدائي شيء مفضل لدي، سأصمت ولن أتحدث فما بداخلي أعمق من كل هذا، وبعد أن أنتهي سأرحل فما عاد لها عذر يقبل ولا لقلبي طاقة، رغبة في سماع كلامها، ولكن بعض الأخطاء في العلاقات قد يُقبل منها الاعتذار، فالعفو محمود في كل وقت ولكن بعض الأخطاء وأنواعها تكشف عن طبع الإنسان، خُلقه، عقيدته، والإنسان العاقل ينظر في تلك الحال ويرى إن كان يمكنه الاستمرار في العلاقة معها أم لا!

وسوف أتذكر قول الله تعالى «واجرهم هجرًا جميلاً» لا أؤذيها أبدًا بفعل، قول، أي شيء ولكن لم يعد لقلبي طاقة لتقبلها مرة أخرى كما كانت العلاقة بيني وبينها.....

-بَسْمَلَةٌ حَافِظٌ-

ما زلت أسأل نفسي؟

كيف لقلب المرء أن يُمسي على حزن ويُصبح  
على جبرٍ ويُصبح على حزن ويُمسي على جبرٍ،

كيف للقلبِ أن يستشعر عظمة الله في ساعة  
فرح، جبرٍ ثمّ إذ به ينقلب الحال إلي حزن كم هو  
مرعب تغير مُراد القلب وحاله !

وكيف للمرء أن يخوض حرباً وجهاداً مع نفسه  
لسنين لا يعلمها إلا الله وهو لا يستطيع الثبات  
لليلةٍ واحدةٍ بل لساعةٍ واحدةٍ ،

فما يفعلُ بي أنا وأنا هو أنا!

-بِسْمَلَةِ حَافِظٍ.

من أشد القيود علي المرء هي

«حرصك علي نيل رضا الناس»

وهي من الأشياء التي تُقيد نجاحك، تقدمك في كل مجالات الحياة، فكل انسان بلا استثناء تهتم وتحرص علي رضاه هو في النهاية شيء من الأشياء التي تقيد التي أفسدت عليك حياتك،

ولكي نتخلص من هذه القيود يجب أن نجعل أنفسنا خالصة لله لا نطلب رضا أي شخص فتُعامل الجميع معاملة ترضي الله،

وتمَّ أن حصلت علي رضا الناس فيُشري الإنسان، وإن لم يتحقق الرضا لا يحدث لك أي غم، هم، قلق، حزن، لأن في النهاية رضا الناس لم يكن في ذاته غاية لك، وهنا يشعر المرء بالمعني الحقيقي للحرية وأنه لا يطلب رضا أحدٍ سواه إليه يسعى وله يعبد.

هنا وهنا فقط يبدأ الانسان بالتخلص من كل أنواع الطاقات السلبية التي تُفسد قلبك،

ويشعر الإنسان بالسلام النفسي، وهدوء النفس.....،

وأيضًا يشعر أنك تمتلك طاقة والاستفادة من وقتك في الإنتاج ويبدأ المرء ينجح دون قيود.

-بَسْمَلَة حَافِظ-

« \*عيناك\* »

عيناك..... عيناك بحر غرقت به لأنى لا أجيد  
السباحة، عيناك حبل التفّ حول رقبتى وخنقتنى  
كثيرًا.

عيناك حوت ابتلعني وأصرّ على عدم إخراجى  
من معدته..... عيناك سجن تم سجنى بأحد  
الزنزانات وأغلقت أنت بابه بإحكام حتى لا  
أستطيع الفرار وأنا لا أعرف ما الذى فعلته لتفعل  
انت بدورك كل هذا!!

«ك/شهد محمد حسني 👑»

« 👑 The queen 👑 »

طال غيابك وطال سواد ليلي، مرة قهوتي وشغفي  
تدمر.

أنظر إلى القمر وأقول له: كيف حال حبيبي  
الغائب؟

ويرد قائلاً: حزينٌ مشتاقٌ إليك ولكن يقاوم حبه  
واشتياقه لكي لأجل غروره وكبريائه.....

وأرد قائلة: أما زال يحبني؟!!

فيقول القمر: لن ولم يحب أحدًا سواك

وأجيب قائلة: وأنا أيضًا لن ولم أحب أحدًا سواه  
ولكن أقاوم أنا أيضًا لأجل عزة نفسي وغروري  
وكبريائي♡♡♡.....

\* «ك/شهد محمد حسني\* ♀»

« ♀ The queen ♀ »

ظلمتني فعاقبتك بالنسيان والتجاهل  
جرحتني فعاقبتك بالبعد والفراق  
هجرتني فعاقبتك بلامبالاة وكأنك لا شيء بالنسبة  
لي وأنت كل شيء، بل أنت توأم روحي وآسر  
قلبي الصغير.

وكيف لأيام قليلة أن تجعلني أتعلق بك وأحبك لهذه  
الدرجة، صدقًا لازلت أتجاهل وأحاول نسيانك  
ولكن بلا فائدة لا أستطيع النوم من تفكيري وكأنك  
الساحر الولهان والعاشق المجنون سحرت قلبي  
وعيني

فأصبح قلبي يدق لأجلك وعيني لا ترى غيرك،  
تبًا لهذا الحب اللعين الذي جعلني ضعيفة لا أقوى  
عليه وعلى فراقك ونسيانك.....

«ك/شهد محمد حسني ♥»

« 👑 The queen 👑 »

إعداد / أماني أمين.

# موااساة عقل

فاطمة شعبان

بسملة عمر

شهد محمد

الشيماء شعبان

مي عماد

آيه شعبان

بسملة حافظ

إيمان رضا

نوران خالد

ميرنا منسي

أمانى أمين

منه عصام

رؤيه الحوفي

تصميم / إيمان رضا