

مقتبسٌ من حياة²⁹

إشراف:

إيمان دهاش

حيرش شهيناز

سارة مومني

علا شويخا

مَقْبَسٌ مِنْ حَيَاةٍ

كتاب جامع

تحت إشراف:

إيمان دهاش

حيرش شهيناز

سارة مومني

الإهداء

إلى قلوب أنهكها الحنين، وانطفأت شمعتها، إلى قلوب
مخذولة منبوذة مهجورة مستعمرة، إلى من أنهكهم طول
المسير دون وجهة ولا نور في آخر السرداب يبعث فيهم
الأمل ليكملوا المسير، إلى قلوبكم الطاهرة ونفوسكم الزكية
نهدي حروفنا وحبر قلمنا الملون بفيض دماننا، لكم نهديه
على أمل أن لا تقعوا في ما وقع فيه قاطنوا ارض

"مقتبس من حياة"

" دراسة الأخلاق أولاً... أما الشهادة فللوظيفة فقط."
" وأعطي من الاحترام لبواب الشركة مقداراً يعادل أو
يفوق ما أعطيه لصاحبها في حد ذاته."
يحياوي زهية _ الجزائر.

"فجبر بعد تعب حلاوته أعذب من عسل، فإن
أردت بلاغ ما تمنيته فالزم صلاة الفجر
توصالك للقمم."

"ماذا لو أحب الشاعر تمردك فأسكنك بيت
شعره والله إنها لمصيبة."

فدوى مراح _ الجزائر

"وعندما رايتها كانت أشبه ببناء تضعض ببناءه بأقل
حادث ، بانسة كالألوان القديمة التي تتعفن و لا تحيي
،أقرأ في جبينها ألف حيرة ، لكن ..تمنيت لو أنني
أستطيع أن أشفي وأداوي أخايد قلبها المكسور."

"تتسارع حبال الزمن وتتقادم الأيام ، وطلاسم الإرهاق
تتشكل على امتداد الأعوام الصرخات تتوغل بداخلي
واعجز عن إطلاقها بعيدا ، تنقش أعسانها قلبي رويدا
رويدا ، ترسل جيوشها الجعسوسة لتغزو وجداني
،النصب يقتلني والدوامة تأسرني."

كوثر عبدوني _ المغرب

"لم يكن إلا فردوسا جحيميا، يبعث في نفسها نشوة
مؤلمة و شغفا قاتلا. هي كلفة بشقائه، كاغتراب المنفى
تائه، لكنها تستدل طريقها من عسل مصفى في
عينيه.. كوحى الهى تتدفق معه جنان السحر فيفتعل في
نفسها انفجارا روحيا عظيما يعيدها لبداية الأكوان...
وحدها داخله فقط."

ألاء صفوان مبيض _ سوريا

"استغل أسعد أوقاتك في الحياة لحظة بلحظة .. فبعد
مرورها ستتمنى لو تعود كي تستمتع بها."
"علمتني الحياة أن معرفة الإنسان مثل المعدن..
كلما صقلته أكثر علمت صنفه .. أصاف غال أم
مغشوش بخس"

بشينة عمري_ الجزائر

رسالة لكم

"لا أريد جلب انتباه أحد، ولا أحب أن أكون محبوبية من
عند الجميع لأن لكل شخص يوجد كاره وناقد لذلك أنا
راضية على نفسي وعلى أفعالي، وسأدعمك تتحدثون عني
حتى في مماتي."

"المنافقون أرى في النفاق كثيرا لكن بطرق مختلفة
احترت هل كلهم هكذا أم غير الذين عرفتهم؟"

رانيا بطينة _ الجزائر

"بوجودك يا توأم روعي .. تتعالى ألحان الحياة التي
تعزفها جوارحي على أوتار قلبي، بوجودك يا حبيبة قلبي ..
حتى الظلام يستحيل نورا فرحا بقربك بوجودك يا
عبوني .. تُعَمِّرُ حياتي بنسائم الوئام بوجودك يا
صديقتي .. تُسَدُّ تلك الثغور التي كانت مفرا للأحزان إلى
قلبي

بوجودك يا صديقتي .. يخيم الفرح في سماننا ولا يتجرأ
بؤس على الاقتراب منا"

أشواق الرحيل إكرام الجزائر

"لا تحكم على أحد قبل أن تعرفه ، لا من مظهره ولا من
مستواه ، فكل شخص عبارة عن كتاب عليك أن تتصفحه
وتقرأ صفحاته رويدا رويدا لتفهمه ثم تحكم عليه "

"لا تحزن ولا تحبط أحدا ، إن لم يعجبك شخص ما فابتعد
عنه رويدا رويدا ، لا تشعره بأنه ضعيف أو ينقص شيئا ما
، لا تفطر قلبه ، فأنت لا تعلم مقدار سوء الأمر "

رجب هاجر _ الجزائر

"وفي القلب جرحٌ غائرٌ، فيا ليت الجراح بالفؤاد تتوب،
ما ضرني خذلانٌ أو طعنةٌ، لكن ألمني وهد أركاني من
كنت أحسبه السند؛ غدر بي وكأني لم أكن يوماً خليله."
"وكيف أكف طرفي عنك، وأنا الذي عاهدتُ كفي أن لا
يكف إلا بكفك، فكفالك تكفكماً يا كفياتي."

محمد خليل _ سوريا

قِرْةُ عَيْنِي... .

فَاءَ الْجَمِيعِ وَبَقِيَّتِ، أَسْدَلُ سِتَارَ الْعَجْزِ فَفَتَحْتُ، قَلْبَ فَاحٍ مِنْهُ عَنَبِرِ
الْحُبِّ، انْقَشَعَتْ أَمَامَهُ هَمُومُ الْحَيَاةِ، فَاءَ الْأَنَامِ فِي الْفِيءِ وَمَا أَخَذْتُكَ
لَيْلَتَهَا سِنَةً وَلَا نَوْمَ، تَحْتَ قَدَمَيْكَ الْجَنَانِ، أَمَكُ ثُمَّ أَمَكُ ثُمَّ أَمَكُ... وَصِيَّةُ
الْعَدْنَانِ.

هَرَمْتُ قَبْلَ الْهَرَمِ، نَامْتُ مَشَاعِرِي قَبْلَ الْمَمَاتِ، إِنِّي لِأَرَى الْجِمَامَ
فُجَاتِي، أَسْمَعُ حَسِيْسَ شَهْبَقٍ وَبِكَاءٍ وَسَطِ الْفِيْفَاءِ، أَحْتَسِي الْأَلَمَ الْجَرَعَةَ
تَلَوُّ الْأَخْرَى، أَمْشِي أَرْوَقَةَ الْحَيَاةِ مَكْتَلَةً الْيَدَيْنِ، مَوْصَدَةً الْعَيْنَيْنِ... لَيْتَنِي
أَتَجْرَعُ كَأْسَ الْمَوْتِ قَبْلَكُمْ بَدَلَ الْعَذَابِ الَّذِي أَرَاهُ كُلَّ لَيْلَةٍ يَنْهَشُكُمْ.

عَبِيرُ تَرْيُكِي _ الْجَزَائِرِ.

"سعبت جاهدة لفهم من حولي.. لكن ما الفائدة إذا كنت لا
أستطيع حتى فهم نفسي؟!"

أحمل هاتفي منتظرة تلك الرسالة التي أنتظرها بفارغ
الصبر، لكنها للآن لم تأتي ! مازلت أنتظرها لكنها على كل
حال لن تأتي"

هلال درصاف سندس_ الجزائر.

"الفراق أرحم من الهوى المحرم"
"انكسرت ، حزنت لكن جرحي بأبي الهموم
شربت دمعي التئمت وأنا أبتسم"
خولة رحالي _ الجزائر

"حياتك ستكون مثل ما تراها أنت فأبما تنظر لها بإيجابية و تسير نحو مرادك بكامل إرادتك، أو تراها و كأنها سجن لا مفر منه و تضع حدًا لأحلامك التي لم تبدأ و تنعزل عن ما يستحق المثابرة من أجله ، فحياتك بين يديك ، و وجهة نظرك لها دور في تطوير ما ينتظرك ."

"لا تنتظر

من هنا سأخاطبك لا تنتظر حتى تتحسن الظروف و إلا ستنتظر للأبد ، لا تضع لنفسك عتبات تمنعك من مواصلة ما تسعى له بنية الانتظار ، فيقولك أنتظر أضعت وقتا كافيا لإنجاز أكثر من عمل لتحسين ذاتك و فكرك نحو الأفضل ، كن ممن يفعلون أكثر مما يقولون و اسعي دون توقف ، و ضع الوقت كمنافس لك و انزع من عقلك كلتا كلمة لأنتظر. "

حمو آية _ الجزائر

يقول محمود درويش:

"و أنت في طريق بحثك عن الحياة لا تنسى أن تعيش"

"تأملوها حرف تلوى الحرف كم هي مؤلمة و واقعية !!

يمر بنا العمر ونحن نحلم بالمستقبل نحلم بواقع يغير حياتنا عن حياة تلتئم فيها
جراحنا فنصطدم بجدار من الخيبات و الانكسارات لان التمني وحده لم يكن
كافيا بل كان ينقصه الجد والاجتهاد فنضطر للانخراط في حياة لا تشبه مكننا
نحلم به فنفقد ذاتنا وسط كوم من الأسى والحزن ونعود لتمني ونتمنى عودة
الماضي لكي نستطيع إصلاح المستقبل ولكن هيهات لو أن الزمان يعود إلى
الوراء لما عدنا إلى الماضي ولما عشنا المستقبل قبل أوانه. "

شبهه شيماء

1

"حين يدفعك الله عز وجل الى الحافة، كوني مطمئنة وعلى ثقة تامة إن ما يختاره الله هو خير لك حتى لو كان خارج رغباتك .
وانه جل جلاله سيلتقطك حين تقعين أو أنه سيعلمك كيف تطيرين .
لا تخافي ولا تحزني الله معك ، فقط اصبري واحتسبي فعل قدر صبرك يجبر خاطرك ويفرح قلبك ويكون العوض معجزة ."
"بادر دائما بالأفعال اللطيفة والكلمات الطيبة ولا تتردد أبدا ...
فإنك لا تدري كم من فؤاد محطم يتلهف لكلمة دافئة تداوي كسرة قلبه ...وكم من خاطر يرى فيك جبراً له ."

شيماء فتحة من الجزائر_ سوق أهراس

١

"ماتت بسبب كتمانها كانت تكتم كثيرا وتبتسم كانت لا تنام إلا قليلا
من الوقت والوقت الآخر تستمع الى معزوفتها المفضلة كانت
منعزلة عن العالم لا تؤمن بالحب ولا بقاء الأصدقاء سألت ذات
يوم لماذا أنت هكذا فكانت إجابتها المعتادة جميعكم كاذبون عندما
تجدون البديل ترحلون."
"علمتني الرياضيات إن السالب مع السالب موجب لذلك فالمصيبة
بعد المصيبة فرج."

عبد الليلة بثينة الجزائر_سوق أهراس

1
"وراء صمتي كلمات كثيرة كلما حاولت إخراجها علقّت في
حنجرتي، كقطع الزجاج لا أستطيع إدخالها ولا حتى إخراجها
لأنها في كلا الحالتين ستجرحني."

"هذه الحياة ثقيلة جداً ونحن يجب علينا أن نتحمل ونبتسم مهما
حصل، لا يجب أن نضعف حتى لو كسرتنا الحياة مراراً وتكراراً
علينا النهوض هذه الحياة لا ترحم الضعفاء."

شهد عبد القادر _ سوريا

أترانا نعيش في صراعات دائمة مُتقلبة، أحيانا في فرح وتارة في حُزن، مآسي تعلمنا منها الصبر والعزيمة، لم يلبث شهرا مُعادراً إلا وتعلمنا عبرة، لكن لازلنا صامدين، غيمة تسير فوقنا وتُمطر بصيص الأمل بفضل الله، نشدوا فرحا وسعادة رغم كسرتنا، لأننا مُتقين أنها شدة وتزول، عمّر قلبك بالله سيمدك بالقوة لتواجه صعاب الحياة لولاها لغادرنا للقيامة مُفلسين".

"هي الحياة نسير فيها بخطى ثابتة، مُتقين تماماً أن العون يأتي من الله، مَهْمَا بُلِغْتَ وَتَعَارَكَتْ لَنْ تَنَالَ غَيْرَ الَّذِي كُتِبَ لَكَ، شَمْسُ النَّهَارِ وَقَمَرُ اللَّيَالِي، يَوْمٌ يَتَجَدَّدُ وَيَوْمٌ يَذْهَبُ، اغرس الأمل والصبر والقوة بداخلك وكن إيجابياً مَهْمَا سَقَطَتْ وَتَعَثَّرْتَ انهض وقاوم وألبس الرِّدَّ لتتغلب على الصعاب، قُوي إيمانك وتوكل على الله حثماً ستصل لمبتغاك".

فاطمة بومريم _ المغرب

1

"الأمر يبدو كشظي شمعة، عدت كم سقطت منها من دمعة ، حاولت
جمعها ، لكن في النهاية... لاحظت أن فتيلها قد حرق ، و هل يعود
الرماد للاشتعال يوماً... وكأنك تطلب من الميت الرجوع غداً"
مثلاً أقول دوماً:

"أما عن الخواطر و الاقتباسات فيما تهوى النفوس"

حبرش شهيناز_الجزائر

1
"ما رأيت شخصا ناجحا إلا وتأكدت إن له نصيب من بر والديه".

"كلما زاد حياء المرأة كلما زاد الخجل إلى النظر في عيناها".

صبيح سارة _ الجزائر الجلفة

" يقال إن المطر جو يليق بالعاشقين فقط، وأنا
التي لا عشيق لها أين تذهب عند سقوط المطر."
"تعجبني الأنثى الراضة التي قالت ولا زالت تقول
سأصل ذات يوم."

مخلوفي أمينة_الجزائر

" الندم الحقيقي يكون على ما لم نفعله وليس على ما فعلناه
والأيام كفيلة لإدراك ذلك."

" بعد الليل يأتي النهار وبعد الشتاء الربيع وكذلك بعد
الضيق يأتي الفرج فكن متفائلاً وتوكل على الله."

إيمان دهانش_الجزائر

"انتزعت قلبي وأفقته داخلك

ويا حسرة على سبل باتت ظلاما

أحييت قلبي بصفوة حبك

وحبسته في قلبك ولم يعد له اهتماما."

صبا رائد_الفندي

"سامح الآخرين ، ليس لأنهم يستحقون ذلك،
بل لأنك تستحق السلام"

"أجمل اللحظات حين يفاجئك الله عز وجل بشيء
جميل كنت تنتظره وتدعو به فتبتسم وتغمض عينك
وتقول في سرك الحمد لله."

سارة غداب_الجزائر

"دخلت قاعدة الانتظار في أحد المستشفيات أنتظر
موعد العملية وعلمت حينها أن الحياة قد تنتهي
في لحظة."

"الحياة التي نتشبث بها لا يعلم حقيقتها سوى
سكان القبور."

حفيظة العباسي_المغرب

"ابدأ يومك بالصلاة، لتشفى بها روحك المجروحة."
"اجعل دروس اليوم محطات، تبدأ بها دربك للوصول
للنجاح."

هاجر مدور_ الجزائر

"حب الأم غير مشروط تعطي ولا تنتظر منك
مقابل ..لا تتردد في التضحية من أجلك ..تحمالك
حتى عندما تكبر ..أحسنوا إلى أمهاتكم فستندمون
عندما يرحلن ."

"أتمنى لو ننتبه لكلامنا ودعواتنا حتى لو لم تخرج
من أعماق قلوبنا لكي لا نكون سببا في تعاسة أو
حزن أو موت أحد"

خديجة رابح من _الجزائر

"لم يكن الحب امتلاكاً أو كلام معسولاً إنما
الحب احتواء وسنداً عند الشدائد وكتفلاً لا يميل
أبداً."

"لا مرادف لروحك، جميعهم عدم وأنت لا
تزول."

سلسبيل زيتون عمان_ الاردن

1
"ستلقب بالغبي إن كان قلبك يتمزق بسبب شخص لا
يكثر حتى لوجودك، لا يهمله حزنك أو سعادتك،
حطمتك وهو الآن يعيش حياته بكل سعادة."

"الحياة نبع نائر من العوائق كلما اهتممت بعائق زاد
فيضه، وقت تمسكك به قادر على إيجاد حل... حاول فقط
حاول وان لم تجد مخرج تخطاه كأنه لم يكن."

سماح نقام _ الجزائر

"أمي يا جنتي أنتِ عالمي يا جوهرة قلبي أحبك سابقى
أكتب عنكِ مادام نبض قلبي".

"كيف أخبرك أنني أحببت الاكتئاب والوحدة، والحزن
الذي ظل يعانقني دائما والظلام الذي يحيط بي في كل
مكان بعد غيابك .."

شابي دلال _ الجزائر

"أخبروا الناس أن الفراق صعب جدا وان قلوب
الفارقين تشيب من فرط الحزن، ولا تخبروهم أن في
ذلك قوة وراحة فو الله وجع رحيلهم يعادل وجع
الموت."

"ترشد التائهين ولا نعرف كيف تغادر المتاهة."

سلمى شواي _ الجزائر البليدة

"لك مني أجر حق ابتسامتي حين جعلتني أشعر
بدفء رسائلك، ستضل أنت روايتي المفضلة
وستبقى الدعاء الذي أردد في صلاتي."
"الرسائل التي أدونها لك في مذكرتي ولا تصل إليك
تنمو في وجداني كخبيبة أمل."
مندوح فتوحة _ الجزائر سيدي بلعباس

"ويحدث أن تنصهر في حمم يأسك... فيشاء الله أن
يفتح لك أبواباً ظننتها موصدة."

"ويهديك الله في منتصف الأسي بذورا على شكل
أشخاص فيزهروا روحك دون أن تشعر."

نور الهناء_ الجزائر مستغام

"لا يغرّنك في الحياة من الحب إلا حب الحياة، ولا
من الاهتمام إلا اهتمامك بالحياة، و إني ناصحة
إليك بأمّ الأمهات."

"هي كومة من الأفكار الغبية، والتي تجعل منك
شخصاً ذكياً فاستعملها كما شئت لكن لا تفرضها
على غيرك لكي لا تذكر بلديداً غيبياً."

أية موساي_ الجزائر

"من رأى أن بعده عنك حقه ، فاستبدالك له واجبك
فانتظار موكب رحل بإرادته ، هو أمل أوجده
الحمقى وصدقته الضعفاء."

"الحب هو ذلك الشعور الذي بإمكانه بناءك وتعميرك
وبإمكانه هدمك وتدمير قلبك ، فان أحسست أن
المكان خاطئ ، غادر أن تصبح خرابا غير صالح
لأي احتمال آخر."

ابتسام _خلاف_ الجزائر

"لا تحكم على أي أحد قبل أن تعرفه ، لا من مظهره
ولا من مستواه ، فكل شخص عبارة عن كتاب عليك
أن تتصفحه وتقرأ صفحاته رويدا رويدا لتفهمه ثم
تحكم عليه."

"لا تحزن ولا تحبط أحدا ، إن لم يعجبك شخص ما
فابتعد عنه رويدا رويدا ، لا تشعره بأنه ضعيف أو
ينقه شيء ما لا تفسد قلبه ، فأنت لا تعلم مقدار سوء
الأمر."

رجب هاجر_الجزائر

"تركت الباب مفتوحا لأجلك، فدخل كل شيء
ريح، أشخاص وطيور إلا أنت."
"قد من الله عليك ألفا من النعم، فلا تجعل هما
واحدا ينسيك إياها."
أسماء مسعودي

"القتل عقاب كل من حاول إسعادها، القتل مصير
كل من نافسني على واجهة عينيها لن أقبل الفراق
من أجل سعادتها." الأناي
"الحب لا يجلب السعادة نحن من نحققها بالحب
والإرادة."

مهني خولة_ الجزائر

"لا أقول لدي حلماء، بل لدي طموحاً أسعى لأجله،
لأن الأحلام تحدث أثناء النوم فقط يا عزيزي."
"هذه آخر رسالة لها ، سأذهب لعل حياتك تنير
وجوفك يضيء ، أنا من كان سبباً في إطفائك .

حلا حسن الصلاحيات _ الأردن

"أنا أفلت من يدي الحياة، وكأنها تقول لي لم
يعد ممكنا بقاؤك على قيدي."
"ليت الذي بيني وبينك يقينا، فما بيني وبينك
إلا السراب."

يمينة بطاط_ الجزائر

1
"قد يكون هذا العالم ظالماً وغير عادل
لكنك لن تستفيد شيء من رد السوء
بالسوء."

"لسنا بمثل نقاء المياه ولا وسخ الوحل نحن
في المنتصف."

بورويس لمياء_الجزائر

1
"لا أؤمن بالعتاب ولا أكفر به ، لكن من استباح
هجرك لا يستحق عودتك."

"الألم والصدمات كمنقاب في يد نحات ، ربما
تؤلّمننا قبضته ولكنه يبرز أهم صفاتنا."

نور أحمد المهدي_القاهرة مصر

سنصبر ونصبر حتى تستحي الأحرار
وتترك نهر الحب للعشاق."

"اغفر حتى يسقط الشخص من داخلك."

خديجة بن ناصر_الجزائر

"اختر ذلك الصديق الذي يبقى بجانبك عند حزنك ،
وعندما لا يريد أحد سماعك ، لذلك اجتبي عناية فليس
كل صديق يسمى رفيق."

" أيها النسيم هل أنت عليل؟

لماذا؟

فانا لن أجيء، لأنني أنا من أعطيك الأوكسجين، من اجل
بقائك.. هذه إجابتني الوحيدة، فالمعظم يعلم الإجابة."

أريج البرغوثي_الأردن

"كل الأسباب متاحة للوصول، لكن لا
أستطيع."

"أنا لست إلا شخصا له سطور، ليس
الجميع يتقن قراءتها."

روفيا بوحامد_المغير الجزائر

"لا أنا مهتم ولا أنت تستحق العتاب، لم
العتاب إذن؟"

"كدمية خشبية تعج بالخذلان، هكذا صرت
بعد الهجران."

شيماء برفاعي_ مستغانم الجزائر

1

"تعلمت أن الحياة مضمار سباق، أنت المتسابق الذي تجري لتصل إلى نقطة النهاية والتي هي تحقيق الحلم والهدف، بينما اللاعبون المنافسون لك هم التحديات والمشاكل التي يجب أن تتغلب عليه لن يكون المشوار سهلا ستتعب، ستشعر بالإرهاق، ستعرق، ستسقط، ستبكي ولكن إذا وضعت نصب عينيك الفوز فقط، وتجاهلت الأفكار السلبية ستصل حتما."

"تعلمت أن أعظم في حياتي هو أنا، نفسي.. تيقنت أنني استحق كل الحب والتقدير، كل الاحترام والاهتمام، عاهدت نفسي أن لا أحرمني من أي شيء أحبه، وان أعمل بجد من أجل تحقيق سعادتي، لن أسمح لأحد بإهانتني أو أذيتي أو التقليل من شأنني، أنا عظيمة وأستحق الأفضل دوما."

عفاف بكاي_الجزائر

"أنا أحب الجمل التي مضمونها (أنت بالذات)
أو (منشانك إنت)".

"لا تضعونا بمواقف تجعلنا نريكم كم نحن بلا
قلب".

سندس عارف الزواهرية_الأردن

" وجه كلامك لوجهي ولا تضرب بمعصمك
في ظهري."

"أخطائي كلها علمتني أما أنت خطأ دمرني."

فتيحة معمري _ الجزائر

١
"وما الفائدة من جمال الوجه إن كانت النوايا خبيثة،
وما الغاية من وضع فانوس ذهبي على قبر رجل
مجوسي."

"لا تحزن إن كانت هموم الدنيا فوق رأسك، فالفوز
بالجنان ليست بالهين يا عزيزي."

سمية الساخي_المغرب

الفهرس:

2|الاهداء

3|اىحاوى زهية_ الجزائر

4|فدوى مراح_ الجزائر

5|كوثر عبدونى_ المغرب

6|الاء صفوان مبيض_ سوريا

7|بثينة عمري_ الجزائر

8|ارانيا بطينة_ الجزائر

9|أشواق الرحيل إكرام_ الجزائر

10|ارجب هاجر_ الجزائر

11|محمد خليل_ سوريا

12|عبير تريكي_ الجزائر

13|هلال درصاف سندس_ الجزائر

14|خولة رحالي_ الجزائر

15|حمو أية_ الجزائر

16|شنة شيماء

- 17| شيماء فتحة_ الجزائر سوق أهراس
- 18| عبد الله بثينة_ الجزائر سوق أهراس
- 19| شهد عبد القادر_ سوريا
- 20| فاطمة بومريم_ المغرب
- 21| حيرش شهيناز_ الجزائر
- 22| صيلع سارة_ الجزائر الجلفة
- 23| مخلوفي أمينة_ الجزائر
- 24| إيمان دهاش_ الجزائر
- 25| صبا رائد الفندي
- 26| سارة غداب_ الجزائر
- 27| حفيظة العباسي_ المغرب
- 28| هاجر مدور_ الجزائر
- 29| خديجة رابح_ الجزائر
- 30| سلسبيل زيتون_ عمان الاردن
- 31| سماح نقام
- 32| شابي دلال_ الجزائر
- 33| سلمى شواي_ الجزائر البليدة

34|مندوح فتوحة _ الجزائر سيدي بلعباس

35|انور الهناء|الجزائر مستغانم

36|أية موساوي _ الجزائر

37|البتسام خلاف _ الجزائر

38|ارجب هاجر _ الجزائر

39|أسماء مسعودي

40|مهني خولة _ الجزائر

41|حلا حسن الصلاحات _ الأردن

42|يمينة بطاط _ الجزائر

43|بورويس لمياء _ الجزائر

44|انور احمد المهدي _ القاهرة مصر

45|خديجة بن ناصر _ الجزائر

46|أريج البرغوثي _ الأردن

47|اروفيا بوحامد _ المغرب الجزائر

48|شيماء برفاعي _ مستغانم الجزائر

49|عفاف بكاي _ الجزائر

50|سندس عارف الزواهرة _ الاردن

51|فتيحة معمري_الجزائر

52|سمية الساخي_المغرب

53|54||55|56 الفهرس