

# بسم الله الرحمن الرحيم

## مراهقة بنات

✿ تحت إشراف ✿:

\_ لعوامري أميمة

\_ سلاطنية رحمة

## الفهرس :

- مقدمة للكتاب..... سلاطنية  
رحمة
- لما انا..؟..... سلاطنية رحمة
- رسالة ميت... لعوامري أميمة
- لن انسى... سلاطنية رحمة
- الانتحار جريمة... سلاطنية  
رحمة
- سجينه الماضي... طاطاي نور  
الهدى
- لقد رحل... شيماء بومجرية
- كوني مميزة... بوطاس فريال
- شغف حواء..... رجم منال
- عدني الا تستسلم... فدوى رمال
- احببت توبتي.... كشبار لميس
- أمي.... خوشان جميلة
- هذه أنا .... هاجر بسي
- و تولد الاحلام من ر حم
- المعاناة... رقيه لحليقي • خطايا  
الذنوب..... هاجر بالعمرانية
- هل هذا مصيري... قوادر احلام
- حكاية غد ر فاشلة... الاسيود  
سهيلة
- رسالة ندم... شغف الين
- انثى تحت وصايا... تلفوفة  
عائشة

- رممي قلبك...رحمة شيماء
- عفتي...مولوج رانية منال
- لا تتباطئي فالدنيا تهون...حاج
- فحصي آية
- أنا علاج لي...فوراد نور الهدى
- فضفضة انثى...مومني سارة
- ومضة عن تقلبات
- الزمن...مرجاجو إسراء
- لي صديقة...كشبار لميس
- لي و لگ...كوثر قهيري
- ضياع مراهقة...عliš فايزة
- عمى القلوب...خيال سلسبيل
- اتق الله في قلبها...حجام حسناء
- حلوتي... روان كمال حامد
- خطاب
- وعيت...لعرب رانيا
- آخر عود... هاجر بن قروق
- ذكريات عابرة...العوطى خولة
- فاطمة الزهراء
- دقة نضج...صارة حنصالي
- الفتاة قدوة المجتمع...شهيناز
- فريد
- الحياة تجارب...تعلوب صفاء
- ادمان قاتل...مريم السليطي
- و لنفسك عليك حقا...مروش
- بشرى
- كوني قوية...برايح ليندة
- انت هو سببي...بوطاس فريال

• براءة ما بعد الطفولة... لعريد  
دهية

• التفكير الايجابي... منال ساعد  
• لا تكن عاطفي ..... لينة شاوي  
• كأنها لم تكن... علواني هاجر  
• كوني ے طفلها لبؤهم... مسلم

ريان

• المراهقة و اختي... سايح عقيلة  
• عَبْرَاتِي... إِلِي ك

ياجوهرة... كوثر زواري أحمد

• تجارب سن المراهقة... كفان

رانيا

• حبك خطينة... مريم بن فيط

• أول خطوة نحو

الانحراف... بلقاضي نسرين

• مسكينة هي... زوايد وداد

• علاقة كاذبة... نتاش أسماء

• خطينة الف ليلة وليلة... بسناني

• ايمان

• هفوة لن تعاد... بالطيب ملاك

• الاميرة المراهقة... شيماء علي

محمد

• الوحدة أجمل... مجد باسم

○ إهداء وخاتمة

## مقدمة للكتاب:

يخاف بعض الناس مما قد يجدونه إن حاولوا تحليل أنفسهم واكتشافها، لكن عليك الزحف إلى جروحك لاكتشاف أين توجد مخاوفك. فبمجرد أن يبدأ النزيف، يمكنك أن تبدأ التطهير يجب ان لا نخاف من تصحيح اخطائنا و لا يجب الخوف م ن جهرها فلربما ستكون منفعة لغيرنا ؛العظمة ليست في عدم الوقوع في الخط أ فالعظمة الحقيقية تكمن في النصح لعدم الوقوع في نفس الخطأ إنها صعبة ....ولكنها أنفع فأحب الناس لله عز وجل النافعون لغيرهم ....

و في هذا الكتاب سنقدم لكن اخطاء وقعنا فيها و نصائح لعدم الوقوع في نفس الخطأ ..

سنكون معا لنجاح افضل

سنكون معا لطريق صحيح

...

سلاطنة رحمة

## لما أنا ؟

سؤال لطالما كان وجهتي كلما انعكست الأقدار في طريقي  
و انغلقت الأبواب في وجهتي "لم أنا. ..؟" لم أكن أعلم أن هذا  
بسبب ابتعادي عنك يا الله كيف لي أن أنجح و أنا أعصيك و  
أبتعد عن طريقك؟ لقد كنت حمقاء حقا.. كيف لشخص لا  
يصلي و لا يطلب من الله التوفيق أن يكون مميذا و ناجحا؟

....

و ها أنا ذا اليوم أترك كل شئ لكي أصلي.. الحمد لله لقد  
عدت إلى طريقي إنها توبة العشرينات يا لها من توبة ما  
أجملها!

و الغريب من هذا هو أن كل شئ تمنيته بدأ في التحقق رويدا  
رويدا فكيف لي أن أتركك مجددا يا الله؟! حقا نحن أغبياء لا  
نعلم أن الطريق إليك هو الطريق الثابت لنجاحاتنا .. .

إن هناك أشياء أحببتها و تعلق قلبي بها و لكنها كانت بعيدة  
عن طريقك يا الله فأبعدتها عني لكي لا تكسر قلبي.. حقا  
أنا خجلة كيف لي أن ابتعد عنك و أنت تريد الأفضل لي  
\_إياك و ترك الصلاة فهي الطريق المختصر و الثابت لكل نجاح  
نحققه ...

ولا تكونوا كالذين نسوا الله فأنساهم أنفسهم

## سلاطنة رحمة

## رسالة مت

سمعت آخر قدم غادرت ذلك المكان  
فتحت عيني لأجد نفسي محاطة بالظلام كان المكان جد  
ضيق والحركة فيه مستحيلة لم استوعب ما الذي يحدث  
، بعدها أدركت أن الأوان قد فات وقد غادرت الحياة انا الان  
من الأموات  
شعرت بصدمة و الرعب اكتساني كيف سأقابل ربي وانا  
من كانت طول النهار تستمع الى الاغاني من لم ترتدي  
حجابها وتسببت بصغر سنها  
ارتدت كل القمصان بشتى الالوان. واعتبرت أن الحجاب  
ليس إلا تخلف ترتديه الفقيرات  
\_أنا من كانت تصاحب الفتيان و لم تعطي وقتا او أهمية لقراءة  
القرآن

\_كيف سأقابل ربي وانا من كانت عن صلاتها ساهية ولم  
اتوقع ان الحياة الدنيا فانية و اعتبرت أن الموت بعيدة وكنت  
أؤجل صلاتي و اكرر كلمة " سأبدأ غدا " لكن للأسف ها قد  
شاء القدر أن يأخذني عاصية او لنقل كافرة لقول الرسول  
مابين المسلم والكافر إلا ترك الصلاة.

\_ سنوات من حياتي قضيتها في الضياع والحيرة  
وسؤال يراودني في وقت العسر لماذا حياتي بهذا الكم من  
الحزن لكنني لم انتبه انني من الرب كنت بعيدة غرتني  
الدنيا وشهواتها و نسيت واجبي اتجاه الله حتى انني لم

اطلب الهداية و طلبت التوفيق و لم أفكر في أن البعيد عن  
الله بعيد كل البعد عن النجاح

يا الهي اتمنى ان أعود دقيقة واحدة اصلي ركعة و ادعوك ان  
تغفر ولي وتسامحني يا الله غصة في قلبي ، ندم حسرة  
تشتت ، ضياع ، وخوف عما ينتظرنني

أحاسيس امتزجت في ما بينها لتشعرني بالرعب  
اتمنى ان اعود للدنيا اقسم انني لن افعل شيء سوى  
العبادة

ابتسمت و ضحكت بهستيريا عن كمية غياب أهل الدنيا ،  
يتسابقون عن الفوز بالمراتب الاولى، يتقاتلون على الورث  
والمال ، ولا يعلمون ان كل شيء فاني

يا اهل دنيا نصيحة من ميتة ، اقضوا وقتكم في الطاعات  
فهناك مكان احسن من الدنيا للصابرين المسلمين إملئوا  
وقتكم الاستغفار والصلاة والتصدق .



## لن انسى

لن انسى ذلك الشعور يوم تركوني منهاراً و كنت في امس  
الحاجة اليهم .....

أكان التخلي سهلاً و بهذه البساطة

لن انسى تلك الرعشة أبدا...انها رعشة الخذلان و الخوف  
لن انسى آخر كلماتكم لي "يجب ان نرحل «؛» يجب ان تكوني  
قوية لوحدك "

هل اخبركم سرا ها انا اليوم أقوى و هذا بفضلكم لقد كسرت  
حواجز الخوف بعد رحيلكم و استفقت و وعدت نفسي ان اكون  
أقوى

ان اكون ناجحة و دون تراجع فكللماتكم كانت تعطيني قوة  
بنفس مقدار حقدتي عليكم لأعود كما كنت كلما اقتربت من  
السقوط

-ان في الحياة أشخاصا مهما تعلقنا بهم سيرحلون لكنهم  
سيزرعون فينا حقدا و سيقابله نجاحا لا تيأس مهما كان  
ابهرهم بنجاحك

## سلاطنة رحمة

## الانتحار جريمة ...

لقد قطعت سرايين يدي بعد منتصف الليل و الجميع نيام...  
نزيف حتى الصباح ها قد أتت أمي لتوقظني.. مسكينة لم  
تعلم أنني لم أحب العالم الذي تعيش فيه. .  
فصعقتها الدماء في فراشي.. صاحت بأعلى صوتها ليأتي أبي و  
يرى ابنته المدللة في تلك الحالة المخيفة لم أصل إلى المشفى  
إلا بعد فوات الأوان

ها أنا أواجه الموت لوحدي لا أم ولا أب ولا أخ ولا صديقة.. فقط أنا  
و هو و أعمالى القبر بمثابة حلبة المصارعة التي جمعتني و  
الموت إنه حفرة مظلمة باردة و موحشة فكرت في حالة أمي و  
أبي كيف مشهدهم الآن لطالما أخبروني أن المنزل موحش من  
دوني أخي لقد كنت سنده دائما كيف سيكمل حياته ...

أريد العودة إلى الديار ، لم أكن من المصلين ولا من حفظة القرآن  
و مرتليه لقد كنت بعيدة عنك دائما يا الله

أشم رائحة مقززة جدا إنها رائحة بدني الذي لطالما ألفتها بأغلى  
و أجود العطور هذا كان مشهدا من حلمي لا أظنه حلماً.. إنه

إنذار من ربي لأعود إلى طريقه ...

-اياك و ان تترك نفسك لعبة قدر و تكون ضحية للانتحار فالحرام  
يظل حرام مهما ضاقت بك الظروف

## سلاطنة رحمة

## سحنة الماضي...

باسم البراءة تحدثت عن وجع قلبها كيف تألمت عن أوجاع  
باتت تخفيها فكيف يا ترى أصبحت تؤذيه عاشت مواقف بقدر  
ما يكفيها عن تجاهل ما الممكن أن يأتيه ا حل فصل الخريف  
على قلبها سجت نفسها و ابتعدت عن محيطها حزنتم كثيرا و  
لم تدر ما الذي حل بها كانت مفاجأة أليمة قاسية بالنسبة له ا  
اختفت عن الأنظار ظنا أن هذا يريجه ا نعم بحثت عن ما يفيدها  
و يسعده ا بحثت عن ما يكسرهما فاعتزلت ما يؤذيه ا حل مجددا  
فصل الربيع عليها تجملت و قابلت الجميع بابتسامته ا لأنها  
قاومت ضعفها و أظهرت قوتها فهي فتاة ظلمت نفسها و لكن  
الآن أصبح لا شيء يغربها فهتمت ماهي الحياة التي تعيشها  
وكيف هي الناس التي تحيطه ا فتقول في آخر كلماتها لا شيء  
يستحق حزنك، فأنت أميرة نفسها

## طايط نور الهدى

## لقد رحل

ويلاً من يوم بكت فيه السماء دمعاً فحزنت الشمس  
وغاب القمر، فنطفأت الأنوار و عما الظلام وإنشق  
صدري من القهر، بداية بائسة غياب مؤلم رحيل مر،  
بدأت فيه صراعا مع انطفاء ذاتي، صراخ بداخلي يمزقني

إربا إربا، أريد أن أفقد وعيي لعله عند استيقاظي  
أجدني عشت كابوسا لا أكثر .

كان البيت حزينا، ضائعا، كئيبا، تقدمت والخوف يأكل جسدي  
وضعت يدي على صدره ونظراته البريئة ترمقني، كانت اسوء  
لحظات حياتي، و أكثرها ثقلا على قلبي.

من أصعب الامور، التي تمر على إنسان هو فقدان من  
كان له سندا عونا و الهاما، إنشق الحزن بداخلي وانا انظر  
إلى ابي، انظر اليه و الشغف يأكل بصيرتي، احكمت قبضتي  
على راحت يده اتحسس برودة اطرافه، فأضع رأسي على  
صدره ، و استنشق عبق رائحته العطرة التي تأتي أن  
تفارقني، وانا هكذا حتى شهق شهقة الموت في حضني  
، ولم يعاني قط في لحظة خروج روحه كان الأمر لينا هينا  
عليه، ومرعبا مفرعا علينا، طبعت قبلة الوداع على جبينه،  
وانا انتظر لربما ابي يمسح على شعري كعادته ، حاولت  
الصمود عدم البكاء الهروب عن الواقع لكن دون جدوى ، في  
هذه اللحظات لا شيء يخفف عني مرارة الحقيقة ، انكسرت  
قوتي وشموخي، اتعبني الشوق و ذبحني فراقك يا ابي  
تلبسني لباس اليت م في صغري، فأي كلمة تصف شعوري

### شيماء يومحرية

## شغف حواء

أريد ان انسى طفلة صغيرة فتاة حالمة وأخيرا انتهى بي كمريضة نفسية هذا هو عنوان شخصيتي بداخلي الكثير من الشخصيات المتناثرة ليس تعدد وجوه او انفصام شخصية ولكن أحيانا أشعر لأنني امرأة قوية ناضجة الفكر وأحيانا فتاة مراهقة اتوق شوقا لرومانسية فلا اتردد وأعيشها كحالة في مخيلتي من خلال مقطع أغنية تركية حزينة او فيلم رومانية او قصيدة لنزار قباني وأحيانا أشعر لأنني طفلة تحب اللعب مع الاطفال حتى انني اعتلي الارجوحة معهم وأحيانا امرأة عجوز قلبها مليء باليأس تنتظر قطعة من تراب ومن كل تلك الفترات التي مررت بها والتي طغت على فتاة حالمة فترة المراهقة وانا في مقتبل عمري تمنيت لو كنت مريضة ذلك اليوم أو ان استيقظ متأخرة تمنيت ان اقنع نفسي ولو بحجة صغيرة .. استيقظت كسائر الأيام الماضية ذاهبة الى الجامعة عقلي مليء بالافكار المتصارعة اذا بنسمة من الهواء المنعش تضرب أطراف شعري الحريري وفي تلك اللحظة وكأن الزمن توقف في وانا ارى عينان تسير في الصباح شابة وسيم لكن حقا امنة من ذلك الوقت بالحب من اول نظرة ليس لوسامته بل بقلبي الذي تشبث بعيناه التي اسرتني ومن ذلك الوقت اصبحت انهض باكرا فقط لأراه ذاهبا الى عمله لقد ادمنته حتى انني نسيت كل شئ ظنا مني ان الحياة هو والعائلة هو كأنني صرت مغمضة العينين ناسية أن لي عائلة نهتم لأمرى والديا اللذين ينتظران ان يروني بلباس التخرج اذا بي استيقظ من ذلك السبات العميق الى واقع ان احلام أمي وابي هي احلامي لقد مضى على ذلك ثلاث سنوات وإذ بالفتاة المراهقة تتخرج محققة احلام لطالما راودتها

-لا تيأسي يا عزيزتي مهما كلف الامر فالأحلام ستتحقق مهما طال انتظاره

رجم منال

## عدني الا تستسلم...

رأيتَه يغطّ في نوم عميق ، وابتسامة منكسرة ترسمها شفثاه  
أظنّ أنه كان في العاشرة من العمر ، نومه عميق جداً  
وتلك الانفعالات البادية على محيائه تدلّ على أنه يرى حلماً  
جميلاً ، ربما يحلم أنه نائم في فراش ناعم وسط غرفة جميلة  
مع عائلته في بيت ملائم للعيش ، بدل أن يكون نائماً على  
عتبة إحدى الأسواق الشعبيّة ، مرتدياً ملابس متسخة بغبار  
الكدّ والاجتهاد ، منتعلاً حذاءً يروي ما عاناه هذا الطفل من حرّ  
الصيف وبرد الشتاء ، رأيتَه متمسّكاً بكيس صغير به بعض  
الخضروات ، سألت صديقتي عن أمره ، فأجابت والحزن قد خيم  
على نبرات صوتها : « لقد توفيّ والده منذ سنة وبقيت أمّه  
وأخواته الأربعة دون معيل ، فقرّر هذا البطل أن يحلّ محلّ أبيه  
ويعيل عائلته ، يذهب للدراسة صباحاً ويبدأ العمل بعد منتصف  
النهار »

عار علينا ، تباً لنا جميعاً ، عندما يقرّر طفل أن يصبح معيلاً لأسرة  
كاملة يدرس صباحاً ويعمل مساءً أليست هذه فضيحة تخجل  
منها الانسانية ، نم يا صغيري قرير العين مرتاح البال ، فأملكّ تفخر  
بانجابك ونحن نشهد أنك رجل في زمن قلّ فيه الرجال ،  
ستستفيق من نومك والنّ ضجّ يملأ روحك ، ستستفيق ورائحة  
الرجولة تفوح منك ، ستستفيق والضّجيج يملأ الدّنيا حولك لكنك  
ستجد نفسك وحيداً ، ستستفيق وتعي أنك تعيش في مجتمع  
يحكمه اللصوص ، شبابه طائش... عموماً سكّانه خلعوا رداء  
الانسانية ، لن أخدعك يا صغيري وأحكى لك عن عالمنا وكأنّه  
عال م ديزني ، لن أصورّ لك واقعنا و كأنّه حياة وردية ، سأخبرك  
الحقيقة : لقد ماتت الإنسانية يوم موت رسولنا (صلى الله عليه

وسلم) مات الضمير يوم مات الصديق ، مات العدل مع موت عمر ، أما الأمان فقد دفن مع والدك ، صدقني أيها الصغير نحن مجموعة من الوحوش البشرية تؤمن بمبدأ القاء للأقوى ، نحن المجرمون والسارقون والخونة ، نحن بشر تجردنا من بشريتنا واخترنا الأسود لونا لقلوبنا ، لكنك أظهر وأجلّ منا ، أنت أقدس من أن تعيش بيننا أو تحاكي أمثالنا ، عدني أيها البطل الشجاع أنك ستبقى مثلما أنت ، عدني أنك ستكون النقطة البيضاء في صفحة العالم السوداء ، عدني أنك ستصبر تقاوم تكافح مهما حدث ستكون ناجح ، عدني أنك لن تؤمن بما سيقولون عنك ليثنوك عن مواصلة تقدّمك ، عدني أنك بمبادئك ستتمسك وعائلتك ألا تترك ، عدني ألا تستسلم

## فدوى رمال

### احسب تويتي

ها انا ذا يا سادة...

بينما انا في غفلتي اذنبت عديدا من المرأة عصيت ومن خمري حسيت ومن سجائري انطفئت ومن مخدرات غشيت ومن الملاهي اختمرت وعن سرقاتي أكلت ومن مضجرة الاجساد الاخرى اذنبت ومن لعبي بقلوب النساء وبشرفهم احببت كنت لا اعني ماذا افعل كنت فقط اريد ان اطفأ الشهوة بداخلي انا ومن المحرمات اكثر لم اكن ابالي.....

لم يفت يوما ولم اعص فيه الله...

وفي إحدى الليالي وبينما انا عائد الى البيت مخمول اذ دخلت المسجد عن طريق الخطأ.. .

- لم يكن عن طريق الخطأ وكأن شيئا ما بداخلي اجبرني على الدخول شيئا ملاكيا ربما...

المهم... نمت داخله اصوات تتعالى ( ترتيل القرآن ) في  
الارجاء ارتحت عند سماعها أنا وبنومي اغرقت لم انم من  
قبل بهذه الراحة ..

افقت الصبح والى بيتي ذهبت ...

ظلت تلك الليلة في رأسي أنا ويوم بعد يوم حتى استرجعت  
نقاء وطهارة نفسي وأنرت عقلي من ظلماته واطمئن قلبي...

كنت شبيه بجسد دون روح كأنني كنت تحت التراب الى ان  
دعوت الله التوبة حين رنت في أذني تلك الآية لقوله جل  
جلاله: " وإذا سألت عبادي عني فإني قريب اجيب دعوة الداع  
إذا دعان فليستجيبوا لي وليؤمنوا بي لعلهم يرشدون

(١٨٦)، افقت من غفلتي التي تملكها أعمالى التافهة التي  
لطالما اعتقدت ان فيها متعة... مع الاسف

غمرتني فرحة بتوبتي وكأنني ملكت الدنيا كلها لا بل لو ملكت  
كل مافي الدنيا لكانت علامات القلق بادية على وجهي وأصادف  
التوتر مرات كثيرة في حياتي ، نعم الراحة التي شعرت بها هي  
سبب توبتي

الله أعظم من كل شيء فلنترك ملذات الدنيا ونهتم بما سننال  
من لذة النظر الى وجه الخالق جل جلاله إن كنا من المؤمنين  
الصالحين يوم نبعثون.. .

اللهم ارزقنا قبل الموت توبة.. وعند الموت شهادة.. وبعد الموت  
جنة ....

**كشيار لميس**



## أمي...

واعترف اني مقصرا ...انا عندما كنت انام .  
كنت تباتين الليل ساهرا .. تدبرين اكلي وجوعي...  
واذا مرضت كنت الكافلا... ويحاه!  
كم انا مقصرا ... كنت انام ولا ابالي ...  
وفي اعتقادي ان السعادة في دنيا...  
والسعادة ان تي... تضيئين في البيت ...  
كقابس قنديلا ... ويحاه كم كنت مقصرا  
والف جرح من العالم وجلاد الحياة...  
وتبتسمين... تضيئين علي دنيا املا ...  
واني اشهد بعد مقام الصالحين مكانك...  
من اعطاك الجنة... قد عرف شأنك...  
ويحاه ان كنت مقصرا .. لو سحبت كلام الغضب من فمي...  
واطلت المدح فيك...  
واحبتك اكثر... لعانقتي السعادة اكثر...  
ولو خففت عنك من بعض تعبك...  
لازال الله تعبي كله... ويحاه كم انا مقصر؟  
وكم اخشى ان يسرقك القدر مني ...  
وانا لم ارد لك فضلگ ... وعطاءك ...  
وكل كلمة منك.. انا كنت اذا سلمت لدني ا رأيت وتأملت  
صبرك زادتنني قوة ....

وحلمك... وتخليك عن كل شيء في سبيل سعادتنا ...  
ملاگ في هيئة إنسان  
ما اجملگ يا امي

### خوشان جملة

### هذه أنا

يوما ما ستنتهي كل الجروح كل الآلام وكل المبادئ  
اللينة...يوما سيتحقق كل مستحيل سيتحقق كل حلم كان  
بالامس مجرد تفكير...يوما ما سأحطم العوائق سأكسر  
الحواجز...انا قوية وأستطيع سأفعلها سأفعلها سأفعلها...حتما  
أستطيع لن أترك مجرد عقل بشري لم يؤمن بالطاقة الداخلية  
للإنسان ان يمنعني وان يقف حاجز امامي..غبية انا اذا تركته  
ينتصر علي...انسيتي!!! لقد دمروك مرارا وتكرارا.. حولوك  
لغات..اصبحت شبيهة بحصى التراب كل من يأتي يدوس عليك  
ويذهب...سأفعلها حتما سأفعلها يوما ما...انسيتي ان طريق  
الالف ميل يبدأ بالصفير..انسيتي انه لا يأس مع الحياة..وان كان  
الكل ضد نجاحي لن أبالي...نعم لا يوجد من يشجعني لا يوجد  
من يقولها(انت تستطيعين) همه الكل ضدي..يوما ما  
سيلاحقني من كان بالامس يهرب مني فقط لأحتويه..يوما ما  
سيقول الجميع كانت على حق فعلتها لقد استطاعت...ليت  
الجميع يشبهها..مثابرة طموحة مجاهدة ومجتهدة...ذات ارادة  
لا تتخلى عن حلمها..نعم ارادتي ستهزمكم جميعا...لن  
تشجعوني لا مشكلة سأشجع نفسي..لكن عندما اقف امام  
العالم لأقول كلمتي لا تنتظروا مني حرفا واحدا لأشكركم  
فيه..دخلتم معي في حرب..تريدون ان تتحدون..اذا قبلت  
التحدي لكن ترقبوا خسارتكم..سلاحكم ماذا؟؟ الثقة الزائدة

في انفسكم!!...لكن سلاحى العزيمة والصبر...اعيش في  
بيئتكم لكن لست مثلكم..ايجابية ذات تفكير غير محدود. محبة  
للحياة أسعى وأسعى ولا

اكتفى..فضولية احب السؤال..سأدرس سأنتصر سأتغلب  
سأنجح..نعم سأفعلها لن استسلم..لن اخذل نفسي مجددا من  
اليوم فصاعدا نفسي ثم نفسي ثم نفسي ثم لا أحد. يوما ما  
سأحقق كل حلم قلته فضحكوا ضانين بأنها مزحة...من الآن  
فصاعدا لن انطق بحلم واحد لي لن اتحدث عنه امام الوحوش  
البشرية...سأتجرد من قلبي سأفكر بعقلي فحسب. لن اقبل ان  
يخذلني احد مجددا. سأحقق سعادتي بنفسى لا احتاج  
لاحد...تبا للجميع... يوما ما سأفعلها سأفعلها وستشهد الايام  
اننى استطعت وحققتها. اجل هذه انا..

ختاما عزيزتي كل مر سيمر لا تفزعي من اوقات الضيق  
والحزن فهي حتما بداية لإشراقة جديدة بتفكير جديد  
جاهدي كوني مثابرة.. لتكوني انت لاتشبه تفاصيلك اللطيفة  
سوى الورد ..

**هاجر سى**

## تولد الأحلام من رحم المعاني

لا تَحَسَبَنَّ أن هذا التغيير الذي طرأ على حياتي قد حدث بين ليلة وضحاها ولا تَحَسَبَنَّ أنه حدث فجأة ، ليس الأمر كذلك ، بل التغيير حصل نتيجة أيام وشهور بل وأعوام من الصبر والعمل الجاد للوصول إلى هذا المقام ، ولا بأس أن أطلعكم عن قصتي و كيف أنني تغيرت من فتاة لا هدف لها في الحياة ، إلى فتاة قوية ناجحة تسعى وراء حلمها وتعمل عليه بكل ما أوتيت من قوة للوصول إلى القمة التي تستحق منا جميعا الكثير من التعب والاجتهاد ، توقفت عن الدراسة لثلاث

سنوات تقريبا لم يكن بيدي لكنه قضاء الله وقدره ، كنت أتساءل لماذا الكل يذهب إلى المدرسة وأنا محبوسة في هذا البيت اللعين ، متى أتحرر وأصبح مثل الأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة وهم في انتظار الوصول إليها بفارغ الصبر لكي ينهلوا من جذور العلم ، بقيت تلك السنوات الثلاث وأنا لا أفعل شيئا أصابني القنوط من الجلوس في البيت ، أصابني الملل من كل شئ فكنت عندما أحاول أن أفتح كتابا لكي أقرأه وأستفيد منه ، أشعر بضيق وضجر فإذا بي أجده قد رقص إلى مكانه ، كنت لا أعطني بنفسني أبدا ، الحبوب ملأت وجهي والأكزيما ملأت يدي ، مرت ثلاث سنوات بحلوها ومرها لكن لم يتغير شيء في حياتي ، في سنة 2019 قررت أن أطرق الباب الأول من أبواب التغيير وهو الرجوع مرة أخرى إلى المدرسة ، كانت فرحتي عارمة عندما سمعت بهذا الخبر ، عدت إلى المدرسة وكأنني طفلة في الخامسة من عمرها حتى القلم لا أستطيع تحريكه ، خطي أصبح سيئا ، أحسست وكأنني أبدا من الصفر ، تعودت على الأجواء والمواد الصعبة التي كانت تُدرّس هناك ، ثابتت حتى حصلت والحمد لله على النقطة الثانية على مستوى المدرسة ، جاء العام الثاني فقررت أن أغير الطريقة التي أدرس بها لأنها ربما لن

تنفعني هذا العام وخاصة أننا كنا ندرس عن بعد وفعلا رسمت خطة أمامي وركضت نحوها ، خططت لسنة 2021 عن دما رأيت فيديوهات تحت على التخطيط فحرّكتُ فيّ حافزا قويا جعلني أحب التخطيط كثيرا ، عدنا إلى مقاعد الدراسة بعد 8 أشهر من الانقطاع، اجتزنا الامتحان الموحد على صعيد مؤسستنا ، حصلت فيها على النقطة الأولى فيه والحمد لله ، بدأت بتعلم اللغة الانجليزية فاستطعت والحمد لله أن أحصل على ترقية من إحدى معاهد اللغات التي درسونا عن بعد بعد تفوقي حصولي على المركز الأول في مستوى المبتدئين، وقد انتصف العام الآن بقي لي أن أعمل جاهدة للامتحان الوطني الذي سيكون في آخر السنة ، ويا للْمفاجأة فقد حصلت والحمد لله على ميزة حسن جدا وكنت الوحيدة الحاصلة على تلك الميزة في قسمي ،جاءت العطلة الصيفية حاملة معها الكثير من الأشياء الجميلة، فقد طورت من نفسي كثيرا، حضرت لدورات وحصلت على شهادات في مجالات متنوعة، قرأت 22 كتابا ، طورت من مهاراتي في الرسم والخط العربي والإلقاء وصرت ألتزم بالآذكار والنوافل ،استمررت في تعلم اللغة الانجليزية، وأنا حاليا أتعلم اللغة الإسبانية، صرت أعتني بنفسي كثيرا ، تعلمت التصميم والمونتاج ، تعلمت أن أطبخ قليلا ،التزمت

بالرياضة التي كنت أمارسها عن عام أو أكثر ، تشرفت بتولي القيادة في أكبر مشروع عربي لصناعة القراء \*أصبوحة 180\* ، قدمت أول دورة تدريبية باسمي وقدمت كذلك مسابقات وتحديات جميلة في إحدى المجموعات، بينما درست القرآن في مجموعة أخرى وها انا اذا أتلمس خطوات الكتابة التي صرت أحبها بعد كرهني لأستاذ التعبير الذي كان يحثنا على كتابة موضوع إنشائي ، من هذا المنبر سامحني يا أستاذ على النقاط السيئة التي كنت أحصل عليها والقادم اجمل إن شاء الله.

## العبرة المستفادة من التجربة:

\_ انهض واترك عنك الكسل ،انطلق نحو التغيير مهما كانت الظروف المحيطة بك، امض في تحقيق حلمك ولا تستمع لكلام المحبطين لأنهم فاشلون في ذواتهم ويريدون أن تصير فاشلا مثلهم. انهض الآن قبل الغد وانفض عنك غبار الكسل واليأس لأنها الأحلام غالبا تولد من رحم المعاناة .

## رقية لجليقي

## خطايا الذنوب

اخذتني خطايا من صمت الوصال...الى زيف النور مصحوب  
بكومات خطى امرها طال...ما على ظني آخرها ذنوب طيش  
الصغر فقط حب للمال....ومتاع الدنيا في الحر يذوب كان لباس  
فقط ستر الاطفال...وعقلي على جسدي قدر محسوب وصلاتي  
جوع فراغ للحال....تشكي فيض اليأس المكتوب حبي للنوم  
قطع الآمال....على انغامه يرقص موهوب مهما لقيت من الدنيا  
زال...عن حسناتي ضوء محجوب وحجابي مني ما نال...وبقى  
قلبي عني معتوب لم انصت لوصايا قيل وقال...وتربعت على  
القلب المغضوب ادعوك ربي تحسن حالي....وتثبت خطايا  
بأمر مرغوب وتصعدني لمكان عالي....عند جنانك مع كل  
محبوب

واغفر لي صحبة الجهال ...وما إتبعت من شرر الشعوب  
اللهم احسن خاتمتنا

## هاجر بلعمرانية

## هل هذا مصرى ؟

يحكى في قديم الزمان كانت هناك عائلة صغيرة تتكون من اب وام و ابنة في الطريق عندما ولدت البنت و سميت بليلي كانت امها قد فارقت الحياة بعد وضع حملها كان اب ليلي يعتني بها كثيرا لقد قام بعمل الاب و الام الحنونان في نفس لوقت لقد اعتنى بها حتى اصبحت شابة جميلة و فكر الاب ان يتزوج لان الابنة اصبحت تحتاج الى امرأة تفهمها اكثر تزوج الاب وكانت ليلي سعيدة بزواج ابيها وكانت زوجة الاب تحب ليلي كثيرا كأنها ابنتها وتعتني بها حدث مرة ان وقع للأب اجتماع وذهب وترك ليلي وزوجته وقال الاب اعتني بابنتي انها أمانتك الى ان اعود مرت الايام و اعتنت الزوجة بليلي و في يوم من الايام اتاهم نبأ وفاة الاب وقد اصيب بسكتة قلبيه مسكينة ليلي توفي ابيها وتركها وكانت ليلي تحب رسم ذات يوم استيقظت صباح على زقزقة العصافير وقامت رتبت مكانها وغسلت وجهها وتوضأت وقامت بصلاة دعت ليلي الله ان يرحم والديها ويحفظ لها زوجة ابيها والتي كانت تدعى خديجة فذهبت ليلي الى خديجة لتساعدها وجدتها حضرت لها الذ فطور صباح اكلت ليلي حمدت الله على نعمة وقالت لخديجة: امي انا في غرفة الرسم تأثرت خديجة وقال ت حاضري بنيتي هل تعلمون ماذا فعلت ليلي رسمت ابيها و احضرت صورة لأمها ورسمتها ورسمت خديجة وقالت امي اغمضي عينيك ووضعت لها صورة امامها وقالت ما رأيك قالت خديجة اه انتي تبدين الرسم هل يمكنك ان ترسمي لي زهرة قالت ليلي بطبع ورسمتها لها وعاشت ليلي حياة سعيدة مع خديجة اختاروا الأفضل للوالدين اياكم و عصيانهم او ان تغضبوهم كونوا احسن عون لهم فالموت وحش و يمكن أن يخطفهم منكم

### قوادير أحلام

## حكاية غدرٍ فاشلة...

يحكى أنني سكنت الأرض الجديدة فشهدت فيها تعدد الوجوه وتنوع القلوب بين الابيض والأسود ما جعل الأنسان يفقد إنسانيته ذاك نتيجة الصراع القائم لمن سيعلى ويحتل القمة ليحكم غير مبالي بمجموعة الانكسارات التي خلفها ورائه وكان سبباً فيها متسلقا لكومة الاجساد التي قد حطمها ليحظى بما يسمى "الشعبية"

"

فنحن معشر البشر صحيح قد خلقنا في خلية يطلق عليها بالمجتمع لكن في هذه الخلية كان كل شخص فيها يعمل لحسابه ولو كان على حساب الآخرين تحت ما يدعى " بالمصلحة " فكان الفوز للأقوى ، ومن حظي قد كنت الأضعف في حكم الغاب ما جعل كل من في الخلية ينهش مني بل ويحاول الصعود من خلالي كأن لاوجود لي ، وقد ألمني حقا انقلابهم عني بنظراتهم تلك الدنيا تحت سيادة المظاهر والخلفية وتعاملاتهم السطحية. فرغم أنني كنت فتاة بسيطة طفولية ، أبتسم وقت الفرح وابتسم حين حزني أبتسم بكل من مر بي أقرأ الخير في كل شخص أقابله ، فحقا كنت اتصرف بعفوية بما أنا عليه فقد كنت أنا بشخصيتي بسذاجتي بتصرفاتي اليافعة الجريئة لم أزيف شيء مني محاولة أن أسعد من حولي وأخلص في تعاملتي معهم ، ومالني قد نلت غير السخرية لما أنا عليه .

فحين محاولاتي توطيد العلاقات وتكوين الصداقات ألتقيت بمن أدعت صداقتي فبعد أن قدمت لها محبتي على طبق صفاء



نيتي كانت تحفر ما وراء ظهري ، لقد طلبت المساعدة ولبيت نداءها ما جعلها تحاول تسلق محبتي لتطعن موضع ما قدمت لها باترت لليد التي حاولت مساعدتها ، لقد سببت لي الاذية من اجل أن تنل رضا شخص آخر ،وهنا قد تقولون أن غدر الحياة صعب لكن أقول لكم الأصعب وأشد هو غدر الأشخاص الذين قد توقعتم منهم يوماً خيراً . فلقد طعنتي من لم انتظر منها الخيانة اشد الطعنات إيلاماً، ورغم إدراكها لخطئها لم تتأسف لي أبدا بل زادت فركاً على لجرح ليزداد نزفه بكلامها الوقح الغير مبالي ، وما مرت غير أيام قلال فما كانا إلا أن انفصلا لتجد نفس الشخص قد قام بخيانتها بل وأكثر لقد أصبح ما بينهما غير عداوة بئسة يستشيط كل منهما كره وغضب كل ما ذكر أسم احدهما الآخر وهكذا لم تدم العلاقات التي بنيت على الخداع والسطحية بل وفقدت إثرها ما كان جوهرياً لا يعوض أبدا ، قد فقدت روابطها وذلك لما تحلت به من أنانية لتبقى خائبة وحيدة لا علاقات تربطها أو تسعدها، وبينما أنا التي كنت المتضررة من الطرفين إلا أن أصبحت أعز أصدقائهم ، لقد كسبت انا وخسرا هوما في صراعهم الزائف معي رغم أنني لم أفعل شيء سوى مواصلة ما أنا عليه .

فالحياة يا أعزائي إلا أرض خصبة إذا زرعتم شيءً جميلاً سيقابلكم بما هو جميل بل وأجمل مما زرعتم لكن إذا خربتم فقطتم ما هو جميلاً فلا تلوموا ما اقترفت يداكم ستحصدون في النهاية كل ما تزرعون وترد إليكم أعمالكم كل حسب عمله فإذا ا قمت بغرس لخير ومحامدها من خصال ستجد سبلك مكللاً به ستسعد حقاً بما ستجد ، لكن إذا قمت عكس ذلك وغرست كرة وخداع وماجورها من خصالاً بئسة ستحرق ما حولك لتجد نفسك وحيداً يوم الحصاد هائماً هنا وهناك بين أنقاض ما خلفت يداك ، فأحسنوا سلك سبلكم لكي تسعدوا وتسعدوا .

## الاسود سهلة

## رسالة ندامة

قصدت المكان الذي كان حلمي الوصول إليه وها أنا حققت حلمي وأنا اليوم أقف أمامه ، هذا المكان غريب بعض الشيء لكن غرابته زادت من الإلتحاق إليه .

تقدمت بالدخول إليه وأخطط إلى مستقبل مجهول لا تعتبر بدايته هنا ، هذا مكان للعقول الراقية ولكنك تجد فيه الارتقاء ،التخلف ،الاحتفاظ ،القيود ...

أحببت أن أطلق عليه اسم الغرابة رأيت فيها الكثير ولكني سوف أحدثكم عن الشباب والبنات الذين يتواعدون سرا ،سوف أحدثكم عن فتاة واحدة وهي التي أوقعتها الحياة هنا هي :ليتها تعود بي الايام إلى الورا فلا أفعل ما فعلته وقتاه لا أضع نفسي على المحك ،و أفكر بعقلي وأما قلبي سوف أسجنه ،ياليتني لم أفعل تدل على ندمي ولكن الندم لا يفيد ،دمرت نفسي بيدي ولم أكن أعلم. نعم إنها أنا التي حطمت نفسها ودمرتها كليا .

هي :أقص عليكم قصتي خذو منها العبرة أنا الطفلة المدللة التي كبرت وسط الدلال أنا التي أخذتني زينة الحياة وحطمت أمالي في ذلك اليوم و في فترة من فترات حياتي إتبعنا الدنيا ولم أعيش لنفسي في وقتها رأيت أشباهي في العمر يعيشون الحرام ولم يبالوا وأنا ماذا عني .؟ عقلي يفكر من خلطة أصحاب السوء استهتر وأخذني المكان إلى الاحلام .

كنت في19من عمري كان عامي الأول فيها تقدم لي شاب طلب مني أن نصبح أصدقاء ولم تقتصر على صداقة بل تجرأت وأصبحت علاقة غير شرعية لقد قبلت ولم أبالي بذلك والرفض لم يتقدم إلى ساحتي في ذلك الوقت فكرت بعيني التي ترى

أشباهي في العمر يفعلون هذا. ولم أصحو من غفلتي إلا في ليلة رأيت حلم أنقض نفسي من الأخطاء وأوقف عهد بنيتي أنا بنفسي ومن ليلتها أعلنت عهد التزامي بما أمرنا به الله ورسولنا الكريم عليه الصلاة والسلام.

ولكني قد أخطت خطأ لا أستطيع غفرانه لي نفسي . خنت والدايا ، خنت أخي . خنت نفسي . خنت تربيتي . خنت حياتي بمعنى الكلمة وكل هذا لم أفكر فيه في ذلك الوقت. لكن الحمد لله على صحوتي .

وفي الأخير أقدم إليكم نصيحة لاتتسرعن إلى عيش الحياة واقتصروا وقتكم في تثقيف نفسكم دينيا ولا تواعدون الشباب سرا قرب العباد ذكر في كتابه لاتواعدهن سرا .  
أتمنى أن تكون وصلة رسالتي

**شغف البن**

## أنثى تحت وصايا

تكبرُ كل أنثى وسط وصايا و تقاليد تكون سلم بناء شخصيتها، تحفى بوصايا الأم و الأب في كل خطوة تخطيها.. هاته هي عناوين أيامي المتكررة كانت تلقى عليّ كإسمي كنت صغيرة لم أسمع للوصايا كنت كالأطرش عند ترديديها أضجر عندما أضع رأسي على الوسادة و بين ثانية و أخرى أتذكر أن في صباح الغد أسمع نفس الكلام لكن لم أعلم أن الحياة خبات يوما كغير الأيام تكرر وصية من تلك الوصايا دون كلام و ليست قائلة من أبي أو أمي..صرت فتاة شابة و عنادي للوصايا لم يأبى الإتساع في طيات الرضا نسيت كلمة "الثقة من غير الأم كالعدم" و يا ما رُددت مرارا و تكرارا على ملامحي لم أتذكرها إلى حين مروري بمكان الخيبة و كانت أول دروس الحياة، حملت بعد هاته الخيبة كل عسر و أن ليس لي ذنب مررت بمتاعب غيري كنت ألوم نفسي بالدقيقة و الثانية تعثرت بنسيانها تاق دمعي للحالة التي كتبتها بيدي و الطريق المرير الذي سرت في ظلامه بين ضجيج أفكارى أمسكت بيدي يد رائجتها نقية و حنانها يلمح في الخفاء نعم هي يد أمي ..قالت لي كلمات غير الذي كانت تردده لي:هذا ما خشيته و هذا سبب ترديدي لتلك الوصايا لم أرد أن أرى الخيبة بين ثنايا روحك لكن لا يمكننا تغيير ما جرى سوى جعلها درس و تجربة علمتك و أيقظتك من غفلتك .

نصيحتي لكي يا قارئة يا طيبة الأنفاس يا رحيق بيت علا إسمك في زواياه اجعلي ثقتك كالكتاب المخبئ و من غير التي أنجبتك لا أحد يحبك كحبها و لا أحد يصادقك كصدقها.

## تلفوفة عائشة

## رممي قلبك

وكأنك لم تكن..

كأنني لم أعرفك يوما ولم أتحدث إليك قط!  
سأنساك لأنك مجرد شخص عابر وما أكثر العابرين في  
حياتي. .

سيهون عليّ فقدانك لأنني تقبلت فراقك فالخير  
فيما اختاره الله سأعيدك غريبا كما كنت لأنك لا  
تستحق قربي

طرقت أبواب السعادة المؤصدة فأبت أن تدخلني لأتعمم بها  
طرقت أبواب الحزن فاستقبلتني بدفيء وحب وكأنها تخبرني  
انها ملجئي الوحيد استشعرت الالم بين طياتها لكنها احكمت  
قبضتها علي وأغرقتني!

لم يكن الخذلان الاول في حياتي خذلني العابرون مثلك ولم  
اتعلم البتة...

لازمت عالمي واعتزلت الناس كي ألملم حبات الزجاج المهشم  
الذي خلفه فراقك.

استقرئت بعالمي الخاص عالم لا وجود للمرء فيه غيري أنا و  
شئات من قلبي. ..

أدمنت الكتابة ووجدت فيها دواء روحي والمسكن بعدك والملجأ  
حاولت الصمود بخربشات لا متناهية بعثرات الاوراق في كل  
شبر من ثنانيا غرفتي الكئيبة ، أفكاري تعتربها حروف من ظلام  
الليالي الحالكة ، إنه حال كل عاشقة. و بدون مقدمات تراحمت  
العتبات .. أتستحق روحك البريئة المحرق يا غالية ؟ أتستحق

الغرق في براكين الحب؟! يأتيك حديث عقلك بنبرة ساخرة"  
أنت من راهنتي على مشاعرك"

اه يكفي عتابا يكفي قهرا أحتاجك أيها النسيان .

صراعات لا متناهية بين العقل و القلب..

هويت أرضا وخصلات شعري تغطي وجهي الشاحب ،  
هالات سوداء تحيط مقلتي ، إنني أرتجف!

شعاع من الضياء المستمد من الأفق سطع من بعيد  
أحسست أن شيئا لامسني بلطف وربت على قلبي  
ليطمئنني.

همس في أذني يحثني على الوقوف

ترجلت وتركت خيباتي التي كنت اجرها وتثقلني كالقيود .

عزمت الخروج من سجن الخيال الذي بنيته بمحض إرادتي.

الحب حلال

؟ نعم هو

كذلك!

الحرام ان تواعديه سرا وتكسري ظهر من تكبد لأجلك عناء  
الدنيا ومشاقها.

لا يصح أن نقول عن الحب حراما!

الحب الحقيقي يبدأ بخطبة ويكلل بدفتر عائلي هذا المعنى  
الأصح له.

لا يغرّك أختي كلام البعض ف للحلال طعم اخر.

في هذه الحياة لكل شيء ثمن و ثمن قلبي هو اللؤلؤ و  
المرجان و نعيمهم.

أتوق بلمسة بلهفة الماضي قدما دون الرجوع إلى ماضي

خلفته أناملتي ، أعيش حاضري بكل إيجابية " للسعي  
وراء تحقيق أحلامي و الكثير الكثير بانتظاري. "

حملت بيميني لملمات قلبي و أيقنت أنني في دقيقتي فتاة  
قوية لا تهزمني الحياة ولا حتى أنت فأصبحت لأمثالك و انا  
لنفسي.

أهدي تحية بحروف من ذهب لمن علمني صفحة من صفحات  
الحياة فلن أستسلم .

## رخمة شيماء

### عفتي

قصتي مع الحجاب الشرعي  
لماذا نرى تلك الاخرى داخل كيس اسود لا تعرف اين عينيها من  
شعرها؟.. لماذا تلك حالها كالرجال بسروال ضيق يُظهر تفاصيل  
انوثتها؟.. لماذا تلك تتحمل الحرارة وبينما تلك لا؟ .. لماذا تلك  
تخفي جمالها ومفاتنها بينما تلك عكسها؟ .. لماذا ولماذا كانت  
حولي كل هاته الاسئلة عندما كنت لازلت طفلة صغيرة.. ذهبت  
الى امي لتزيل عني كل هذا الغموض لعلي اجد اجوبة على  
اسئلتني.. عانقة أمي وقلت لها: عندي سؤال يا أماه  
قالت: ما بك صغيرتي نعم اسألني  
أجبتها: أمي لماذا انت والآخرى ترتدين ذلك الكيس الاسود لا  
يظهر منك شيء؟  
ضحكت وقالت: ذلك ليس كيس يا ابنتي ذلك اسمه الحجاب  
الشرعي على أصوله (جلباب مع  
القفاز و ينتهي بالنقاب)....زاد استغرابي ولماذا ترتدونه يا  
أمي؟

أجابتنني وقالت: قال الله عز وجل «وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّبَاعِينَ غَيْرِ أُولِي الْأَرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوْ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَىٰ عَوْرَتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنَ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»

قامت بتفسير لي هذه الآية وفهمت انذاك ان الحجاب الشرعي فرض علينا كما هو كما الصلاة والصيام وهو حفظ للمرأة وعلاج لها من نظرات السامة لشروور الذئاب..ها قد كبرت واصبحت بالغة راشدة اصوم واصلي واطبق كل ما يقوله لي ربي.. واجهت العالم الخارجي بحجاب عادي ذو خمار (بيزو بيزو) للاسف اخذتنني الموضة

احب ارتداء هذا وهذا وظننت ان حجابي لا ينقصه شيء وكنت لا طالما ابحت في الانترنت على آخر صيحات الموضة للمحجبات انذاك كان عمري فقط 15 سنة.. وبعد عام انضممت الى الفيسبوك وكنت اصادف منشورات حول الحجاب الشرعي ولكن اتجاهلها وظني انني لازلت صغيرة دعوني اعيش حياتي (هذا الكلام رسخوه في ذهني المتبرجات الله المستعان)... في احد الايام وضعت قصة (story) صورة ل متبرجة (وضعتها فقط لأنها أعجبتني والله الحمد كانت من بين صديقاتي على الفيسبوك أخت سلفية حفظها الله ورعاها..ردت على قصتي وقالت ماهذا أخية! افريقي من غفلتك!..استغربت من ردها وماذا فعلت وما جريمتي.. قالت هذا لا يجوز وانك قد نشرتي الفتنة وكذا وكذا..احسست بالذنب وانا لست هكذا..ماذا فعلتن بي ايتها المتبرجات الله المستعان..الله المستعان..تقربت من تلك الاخت





ارى تلك الحجابات على الموضة انها السعادة تبا لها بل كانت  
التعاسة لانها كانت تجلب لي السيئات الحمدلله انني تخلصت  
من تلك الحجابات..والان انوي انا وصديقتي ارتداء الجلاب ذو  
قطعة واحدة تعرفنا عليه من خلال معلمة للقرآن لم يكن گ  
باقي الجلابيب فعلا هوو كيس كبير لا نرى عينيها من  
شعرها..

رانية منال مولوج

## "لا تتباطئي فالدنيا تهون"

فتاتي...جميلتي...غاليتي  
هل في يوم من الايام جعلتي من نفسك محققة لعقلك  
وقلبك؟؟!  
اذا كان الجواب بنعم" ما نوع التحقيق؟  
والى اي مدى كانت حلاوته وقساوته ؟  
واذا كان الجواب بلا"  
ما الشيء الذي يجعلك تترددين من  
سؤال نفسك والتحقيق معها؟  
ماذا أفعل أو ماذا فعلت؟ماواجبي أنا..  
..هل أطعت واستطعت؟؟ أم أخطأت  
وتراجعت...  
أنت نعم أنت التي وقعت كلماتي بين راحة كفيك الجميلتين  
أشعر بك، اراك من مكاني هذا حائرة مضطربة الأركان....

قلقة منغمسة في كيان "الحب "

أعلم جيدا بأنك ضائعة تحت شعار «أنا فتاة مراهقة "

اذهبي الآن. وبعيدا عن بصيرة الناس، اتجهي نحو مكان  
يسكنه الهدوء .

ارفعي قلمك بأناملك المرتعشة ودوني معي تحت أسطر  
أسئلتني .

هل تصلين ؟

هل تداومين على الازكار والتهليل

والاستغفار؟ هل أنت راضية عن

نفسك؟

هل استطعت تحقيق أهدافك والوصول إلى

مبتغاك ومرادك؟ هل ترتدين الحجاب؟ ؟

إذا كان أول سؤال جوابه "لا" فأنصحك بالصلاة والله ياسكرتي  
هي نورك ورشدك ومبتغاك ودنياك وآخرتك .

وإذا كان آخر جوابك كذلك ب"لا" فأقول لك كوني عفيفة  
لباسك، لباس طاهر .

أتعلمين يافتاتي بأنك بلباسك الاخضر المرغوب تشبهين  
وقتها إشارة المرور اللافتة للنظر؟؟!!

ابتعدي عن معصية الله

أقسم بالله سيأتي يوم الندامة تأكل أصابعك وتصبح كلمة  
ياليتني أغلب كلماتك .

راجعني نفسك حبيبتني قبل فوات الاوان، فالحب لن يهرب فالله  
وضع قاعدة أخيرة له وسماها بالزواج.

لا تتلهفي لرسائل أحدهم تأت ك بالحب عن ظهر الغيب  
فالذي يحبك لا يدخل ك عن ظهر الغيبات .  
ألم تشتهي روحك بأن ترى نفسك حور عين في الجنة؟ ..  
اعتدلي... ولا تتمايلي كل الميل يا شبيهة الورد والبلسم حب ا  
فيمن خلقك فسواك فعدلك.  
توخي حذرك دائما ضعني في حسابك أن مالم تتوقعي حدوثه  
سيحدث فلا تأتي لأحد بإيمان كاملا والا وقعت في دور الضحية .  
ولا تبوحي بأسرارك.  
كوني أنت كوني أنثى قوية تقية تعرف قدر نفسها  
ترضي ربها ووالديها

### حاج حفصي آية

## انا علاج لي

معلقة بين الواقع و الأحلام بين كوني أنا و ما أتمنى  
أن أكون عليه أنا مرهقة و لدي منزلان شخصيتان و  
حياتان ...

الأولى حياتي الواقعية التي أعيشها بحلوها و مرها بمصائبها و مشقاتها  
... أما الأخرى فهي في مخيلتي إنها عالمي الخاص ينتمي لها فقط من  
اخترته أنا أحداثها خيالية اختلقتها بنفسني ..... أعيش بها كل ما أريده و  
أهرب إليها من واقعي المرير... على ذكر الواقع قد لا يكون سيئا لهذه  
الدرجة ربما أنا كمرهقة تدلت زيادة عن اللزوم ربما تخبطت عبثا ربما  
رأيت أطيفا سيئة تنبعث من أمور جميلة ربما تغاضيت عن الأمور الجمي  
لة عمدا ... الحياة يرافق تستحق التجربة فكل ثانية مختلفة عن الأخرى  
..... ربما أنا اليوم تعيسة لأسعد غدا ربما ما حزننت عليه الآن هو تمهيد  
لانهيار من الفرحة غدا ..... يرافق لا داعي للإكتاب و الانهيارات العصبية...

فقط دع العنان لمخيلتك و أخلق عالما تهرب إليه.. فقط عش مشاعرك بكل حرية لا تلم نفسك حين تخطئ بل صحح أخطائك و لا تخجل منها افتخر بشكلك فهو اختيار ربك و الله جميل يخلق الجمال.... ملامحك اختلاف و كل اختلاف ميزة...المراهقة لا تقتصر على اكتئاب و مغامرات حب فاشلة بل هي مرحلة لا تتكرر تسمح لك باكتشاف من تكون أنت... كيف تشعر ....و كيف تتصرف.. أي هي مدرسة تكونك تجعلك شخصا ناضجا و مختلفا

### قوراد نور الهدى

## " فضفضة أنثى "

كنت أرى الجميع .. يبحث عن الحب والمحبة .. عن الاهتمام.. و الأمان .. عن سند يلجؤون إليه ... وسط كل متاعب الزمان.. و قسوة الأيام .. رحت اغوص بتفكيري في بحور الحب .. إلى أن أتى ذلك اليوم الملعون .. و وقعت في الحب .. أحببت ملامحه ..تفاصيله .. رائحته.. نظراته .. تصرفاته .. كل معالمه .. كان بمثابة النبض .. والقلب ... لقد غرنتني كلماته .. غزله .. عباراته .. حروفه .. كلها أسرتني .. أفرحتني .. أعمتني كل خصلة سيئة لديه.. رحت أحلم.. وأتمنى .. البقاء الأبدى .. والحب الأزلي .. معه .. بادلته بكل ما هو صادق.. صافي و طاهر .. عفيف و شريف ... حتى سلب مني كل ما أملك.. دمر حياتي .. بلا شفقة و لا رحمة دون مبالاة ادعى الحب .. والوفاء، الاخلاص حتى الفناء لكن يا أسفاه .. لقد كان حبه لي

أشبه بحفلة تنكرية حضرتها بوجهي الحقيقي .. حتى نال مني ..  
غدرني ونسى كرمي .. استبدلني وكأني لم أكن ... رمقني  
بابتسامات .. وتركني مقتولة على قيد الحياة .. عندها فقط  
أدركت ان الحب مجرد نزوات .. خاصة عند المراهقات .. يؤدي  
إلى انكسارات .. وانهيارات ... لذا لا تمنح قلبك لمن كان..  
فرما به استهان .. وحبه خان .. .

وأحيانا أقول ان الحب بريء فهم من لوثوه بشياطين أفعالهم .

.....

### سارة مومني

## ومضة عن تقلبات الزمن

جئتكِ اليوم حاملة في جعبتي قصة عن غير القصص ليست  
قصة رومنسية او بولييسية وليست كقصص قبل النوم هي  
حكاية بنت شابة في عمر الزهور ملاك مراهقة لعبت بها  
شياطين وذئاب إنسانية قد سترها الله من كيدهم وما كادوا  
يصنعون بها صحيح أنها لم تجتز ذلك الجرح اللعين بسهولة  
لكن يبقى أهون من ما خطط لها الزمن قد تغير وكيد البشر  
قد زاد والايام باتت لا ترحم والأمان أصبح نادرا في عالمنا هذا  
ذلك ما آمنت به تلك الطفلة حين لعب بها الزمن حين بعث في  
وجهها ذئب طليق لا يرحم وحش بشري أراد تجريدها من  
الحياة عديم إنسانية جعلها تعيش أوهاماً كاذبة أحلاما و  
وعود وردية قد زينها لها وأحسن تقديمها على طبق من ذهب  
استساغت هي طعمه ومشيت خلفه باحثة عن المزيد من  
جرعة السعادة الخيالية حذرها الجميع وحاولوا حمايتها لكنها  
لم تأبه لهم لم تلتفت لأراهم ونصائحهم كانت ترى في ذلك  
الحياة الحقيقة والراحة الأبدية قد نجح الشيطان في غرس

وسوساته فيها لكن أبت الأيام ظلم تلك الفتاة أكثر ،وتجريدها  
من براءتها لتضع في طريقها طرف خيط بداية كشف الكذبة  
فتلتقي بمن أعلمها ما جهلته ورفضت تصديقه

لتدخل في أزمة من الجروح النفسية والإرهاقات  
الجسدية لكن للمرة الثانية تجد في طريقها من يسحب  
يدها نحو الطريق الصواب فيعلمها الصحيح من الخطأ  
ويرشدها إلى مداوي القلوب المرهقة

فتبكي هي حسرة على ما أوشكت أن تحيكة يداها  
وتعتقد العزم على التصحيح من نفسها وإصلاح ما  
أفسدته في حياته لترجع إلى عين الصواب  
آلا وهو القرب من المولى عز وجل وجعل القرآن الكريم و  
السعي نحو الحفاظ على عباداتها أولى اهتماماتها ليجبرها  
الله تعالى خير جبر ويعوضها أحسن تعويض

للتكون بذلك حافظة للكتابه،صائنة لنفسها ،مطبقة لتعاليم  
دينها ويا لكرم الله تعالى الذي مَرَّ نَ عَلَيْهَا بمن يؤنسها  
في دنياها ،ويؤخذ بيدها نحو مرضاة الخالق ،فيما يرضاه  
ويحبه

،ليكون بذلك عوضها عن جرح إستنزف فؤادها وكسرهما  
لذلك خذي العبرة حبيبتي ولا تسلمي قلبك إلا لمن إستحقك  
وتذكري الحرام بين والحلال بين وكل مستساغ لك من حرام  
قد زينه الشيطان حتى يبعدك عن مرضاة الخالق فأحذري  
ذلك حفظك الله ،واسعي جاهدة للنيل كل ما هو حلال وضعي  
نصب عينيك "طريق السعادة في الحلال قد زرع ألغاماً  
وأشواك لتكون نهايته بستان من ورود عطرة تنشر عبقها من

حولك وتبعث بالسكينة في قلبك فأصبري حتى تنالها" رزق  
الله طيب الحلال وباعد بينك وبين كل حرام

### مرحاجو اسراء

### لي صديقة

رفيقتي...

طيبتها و لطافتها اغرتني لمصاحبته... .

وبكلماتها الحلوة ادرجتني لتعلق بها اكثر فأكثر...

فأصبحت بئرا للأسرار....

ورفيقة وزميلة لكل المواقف...

شيئا فشيئا صرت ابتعد عن صلاتي لمرافقتها والاستمتاع

بوقتي معها...

ثم ...

ثم ماذا؟؟؟.. .

أأكملتي معها رفقتك...

هشششش قد وجدت نفسي أمام الاكتئاب أصارع...

وامام الخراب انكسر ...

ومن قلب المخدرات ابلع...

إِهِّ يا امه ابنتك لم تحسن الاختيار لرفقتها.. ..

تجاوزت مراهقتي وها الآن ادركت ما كنت افعل بسبب تلك

الرفقة اللعينة ...

اما عن غدرها فلن ينسى مهما بعد الزمن ...

وسيبقى الجرح أثره.. .



قبل كل شيء ادرسي وتمعني وقرري من تختارين مرافقتهم  
بعناية وكوني جاهزة لما سيفاجئك حتى لا تقعي في دوامة  
الندم والانهيال...

فالبداية كلهم طيبون لكن تهمننا النهاية فدائما مرة كمرارة  
افواههم القذرة... اللهم ارزقنا صحبة سالحة... تعيننا على  
الخير وتذكرنا بك، وتقربنا اليك وتأخذ بيدنا إلى جنتك

## كشيار لمس

### لي ولگ ....

مميذة.....مميذة لدرجة أعلمها أنا وخالقي..لا تغريني الحياة الدنيا  
وزينتها. لا تغريني الألوان الصاخبة. لا يغريني المال...لا يغريني  
الشباب بوسيمهم ولاجميلهم وغيرهم...بالعكس تماما فإنني  
الفتاة التي إن سمعت الله أكبر يرفرف قلبها ..وإن سمعت محمد  
رسول الله يغادر عقلها ويبقى كل شيء هباءا منثورا...قائمة  
الليالي ...خالصة لربي. صادقة الأقوال والكلم. طيبة الأخلاق  
والشيم...لا أمدح نفسي ولكن الذي هو أقرب إلي من حبل الوريد  
يعلم سري ونجواي...ليست لدي أي غاية فأنا أسعى جاهدة من  
أجل إرضاء خالقي..وبعده حلمي..أسعى جاهدة من أجلهما  
كلاهما..لكي أصل مرادي..لكي لا أندم يوم لا ينفع مال  
ولا بنون...لكي لا أتحصر يوم لا يغني الندم ولا الحصر شيئا. لكي  
لا أحتاج إلى أحد غير الذي صورني...وحلمي ...حلمي الذي من  
أجله حاربت أغلى ما أملك...والذي سعيت من أجله بكل ما  
أملك.....وفي الأخير صديقاتي اعملوا من أجل مكانتكم في اليوم  
الحق. جدوا واجتهدوا. اخلصوا في عبادتكم. حبا بالله.  
حبا بالرسول. لاتغركن الحياة الدنيا وزينتها. لا تتبعن  
شهواتها...كوني مع الله يكن معك. ....

## كوثر قهري

## ضاع مراهقة

ضاع مستقبلها وارتدت أيامها اللون الأسود ، وأصبح كل شيء بالنسبة لها لا معنى له .كيف لا يحدث لها كل هذا ؟!

كيف لا يأنبها ضميرها ؟! و هي من كانت سبب في وفات أوفى حبيبة و أظهر مخلوق على الأرض ألا و هي أمها ، بينما كانت الأم تتفاخر بتربيتها لابنته ا و حسن خلقها فهي حقا كانت اسم على مسمى ، اسمها نور و النور كان يشع من وجهها لعفتها إلى أن وصلت لفترة المراهقة، فإذا بتلك الفتاة تنقلب رأسا على عقب من الطاهر النقية إلى المتعجرفة الأنانية ،أجل فحبها لشهواتها تغلب عن حبها لأمها، فسمحت لتلك الرجل التافه أو بالأحرى لتلك الذكر فكلمة رجل بعيدة عنه كل البعد بأن يستغلها ، فبعد أن تقرب منها و هي بنت 15 ربيعا و بدأ شيء فشيء يسلب منها شرفها بطريقة غير مباشر إلى أن جاء اليوم الذي تدمرت فيه كليا فقد خطأت معه خطأ لا يغتفر لأنها لم تكن تعي ما تفعل فكيف لفتاة في 19 من عمرها أن تكون أوعي من ذكر في 27 من عمره؟! فقد استغلها بطريقة لا أستطيع و صفها ما علي إلا أن أخبركم أن ذلك النبأ عندما انتشر حطم قلب والدتها و أصيبت بحسرة شديدة فقد خاب ضنها في فلدة كبدها نور .و بعد أسبوع من التفكير توفتها المنية يااااااا له لو تعلمون طعم الحياة بدون أم و زيادة عن هذا تكون أنت السبب في وفاتها تخيلوا معي مرارة هذا الإحساس حقا مرعب أليس كذلك ؟!

و إضافة إلى كل هذا الظرف التي تمر به تلك الفتاة البائسة و حالة الاكتئاب التي دخلت فيها تلقت خبر خطوبة ذلك التافه الذي كانت معه ،أجل تركها بكل بساطة و لم يسئل عنها و عن شعورها أبدا فأحست نور أن الدنيا قد خدلتها و نالت منها

ما نالت فلم تعد تعرف طعم الحياة فأصبح فقط تريد الموت لأنها أصبحت جسد بلا روح و دائما ما كانت تجرب الانتحار و بعد مرور شهر فقط على هذه الحادثة أصيبت نور بالجنون، أجل أصبحت تمشي في الشارع و كأنها عجوز في السبعينات و هي لا زالت بنت العشرينيات كل هذا بسبب سيرها في طريق نهى عنها رب العباد، فكان هذا هو جزائها في دنيا و لا ننسى ما بعد الممات

العبر المستخلصة:

يا أختي المراهقة لا تعطي الفرصة لأي شاب أن يغرك بكلامه المعسول فأنت أظهر بكثير من أن تدنسي نفسك بتفاهة كهذه فأنت وردة و فراشة حرة لا يحق لأحد أن يلمسها إلا في الحلال الطاهر ، فلو كان الحرام فيه خير لك لأحله الله سبحانه و تعالى ، لكن ربنا نهاك عنه فأنت ذرة مكنونة يجب عليك أن تصوني فرجك و تحافظي على شرفك وترفعي رأس أمك و أبوك و لا تذهب تربتها لك هباء منثورا و تكوني قدوة يقتدى بها في المستقبل ، فلطفلا لا تخذليهم فهم ليس ذلك ما ينتظرون

**علش فائزة**

## عمى القلوب

ثمة فتاة أحبت شخصا من قلبها أحبته من أعماق جوفها فعلت من أجله فوق طاقتها هل نحن النساء حمقاء ام الله خلقني لطفاء لما يخذلك الرجال حتى وان قطعت

النهار والبحار،،، ينسونك حتى وان قدمت حياتك. ليس لهم معجزة بل نحن نحبهم فوق قيمتهم نحن من نتعلق بهم نحن من نضع الثقة فيهم نحن الأوفياء و نحن العقلاء نصيحة مني حبي كما تحب المرأة ونسي كما ينسى الرجال... تذكرني ان اليوم تشرق الشمس من المشرق وغدا من المغرب،. تعلمي ان تكوني قوية صامدة لا خجولة هادئة كوني ذا أثر جميل أت ترك بصمتك في الحياة كوني امرأة يخشاها جيش من الرجال ويقع فيها سيدهم، كوني

صابرة لان شئاً اذا تعدى مدتهم فقد قيمتهم  
• فالنسيان صفحة من صفحات الحياة فاذا تركتي شئاً خلفه لا تهتمي من اخذه

## خيال سلسيل

## اتق الله في قلبها

انا البريئة التي عشقتك بكل جوارحها انا التي نظمت ابيات شعر تغنيت فيها بحبك.. نعم انا تلك المراهقة الحالمة التي اصبحت من اولويات حياتها وفي سن حرجة كنت عالمي ...لا كنت استغلتي حبي وبراءتي لتشبع شهوتك انا التي تألمت وحيدة في ليالي الشتاء افكر بك حالمة استدرجتني لأكون كالجارية في قبضتك آتي لاستسمحك وانت المذنب... انا التي حطمت قلبها وكرست مشاعرها.. نعم انا كنت صفقة مربحة لك كان حبك لي رواية مؤلمة خطت على غبار الطريق فتساقطت امطار ومحتها.. ها انا ذا اليوم اصبحت شابة ادركت معنى الحياة تعلمت ان الحب احترام وتقدير الحب ثقة متبادلة شعور قوي جدا تخاطب للأرواح وانسجامها ليس تبادل صور وليس ممارسة الجنس تحت شعار الحب صحيح انني تعلمت لا كني تألمت كثيرا.

عصر افلطون وحبه الافلاطوني قد تولى فبحر حب هذه الايام قدر جزره قوي يسحب حتى تجد الفتاة نفسها في وسط تلك القذارة تحاول العودة الى الشاطئ فهذا صعب وان استسلمت للجزر غرقت صحيح ان لا نكهة للحياة بدون حب لاكن حب خجول اتجاه شخص مسؤول يتقي الله في قلبك ذلك المثقف الذي يكون لك سندا في الحياة واستاذا ينير لك طريق الهدى ان عالما ملئ بالذئاب الضارية المتعطشة للجنس الذين يعتقدون ان الانثى جسد فقط فانا اليوم وبعد ان جرحت وجدت طبيبا ضمد لي جروحي اختاري من يريد روحك وقلبك من يحتاجك حقيقة في حياته

## حمام حسناء

## حُلوتي

### حُلوتي

حُلوتي، سأعطيك عِدَّة نَصائح، و هي ما ادركتُها بالفهم لا بالتجربة، لا أقول أنني مَعصومة عن الخطأ، فبطبيعة الحال الانسان دائماً خطأ، ولكن دائماً أن تَعثرت وكنْتُ على وشك السُّقوط؛ وجدت أبي وأمي أمسكا بي قبل أن يَميل جَسدي ،لهذا عزيزتي في جميع مراحل حَيَاتك لا يوجد شخص يُمكن أن يَكون يُريد الأفضل لكِ أكثر من زينة حَيَاتك فَحافظي عليهما جيداً، وطبعاً بعض الأحيان الثَقافة، و التعرف الى المُجتمع بِشكل وطيء سَبيل لِتجنب مَناهات كَثير تَتعرض لها بِمُختلف أعمارنا .

\* حُلوتي أولاً ودائماً، وأخيراً، مَهما أرهقتك الحَيَاة التجئ الى الله، فَمَنْ يلجئ لله لا يَعود إلا وهو مَلِيء بالرضى، حَافِظي على صَلَاتك أمني بأنكِ قَادرة على فعل كل أمر؛ حتى لو رأيتِ تَجربة صَدِيقَاتك باتت بالفشل، تَداركي اخطأ صَدِيقَتك لِتجنبها، ثقي بِنفسك أصنعي لِنفسك عالَمكِ الخاص، تَقبلي الانتقادات الإيجابية بِصدر رحب، وَحَسَني من نَفسك في كل عام ،ارتكزي دائماً على تَحمل أقل مسؤولية تُمنح لكِ، ولا تُوَمني بالحب؛ فَفي عَصْرنا الحالي لا يُوجد مَعنى للحب، الوفاء، والصدق، الا بِالعائلة، يُقال كان هناك مَعنى للحب قديماً، لكن لم أكن في تلك الفترة الزمنية، لذلك لا أستطيع التأكيد فأصبح شَاهد لم يرى شيئاً، ولكن ان وجد فأنا متأكدة بأنه ليس المُنتشر بِعصرنا الحالي، دائماً عززي من نَفسك ثقي بِهَا، فَلِيكن لديكِ سلامٌ داخلي، وَصَلاح دائم للذات ،في كل سَنَة ودعي عاداتك السيئة في العَام الماضي، و أصنعي انسانية جَدِيدة للعَام الجَدِيد، ولا تُقلدي عادات صَدِيقَاتك في الملابس، وامتابعة صَيحات الموضي، أصنعي طَرِيقَتك الخَاصَة في ملابسك، يمكن أن تكون موضوع الحديث بالانتقادات السلبية لكن لن تلبث حَتى تَصبح مُوضة. مع تحياتي لكِ حُلوتي

روان كمال حامد خطاب

## وعست

ما يؤلمني حقا ليس شعوري بالألم ..وانما كتمانني له..انني اتألم  
و أحاول احتواء أوجاعي وحدي ..اختبأ خوفا من ان يراني أحد وأنا  
ضعيفة و انا مهزومة إن مقومتي لأحزاني و اكتئابي وحدي بدون  
كتف استند إليه هي ما يؤلمني ..عدم تقبلي لفكرة أنني  
انفصلت عنه ..انفصلت عن حبيبي ..عن فتى احلامي هو ما  
يدمرني .لكن المؤسف في الامر ليس الانفصال !هذا ما وودت  
تفسيره دائما المؤسف ان لا أحد يعرف حقيقه او معنى هذا  
الانفصال انا لم انفصل عن صديقتي في المدرسة او اختي في  
الحجرة انفصلت عن فتى رأيت الدنيا في عيناه

..السحر في ابتسامته ..انفصلت عن قطعه من قلبي. عن من  
عاشني في كل تفاصيلي ما سبب انفصلنا هل هذا حسد ام  
عين اصابتنا حطمت كل هذا الحب و الوعود .ربما معهم حق ربما  
لم يحبني أراد فقط التسلي بي و انتهت صلاحيتي فهو الآن  
مسرور مع فريسه اخرى ربما يحاول كسب قلبها بكلامه الجميل  
و تدميره كما دمر قلبي و ربما هو حقا يحبها بضعه افكار في  
عقلي تساؤلات ستقودني الى الجنون سينفجر عقلي أ لم  
يحبني قط؟ هل مازال يحبني! ما سبب انفصلنا !هل هو مسرور  
الآن مع غيري !هل اذيته لي يتركني بهذه الطريقة البشعة أود  
اجوبه تركت كبريائي وعزه نفسي جانبا و اتصلت به ألف مرة و  
بعد محاولات رد على المكالمة بكيت كثيرا لكنه قال ببروده  
اعصاب لم اقابل مغفلة مثلك فحياتي أردت فقط اللعب بيك و الآن  
اذهبي للجحيم انا اكرهك غلق الخط فوجهي عاودت الاتصال  
لكن ماذا ..لقد حظرتني .انقطعت سبل التواصل بيننا تمنيت حقا  
الموت ..اهملت دراستي ..اهملت نفسي ..تحطمت شخصيتي  
..انكسر قلبي و كبريائي ضاقت بي الحياة لدرجه قمت بقطع  
وردي نعم انتحرت لم افكر فالآخرة لم أفكر في عائلتي..

اصدقائي ..كيف سأقابل خالقي أردت فقط التخلص من تلك  
الرجفة عندما اتذكره من الافكار التي كادت ان تصبني بالجلطة  
..عندما استيقظت كنت في غرفه الاطباء و اهلي من حولي  
يغمر الغرفة الصراخ و صوت البكاء و كأنها جنازه ادركت انني أملك  
عائله تحبني لدي كتف استند إليه ابي عندما قال باكيا كيف  
استطعت ان تفعلي هذا ألم تفكري في كيف سأعيش بدونك  
ابنتي قره عيني شعرت بالخجل كيف لي أبا يقوم الليل لدعاء  
لي يهلك نفسه ليوفر لي مطالبتي وأنا انتحر من أجل فتى لعين  
احترقت ثم احترقت وحين انطفأت مات كل شيء بداخلي ولا  
أحد سيحيه من جديد ..بعد ان اقتلعت قلبي او أصبح سواد اللون  
لم اعد أومن بالحب ولم اعد أثق بكلمه أحبك و كلمات الغزل  
انصتي عزيزتي الحب الذي يأتي في سن المراهقة لا يكتمل  
كأنه حلم جميل تم ينتهي تستيقظين لتواجهي الواقع  
جميلتي انت لا تزالين صغيرة حافظي على احلامك حقيقتها  
بطموحك.. بعفويتك.  
عيشي حياتك..اعشقي شخصيتك صلي صلاتك فهي طريقك  
لحياه مليئة بالنجاح و اتركي ورائك الهموم انتي قويه وكيدك  
عظيم

## لعكرب رنيا

## آخر عود

كأن بيدها علبة كبريت، كل لحظة أخرجت منها عود ثقاب  
وأشعلته فيأبى ذلك ،حتى تبدل غيره إلى أن شارفت العلبة  
على الانتهاء ،وانتهى حقا أملها بإشعال أحد أعوادها .هكذا  
كانت بعد أن تلقت تلك الضربات الموجهة بقدر أعماق



المحيط، تلك الضربات التي لطالما كانت تأتي من الأحبة، فصدّمت الغرباء لا محل لها من الإعراب في قلوبنا، ومحل الكسر يأتي من أعزّاءنا، عفوا أقصد من ضننا أنهم يعزوننا بالقدر الذي نعزهم نحن. هكذا طمست ألوان الأمل بداخلها، لتحمل حقائبها المزهرة بعد أن لطختها بلا لون، كي تسافر إلى مدن الوحدة الرمادية فإنها لا تجيد غض البصر عن الألوان المزيفة، متناسية باقي الأعواد

وإمكانية اشتغالها، معممة عليها الحكم الذي أطلقته علا سابقيا. وهذا كان خطأها الفادح بالأ تعطي الأيام فرصة إرضائها، كان يجب عليها أن توسع ذلك الخاطر وتتوقف عن حرث تلك الأرض الجدباء حتى تخصب، كان عليها أن تأمن بجبر الله العظيم وعوضه الذي مهما طال سيأتي، فهي الآن الغريقة في بحر الصداقات المزيفة، وسيرزقها الله بصاحبة صالحة تكون طوق نجاتها الملون بألوان الإيمان وطهارة الروح، هي لن تنافسها في الاطلاع على أكبر كم من الموسيقى، أو بوضع أكثر قدر من المساحيق التجميلية، بل ستنافسها في أداء الصلوات والصيام، أو في مدى اتساع حجابهما، ستسابقها في حفظ كتاب الله، والتصدق.

ستكون سندها وحائطها الإسمنت الذي تستند عليه والذي لا يميل إلا ليستند عليها. وهي قد تكون آخر عود كبريت في العلبة!

لذا يجب عليك أنت أيضا ألا تعممي الاحكام على الجميع فالأزهار في الباقة تختلف! ولا تتوقفي عن منح الفرص للغير فقد يأتي مالم يأتي من قبل .

## هاجر بن قروق

## ذكريات عابرة

فكرت في خوض رحلة الحياة فركبت قطار الذكريات جلست إلى نافذة مملأها الغبار مسحها فتركت آثارا على يدي فعلمت أنني أنا من أردت أن أخفيها بالغبار فتلفت يمنا ويسرة فترأت لي كل وجوه من عرفتهم من قبل واحدا واحدا ألمني رأسي بكثرة التمعن في تلك الوجوه البائسة ففكرت بالنظر عبر النافذة التي مسحت غبارها فاندثشت لروعة ما رأيت حاولت فتحها ولكنها كانت مسدودة بصدأ أو غيره عسر علي فتحها إلا بعد موجة من التعب فمسح وجهي نسيم عليل بلطف فاستشرته يقول لي لا تياسي إن بعد الضيق فرج ، ملئت رثائي به حتى اكتفيت فارتاحت نفسي بعدما كاد يخنقني شعور الخوف والوحدة ، فهنا صديقاتي العزيزات يلوحن لي فأخذت أناديهن وأضحك ، وهذه أُمي وهي تحملني عندما كنت صغيرة كدت أقفز عبر النافذة كي أذهب إليها فضحكت على نفسي من غباوتي ، وهاهو معلمي يضربني على يدي ويقول هذا ليس مستواك ، أين خولة التي أعرفها؟ فأردت أن أصرخ لأجيبه وأقول أنا هنا ولكن الكلمات حبيسة لساني الآن ، وهناك أول جائزة استلمتها كنت الأولى بالمدرسة لازلت أذكرها وأحفظ تاريخها كما أحفظ اسمي 2012/04/08 تمنيت أن أقف في آخر الصف وأقول هذه البداية فقط يا حلوتي ، هاهي أول رسمة رسمتها عينان سوداوان كبيرتان كالقمر وبسمة عريضة ووجنتان محمرتان لازال يحيرني لماذا كنت أرسم كثيرا ابتسامة تخفي هموم الألم؟ وفجأة سُمع صوت جثم منه الجميع صرير أصم أذناي كل الركاب ينظرون إلي نظرة ثابتة مخيفة حملت حقيقتي أما مذكراتي التي كتبت فيها تصحيح لأخطاء الماضي نسيتها فوق الكرسي فقد انساب في جسدي شعور بالخوف أفقدني الإحساس قمت باللاوعي وهرولت مسرعة نحو الباب ونزلت ، وإذا بي عندما رفعت رأسي

وجدت أنني قد نزلت بمحطة التنفيذ والاختيار فالتفت مسرعة فإذا بي أتذكر مذكراتي ، فانطلق القطار مسرعا وكأنه يستحيلني في الوصول إليه وقفت لهنيهة وتذكرت ، لماذا أكتب تصحيح لأخطاء حدثت بالماضي بل يجب علي أن أفتح صفحة جديدة وأتعلم منها حتما سألت دمة علي خدي ولكنني تعلمت شيئا واحدا من هاته التجربة : لا تعلق بأخطاء الماضي وتجعلها تقتلك بل تجاوزها واستفد من خبرتك واجعل ما دمرك خاضعا لك في المستقبل لكي تستطيع التقدم نحو الأفضل .

### العوطي خولة فاطمة الزهراء

### دقة نضج

نحن كفتيات نمر على مرحلة صعبة في الحياة و هي مرحلة المراهقة ، منا من تصحوا فيها ، و منا من تبقى في سبات ، لذلك الشيء الوحيد الذي انتشر في مجتمعنا لدى المراهقات هو الصحبة ، هي كلمة تطلق على العلاقة الغير شرعية ، بقول الله عز وجل ، ولا متخذات اخدان ، سورة المائدة 5 ، فيا عزيزتي لا اخدعي نفسك و تقولي هو شاب محترم و خلوق و أنه لا يلهو ، لا يعيب الكلام جدي ، لو كان حقا كذلك لدخل البيت من بابه الواسع .....

اعلم انك تقولين من الصعب أن أتركه ، و انك لن تفعلي ، تذكري أنه من يقابلها الآن يتحدث إليها 6 ساعات ، في اليوم أو أكثر ، فقط اعلمي أنه خان أبوه و أمه و قبل هذا خان ربه ، و دينه و رسوله ، تجنبني يا عزيزتي الدخول في مثل هذه العلاقات و عوضني وقتك بالصلاة و الادعية ، وقتها سيعطيك الله على قدر نيتك .

### سارة حنصالي

## الفتاة قدوة المجتمع

"أعلمي أن برك لوالديك سوف يكون دينا يسدده لگ أبناءك، فأحرصي دائماً على أن تعاملهم كما تحبين أن يعاملك أبناءك" "أحفظي حواسك كلها من ما هو منكر عينك عن الغمز واللمز والوقوع على ما حرم، وأذنبك عن الحس والهمز وسماع ما حرم، وفمك و لسانك عن الغيبة والنميمة وقول الزور والكذب "

"تعودي على كل ما هو جميل، سواء في شكلك او في قولك او حتى مشيتك فانت تفعلين ذلك لنفسك قبل أي شخص آخر وحتى لا تتعبي فيما بعد إذا انتقلت إلى المرحلة الاخرى من حياتك "

## شهناز فريد

## الحياة تجارب...

نحن مجرد عابرين في هذه الحياة نزلنا إليها لنخوض تجارب و، نخطأ و نتعلم نسقط و نقف و هي عبارة عن اختبار كلما رسبت فيه تتعلمين أكثر تفهمين الحياة حقاً.

عليك يا عزيزتي من الآن أن تتيقني أنك أنت الوحيدة التي ستقفين مع نفسك لا تعتمدين على أحد فقد كنت أنا محيطةً بأزهار يدعون أنهم أصدقائي لكن عند حاجتي إليهم يهتفون كانت اشعارات هاتفي لا تتوقف فظننت حينها أنني لن أحتاج

الى أحد من غيرهم فهم كانوا دائما يرددون أنهم يحبوني لكنهم في أول سقوطٍ لي ذهبوا حينها فهمت أنني كنت محيطةً بأشواكٍ لا أزهار، لكن تلك الأشواك علمتني معنى الاعتماد على نفسي علمتني ألا أصدق أحد.

و في مشوارك في هذه الدنيا ستتعرف كثيرا على بشرٍ يدعون أنهم يحبونك و يهتمون لأمرك لكنك كلما كبرت سينقص عددهم و تسقط الأقنعة و تجد نفسك وحدك مُحاطٌ بأربعة جدران لذلك من الآن عودي نفسك أن تضعي نفسك في أعلى أولوياتك كوني لنفسك شخصية قوية لا تعتمد على أحد، اجعلي الناس مجرد إضافة إلى حياتك لا يهتمك بقاؤهم أو ذهابهم دليلي ذاتك، طورها، أحبها .

كوني دائما فخورةً بنفسك ،إياكي و الاستخفاف بقدراتك فالجميع ينتظر سقوطك .

## تعلو صفاء

## ادمان قاتل ...

وجه شاحب و رعشة غريبة أعين ذابلة و حالة كئيبة هذا ما أنا عليه كل يوم ... في كل دقيقة أشعر بأن ايامي الأخيرة قريبة تذوق طعم الخسارة باستمرار... خسرت أهلي و ناسي ، خسرت راحتي و احساسني نفي الجميع ... باتوا يرونني وحشا مريع تجردت من جميع انواع المشاعر و السعادة ، أصبحت جثة متحركة من دون اي إفادة باتت أشد أحلامي أن أجد ثمن أقراص اليوم من دون سماع إهانات أو شتائم أو لوم

لم أصبح دكتورا كما ارادتنى أمي...ولا مهندسا كما تمنى أبي  
أصبحت مجرما قاسيا في حق جسدي و نفسي يسحبني  
المخدر نحوه بقوة كل يوم رغما عن انفي ومرة تلو الاخرى... لا  
تكفيني الجرعة... فتضاعف وتضاعف معها مصيبت ي كل هذا  
يحدث لي وتزداد معها قسوتي و حسرتي على شبابي أعلم  
ان هذا خطأ كبير... لكنني سجين في حبس خطير لم أستطع  
الخروج منه ولا كسر القيود ، رغم كل المحاولات و المجهود كل  
يوم أصبح ابشع وابشع ...

اسرق او انهب من أجل جمع ثمن اقراصي ويالي ت هذا  
يشبع منظري اصبح يشبه الوحوش في الأفلام الخيالية  
أردت فقط أن أعيش حياتي بطريقة طبيعية...لم أطلب حتى  
ان تكون مثالية انحرفت عن الطريق المستقيم...و بدأت  
أستسلم لواقعي الأليم

### مريم السليطي

## "و لنفسك عليك حقا"

لقدحان الان ان تعتنى بنفسك و تلم هذا الخراب دللها فهي  
فعلا تستحق أن تعاملها مثل ما تعامل الام طفلها الصغير انظر  
الى تلك الام التي تحب ابنها رغم عيوبه الا أن حبه المشروط  
لخص يطغى على النظرة التشاؤمية لقد علمونا في صغر أن  
نحترم الاخرين و أن نفعل الخير في ناس و الا نشتمهم الا انه  
لم يعلمونا كيف نحترم انفسنا و نعطي القدر الكافي من الحب  
الامشروط لها انه درس قاسي سوف تتعلمه و انت تمضي في  
مارثون الحياة " كل سوف يزول عنك لكن نفسك سوف تبقى  
معك لا تركز على احد بعد الله الا نفسك انك انت من تنفض

الغبار عن خيبتك و انت من ترفع نفسك بنفسك عن كل لكمة  
توجهها صوبك الحياة , انت هو الربان الذي يواجه امواج الزمن  
العاتية لتصل الى بر الامان لذا ضع في ذهنك انك انت اولى  
انت و بس .

حتى يوم قيامة سوف تجزى انت بنفسك و لن تنفك شفاعة  
شافعين لك قال تعالى بعد اعوذ بالله من الشيطان الرجيم " و  
اتقوا يوما لا تجزي نفسا عن نفس شيئا و لا تنفعها شفاعة و لا  
يؤخذ منها عدل و لا هم ينصرون " البقرة تذكر حقيقة انك سوف  
تموت و تترك وحدك في قبر ضيق تحاسب حول ما قدمت  
بنفسك لست هنا لادعوا الى تشاءم و اعتزال ناس مثل ما  
يفعل رهبان الكنسية بل لأذكر و ابقي تلك الفكرة في  
دماغك فتذكر انك سوف تموت يوما ما يجعلك ترتب حياتك و

تضع اوليات لها فهو كضوء الاحمر الذي ينبه بوجود أخطاء ما  
علينا تداركها قبل وقوع المصيبة اجعل هذا الضوء الاحمر مفعول  
دائما .

هلا تحرك الان ! ماذا تنتظر عزيزي ؟

احذف من حياتك كل الاشخاص الذين يعكرون صوفي يومك  
ابدا اليوم و اقطع صلتك بهم صحتك النفسية اولى منهم .  
دع عنك كل مشتكي جاحد فهو لن يزيد فيك الا حزنا و أسى  
على مشاكل لست مسؤول في حمل اوزارها .،

ابتعد عن تلك العلاقة العاطفية التي تخسر فيها نفسك فذلك  
الرجل أو المرأة ليسوا هم اخر الاشخاص في هذا العالم الكبير  
امامك حياة كاملة تنتظرك رحلة الحياة لا تتوقف عند أشخاص  
معينين فأحيانا يجب ان تسير في طريق وحدك حتى تتعلم  
معنى الصبر والعزيمة و الكفاح انها أمور لا تدرس في المدارس  
بل تأتي مدرسة الحياة لتعلمنا اياهازتجاهل كل منتقد لاذع او  
حقود متربص فانت لا تحتاج لتبرير لهم كم انت طيب او نواياك

صافية لست متاحا لتبرير افعالك او لتبرير نمط حياتك او  
اختياراتك ببساطة اعرض عنهم سهلة فكلامهم لن ينقص من  
عمرك شيئا و لن يزيد فيه شيئا توقف عن تبرير فقد أصبح تبرير  
في هذا الزمن ضعفا لا قوة إنهم يريدون أن يجعلوا لأنفسهم  
قيمة برد عليهم ما عليك الا تجاهلهم فملك الغابة لا يرد على  
نباح الكلاب لأنه يعرف مقامه لا ترد على المكالمة التي تزعجك  
فانت لست مجبرا على تحدث م ع شخص لا تطيق حتى  
سماع نبرة صوته و لا وجوده و ارفض اي طلب لا تريده فانت  
لست آلة الصراف الالي التي تعطي لكل فئات المجتمع  
طلباتهم .

و انت سيدتي لا تحتاجين لتضعي تلك المساحيق على وجهك  
لتثبت أنك جميلة انتي جميلة و خلقت جميلة و سوف تظلين  
جميلة حتى لو اجتمع كل من في العالم و اتفقوا على قبحك إلا  
أنك جميلة تقبلي نفسك كما هي انها امانة عندك لا داعي  
لتزييف الوجه و الكب عليك اطنان من مساحيق التجميل  
احذفي الاشتراكات من قنوات اليوتيوب السخيفة التي تمد لكي  
نصائح من امثال كيف تصبحين محل اعجاب و انظار الرجال في  
بعض خطوات ؟ إن من يحبك سوف يحبك كما انت بعيوبك قبل  
محاسنك . ببساطة شديدة توقف عن خسارة نفسك .

افعلوا شيئا فانت على مقربة من كسر ذواتكم لم يفت الاوان  
بعد لترميم تلك الندبات و الجراح فقط افعلها و قم بالخطوة  
الاولى فهي الاصعب على الاطلاق لكن بعدها سوف تحس  
بذلك النصر و تستمر في عملية علاج سلسلة حتى تصل  
لمقامات العلى في تزكية النفس اعشق نفسك و اكرمها و  
الطف و دللها و سامحها فانت تعيش حياة واحدة فاجعل  
لنفسك كل تقدير و الاحترام انها صديقك الروحي الذي يرافقك  
حتى بعد مماتك يا ابن ادم رفقا بروحك فاليك مردها و إن



لنفسك عليك حقا فأوفيتها كيلها رفقا بها يا عزيزي لم يخلق  
ربك تلك الروح  
الجميلة لتعذيبها و ارسم في داخلها عنوان للعزة و الحب الوفير  
ماذا بعد .....؟ هذا قرارك ! اكتب عقد جديدا مع نفسك  
معاهدا لها الا تعذبها بعد اليوم وقعه و ابصم عليه بالعشرة

### مروش بشرى

### كوني قوية

سلام عليكى أنت التي كلما كسرتكي الدنيا رسمتي بسمة  
على وجهك ومضيتي نحو الأمام موقنة أن الله يردك ولن  
ينساك .

تأكدي أنك جميلة كما أنت لا تحاولي أن تثبتى لأحدهم أنك  
عادلة أو مهذبة أو هادئة كوني كما خلقتي بصمتك وعنادك  
وكلامك كوني أنت ،إحذري الضعف فالمرأة الضعيفة لا تثير  
سوى الشفقة ،كوني امرأة قوية وصلبة لا تزيدها الخيبات إلا  
القوة .

إصنعي من نفسك فتاة رائعة ،واثقة تجاوزي كل الشعور المر  
إضحكي بلا توقف كأنك لم تتذوقى الوجدع أبدا ،أزهري يا فتاة  
ما دمت حية .

لا تجعلى الرجل يغير من ابتسامتك فحين يبكيك إبتسمي له  
! ليرى أنك لست فريسة سهلة كوني أنثى غير قابلة  
للانكسار لا تستديري إلى الماضي ،لأنه لو كان خيرا لكان  
حاضرك لا تقبلي أن تعيشي حياتك في هامش حياة أحد آخر  
،كوني ملكة نفسك وحياتك حافظي على إيجابيتك انجحي  
حتى تلاحظي الخيبة على وجوه كل من راهنو على فشلك .

كوني مثل زهرة جبلية شقت الجبال ونمت وكبرت وأزهرت  
وتفتحت أو كقطرات المطر التي تساقطت على الحصى فرسمت  
لنفسها طريقها ،كوني كشلال يافع ،مندفع،قوي،كاسر،لكل  
معضلة ،فانتي بمثابة جرعة دواء نادرة الوجود كثيرة الطلب لا يصل  
إليها إلا من سعى من أجلها أو كتحفة أثرية جوهريّة لا يمتلكها  
إلا من يدرك قيمتها ، فعلا تستحقين كل هذا فانتي ذاك الشهاب  
اللامع الذي لا يراه الا من سهر الليالي من أجله لذا تأملي  
،تفاءلي، إندفعي ، تشجعي كوني ذاك الاختلاف المبهّر . لا  
تهتمي بما يقال لكى من سلبيات وإحباطات ،لأن الناس هوايتهم  
تحطيمك ثم دفنك داخل غرفة مليئة بالحزن ، حذاري أن تحققي  
لهم ما يحبون ...لأنك ستقيمين لهم عرسا بجنازتك .

كوني إيجابية غاليتي مهما انتقدت وحتقرتي ، كوني قوية  
لأجلك أنت واجهي مصاعب الحياة بمفردك كوني كما تحبين  
دائما.

انجحي في حياتك طوري مستقبلك لا تستسلمي فاللذة  
الحياة هي مقاومة من قالو لك لا تستطيعين فعلها .

عزيزتي صدقيني ....عندما تضعين قيمة عالية لنفسك وتضعين  
حدودا في تعامل معك وتضعين كل شخص في مكانه الصحيح ،  
ستجبرينهم على احترامك وحبك ومعاملتك كأنك ملكة متوجة  
،كل شيء يبدأ منك ، قدرني نفسك ولا ترخصيها إبتهجي كأنك  
تملكين الكون بما فيه فالله عند حسن ظنك ، أفراحك قادمة  
فتفاءلي خيرا ولا تيأسي .

إبتسمي ودعي السعادة تدخل باب قلبك لتزيين ملامح وجهك  
، كل ما هو جميل يبحث عنك ويمد يديه إليك لتحتضنيه، فقط  
كوني مرحة ومقبلة على الحياة ثم استعدي لاستقباله .

توقفي عن كونك تعيسة ،ثقي بنفسك واهتمي بها فهناك  
من يحب أن يراك مكسورة فإسحقيهم ببرودتك وإزدادي

جمالاً وتأكدي أنك إذا وثقتي بنفسك وسعيتي وراء أحلامك  
ستحققين أشياء يرى البعض أنها مستحيلة .

## براح لسنده

### انت هو سبي

لن انكر يوما انني ندمت على هذا الح ب ولكن ، لن احاس  
ب قلبي بعد اليوم فأن ت السب ب  
ان ت أغريته بشخصيتك المزيفة ، وان ت من اعطيته امل وخذلته  
ومن اخذت قلبي كون اذن ومن ذوبت روحي في احلام وردية  
ومن لونت حياتي باللون دافىء يحمل الح ب والحنان كلما  
رأيت في عيني ك وجدت روحي فيها وكلما تعمقت فيه م  
وجدت الح ب غير مفهوما .  
لم ارى سوى الحب .

لم ارى أنه لم يكن صادقا من بداية لم أعتقد أن من كنت  
ارى فيه سعادتي سيصبح سبب عذابي ومأساتي سبب  
نزول دموعي وسبب تعاستي من كان يشحنني طاقة  
ايجابية ويمنحني شعلة الامل اليوم.... اصبح هو سبب  
الرئيسي الذي يجعلني اتمنى الموت..أكره الحياة اكره الح ب!  
واعات ب قلبي البريء!!!

نصيحتي لكل فتاة وقعت في شباك الح ب

• لا تركضي خلف مشاعر مزيفة

• فوالله لا خير في ح ب يختفي كأنه خطيئة وعار ... .

ان ت اغلى واسمى على وانقى من ان تكوني تسلية  
لاحد حافظي على نفسك يا جميلتي

## فريال يوطاس

### «براءة ما بعد الطفولة»

مازال بعض التراب على معطفي ...  
الذي لطالما لعبت به تحت المطر... .  
ولكن سرعان ما اصبح صغيرا علي... .  
لم ندرك انا و امي متى تخليت عنه...  
فبدأت اتأقلم مع العالم الجديد بصعوبة...  
فمرة تراني اتصرف بغرابة... واخرى احبس نفسي ...  
و ماذا عن تلك اللحظة التي صدقت شابا؟ .. .  
أما ما كنت اتوقع ان هذا سيحدث معي...  
نعم للأسف براءتي جرتني الى المجهول...  
تلك التي كانت تصدق كل شيء...  
وقعت في شباك ذلك الشاب...  
الذي كاد أن يغرقني معه...  
بدل أن يسحبني الى الاعلى...  
حتى التجأت الى الدواء و العلاج... نصيحتي لك يا مراهقة: لا  
تصدقي كل حديث مار على مسامعك فأنت تلك الوردة  
المتفتحة من جديد بل احيطي نفسك بتلك الأشواك فليس  
كل من هب سيقطفك

## لعريد دهب

## التفكير الايجابي

انه حقا لجميل ان يكون للإنسان تفكيراً ايجابياً انه لأمر مفرح لأن التفكير السلبي يمنعك من اتخاذ القرارات الصحيحة يجب على الانسان ان يكون دائماً تفكيره إيجابياً في خطوة يخطوها في حياته وايضا توفير فرص لنجاح و التفكير الايجابي يعطيك فرص للحصول على مستقبل راقى و مزهر مليء بالنجاحات

التفكير الإيجابية يجعل من الإنسان شخص واثق من نفسه لا تهزه عواصف التفكير السلبي و المشاكل و الأخطاء و ايضا يجعل من الإنسان شخص قوي يقف في وجه أي مشكلة بصمد و ثقة و يصبح الإنسان واثقا في قراراته و يصبح هذا الإنسان محترم بين الناس و يحترمون قراراته و آرائه لأنها مليئة بالإيجابيات لهذا يجب على الإنسان ان يكون ايجابياً ليحظى بمستقبل و حياة إيجابية مليئة بالنجاحات و خالية من الفشل

منال ساعد

## لا تكن عاطفي

في بعض الأحيان نحتاج العقل لكي يسير حياتنا ... لان العاطفة تأخذنا إلى عالم اسمه الغباء ... فهناك مواقف تصادفنا يجب أن يشتغل العقل من أجل السير نحو الهدف .. رغم أن القلب يقدم يده أحيانا للمساعدة لكن يجعلنا نأخذ القرارات الخاطئة ... ولكي لا نقع يلزم علينا استعمال العقل لكي لا يشمت بنا في منتصف الليل ويقول للقلب أرأيت ؟ فانه قاتل لا يسفك الدماء لكن يذهب العقل .. اياك وان تنصت إليه ....عقلك ثم عقلك

## لينة شاوى

## كأنها لم تكن

قصة جمال خرافية كانت تلك الفتاة ..عينها كبحر امتطت زرقته جناح الابد ،شعرها ينسدل كليل دامس فقد طريقه الى الصباح ،وصوتها رقيق كان صداه يسكر الوجدان ،اما عن مشيتها كانت كحلم جميل يتسلل خفية إلى الأعماق ،كانت كلوحة مثالية رشقها الشباب بطلاء ينبض املا وحياء ، تحركها نسيمات لتمتطي جناح الاحلام وتحلق في سماء الامنيات ،وتحفر بين طيات عمرها فكرة أنها حكاية بلا نهاية ....

فجأة ..ماتت.. اجل ،لقد انتشلها الموت من رحم الحياة وتحولت من زهرة شباب إلى حفنة من اللاشيئ ..وقد انشب هذا الاخير اضفاره في جسدها وانتشل جمالها ، وعكر صفو تلك اللوحة الآخذة وحولها إلى صورة بالية مرماة على حافة الابد فأمست ترقد في حفرة مظلمة تاركة وراءها أحلامها وآمالها ،واهل وخلان

تلهب نيران الشوق دواخلهم لفراقها ، لكن سرعان ما تجود  
عليهم الايام بنعمة نسيانها  
.وتصبح -كأنها لم تكن -لقد غادرت وكانت رائحة عطرها عالقة  
بين اضلع الكثيرين .. .

ولازالت صورة شعرها ، جسدها تغري مواقع التواصل  
الاجتماعي... ورنه ضحكاتنا تتردد على مسامع معجبيها

..

هيئتها ولباسها المكشوف لازال يومض في مخيلة هذا وذاك ..  
أما عن هاتفا الذي لا يعلم ما يحويه سواها فكان يعج  
بالأغاني التي كانت تشمل عند سماعها ما كان يحجب عنها  
انين القرآن الذي كان يبكي لحالها .. .

كل هذا بحجة المراهقة والشباب .

هاهو كل شيء بها يهدى للتراب .

وروحها الفتية رحلت مثقلة بحزن واكتئاب .

لذا عزيزتي يا حفنة من الجمال .. .

لا يغرنك صغر سنك ..

ولا سحر طلتك ...

أطيعي خالقك ..

تعطري بعبق قرآنك ...

استتري بثوب حياتك .. .

وسوف تحط السعادة رحالها على حياتك .. .

علواني هاجر

## كوني طفلة لهم لبؤة

لازلت في كل ليلة أضع فيها رأسي على الوسادة أتذكرك يا ابي.... أتذكر ملامحك البشوشة.... ابتسامتك المشرقة عكس كل ما حولك.... ضحكك الرنانة التي تنعش قلبي في اللحظة التي أظن أنها النهاية .

أتذكر أيضا يوم بكيت في حضنك وكيف لي أن انسى اليوم الذي غير باقي أيامي وأعطاني القوة للصمود في هذه الحرب .

أتذكر يوم انفصلت عن حبيبي... يومها ذرفت لترا من الدموع... وصرخت حتى جف حلقي بينما احتضن وسادتي... وقتها فتح الباب ودخلت انت.. نور حياتي، احتضنتني وقتها بقوة وربت على رأسي بدفي ء بعد أن ابتسمت ابتسامتك المعتادة ونبست بنبرتك الحنونة: نظري يا ابنتي الجميلة.. يا شمس حياتي... لا أحد يستحق أن تذر في دموع الالماس من أجله، ايا كان من تبكين لأجله الآن فهو لا يستحق لأن الحب يحتاج رجل يدرك بأن المرأة أمانة لا بد وأن تعود لأهلها سليمة معافاة.... يا ابنتي رحيل من أحببتي لا يعني انتهاء قصتك بل انتهاء أدوارهم بها.... هذه اللحظات الحزينة في حياتك لا بد من قلب صفحتها، لا أحد يبقى في صفحة واحدة لأن القصة تستمر والفرق بينها وبين الحياة أن القصة تتوقف عند نقطة..... اياك والاعتماد على احد لبناء حائط حياتك ابيه بنفسك ...

ستتعرين.... ستسقطين.... ستجرحين لكن بالنهاية ستستطيعين... كوني طفلة لبؤة.... حنونة لطيفة، مسامحة ولبؤة شرسة قوية عند الحاجة حافظي على ابنتي الصغيرة بداخلك، إحرصني على أن تختاري رجل يقف معك، يحميك ويدعمك من بعيد... إختاري أسد يحافظ على طفلي اللبؤة...  
اتفقنا؟! "



لو تدرك وقتها كمية القوة التي شحنتها بقلبي... ولو تدرك كمية الالم الذي شعرت به عند فقداني لك.... لكن ما يجعلني سعيدة هو تأكدي بأنك ستكون فخور بي لو كنت موجود.... لديك حفيدتان حياة وأمل تشبهانني كثيرا.... ولدي أيضا أسد حنون يراقبني أنا وحفيدتيك بينما أكتب هذه الرسالة.... سأحرص على أن أعلمهما كل ما تعلمته منك... سأحرص على أن يكونا لبؤتان قويتان وطفلتان حنونتان.... أعدك بهذا.

### مسلم ريان

## المراهقة وأختي

أختي حبيبتي يا ابنتي التي لم انجبها انت الان كبرت وصرت فتاة جميلة مليئة بالطاقة والحيوية والحب وهذه المرحلة التي تمرين بها من المراحل الصعبة حيث ان في فترة المراهقة تبدئين تبحثين عن الحب والاهتمام وتبدأي بالتعرف على اصدقاء وعلى شباب لكن يا أختاه اياك والثقة وكوني دوما فخر والديك انا كأختك الكبيرة والتي ربتك انصحك لأنني مرت عليا تجارب وخضتها ومنها تجربة المراهقة حيث احببت شابا واوهمني بالحب لكنه خدعني وغدرني انا والله الحمد لله الان متزوجه ببיתי وزوجي واولادي لكن يبقى جرح الماضي لا تثقي بأي احد وكوني ذو شخصية قوية حتا لا يستطيع احد تجاوز حدوده معك وكوني حذرة لان الدنيا مليئة بالذئاب البشرية وانا اثق بك كل الثقة واتمنى ان لا تكوني صيدا سهلا ولا تثقي بأي من كان كوني قوية حبيبتني لأشيء يهدك .أحبك غاليتي

### ساح عقيلة

## عبرتي... إليك باجوهرة.

قد يمضي بنا العمر دون أن ينتظر، وقد يتوقف بنا في محطات عديدة منها التي نتهياً للنزول فيها ومنها التي نتوقف فيها دون سابق إنذار، وقد تختلف هذه المحطات باختلاف أحوالنا أي أننا قد نتوقف في محطة الصداقة أو السعادة أو الحزن أو النجاح و الفشل وربما الأمل أو الأمل م أو الخذلان . أو ربما نمرُّ بها جميعاً في ذاتِ الوقت وفي فترة وجيزة؛ ولكن علينا أن لا نغادرها فارغين الأيدي، بل علينا أن نأخذ من كل محطةٍ عبرة نستفيد منها ونفيد بها، ومن عبراتي التي أخذتها من محطاتي المختلفة والتي أنظّمها هنا بحروفٍ من حب إليك جوهرتي ، فأجعلها عقداً يزينكٍ وخذي نصيبك من هاته العبر.

### ★ السعادة:

اصنعي سعادتك بنفسك، لا تنتظري من أحد أن يسعدك ولا تربطها بأحد فإن ربطتها ستخُذف دالها وتنعكس حروفها وتصبح تعاسة وذاك الذي أو التي ربطتها به سيخنقك بها سيقيدك، لذا اجعلي سعادتك من نفسك ولنفسك.

لا تضخمي مفهوم السعادة ولا تجعليه محصور في الماديات، لأنه كل ما كنتِ بسيطةٍ كنتِ سعيدةٍ وعلى قدر البساطة تأتي السعادة، وحين أقول البساطة قد أعني بها تلك الأشياء البسيطة التي قلماً نرى أنها ذاتُ قيمة، كأن تتمثل في فرحتك حين دخولك للمنزل وتجدين أن الغذاء هو أكلتك المفضلة ذاك الشعور الذي يداعب وجدانك هو سعادة .

أو حين تنجزين عمل بسيط مع والدتكِ وتسمعين منها كلمات مدح وثناء طيلة اليوم تلك الابتسامة التي تظهر على شفثيك

هي سعادة، لذا يا سكر ابحتي عنها في البساطة ستجيدها  
★ الصدقة:

أحسني اختيار رفيقة دربك فكما يقال " قد يعرف المرء من خليله"، فاحرصي على أن تكون صُ حبتكٍ سالحة، ضعي معيار في اختيار صديقة تناسبك فليس كل من يدعي صُحبتنا صادق وليس كل من يدعي الصداقة هو صديق اختاري تلك الصديقة العفيفة الحية التي تفتخرين بصداقتها ، تلك التي تنصحك إن أخطأت، تسندك إن عجزت، تنافسك في حفظ القرآن، تخطو معك لحلقات الذكر، تذكرك في دعاء لها وتذكرينها في دعائك وإذا فرحت تقول يارب وقلب صديقتي، وإذا تمت لنفسها الخير تقول يارب وصديقتي معي، تتمنى لك الخير في غيابك قبل حضورك .

ابتعد عن أولئك المزيفين الذين تجدينهم في مجالس اللهو والضحك ويختلفون في مجالس الدين والأدب .

ابتعد عن اللذين يزينون لك حب الشهوات وطريق العلاقات، ويخفون حقيقتهم خلف أحاديثهم المنمقة ويدعون الملائكية في ملامحهم وتصرفاتهم المصطنعة ، لأنهم وفي أول فرصة تخذلين فيها أو تكسرين ستجدينهم كالشياطين يتراقصون على ايقاع وجعك، ويضحكون لرؤية دموعك، لذا يا غاليتي ا حذريهم.

★ العفة والحياء:

جوهرتي الثمينة نحن حفيدات المصطفى، وعلى نهج أمانا عائشة نسير، لذا رزقنا ربُّ العباد ثوب العفة والحياء هو سِترنا وهو جمالنا وهو رونقنا فلنحافظ عليه ولا نغتر لمجرد رؤيتنا لفتاة متزينة متعطرة تلبس أحسن الثياب بحجة التحرر تذكري دائما أن عطرنا هو عفتنا وجمالنا هو حيائنا وأحسن ثيابنا هو سِترنا لأننا لا نتزين لترضي البشر بل رونقنا هو سِترتنا لإرضاء ربِّ البشر وما

أجمل رضا رب العالمين، عِفتك هي جوهرتك فاحرصي على أن لا تخذش فيذهب لمعانها وتفقد قيمتها.

### ★ النجاح:

قد يتمثل النجاح في العديد من الأشياء

فهو غير مقتصر عن الدراسة فقط، لذا يا قمر حاولي أن تجعلي لك هدفاً ثابتاً يقودك نحو النجاح في حياتك ومن ثم دراستك وقراراتك، ولكي ننجح علينا أن لا نتوقف عن تعلم ابداً مهما وصلنا لدرجات كبيرة من المعرفة.

### ★ الفشل:

الإنسان الناجح قد يفشل مراتٍ عديدة ولكنه لا يستسلم، يسقط وينهض يتعثر ويتبعثر ولكنه يقف مجدداً بكل قوة ليمضي قدماً بخطوات ثابتة نحو تحقيق هدفك، ولا تنسي أن الفشل مدرسة يمر بها العظماء والأقوياء والمبدعون على حد سواء لذا لا تخجلي إن فشلت بل تعلمي منه وحاولي مجدداً واجعلي منه حافزاً يقودك نحو الأمام .

وفي الأخير يا سُكر أقول لك هذه بعض من عباراتي، التي أخذتها من محطاتي أتمنى أن تكون ذات منفعة لك جوهرتي

كوثر زواري أحمد

## تجارب سن المراهقة :

عندما تولد البنت و تنفتح لها ابواب الدنيا اول شخص تراه و تملئ عينيها به هو والدها لأنه أجمل و أروع شئ يحدث بالحياة الحب و السند به بهجة الحياة و انعدامها ، تكبر و تنضج تصبح تأمن بمقولة أن هناك شخص يكملها \_ نصفها الاخر \_ فتتطرق بالبحث عنه من شخص لآخر مصدقة انه يحبها و ترسم مستقبلا معه ، احلام ..... قد يكون الشخص الافضل به كل ما تريدين لكن من جهة اخرى قد يكون الاسوء لا ندري لكنها المراهقة نقترف بها أخطأ قد تندم عنها طول محياها لكن هذه هي الحياة نجرب بها قد نجد الافضل و قد نجد الاسوء . فالحياة عبارة عن تجارب نتعلم منها و نأخذ دروس نكمل بها حياتنا لكي لا نقع في الاخطاء مجددا

### كفان رانيا

## حك خطبة

دائما ما نفعل اشياء نعلم اننا لن نجني خيرا منها نعلم انه لن يكون فيها شيئا الى وسيضرنا لكننا نتغاض عما نعرفه بهدف ان نعيش تلك اللحظة فتتغلب مشاعرنا عن الواقع فانا ذات يوم كنت فتاة مراهقة اعيش تلك الفترة مثل كل المراهقين كنت في بداية شبابي

احلم و واطمح لكن اهم شيء كنت اسعى اليه هو ان اكون سعيدة افعل اشياء جنونية والشغب هو عنواني في تلك المرحلة من حياتي كنت احب شخصا بل شخصان او ثلاثة يمكن لا بل انني كنت لا اعلم معنى الحب اصلا كان اعجابا على الاغلب فهل للإنسان ان يحب اكثر من شخص في آنٍ واحد طبعا لا كنت كل ما مر بجانب شاب وسيم اضن انني وقعت بحبه الى ان جاء من احبته حقا نعم جاء انه هو هذا هو الحب الحقيقي كنت كل ما رأيته ابتسم لا ارديا كنت اشتاق اليه في كل دقيقة فقد احبته حقا احبته حبا جما

مرت الايام وانا افكر به الى ان جاء ذلك اليوم الذي قررت ان اعترف بحب له ترددت بالأول لكن تجاوزت خوفاي واعترفت في البداية لم يفهم شيئا لكن بعد مرور ايام فهم وشعر بما احس تجاهه طال انتظاري وانا متشوقة لان يبادلني نفس المشاعر .. واخيرا جاءت تلك اللحظة التي انتظرتها واخبرني انه قد احبني فرحت كثيرا لم تغمض عيني طوال تلك الليلة وانا اتشوق لرؤيته في الصباح لأنه سيكون اول يوم مع بعضنا طال تفكيري ولم انم الى في وقت متأخر من الليل نهضت باكرا وانا انتظر رؤيته بفارغ الصبر.. خرجنا سويا في اول يوم لنا كان يوما رائعا وبعد ايام بعد الايام التي تمنيت ان لا تنتهي فقد كانت ايام جميلة حقا اكتشف ت انها كانت مجردة كذبة فهو لم يكن يحبني انا صدقته ووثقت به لكنه كان يواعد غيري ويتلاعب بهم مثل ما تلاعب بي حزنت وبكيت لأيام لم انسه رغم كل ما

عرفته عنه بقيت احبه اكمل حياته وانا بقيت افكر به وفي الاخير  
انا الوحيدة التي خسرت لكنني فهمت هذا عندما فات الاوان  
عندما انتهت تلك الفترة الرائعة من العمر فترة المراهقة فلا  
تسمحوا لشخص ان يسلبها منكم فهي اجمل ايام العمر ولا  
تتغاضوا عن الواقع من اجمل لحظة واحدة هذه هي نصيحتي  
لكم ...

## مريم بن قبط

### أول خطوة نحو الانحراف

المسلك الجديد بعد محاولة من تلك الفتيات جميل ، نحو إغوائي  
لجنس آدم أقصد محاولة أحدهم أن يجذبني له ، كانت خطوة  
مميزة و رائعة ، كانت ملذتي الخفية أن أملكه بين ذراعي ،  
كانت مجموعة من الفتيات سبب في إنحرافي ، دقيقة

إنحراف الذهني لا الجسدي يا سادة ، البلبلة الكثيرة منهم  
أنني لم أجرب هذا ، ولم أذق ذاك ، و لم أتمس هذا و ذاك ،  
أنني كبرت و بأفعالي الصبانية لن ألتجأ لهذا العالم ، يجب تغيير  
أفعالي و حتى أفكارني ، لأجد نفسي في دوامة بالأول مثلما  
قلت أحببت هذا المسلك ، لكن بعد أن استفتقت وجدت نفسي  
في واد ضخم ، واد ملئ بالسموم و الآفات ، واد ملئ بالأفاعي  
و الحشرات ، هن سبب في تفكيري السلبي ، هن سبب في  
أفكاري السيئة ، لكن و لكن .. كنت العامل الأول لنفسي،  
صحيح أنني كنت في المسلك الخاطئ ، لكنني و بذاتي و  
شخصيتي الراقية أعدت نفسي للمسلك الأول الراقني ، أعدت  
شخصيتي الصبانية ، و أفكارني النقية ، أعدت شخصيتي  
النرجسية أن مثلهم لن يكون لهم ولو ذرة قيمة ، نعم .. أصبحت  
جميلة و أنيقة ، أفعالي الإيجابية كانت خيرا لي ، و كانت تلك  
التجربة حقا مثيرة ، أنني عرفت ذلك المسلك و شدة مراراته ،

تذوقت الخبث منهن ، و علمتهم أن الثقة لا تعطى للغيبات ، أصبحت شامخة و أمامهم أصبحوا مثل النجارة ، أنسفُ نسفَةً بهم بأجسادهم يطرون ، فقط جميلتي كوني نرجسية أمام أمثالهم ، و لا فرصة لغريب أن يغير من ذاتك ، سوى ذاتك من يمكن أن تكون من إيجابية إلى أكثر ، فقط كوني نرجسية أمام أمثالهم

### بلقاضي نسرین

## حسن لا ينفع الندم

إن انتشار الفواحش و الآفات بين الناس و على مواقع التواصل الاجتماعي، ساهم في زيادة فساد المجتمعات و خرابها ،مما أدى إلى إنحراف الكثيرين عن مسارهم الصحيح و بخصوص المراهقين و المراهقات وهاته قصة فتاة بريئة أقدمها لأختي حتى تأخذ العبرة منها

كانت فتاة بريئة تدرس بالمتوسطة و كانت من أذكى التلاميذ و أدهاهم و أكثرهم علما وفقها، لكن في إحدى الفترات مرت عائلتها بظروف قاسية مادية و معيشية فأثر ذلك على حياتها و انخفض مستواها الدراسي، و صارت عرضة لألسنة الناس فحيث ما مرت لا تجد شخصا إلا و يتحدث عليها وشيئا فشيئا تطور الأمر حتى صار لها كوسوسة الشياطين و ظلت على هذه الحال تسمع هذا و تصغي لذلك. ففتح هذا لها بابا للانحراف.....إلخ .وبعد فترة وجيزة تغيرت ملامح وجهها ،شكلها بل كل ما فيها حتى صفاتها وأخلاقها صادقت المنحرفين تخلت عن دراستها و عن أحلامها وعن مستقبلها الذي طالما حلمت بتحقيقه يوما ،مرت الايام وكبرت وتزوجت وأنجبت أبناء وكان زوجها عامل يومي بسيط لكن ما لبثت حتى مرض زوجها وصار طريح الفراش فلم



تعد تجد حتى لقمة عيشها، وفي هاته اللحظة تذكرت اليوم الذي تخلت فيه عن دراستها فندمت و قالت يا ليتني لم أصغ للناس ولم أتخذ فلانة خلية .

كان ذلك الخطأ خطأ حياتها وصارت قصتها موعظة لأبنائها وعبرة لنا، ومن هاته الحكاية يا أختي نعرف أهمية الدراسة في حياتنا ونتعلم الحكمة عن كلام الناس فحديثهم ليس إلا آراء لذا فلا يجب أن نهتم بها، ما علينا أن نملكه هي قوة الإرادة لتحقيق شيئا حسبناه يوما مستحيلا ، فلا شيء مستحيل مادام الله على كل شيء قدير ،قومي جدي حياتك و نظفي كوبك إمسحي صفحة ماضية و ابن لنفسك مستقبلا زاهرا ، وجعلي المستقبل ثم الزواج شعارك فبالعلم نرتقي و ترتقي الأمم

### آية الرحمان برشاوة

### مسكنة هي..

كانت تظن ان الكره موجود فقط في الأفلام لكن اندهشت بوجوده في الحقيقة و خاصة في حياتها حتى أنها لم تكن تتصور أنه في يوم ما ستجد من يكرهها لدرجة ان يدمر لها حياتها، كانت تمر بمشاكل و أزمات نفسية و تقول في نفسها أنها ستمر لأن الله يمتحن صبرها ، لكن لم تكن تعلم انه يوجد اشخاص لا يطبقون رؤية ابتسامتها و لا يحبون وجود الناس حولها. نعم هي وضعت ثقتها بالجميع كانت تظنهم مثلها و نسيت أن بعض الظن إثم ،لهذا كانت بمثابة الصدمة لها انها وجدتهم يحسدونها على أبسط الأشياء كحب والدها و ارتياح الأشخاص بجوارها فكان يحبها الكبير و الصغير، كانت ترى تلك النظرات الخبيثة وتقابلها بابتسامة

عريضة لكن داخلها يبكي، و التي كانت تجهل سببها، نعم يحسدونها لأنهم لا يعلمون داخلها، هي لم تحب أن يرى احد ضعفها كانت تبكي داخلها و الابتسامة لا تفارق وجهها تستمع للجميع لكن لا تشتكي لأحد لأنه لم يسألها احد عن حال قلبها، كان بعضهم يأتيها في مشاكله فقط، و عندما تحلها له يذهب، ووقفت مع الجميع لكنه لم يقف معها أحد و مع ذلك لم تفقد ثقتها بنفسها وخاصة بربها لأن شكواها و حل مشاكلها كانت عنده فقط، كانت تقوم الليل و ترتل ما تيسر لها من القرآن أثناء ضيق قلبها الذي لم يكن يتحمل خبايا الأرواح المنافقة، كما أنها كانت تحمد ربها دائما على القوة التي تمتلكها لمواجهة الأيام.... مسكينة هي، حين ظنت أنه يوجد من يحبها حقا، كانت تضحي من اجل من تحب في خفاء، كانوا يقولون أنها صلبة ولا تحس. لاا هي بالعكس كانت حساسة أكثر من اللازم، ففي الأخير هي من الجنس اللطيف، فقط تميزت بشخصيتها القوية هذا لا يمنع أنها تحتاج إلى كتف تستند عليه، ويحميها و يكون لها الملجأ في هذه الدنيا فقط لم يحالفها حظها في إيجاده بعد. قالوا: أن قلبها كبير ولا تغضب فكانوا يرمون الكلام لها و هي تضحك، كانوا يجر حونها لكن تتحمل كي لا يحزنوا، خاب ظنها بالجميع لكن لم يخب بربها فهو الدائم الوجود و كلهم زائلون، و الجميل في كل هذا، أنها فهمت بأنها أخذت عبرة من كل هذه الأحداث، حيث أنها صارت تعرف الجيد من الخبيث من النظرة الأولى، و تعرف متى تقوم بخطواتها، قللت أحيائها، و وضعت حدودا للتعامل مع الناس فصارت ترسم حدودها بنفسها و لا يستطيع أي كان تجاوزها، و علمت أنه ليس بالضرورة أن يكون الحسد أو الكره محدودا على الماديات فقط، بل جمال الروح يلعب دورا مهما في هذا، و الأجمال أنها كانت تفوز بطيبة قلبها و النية الطيبة التي هي هدية الرحمان لها في الحياة و ربما رزقها.

مهما اشتدت علينا الحياة و قست و مهما ظلمنا، والله أنه سيأتي يوم و يظهر حقنا لأن الله يمهل و لا يهمل، دعوات المظلوم ليس بينها و بين القدير حجاب، دموعنا التي غسلت و سائدتنا، سيبيكيها كل شخص بكائها من أجله. الحياة نعيشها مرة فلهذا يجب علينا أن نعرف كيف و مع من نعيشها .

## زوائد و بداد

### علاقة كاذبة...

هو : مرحبا عزيزتي ، كيف الحال ؟

هي : أهلاً بك ، أنا بخير و الحمد لله ، ماذا عنك ؟

هو بخير نحمد الله و نشكره ، عزيزتي أريد أن أكلمك في موضوع مهم جداً ، و أرجو أن تتفهمي موقعي ، و أن ما سيحدث قضاء و قدر.

هي : خيراً ، في ماذا تريدني ؟ لقد أخفتني هيا تكلم .

هو : عزيزتي تعلمين أنني أحبك و أريد تقدم لخطبتك لكن والديا لم يوافقا .

قاطعته قائلة : ماذا ؟!

فقال : أتركني أكمل

فقالت حسناً و غصة تحتل قلبها.

هو : كما قلت لك والديا لم يوافقا عليك ، و أنا لا أريد عصيانهما فهم أغلى ما أملك و موافقتهم تهمني ، لذلك سننفضل و كل منا يكمل طريقه ، نحن لن نكون لبعض ، و من البداية كانت علاقتنا ببعض خاطئة و هذه نهايتنا .

تكلمت و الدهشة تعتل ملامح وجهها : نعم ! بماذا تهذي أنت ؟  
هل أنت سكران ؟ ، ثم ضحكت من قلبها كأنها تذكرت شيئاً:  
حسنا الآن فهمت هذه مزحة من مزاحك ، لكن نحن في شهر  
ديسمبر لسنا في شهر أفريل لتقوم بفعل مقلب لي كما يسمونه  
( كذبة أفريل )

هو : أنا لا أمزحك ، أنا جاد هذه الحقيقة حاولي تقبلها .

نبضات قلبها تتسارع مع الزمن و عبرات عينيها تنزل بغزارة تمت  
في تلك اللحظة أن يتوقف الزمن ، لم تستطيع استوعب ما قاله  
حبيب قلبها تنهدت و رددت قائلة : ماذا ؟ هل جئت لتقول هذا  
الكلام بعدما جعلتني أحبك ، هل جئت لتقول هذا الكلام  
بعدما أغرقتني في بحر الأحلام ، أتعلم لم أتوقع منك هذا أبداً ،  
حتى أنه لم يخطر في بالي .

أنت لم تحبني أبداً ، كنت تقضي وقت فراغك معي فقط ، و  
اخترعت حجة أن والديك لم يقبلوا بي ، كان بإمكانك قول أنا لا  
أحبك و لا أريدك ، كان يجدر بك قول هذا لا أن تتخفى وراء رغبة  
والديك ، أنت لست رجلاً و لن تكون رجلاً في حياتك لعبت  
بمشاعري و بعقلي ، جعلتني أدمنك مثل أدماني المدخن  
لسيجارته ، لكن أعلم أنك ما فعلته بي اليوم سيأتي غيرك  
ليفعلو بأختك و ابنتك فكما تدين تدان ، و معلومة صغيرة أودك  
أن تعرفها بقدر ما أحببتك كرهتك لدرجة أن كره لك سيدمرك .

تكلم و بدون اكتراث لحالتها : يا لك من ذكية ،ها قد حللت حبكة  
القصة بنفسك ، هل كنت تظني أنني سأزوجك يوماً ما ؟ و أن  
تصبحي أم أولادي ، ههه ههه مسكينة انتي غبائك طغى على  
عقلك ، هل سأقبل بفتاة كانت تكلمني في السر ، كيف أصدق  
أنك لم تكوني في علاقة مع غيري فمثلما كذبتني على أهلك  
ستكذبين عليا و على غيري ، أنا لن أثق فيك و أومنك على

عرضي و شرفي ، عيا وادعا لقد اكتفيت منك أيتها الغبية ، أتمنى لك السعادة و أطلق ضحكة عالية مستفزة و أقفل خط الهاتف.

سقطت بقوة على سريرها و دموعها أغرقت و سادتها لم تستطيع تصديق ، هل من كانت تناديه بحبيبي ضحي بها ؟ هل من قضت عمرها تضحى من أجله ، تركها و جازى دلالتها و حبها بالأذى ، و بمجرد ما جاءته فرصة حلق في سماء و تركني أختنق في عمق البحار .

بضحكة ممزوجة مع البكاء نعم ، لقد اختنق مني و لم يستطع تحمل ، كم أنا غبية لم أصدق يوماً صديقاتي بأنه سيأتي يوم و يرحل فيه بل كنت أدافع عنه قائلة هو استثنائي غير الجميع ، خيبت ثقة والدي و نسيت أنا الحلال أساس الحب .

مسحت دموعها و وقفت فرددت في سرها : "حسناً ، لم يحدث شيء أنت قوية أنت أقوى من أي صدمة قد تصبك انتهى ، إلى هنا و تنتهي هذه المهزلة التي صنعتها بنفسك عليك تحمل عواقب أفعالك كذبت على والديك ، فعلتي ما لا يرضي الله ، لكن الخطأ لا يعاد مرتين ، ستكملين حياتك ، و ستكرسينها لعبادة الله و طاعة الوالدين و لإثبات وجدك " ، الحمد لله أخذت درساً لن أنساه و غير مجرى حياتي ، سأبرهن لذلك التافه الغبي أنه لا شيء و أن رحله لن يؤثر عليا بل زادا من عزيمتي و قوتي ، سأبرهن له أنني قوية و لن أفعل مثل غيري أنتحر و أنهي حياتي و أخسر آخرتي بل سأقف شامخة و أكمل حياتي ، هذه كانت قصتي و أقدم نصيحتي لكل فتاة لا تثق بأحد غير والديك فلا أحد يحبك و يحب الخير لك مثلهم لا تحب شخص يرويك بالكلام المعسول بال أحبي من يطرق بيت والديك و يطلبك من والدك معززة مكرمة ، ففي زمننا هذا كل شباب يتقن فن التلاعب و الكلام و يرونكم بأجمل الكلمات لتحقيق غايتهم ، فهم يرونكم مثل لعبة القابلة للانتهاء ، فعلموا يا حبيباتي أن من يحبك يطلبك

في الحلال و علناً لا في سر ، أتمنى أن يستيقظوا فتيات جيلنا  
من عتمة الحرام فلذة الحلال أجمل بكثير منها .

## نتاش أسماء

### خطبة الف ليلة وليلة

هواجس تتابني...أفكار مشتتة أترقب إشراق النجوم...سما  
يتوسطها قمر ساطع و ظلام دامس حاوط سماء و قلب حاوطه  
ضحيج صاحب ملئه الأسى جالسة مكتنفة الأيدي...في  
أعماقي قلب مشتت و عقل شديد التفكير ...بغته أبحر في  
بحر الموبقات هل أتعاطى رشفة من سعادتني التي تسعدني  
يوما و تقتلني يوما بعد يوم كأن صوت ما بداخلي...صوت يدب  
في نفسي هيا إفعليها فجأة أحمل سيجارة و يداي ترتجفان و  
دموع اغرورقت بين أجفاني أتمتم بكلمات أناحي الله، يا الله لا  
أستطيع التخلي ...فأتنصب دموعي على وجنتاي كالرذاذ الماء  
، يا الله أغلال المعاصي هدتني بغته أشعلها نعم أشعلها  
لتخمد نيران الأسى في قلبي...لأنسى كل كوابيس ضمتني  
لصدرها المفزع ...أغمض عينايا لأحاول النسيان.

فأضم شفطاي إلى بعضها كما تضم الأم رضيعها

فألتهمها مثلما يلتهم الليث فريسته...أستمتع برائححتها التي  
عبقت أنحاء مقبرتي، فجأة أستفيق من عباب المعاصي أذهل  
عنها فتتلاشى كل الأفكار التي سكنت عقلي و قلبي  
العاص...أردد بصوت صاحب: يا الله...هل تسمعني؟ يا الله...هل

تغفر لي ؟ هل فاتني قطار التوبة ؟ قلب يرفض و عقل يريد، الله أكبر...الله أكبر...أشهد ان لا إله إلا الله...وأشهد أن محمد رسول الله...حي على صلاة...أصرخ من جديد التوبة التوبة دنت مني...رحت أجري مثل ضير رأى النور من جديد...توضأت و حملت سجادتي لأعلن توبتي و أطلب المغفرة فصلاة تلك الليلة كانت سميري و خليلي و توبة حياة جديدة باب التوبة مفتوح وتغلب على رياحين الحياة و معاصي الحياة أجمل بكثير تب إلى الله مادام باب توبة مفتوح و إن فتح لك يوما استغله لو كنت حتى بين أغوار المعاصي.

### بسناسي إيمان

## هفوة لن تعاد..

-غاليتي إياك والتفريط في دراستك فإنها حياتك بها ستبلغين مرادك ستصبحين أنثى ذات شأن في المستقبل سيصبح لك اعتبار بين عائلتك أقرانك وكل من حولك، لا تكوني مثلي استهزت وكنت لا مبالية ضيعت عام من عمري ندمت وتحسرت وبكىت لياليا لتفريطي في ذلك العام، أتحسر كثيرا عندما أرى من هن في مثلن سن يرتادون المراتب العليا وأنا في القاع أتبعثر، لم يكن هذا غيرة وحسدا مني، بل تحسرت لأنني كنت في الريادة معه فتركته السباق في منتصف الوقت، وضعته يداي على وجنتاي وبدأت بالبكاء، شككت في نفسي وفي قدراتي وفي ذاتي، أيقنت بفكرة عدم قدرتي على تحقيق مرادي ومبتغاي، أغرقت نفسي في وحل الشك المفرط، وما كان عساي أن أفعل، صحيح أنني خسرت عاما من حياتي لكنني كسبت تجارب تغنيني وتغنمني، من هذا المنبر ومن خلال كلماتي المتواضعة أدعوك للتمسك بحلمك، وبأن تثقي بنفسك وبقدراتك ولا تنتظري أي شيء من أي شخص وكوني لنفسك الضلع الثابت الذي لا يميل مهما عصفت به هموم الحياة ومصاعبها.

بالطيب ملاك



## الأميرة المراهقة

إلى تلك الجميلة ذات العيون الأجمل، والقلوب الأروع،  
والأنقى، كوني كغيمة تحمل في طياتها غيثاً ينهمر ليُنبت  
تخيلاً مُنتظراً؛ إن طفلة الكبيرة الآن عليكِ بخطة سير  
لحياتكِ... فإن لم تفعلي فلتت منك زمام الأمور  
واستسلمت لتكاسلكِ وضاع عُمركِ هباءً منثوراً، لا تكوني  
رهينة للكسل ولا للواقع الذي يحاول كبت طموحاتكِ فالعمر  
لا يتمهل، استثمري فترة مُراهقتكِ فيما ينفع أنتى الآن في  
سنة الزهور لا تُغرني الأهواء من حولكِ، أعلّم أن الأمر صعب  
بشاق كما أعلّم أن العبارات التحفيزية تلك لا تُجدي نفعاً إن  
لم يكن بداخلكِ دافع لذا أنهضي ولا تتوقفي يوماً في البحث  
عن النجاح... طريقه طويلة ووعرة وربما تسقطين  
أيضاً لكن نهايته تُسبكِ مرارة الفشل، قاومي حتى ترفرفي في  
بساتين النجاح.

قوى صلتك بالله ولا تدعى قلبك يصدأ بالذنوب، بل نقه  
بالاستغفار... تحلى بالرحمة فخير القلوب أرحمها ولنكن رُحماً  
فيما بيننا بالكلمة بالنظرة بالأفعال أيضاً... الرحمة في كل  
شيء حتى في المعاملة.

وحذاري من مصيدة الحب فالحرام كالكذب حباله قصيرة وإن  
طالت، ولا تلبى لطمع من هب ودب، صوني أهلك ونفسك  
أولاً

حتى يرزقك بالحلال بمن يستحقك عفيفة مُصانة أميرة في بيت  
والدها ليأخذها الأمير المُنتظر...  
اسأل الله أن يهبكِ فرحة تُجدد خلايا روحكِ، وتنعش وِميض

أيامك ، انتبه لتلك المضة الصغيرة الكامنة بصدرك لا يستحقها سوى من أتى الدار من بابه لا من أقتحمه خفية.

شيماء على محمد

## الوحدة أجمل

كانت دائماً تذاهنني فكرة أن أكون لوحدي، أن يمرّ اليوم دون أن يسأل أحد عني وعن أحوالك و عما جرى بس وتفصيل يومي، أن أواجه لوحدي أكبر مخاوف ي فقد كانت ترعبني هذه الفكرة...

أما الآن فلا لم أعد أهت م فقط واجهني تلك الأفكار ولا تتهربني منها، فعندما تعلمين معنى الخذلان الجماعي لن يفرق معك إن بقي أحد أم لا، سيصبح الأمر عادي أن تبقى لوحده لا تشاركين إنجازاتك الكبيرة والصغيرة منها، لن يفرق معك حزن أحد منك أم لا، لوحده فقط يا عزيزتي أفضل ولكن:

• أفضل بكثير من وجودك على الهامش في قلب أحد أو مجرد أن تكوني بضعة وقت في وقت فراغه فقط !

• تأكدي عزيزتي بأن من يريدك سينهي كل شيء بيده رغماً إن غابه، رغماً أي شيء.. سوف يسأل عنك لن يردعه شيء، ومن يخلق الأعذار والحجج المتكررة استثنى من حياتك أيضاً بل ساعديه على الخروج بأمان فلن يصلح وجوده معك، أنتِ غالية.

• من يريدك سيفعل المستحيل لوجودك قربه.

- تذكرني أن الوحدة من الأشخاص أفضل بكثير من وجوده معك وغياب حُبِّه من عنك .. !
- عزيزتي الابتعاد ومواجهة مخاوفك، أفضل من الهروب منها.
- اختاري أصدقائك بعناية ؛ لأنك إن لم تقدر على تغييره م للأفضل، سيأثرون عليك سلباً فأبقي لوحدك أفضل..
- كُونِي كوردية وحيدة وسط الدَّيْجُورِ ، بين الغيوم السوداء تحتفظ ببقايا فُتاتِ نقائِها رُغْمَ غَيْبِها ، وتَتَمَنَّى ألا يتبخر هذا الفُتات..!
- حان الوقت لكي تنفض ذكريات الماضي، وتخرج نفسك من غيابه اليأس، وتسعى وراء حلمك، حُلْمِكَ الذي لطالما تمنيت أن يتحقق، ثق بنفسك حتماً ستصلين.

**مجد باسم**

## خاتمة وإهداء ﷻ

الفائزة الاولى في هذا الكتاب:

**\*شيماء بومجرية** بخاطرة على الاب **نسأل الله أن يرحمه**  
**وسكنه فسيح جناته** وفي الاخير نقدم هذا **الاهداء** ..

فهذا الكتاب هو قطف لجهد و دعم سنوات .. .  
شكرا لكل من دعمنا من اساتذة و اصدقاء .. .

**تحية خالصة للعائلة سلاطنية و لعوامري**

**موات شكرا للوالدة بوعشة ياسمينة**

**شكرا للوالد سلاطنية صابر**

شكرا للاخوة :سلاطنية وائل و سلاطنية زكرياء و رهواج سليم  
تحية خالصة نهديها للأستاذين حداد عبد السلام و وشتاتي كمال و  
عائلتهما

كما نهدي تحيتنا للأستاذة و الاخت الكبرى مريم موادنة و كل  
العائلة تحية لزميلات **لعوامري أميمة : عالم بشرى \_ ترخاش**  
**خولة شبلي خلود\_ بن دعاس خلود \_ عبد النور نور \_ زايدي**  
**هديل**

**على كل كلمة كان تشجيعها له ا** ﷻ

تحية لزميلات **سلاطنية رحمة: مزراق حليلة السعدية؛ هميسي**  
**جيهان ؛بوزيدي وسام ؛لينة نحال**  
تحية لكل من خذلنا لأنه زرع فينا روح التحدي و ها قد حققنا مرادنا