

کتاب جامع

لا

تحریر

تحت إشراف:

بولعراس أشواق

بولعراس صفاء

لاتحرني

تحت إشراف: بولعراس صفاء / بولعراس أشواق

□ بسم الله الرحمن الرحيم □

أما بعد الحمد لله الذي وفقني وإياكم لأكمال هذا الكتاب وتصديره الذي
حمل في طياته أرقى الكلمات من أرقى الناس إليك أنت أنت يا وصية الله
والرسول نكتب إليك يا من أطفئت شمعة الأمل في قلبها هانحن اليوم هنا
من أجلك لنشعل فتيل الأمل في قلبك من جديد ونبت الحياة إليك، عندما
تنتهين من هذا الكتاب ستعدين نفسك أن لا تحزني بعد الآن فكوني علي
أهب الاستعداد لبدء حياة جديدة تملئها الطمأنينة والفرح لذلك لا تحزني □

الكاتبة: بولعراس صفاء

□ إلى وصية الله □

أما بعد كلمة شكر وتقدير لصفاء الصديقة الرائعة البشوشة التي باتت
سندا لي لا يمل ولا يكل ولا يمل من مراسلتي والتحدث معي أردت أن
أشاركها في كتابها الراقى الذي إستوحته من واقعنا ومضمونه فاق
حدود الروعة فسأبدأ أنا برسم وحياسة بعض الكلمات لفتاة خذلتها
الحياة وجعلتها تتوقف عن التفكير بحياة جميلة وملونة تحت نسمات
التألق

فياا صغيرتي يافتاة المستقبل يانجمة في عتمة الليل ياا بهجة الحياة
فبدون تخطيگ لعثرات الحياة والخذلان الذي تعرضتیه من أصدقائك
وأحبائك وحتى أقاربك لا يجعلك فتاة قوية وذات طموح إنهضي وجعلي
إبتسامتك يتغنى بها الشعراء في قصائدهم وعزفي رنات الشجاعة من
ذلك الخذلان وكوني فتاة لاتهزمها تلگ الرياح الحياتية گل مر سيمر.
يالؤلوتي فالله دوما يختبر صبرنا ويجعلنا نعيش أحداث قاسية في هاته
الحياة لگی نتعلم الدروس ونخرج منها بشخصية قوية جسورة تحارب
تلگ العثرات التي واجهتها أنت في حياتك أنا أرسل لگ كلامي بطيات
من الامل لگی تعيشي حياتك ولا تقف عند ذلك السطر
الحزين ياعزيزتي إجعلي گل من يراگی يقول هاهي الفتاة الطموحة وعلى
أحلامها تسير وبرضى الله تنير الحياة ليست كما تظنين عندما تخذلك
مرة وإثنان لاتستسلمي لا جدال هنا. هي فقط تعلمك لگی لاتتکني على
كتف أحد فإسمعي كلامي جيدا

صلي صلاتك وتقربي لخالقك وكوني صداقات صالحة تأخذ بك من
الظلمات إلى النور هنا تحلو الحياة إذا عرفتى كيف تعيشينها بكل
التفاصيل التي ترضي خالقك وهو سيرعاك وعلى درب الوصول إلى
مبتغاك لا ينساك سبحانه كريم بعباده فلحياة إذا ضاقت فرجت وإذا
تعيسرت وما إن تيسرت فأتمنى أن تكون هاته الكلمات باتت منفعة لگ
بالتغير وأراک كما تمنين وعلى العثرات لاتقفين يازهرة الياسمين.

بقلم الكاتبة: مغربي هالة.

»
«

لا يليق بك الحزن ياغصن الزيتون

أعلم .. أعلم جيداً وأشعر بك

أشعرُ بوجعكِ الدفينِ اشعُرُ بصعوبةِ ما تمرين به ولا تستطيعين حتى
النطق والحديث عن ما تعانين لا أحد يشعر بكِ غيري هُدوئكِ وصمَّتُكِ انا
التي اعرف كواليسها جيداً , ضجيجٌ و نيرانٌ تلتهمُ روحكِ من كُلِّ
جانِبٍ, اعلمُ ان المحيط التي تعيشين فيه لا يصلح لتحقيق ما تريدين
الوصول اليه الكُلُّ يَُوقُ تقدُّمكِ لا يريدون للنور أن

تشعُ منكِ ولا لبريقِ عينيكِ أن تبصر هذا النور

وإن تسأل من أنا ومن أين جاء هذا الصوت !؟

أنظرِ الى المرآة وستعرفين من اكون , أنا هو أنتِ

لا غيري يعرفكِ ويعرف من أنتِ من تكونين انا التي تؤمن بكِ وتؤمن
بكل ما تقومين به أنا صوت ايمانكِ , اعرفكِ من الداخل لا تُبرري لي
مخاوفكِ و هزيمتكِ أنتِ اقوى من كُلِّ وجعٍ وخذلانٍ و كسرٍ , اقوى بكثير
من أن تدعي شيئاً يُعكّر صفوة ذهنكِ لا تبخلِ على نفسكِ بـ الابتسامَةِ و
التفائلِ والعطفِ فلا احد يستحقُّ الحُبَّ غيركِ , أيُّها الزهرةُ الفواحةُ بعبير
الأمَلِ , لا يليقُ بكِ الحُزنُ يا غُصنَ التينِ إياكِ أن تستسلمي لرياحِ عابرةِ ان
تقلعَ جذورَ أُمْنِياتكِ لا تسمحِ لـ أحدٍ أن يعبثَ بـ أحلامكِ الورديةِ أنتِ قويةٌ
جداً ستنتصرين حتماً فانتِ لا تُقهرِ لا تُكسرِ ولا تُخسرين شيئاً أبداً , كُلُّ ما
في الامر أنكِ لا تكسبينَ في أمرٍ ما لتفوزي باعلى واعظمَ وأجملَ منها ,
لستِ عاديةٌ لستِ عاديةً أبداً خُلقتِ لتنتثري نِدارتكِ بطريقتكِ الخاصةِ التي
لا مثيل لها , لا شيءٌ يُشبهكِ وإن كان لكِ شبيهاً فـ ستكونِ كُلُّ تلكِ
الاشياء الثمينة التي لا تتكرر , كـ بداياتِ الحُبِّ و حنانِ الامهاتِ ورائحةِ
الخُبزِ وندى الصباحِ , أنتِ الصفاءِ وأنتِ الغيمةُ والمطرُ فاروي الارضَ
خيراً يا كُلِّ الخيرِ , لا يليقُ بكِ الحُزنُ يا غُصنَ التينِ فلا تدعي أيُّ أمرٍ
يسرقُ جمالَ بساطتكِ ويسلبَ براءةَ روحكِ ونقاها وتعلمي أن لكلِّ شيءٍ
نهايةً فاصبري وترثي ولا تُقدمي على اليأسِ و الشكوى , فما ضاقَ أمرُ

إلا وانفرج سيأتي - يومٌ جميل وسيُفتحُ بابٌ قريب وله نافذةٌ تتطلُّ على
غدٍ مُشرقٍ تحمل بين طياتها البشائر و المسرات.

بقلم الكاتبة: لـ ماردين باجلان.

»

«

□ الحسناء البائسة

أهلا جميلتي !

كنت مارةً من هنا بالطبع ليست صدفة إن التقيتكِ ، اسمحي لي بالجلوس
بقربكِ لبرهة !

كيف هي روحك؟! أعلم أنكِ عانيتي الكثير من التمزقات بداخلك ، اعتذر
إن كنتِ ذكرتكِ بأوجاعك ،

أريدك أن تعلمي أنه برغم الحروب التي شُنت بداخلك سيكون كل شيء
على ما يرام لا تقلقي ، فقد عاهدتك ايتها الحسناء قوية كشعاع من نارٍ
في ظلمات اليأس ، عاهدتك بشجاعتك في آفات البؤس ،
لا تسمحني لأي شيء مهما كان شدة قوته أن يتغلب على هفوت روحك ،
و يذرف عبراتك ،
تحلي بصبر الحكماء ، و كوني لنفسك منوياً من الذئاب البلهاء ،
تيقني و أيقني بنفسك و بمقتدرات ذاتك ، اسعي لتكوني أنثى أجمل
بروحها من ذي قبل ،
لا تحزني و لا تسمحني لفتونٍ واحدٍ من الحزن أن يتسلل إلى ثغرة قلبك ،
لا أريد أن أرى هذه الضحكة الباهتة على وجهك ، أريدك أن تبتسمي بفي
الأمل ، و تُظهري صمودك ،
كوني فخورةً بذاتك مؤمنةً بنجاحك ، واثقةً بهفوات روحك ،
تعلقي بالأمل كتشبت القمر بالسماء ، أطلقني لروحك العنان للغوص في
أعماق الأمان و الطمأنينة ،
أنتِ نبراسٌ صالح ، قفي و لا تجعلي زعابير اليأس تهزمك مطلقاً ،
هيا أيتها الروح الرقراقة قفي على ناصية أنوثتك و حاربي بؤسك فأنتِ
لن تُهزمي ، هيا أعلي من قدر كبرياؤك و أطلقني رصاصات الأمل نحو
قلوبهم ، هيا أنا أو من بك و أو من بنجاح كبرياء أنوثتك ..

بقلم الكاتبة: الحسناء منعم

»

«

□ بصيص أمل □

عزيزتى الغاليه:-

أعلم جيدا أنك خذلت من أقرب الأشخاص لديك ، وأنت ترين الحياة قبيحه
جدا .

أعلم أيضا أنك تبكين كثيرا ، وأن الحزن صار عنوانك ، والوحده
خليلتك .

ولكن ياغاليتى حقا هذه العيون لايليق بهما الحزن أبدا ولا يليق أن
تختفي تلك الإبتسامه الرائعه من وجهك الجميل . حقا أنت جميله جدا.

أوقفى التفكير بقلبك قليلا واستخدمى عقلك من الأفضل.

أتعلمين شيئاً ؟ حقا أنا أشعر بك ؛ أعلم جيدا أنك ستفكرين كيف أشعر بك ؛ لذلك حبيبتي دعيني أخبرك أنني فتاة قست عليها الأيام بشده ، وانطفأ كل شيء بداخلي ولكن في يوم من الأيام ظهر لي بصيص من الأمل.

ذلك شعاع النور الذي غير لي حياتي للأفضل وجعلني أتمسك بالحياة من جديد ؛ لذلك ياغاليه انظري لشعاع النور الذي يظهر لك وانت لا ترينه بسبب حزنك .

انظري من حولك سترين أشخاص يحبونك جدا ويحزنون لحزنك.

لازال لديك بصيص أمل ولازال يوجد أشخاص ينتظرونك ، لازالت الفرحة تنتظرك.

دعيني أروي لك قصه جميله أعرفها : (كان هناك عصفور يسبح لربه كل يوم ، مرت أيام لم ينطق فيها العصفور ، فتسائلت الملائكة وقالت: " يارب لما لم يحدثك العصفور ؟! " فقال الله تعالى : " سيأتي لا محاله فليس له غيري ليشكو له"

فوقف العصفور ذات يوم على غصن الشجرة والملائكة تترقبه فقال العصفور : " يارب كان لي عش صغير وهو ملجأى الوحيد لم أخذته مني يارب ، لما أرسلت العاصفه ؟ "

واختنق العصفور بدموعه وحل السكوت في الملكوت.

فقال الله تعالى : " كان هناك حية تتجه لعشك وانت نائم ؛ فأمرت الريح لتقلبه ؛ حتى تفيق وتنجو "

بكى العصفور وملاً بكائه السماء والأرض وقال ماألطفك يارب!!).

الحكمه هنا حبيبتي أنك لا تعلمين كم يرفع عنك الله بسبب هذا الحزن !

كم أبعد عنك الضرر والمصائب وانت لا تعلمين شيئاً .

لذلك غاليتي ابتمسى ورددى الحمد لله وتيقنى أن جبر الله آت لا محال له.

وكما تعلمين كما يوجد ليل ونهار يوجد فرح وحزن .
انتظري الفرح ودعي الحزن جانبا وتمسكى ببصيص الأمل الذي ينتظرك.
حبيبتي كيف تحزنين والله معك ، ولو علمتم مافي الغيب لاخترتم الواقع.
لا تحزني عزيزتي .

" N . M "NADA

»

«

"كي تفر عينها ولا تحزن"

تحت المسمى بالحب كانت حكايتي تخط عبارات الألم و الخيبة، سطور
من الإحباط لما حدث لي من إنكسارات داخل جوارحي...

نفضت غبار الحزن عن نفسي و قلت مخاطبة فؤادي المنكسر أ وليس
هذا كثير على ما حدث أراك تزيد الطين بلة فعلا الأمر لا يستحق كل هذا
القدر من الإنجذاب...

عم الصمت في كياني لوهلة لتفيض مني ضحكة ساخرة ظننت بعدها أنني
قد جننت من كثرة القهقهة، حقا أهل بالإبتسامة و أجدر بأن أفتح عيني
لحياة أفضل، أجمل، أسعد من كل ما مررت به... وأنا على هذه الحال
سمعت صيحة يتلألأ لها القلب، نداء من ودود يطلب مني لقائه لعلي
أبتهج بعدها بهجة تصاحبني أمد الدهر ... فعلا رحيم إلهي أنا آتية إليك
فلا تردني أرجوك... هرولت مسرعة لأتوضأ و أغسل نفسي و قلبي
و كأن الماء أصبح عذبا مما كان عليه من قبل، قطرات زلال تطهر
الوجدان قبل الوجه، و كأن عيني باتتا أكثر وضاءة و نضارة، كأنني

سوف أرى الجنة في صلاتي، أكملت وضوئي و ذهبت للقاء سلامي و لطيفي ليته يستقبلني و يغفر لي ما تقدم من سهوتي و إبتعادي عنه...

بهرني نور الغرفة و شدني تألق السجادة و لمعتها، بادرت في إلقاء السلام احتمالاً أن تكون الملائكة تنظر إلي، افتتحت الصلاة مباشرة و كل جسماني يرتجف بهجة و هلعا في الوقت نفسه، أنفاسي تأخذني إلى عالم من السكينة و الطمأنينة من رُوح و ارتياح... أنهيت لقائي و كلي سرور و ظن بأن ربي لن يخذلني، حقا الخذلان لا يأتي إلا من البشر فالله سبحانه لن يتخلى و لن يخذل شابة أوابة تريده أن يكون أنيسها في وحشة أناس لا سبيل لها معهم غير الإحباط لا متخذة أخدان يجعلونها في غفلة عن ذكر الملك القدوس... هو فقط من يقدر على جعل الصعب هيناً، هو الذي يريد مني العودة إليه رغم إبتعادي عنه، هو من يعالج الجسد و النفس و الروح رغم اتخاذي ملجأ غيره، لكن لن أحزن على ما مضى و إنقضى وحده الرحيم يقول: "لا تخافي ولا تحزني..". وحده الصمد يوصيني بقوله: "أبشري..".

عدت إليك الهي فلا ملجأ ولا منجي لي إلا أنت ها أنا الآن في حفظ الخالق و صونه لن يحدث لي مكروه مادام هو أقرب لي من حبل الوريد لن أسيء الظن به ولو لم يأتني ما أردت فهو وحده يعرف ما يود خاطري و ما لا يسعدني...

بقلم الكاتبة: زروقي عمارية

»

«

□ إليك أنتِ

إلى تلك الفتاة الجميلة التي تقطر البراءة من وجهها ويلمسة من يدها يزهر النبات ويحيا الجماد لا يليق بعينيك الجميلتين نزول الدمع أو لليأس أن يسيطر على محياكي أنت أعظم مما تتخيلين أنظري كيف تشعين نورا في بؤبؤ رؤيا كل من يحبك وينظر لكي ، دعيني اخبرك أن وجود روحك في هذه الدنيا هو أول مصادر الأمان والسلام لأنك منبع الحنان واللطف وسبب سعادة كل من حولك .فيا أعظم ابداعات الله في الخلق إمرحي وأرقصي وغني وعيشي الإيجابية بكل انواعها بكل ما تفعليه وتتقينين القيام به بكل ارتاح . ولا تنسي انك قدوة لغيرك حتى لو أنكرتي ذلك فهناك من يتأثر بكل حالاتك المزاجية وتذكري أن الغد أجمل وأنت وصية الرسول التي مستحيل لرب العباد أن يخذلها وأعلمي أن بعد أي كرب أو مشكلة سيحل الأمل بطريقة طاغية وينسي قلبك القطني صاحب البياض

الثلجي مرارة الأمس . ابتهجي يا أيتها الملكة الفردوسية فقصرك
السرمدى يترقب مهرجان حضورك به ...!!

بقلم الكاتبة: منال حضري

»

«

□ المؤنسات الغاليات □

_قرار الزواج ليس بالأمر السهل فإختيار شريك الحياة من المُستحسن
أن يكون ذاتي لتفادي أي مشاكل في المستقبل وفي هذه القصة مثال على
ذلك.

سارة فتاة طموحة للغاية تركض من أجل تحقيق حلمها الوحيد أن تصبح
محامية عندما تحصلت على شهادة البكالوريا، بدأت تشعر أن حلمها
يتحقق خطوة بخطوة، إنتقلت إلى مدينة أخرى لمواصلة دراستها
الجامعية أنهت عامها الأول بكل نجاح وإصرار وعادت في عطلة
الدراسة لبيت أهلها

وبعد مرور أيام تقدم لها رجل خمسيني ذو منصب ومكانة كبيرة قبل به
والدها دون مشاورتها في الموضوع فعندما أخبرتها والداتها إنصدمت
لقرار والدها بدون إعطائها حقها في التشاور

حاولت مناقشة والدها بالموضوع فتجاهلها وأجبرها على السكوت، إذ
كان مصر على إتمام زواجها منه في أسرع وقت ممكن

رفضت والدتها قرار والدها واعترضت بشدة لكن دون جدوى كيف ولا وهو شخص أناني الدنيا عنده كلها مجرد أموال يسهر الليالي مع رفقاء وفي النهار يقضيه نائماً وبالفعل أتم الزواج في أقصى مدة
مر شهر على زواجها منه، بدأت تظهر حقيقته زوجها الذي يشبه والدها تماماً كلا بل أكثر من ذلك

يتعامل معها كأنها خادمة لا غير يعاملها بسوء

فإن إعترضت على شئ يضربها ضرباً مبرحاً

صارت تعيش تحت سلطته وجبروته

كلما قررت إخبار والداها بالموضوع لا يلتفت لأمرها ولا يبالي ولم تستطيع إخبار والدتها لكي لا تحزن عليها طلبت منه الطلاق مرات عديدة ولم يستجب لها، ضربها زوجها ضرباً مبرحاً

كلما تُفكر في الموضوع تتذكر طفلها الصغير كيف ستتكفل به وهي في هذا الوضع إلا أن استسلمت لحالتها ، فصارت تُشغل نفسها بمواقع التواصل الإجتماعي حتى تعرفت على العديد من الأصدقاء وتعلقت بأحدهم تطورت علاقتها معه علم زوجها بذلك فطلقها وعادت الى بيت والدها المتعصب وعاشت معاناة اخرى صارت حياتها كظلام حاد ينتظر بروز شعاع أمل ليضيء أيامها الحزينة

وبعد شهر تمكنت من إنهاء دراستها رغم الصعوبات لتحقيق حلمها بعد جهد ومعاناة وظروف صعبة تحقق حلمها وأصبحت محامية كما تتمنى

وصارت معروفة عند الجميع

وتقدم لها شخص آخر خلوق ويخشى الله فتزوجها وقبلت به زوجها لها وعاشت معه أياماً جميلة عوضتها على تلك الأيام التي مرت بها

أدرك والدها خطأه وحاول التقرب منها من أجل طلب السماح اعتذر منها بشدة لظلمه الشديد لها

فسامحته لظالما كانت تنتظر حنان والدها يوما ما.

إتقوا خيرا في بناتكم قال رسول الله، صل الله عليه وسلم: "مَنْ وُلِدَتْ
له ابنةٌ فلم يبدِّها ولم يهنِّها، ولم يُؤثِرْ وأده عليها - يعني الذكر - أدخله
الله بها الجنة" رواه أحمد.

بقلم الكاتبة: ولد الزين حورية

»

«

□ طبطبة على قلب أنثى

أعلم أنك متعبة لأبعد حد ، ومنهكة وهشة للغاية ، ولكن دعي حروفي الآن وانظري للسماء ، أليس الذي فيها بكافيك ! أليس الذي فيها عالم بك ! أنسيت أن أمرك كله بيد خالقك ! أنسيت أن الخير كله بيده وأنه قادر كريم ! ، ، توقفي بعض الوقت عن كونك بائسة أو تعيسة ، توقفي على كونك على حافة الهاوية ، ليس الآن هو وقت الاستسلام والفشل ، لا حبيبتي حان الوقت أن تكشري عن أنيابك وأواجه واقعك فمثلك لا يرضى إلا بأن يكون سعيدا

كوني قوية ابتسمي دائما كل مر سيمر وكأنه لم يكن لا تحزني فالحزن لا يلائمك ، فهناك دائما مخرج لكل ضيق وأنت تستطيعين بإذن الله أن تتجاوزي أي لحظة سيئة ؛ فلا تدعيها تسلب منك إبتسامتك ونظرتك وثقتك بنفسك وتقديرك لذاتك ، ضعي ثقتك بالمولى عز وجل فعندما تضع المرأه أن كل ابتلاء يمر بها هو عطاء من الله لها ليرفع درجاتها بصبرها وقوتها فتثبت أمام الابتلاء بصدق عندها يأتي العطاء لها من الله فيفرح قلبها الرقيق فتعلم أن منع الله عطاء عندها تقف عاجزه أمام هذا العطاء كيف تؤدي حق شكره والثناء عليه إلا بركعات خوافي .

فكوني لطيفة للغاية وابتسمي دائما.

أنسيتِ أنكِ جميلة ولا يليق بكِ غير الفرح ! فأنتِ ورب الكعبة جميلة
ورائعة ، وذاك العبث الساكن بداخلك لا يستحق منك كل هذا أبدًا ، لا
يستحق أن تضيعي إشراقة وجهك من أجله ، أنتِ قادرة على الوصول
لحلمك وهدفك ، أنتِ تستطيعي فعل ذلك رغم الصعوبات ، لكن ستمر هذه
الأيام ، اجعلي الابتسامة عل شفئكِ دائما ، فحتمًا هناك من يحب هذه
الابتسامة ، لا تسمحِي للحزن أن يطرق باب قلبك ، الفرح يليق بكِ
ووجهك لم يخلق للعبوس ، ابتسامتكِ جميلة لطفًا لا تحزني ، سعادتكِ في
ذاكرتكِ وذاكرتكِ في ذكرياتكِ ف اجعليها جميلة تعيشي سعيدة !كوني كما
أنتِ ، فان لم تستطيعي ، لا تكوني كما يحب الآخرون ، فإذا فهمتِ هذه
المعادلة فهمتِ معنى الحياة !

بقلم الكاتبة: بن عابد أمينة

»

«

□ لا تحزني أختاه... □

والذي نفسي بيده لا أرضى لك الحزن غاليته ،إنه يأخذ من ملامحك وصحتك أنت سر أبواك بتواجدك بينهم أنت الأميرة وصاحبة الذوق الرفيع ،أنت الرائعة واللطيفة وأنت من قال عنك سيدنا ورسولنا محمد صلى الله عليه وسلم المؤنسة الغالية ،أتعلمين لو خلقت حيوانا كنت ستكونين طاووسا من شدة جمالك، قيل لي ذات مرة أن الفتاة قطعة من القمر ،لاتيأسى فلا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون ،كل شيء سيهون لأستخف بما تمرين به في هاته الأيام العصيبة لكن ثقني بالله أقوى من كل شيء حوقلي وتوكلي على الحي الذي لا يموت مادام أبوك حي ومادامت أمك حية فلتحيي لتحيي روحهم فأنت فلذة كبدهم ،كابدي وكافحي وواصلي، تعثري واسقطي وانهضي ،واسي نفسك ،توبي إلى الله وتقربي إليه في كل أعمال حياتك ،وزعي الإبتسامات على من هم حولك ،تواصلني وتعرفني على أشخاص جدد، مارسي هواياتك المفضلة ،اقرني وتعلمي ،احتسي قهوتك كما وكيفما تحبينها ،والمهم وبل أهم مما تتصورين صلاتك، عباداتك كوني تقية عفيفة فضفضي حجابك وتوسلي لله لا لعباده ،اجلسي مع من تحبين ،كوني عفوية وطيبة وذات أثر جميل ،والأهم حاربي اكتبك ومخاوفك ...والله المستعان.

بقلم الكاتبة: لطيفة إروضا □

»

«

لا تستسلمي يا حواء:

إلى كل أنثى أرهقتها ريح الحياة

أنت أيها الأنثى ؛ إياك و الاستسلام ، هل إستسلمت مريم العذراء عندما أخرجو عنها القيل والقال لا لم تستسلم وكذلك أنت لا تستسلمي لا تحزني ؛ نحن حواء وحواء لا تهزمها الحياة نحن نثابر نحن نهض بعد كل فجر ؛نجبر بعد كل كسر ؛ ما بعد الحياة ممات فلما الحزن يا فتيات

أ لم يخبرنا سيد الحياة و الممات :

لا تخافي ولا تحزني

إضحك للبشرى "فضحكت فبشرناها"

أنسيت يا عزيزتي أننا من خريجي مدرسة سبيستون أنسيت ماذا علمتنا ريمي دعيني أذكرك : لا حياة مع اليأس ولا يأس مع الحياة أنسيت ماذا أخبرنا روميو و أفريد أنذاك لقد قالو أن الحياة ستظل تهدينا أضواء غي آخر النفق تدعونا كي ننسى ألما عشناه

لا تقلن مهما يكن عند المحن ضاع الامل

ما لنا في الحزن يا فتاة من إستسلام

نحن معشر حواء نمضي دائما إلى الأمام ، نحن أقوياء لا يقتلنا شعور الغمام إنهضي تحدي الحياة تخلصي من ذلك الحطام ، أنت لا تستحقين دموعا ، أنت تستحقين على السعادة.

بقلم الكاتبة: عيساوي لميس

□ لا تستسلمي لحزنك فهو يجعل منك انثى هشة

"فنادها من تحتها الا تحزني قد جعل ربك تحتك سرىا"

هل تأملت من الآية جيدا أنها من سورة مريم حبيبتي ونزولها كان أجبر
سيدتنا مريم واليس قادر بجبر قلوبكن لما الحزن يا فتاتي وانت

وردة جمال زهرة انت لا تسمحي لاي كان بتحطيمك انت قوية
وتستطيعين فعل مالا يستطيعون فعله الرجال الا يكفيك شرفا انك انثى
خلقت من ضلع آدم يا عزيزتي لما الحزن والإسلام شرفك هل تحزنين
عن ذكر عن شبه رجل لو احبك لتزوجك لماذا تحزنين على عمل لم يكتب
لك فوالله وبالله والله لكتب لك لكنت فشلت لماذا تحزنين؟ بنيتي .لماذا
تدرفين كلتان اللواتان من بحر الجمال؟ والا يحق لي سؤالك لماذا الحزن؟

اسمعي ما ساقول جيدا في يوم من الايام رسبت في شهادة البكالوريا
وبكيت وحزنت وتالمت وصدمت نعم لقد سقطت ولكنني نهضت بفضل
كلمات والدي اسمعي؛ ماذا؟ قالوا: لي جيد.

"يابنتي ؛انت قوية ونحن نعلم بانك ستتجاوزين هذه المرحلة

نعم هذا الألم الزائر الذي دخل حياتنا عنوة وبلا رحمة
يستفزنا يقض مضاجعنا يسلبنا راحتنا يثير فينا الفزع والهلع
زائر غير مرغوب فيه لأنه يخدش مشاعرنا وأيا كان نوع هذا الألم فهو
سيغير فينا أشياء وأشياء

بعضنا يخرج سالما غائما من تجربة الوجد يا صغيرتي وحتى ناجحا لأن
النجاح يولد من رحم المعاناة فدائما اشكري المك بنيتي لأنه كان سببا
في هذا النجاح لقد رمم ما تصدع فينا وأعدنا الى الحياة من جديد. "

هكذا كان رد فعل والدي عندما دخلت في أزمة الم واكتئاب حزن في تلك
الفترة تركت كل شيء حتى الكتابة نعم لقد هجرت رفيق دربي وصاحب
روحي عجيب اليس كذلك

لماذا تحزين ورب العرش يجبرك لماذا غاليتي؟

سوف تمر هذه الفترة مثل مامرت علي

نعم لقد تجاوزتها وأصبحت اقوى ولكن

قبل أن أصبح امرأة قوية لهذه الدرجة

فهمت ضعفي واستمعت له بثبات

. ثم أخبرته دون تراجع أنه لايليق بي

انا من جعلت القوه قانون للحياه اقوى

وانت ايضا تستطيعين النهوض للحزن بعد الآن

بقلم: الكاتبة عائشة خلود بن يطو

«لاتدعي اليأس يكسرك»

لا تخافي ولا تحزني ولا تدعي اليأس يدخل إلى قلبك تفألني إن الحياة فيها الكثير من التجارب وتعلمنا الكثير من الدروس ويجب ان نتحلى بالثقة بأنفسنا ونزرع الأمل فينا عليكي ألا تنظري للحياة من الجانب السلبي نحن نتعلم من اخطأنا وننهض ونحاول ثانية فجل من لا يخطئ فالانسان خاضع لمواجهة صعاب الحياة ودروسها فقط علينا ان نثق بأنفسنا أكثر ونقدرها عليكي بتمية مهارتك ومواهبك لا تدعي العوائق تقف في طريقك تحرري من الافكار السلبية وتجنبي الاشخاص السلبيين اقرني كتب عن النجاح وتجاوز الصعاب خالطي الناجحين ولاجايبين عززي من قدراتك تعلمي من قصص الاخرين الذين فشلو ونهضو من جديد مثلما يقول المثل لكل جواد كبوة ، تعرفني على ذاتك واحببها واعطيها قدرها انتي تسمعين بقصة سيدنا يوسف عليه السلام اعطيك مثال عن قصته لولا فرج الله عن يوسف في اول ابتلاء ته لما الات اليه خزائن مصر قد يطول البلاء ليعظم العطاء فثق بالله ولا تستعجلي تاكدي ان الله معكي في كل خطوة وهو قادر على ان يحول كل احلامك الى حقيقة فلا شيء مستحيل بقدرة الله انصحك اختي الغالية ان تتحلي بلايمان والثقة بالله فهو سلاحك لتخطي كل صعاب لان النجاح ليس امر سهل ويأتي من خلال مجهودك وتعبك قاومي انهضي حتى لو تعثرتي ، اعلمي ان كل انسان قد مر بفشل واحباط في حياته وتعرض لصدمات في الحياة سواء في المجال العملي او العلمي او

الشخصي او العطافي فكلنا معرضين للخسارة و الفشل في الحياة لآكن فقط علينا ان لا ندع اليأس يتغلغل في قلوبنا ويتمكن منا ولا نستسلم من اول مرة بل نقاوم لكي نحقق اهدافنا وامالنا واحلامنا فلا حياة بلا امل او احلام بالاحلام نحيا ونعيش اذا ماتت الاحلام والامال فلا حياة نحن لان الدنيا امتحانات وكل امتحان يعلمنا شيء اختي الغالية ارجو منك أن تغيري من نفسك وتبدأي من جديد وتعطي لنفسك فرصة وتقاومي نفسك التي تحاول قتل الامل فيك وتحي روحك فالروح هي التي تحي فينا الامل مادمنا احياء والروح فينا فلا زال بإمكاننا فعل الكثير فقط بالعزيمة والارادة نصنع المستحيل

بقلم الكاتبة: سلمى بن قويدر □

»

«

□ من بحر الماضي □

من يومها عرفت بأن هذه الحياة لا تساوي شيئا عرفتھا بأنها قاسية جدا ولا ترحم أحدا رأت الكثير والكثير وفي عمر صغير عانت من الآلام ماله نهاية سمعت كلام يجعل الإنسان يبكي دون دموع شهدت أحداثا قاسية تجعل القلب يتمزق حسرة وأنيبا وكل هذا حدث وهي صامتة وبلا ثرثرة لأنها كانت في عمر صغير وتعلمت من الحياة ما لم يسع لشاب يافع أن يتعلمه إعتادت القسوة واللزمات على الخدود والضرب العنيف وبلا رحمة تستيقظ وهي تسمع شجارات وتنام على سماعها ولم تشهد من الحنان ما شهدته فتيات غيرها همشت وتجاهلها الكثير والكثير وقسى عليها الأكثر واتخذت من سكب الدموع سبيلا لأنها لا تملك قوى لكي تدافع عن نفسها، وكانت تردد دائما لعل فرج الله قريب وكبرت في العمر قليلا وبدأت تسترجع أحداث ماضيها وحينها عرفت كم كانوا قساة عليها أولئك الذين هم الآن يبتسمون معها ويتبادلون معها أطراف الحديث ظننا منهم بأنها فقدت ذاكرة ماضيها ولم تذكر قسوتهم فهي من جعلتهم يتوهمون ذلك لأن معرفتها بالدنيا أنها فانية ولا بقاء لها والعيش عيش الآخرة فلا الحقد ولا الثأر ولا الهجر ولا العداوة ستغير أحداث ماضيها بل ستزيد الأمور تقيدا فأصبحت تعلم ما يوصي به الإسلام وما تعنيه تلك الآية التي يقول فيها جل جلاله «فاصفح عنهم وقل سلام فسوف يعلمون» الزخرف (89).

بقلم الكاتبة: فاطمة الزهراء نش

»

«

❓ في اختلا

رو عشا س فذ ، بي اصعلا ل اختير رو عشا س فذ و بي قور ي ل يلا عودا
و حذ بي قور ي يذلا س فذ و ، يير كفت في قر غا امدنع بي نصتحي يذلا
ام صخش تو موب س و لها امدنع بي رمغ ي يذلا رو عشا ... ل بقتملا
نا كام س كعي . صني املاب بي ركذ ي عودها لك لذ . ايح ل ل يلا ه نا م غو
ه لوقا فوس ام و ا س تنس ل بق لك اذ ل اقام س بة قلعتملا سي فذ في بي عولا
لي ا بي لصويلا يير كفت بي ل حوي ن ا ك انكه ... اذك و اذك لك لذ لي ل ا ق نا
و ن املا م دع ا نل خاد ع ز تي لا طحما س فذ . ت اذلا م داج طحم
ة طاسب . ت اذلا حلاصا . حلاصلا باب ت ركدا تي ايح ة لحو في .. ق لقا
نا لي ا م ديج بي ش ل كة ب رجت ... ة ب رجتلا قولاح اهيف ت ركدا ة لحو
بي بذعت ن ا ك تي لا را كفلال كن م و ، بي ضام ن م في اشتا نا اهيف ت ب رج
ع م تي قلاء حاجتا و ا لي ها حاجتا يير مض ب اذ لك لذ نا ك لوس ايموي
س اذلاب بي لعد ل ق املكف ق لعتلاب ل ا ل منكي لا ن ا صقنلا نا ت ركدا ، الله
ان دجو اننا اهد انسفننا م هو ذ تي لا " ة م رجتملا ت ا قلا علا لك لذ " ة صاخ
... تي اذ حلاصا باب . رو هظلاب بي خاد ة داعسلا رداصم ت دل ة داعسلا
" ة ب رجتلا " م دع بي ت ركدا تي لا قدي دجلا رعا شملا لك لذ . ايدسج و ايسفذ
ل باقم ي ا نود سي فذب م امته ل ا ة ب رجت ... تي لاص في ع شخلا ة ب رجت
م رضحة ة ب رجت ، " ن ب رجتلا ع م ا ن ا قلاء في لذ ن م رهظي ام س كع " و ،
ن انتم طاب موزلا ، جي صلا م اعطلا ة ب رجت ، سي فذ ل ضملا بي وسر م
امدعب لا اهظحلا م ل ة يموي ل ي صافذ ن م ح - ي م و ل يم جوه ام ل ك
ب ح بي تبسكا قدي دجلا ت ا داعلا هذ . سربلا ل اجم ن ع يير كفت فصر نا
ن ان ظا .. قاتفكو و ، بي صرت م م رثكا بي عفنت ، ة ماس م ر غة قير طب قايجلا
. انم ثانا حور ل ك ق ننتعنا لي ا ة جاحب اهيلع تور م تي لا بواجتلا هذ
وا . انم لظ قحتسي م ل ا علا لا و م ل ا علا م لظ قحتسذ ن حذ ن حذ لاف
امو ، فو خلا س ب و اننيب يذلا ز جاحلا س ركذ نا ب جدي صاخ ب بسك

، انسفناً بانتقذ في يدامتلا فوخ وا، هضفو ذئيشلا" لا" لوق فوخ
اغزج نوكد فوسل باقم رظتند لا انعاطع ناكولف، بحلانم فوخلا
. انتاذ رمدريذلا غزجلا سفذنوكيدنا ضوع انيفاشدنم

ما احبه في هذه التفاصيل التي اتحدث عنها ... تفاصيل حب الذات ...
انها تستطيع تغيير تفكيرنا و نظرتنا في الحياة ل حياة حقيقية، شئ
حي ... بمعنى انكي بعدما تتذوقين ربيع كتابة مشاعرك و الاعتراف بها .
عيش كل مشاعرك بكل جوارحك . الامتنان للنعم التي تنعمين بها ... كل
شئ سوف يصبح حيا بطريقة ما ، مليئا بكل ما هو مميز مثلكي

بعد كل شئ مؤذي عاشته روحك سوف تدركين ان كسر معتقداتنا الغبية
و بعض الافكار السامة التي تدور داخلنا .

روح التجربة سوف تغير الكثير من الاشياء داخلكي و سوف تشعرين
بالامان بعدما سوف تجربين اخلاصك و حبك لنفسك كما آمل .

بقلم الكاتبة: حنان اكبيوش

»

«

•• يَا وَصِيَّةَ الرَّسَّوْلِ ••

••كغمق بين النجوم؁ كنور بعد ظلام حالك؁ كحرية مسجون مظلوم؁ كبدر ليلة سماء صافية؁ ابنة وأخت وزوجة وأم؁ آخر وصايا الرسول صلى الله عليه وسلم؁ أعلى قدرها القرآن وسميت أحد السور بسورة النساء وأخرى بمريم؁ تحدث عنها التاريخ والدين؁ ومن أنت لتستهين بها الآن؁ المؤسسة الغالية إنها الأنثى مخلوق عجيبة صفاته؁ نقيه نواياه؁ رقيقة لمساته؁ طيب قلبه؁ إنها الأنثى قوية وقت القوة داعمة وقت الحاجة أم تحت أقدامها الجنة؁ نصف دين زوجها وحجاب ابها من النار سند أمها وعون إخوانها وماذا بعد لقوله صلى الله عليه وسلم: «رفقا بأقاربك» ومن هي القوارير هي نحن النساء؁ أي فخر سيكون لنا بعد هذا وأي إحباط سيصيبنا بعد أن أعلى دين الإسلام من شأننا حتى أننا أصبحنا كجواهر نخفي أنفسنا بين الثياب كي لا نفتن أحدهم او نقع في أيدي ذئاب ضالة؁ رفع الإسلام من شأننا ورفعنا عاليا بين الجميع وأي شرف سيكون بعد هذا؁ فافتخري أختي أنك أنثى فانت من تبين المجتمع وانت من تهدمينه؁ وأنت بذرتة الأولى؁ فلا يحبطنك كلام المجتمع اليوم؁ لانه قد إبتعد كل البعد عن دينه؁ أطيع الله ورسوله ووالديك ولا تكترث لأحد بعدهم. ••

بقلم الكاتبة: منة آية

»

«

□ لا تحزني

لا تحزني على فراق

الحياة ليست إلا مجرد قطار يسير مليئ بالركاب في كل محطة ينزل منها بعض الأشخاص و كل شخص ينزل بطريقة مختلفة عن الذي قبله

إن أردت البكاء ابكي قدر استطاعتك
لا تكبحي مشاعرك فهذا ما سيزيد من حزنك و شدة ألم و ضيق صدرك
الحزن يا عزيزتي لا يليق بك و لا بعينيك الجميلتين
حتى ..

إن ارغمت على البكاء ابكي بأناقة و حرية
ارتجي من الأيام أن تعيدك إلى نفس أسلوب حياتك الطفولية المليئة
بالمرح و الشغف و السعادة غير المدركة لمعنى الحزن و الأسى
حينها ..

ستدركين مدى براءة ذاتك التي كانت تطمح إلى أن تكبر دون عمرها و
قبل أوانه ، ستقولين في نفسك عندما كانت الايام جميلة ، الاحلام بسيطة
، القلب نقي صافي خال من الأحقاد و الشوائب
حيث ..

كنا نضحك من القلب و الابتسامة كبيرة على الشفاه ظاهرة دون خوف أو
تزييف لها
عندها ..

ستدركين أن لا شيء يستحق الغناء فالكل فاني
حتى و إن ..

انجلت الايام و تسارعت و أصبحت مجرد ذكريات عابرة ، زائرة لنا من
حين لآخر في حلم أو في لحظة حزن و ضعف أو فرح
تذكر أن ..

مادام الامل مستمر و القلب نابض فلا حدود لعنان الخيال و لا توقف
للقطار في محطة واحدة لأنه لا يتوقف الا إذا تعطل و الإنسان لا يتعطل
الا إذا مات

كوني سعيدة ذاتك و روحك مادامت الحياة مستمرة

بقلم الكاتبة: عديل صفية

»

«

□ أمل وتفاؤل

في ركن غرفتها الدامسة تجلس مجاورةً جدران البث ، مستسلمة
لحالتها البائسة ، متقلبة بين أفكارها اليائسة ، لقد رفض الزمن منحها
نصيبتها من الفرح أو ربما يكون قد أجل ذلك ، سهام الخيبة أنهكت
روحها ، وقتلت أحاسيسها

لم تعد تبالي

لم تعد تهتم

أصبحت ترى الأمل مجرد سراب

أخذت قصتها عنوان الخراب

هي الآن مستسلمة على أرجوحة الزمن السادي

الجو آسر الليلة ، الرياح تتجول في الأرجاء ، وقصف الرعود يتوالى ،
البرق يلعب لعبته الجميلة بين السحب الملبدة ، تدق الساعة منتصف
الليل لتعلن عن بداية يوم جديد ، وبعد هنيهة تقرر السحب إفراغ ما يملئ
جوفها ، فتَهطل السماء بمطر لطالما عشقته ، تتصادم قطراته بحبيبات
التراب لتسرح في الأرجاء تلك الرائحة المنعشة ، تلك الرائحة أعادت
إحياء مامات بداخلها ، أعادت لها روحها ، أنعشت الجفاف الذي غرى
جوفها ، أيقضتها من كابوسها ليخطر ببالها قيام الليل ، تتوضأ
فتصلي بضع ركعات ثم تقف أمام نافذتها لتتذكر وصية جدتها التي فارقتها
في زمن غابر..

- إن الطفولة في حياة المرء مجرد مقدمة لحكاية طويلة ، حكاية قد تم
تأليف أحداثها وتم إختيار شخصياتها ، لقد تم إختيار عنوانها أيضا ، هذه
الحكاية خاصة بكل مخلوق في هذا الكون ، كل له حكايته ، وأنت أيضا
لك حكايتك ، حكاية لها فصول عديدة ، وأحداث جسيمة وأخرى عادية ،
كونك بطلتها عليك أن تعلمي أنها لن تكون سهلة ، ستجدين الحزن في
الكثير من منعطفاتها ، إن الحزن هو عبارة عن ثوب أسود يلبسنا ، لكن
إياك أن تظهر به ، مظهره قبيح ، حين يلبسك ثوب الحزن القبيح
إخلعيه، ولتلبسي ثوب الأمل والتفاؤل زاهي الألوان ، ثم زييني به بابتسامة
دافئة.

ستلتقين بذاتك المنهارة يوما ، ستسقطين ، ستظنين أنك إنكسرت ، وأنتك
عاجزة عن الوقوف لكن لا ، لا تستسلمي ، فاليكين شعارك «لن
أستسلم» إحفظي هذه العبارة إحفظيها..

عيشي إنكسارك بينك وبين ذاتك ، فاليكن سرك الأعظم هو أنك إنكسرت
يوما...

ثم قفي وأعلمي إنتصارك ، وليكن الجميع عليه شاهد...

وإعلمي أنك لن تكوني الفائزة دوماً ، يوما تربحين وآخر فيه تخسرين ،
لكن لا ترضي بالخسارة أعيدي الكرة أكثر من مرة وتفانلي
ستربحين.كوني على يقين أنك إن لم تدوسي على قلبك لن تحققي غايتك
، ولتدوسي على قلبك عليك أن تكوني أقوى ، أقوى من أن تتراجعى ،
أقوى من أن تستسلمي ، أقوى من أن تتوقفي .

ياعزيزتي كوني المرأة القوية ، كوني المثالية وتذكرى دوما كوني
مشرقة دائما بإبتسامتك حتى في أشد الأيام قهرا وأكثرها ظلما...

إبتسمي فيشرق داخلك لتشرق بعده الأيام ، وخذي مني عبارة إحفظيها
«فيها خير» كل الذي سيحدث فيه خير ، ولن تشعرى بذلك إلا عندما
تحسنين الظن بالله ، أحسنى الظن بالله دائما وأبدا تجديه عند حسن ظنك.

كانت هذه وصية لن تنساها تبسم والتفاؤل ، لقد وقفت وخلعت ثوب
الحزن الأسود فارتدت ثوب الأمل والتفاؤل زاهي الألوان ، ثمزينته
بإبتسامتها الدافئة وقالت : « فيها خير»
وعادت إلى فراشها لتنام على إبتسامتها الدافئة محسنة الظن بخالقها .

« هي الحياة بانسةلكنها سرعان ما تحول جميلة بأمل وتفاؤل

بقلم الكاتبة :شوكي سارة

»

«

"السلام على قلبك"

لا عليك من الهزيمة عزيزتي، إنطلقِي صوبَ إنتصارِك، تحدِّي كلَّ عقبة
تمنعُكَ من النهوض للإستمتاع بالحياة، عيشي لحظتكِ، جرعاتُ القوَّة
اصنعِها بنفسِكِ ولملمي شتاتِ روحِكِ، لا تكوني خائبةً بعد اليوم، لا
تنتظري من ينتشلكِ من قعر الخراب الذي أودى بكِ إلى الهاوية، أنتِ
وحدكِ من تستطيعِ التقدُّم والتخليق بنفسها لآفاق أرحب ممَّا أنتِ عليه..

لا بُكاء بعد اليوم، اخلقي من دموعك زَهْرَقَةً تكون معبرا يسعى بك إلى
ذُرْوَةِ السَّلَامِ، لا ضَعْف ولا فُتُور ولا سُقُوطَ بعد اليوم، اصنعي من كسور
قلبك جَبْرُوتَ وشَجَاعَةَ، غادري كُلَّ ما يَأْذِيكَ،

إِخْتَارِي مَكَانَكَ، إِخْتَارِي خُطُواتِكَ وطريقَكَ، أَنْتِ شمس الأرض، أرى
القوة تُشعُّ من بورتاكِ، المجدُ لِقوتكِ، المجدُ لِنفسكِ.

هل هناك أجمل من ضحكتك عزيزتي؟

بقلم الكاتبة: أمينة بن أحمد

»

«

" ابترمي ياوردتي "

أعلم ماقد طغى على قلبك من حزن .. وشئى أنواع الألم .. أعلم ماقد سبب
لكي الزمن .. وما أصابك من محن .. حتى أنك في بعض الأحيان تبكين
بحرقة وتناجين بصوتٍ مشحرجٍ .. مما ذاقه قلبك وأقصى أنواع
الألم .. مررت بظروف أثقلت كاهلك .. وتركت بصمة واضحة في شكل
عينيك التي تهرب من مباشرة النظر حتى لا يُعلم ما بداخلها .. ك
عصفورٍ جريح يريد الطيران بعيدا ولا يستطيع .. الم تسمعي بأن القمر

وجماله الفاتن .. تعرّض لمعركة منذ زمن مع عدّة جسيمات وكويكبات
وقد أثرت عليه وأسقطت وحطمت أجزاء لا تخفى .. وأظهرت تلك الندبات
والموجودة على سطحه .. ولكن هل انهزم القمر؟ .. لا .. هل اختبئ وراء
كوكب أو مجرة؟ .. لا .. هل خاف أن يرى الناس ندباته؟ .. أيضاً لا .. لماذا
؟ .. لأنه وبغضّ النظر عمّا جرى له لم يؤثر ذلك على هدفه وهو أن
يضيء للسالكين في الليالي .. ويضيء الأرض بعد غياب الشمس .. وكل
إليه يحمد الله وينظر إلى الأرض مبتسماً .

أريدك أن تكوني مثله لا تعبني بأحد قاومي وحاربي كل شيء يسلب
سعادتك .. إحلمي وتمني .. وعيشي حياتك .. اضحكي واصرخي إن
شنتي .. إقفزي وحلّقي بعيداً .. لكن لا تتركي للحزن سبيلاً ليصل إليكي
لأن ربّ العالمين لا يرضى لكي الحزن .. في قوله تعالى لأم يوسف عليه
السلام (ولا تخافي ولا تحزني إنا رأؤوه إليك) .. وإيضاً في سورة مريم
(ولا تحزني وهزي إليك بجذع النخلة تساقط عليك رطاباً
جنباً) .. أليس هذا وحده يرسم الابتسامه على شفّتك؟ ..

نصيحتي لكي .. صلّي وصومي واقراي القران .. إقتربي من ربك لكي
يقترّب منك كل خير .. وما شرط الخير أن تحببه قد يكون ابتلاء ليختبر
الله سبحانه وتعالى ايمانك أقوى أم ضعيف؟ .. اذكري الله كثيراً .. وركزي
علّ التعلّم والمعرفة .. تعلّمي وتنقّفي .. لا تضعي لأحلامك وطموحك
حدوداً .. بل سيرري حتى يقف القلم وحده عند نهاية الطريق .. كوني قوية
أقوى من كل شيء واجهك .. اصنعي من نقاط ضعفك نقاط قوة .. وثقي
بنفسك وبربك وتابعي دربك ..

ابتسمي ياوردتي * *

بقلم الكاتبة: رؤى رحمة الله عبدالقادر

»

«

لا تحزني :

الحزن آفة الأرواح التي تنخر فيها.. عنوان رئيس على غلاف الحياة، يجعلها كتابا يحتوي بين دفتيه العديد من الفصول التي تجعلنا لا نرغب في تصفحه.. الحزن كليل بتغيير الكثير، ليس المزاج فحسب، ولكنه كليل بتغيير الشخصية وجعلها شخصية منفرة ونافرة أيضا، فلا أحد يستطيع التعامل أو التعايش مع ذلك الشخص، ولا هو يستطيع أن يندمج في المجتمع المحيط به.

فاحذري ،

لا تحزني.

كوني سعيدة،

لا تتركي الحزن يفتك بروحك ويفسد عليك حياتك. تحلي بالتفاؤل،
وتسلحي بالأمل في مواجهة ذلك العدو الغاشم الذي يدمر كل ما حل به
واستعمره. فلا ترفعي له راية الاستسلام، ولا تنكسري أمامه. اصمدي
وحاربيه بالأمل والصبر والسعادة.

أعلم أن ذلك المستعمر الغاشم يتفنن في التنكر، ويجيد والتلون بألوان
مختلفة؛ حتى يستطيع السيطرة والنصر؛ وحتى لا نعرف كيف السبيل إلى
محاربتة والفتك به. فمرة يأتينا على هيئة فقدان لعزيز، وأخرى متخفيا
في مرض عضال، وثالثة يأتي في هيئة غدر خليل، وهكذا.. هو دائم
التلون والتغير ولا يمل ذلك، وحيله لا تنضب، وجعبته لا تنتفد

فيجب علينا أن نعلم جيدا أن سنة الحياة هي التغير، وعدم الثبات على
حال أو هيئة. فلولا المرض ما عرفنا قدر الصحة، ولولا التعب ما
استمتعنا بالراحة، ولولا الليل ما انتظرنا بزوغ الفجر.

وعلينا دائما حسن الظن بالله سبحانه وتعالى. فهو القائل عز وجل:

(أنا عند ظن عبدي بي؛ إن خيرا فخير، وإن شرا فشر)

وهذا يؤكد على ضرورة حسن الظن بالله، فأنت من تصنع قدرك بظنك
بالله، فلتظن بالله ما شئت.

إن حسن الظن بالله أمر كله خير، ولا يجلب إلا الخير. فأنا إن ظننت
بالله خيرا وجدت خيرا كما وعدني الله عز وجل - ووعد الصديق وقوله
الحق. كما أن حسن الظن بالله يعد عبادة تؤجر عليها، ويضاف إلى
ميزان حسناتنا. وعندما أحسن الظن بالله تسكن روعي الطمأنينة والثقة
بالله في رفع البلاء، ولن يصيبني الحزن ولن يتمكن مني ولن ينتصر
علي.

إذن، تفاعلوا.. تحلوا بالصبر.. كونوا سعداء.. لا تحزنوا

بقلم الكاتبة: حنان الألفي

»

«

□ كوني مميرة

لما الحزن يا فراشة الربيع

ولله صورك في احسن صورة

خلقتي لتلمعي لا لتتطفني

ابتهجي اضحكي هذا ما يليق بك

لن اقول ثقي بنفسك فهي مجرد كذبة يخدع الناس انفسهم بها

انما ثقي بربك ثقي انه خلقك جميلة فهو لا يخلق شيئا بشع

ثقي انه خلقك ذكي ورزقك العقل الذي به تستطيعين ان ترتقي به الى
القمم

ثقي غاليتي انه سيعطيك الاجمل دائما

انت لاتحتاجين مساحق التجميل انت جميلة بروحك بذكائك بثقافتك

كوني قوية لا تكسرك التجارب الفاشلة انما تحسنك وتبنيك
امحي كاماة خسارة من ذاكرتك فلا توجد فدنيا خسارة ابدأ حتى عند فشلك
فأنت فائزة

تميزي كالزهور كل نوع منها لديه شكله لونه ورائحته المميزة
لاتحصري احالك في سقف غرفتك الصغيرة انما اجعليه يتسع في سماء
كلها

لا تكوني نجمة ان كان باستطاعتك ان تكوني السماء

كوني انتي جميلة بعفويتك بضحكتك بطبيعتك المرحاة.

بقلم الكاتبة: دراعي فاطمة الزهراء

»

«

□ تأملات في الحزن □

انا هنا معك يا عزيزتي، لا تخجلي من دموعك، واصلي البكاء، لن أقول شيئاً، لن أستهزئ بألمك وسأستمع فقط إن أردت الشكوى، لا تخافي، تشعرين انك في قاع الجب ولا أحد معك، ولا يمكن لأحد أن يفهم حزنك، لا بأس، وبعد أن تهدأي قليلاً، إنتقلي للسطور التالية، لا تستعجلي، لن تهرب الكلمات، خذي وقتك في البكاء.

أهلاً بك من جديد، لازالت تشعرين بغصة في حلقك وألم في قلبك، أليس كذلك؟ لا بأس، إنظري سندعو معاً دعاءً ارشدنا إليه حبيبنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ونحن نصدقه في كل ما أخبر به لقد قال: "ما أصاب أحداً قط همٌّ و لا حزنٌ ، فقال : اللهمَّ إني عبدُك ، و ابنُ عبدِكَ ، و ابنُ أُمَّتِكَ ، ناصيتي بيدِكَ ، ماضٍ فيَّ حكمُك ، عدلٌ فيَّ قضاؤُك ، أسألك بكلِّ اسمٍ هو لك سميتَ به نفسك ، أو علَّمته أحدًا من خلقك ، أو أنزلته في كتابك ، أو استأثرتَ به في علمِ الغيبِ عندك ، أن تجعلَ القرآنَ ربيعَ قلبي ، و نورَ صدري ، و جلاءَ حزني ، و ذهابَ همِّي. إلا أذهبَ اللهُ همَّهُ و حزنه ، و أبدله مكانه فرجاً " فقول : يا رسولَ اللهِ ألا نتعلَّمها ؟ فقال: بلى ، ينبغي لمن سمعها أن يتعلَّمها."

هيا قولي الدعاء مستشعرة معناه بقلبك وإبشري، سيذهب الله حزنك
وسياتي الفرج، ثقي بالله وحده.

وتأملي قول ابن مسعود - رضي الله عنه :

" إن العبد ليهمّ بالأمر من التجارة والإمارة حتى يتيسر له ، نظر الله إليه
من فوق سبع سماوات فيقول للملائكة: اصرفوه عنه ، فإني إن يسرته له
أدخلته النار ، فيصرفه الله عنه ، فيظل يتطير (أي : يتشائم) يقول : "
سبقتني فلان ، دهاني فلان " ،

وما هو إلا فضل الله عز وجل عليه " فالأمر الذي كرهناه قد يكون خيراً
لنا.

قال شيخ الاسلام ابن تيمية رحمه الله: " أما الحزن فلم يأمر الله به ولا
رسوله بل نهى عنه في مواضع وان تعلق بأمر الدين كقوله
تعالى "ولا تهنوا ولا تحزنوا وانتم الاعلون ان كنتم مؤمنين "

وكقوله "ولا تحزن عليهم ولا تك في ضيق مما يمكرون "

وكقوله " اذ يقول لصاحبه لا تحزن ان الله معنا " وامثال ذلك
كثير .ولانه لا يجلب فائدة ولا يدفع مضرة فلا فائدة فيه ". وقال ابن القيم
رحمه الله: " ولم يأت الحزن في القرآن إلا منهيًا عنه أو منفيًا، فالمنهي
عنه كقوله تعالى "ولا تهنوا ولا تحزنوا"

والمنفي كقوله تعالى "فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون "

وسر ذلك ان الحزن :يقطع العبد عن السير الى الله ولا مصلحة فيه للقلب
واحب شئ للشيطان ان يحزن العبد ليقطعه عن سيره.فالحزن ليس
بمطلوب ولا مقصود ولا فيه فائدة وقد استعاذ منه النبي صلى الله عليه
وسلم فقال "اللهم اني اعوذ بك من الهم والحزن " فهو قرين الهم،
والفرق بينهما ان المكروه ان كان لما يستقبل اورثه الهم وان كان لما
مضى اورثه الحزن وكلاهما مضعف للقلب مفتر للعزم".

وأختم بقول الشاعر ماجد عبدالله :

وحافظ عليك فحزنك أمسى

كثيراً عليهم

وقلبك كم يستحق.

بقلم الكاتبة: لبابة الصادق

»

«

□ إنجلي يا حزن... فهذه جميلتي □

جميلتي أما أن الأوان لتلك العيون الباهتة أن تبترسم؟

أما أن الأوان لذلك الوجه الذي يغشاه العبوس أن يشرق مجدداً؟

أما أن الأوان لتلك الروح التي يحاوطها اليأس أن يفوح عبق طيبتها
وتحلق بسعادة في السماء؟

فلماذا يا جميلتي لماذا الوقوف على الاطلال وسجن نفسك في قفص
الحزن؟ لماذا حكمت على نفسك بالفشل والألم المؤبد لمجرد أنك فشلت
يوماً في تحقيق حلم أو مررت بموقف تعثرت فيه وحفر داخلك ألماً
وحزناً عميقاً وبارادتك جعلته ينزف على الدوام؟ ألا تعلمين بأن الفشل
وهاتهي المواقف هي دروس لنا لتصنع منا شخصاً قوياً لا ييأس أبداً؟
فلماذا يا جميلتي لا تفتحين مصابيح قلبك وتتوجه لمكتبة أحلامك التي فيها
سعادتك وتنفض الغبار عنها وتترك العنان لها لتنتقل مجدداً؟ لماذا لا
تصالحي نفسك وتغير نظرتك للحياة؟ ألا تعلمين بأن علاج روحك
المرهقة في فرحك وبهجتك؟ فتناول جرعات من الصبر والأمل والتفائل
والإيجابية لتشرق من جديد، فكلنا يا جميلتي مررنا بمواقف صعبة
وتمالكنا الحزن والإحباط في مرحلة معينة؛ ولكن تجاوزناها ونزاعنا ذلك
الثوب الكأيب من على قلوبنا وأرواحنا، هل تعرفين لماذا؟ لأننا نملك
أرواحاً وإبتسامة هي دواء وبلسما لنا ضد الحزن، وأنت يا جميلتي ماذا
ينقصك حتى تمتلك ذاتاً قوية مهما عصفت بها أمواج المواقف السلبية

ومهما رمتها لا تسقط إلا واقفة؟ هذا سؤالاً لذاتك تكلمي معها وسألها هذا السؤال، متأكدة أنك ستجدين شفاك في الإجابة.

جميلتي أنت لم تخلقي لتحزني ولا لتيأسي ف الله لم يرضى هذا لك
ورسوله الحبيب صلى الله عليه وسلم أوصى بك وبأن يرفق بك، فكيف
ترضينه لنفسك؟!

ف هيا يا جميلتي إمسي ذلك الحزن الذي يختلج صدرك وإستبشري خيرا
وتفائلا، هيا ابتمسي وإجعلى روحك تشرق من جديد فأطفائها جريمة في
حقك .

فأنت يا جميلتي، جميلة لم يخلق الحزن لها ولم تولد لتعبس يوماً، بل
خلقتي لتكوني مصدراً لسعادة والفرح، أسمعي :

هناك سعادة في ثنایا حزنك ستمحوه وتحل محله، هناك فرحاً سيرتسم في
تقاسيم وجهك الجميل ويزيل تلك نظارات الباهتة عنه ، هناك جبرا
سيعتريك ويصلح كل كسرا مررت به.

أعرفين لماذا؟

لأن هناك رب لا يهون عليه حالنا وهناك وعدا منه بذلك، ووعد الله حقاً
وصدقاً؛ {ماكان ربك نسيّاً}

فهيا إرمي بذلك الرداء الموحش بعيداً وأبشري وتذكري دائماً وبيقين تام
يا جميلتي: {لا تحزن إن الله معنا} ؛ {أن الله يبشرك} {إننا نبشرك}؛
{نصر من الله وفتح قريب}؛ {إن الله عليم بذات الصدور}

فأنت يا جميلتي تعلمين أن لك رب عليم لطيف بعباده {الله لطيف بعباده}
يجعل بعد الشدة والعسر فرجا ويسر، ويدفع البلاء بالدعاء .

فهل يصح بعد ذكر الله أن يبقى حزنك؟

بقلم الكاتبة: سعاد شاوي

□ لا تحزني... □

لا تحزني يا غالية ولا تفقدي املك في الحياة رغم ألمك... كلنا
وجميعنا مرّ بشتى أنواع الاحزان... من منا لم يندب حظه... من منا لم
يتمنى لنفسه مفارقة الحياة... من منا لم يبذل وسادتها ليلا... ولكن
صمدنا وتجاوزنا الكثير الكثير... تعلمنا القسوة بعد الطيبة... تعلمنا
التجاوز والصمود بعد الحسرة والكسرة... تعلمنا دفن كل شيء بداخلنا
وإظهار اللامبالاة فقط...لما؟! ... فقط من اجل الاستمرار...

نعم تقولين الان لقد تحملت كثيرا وصبرت حيناً.. ولكن الى متى سألقي
اتجاوز؟! ... الى متى ساتحمل خناجر الألم.. وسيوف الغدر... وجروح
الخيبة... كلا لقد فاض بي اليأس وبات البأس يستوطنني... ولكن يا
عزيزتي... الذي خلقنا هو يشفينا... هو مولانا... هذا فقط إختبار على
صبرنا أخية... لا بأس ان حل بنا البأس وسكننا الأرق... واستعمرتنا
جميع مشاعر الحسرة والعجز... ولكن... الا بذكر الله تطمئن
القلوب.. ليس الله بغافل... فهو الاقرب لنا من حبل الوريد... سنصبر يا
حبيبة وسنجازي على صبرنا وان لم ننل جزائنا في الدنيا فهو ملاقينا في
الآخرة... فالله لا ينسى عباده...

اعلم انه شيء لا يحتمل..وانك انت وحدك من تعانين
ولا احد يحس بما يختلج قلبك وداخلك ولكن انا اقدر ذلك واعلم جيدا
معنى صعوبة البوح والافصاح عما بك واعلم ايضا بانه لا احدا قال لك
هذه الكلمات ولكن اعتبرها نصيحة مني لك... كوني قوية ولا تدعي
جدران الخيبة والحزن تخيم على سقف أحلامك وحياتك مهما كان ما
مررت به اجعليه نقطة قوة بالنسبة لك اجعلي من ظن انك ضعيفة يراجع

ظنه كونك مثالية... استثنائية... شخصية لا يمكن تهديمها... استعطافها
ولا استعطافها... كوني انت... وتمسكي بالله فهو يحب المؤمن القوي
الذي لا يعرف معنى للإستسلام... اجعلي من المستحيل ممكن... قاومي
للاخير وان هزمتي تكونين مهزومة بانتصار... ولكن الاله... لا تظهر
ضعفك ولا دمك لمخلوق...

بقلم الكاتبة: رجاء حواس.. لا تحزني..

»

«

سوف أصنع لكي غاليتي اليوم إكسيراً سحرياً لن تجديه عند أحد ... لا
في صيدلية الأدوية ولا عند بائع متجول ... تعالي ... إقتربي مني
أكثر ... إقتربي ... لا تقلقي لستُ ساحرة أو عرابة، وإنما أنا مثلك...
أجل مثلك... أنا سقطت مرة ومرتان وثلاثة.. ولا أزال أسقط.. لكن مع كل
سقوط لي تزداد قوتي وإرادتي ... وكلما فشلت أتجرع من هذا الإكسير
بكميات هائلة لا تتصورينها أبدا... لقد أعددت عدة خلطات سحرية بيدي
الصغيرتين لك لترين بعينيك الجميلتين أن العالم مهما كسرك أو حطم
أحلامك أو رماك إلى أبعاد مجهولة فإنه بإمكانك الصمود والوقوف ثانية
على قدميك الصغيرتين... تنفسي بعمق ... لا تخافي ... تنفسي مرة
أخرى وارتاحي ... وخذي إكسيرا من عندي وغادري ليس كفتاة تبيع
الكبريت على قارعة الطريق.. وليس كسندريلا حينما تمنى حظور حفلة
راقصة ... وليست كذات الرداء الأحمر المغفلة.... وإنما غادري كملكة..
أجل كملكة سوف تحكم العالم بأكمله بثقتك العمياء في نفسك وقدرتك
على تحويل العدم والمستحيل إلى حقيقة... فمهما فشلت ومهما تعثرت
ومهما عانيت ... لا تيأسي.. أجل لا تيأسي وإنما حاربي كالمحاربات في
ساحة القتال.. حاربي من أجل حُلمك الواقف بانتظارك.. حاربي من أجل
عائلتك حاربي من أجلك أنت ... حاربي كونك أنثى قوية ..صديقيني
أنك ستكسبين الحرب في النهاية ستعودين اليّ مجددا ولكن هذه المرة
ليس لأن تأخذي جرعة ثانية من الإكسير وإنما ستعودين لشرب الشاي
معي ... وتهمسين لي بخجل وتقولين لي.. شكرا لقد فزت في هذه
الحرب

التي أشعلت نيرانها بنفسي... أنا سعيدة اليوم لأنني آمنت بقدراتي التي
بداخلي... أنا سعيدة لأنني غيرت زاوية نظري وآمنت بذاتي الجريحة...
أنا سعيدة لأنني نظرت إلى العالم بعيون عاشقة مرة ثانية ... لقد فزت في
النهاية ... انهم لا يعلمون حجم الخراب الذي مررت به ولكني اليوم أكثر
صلابة ونضجا ماعدت انكسر بسهولة... لقد تعلمت... كبرت ..ونجحت
بعد فشل دام لأيام وأحيانا ليس له تاريخ انتهاء أبدا.....

حينها أضع يديّ على يديك الصغيرتين وانظر إليك بعيون عسلية واقول
لك ... تذكرني يا غاليتي ان كان مصعد النجاح معطلا لا تهلعي ولا
تسحبي.. لأنه بإمكانك استخدام السلم درجة بدرجة حتى تصلين إلى ما
يرغب به قلبك ... وقبل ان تذهبي يا حبيبتي خذي معك هذه الورقة
وضعيها في كفيك الصغيرتين وتذكريني بها كلما شعرت باليأس
والتراجع... اقرأ رسالتي التي تقول : قال الله تعالى { ولكن ليطمئن
قلبي }

وقوله عزوجل كذلك { ومن يتوكل على الله فهو حسبه }

إنه إكسير النجاح يا غاليتي بمكونات بسيطة تصنع منك ملكة قوية فقط
ثقي بنفسك مرة ثانية ولا تستسلمي ولا تحزني ابدا

بقلم الكاتبة: تهاني لكحل

»

«

نعلم ان الحياة قاسية... اتعبتك نفسيا و جسديا و أخذت تفكيرك...
نعلم ان الحياة قست عليك كثيرا و اتعبتك... و أغلقت جميع الأبواب في
وجهك ولم تجدي مفرا لك....

سأخبرك بأن الحياة محطات... هناك محطات تجعلك تطيرين من الفرحة...
و هناك اخرى تجعلك تردفين دموعك من الحزن...

غريب اليس كذلك! فقط تعلمي كيف تتعايشي معها أعدك لن يصبح اي
شيء غريب...

سيبقى في هذه الحياة الأقوى... الذي سيحارب كل شيء... سيبقى ذلك
القريب من الله... و بار والديه و فاعل الخير و المحسن و المؤمن و
قوي الإيمان... هذا الذي سيبقى لن يهزمه أي شيء... سيبقى يحارب و
ينجح بفضل أعماله...

فكوني قوية... تقربي من الله لانو لا يضيع خلقه... قوي أمانك بالله...
كون بارة لوالديك... فاعلة للخير... تحبين لغيرك ماتحبينه لنفسك...
التزمي الصبر سنتالي ماتستحقينه... سوف تفوزين... ضعي كل ثقتك
بالله... سيرزقك و يفرج همك... و سوف يظهر على وجهك النور و
السعادة فعودي لخالكك سوف يعود لك كل شيء.....

بقلم الكاتبة: آية كباس

»

«

— لا تحزني كي لا يحزن الياسمين وابتسمي ، فهذا الكون أجمل عندما
تبتسمين !

لا تحزني فالحزن يولد القسوه وانتي تستحقين السعادة. لا تحزني فإن
عوض الله لك جميل. لا تحزني إن خذلتني وكسرت أحلامك فجبر الله قريب،
لا تحزني فستطيب لك الحياة يوما.. لا تحزني وابتسمي وتفائلي فالله قادر

على تغيير كل شيء، لا تحزني من عثراتك أنهضي بقوة واهتمي
بنجاحاتك أنهضي وتبسمي ابتسامتك أجمل من حزنك

افرحي يا جميلتي فأنت تستحقين السعادة لا تحزني فعيناكي لا يليق بها
البكاء، لا تحزني وتذكري انها غيمة سوداء ستتجلي لا تحزني فهناك من
يهمه حزنك ويهمه سعادتك لا تنكسري كوني كالحجر صامدة كالجبال

لا تحزني فيشمت بك الأعداء ودعي حزنك بين نفسك

لا تحزني فالذي فات لن يعود.. اسعدي نفسك ولا تحزنيها فالعمر نعيشه
مرة... كوني بخير وسلام

لا تحزني وابتسمي فجمالك لم يخلق للحزن، وعيناكي لا يليق بها إلا
الفرح.

انتي جميله والأشياء الجميله لايجب أن تكون حزينه

بقلم الكاتبة: دعاء لمقود

»

«

□ فناداها من تحتها ألا تحزني □

يامن أوصى عليها النبي ﷺ

أتحزني وأنت من قال عنك

الله تعالى بعظمته وجلالته:

"ولا تخافي ولا تحزني"

بالله عليك أختي، إن قلبك

الصغير هذا أعظم من أن تكسره كلمة أو يجرحه شعور

فشعور الحزن أعمق بكثير

لا تدعي أي أحد يتحكم بأفعالك

وتصرفاتك فبأي حق تعذبين

قلبك وتُحمَلينه ذنبا أكبر

من عاتقه، إرحميه وعيشي

حياتك بكل تفاصيلها وكأنها

الدقيقة الأخيرة في حياتك

فلا شيء يستحق حزنك

غاليتي، كيف لا وأنت من

قال عنك سبحانه وتعالى:

"كي تقر عينها ولا تحزن"

حسنا غاليتي نعلم أنك

تألمت وكُسرتِ، لكن هل

الذي كان سببا في حزنك

يعلم بما تشعرين؟! هل قدر

ألمك؟!، طبعا لا فلا يوجد

أحد يعلم ماتمرين به إلا

نفسك، لذلك أقول لك لا
تنتظري مواساة من أحد
فأنت قوية لوحدك دون
أحد غير خالقك، كوني
السند لنفسك ولا تعتمدي على أحد

بقلم: الكاتبة أميرة بن عسكر

»

«

□ تجملي بالصبر □

أنت في حيرى وتتأكل نفسك من علقم الأفكار اللصيقة بك..

تطيلين السهر والمراقبة والوجع!

تسألين نفسك، تراه ما عمله صحيحا؟ أ تستحقّ نفسي عذاب الشوق
والعاطفة، والجوع إلى الحب؟

أم تراكِ نادمة، أم ناقمة، أم حالمة؟

تقلبين في عقلك ما أتيتِ عليه وما جعلته تجربة لك ولقلبك المحب
الخجول..

تقارنين حالك بحال رفيقة لك أينع حظها وذافت ثماره، أم بأحد معارفك
تحسنت حاله وغاب الحسن عن حالك!

أما والله أن نصيبك ما كان ليخطئك، وما هو لك لن يكون لغيرك أبدا
تقولين طال بيّ الانتظار.. وغابت نتيجة السؤال.. تقولين لا مفرّ من هذا
الحال!

أليس هذا ما يدور في عقلك؟

أليس هذا ما يثقل صدرك؟

لكن غاب عندك مفتاح باب الفرج

إنه الصبر!

الصبر.. وأن تتجملي بالحلم

لعلّ ما تقولينه الآن أنّ صبرك قد طال.. وضاق بك الحال! أليس كذلك؟

وأنت تفكرين وتيأسين.. هناك من هو بانتظارك!

يدعوك برفق ولين.. يدعوك ليجيب سؤالك.. يدعوك وهو قادر أن يغيّر
حالك!

من هو، تسألين؟

والإجابة بين يديك وفي ثنايا قلبك السجين

إنه الله

الكريم.. الذي سيكرم دعاءك بإجابة تطيب نفسك

الجبار.. الذي سيجبر جرح روحك

العفو..الذي سيعفو عنك

إنه الله الذي لا يغيب عنه ألمك ولا حاجتك ولا رغبتك

بالله عليك، أتعرفين غيرة المُحب على من أحب! بالطبع تفعلين!

هكذا يغار الله على قلبك أن يتعلّق بمن سواه! فعودي إليه!

"ومن أعرض عن ذكرى فإن له معيشة ضنكا"، هكذا قال ربك العليم

أتراها الحياة مائعة بدون راحة الروح؟

أتراها تكون جميلة بموت القلب؟

كلاً، والله ما للحياة من طعم دون صحبة رب العباد..ورب الرزق..ورب
الجمال

وما ضرك من بضع آياتٍ تقرئنها بتمعن؟ وما ضرك من خمسِ صلوات
تأتيناها بخشوع؟!!

لذا فليكن لك قرار قانع مقتنع..احملي نفسك لمكان راحتها، ولا تتعجّلي
الإجابة، فهي في طريقها إليك لا محالة.

تجمّلي بالصبر يا جميلة..يا حبة القلب..يا مسلمة!

بقلم الكاتبة: إكرام طيطي

»

«

□ نفسي أولاً

بكيته قهراً وما من سند ولا ونيس

هجرت نفسي بحثاً عن حب وأحدا ما يحضنني نسيت نفسي التي
انتظرت طويلاً كم همشتها وكم اهنتها من أجل ماذا

من أجل قليلاً من الحب والعطف من أجل الذي هجرني من أول
مرض . اااه كم كرهتك يا نفسي وجرحتك .

أبكي الآن حزناً وحسرة من أجل إصلاح نفسي فهلا منحتني فرصة للبدأ
من جديد

صفحة جديد فيها أنا وأنت واعدك . اعدك يا نفسي لن اجرحك ولن احزنك
من جديد . لو تعلمين ماذا حدث لي بعد ما هجرتك؟

بكيت ومت تماما هجرني الاحباب والاصحاب . من مرض الى
مرض . حتى ما عدت اعرف من انا ومن اكون . سامحيني يا نفسي رغم
ان اعتذار ما عاد يفيد شيء ..

بقلم الكاتبة: زهور الضاوي

»

«

□ لا تستسلمي □

ربما أنتِ مخلوقة الآن، تشعرين بالإكتئاب والحزن الشديد، ربما قد
تركوكِ ورحلوا، أو ظلموكِ، أو حتى طعنوكِ في ظهركِ أو فقدتي شخصا
عزيزا عليكِ، أو حدث لكِ شيء جعلكِ كذلك...

- أبشري عزيزتي، مامن مؤمن في هذه الدنيا يسلم من الحزن، لأنها
الدنيا ببساطة، أعطيكِ مفهوم الدنيا؟ اسمها اشتق من الدناءة أي أنها
دنيئة، وفيها يختبر الإنسان بالهموم والمشاكل والأحزان، وهكذا يرى الله
مدى صبره وأظنك تعلمين جزاء الصابرين؟

كلنا نمر بفترة عصيبة أحيانا، نرى فيها الحياة وكأنها حبل مشنقة، دموع تنزل على الوسادة في جوف الليل، جروح قلب زادت آلاما، لكن إنها فترة وستمرُّ غاليته، الأنتى تُعرف بقوتها في وقت الشدة، لم أتوقع أن تكون هناك فتاة ما على هذا الكوكب تستسلم لعدو غير مرئي، في هذه الدنيا في مكان ما كتاب ليس كأي كتاب سيكون شفاءً لك ولقلبك، أجل إنه كلام الله

وفي قلبك حب لله الذي لا يرحل عكس الذين أحببتهم ورحلوا دون أن يلتفوا للوراء، أنتِ غالية على أن تكوني مصيدة للحزن وللذئاب البشرية، أنتِ أقوى من أن تفشلي في أول اختبارات الدنيا بحجابك و مصحفك ودعائك أنتِ أقوى

ترى هل تسكن ملامح الحزن وجها يتوضأ 5 مرات يوميا؟

وهل ينزل دموعا تنزل من خشية الله؟ وعينين يرتلان القرآن؟

لا، صحيح كل ابن آدم يحتاج للحزن فترة معينة لكي يفرغ المكبوتات، لكن لا يتركه يسيطر عليه، كذلك أنتِ حبيبتي.

□

بقلم الكاتبة: #يحيياوي-فطيمة

»

«

□ إليك يا زهرة أقحوان

إليك يا جوهرة الإسلام ، نعم أنت التي تقرأ هذه الكلمات الآن اود أن أخبرك شيئ مهم :

أنك قوية كالجبال لا ترحزحك رياح الفشل ، و أنك ربيع الحياة لا يليق بك حداد و أنك لب هذا العالم فلا تتخلي على نفسك فهي تستحق السعادة ، نعم دروب النجاح صعبة جدا ، من قال لك أنها سهلة؟؟ الذي أخبرك بهذا فهو يستغيبك ، ربما تكنين بمفردك في طريق و جميع في طريق آخر و ينظرون لك باستغراب ، إياك ثم إياك أن تنصيتي لهم، عليك فقط أن تؤمني بنفسك و أن تتوكلي على الله وشقي طريقك خاص ، لن أقول لك إتبعي آثار هذه حياتك و طريقك وحدك ، هيا قفي وأزيلي غبار لم

ينقضي وقتك بعد ، أنت شيء مختلف لهذا هيا هذا وقتك وهذا يومك وهذا
عصرك ، أنا شخص يؤمن بأحلام أنها روح الإنسان ، هيا يا صديقتي
قفي على قدميك ولا تبالي بجراح فالله سيجبر جرحك ، هيا إستمري في
تقدم حتى تصبحين فخورة بنفسك .

بقلم الكاتبة: دونية بويظ

»

«

□ وردة جورية هي أنت

لاتحزني يا حلوتي...يا حلوتي لاتحزني

وردة جورية هي أنت...فاح عطرك عندما تفتحتي...وهرول النحل يسحب
رحيقك...ليداوي بها جروح الرفاق...ويعيد بها روح من يمر
طريقك...في أي وقت في هذا النطاق...أوصيك ياوردتي...أوصيك ألا
تحزني...مهما عصفت الرياح...ومهما بللتك الأمطار...لاتحزني إن غاب
عك النحل والفراشات...لاتحزني إن غدرت بك النسيمات...عوضي
دموعك بابتسامات...وحولي صوت بكائك لضحكات...وحاولي الإستمتاع
بالحياة...

وردة جورية هي أنت...يافتاة...يافتاة من بني جنسي...يانورا في
صبحي وأمسي...يا روحا أحزان البشر تنسي...لاتبكي على
الأطلال...ولاتلومي نفسك كالأطفال...ولاتتهاوني مع الأشرار...بل كوني
كالأبطال...الأسياذ الأحرار الشطار...ومن صنفو مع القادة الكبار...

وردة جورية هي أنت...لاتستهيني بنفسك ولاتلوميها...بل لتحبي
أسرارها ومعانيها...لتبقى عزتك عزة لاشيء يمحيها...وتذكري أن لكل
نفس رب يحميها...

لاتصاحبي من راح وجاء ياحلوتي..فلكلاب أصبحت بشرية لا
حيوانية...بل وحتى الكلاب وفية...والأصحاب بغدرهم صارو بلية...لا
تدمري سعادتك من أجل من سعادتك عنده منسية...ولاترافقي عبادا
تخفي منه الروح الإنسية...

وردة جورية هي أنت...يا سكرتي لاتحزني...لاتنتظري لما مرّ وفاة من
أحزان...ولتعلمي أن للمستقبل أن...فاعملي ليومك ولما يسعدك في
يومك...قراراتك تحسم حياتك...وتتهيها عند مماتك...تذكري أن في
السماء خالق...تحلي بالإيمان...وأطيعي والديكم وخالقهم
الرحمان...ولاتنشري العداوة مع أي إنسان...أينما رحل وكيفما
كان...بأخلاقك إرتقي ياعزيزتي...ولاتنتظري دعم أحد...فهناك معك الله
الواحد الأحد...لاتبالي لمايقولون عن حجابك...ومايتغازون عليه حين
لقائك...مادمتي جميلة حسناء في نظر نفسك وفي نظر خالقك...لايهمك
مايقولنه عنك...وردة جورية هي أنت...
ياحلوتي لاتحزني...لاتحزني يا حلوتي..

بقلم الكاتبة:بن عثمان روفية.

_____»

«_____

□ روح المحبة □

ذاتك عظيمة ونفس وما سواها

جنتك بكلمات لاجبر خاطرك هلا قبلتها

جنتك بلطف لأطمئن قلبك ؟

انت هبة الإله الواحد

انت نور يمشي على هذا الكوكب لا تتركي مشاعر الحزن تسيطر عليك
الكون مليء بالفرح . احتفظي بروحك اللطيفة هي لطف من الله للكون
بأكمله

ذاتك كوكب من كريستال من يراه من بعيد يحسب انه جنة!

الحزن هو شعور يخترق الروح إزاء فقدان الأم، تجارب عاطفية فاشلة
هو رد فعل طبيعي فحتى الطفل الصغير قد يحزن على عصفوره الذي
مات أو سقوط الحلوى المفضلة لديه واتساخها

الحزن هو تجربة عالمية كمشاعر الحب!

لا تحزني يا حلوتي...

عند مجيئ الليل مشاعر الحنين تبدأ باختراق القلوب المحبة

هناك تنزل الدمعات وجدانك يتذكر القطعة المفقودة !

حياتك بيدك الله لا يغير ما بقوم حتى يغير ما بأنفسهم

طعم الحياة أصدق احساس يجب ان تشعرى به كل شعور سيذهب

ستشرق شمس الفرح وتنطفئ شموع الاحزان

لا تلتفتي للوراء

الماضي ذهب والمستقبل آتيا تبكي على الأطلال

واصلي النهوض بعد السقوط اكملني طريق احلامك حتى تصلي الى
النجاح انه بانتظارك. انت في حرب مع نفسك

انت البطلة والطرف المنهزم في نفس الوقت!

كل مامر في حرب الآن لديك الإختيار.... اما البطولة او الانهزام.

بعد الخذلان ستبدو لك الأيام تشبه بعضها البعض

تفانلي ..

كوني متفائلة ان العالم سيصبح أكثر جمالا وسلاما شعور الحياة يكون
بتذوق كل أنواعها الموجودة على الأرض

الحزن الفرحة النور الظلام المطر أشعة الشمس البكاء الضحك

ان انكسر قلبك اجلسي على سجادتك تحدثي مع الله

عبري عن كل شعور سيء يسكن في اعماقك بالحديث مع الهك العظيم.

استمري في خطواتك على هذا الكون وبناء قصر احلامك

ان شعرت يوما ان الدنيا اسرفت في اختبارك الى حد الإختناق

اعلمي ان هناك عوضا عظيما سيأتيك فقط تعلمي كيف تواجهين كل
الصعاب التي تبعث أحلامك ولكل شعور وقت محدد فان اصبح الشعور
من الماضي سيتشكل على لوحة أفكارك كذكرى.....

اللهم اجعل من قرأت هذه الحروف... مما تاتيكم بدعاء ف تاتيها
بالرحمة.. و جبرا لفؤادها الطاهر.

وداعا جوهرتي القارئة كتبت لك هذه الكلمات بكل روح محبة لك

عينك خلقت لتشع عند الفرحة لا يليق بهما الحزن.

ياوردتي.. لا تسمحني لأحزانك أن تسيطر على التفاصيل اللطيفة لوجهك
المزهر... عينك خلقت لتشع عند الفرحة تذكرني هذه العبارة.....

امنياتك ستحقق لن يخيبك الرحمن ثقته به. قد علم منجاتك ودعاؤك
الكثير

والإجابة من الرحمن قد تمت

بقلم الكاتبة: إكرام سعدودي

»
«

جوهرتي..!

سيجبر الله قلبك سيضمد جراحك سيشفي أوجاعك سيعوضك عن كل دمة
و عن كل خيبة سيعطيك حتى يرضيك سيجزيك من واسع فضله و كريم
عطاياه إن الله يحب عبده الذي يتقرب إليه بالدعاء و الإلحاح سيأتيك
الفرج مزينا بوشاح قوله تعالى: ﴿ إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ ﴾

تُحْمَتُ بِحَمْدِ اللَّهِ ♥