

كتاب جامع

ادرينا ليين السعادة

ياشرف: صغير نور الهدى

ادرينالين السعادة

كتاب جامع

إشراف:

صغير نورالهدى

الكتاب: ادريئالين السعادة.

النوع: نصوص وخواطر.

تأليف: مجموعة مؤلفين.

إشراف: صغير نور الهدى.

التنسيق الداخلي والنشر الإلكتروني: مكتبة كتوباتي.

www.kotobati.com

kotobati@gmail.com

إصدار 2021.

جميع الحقوق محفوظة.

الفهرس:

7	إهداء
7	صغير نور الهدى
8	المقدمة
9	بقلم نسرین بن ذيب
10	محاكاة الشعور
10	بقلم صغير نور الهدى
11	إلى بنت حواء الحزينة
11	بقلم نسرین بوعمودة. الجزائر/سطيف
12	أتعاطى الادريئالين
13	خلود خلوف من ولاية البلدية
14	لكنني عبرت
15	مريم الابراهيم
16	أسأل بطلا
18	وذا نرمين
19	حياة جديدة
23	سيد مهاجة رحاب
24	عن السعادة أتحدث
25	مريم مصطفى روما ميمو
26	فيروس السعادة
27	خلود عبد الصمد أحمد/ اليمن
28	سأبتسم
29	بو هو هو فلة
30	السعادة
30	جبايلي رميساء
31	ذلك الحب
31	عبد الكريم صارة - الجزائر
32	سجادي
32	مداي نور الهدى - تيسمسيلت

- 33 أسعد نفسك بنفسك
- 34 خولة أعريش المغرب
- 35 بساطة السعادة
- 36 رابحي شيماء الجزائر العاصمة
- 37 لا يلبق بك العبوس يا سماوي
- 38 سمية جاد كريم السودان
- 39 السعادة
- 40 نسرين بن ذيب
- 41 التفاؤل
- 42 بن ذيب نسرين
- 43 حبيبيتي انت
- 44 صابرينة بودربالة
- 45 طبيب السعادة
- 45 منال كاظم... العراق
- 46 الى اعز ما أملك
- 50 لرحمة ناصر عابد
- 51 الأم
- 51 حفيظة بن سعدي
- 52 كن أنت
- 52 اخلاص حمري
- 53 السعادة لاسعاد نفسك لا لاسعاد غيرك
- 54 بقلم لبني هامل
- 55 هنيئنا
- 56 صالحة صلاح السعدي
- 57 سعادة الحياة
- 58 ستوتي فاطمة الزهراء
- 59 توبة شاب غافل
- 60 طرمول نوال
- 61 الخير قادم
- 62 تاجر هجيرة

- 63 أين تختبأ السعادة
- 64 بوفاتح نوال
- 65 ابهار النجاح يستحق
- 66 سمية ياسر علي- مصر
- 67 من انت ؟
- 68 أكديف إكرام
- 69 الحياة أمل
- 70 غدير وفاء - الجزائر
- 71 انفجرت الفوانيس
- 72 سحنون هاجر
- 73 فرحة النجاح
- 74 عيبر مريش
- 75 بصيص يسر
- 75 سارة صد
- 76 فرصة الحياة
- 76 سماح أودينة
- 77 قلوب راضية
- 78 أصيل حساينية
- 79 بهجة روح
- 79 أريج ابو حسين
- 80 تفاصيل لطيفة للأبد
- 81 جاب الخير مريم
- 82 السعادة فوق الغمام
- 85 بتول زياد سعيد غزال
- 86 اصنع حياتك
- 87 سارة فناز ولاية البليدة
- 88 ذوق البشرى
- 89 بن خرفية هديل
- 90 حمدا لك يا الله
- 91 عبيدات عواطف

- 92 نسيمات البحر
93 ايناس كدومة
94 سعادتك في قناعتك
95 بلفار نسيمة
96 ولو بعد حين
96 منال ناصري الجزائر العاصمة
97 وعاء السعادة
97 حراث ايناس
98 الترياق
99 بلقاسمي دالية
100..... لا تيأسي ..
101..... بلجنة أسماء .
102..... أملي في ايماني
103..... بولويقة ياسمينة
104..... إفعالها فقط
105..... خلود خلوف

إهداء

الى أمي الغالية الى من ساندتني طوال حياتي ،الى من علمتني معنى الحياة .

واليك اكتب يا مالكي و سندي ومستندي، يامن لا اخشى اخبار من حولي بحبي له ،اطال الله عمرك يا أبي.

الى شخص عزيز يسكن اركان قلبي ، وساندني في فترة حياتي، اقدم لك خالص التحايا و التحيات .

الى كل أفراد عائلتي الذين وقفوا معي بروح قلوبهم لتكن ابتسامتي ابتسامتهم

قال رسولنا عليه افضل الصلاة و السلام : "من لا يشكر الناس لا يشكره الله". اقدم خالص شكري الى كاتبات و مبدعات اطلقن العنان لاقلامهن لينشرن السعادة وروح الامل والتفاؤل في روح كل قارئ.

صغير نور الهدى

المقدمة.

بين خفايا سطور الحياة ، وراء جدران الأحلام ...
بعيدا عن كل مكان ... ظهرت زهرة بهية تطل على
الحياة

- من أين هي ؟

هي من بذرة زرعها قيمة إيمانية عميقة ، ليست من
عدم بل هي من التوكل على الله سبحانه وحده ومن
داخلك

- ماهي هاته البذرة؟

هي سر كل ابتسامة ترسم ، سر كل حلم أصبح واقعا ،
سر كل كيان قائم بذاته

- صف لي هذا السر !

إنه يختبأ بين الروح والوجدان ، لن تراه لكنك
تستشعره ، هو بعيد عن العيون والشهود ، فكل
ماتراه الناس تفسده ، صحيح أنه متواري لكن هو
قوة تدفعك دوما نحو الأمام

- عن ماذا تتحدث ؟!

عن شعور سكن القلب فأراحه ، وتغلغل في الفكر
فغيره ، بمجرد تمسكك به لن يصبح هناك
المستحيل ، وجوده يعني أن الحياة بين يديك ، يعني

أن ماتفكر به هو واقعك ، يعني ماتمناه قلبك هو
حقيقتك ، يكفي أن تعلقه بخالقك ... هو الأمل !

بقلم نسرين بن ذيب

محاكاة الشعور

اشتد حزني .. وازداد وجعي...
فإستفحلت آهاتي ثم خارت قوتي ...
بسطت سجادتي فتجمعت جوارحي...
فشكيت بثي لسامع دعائي ومكفكف دمعي ، فارح
همي .. قاضي حاجتي ، ميسر امري ، فببه ابصرت
دربي...

بعد ركعة وكل سجدة يرسل لي نورا يضيء شرايين
قلبي... ويوصل كدماتي...بعدها ينزع كل الخناجر
المغروسة في صلبي ، فتغرق في بحر الماضي ، فيعبء
الصبر روجي ، وينبت لي بعض جرعات الادريالين في
كياني... فيريني فرحتي وسعادتي....

بقلم صغير نور الهدى.

إلى بنت حواء الحزينة

يا بنت حواء..... قلبك الطيب لن يضل هكذا
طويلا.... هو على وشك توديع آخر جزء سليم
منه..... بدأ نبضه بتباطئ..... لم يعد يستوعب
الألم.... بل الألم أصبح لا يتلقى مهام القلب
الطيب.... لا يحب ولا يبكي ولا يشعر.... لا أنصح
أحدا أن يصارعك او حتى يختبر صبرك فأنت الآن لا
تخشي فقد أي شيء أ و بأحرى ليس لديك ما
تفقدينه..... بعدما فقدت طبيبتك!.....!
انت يا بنت حواء لم تقوم بإرتكاب جريمة حين
استأصلت طبيبتك بل هذه الحقيقة وهذه نتيجة كل
انسان سكن قلبه شخص ليس له
جريمته الحقيقة انك تعلمتي الحب الصادق و
أردت أن تعيشيه في كون يسوده الحب المزيف
والحقيقة التي تسود هذا ككل انه ورم يفتك بالخلايا
ويفسد جهازك المناعي ورم لا يمكن التخلص منه إلا
بعد مرور وقت ليس بالقصير.

بقلم نسرين بوعمودة. الجزائر/سطيف

أتعاطى الادريناين...

أتعاطى الأدريناين عندما أستيقظ فجرًا على شعاع
الشمس المتسلّ من نافذة..

أصليّ فرضي... شاكرة لله نعمه لأنيّ أدركت أنّ الله
اختار أن يمنحني فرصة أخرى مضيئة لمسة ابداع
في لوحة الحياة مؤثرة في نفسي و نفوس الآخرين...
أتعاطى الأدريناين عندما ألتفت باحثة بعينيّ عن

شقائق روجي و أراهم يرقدون في

سلام.. بجانبي.. أمي، أبي، أخواتي...

و أجد نفسي أمام لهب النار أعدّ قهوتي

السوداء.. حان وقت تعديل المزاج..!

ما الذي يجعل هذا الصباح أفضل..؟

مؤنس وحدتي ، و رفيق دربي ، كتابي..!

أتوجه إلى رفّ مكتبي المتواضعة.. تتخلل أصابعي
كلّ فجوة بين الكتاب و الآخر... ممم على من سيقع

الدور اليوم يا ترى ؟

فكرت... و لوهلة قرّرت أن أضعف جرعة الأدريناين

هه.. أحتاج كتابًا يبعث في نفسي الإيجابية ، و في قلبي

الراحة ، و في كياني السلام الداخلي مطورًا من ذاتي لا

مهدهما لها... ممم "يوريكا" وجدتها ! هذا هو

المطلوب و من سيقضي حاجتي غير هذا الكتاب !

كتاب لإبراهيم الفقي رائد التنمية البشرية...
ها أنا أقلب الصفحات بروية.. أتجول بين
الحروف.. وأتمايل بين الأسطر و الكلمات... وفي قراءة
كل حرف أستشعر الرضا بالقدر و الامتنان والتقدير
لكل نعمة منحي إياها الله..
هذا ما أسميه صباحا إيجابيا.. مفعما بأدريناين
السعادة...
صباح سعيد...
ماذا عنكم كيف كان صباحكم..؟

خلود خلوف من ولاية البليدة .

لكنني عبرت

من بين ركام أسود وقهقرت الزمان وعجرفته عبرت
دموع وخوف وحرب، ورد وشوك، ظهرت أنا
مخضبة بالوجع كنت أحمل خلف تلك الإبتسامة
آلاف من الأوجاع، التي ليس لها ترجمان سوى
الصمت، "عبرت" نعم لقد عبرت من فوق جروحي
اجتزت الصعاب نعم قلت لنفسي "الآن الآن" يجب
علي أن أمسك بقلمني أن أصبح أفضل تعلمت
الكثير، وواصلت الطريق وللمرة الأولى لم ألتفت إلى
الوراء، نعم أصبحت "كاتبة" أكتب كل مايجول
بخاطري من هم وألم وفرح وآسى، أصنع من الوجع
مشهداً يشبه شروق الشمس، نعم ولأول مرة في
حياتي كنت أنا من يرسم الطريق، الكتابة هي المنقذ
الأول لحياتي أنارت شعلة شغفي، لم يعد يبدو علي
آثار هلوستي وإكتائي بعد أن أنرت قلبي برحيق
الأمل، وأنتصرت لذاتي.
تلاشت أحزاني وأرتسمت على وجهي أبتسامة دافئة
تعبر عن الرضا الذي أنا فيه، الكتابة جعلت مني
عصفورة مغردة، تملك كل أغصان العالم، فتحط
حيثما شئت، وجدت نفسي غير قادر على العودة إلى
سابق عهدي، لا يوجد شعور أعظم من شعور أنك

ناجح، شعور لايشترى بالمال أنني أتطلع حقاً أن
أصبح أفضل كاتبة في العالم، كما أنني أسعى أن أكون
نبأً سعيداً لكل من يعرفني..

مريم الابراهيم

أسأل بطلا

اسأل بطلا ماهي السعادة فيجيبني:
أن أجد عملا وأدخل مصروف يومي
أسأل فقيرا ماهي السعادة برأيك فيجيبني:
السعادة السعادة عندما تحتاج لشيء تجده أمامك
وإن لم تجده تستطيع شرائه
أن تكون كاسيا غير عاريا
شبعانا غير جوعانا
مرتويا غير عطشانا
يعني السعادة هي ان تكون غنيا
فسألت يتيما ماعي السعادة برأيك فيجيبني:
هي أن يحتضنك والديك وأن تراهم كل يوم أمام
عينيك
سألت مريضا ماهي السعادة برأيك فيجيبني:
أن تكون سليما معافا خال من الأمراض
سألت عقيما ماهي السعادة برأيك فيجيبني:
أن يكون لديك أطفال قرّة عينك تحتضنهم
فسألت غنيا وهو زوجا وأبا
هل أنت سعيد

فأجابني :لا

لكنهم لا يعلمون حتى لو أنهم سيصلون إلى ما يبتغون

لن يشعروا بالسعادة

أنا لا أشعر بالسعادة ، أنت لا تشعر بالسعادة ، نحن

لن نشعر بالسعادة ، سنشعر بالطمأنينة ، سنشعر

بالفرح ، ولكن لن نشعر بالسعادة الحقيقية

فالسعادة ليس لها تعريف

السعادة هي أن تطأ قدمك الجنة

عندما تنخفض نسبة الأمل في

وينتابني اليأس الشديد

أردد لا بأس يعوضني الله في الجنة ان شاء الله

فأرتاح

الحكيم موجود فوق السماء والأرض

مدبر كل أمر

وقال (عسى أن تكرهوا شيئاً وهو خير لكم وعسى أن

تحبوا شيئاً وهو شر لكم والله يعلم وانتم لا تعلمون)

أي لا يحتاج أي أحد لأن يتجرع الأدريينالين لكي يشعر

بالسعادة لأن الادريينالين موجودة بالله ولله ومع الله

ذكر الله تعالى السعادة مرتين فقط في كتابه في قوله

جل وعلا

(يوم يأتي لا تكلم نفسه الا بإذنه فمنهم شقي

وسعيد)

وقال ايضاً (وأما الذين سعدوا ففي الجنة خالدين
فيها)

وذان نرمين

حياة جديدة.

في وسط ذلك الزحام من الضجيج والضوضاء الصادر من قهقهة وثرثرة الأطفال وهم يمرحون مع بعضهم البعض، كان منظر تلك الطفلة ملفتا جدا، وهي تجلس وحيدة في هدوء تام وملامح الأسي والخذلان مرسومة على وجهها، بعد عدة محاولات بائت بالفشل لأجل تكوين صداقات مع الآخرين. فلسوء حظها تربص بها شبح التنمر منذ طفولتها كانت منبوذة بلا أي سبب يذكر، ذنبها الوحيد أنها كانت خلوقة جدا ومفرطة في هدوءها ولطافتها واتزانها رغم صغر سنها. تميزت عن الآخرين بشخصيتها الطموحة والحالمة كانت تلفظ كل ما يؤذيها خارجا بواسطة القلم والورقة وبواسطة الرسم والألوان، باختصار كان حبها للأدب والفن حبا جما فحلمت أن تكون أديبة وفنانة يوما ما.....

مر الزمن ونضجت الطفلة، وولجت في مرحلة عمرية جديدة ألا وهي المراهقة. انتقلت للمدرسة الثانوية وكلها أمل بأن تحظى بحياة أفضل. لكنها صدمت بواقع أشد قسوة... فلعنة التنمر ما زالت تلاحقها وتربص بها. كانت النظرات الموجهة لها من طرف زملائها في الصف، نظرات استهزاء واستصغار. هنا لم

يعد باستطاعتها التحمل أكثر فقد تأكلت روحها من الوحدة والألم طوال السنين الفارطة ، فرمت كل أحلامها ومبادئها بعيدا.... واستسلمت للمجتمع وغدت نسخة عن الآخرين. فقرارها الجديد تمثل في انتقالها لمدرسة جديدة ومباشرة كل شئ من الصفر. فغيرت من طريقة لبسها وتصرفاتها وتجردت من نفسها تماما لغاية إرضاء الآخرين فجمعتها الأيام مع شلة من الفتيات السيئات فذهبت معهن في طريق الإنحراف والسوء ، وبعدها بمدة قصيرة قابلت شابا في عمرها تقريبا وولجت معه في علاقة غرامية وكلها ثقة أن هذا هو فارس أحلامها وأنه الشخص المنشود والمقدر لها أن تكون معه ، فغرقت معه في بحر الهوى ظنا منها أنه الشمس المشرقة في حياتها والربيع المخيم على عالمها . فأمضت تلك السنوات وهي تعيش في حلم ظاهره جميل وباطنه كابوس مفزع . في السنة الأخيرة من المرحلة الثانوية حدث تغير مفاجع وصادم قلب حياتها رأسا على عقب ، فالشاب الذي كان يشكل العمود الفقري لروحها رحل بعيدا وتركها ، انتقل ليقطن في مكان آخر من دون ولاكلمة وداع . أو بالأحرى كان يملئ فراغه العاطفي بها . وعلى إثر هذه الفاجعة أصيبت الفتاة بصدمة نفسية وظلت طريحة الفراش لأيام . وبعدها

تذكرت أن عليها اجتياز الامتحانات النهائية للتخرج من الثانوية هذه السنة ،فإن لم تستجمع قواها منذ الآن حتما سترسب لاحقا ! .فحاولت وحاولت لكن دون جدوىفحالتها النفسية سيئة جدا ولم تكن لديها القوة الكافية لتنهض من جديد،فالعالم يبدو أسودا حالك الظلام بالنسبة لها .فاستسلمت للفشل وبقيت أسيرة الإكتئاب.وفي فجر يوم من الأيام استيقظت مفزوعة تتلوى وتصرخ من الألم الذي أصاب معدتها ،لم ينفع معها المسكنات و الأدوية لتخفيف الألم وعلى اثر هذا أخذوها في حالة استعجالية للمستشفى لاجراء التحاليل .فكانت الفاجعة أنها مصابة بالسرطان ، عند سماعها الخبر نظرت للسماء متأملة ونزلت من عيناها دموعلكنها لم تكن دموع حزن ولا خوف وإنما كانت دموع ندم ، فقد أدركت حينذاك نعمة الحياة التي كانت تحظى بها .فسجدت لله باكية : «أنا آسفة يا الله لأنني لم أقدر نعمك فبدل شكرك كنت أتدمر لأجل أمور تافهة ...شكرا لك يا الله سأكون قوية من اليوم فصاعدا»

استمر علاجها بالكيماوي لأشهر ،وبالرغم من الألم لم تتخلى عن دراستها واجتهدت أكثر وبذلت كل ما بوسعها.وقبل الإمتحانات بشهر صدمتها فاجعة

أخرى، أخبرها الطبيب أن العلاج الكيماوي لم ينفع معها وضروري أن تخضع لعملية جراحية في أقرب وقت ممكن. لم يكن بوسعها سوى الموافقة، أتمت العملية بنجاح لكن الشفاء التام لم يكن مأكداً كان عليهم الإنتظار أكثر و مراقبتها باستمرار للتأكد من الإختفاء الكلي للورم. كان صعباً عليها تزامن فترة العملية مع الامتحانات حيث ضاع منها الكثير من الوقت لكنها بذلت كل ما بوسعها واجتازت الإمتحانات وكلها عزيمة وأمل. وفعلاً لم يضيع الله جهودها و كافئها على ثقتها به وقوة إيمانها فبعد شهر كانت البشارة خبر نجاحها بنتيجة جيدة، ولم يتوقف الأمر هنا وحسب فلم تمضي سوى أيام قليلة حتى رن الهاتف وإذ بالطبيب يخبرها بصوت مبهج: «مبروك لقد كتب الله لك حياة جديدة لقد اختفى الورم تماماً الحمد لله...». فعجبا لهذه الدنيا لما تخبأه لنا بين ثناياها من مفاجأة وأسرار، فالبلاء الذي حل بها ظاهره يبدو كابتلاء عظيم نهايته الموت لا محالة، ولكن باطنه رحمة واسعة من الله على عباده، فالله حينما يرى في قلب أحدهم خيراً يبتليه ليعيده لطريق الصواب، تماماً كما توبخ الأم طفلها لتظهر له الحق من الباطل. فلو لم يحل بها هذا الإبتلاء لبقيت أسيرة لإكتئابها ولرسبت في الامتحانات حتماً.

بعد النكبة التي أصابتها عادت لصوابها وتجردت من
القناع المزيف الذي كانت ترتديه لترضي
المجتمع. عادت لطبيعتها الخلوقة واللطيفة
وتمسكت بحلمها أكثر، وتوجهت في الجامعة نحو
تخصص الفنون الذي لطالما حلمت به واحتلت
المركز الأول على المستوى الوطني في مسابقة
الفنون، فقد تميزت لوحاتها بطابع جمالي خاص
وذلك لجمعها بين كتاباتها الأدبية وعملها الفني، فكل
لوحة كانت تحمل ورائها معنى عميق ومأثر في نفوس
الآخرين. وفي النهاية أقول افتخر بتميزك عن الآخرين
ولا تبني حياتك على أساس حب زائف فإذا كنت
تبحث عن الحب الحقيقي تعلم أن تحب الله أولاً
وستمطر سماء حياتك بالحب.

سيد مهاجرت رحاب

عن السعادة أتحدث

لتكن سعيداً لا تنظر لمن حولك بنظرةٍ التعالي، ففي
كل بساطةٍ قصةٍ لا تكفي شرحها عمراً من الحياةِ.
كن علي يقين بأن الله سيعوضك بشيءٍ ينتظرك، قد
يغير الأمانى ويزرع فيك وروداً وحنانٍ،
كن كثير الأمل، كثير الطموح، لتصبح شخصاً لا
يصلح للركوع
لغير وجه الله
إزرع من كل طيناً نباتاً قد يغمره بماءٍ تروي القلوبِ
بالأمانِ،
قد ترى غيرك أفضل منك حالاً ولا تعلم أنه قد طبع
عليه قطر الحرمانِ،
كن ضاحكاً مستبشراً يأتيك الخير في كل آن.
كل ماهو بسيط قد يثير جدالاً،
بروح بسيطة قد تغير جفاء القلوب إلى دفء
وطمأنينة.
يتبعها الأمانِ،
بيقيني بري وبساطة قولي ستصل كلماتي إلى قلوب
العشاقِ،

فكن متفائلا، أسعد نفسك بنفسك ولا ترهق من
حولك بسموم
الحزن والإحباط،
فكن أنت أدريئالين السعادة لمن حولك تبقي معلق
في قلوب الأحياء.

مريير مصطفى روما ميمو

فيروس السعادة.

كورونا من؟

ألا تعلمون أن هناك فيروس يحوم في الأرجاء منذ أن بدأت البشرية بالتبلور؟

لا تفزعوا إنه معدي، لكنه ليس مؤذيًا.

هو فيروسُ السعادة الذي يصيبُ المرءَ بسلاسةٍ عذبة، وبدون أي مقدماتٍ، أو إطنابٍ مفروغٍ منه. هذا الفيروس له هدفٌ محددٌ ألا وهو إحداثُ جلبةٍ، وهرجلةٍ في الجسد تحلقُ بالإنسانِ إلى عالمٍ آخر لا مثيل له.

أعراض هذا الفيروس تشتمل على:

أولاً: الشعورُ بالنشوة المستمرة.

ثانيًا: الإبتسامُ بسببٍ، ومن غير سببٍ.

ثالثًا: التشبُّثُ بالحياة بكلِّ ما أوتي المرءُ من قوة.

إدًا كيف نحاربه؟

لا جواب لهذا السؤال؛ لأن محاربة هذا الفيروس هي

قتلٌ لروحك، فوجوده مصلحة لك، "ربُّ ضارة

نافعة"، فما الذي يحتاجه المرءُ أكثر من سعادةٍ

تحتله، وتعدي غيره؟.

لا تقلق إن أصبتَ به، بل حتى أنشره في الأرجاء، فقد
افتقدنا السعادة في الآونة الآخيرة.

خلود عبد الصمد أحمد / اليمن

سأبتسم.

كنت أستحق قلبا صادقا و محبة كاملة لا يعكر صفوها شيء من الإحتمالات.. التساؤلات والشكوك المؤلمة التي أشعر من خلالها بالتخاذل والإرتباك. نعم, كنت و مازلت أستحق طمأنينة و راحة بال لا تتخللها مخاوف و ظنون بائسة و بقاء دائم بدون مقابل و إهتمام و جهود من طرف واحد مع أفعال أكثر صدقا.

أجل , هذا كل ما أريده ببساطة
أهو صعب المنال؟ أم كل هذا الشعور لم يكن مع الشخص المناسب!!?!

لكن إستسلمت حين أيقنت أن من يريدك حقا
سيفعل أي شيء للوصول إليك.
لأني أستحق أن ينظر إلي أحدهم متباهيا كأنني أعظم
انتصراته.

أجل رغم كل الخراب الذي بداخلي رغم كل الصعوبات فمهما حاولت أن تشرح ما بداخلك لن يفهمك أحد.

لن تجد إنسانا قويا بدون ماض حافل بالتجارب.
أصعب معركة تحدث هي بين قلب يريد و عقل يرفض.

كنت فتاة قوية صامدة مبتسمة و مازلت و سأظل
كذلك. لن أسمح لأحد بأن يعكر مزاجي بتفاهته لماذا
أنطفئ حالما إعتبرت نفسي من النجوم.
هذه هي الحياة سأعيشها بجميلها و مرها.
أجل سأحلم .. سأنجح.. سأصل.. و سأتعثر أيضا
لكن والله لن أستسلم أبدا.

بوهو هو فلتا

السعادة

وجع ، ألم ، تشاؤم ، آهات... إنتظر... خذ جرعة
من أدريناين السعادة
فلتبتسم يا عالم ..فإن بعد كل هم فرج ... و بعد كل
حزن فرح... و بعد كل قرح سعادة... سعادة تجعلك
مبتسما... ضاحكا ، هي السعادة.. مكونة من الحب
والبهجة تأتيك بعد زمن من الحسرة جرعة حب
تشعرك سعادة...سعادة تنسيك في ماض أليم..
ماض مؤلم و موجه هي السعادة ..
فلتبتسم دائما ... كن سعيد

جبائلي رميساء.

ذلك الحب

أي حب أعظم من حب الله، و أي خشوع اسمى من الخشوع له؛ الوحيد الذي قبل أن تشكو اليه يعلم ما يجول في قلبك و قبل ان تنزل دموعك الحارة من شدة الغم يعلم عز وجل عدد تلك القطرات... كيف لك أن لا تحب من يداوي جراح قلبك و يستر خطيئتك و يقف معك في أشد مواقفك فلو اجتمع الناس ان يضروك ما ضررك بمثقال ذرة، هو بيت الامان الذي مهما الحياة قست عليك تعود اليه فتتلقى الدفء و الحب و الرحمة، تخيل أن يحبك الله و يبتليك بأعز ما لديك فيسمع صوت مناجاتك له في جوف الليل و تخبطك بين الآلام و تتناسى اوجاع قلبك فتدعوه بقلب مجروح فيعلم كلماتك قبل ان تتلفظ بها و يهب لك من الخيرات و النعم . حب الله هو ذلك الاحساس الراقى الذي من ذاقه إرتوى ولم تبقى له رغبة الا سواه و من أصرف عنه ذاق من الهموم و الاحزان ما لا تداويه الايام و لا يضمده الزمان

عبد الكريم صارة - الجزائر

سجادتي...

سجادتي فيها راحتي
أبثها آهاتي و فرحتي
في الفجر أو المغيب
في كل وقت هي قبلي
في العين دمع..
و القلب ساجد بخشوع
لإلهي تهوى نفسي الرجوع
سجادتي فيها راحتي
في أي وقت هي قبلي
أبكي و أشكو لله حزني
فمن سواه يفهمني...
سبحانه في أي حال يقبلني
فمن سواه يخفف عني
في كل حالتي
سجادتي تشهد مناجاتي
يا إله الخلق بالصلاة يسر لي أمري
و بالقرآن اشرح لي صدري
أسألك اللهم الخير في ما تبقى من عمري.

مداي نور الهدى - تيسمسيلت.

أسعد نفسك بنفسك

السعادة، كلمة سهلة النطق كسهولة الحصول عليها، فالعثور عليها أمر بسيط للغاية، وكل امرئ بإمكانه أن يكون سعيدا فقط إن أراد هو هذه السعادة، ومع الإرادة تصبح كل الأماني أمامنا سهلة المنال، حتى وإن كانت صعبة الوصول إليها إلا أننا نتلذذ بمتعة السير في سبيل بلوغها والحصول عليها، فهناك من يجد سعادته في احتسائه لكوب قهوة، وهناك من يعثر عليها في قراءته لكتاب أو رواية... لكن يبقى أكثرهما سعادة، ذاك الذي يحصل على سعادته بين آيات تلاها من الذكر الحكيم.

أجمل سعادة تلك التي تستشعرها في قربك من خالقك، إذا كنت حزينا تلجأ إليه فتسعد، ودائما ما تجد السعادة بين يديه، فتستمر في اللجوء إليه لا إلى غيره، وهذا كفيل ليفرحك، ويثلج صدرك، ويغمر قلبك بهجة، بعيدا عن كل ما قد يشقيك.

إليكما هذه النصائح عزيزي القارئ، عزيزتي القارئة، إذا أردت (ي) أن تسعد في حياتك، فانظر إلى علاقتك بخالقك أولا، وإلى علاقتك بكتابه ثانيا، ثم أمعن النظر مرة أخرى، في علاقتك مع ذاتك، كيف هي علاقتك بنفسك ياترى؟ أنت متصالح معها بالقدر

الذي يجعلك سعيدا بحياتك؟ إن وجدت ثغرا بعلاقتك بها فاملأه، املأه بالحب، أحب نفسك كما أنت، أحب نفسك بعيوبها ومزاياها، لكن إياك والغرور، فكما قيل " الشيء إذا زاد عن حده انقلب إلى ضده" وحب الذات إذا تم الإفراط فيه، أصبح غرورا، وهذا لن يسعدك أبدا، بل سيزيد فوق شقائك شقاء وتعاسة. كن متواضعا، واجعل التواضع تاج مبادئك، وأفخم أخلاقك، واعلم أن من تواضع لله رفعه. هكذا ستصبح حياتك كلها سعادة وهناء، "فمن البساطة تنبع السعادة" افتخر بإنجازاتك سواء كانت صغيرة أو عظيمة، واخلق السعادة لنفسك بنفسك، فلا تنتظر من أي أحد أن يسعدك، ولا تجعل سعادتك مرتبطة بزمن ومكان معينين؛ وأشياء محددة، بل اجعل كل ما يحيط بك مصدرا للسعادة، واجعل كل ساعة ودقيقة، رمزا لها، ولا تنسى أن تحسن لغيرك، هكذا ستجد سعادتك.

خولت أعريش المغرب

بساطة السعادة

ربما كنت مختلفة كثيرا عن الأخريات ، لم أكن
كباقي الفتيات ، لم اولع بحب مستحضرات التجميل
او حضر المسلسلات والافلام الرومنسية
كنت ارتدي ثيابا عادية ونادرا ما اهتممت
لمظهري الخارجي واناقتي ولكن رغما عن ذلك كنت
اجملهن بالبساطة.....
كنت اجد سعادتي في الكتابة والقراءة ، كنت
مجنونة بعشق الروايات والقصص والكتب ، لم اندم
على الدقائق والساعات التي راحت في القراءة
اتعلم

ان السعادة موجودة في اشياء جد بسيطة ،
خفيفة ورقيقة كرائحة المسك مثلا ثغر
ابتسامة طفل او تفتح ازهار حديقة منزلك التي
اعتدت على سقيها والاعتناء بها ...
مساعدة عجوز مار...دعوة خير لك في الغيب
وابتسامة شخص غريب لك ...

انها اشياء بسيطة لكنها تفرز الادريينالين بكثافة
، تشعر بسعادة لامتناهية وكأنك تناولت كميات
كبيرة من الشوكولاتة
لكن الحقيقة بسيطة كبساطتك انت فقط

رابحي شيماء الجزائر العاصمة

لا يليق بك العبوس يا سماوي

أنت ، أجل انت! دعني أخاطب روحك التي لا
يليق بها الحزن ، ألم تعلم يا عزيزي أن الله خلق
أصلك بيده ، ونفخ فيه من روحه «ونفخت فيه من
روحي» ، وسجدت لك الملائكة «فسجد الملائكة
كلهم اجمعون» وتعلم ذاك وأنت حزين ،
وآآعجبا منك!! تحزن وأنت تعلم .
ألم تعلم يا عزيزي أن موطنك الجنة ، وكانت
أول دار سكنتها ، وفي الجنة لا هم ولا غم ، اذهبت
خصائص موطنك ، وبات الحزن سمتك ، والعبوس
علامتك ، ألا تستحي يا سمائي الأصل؟! ، كأنك
سمعت بقصة عربي من بني جلدتنا ، ويهمس بلغتنا
، سافر إلى بلاد الغرب ، فغير سحنته ، وبدل هيئته ،
وصار لسان الغرب لغته ، كأني أرى على وجهك
الإعجاب ، وعلى عينك الإستغراب ، ولكنني منك
أعجب! فأنت سماوي لا يليق بك العبوس!!
ألم تعلم يا عزيزي أنك مخلوق من طين ،
صدق قول رب العالمين «ومن أصدق من الله
حديثا» ، نزل به الروح الأمين ، على سيد

المرسلين: «هو الذي خلقكم من طين» ، فالطين
منبت النرجس والياسمين ، خلقت من طين ، فلماذا
لا نزهر؟! فأنت من طين لا يليق بك إلا أن تزهر!
ألم تعلم يا عزيزي أن بارتك كرمك! "ولقد
كرمنا بني آدم " فالكريم عند الملك لا تذله
الحاشية، والله المثل الأعلى ، فمن كرمه ربي حاشاه
أن يذل ، أتحزن والله قد كرمك؟!
قل لي بربك ما الذي أحزنك؟!
إن كان رزقا فقد كفاكه الله: "ما اريد منهم من
رزق وما أريد أن يطعمون. إن الله هو الرزاق ذو القوة
المتين".

إن كان مرضا فقد تكفل الله بك وقال على
لسان نبيه "وإذا مرضت فهو يشفين".
وإن كان عسرا فأبشر: إن مع العسر يسران!

سمية جاد كريم السودان

السعادة

بين الأمل..... والألم
فرق في التكوين وتشابه في الأحرف ،
وبين السعادة ... والتعاسة
أشياء مشتركة كثيرة واحرف متناسقة ،

نحن بأيدينا يمكننا تنسيق الألم ليكون الأمل
وتغيير حروف التعاسة بالسعادة!
بأيدينا يمكننا أن نرسم لوحة حياتنا
بألوان مشرقه واطار من الثقه والأمل بالله ..
نعم نحن من له الحق باختيار لوحه حياتنا ..

نعم اتركوا عنكم حروف الألم وتمسكوا بالامل
واستغنوا عن عبارات الحزن في كلماتكم
ادفنوا أحساسكم بالإحباط وحلقوا بأرواحكم
احيوا نسيج السعادة وخطوط الابتسامة .

كونوا أكثر صدقا مع انفسكم
ولاتتصنعوا الحزن فتصبحوا في حزن عميق..

بل انتشلوا افكاركم بالامل في حياة سعيدة
وحلقوا بخيالكم إلى لحظات السعادة ...

نعم السعادة ولاشيء غيرها !!!

تسرين بن ذيب

التفاؤل

لَوْن حياتك بألوان التفاؤل، والسعادة والفرح،
فالحياة كلوحة تنتظر الألوان لتغدو أكثر جمالاً،
فنحن نولد ولوحة حياتنا بيضاء نقية، منا من
يحولها إلى السواد، ومنا من يحافظ على نقائها
وصفائها، إذا سماءك يوماً تحجبت بالغيوم اغمض
جفونك تُبصر خلف الغيوم نجوم، والأرض حولك
إذا ما توشحت بالثلوج اغمض جفونك تُبصر تحت
الثلوج مروج، فرغم وجود الشر هناك الخير، ورغم
وجود المشاكل هناك الحل، ورغم وجود الفشل
هناك النجاح، ورغم قسوة الواقع هناك زهرة أمل
فالتفاؤل نصف الحياة والأمل نصفها الآخر ...
من وضع ثقته بـ ربه وَ توكل عليه جعل الله

النصفين بين يديه

إذا نظرت بـ عين التفاؤل إلى الوجود لَ رأيت الجمالَ
شائعاً في كلِّ ذراته .

فابتسم رغم ألمك حتى يكون قلبك بخير .. كن لطيفاً
مع ذاتك قبل أن تكون لطيفاً مع الآخرين ..

فالسعداء ..

أشخاص علموا أن الحزن لا يجدد قديماً .. ولا يعيد
ماضياً .. ولا يرد غائباً .. فتركوه جانباً وابتسموا

لا تَكُن الطرف الذي على استعداد أن يُضحي دائماً..
أن يتنازل دائماً.. هُنَاكَ أشياء لا بُد أن تُعاتب عليها،
أن تفهمها، أن لا تُسامح مُباشرةً.. حتّى في الحُب!!
القوّة ضروريّة من أجل الحِفاظ على الحُب من
الخدلان والإنكسار.. التنازلات الدائمة والتضحيات
تجعلُ العلاقة هشةً سهلةً الكسر..

ليس الصمتُ دائماً رائعاً
وليس الكلام دائماً سيئاً
فهناك من نرتقي عنهم بالصمت
وهناك من نرتقي معهم بالحوار
لذا تخيّر مع من تصمت
ومع من تتحاور
فُنُّ الصّمت
وفنُّ الحديث
الأعظم منهما فُنُّ التوقيت المُناسب
فالصمتُ في غيرِ وقته خُذلان
والحديثُ في غيرِ وقته حماقة

بن ذيب نسرين

حبيبتى انت

حبيبتى أنت

...نعم... أنت

أنت... إمرأة وتعلمين مدى مكانتك العظيمة التي

وهبها الله لك

أنت القوية التي لا تهاب أن تخسر

فأنت التي بيدها أن تحسم كل المعارك

أنت الشجاعة التي تستطيع أن تصمد ضد

المصاعب والعوائق

والتي باستطاعتها أن ترمم نفسها بنفسها وترسم

خرائط حياتها لتبني أجمل الطرائق

..أنت... نعم أنت

أنت الأخت التي تساند إخوتها وتمنحهم الأمان

أنت الأم التي يعم حنانها ودفئها الذي يُذهب ويُبعد

الأحزان

أنت الزوجة الأمينة المحافظة على سر زوجها

ووالتي تمنحه المحبة والإطمئنان

أنت الابنة البارة والتي بإمكانها أن تدخل والديها إلى

الجنان

فلا تسمحي لشرف والدك وسمعته أن تصبح

منشفة تُنظف بها الأراضي والبنيان

قدري تعبہ وكل ما منحه لك من الحنان
فبعض الأحيان لا يبلس ولا يختار له الجميل
ليجلب لك الأجمال والأروع
تمتعي بحياتك
واجعلي من العفة عنوانك
ومن الصدق قانونك
ومن أهلك سبيل الأمان لقلبك
ومن دراستك باب سعادتك
ومن نجاحاتك فخرا لوالديك
واجعلي من الصلاة والقرآن مرشدا لتكملي بقية
حياتك

صابرينتا بودريالنتا

طبيب السعادة

إذهب في رحلةٍ مُمتعةٍ مع نفسك، واتخذ من نفسك
مُتكَأً لِنفسك، ولا تُبين الضعف أمام نفسك، وإن هي
أخذتك عكس عقارب الساعة فتجاهل نفسك، ولا
تجعل عيد ميلاد مُحدد لنفسك، فأنت في كل يوم
تولد مئات المرات بأفكارك الصائبة، تفهم نفسك ولا
تُسيئ الظن بها، كن لها الصديق الودود لا العدو
الحسود، كن لها الأم الحنونة التي جعلت من قلبها
مدينة كبيرة لا يعرف أسرارها الا من يدخلها ويبحث
عنها ويتعمق فيها، إن تأكلت روحك أعد بناءها من
جديد، فم بترميم كل حُطام، أقصد طبيب السعادة
وأطلب منه أن يكتب لك في وصفة دُعائك هورمون
يزيد من نسبة سعادتك في الدم. في الروح. في التفكير
والتأمل. في كل شيء، فهلم بنا إلى زيارة ذلك الطبيب
الذي لا يحزن لديه أي مريض وأي قاصد لطلب
سعادته.

منال كاظم... العراق

الى اعز ما أملك

السلام على قلبك المليء بكل ما لَّذا وطاب، بخير تام
للجميع، وبهجة تُفرح من يراك تطل عليه، ولمعان
عينك يجذب من يتحدث إليك، أجمل قلب يسكن
هذه الحياة أو ما يُدعى الفراغ السَّيِّء، السلام على
عزير قلبي، ومُلازم الفؤاد دومًا وأبدًا.
لنبدأ بذلك القلب الذي يبعث الحنان في أرجاء الكون
أجمعه، قلبك كقطعة من الثلج، لا شيء يُعكره، لا
ظلم البشر ولا استغنائهم المُتواصل، نقاء روحك
وقلبك فاق الحدود عزيز قلبي.
من حُسن حظ الأناس الذين توجد أنت بحياتهم،
صدقًا قد حظوا بك، أكتب وأنا أعلم أن بالثمان
وعشرون حرفًا لن أعبر عن ما يحمله قلبي لك، ولن
يوصف الجمال والحُب والعطاء وكل ما نقي
بداخلك، فجميع لغات العالم أجمع لن تستطع
وصفك، ومع الأسف الشديد ولا شعور شعرتة معك

بالكامل وإلا لما أُنقن وصفه حقًا، عندما يسئلي
البعض ما الذي يُسعدك؟
لم يأتي علي بالي غير وجودك حقًا.
إليك دائمًا

أنت ليس لك قرين أو مُشابه، عندما بدأ عقلي
بوصفك تعب قليلًا ليجد ما يليق بك، أنت كوجود
الشمس بعد ليلة كانت مليئة بالامطار، أو كالسحاب
الذي يملئ السماء، نجوم الليل تلك التي تملئ
السماء، لست أنت تلك النجوم فجميعها مُشابه
للآخر، عندما أدقق النظر في السماء أجد نجمة
واحدة مُضيئة بارزة في السماء، أنت تلك النجمة
المُختلفة الواضحة عن ما حولها، كم تبدوا جميلة،
ولا أظن ذلك الوصف كافي بك، كفي بحديثي بأنك
تُشبه كل ما هو جميل.

دائمًا يروادني شعور الشكر لرب العالمين، مُمتنة
لصدفة فرقت بحياتي كثيرًا، بل كثيرًا لأبعد الحدود،
كل الشكر للحياة على تأكيدها لي بأن الحياة ما زالت
جميلة جدًا بوجودك جانبي، بدونك أرى الحياة
وكانها تعيسة حقًا، كمن فقد ابنه، أو كحلول الفقر
عليّ أو اليتم، وأكثر من يروادني حينها أشعر وكأني
عجوز عقيم، ما بِشابة صغيرة، وكأني قد كبرت هكذا
وشكلي الخارجي أصبح باهت وغير مُهندم كما لكنتُ

معك، وكأن بوجودك يُزهر ريحان شبابي ولا أجد
 نفسي جميلة كما تتحدث إلا بوجودك صدقاً عزيزي،
 أحبك؛ لأنك أول ما حلّ على قلبي، أول من زلزل
 روحي المُنطفئة، أول من بكت عيناى لفراقه بضع
 من الثواني، أول من فرحت روحي بلقائه أو عودته،
 أول وآخر من سأكتفي معه بالعالم بأثره، أول ما
 أشاركه حُزني قبل فرحي، أول السعادة التي تدخل
 على صدري، وأخيراً؛ لأنك أول ما أجده وهو قلبك
 مُشابه لقلبي وبهذا يكفي من الدُنى.

يُصاحبني الحُب الدائم لوقتي معك، وإهتمامك،
 وعطفك وحنانك، وكل ما بك، تالله أتمنى أن نشيخ
 معاً، ونحقق أحلامنا سوياً، إليك دائماً.

وأختتم حديثي أعتذر بقلبي قبل لساني عن كل ذرة
 حُزن دخلت قلبك الجميل ولم تخفى، أعتذر لك
 نيابة عن كل الذين رأوك ومضوا، أعتذر نيابةً عن
 ليلة بتَ فيها باكياً، أعتذر لك عن كل كلمة خرجت
 من أحدهم وأزعجت قلبك الصغير، أعتذر عن كل ما
 مررت به من سوء، أعتذر عن الإطالة ولكن قلبي غير
 قادر بالبُكم، أخيراً أننا معاً قلبك أولاً مُحاط بقلبي،
 هكذا كل شيء سيمضي مهما كانت شدته وقسوته،
 ليس لدي غيرك وطن بعيداً أتم البُعد عن زحمة
 البشر.

رأيتك، فرأيت مشاعري تتحرك نحوك، وكأني أريد
عودتك، سماعي لتنهيدة قلبي المعتادة، عند رحيلك
عني، رأيت عقلي يُحدثني أتريدين رجعتي، ليُشعرك
بالخُذلان مُجددًا.

رأيتك، فرأيت مشاعري تتحرك نحوك، وكأني أريد
عودتك، سماعي لتنهيدة قلبي المعتادة، عند رحيلك
عني، رأيت عقلي يُحدثني أتريدين رجعتي، ليُشعرك
بالخُذلان مُجددًا.

قد صار قلبي كاليتيم برؤيتك، وعدم نظري لعينيك
خوفًا من عقلي، فهو يقوم بالتحكم بي بكلماتٍ غير
لائقة، بقوله لي بأني لا أقوم بالنظر إليك؛ كي لا
أشعرك بشيءٍ تِجاهي.

أشتقتُ لكُ وبمعنى الكلمة، أشتقتُ لضحكاتك،
لِنظراتك، لهماستك، أشتقتُ لكل شيءٍ بكُ، تألم
قلبي كُل يومٍ يزداد عن اليوم الذي بَعده، أريدك،
أستعود، ولكني أرى أن فراقي غير فارق معك أبدًا
يا من تحتل تفكير عقلي دائمًا، أرسل لي ولو إشارة
بأنك عائدٌ لي؛ لكي أطفأ نيران قلبي المُشتعلة على
فراقك، أي إشارة بأنك ستعود لِطمَنت قلبي
الصغير.

رجوعك من أمنياتي العُظمى، فَحُبِي لكُ ليس بِتلك
الكلمة المُكونة من ثلاثة أحرف، إني أريدك بِجانبي

لمطمئنتي، وحديثك الذي كان يطول بضحكاتنا
العالية، فوجودك خيرٌ من الدنيا وما عليها.

لرحمة ناصر عابد

الأم

تحلو الحياة بذكرها تتبلل
ونفوسنا من حسنها تتجمل
إن الأمومة في الوجود مودة
بحنانها و صفائها أتعلى
هي للقلوب طيبة و حبيبة
أرجو رضاها دائما أتوسل
يارب فارحم كل أم رحمة
تهدي بها نحو النعيم توصل
ورد ينام بحضنه ورد
وعليه من عين الطلي شهد
قد وسد الخدين في وسن
في قلبها فكأنه مهذا
تحنو عليه بكفها رغدا
كي لا يمس صغيرها بردا
و بقلبها من حبه لهفا
وإذا يئن فقلبها وقد
و لها من الدنيا سعادته
و بأمه قد أزهر الرندا

حفيظة بن سعيدي

كن أنت

_ من انت؟

_ انا ادريناين السعادة

_ لماذا اتيت الي.؟

_ لاجعلك سعيدا متفائل

_ كيف لي ان اصبح سعيدا بعد ان سقطت في العديد
من المرات. ؟

_ كن متفائلا ابحت في دروب الحياة عن السعادة .
كن شخص لا تؤثر فيه عقبات الحياة ولا تردعه في
الاستمرار من اجل تحقيق هدفه . لا تدع اشياء
بسيطة تفقدك الامل فهذه الدنيا تعيشها مرة واحدة
فإستغلها بجانبها المشرق.

اخلاص حمري

السعادة لاسعاد نفسك لا لاسعاد غيرك

كلنا نسعى لإسعاد غيرنا ، لإسعاد من نحب فقط ،
لرؤية بسمتهم وضحكتهم نفعل المستحيل من
اجلهم وذلك فقط لضمان بقائهم وعدم الشعور
بالخيبة لانسحابهم ، لآكن هل فكرت يوما في
سعادتك؟ اكييد لا ، انت غارق في بحر من الهموم
والمصائب لكن لاتفكر في نفسك بل تفكر في سعادة
غيرك ، نعم انا معك ، لست اناذية لكن هل يوجد
شخص يسعدك؟ هل يوجد شخص يسعى الى
الوصول اليك؟ وهل يوجد شخص لن يخيبك؟ ،
انت فعلت المستحيل لإسعادهم فماذا فعلوا هم
؟بينما انت تسعى وتبذل مجهودات كثيرة لإسعادهم
فكر ولو لمرة واحدة في سعادتك ، في حياتك ، انا اعلم
انك في غرف مغلقة من الحزن والاكتئاب ، انت
تتهرب من همومك ، لآحد يستطيع اسعادك انت
الوحيد الذي تتمكن من اسعاد نفسك بذات وحل
العقدات في حياتك اكييد تسأل كيف ؟ ، السعادة
تكن في التقرب الى الله عزوجل وصلاتك وقرئانك
سلاحك والخروج من السجن الذي انت فيه ونسيان
الماضي والعمل على الحاضر ، فلا سعادة مع البشر

فسعادة الحقيقة مع الله فقط ونصيحتي هي لاتهتم
بسعادة اي شخص فيكيفك اسعاد نفسك فالناس
منشغلة بنفسها فقط .

بقلم لبنى هامل

هنياً

هنياً ..

لِمَنْ أيقظ عيناهُ ذكراً
وأصبح بقلبٍ مُطمئن
متمسك بالمالك الملك
لِمَنْ يبدأ يومهُ بصباحٍ
مشرق وقهوة فائحه
ليس كذلك وحسب
فالهناء والتهنئة كثيرة
ولكن أصحابها قليلين
عمل صغير تكون من المهنيين
فالحدث هو الهدف
والسعادة هي الخلاصة .
لا تريد أن تقوم به لأنك مجبور
فيا ما سعت بالوظيفة ولم تتلقى
سوى شهادتين على الأغلب
فهنا الملعب ..
بهذه الدنيا تجد وبسهولة
أترك الفواصل اصل للنقطة مباشرة

دون بعثرة والتحق بهؤلاء المبتسمين
وإن كنت آخرهم فلك تهنئة حالك حالهم
كسبت التحدي ..

صالحه صلاح السعدي

سعادة الحياة

كم عشقتك ايتها الحياة ، الممتزجة بين الالزم
والحزن ، كل يوم اغمر لحضة من لحضاتك بسعادة
وامل .

رغم محطاتك المؤلمة الا اني كنت اساندها بامل
وسعادة

عشقتك رغم عيوبك.....، واملني بالله سعادة لا
حدود لها .

استنشقت منك لحضة الم مرتقبة بالحضة امل
ما أجملك ايتها الحياة عندما ننظر لك بجانب مشرق
ومملوء بكل حب و سعادة

و ما اجمل أشعة الشمس عندما تشرق خيوطها
الذهبية بتفاؤل و امل .

السعادة لا تنزل عليك من السماء ، بل انت من
يزرعها في الارض

التفاؤل هو تلك النافذة والصغيرة التي مهما صغر
حجمها الا أنها تفتح افاقاً واسعة في الحياة

تعلمت منك رسم ابتسامة بين ايامي !....

و تأرجحت السعادة بين محطاتي ...

تركت كل ألم وحزن ، مترقبة لحضة رجوع امل

سعادتي عشقتكِ بمعن الكلمة وعشقتكِ لي ممتزج بين
اريج عطركِ! ...
اخذت جرعة منكِ ايتها الحياة ! و دونتها بين
نبضات قلبي ... نحن لن نصنع التفاول فحسب،
بل نصنع إنسانية ونبني حضارة و مجد بسعادتنا و
حبنا لها .

ستوتي فاطمة الزهراء.

توبة شاب غافل

كان هناك شاب يافع مولع بالدنيا مدمن اللهو و
الخمير، كثير ضياع، سيئ طبع إذ به إحدى الليالي أكثر
من شربه وهو عائد كعادته ثاملاً يصيح "ليس لي
احد " .. ليس لي احد عُقبة بوحدتي " إذ به يسمع
" الله اكبر . الله اكبر " كان اذان صلاه الفجر ... بدأ
ينظر من حوله. وكأنه تفتن من سهوه، أخذته
رجلاه ورمته أمام مسجد ومن بعدها لم تستطع
رجلاه حمله للداخل سقط مرميا بجانب الباب، بكى
قائلاً " يا الله كثرت سيئاتي رد العجوز: " أن الله
غفور رحيم "

رددت ثانية "كثرت معاصيتي" رد العجوز قائلاً:
يرحمك الله برحمته الواسعة" فالتفت الشاب إلى
العجوز قائلاً : وكيف ذلك؟ رد عليه بتوبتك
،بصلاتك،بترك شهوات دنياك الزائلة " رد الشاب :
تالله لا استطيع تركها حاولت و حاولت دون جدوى
رد العجوز مبتسماً" حتى الموت ليست بتاركة لاحد
فانهض واعمل لدنياك وليرحمك الله و يمسح على

قلبك فتلفت شاب مرة أخرى فإذا به اختفى العجوز
تعجب شاب و قام مشيا الي بيته
ها قد سقطت الاشواك وبقيت الورود .. فبعدها
أصبح الشاب أشد إيمانا و توبة حتى تعجب أهل
قريته كيف اصبحت أخلاقه حميدة أصبح أول
ساجدين و اخر راحلين من المسجد.

طرمول نوال

الخير قادم

أنا بخير لطالما تجاوزت مصاعب الحياة .
بخير كل ما ضاق صدري تقربت و عبدت ربي و
أعطاني و في كل مرة يزيد من قوتي .
بخير كلما شعرت بأني ابتعدت عنه و عصيته اشعر و
كأنه يجذبني اليه ليزيد من ذكري له لكي لا انساه .
انا ببشر اقع دائما في حفرة لا تخلو من اخطاء
فبالأخطاء نتعلم و أعترف بأخطائي ليغفر ذنوبي و لو
كانت جبلا و لو كانت كزبد البحر لأنني اعرف ان الله
غفور رحيم يغفر لمن يشاء .
بخير لأنني واثقة ثقة لا يستحقها من لا يستحقها بأنه
يوما ما لا يخذلني و لا يبعدني عن رحمته و لن يبخل
علي بالعطاء ربما اشعر احيانا بالتأخر ما رجوته به و
ما دعوت و لكن الصبر حتما مفتاح الفرج و حتما
ثقتي بالله سترضيني و سيعطيني ما تمنيت و أكثر مما
تمنيت .

لماذا الخوف؟ و نعلم أن الله معنا يسمع و يرى و
تذكر انت يا من خلقت الخالق العظيم ان عندك رب
يدبر لك امرك فقط توكل عليه و أذكر يذكرك لانه

رب يستحيل رد قلب ، عبد باكيا خاشعا فجلالته
يقويك و يمنحك قوة بعد ضعف و فرحة بعد احزان
حتى ولو كنت تشعر ان حياتك كلها حزن . و تأكد ان
كل ما يحدث في حياتك ما هو الا امتحان في صبرك و
ايمانك بالله

و مستحيل يبعث الضر في نفسك مهما فعلت من
ذنوب و من اخطاء فالشكر قليل في حقك يا الله
اشكرك على وجودك و على خلقنا و على كل شئ
انعمتنا به و الحمد لله .

تاجر هجيرة

أين تختبأ السعادة

السَّعادة لا تجدها دائما في كيس مليئ بالنقود، أو قصر فاخر، أو سيارة فخمة كما تعتقد.

السَّعادة تختبئ في ثنايا البساطة بكل بساطة .

عني أنا، فلقد بحثت عنها حتى وجدتتها .

هل أخبرك أين ؟ هل أدلك على مكانها ؟

- لقد وجدتتها بين ضحكاتي أنا وعائلي على مائدة الطعام .

- وجدتتها تعانقني حين أمشي تحت قطرات المطر.

- وجدتتها تعبر بجاني عندما كنت أستنشق الهواء الطلق بكل عمق.

السَّعادة: ستجدها في أمور تقوم بها بكل عفوية و أريحية .

هل جربت يوما السير تحت ظلمة الليل ؟

تلك الظلمة الرائعة التي زينتها مصابيح السماء .

ستستمتع كثيرا بمداعبة الهواء لوجهك .

أثناء سيرك خذ نفسا عميقا، إشتم رائحة الهدوء

والعزلة، وإستمع لسنфонية الطبيعة الرائعة !

أحب أن أسميها لحن الظلام .

اجعل كل حواسك تستشعر هذا الجو المميز.

أمعن النظر، لن تجد شيئاً سوى أنت مع هذا المكان
الساحر، في تلك اللحظة تماماً ستظهر السعادة أمام
عينيك. لكنها ستعاود الإختباء في أماكن أخرى خلف
أشياء أخرى، فقط ابحث عنها دائماً في ثنايا
البساطة.

بوفاتح نوال

ابهار النجاح يستحق

كن كما أنت على الطريق الصحيح ولا تستسلم، أنت
 شجاعٌ فلا تستسلم، ستنجحُ بجهدك وإجتهادك،
 اسعى ودع الباقي لله، لا تتخلي عن حلمك بسبب
 تراهاات الآخرين، سير في طريقك وستنجح لا تخف،
 إذا كان حلمك إلى أبعد الحدود ستصل إليه لا تخف،
 وأعدك بذلك، ولكن ستحققه إذا لم تستسلم، لا
 تستمع لكلام المحبط فإنه يريد إغراقك، يريد
 الفاشل أن يؤذيك ويجعلك مثله لذلك يكسر من
 طموحاتك، ولا تخف من الفشل الصغير أو حتى
 الكبير لأن الفشل يعلمك أشياء كثيرة تجعلك شخصاً
 ناجح ولامع، بعد الفشل يأتي النجاح المبهر فلا
 تخف، أصبر لأن بعد الصبر الفرج، وبعد الصبر الحلم
 المنتظر، أبهر نفسك بصغائر الأعمال لأن الصغائر
 تصبح كبائر في نهاية المطاف، أسمع كلامي ولن
 تندم، وضع يدك على أول السلم، وفي النهاية ستكمل
 السلم كله، كن أنت ولا تتغير، ولا تتصنع، وفي
 الخاتمة أنت مثل القمر تذهب وتأتي، فعند ذهابه
 يعود، فأرجوعك كن مثله وعند ذهابك عد مرة
 أخرى، ولا تخذلي ولا تعود، بعد السقوط
 النهوض، فلا تتكاسل وتحلى في عينك الراحة

والكسل، فإنهض من جديد ولا تستسلم، ولا
تستسلم حتى تنجح.

سمية ياسر علي - مصر

من انت ؟

من انت ؟

- انت الشخص القوي الذي باستطاعته فعل اي شيء ، انت ذلك الفارس المغوار الذي يصنع نفسه بنفسه وبسيفه يحسم نتيجة الحروب ، انت ذلك البطل الذي يستطيع تحقيق هدفه ، انت الشخص الذي لا يأمن بالمستحيل انت الذي يجعل نفسه أملا مهما حاول من حوله ان يشنتوه ويقنعونه بالفشل .

نعم انت بطل ، كافح ، حارب من اجل حلمك ، من اجل ابتسامة الانتصار التي سترسمها شفاهك من اجل من راهنوا على فشلك من اجل ابتسامة امك ابوك ، تذكر دائما وابدا ان نجاحك هو أكبر فوز لابويك . اذا تعثرت ولم تصل ، فلا تيأس قل ان الله قد أراد لي شيئا افضل ، اكسر الجدار الذي يعيقك لا تنظر للخلف الذي مضى لن يعود اعمل من اجل مستقبلك ، التفكير بالنجاح هو النجاح بحد ذاته ، قل لنفسك دائما وابدا " الله دائما معي " ستجد قوتك في حطام فشلك إستمر لا تياس الشيء الوحيد الذي يمكنك الوثوق به هو نفسك ، اياك ان تسمح للياس بالوصول اليك اياك ثم اياك اعتمد على

نفسك ولا تنتظر شيء من احد ، كن أنت، كن أنت
الاسطورة التي يتحدثون عن انجازاته ، اكسر حاجز
الخوف الذي يعيق تقدمك ، ثق بانك ستصل
مادمت تتنفس ، السقوط ليس لك ..نعم تستطيع

~للحياة أمل و للعين نظرات

و للسان كلمات و للانسان امنيات .

أكديف إكراه

الحياة أمل

إن الحياة ذات وجهين ياعزيزتي، وجه يحبطك ووجه يقويك. فلذلك يجب أن تري الحياة بروحك وبشغفك ليس بعينيك وفقط. فهي تحتاج الى امرأة واثقة من نفسها باحثة عن الصفاء والنقاء وطيبة قلبها، لأنها تعلم بحبها للبساطة فهي على يقين ان لابد من وجود أوفياء من حولها. فالتتمسكي بخيوط الأمل وصدّقي أن اهدافك قابلة لتحقيق، لانك حين تتأملين تستطيعين كسر كل الحواجز فلا تجعلي من الصعاب عائقا لك. فل تحاولي عيش الحياة بكل اذواقها من طعم الأمل إلى الحب والفرح وحزن ويأس. كما يقال (فما بعد الضعف الا القوة).

فالحياة عبارة عن مشاعر واحاسيس مختلفة تشبه الطعام الذي تختلف اذواقه من مرٍّ إلى حلو، و ما أجمل الحلو حين تذوقينه وتعيشين بذلك الأمل والتفاؤل وعن هدوء النفس اتكلم فكل هذا يجعلك تعيشين بسلام داخلي.

فطريق النجاح في هذه الحياة يبدأ بخطوتين الارادة
والحب.

غدير وفاء - الجزائر

انفجرت الفوانيس

لا أزال بين كل الهنياهات أسترجع تلك الكلمات
أبدو وكأنني نسختها وأخفيتها بعيدا بين خلايا عقلي

...

"في الكثير من الأحيان يكون ما بعد الوقوع أجمل "
هكذا هو تماما واقع الاستياء الذي لا طالما سئمنا
منه ... من سقطاته العائرة ،

نستحظر بين الحين والآخر هفتات الطفولة في
اجتماع مع الطبيعة ... نداري أنفسنا باحثين عن
جرعة ياسمين ... قد تجعل من واقع الحروب
الباطنة سلاما ...

انبثاق ...

بين كل تلك الفوضى ... جالس أنت تراقب الظلام ...
وتبحث عن بؤرة الأنوار داخلك ... ربما يكفيك
التحليق من نفسك ... التخلص من نسختك الثانية
... أن تتحرر من تلك الأرواح اللامتاثلة في جوفك

...

حتما ... ما يفوق جمال الغروب روعة الا جمال
الشفق ...

حين تحلق بين ذرات الظلام لتسجن بين جدران
الكوابيس ... تخفي نفسك عن تلك الأشباح التي
تسحبك نحو دوامات التفكير ... لتنتهي بك الرياح
أمام نور أحمر خافت ... يشعرك لوهلة أن السماء
تحاول الابتسام لعينيك ... وكأنها تقول: "ما خلقت
ابتسامتك إلا لتخط على لوحة ...!"
لوهلة ستعود لجلستك تلك ... خلف الصخور ...
لترتمي بين أحضان الطبيعة مجددا ... مدركا تماما
لتوقيت قهقهاتك
تنتظر الضحى ... لتروي ما رأيت لذاك الغريب الذي
التقيته ليلة أمس في رحلة البحث عن جرعة أمل ...

سحنون هاجر

فرحة النجاح

نسعى لتحقيق أهدافنا في هذه الحياة لنشر البسمة على وجوه من انجبونا لهذه الدنيا نبذل كل ما بوسعنا لنيل ذلك النجاح الذي يقودنا خطوة خطوة نحو مستقبل أفضل، بدايتها فرحة التعليم الابتدائي وبعدها التعليم المتوسط وثم الثانوي وهو أصعب المراحل في مسيرتنا هو تقرير مصير إن كنت راسبا ام ناجحا تنتظر يوم النتائج بصمت لتسمع زغاريد امك آتية من حيث لا تدري تختلط دموع الفرح والحزن معا، في تلك اللحظة لتذهب وتشكر الله على ما اعطاك ومنحك من افراح لتذهب الى التعليم العالي حيث يبدأ مستقبلك وتبدأ المشاق لتبذل قصارى جهدك للحصول على شهادة ليسانس وبعدها الماستر وان امكن الدكتورا كذلك وعند التخرج يوم الحفل لتستلم تخرجك وتجد والديك في الخارج منتظرون ابنهم أو ابنتهم تحمل مستقبلها بين ايديها لتعم الفرحة المكان وتستقبلك عائلتك بالزغاريد فتشعر بالفخر لأنك رفعت رأس والديك بنجاحاتك المتكررة والفضل كله راجع للرحمان سبحانه وتعالى ماهذه الانبذة سعادة وفرح من الحياة التي نعيشها ماهي الا مجهودات قد بذلتها لنيل رضا وفرح والديك

هي لحظات تمر بسرعة استغلوها للفرح ونشر
البسمة على وجوه احبائك ومن حولك فلا داعي
للحزن لأنه غير دائم ومن هنا قد بنيت قاعدة في
الحياة وعنوانها النجاح قدوتي ودوما هو الأساس.

عبير مريش

بصيص يسر

عزيزي القارئ أنت أروع شخص، ستقول لي ما هذه
الترهات ؟ لأجيبك قائلة : لا والله، بل أنت ووجودك
من أروع وأعظم ما يكون .

لقد كرمك سبحانه وتعالى بالعقل عن سائر
المخلوقات أليس كذلك ؟ جعلك خليفة في الأرض،
جعلك في أحسن تقويم، ومع كل هذا تقوم
بالمعصية والسير في طريق مسارها جهنم والعياذ
بالله.

أريد أن أخبرك بأن الدنيا دار إمتحان فقط، إعمل
لآخرتك فجائزتها المثلى هي الجنة ، أكثر من قراءة
القرآن، الإستغفار، تصدق أطعم المساكين، إخشع
في صلاتك، تبسم في وجه أخيك فالإبتسامة تعتبر
صدقة، كل هذا سيجعلك تنال الجنة، أما اتباع
شهوات النفس، الضغينة، المنكر، النميمة، الحقد
، كلها ستفودك إلى جهنم وبئس المصير
ثق بأن الغد سيكون أجمل، مادام الخالق معنا فلا
خوف علينا، عش حياتك بيسرها وعسرها فإن مع
العسر يسر

سارة صد

فرصة الحياة

أصبحنا ثابتين في نقطة واحدة ، لايوجد أمل الحياة
، لا سعادة، لاحب ولا دفاع .

أهل تكمن المشاكلة في قساوة الدنيا و اختبارتها
الصعبة ؟
لا طبعا ..

نحن الذين لا نعطي فرصة لانفسنا من أجل الحب
الاننا نظن أن كل البشر خائنون و لا نعطي أمل
للحياة لانفسنا لاننا نظن أن كل نهاية ستكون بأئسة
و لهذا لا يوجد سعادة.
فوجب علينا التغيير،

نحن نعيش مرة واحدة اذا لما لا نجعلها مميزة ،
مجنونة و مليئة بالفرح و السرور !
لما لا نعطي فرصة للحب و ندعه يتغلغل في روحنا
حتى نشعر بدفء و يكن لدينا أمل و ثقة أن الغد
سيكون أجمل و نعيش كل لحظة كما نريد !
سيكن العلم اجمل .

الايام تجري و عام يمضي و الحياة تنتهي لذا أعطوا
فرصة لحياتكم و غيرهو عالمكم .

سماح أودينتا

قلوب راضية

كوؤس الحياة عادلة..... وإن فرقت بين الوجوه
وأخلفت في الأقدار..... بسطت شراعها كي تبقي
نغرنا دائم الإبتسام..... كذلك هي أيام الدنيا..... إذا
أبحرنا في ثناياها..... وناولناها جرعة من الأمل
والتأمل هاته اللحظات التي مزجت بين
يسروعسر..... بين غنا وفقر..... بين أمواج
السعادة ونسمات الإبتلاء كلها اتحدت
لترسم لنا سورة نزيهة للدهر..... صرحا حصينا
نأتمن إليه وطالما لم تتجسد سعادة المرء في
الدوام البحت.....، فسلامة قلبه، تكمن في التفاؤل
به جلا في علاه..... رضا وتسليما أمام قضائه
والأسباب..... هنا تتجمع معاني الفوز
السرمدية..... حيث تكتمل دجى نجوم النعيم
العسجدي..... لذا أنت..... حصاد الخطى
..... هي ذاتها التي تصنعك..... تلك هي
..... التي ظننت أنها لن تمر... ومرت..... لن تمضي
سلاما على صلب الفؤاد... ومضت أنت
القلم...، والمحبرة...، والقرطاس..... فأرزاق

الرحمان مبطنة بالرحمات.....كن أنت فقط
المستبشر.....ثق به رب الدناكي تحيا غير
متعثر.....

أصيل حسائنية

بهجة روح

كن قانعًا بما عندك.
راضيًا بما لديك.
صابرًا عما يجري بك.
كن شاكرًا لله.
حامدًا الله على كل شيء.
واعلم بأن القادم أجمل
فبذلك تعم السعادة بداخلك.

أريج ابو حسين

تفاصيل لطيفة للأبد

أشياء جميلة نصادفها ونحن نتعايش مع تقلبات الحياة ؛ منذ طفولتك لديك تلك التفاصيل اللطيفة ؛ بسيطة وقد تبدو عادية لك الآن حين كبرت ، لكن وقتها كانت مصدر سعادة لك وفي أعماق قلبك هي كذلك مدى العمر ومدى بقائها بالذاكرة ...

سيمدحك معلمك ، ستهرب من المدرسة ، ستركض سريعا تحت المطر كي لا تبتل محفظتك وما بداخلها من كتب ، ستنسى القيام بواجبك المدرسي و .. يتم توبيخك ، ستوافق والدك الى السوق ، ستجرح وانت تلعب وتصرخ بك والدتك وتداوي جروحك وتعود للعب ، ستتقاسم الحلوى مع أصدقائك ، ستجمع نقودا لاجل مشاريع الصف أنت وزملائك ، ستغرب بشراء لعبة مثل صديقك ، سيكون عيد ميلادك حدثا مميزا بالنسبة لك ، سترمي كرة بالخطأ في منزل الجيران ، ستشرب الحليب الذي لا تحبه ، ستقلع أول أسنانك وسترميه باتجاه الشمس والجميع فعلوا ذلك وسيفعل القادمون بعدنا نفس الشيء .. ستكبر وستعيش المزيد ... السهر لوقت متأخر من الليل لأجل دراستك والاستيقاظ باكرا ، المزيد من الدروس والبحوث ، أول يوم لك بالجامعة ، شهادة

التخرج ثم ... المزيد .. ستعيش حياتك وتستمر في صنع ذكريات جميلة .. أنت لم تعش كل ما ذكرته بل عشت الكثير غيره .. ستبتسم في كل مرة تتذكر .. أنت لا تضحك على نفسك لأنك قمت بأشياء تبدو لك تافهة .. حتى وإن عاد الزمن بك الى تلك اللحظات فستكرر ما فعلته حينها .. لأنها ذكرى صادقة .. بريئة .. حقيقية .. أنت تبتسم حين تتذكرها لأنك ابتسمت وقت حدوثها أول مرة وحفرت بذاكرتك للأبد .. تختبئ هناك حيث لا يجب أن تنسى أبدا ...

جاب الخير مريم

السعادة فوق الغمام

لو سألتني ما هي السعادة؟
هل هي في كتاب، في انسان، في مكان، في زمان ووقت
معين، في لباس ومأكل ومشرب؟
اقول لك :هي تكمن في كل شيء أنت تراه محض
سعادتك...

إن كانت عيونُ أمك، او ابتسامةُ أبيك، او هديةُ
أخيك، او شهادتكُ بيد معلمك ، أو كتاب يحمل
كلاماً يلخص سعادتك، او حتى السماء برونقها، أو
الطبيعةُ بمغناطيسِ جذبها لك ، او حتى تركهُ جدك
لك ... كل هذه سعادتك...

أما ان كنت تقصدني وما هي السعادة بالنسبة لي
ومتى يهيج هرمون السعادة في جسدي ؟!
فسأقول :هي كلمة ثم كتاب.
أما الكلمة...

لا أكاد أذكرها حتى تلمعُ عيناى، وتطربُ أذناى،
ويرتفعُ حاجباى، ويبسُمُ ثغرى، ويخفقُ قلبى،
ويقشعُرُ بدنى...

نعم هي كلمة تقلب كياني ... إنها من خمسة حروف
فقط مزجت بعظمتها يا لحظ الحروف المكونة
منها هذه الكلمة كنت أفكر ماذا فعلت هذه

الحروف لتكسب هذه العظمة، تمنيت لو كنت
حرفاً أصمد واقفاً في هذه الكلمة، بحثت وبحثت عن
معناها فإذا هي كل المعاني، فتشت عن أصلها فإذا
هي أصل كل شيء، ثم توقفت لوهلة لأقول هذه
الكلمة تعبر عن أصلي ... فبكيت وأنا أقول ... الله ...
الله .. الله ...

نعم هي كلمه) الله (يا لعظمتها... يا لرونقها... يا
لعذوبتها... يا لشدتها ورقتها بنفس الوقت... الله
الله الله...

كيف لخمسة حروف وتسعه وتسعون إسماء واسماء
آثرها الله على نفسه فقط أن تعبر عن خالقنا خالق
كل شيء وعندما تعلم أن الله الحي القيوم أنه هو
أحيى وقائم على كل ما على هذه الارض السعيدة،
من شمس سعيدة مشرقة صباحاً لتخرق زجاج
نافذتك قائلةً : انا هنا دخلت لأسعدك و لتبدأ يوماً
جديداً.

وقمرٌ يدخلُ ستار الليل الأسود بضوءٍ خافت تسهو
العين لرؤيته، لتدخل في سبات...

ومن الشجر من البذرة الى جذعٍ عملاقٍ يصفح
الغمام وكأنه يقول لك : ازحف، اصعد ، تقدم وقدم،
أنت تستطيع...

ومن سيولٍ تجري مجابهاً سدوداً بوجهها لتنحتها
وتعريها وتكمل سيلانها لتقول لك : لا شيء يقف في
طريقك مع الله واصل لتصل ... وكأن الطبيعة
خُلقت لأجلك ولتُمدك بطاقة سعيدة...

أما عن الكتاب... وجوده بركة، رؤيته أمان، زخرفته
جمال، حروفه العربية نطقها، وترتيلها، وتنغيمها،
مشكلة كلمات اعجاز لغوي معنوي نفسي بدني كوني
فلكي، هي عبرة... معجزة...

كيف ولا وهي كلمات الإله، سَطرت في قلوب
الصحابة ثم على ورقٍ دُبغت به الكلمات، إنه
الدستور لكل شيء...

نعم إنه (القرآن الكريم)، وقبل أن أقول كيف في
كتاب من ستمائة وأربع صفحات أن تكون فقط
هذه كلمات الإله فتذكرت الآية في هذا الكتاب
تُجيب : قال تعالى (:قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مَدَادًا لَكَلِمَاتِ
رَبِّي لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي وَلَوْ جِئْنَا
بِمِثْلِهِ مَدَدًا) (الكهف)، (109)

لو تكسر كل شجر الأرض مشكلاً أقلاماً وبحار الكون
حبراً وبساط أرض الكون وصفحات السماوات
السبعة مُدت لنكتب عليها كلمات الإله فلن تنفذ
كلماته... فسبحان ربنا...

السعادة: الكلمة ثم الكتاب... مشتركون وموجودون
ومتاحون لكل البشر على هذا الكوكب... هذا هو
العدل ، أن تكون السعادة متاحة لدى الجميع
...فقط إجعل نظرك سماوي إلهي وقرآنك بيدك،
فمن كان الله معه والدستور بيده ملك السعادة
طوال عُمره...فسراجهُ القرآن في طريق الحياة
،والإله حاميه ومعطيه ما احتاج طوال عمره...
دمت سعيداً في ظل الرحمن
دمت سعيداً في فلك القران

بتول زياد سعيد غزال-

اصنع حياتك

النجاح طريقه صعب مليئ بالمغامرات والتحديات
والصبر لكن طعمه حلاوة لاتوصف وشعورا
بالسعادة لا يصدق.

دائما كن مستعدا للعمل الجاد لأن هدفك لاموصل
له إلا من كان شجاعا ذو قوة التحمل كثير التضحية
شخص صبور ذو رغبة و إصرار حتى لو فشلت
لاتيأس لاتبكي إبتسم واستمر لأن الجميع يفشل لكن
ليس الكل من يواصل ويتجاوز العقبات لبزوغ فجر
النجاح

ستمر بالتعب واليأس الحزن لكن كن صاحب
ارادة قوية لا يطيل الوقوف في محطات الفشل.
عامل الناس بمحبة من ذو فضائل الاخلاق و عش
حياتك كما تريد لا كما تراد.

تغير لأن التغيير طائر امل الحياة وسبب في صنع
التاريخ اجعل مستقبلك حاضرک مختلف عن
الجميع كن منفردا في تفكيرك انجازك حياتك
و ان فشلت يوما اقرا قصص الناجحين اجعلها
تحفيزا لك و دائما درسا لحياتك ابني حلمك وهو
الذي سيبنيك مهما كان لاتستلم قف دائما وراءه و
ثق بالله و من ثم قدراتك لا تخف من المساحة التي

بينكما فكلما رسمته أصبح حقيقة تعاش ابدا
بشخصيتك ذاتك ثم مراحل تحقيق حلمك ارسم له
خطط و آمن انك ستصل و ستصل.
عزيزي القارئ إن نجح و تم نشر مقالي رسالتي لك
لاتستلم واجعل الابتسامة دائمة في حياتك احب
نفسك وقدرها و قف وراء حلمك ولا تتخلى عنه
مهما حدث.

سارة فيناز ولاية البليدة

ذوق البشرى

لا يوجد طعم أحلى من طعم النجاح ياسادة
إنه يأتيك في وقتٍ جميل تحس و كأنه قد أفرج عليك
الكثير من الحزن المتراكم و الطاغي على قلبك منذ
ماقبل آلاف السنين .

النجاح يبعث اليك خصيصا نجمة تضيء ظلامك و
تنشر أحلامك، تبعثر أناملك، تزيد من إرتقائك،
تحببك في مبتغاك، تثير الفرحة في سداك، تميزك
عند الخالق و تترك لك الأثر الجميل في الواقع.
تكون به مستقبلك، تتيح لشخصيتك فرصا، و تعلق
و تعلقو في السماء.

إنه جو بهيجٌ لا يوجد مثله، متميز، متجدد، متمكن،
آه يا قلب بالفعل نحتاج إلى السرور ولو بالقليل.
هذه المرة سأترك قلبي يتحدث و يخمن، لا عقلي
مثل القديم، سأترك حبر يسيل، لا مجلدة الهاتف.
فتبا لأيامٍ أحزنتنا، يوم كنا نريد مجلة الكوابيس و
الرعب، لا أفاق الخيال و الجمال.

نعم، كنا منهكين من طول إنتظار و لو فرحة واحدة
تُبسم الأشخاص، و تزهو الحياة، تفرح النفس، تفوج
عنها.

فما أحلى أيامٍ كانت تواسينا، تُقلع عن برادة المرح،
تفرح، تعجب، تميز.
فالحمد لله على كل شيء.

بن خرفيتة هديل

حمدا لك يا الله

فقدت الامان و السلام

اهذا منام

ام هي مجرد اوهام

فقدت العز و الدلال

اهذا هو الفقر

ام هو عيد النحر

فقدت الام و الاب

اهي حقيقة

ام مجرد ضيقة

فقدت الصحة و الاولاد

اهو ابتلاء

ام هو مجرد بلاء

فقدت نفسي في معركة الحياة

أأنا التي لم ارحم نفسي

أم الحياة هي التي لم ترحمني

تيقنت من كل هاته الهموم ان الله يحبني, فتعالى اذا

احب عبدا ابتلاه, فما الفقر الا راحل, و ما الهم الا

زائل , و ما الشيطان الا خائب, و ما أنا الا عبدة, فلا

يحق للعبد ان يلوم السيد, و ما علي الا الصبر و

مناجاة رب العالمين, عله يرأف بحالي و يبعد المحنة

من حياتي, فشكرا الله على نعمك التي لا تعد ولا تحصى. فإذا ما رأى العبد مقدار النعم التي تنعم عليها به , لما كفر و لا اشرك و لا ارتد, و لا راودته مجرد فكرة. يا الهي انت الرحمان الرحيم المجيب للدعوات, أنت اذا اردت شيئا ان تقول له كن فيكون . فيا الله إني استحلفك بسماواتك و ارضك ان تغفر لعبادك و ان تهديهم لصراطك المستقيم.

عبادات عواطف

نسمات البحر

كالبحر أنا مليء بالأسرار والخفايا، يشعري كأنه دخلي
يعجبني منظره الرائع يلفت الانتباه،
تأتيك نسمات مريحة تهدأ أعصابك وروحك
تصفعك موجة بعد موجة بين الصعود والنزول كأنها
تطاردي وتقول :إذهبي ؛ولا تأتي مرة أخرى ، يلا
الهول إنه غاضب جدا كاللغز المحير يخفي كل شيء
في قلبه وعندما يغضب يتوهج يفرغ كل شيء
مابداخله عبر موجات تذهب وتأتي هي الاخرى
كإنسان لا يستطيع أن يبقى صامتاً وأن يخزن حزنه في
قلبه،

جلست أمامه وبقيت أتأمل فيه أحسست براحة
نفسية وطمأنينة في قلبي والسعادة غمرت قلبي كاد
أن يطير فرحاً كعصفور غادر قفصه، اشعر أنه
يفهمني جيداً ويشعري،

مذهل جدا حتى رائحته المعطرة تأخذني الى عالم
آخر، عندما تقترب منه وتنظر إليه تشعر أنك بخير
فهوائه النقي عندما تتنفسه يشعرك بالراحة النفسية
والغبطة والسرور تختفي كل مشاكلك وأحزانك كأنه
يقول : لاتحزني أنا هنا بجانبك لاتعسبي وجهك
المضيء كالنور والمشرق ؛يجب أن يبقى مضيئاً

كشعاع الضوء ،ستذهب أحزانك وكل شيء حياة
ستمر ستأتي أيام ترضيك تسعدك وتنسيك في كل
شيء فقط ثقي في الله لأنه قادر علي كل
شيء،تفتحت بساتين أزهار في قلبي
مبللة بقطرات مياه البحر وبعضها على وجنتي ؛كأنه
يريد أن يمازحني ويلعب معي.

ايناس كدومتا

سعادتك في قناعتك

كلما تي موجهة لكل شخص حزين وكئيب ينتظر
سعادته، ابتسم... تفائل حتى ولو كنت لاتملك شيئاً
كن لنفسك فرحاً ايما حلّ ابهج، كفراشة تتراقص
على انغام نسائم هواء عليل تغازل كل زهرة وتسر
ناظرها

أجل أحداث صغيرة قادرة أن تهزنا في العمق قد
تكون كامنة في أشياء لاقيمة لها عند البعض
كالمطر... القهوة... السهر من أجل قراءة كتاب
احببته

...السعادة ليست بحاجة الى البشر فهي وردة تنبت
داخل بيوتنا لانقطفها من حدائق الغير عنوانها "كن
مقتنعا بكل شيء ، حتى وانت لاتملك شيء"
السعادة هي رضى والديك ..هي ابتسامة على وجنتي
أمك ..هي فرحة والدك بنجاحك...
...السعادة هي حديث مع روح تحبك تغنيك عن
الدنيا بأكملها .

...هي أن يذكر اسمك في دعاء أحدهم كل يوم وانت
لاتشعر ..هي يتيم يرى صديقه نائماً في حضن والديه
فيحبس دمه ويبتسم لأجله

السعادة في مختصرها هي تقربك من الله و يقينك
بخيرة قدره لك
فيا خالق السعادة أرزقني فيضا منها *

بلغار نسيمتا

ولو بعد حين

اصنع من ضعفك قوة
إن فاتتك أمنية لا تحزن
فما كتبه لنا الله أجمل
وللصعاب تحمل
الافكار السلبية حطم
في ظلمة اليأس إشعل شموع الأمل
و بجسر صبرك اعبر فوق بحيرة القهر و العلل
تخلي عن الملل و تمسك بالحلم
امسح على قلبك و اسمح لكل الظلام الموجود
بداخلك بالرحيل
ولتعلم ان احلى الاماني هي تلك التي تأتي على مهل

منال ناصري الجزائر العاصمة

وعاء السعادة

لا تضع السعادة والمال في قالب واحد لان سواء مررت بتجارب سلبية او ايجابية فانه بعد فترة ما سواء طالت او قصرت فإن وعاء السعادة لدى البشر يعود الى مستوى معين ثابت المستوى الذي اعتاد كل شخص ان يحيا به ،بمعنى نجاحك او حصولك على شيء ما يجلب لك شيء من البهجة لفترة محدودة فيزداد وعاء السعادة لديك وما ان تنتهي تلك الفترة حتى يعود وعاء السعادة الى حجمه التقليدي الذي اعتدت ان تحيي به سواء كان ايجابيا او سلبيا وعلى العكس ان مررت بتجربة سلبية فسيسيطر عليك الشعور بالحزن لفترة محدودة ومن ثم سيعود وعاء السعادة لحجمه التقليدي فاعمل دائما على اتساع وعاء سعادتك التقليدي للابد لا لفترة

حراث ايناس

الترياق

طفلة صغيرة في ريحان الشباب تحارب الاعداء
لتمحي عن روحها الاعداء ،قوية مجاهدة تسعى
للمجد ،برد احساسها و مات قلبها ليست ارادتها لكن
العالم الخارجي هو من هدمها ،سلكت طريق
الاكتئاب بين الخذلان و الانفصام في زاوية الغرفة
تسترجع الماضي تحاسب نفسها و عقلها يأبى
الغفران، خاض الحرب في أعماق جسدها تتخبط بين
الشتاء و الصيف بين الأمل و الالم، الاختلاف لم
يكمن في اختلاف الحروف و حسب بل تعدى ذلك
الى العموق ،عقدت حسابا لنفسها بعد ان ايقنت ان
لا احد يستحق .

لم يخذلها احد بقدر ماخذلتها روحها وقفت في
محكمة الحياة هي المدعية و نفسها هي المدعية
عليها، حكمت عليها بإعادة النظر و منحها الفرصة
لإثبات برائتها لعلها تصل لمرحلة النضوج و
الاخضاع للعقل لاصدار قرار الحرية و الطلاقة تركت
العنان لخصلاتها للطيران منحت فرصة لقلبها
بالعيش و اولدته من جديد اطلقت صراحها و غادرت
الكهف المهجور لتنتقل للعيش في بستان و هي
جورية في الوسط هذه كانت ارادتها اولاً و بفضل

المولى عزوجل ثانيا هذا هو الأمل ترياق ضد سم
الألم هو ذلك اليوم الجديد بطلوع الفجر الجميل
هو صفاء القلب و ميلاد الافكار و تنافي الأسرار
الأمل كلمة يدعيها الكثير لكن طريقه منحرج لن
يصله الا المغامر

بلقاسمي داليتا

لا تيأسي ..

ألم تيأسي بعد...؟!

كانت هذه الكلمات كفيّلة للمواصلة وعدم الرضوخ لليأس، فهي تكره أسئلة الإحباط والإستسلام والهزيمة، ولاتأبى رفع شعار التحدي والعزيمة... فلكل منا ذرة خوف... ربما خوف من المجهول، أو خوف من المعلوم، لكن بمجرد أنه احتل مكان في العقل فهو يؤدي إلى الجنون وفقدان الطمأنية والهدوء... والبحث عن السعادة لا يعتبر جريمة لاحتّمها شرع ولاعاقب عليها قانون... فالسعي إذا هو الوسيلة، أيّا كان نوعها فيجب ألاّ تصب في بحر الرذيلة، فليس كل غاية تبرر الوسيلة... وليس كل وسيلة مباحة للوصول إلى الغاية... فنحن قوم محكومون ومقيدون ولايهون علينا إنتهاك القانون وما جاء في الشرع وأقرّه الرسول.

الحياة ألم يرافقه أمل وتفاؤل، في الحياة لا يوجد محال أو ذا ضرب من خيال فلعيشها يجب الصمود والثبات وإذا وجب توقيف الزمان، ولربح الرهان لابد أن يشع القلب بالإيمان... وإذا واجهك الإحباط وتطلب الإستسلام فاهجره بالنكران وامضِ قدماً إلى

الأمام وتخطى كل العقبات، فمصير المحاولة بعد
الخيبات نجاح.
وكانت إجابتي على أول سؤال "اليأس ليس من شيمي
وإن تمرد عليا فسأواجهه الندّ بالندّ ولن أمنحه هدنة
إستسلام"
"أنا لأقاتل لأنني أريد الفوز... بل أقاتل لأنه يتحتم
عليا الإنتصار"
فلتقاتل من أجل أي شيء تطمح للوصول إليه
فالرغبة هي مؤشر الإنطلاق وثقتك في نفسك ترسم
لك طريق النجاح مهما واجهتك الصعاب فواجهها
بصمود وشموخ الجبال فحتماً ستصل إلى القمة
وهذا جزاء الإحتمال...
نحن قوم لانيأس لأن لنا رباً لا يغفل... وكلما طال
الليل واشتد الظلام... فالفجر أكيد سيشرق ومصير
الشمس الإنتصار ونشر أشعتها في الفضاء... هكذا
إيمان أسماء.

بلجنة أسماء .

أملِي فِي إِيْمَانِي

انا لا أستطيع، أنا لا أقدر، أنا لا أعلم كيف أنا، أنا و
أنا.... كل هذه التساؤلات تجعلك دائما متأخرا في
حياتك، إن الحياة جميلة وراقية لكل الناس فقط
إبدء العمل بجهد و بذكاء وكن متأكدا بأن شيء
عظيم سيحدث في النهاية، كن دائما متأكد ان الله
سيكافئك و يجازيك حق تعبك لأن الله لا يضيع أجر
من احسن اليه عملا و لقوله تعالي " وَأَنْ لَّيْسَ
لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى وَأَنْ سَعْيُهُ سَوْفَ يُرَى ". إن كل
الناس ينجحون ان عملوا بجهد فلا تظنوا بأن الحياة
ظالمة.

لو تسألني كيف ستكون في مستقبلك فسأرد بأنك
ستكون نجم بارق في سماء معتم، تفوز وتحقق
الأمني فبالتحدي تتغلب على المصاعب و تهزم
اعداء النجاح وكل من يريد فشلك، فقط توكل على
الله وبدء عملك واجتهد فيه.

أشتاق للغد قلبي شوق وحنين، اشتاق للغد الزاهر
ولمرور السنين ليست سنين عابرة إنما سنين
نجاحاتك التي تتكلل بتاج الافتخار والاعتزاز، اهزم
الخوف وتغلب عليه، اقلب الصفحة وافتح صفحة

جديدة صفحة فيها إسمك من ذهب واسمع لقلبك
واتبع طريق النجاح.
كن متأكد بأن شيء عظيم سيحدث في النهاية لأن
الله قال " ان الله لا يُضيع أجر من أحسن إليه عملاً
" وقال " وَ أَنْ لَيْسَ لِلإِنسَانِ الا مَا سَعَى وَأَنْ سَعِيهِ
سَوْفَ يُرَى ".

بولويقتا ياسمينتا

إفعلها فقط

افعلها فقط...

كئيبٌ،..حزينٌ،..شعور سلبيّ يجولُ بخاطركَ مطفئاً

لكل ما في قلبك..

لم كلُّ هذا؟ ألم تقتنغ بعد أن كلَّ شيءٍ قد قدر
لك..؟

لا تياسُ! لا تكتئبُ! ولا تحزنُ!..

كن إيجابياً ، قوياً ، اصنع سعادتك و لا تنتظر أن
تأتيك من غيرك..

إن عاكستك الحياة يوماً لا تقلق!..توكل على الله
خاطبه و لا تشكو أمرك لغيره...

حافظ على ابتسامتك المزيّنة ملامحك، و لا

تستسلم للعبوس و لا تترك له مجالاً ليستعمر
قلبك...

تأمل نعمَ الله عليك..! رافقُ الإيجابية و

الإيجابيين..، أحسنْ لغيرك، و اعملْ على سعادتهم..

احتسِ قهوتك بحب..، شاهد برنامجك المفضّل مع
من تحب ، سافرْ مع أصدقائك..قم بمختلف
نشاطاتك..طوّر مواهبك..و نمّي هواياتك..
افعلها فقط و صدقني سيتغيّر الكثير..

خلود خلوف

تم بحمد الله وحفظه..

الخاتمة

ثق أيها الانسان ان بين الألم والامل
يراققنا، الله يضد الكدمات ويبدل
آهاتنا حداث، فثقتنا به أمر عظيم
غفلنا عنه كثيرا فوجدناها في إبراهيم
حينما ألقى في النار ف جاء كلام عزيزنا يا
نارا كوني بردا وسلاما على إبراهيم
تذكر أن الثقة بالله أمل، والأمل شيء
جميل والأشياء الجميلة لا تموت.