كتاب جامع
إشراف :
سندس عارف الزواهرة
و
بثينة بوخسلة
ضد الكسر
خواطر وقصص

ضد الكسر

مجموعة من المؤلفين

إشراف :

سندس عارف الزواهرة

و

بثينة بوخملة

• ضد الكسر
• مجموعة من المؤلفين
• إشراف : سندس عارف الزواهرة و بثينة بوخملة
• مصمم الغلاف : ميرنا الزواهرة
• 2022

للإستفسار عن أي شخص داخل كتاب (ضد الكسر)
فيسبوك :
https://www.facebook.com/profile.php?id=100070239406245
تلجرام :
https://t.me/sondoszh

• جميع الحقوق محفوظة للناشر : لا يسمح بإعادة هذا الكتاب أو أي جزءٍ منه أو تخزينه في نطاق إستعادة المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال ، دون إذن خطي مسبق من الناشر © .

• All rights reserved to the publisher: This book or any part of it may not be reproduced, stored in retrieval, or transmitted in any way without the prior written permission of the © .

مقدمة

تذكر دائما
بأنك لم تتواجد في هذه الحياة للحزن و البكاء ...
وجدت كي تضحك ...
تهتم بنفسك ...
و تسعد عائلتك و الأشخاص الذين تحبهم .
لتنجح لا تقنع نفسك بالأسوء و انت تستحق الأفضل لا تقبل حتى الاسوء أريد منك شيء ضروري ، إفرح بالذي عندك و اكتفي ، و ابتعد عن الأشخاص الذين يجعلوك تحزن باستمرار و الأشخاص المحبطين و من يقترب منك خطوة اقترب عشر خطوات ، و من يبتعد عنك بخطوة ابتعد عنه ألف خطوة ، اشتري خاطر من يشتريك ، وبع من لم تفرق أنت عنده

سندس عارف الزواهرة _ الأردن

الإهداء

إلى أقوى إمرأة بالعالم لمن تحملت ما لا يستطيع المرء على تحمله إلى التي سهرت الليالي و إلى من ضحت بسعادتها لصالح أبنائها لمن تحملت إنتزاع قطعة من أحشائها و عندما سألونني عن القوة الخارقة اكتفيت بقول : أمي

أمي أنتي أقوى مما تظنين أنت من يستحق منحها لقب "البطلة الخارقة"

أنت جنة الحياة ملاك من السماء على هيئة انسان أنتي أعظم نعمة ، أنتي العطاء ، الحنان ، الحياة ، الملجئ ، السكينة ، لا يوجد لغة في العالم تستطيع التعبير عن حبك أنت إنسانة ضد الكسر

أحبـــكِ أمـــي

لاتجعل قسوة الأيام تكسرك ولا ظروف الرياح تهزك
إن لم تجد كتفًا تستند عليه فاسند نفسك بنفسك

للكسر قواعد

لأبحث عما أنسى به معاناة أيامٍ كانت بالمشاكل ممتلئة .
أقمت مجابهة بيني و بين نفسي ؛ و تنفست تنفس صعداء .. فجعلت روحي كالخشب صامدة حتى و لو انكسرت و أصبحت رمادًا أسودًا ينفع ...
تملكت الحوار مع نفسي بعقلانية و اجتماعية ، و نجحت بتدريج في استقرارها مع الحياة .. وقفتُ مرة واحدة وقفة شامخة ثابتة من بعد سقوط مرات و مرات ...
-المرض النفسي اكتئاب قاهر أطاح بي بفخه مرة و أنا أناهض ذاتي منه كي لا أتعمق بفخه أعمق من قبل ...
أمسي الآن هازمت الكسر الذي لطالما أظلم مبادئ حياتي .. غيرني من شيء إلى لاشيء ... و من لاشيء إلى شيء ؛ الكسر ليس ما يقع بنا .. إنما خيب ضنات العازم كسرنا ..
نحو المعاندة أصنع "ضد" و معها أجعل "مرادف" لأحيا "ضد مرادف الكسر" فأنصب بحلمي و أرفع من شتات شد الأمل .

زينب الجلطي _ المغرب

بين جدران الألم

بين جدران غرفتي هائمة في أفكاري
لا ضوء في الغرفة سوى ضوء القمر الخافت
ظلامٌ حالك خيم على المكان
تجاوزت منتصف الليل و لازال الأرق يراودني
و وسوسات الشيطان توهمني بالانتحار
أنين بكائي يزداد علو
دقات قلبي تسارعت و نفسي بدأ بالإنقطاع
أكاد أختنق
لا أعلم ما السبب لكنني مربوطة اليدين مكسورة الجناحين
ربما بسبب خسارتي لأبي و ربما بسبب الخذلان الذي تعرضت له من طرف صديقتي
كانت بمثابة أختي التي لم تنجبها أمي لكن لم تكن صادقة
قامت بغدري من حيث لا أحتسب
حاولت تدميري بشتى الطرق و لازلتُ صامدة
لم أكن أعلم أن إبتسامتي تثيرها غيظًا
وصلت للحد الذي قامت بخذلاني ...
أخذت كل ما أملك
أخذت أمي و كذلك صديقاتي و حتى من أحببت

تنازلت عن رفيق دربي لأجلها .
تخليت عن أحلامي لسعادتها .
لكن لم تكن صادقة معي فهي عانقتني بنفاق .
بينما انا أبكي دمًا لفراقها .
ماذنبي إن أحببتها بصدق و لم أكن أود فراقها
هي من كانت توأم روحي و نبضي
هي من كانت روحي و وتيني
لكن الأن أصبحت من العدم
أصبحت لا أبالي لا لفراقها و لا لحزنها و لا حتى لسعادتها
لديهِ الحق من قال إعادة الناس إلى أصلهم فضيلة
أنا حقًا منهمكة
أتوق لرؤية أبي و إحتظانه هو الوحيد الذي يقدرني
إشتقت إلى حظنه الدافئ و كلماته
أود ملاقاته و البقاء معه
لكن للأسف الميت لا يعود "رحم الله من تحت التراب"
دموعي انهمرت بعد التفكير
ماذا سيحدث بعد كل هذا الإحتراق
سيحدث ما لم أستطع القيام به من قبل
سأصبح إيجابية و أبني من حطامي فتاة لا تقهر ، لا تعرف معنى التراجع و لا للإنهزام

متقنة كل الفنون ، تجيد التمثيل ببراعة في وسط عالم مظلم مليئ بالنفاق
هكذا سأصبح قاسية مغرورة لا تجد معنًا للشفقة و لا للرحمة .

إلهام بويحي _ الجزائر

وحدتي

عندما كسرت كنت وحدي تألمت وحدي
بكيت وحدي لم يعلم ببكائي إلا الخالق و وسادتي التى بللتها بأنهار المياه المالحة
حينما فقدت أحباب فلم يعلم بفقداني إلا قلبي
عندما تحطمت و سقطت فلم يأتي أحدًا لمساعدتي بقيت وحدي
إكتئبت وحدي عندما كان الصمت قد إستعمرني لم يقل لي احدًا كيف ظهر صمتي فجأة
عندما فشلت لم يكن أحدًا معي ليملأني طاقة للإستمرار
و الأن حينما أصبحت إمرأة أكثر قوة إمرأة ناضجة إمرأة حققت نجاح بعد العناء أصبح الجميع يسأل عني يبحث عن أخباري لكن أنا كبرت ولن يهمني أمر أحد

عائشة العلواني _ الجزائر

الحياة رحلة

تخيل لو كانت معنا آلة الزمن تلك الأداة التي تستطيع أن تنقلنا في ثوانٍ معدودة إلى العصر الذي نريده
فأي عصر تحب أن تسافر إليه تصمت قليلًا و يتجول في خاطرك كل العصور و تأتيك إبتسامة صغيرة و تقول أريد أن أسافر إلى العصر الفلاني بكل تأكيد هنالك من سيختار السفر إلى عصر نبينا فمن يحلم أن يراه و ينعم بصحبته أو زمن البطل صلاح الدين الأيوبي أو زمن المسلمين في الأندلس أو حضارة الفراعنة التي أدهشت العالم تلك بحق أيام الزمن الجميل لكن تمهل قليلًا قارئي العزيز هاذا سؤال مجرد ، فيه يخفي وراءه وسيلة للهروب من الواقع الذي نعيشه و ربما عجزنا عن تجميل الدنيا
الشيخ محمد غزالي وجه نفس السؤال لو خيرت قبل مجيئك إلى الدنيا فأي العصر الذي تختاره لتحيا فيه ؟
كانت اجابة الشيخ مدهشة "فأنا راضٍ بهاذا العصر الذي شاء ربي إيجادي فيه"
عمت الدهشة وجهوا سؤالًا و قالوا : "حسبانك ستطلب الوجود في عصر الصحابة"
قال الشيخ : "إن عصر الصحابة هو خير العصور و هم قدوتنا الصالحة و مع ذالك فإن النبي ود لو يرى إخوانه فقال له الصحابة : "ألسنا

إخوانك ؟" قال { أنتم أصحابي و إخوتي الذين يجئون بعدي آمنو بي و لم يروني } و حق يكون باستغلال الواقع الذي نحن فيه و إدراكه بمنزلة حسنة عند الله

مهما كان حاضر و شروره فل نأمن أن الحياة تحمل في كل ركن شر و خير لكن لنواصل و نتحدي الشر حتى آخر نفس

و إذا كنا لا نستطيع أن نختار الزمن الذي نريده لكن على الأقل نستطيع أن نختار حياتنا الشخصية و أصدقائنا و أحبابئا و أصحابنا و إهتماماتنا

عش يومك و كأنه آخر لحظة تمر عليك

خديجة سيدي يخلف _ الجزائر

من نحن !؟

انه لمن الممكن لمكر بعض من البشريّين أن يروو أيامك كسورًا في القلوب ، ندبات على الروح ، جروح متناثرة في كلّ إتجاهات الأحاسيس ، صحيح أن امّي سُحرت ، إكتأبت ، إستقلّت بصوتها و ذهبت به بعيدًا عن أصوات عائلتها ، كرهت من تسمّى فلذة كبدها ، تآكلت معالم وجهها ، ذبُلت سنينها ، اندثرت أحلامها و ضحكاتها ، صحيح أنني أتحكك غيرة بداخلي إذا قام حديث بين فتيات ثانويتي عن جنّاتهن ، تسقي أمطار عيوني خدّين ذابلين و لكن جلّ هذا لن ... ولم ... ولا ... وكلّ أدوات النفي ... لن يكسر أحد أحلامنا و أصوات ضحكاتنا المتعالية .

فمن نحن !؟

نحن الذين اذا سقط الظّلام و هامت حولنا ظلمته نوّرنا لياليا بنوايا طيّبة .

نحن الذين إذا نفذت قواهم خلقوا من الضعف ... قوة .

نحن القوم الذين نخرج من حروبنا منتصرينًا .

نحن الذين إذا هاجمتنا هموم الدّنيا و إشتدت مصائبها واجهناها بسيوف و أقنعة العزم و الإصرار ، بجيوش الحزم و الإرادة .

نحن من وضعنا عنوانًا يتربّع عرش سطورنا كتبناه بحبر الإرادة "لا لليأس" .

نحن من وقفنا في وجه كلّ تلك الإكتئابات و حاكمناها في محاكم الأمل و جعلناها أضحوكة يومنا .
نحن من إستسلم لهم البؤس و رفع رايته البيضاء طالبًا منّا الصفح و الغفران لكننا أعدمناه و من دون رحمة .
نحن الذين حولنا عيون الماضي البكّاءَة إلى دموع فرح تتسايلُ قطيراتها الخدود المحمرة و الجفون الضاحكة .
نحن من زرعنا بصيص الأمل و المحبة على أطراف طرقاتنا و سقيناه فرحًا و سعادة و إقتلعنا أشواك الظلم و الإستبداد .
فقد علمونَا ..
فماذا تعلّمنا يا ترى ؟؟
علّمونا ألا نثق بأي أحد
علمونا ألا نفتح بابنا أصلًا
علمونا ألا نطلق على أيٍ كان لفظة "عزيز" و أن هاته الصفة معدن نادر
"فمن لم يطرق بابنا والرّوح ترتجفُ ، لا مرحباً به والنّبض منتضمُ"

رفيدة رحال _ الجزائر

بقيت صامدة !

في تلك اللحظه ،
التي سلبت روحي و أفقدتني توازني ، و الصدمات التي باتت تأتي واحده تلوى الأخرى ، التي كانت من الممكن أن تسحق أعماقي سحقًا و تنهش روحي نهشًا في تلك اللحظه التي سمعت فيها كلام شبيهٌ بالرصاصة التي تخترق القلب ، اللحظه التي لم أتوقع فيها أن يحدث كل ذلك
عندما قلت لي : انا سأتزوج غيرك كنت أتسلى بكِ فقط أنتي لا تصلحي أمًا لأطفالي لقد اخترت إمرأة حسناء ، احترقي بهدوء فأنا لن أتزوج فتاة مثلك تتحدث مع رجل
بقيت صامدة و باردة و كأنني لا أشعر كتمت أنفاسي و سيطرتْ على دموعي التي تكاد أن تنفجر ، و أطلقت ضحكة عالية مع تصفيقًا حارًا هنيئًا لك أيها الخائن ، و أنا أيضًا لن أتزوج رجل بالأسم فقط ،
أنا لا أنكسر بل أكسر فقط ،و أنا لا أخسر بل أنخسر ،
ستدرك يومًا ما أنك خسرت أثمن شيء في حياتك و استبدلته ، بالرخيص

أيلول التاجوري _ ليبيا

الفراق بين الخيار و القدر

لطالما ربطنا الفقد لأشخاص بفراق دنيوي و ما هو معروف أنه تافه و نحن من نعظمه و إنما الفراق الحقيقي هو فراق أشخاص بفراق آخروي محتوم و ليس بمعلوم رغم أننا ندري أنه سيكون .
ستدرك أن من فارقك بحياته أنه فراق بقمة التفاهة ستدرك أنك بقمة الغباء حين توقف حياتك لأجل عابر سبيل أو طفل كان يخترع ألعابًا من ضجره كالغميضة أو الطرق على الأبواب وقت القيلولة و الهرب بغرض المرح و رغم إدراكه أنه مصدر إزعاج للآخرين ، سترى كيف يسرق منك فرحك ليهديه لغيرك سيستنزف منك طاقتك ليعيشها مع غيرك سيفرغك تمامًا من شعورك ليزيده في غيرك سيقطف زهرة عمرك و يقتل ربيع روحك و يغتصب ملامح الفجر فيك و ينتهك حرمة آخر شريان بقي ينبض سيكسر فيك أضلع خاطرك سيشتت وحدة قلبك ، الأمر ليس سهلًا بالطبع ، فكيف لإنسان فضلته عن ذاتك يكون بهذه البشاعة ؟ كيف لشخصٍ منحته كل أنواع الصفات الملائكية يكون هو الشيطان نفسه ؟ كيف لمخلوق أن يحمل روح بهذه الوحشية ؟ كيف و كيف و كيف ... آلاف التساؤلات توقفها جملة لو أحبك لما فعل بك كذا و كذا ، شخص يبني جبروته من حطامك يرمم سعادته من شظايا حزنك فكيف لك الحزن لفراق شخص تافه كهذا ؟ ألم تدرك بعد أنه لا يستحقك ؟ أجل لا يستحقك

حين ترى التراب يغطي عزيزًا عليك ستدرك ، حين يخلوا يومك من شخصك المفضل ، حين تبحث عن عزيزك و لا تجده ، حين تناديه و لا أحد يرد ، حين تحاوره لا يجيب ، حين تزوره بين القبور ستدرك حينها معنى الفراق فلا أنت و لا هو المتحكم فيه ، هذا الفراق هو الآمر الناهي ، هذا الفراق الذي يستوجب أن تحزن عليه و أن تبكي لأجله دمً و في كل الأحوال الحياة تستمر ، يقول الحبيب المصطفى : "أحبب من شئت فإنك مفارقه" ، فالفراق الإختياري أو الفراق القدري الأول لا يستحقك و أمقته و الثاني أبكيه بدمع الروح و إعمل لصدقاته و على كل كن درعا ضد الكسر .

أمينة طوايبية _ الجزائر

لا تستسلم للحياة

تستيقظ و تجد نفسك وسط ظلمات مليئة بالمشاكل و الهموم و تنظر هنا و هناك و لا تجد مخرج لا يوجد إلا ظلام أسود و إذ بك تتجه نحو النافذة و تمد يدك للستائر محاولًا فتحها حاولت و حاولت و لم تستطع ، فكرت في اشياء قد تساعدك لفتحها فحاولت و حاولت ولم تلاحظ حتى انفتحت النوافذ فالمحاولة كانت في صواب .
اذًا قاوم يا إنسان و لا تدع الهموم تحطم أحلامك و أهدافك و لا توقف مواهبك بل طورها و تعداها بالصبر و الاجتهاد و حاول مهما كانت الظروف و لا تدع من أراد تحطيمك أن يضحك عليك و أنت تستسلم فلا يوجد شيء يستحق التضحية من أجله إلا ما ينفعك فأنت اقوى مما تتصور فلا تستسلم و لا تنسى بأن الله معك

حنيفة بن عامر _ الجزائر

مشاعر مبعثرة

كم من طعنة خنجر دخلت قلبي كم من كلام كسيف جرحني لم أجد كلمات تعبر عن حزني هل يكفي البكاء .
أنا كالسحابة تمتلئ بالماء بعدها تمطر لساعات و يأتي الجو الكئيب بعد بكاء الغيوم فهي تشكي لنا حزنها أريد التخفيف عنها لكن حالتي أكثر منها من كثرة البكاء كاد قلبي يتكلم قائلا: "كفاك تفكيرًا بالماضي كفي عن البكاء لقد نفذت قواي لم استطع تحمل حزنك أريد الرحيل"
تيارات من الحزن آتية و ذاهبة كل عضو في جسمي يأبى محاربته معي كلهم أقرو ألا يستطيعوا فكيف لي وحدي أن أفعلها ! في السابق كنا نواجهها مع بعضنا و الآن تركتني للعالم الحقير الذي لايرحم بشري تركتني في شوارع مضلمة محاطة بالوجع تركتني في بيت يخلو منه الأمان كل من هب و دب يضربني و يعاملني بعنف تركتني لبشر لايعرفون الرحمة يعاملولنني كخادمة تركتيني لليلٍ أنزف فيه بصمت لوحدي تركتي في ابتسامة مصطنعة أقابل بها الناس و في داخلي أتلاشى تدريجيًا لماذا كل هذا لماذا هل أذيتك يومًا ؟ هل أبكيتك أو غدرتك لا طبعًا فأنا أملك قلبًا لا يباع بأرخص الأثمان ، لا تهمني ولا تغريني النقود مثلما فعلت بك ، لم أركتب خطيئة شنيعة لا تغتفر مثلك و مع هذا بقيت بقلبي الصادق و نيتي الطيبة و لم أشك فيكي يومًا ، طالما كانو يقولون لي: "اتركيها اقطعي علاقتك بها" لكن أنا لم أستمع

لهم و ياليتني أنصت لكلامهم . فعلًا الحب أعمى أحببتك أكثر من العاشق لعشيقته .. أحببتك لدرجة أني لا أصدق أحدًا غيرك .. أحببتك لدرجة لم أرى فيك عيبًا واحدًا وأنت كنت كتلة من الأخطاء و المعاصي كنت أختي بدل صديقتي أيامٌ جميلة قضيناها معًا بمرها و حلوها و مع ذالك غدرتيني من أجل ماذا ؟ أتريد معرفة ماذا فعلت بي أيها القارئ ؟ خمن فقط قليلًا و ستعرف كل شيء

أتذكرين كيف ضحيت بحياتي و بدارستي من أجلك ؟ أتذكرين الضرب المبرح الذي تلقيته من أبي من أجلك لازلت بصمات الضرب إلى للآن ، بعد كل ما قضيناه معًا من أعوام و سنين تقتليني بهذه الطريقة البشعة ليتك طعنتِني بسكين بدل ذلك كنت سأموت و أرتاح من هذه الحياة الظالمة .

كلماتي و أحاسيسي متبعثرة هذه السطور التي كتبتها عبرت عن جزء بسيط من وجعي من نواحي الحياة

زينب دقيش _ الجزائر

لا تندم على حب عشته

لم أعد أحتمِل فكرة اللقاء بشخص جديد ، إنه يرعبني أتخيل لحظة مصارحة طويلة أقول فيها كلّ الأشياء التي قلتها سابقًا . لا تندم على حبٍّ عشته حتّى و لو صار ذكرى تؤلمك ، فإذا كانت الزّهور قد جفّت و ضاع عبيرها ، ولم يبق منها غير الأشواك ، فلا تنسى أنّها منحتك عطرًا جميلاً أسعدك . إذا كان الأمس ضاع .. فبين يديك اليوم و إذا كان اليوم سوف يجمع أوراقه و يرحل فلديك الغد .. لا تحزن على الأمس فهو لن يعود ولا تأسف على اليوم .. فهو راحل . رغم ابتعاد مكاننا .. ليست كلّ صدفة للبشر تجمع أحباب .. ولا كلّ فرصة في حياتك سعيدة ، ممكن أن يكون أحيانًا إغلاق الكتاب أفضل من فتح صفحة جديدة . كنت كالقلب المهجور الحزين .. وجد السماء و الأرض ولم يَجد فيهما سماؤه و أرضه . إذا لم تجد من يسعدك فحاول أن تسعد نفسك .. و إذا لم تجد من يضيء لك قنديلًا فلا تبحث عن آخر ، أطفئه .. و إذا لم تجد من يغرس في أيامك ورده .. فلا تسع لمن غرسَ في قلبك سهمًا و مضى .

آدم سيف الاسلام طالبي _ الجزائر

سقمي

لست مسؤولة عن سوء الفهم لبعض الأمور بشكل خاطىء فهي مشكلة من يفهم على مزاجه يكفيني من مرارة الحياة عبئًا فهي لم تؤديني نفسيًا و إنما حتى جسديًا و بشكل مضجر في شهر أكتوبر لا أعلم كيف صمدت ، لطالما كنت سأغرق أظن أن جزء من قوة أمي لازال في أضلعي نعم و أنا رضيعة في المهد كنت لا أتجاوز أسبوع واحد على ولادتي لا أعلم ما السبب و من كان حتى فكة لفة المنديل الذي كنت فيه و كان الجو بارد في شهر رمضان ففي أكتوبر يكون الجو بارد للغاية من ثم بدأت رحلتي مع المرض حيث انني كنت أسعل أكثر من المعتاد كانت تلك الريح التي دخلت رئتاي قوية بحيث لم أستطيع تحمل ذاك السعال أو الزكام و أنا لم أتجاوز حتى أسبوع على ولادتي عندما ساءت حالتي أكثر هرعو بي إلى المستشفى و كثرة الأدوية تلك لم تجدي نفعا بي بقيت في تلك الحالة 3 أشهر عندما وصلت لعام من ولادتي لازلت على ذلك الوضع و مرت سنة ثانية و أنا على ذاك الحال لدرجة أنني في الوقت الذي كان يجب أن أتعلم المشي و الجلوس كلما كنت أحاول أمرض مجددًا و أسقط و أصبح كأنني لم اجلس كأنني مريضة بشلل نصفي مرة سنة أخرى أي أصبحت عندي 3 سنوات رأف المرض بي قليلًا قبل أن يعصف فبعد ذلك بمدة قصيرة لا تتعدى سنة أو أقل بدأ الأمر من جديد و أصبح أكثر سوءًا لدرجة أنني كنت

أرى كل من حولي يبكون ظنًا أنها نهاية طريقي ذهبت في سيارة الاسعاف مسرعة و كنت أجد صعوبة في التنفس دخلت عند طبيب عام عندما رأى حالتي أرسلني بسرعة لطبيب آخر في منتصف الليل بقيت ما يناهز 15 يومًا في المستشفى كنت حيةً ميتة نعم لأنني كنت مستعانة في ذلك الحين فقط بالتنفس الاصطناعي

وداد بوحاسي _ الجزائر

بلسم حياة مُرَّة

- يتكلموا كلامًا كالسم للقلب .
- أناس جعلوا الحياة بلا ألوان .
- أناس أطفأوا شمعة الشغف للأحلام .
- أناس ألهبوا نار الفتنة في القلوب .
- أناس أسدلوا الستار على شعاع الأمل ليمنعوا تسلله .
- لم يعلموا أن هناك ربًا في السماء يعطي لكل ذي حق حقه .

ولكل انس ما نوى

- في يوم مضى ، ترك جراحًا لا يداويها الزمان غدر من صديقة في موقف كنت بأمس الحاجة إليها هه لكنها و بكل دم بارد و ضحكة مستهزأة تركت يدي في منتصف الطريق .
- طفولة مرهفة و عائلة تجعل الحياة ظلامًا دامسًا
- يتيمة رغم وجود والداي ، ما أبشعها من حياة ،

لكن لا لن أضعف أو أسمح لحاجز أن يضعفني ويجعلني حطامًا للحياة ، مادامت شمعة الإيمان بالله منيرة في قلبي لن أدع لتلك الذكريات أو الأفكار بأن تحطم ما بنيته بالأمل و شيدته بالإرادة و العزيمة ، فكلي ثقة بأن الله سيأخذ حقي من كل شخص اعتصر قلبي و قطعه إلى أشلاء صغيرة ، و مع كل هذا أكملت دربي و صوت ضحكتي يعلو الأرجاء ، و لم أدع فرصة للبشر أن يشكلوني أو لمجرد حروف كونت

كلمات وجملًا بأن تحطمني و تردني عن هدفي ، سأرتقي إلى عنان السماء ، و أقف على أكتاف العمالقة و أهتف بأعلى مايمكن : "ها أنا ذي وصلت للقمم"

يا من راهنتم على فشلي ،

ويا من بنيتم حواجزًا و عوائقًا في دربي ،

يامن رميتم الحجارة على طريقي لتنظروا لسقوطي و تعثري ،

يامن زرعتم الشوك على خطاياي لأجرح و أهزم ،

هه ترقبوني جيدًا لترو كيف أتخطى الحواجز و العوائق .

و كيف أجمع تلك الحجارة و أبني بها سلمًا للصعود ، و كيف أسقط لترو كيف يقف العظماء ،

و كيف أجرح لأقوى أكثر فأكثر .

زينب لعلى _ الجزائر

للمرة الألف !

للمرة الألف أخبرك اني تَعِزُ لي نفسي و لو بعد الباب عزيز فلا تنتظر مني المبادرة
للمرة الألف آسفة لإعتقادك بأنك تهمني
للمرة الألف أعتذر كونك تؤمن أنك لازلت ضمن أولوياتي
للمرة الألف ألعن يوم تصادفت أرواحنا في هذا العالم الكئيب ، ألعن يوم ذلك الإعتراف الحقير ، للمرة الألف ألعن آمالنا ، أحلامنا ، حبنا ، أو ذنبنا ربما ، للمرة الألف ألعنك و ألعن أملي اللئيم بك ، ألعنك و ألعن إسمك و من يحمل اسمك و من يقاسمك أصغر تفاصيلك ، تفاصيل الخبث و العناد و التسلط ، ألعنك و ألعن حبك لي ألعنك و من يحمل صدق مشاعرك أنت ملعون بنسخك الأربعين أينما وُجِدت ، لعنتك يوم سمحت لك كسر قواعدي ، يوم استطعت تجاوز منطقية مشاعري و عقلانية أفكاري إنني ألعنك بكل جوارحي ، أتعلم !؟
لم أخطئ بحقك لكنك أخطأت ، قدست حبي لك لكنك استهزءت .
تتالت خيباتي منك و لكن لازالت و للمرة الألف تذكرك كتاباتي لذا للمرة الألف لا سامحك الله و لا عفا عنك الله و لا أسعدك الله فالدنيا ميزان و كما تدين تدان ...

لينة بلمهدي _ الجزائر

وعد

و كانت جميعها وعودًا و ذكريات كاذبة ، أشواق كاذبة ، وليالٍ مليئةً بالجروح و نيران اشتياق مفرط يكاد ينفجر جوعًا لإشباعة ، ليالي مليئة بالعذاب و المرارة ككوبًا من الشاي البارد و دون سكر ، لا شيء نفعله سوى سهر ليلة بأكملها نموت عشقًا و ندب الجرح تلسع من آلامها ، و نحن من جلبنا الوجع للقلب ، و تفرقنا وكلٌ منا اختار طريقه الشائك دون الآخر ،
لن أنساك فأنت من علمت قلبي و أذقته معنى العشق ، فأنت من أشعلت نيرانًا بداخلي ، فأنا أعشق نارك و أنت بعيد ، أصبحت لا أؤمن بالوعود فجميع الوعود مجرد وهم ، أيقنت أن من يقوم بالوعود إنه شخص كالمغناطيس يجذب الآخرين بأوهامه و بوعوده الزائفة ، تعلمت ألا أنخدع بالوعود ، فأصحاب الوعود يعرفون أن وعودهم كاذبة ومع ذلك يخدعونك ، فاحذر من أصحاب الوعود ، و أشكر وعودك لأنها علمتني كيف أكون ضد الكسر .

أسيل محمود عسكر _ الأردن

لا أستسلم أبدًا

ذكرياتي كانت مع مرض الكانسر و نحمد الله على نعمة الصحه التي لا تعد و لا تحصى جاء مرض الكانسر و غير حياتي كلها بقيت أقاوم حتي جف شعري و تغير ملامح وجهي ولن أستسلم أبدًا و كان كل ما في وسعي أن أدعي الله عز وجل ، و في يوم كان هناك هبوب رياح شديده ، أغمضت عيني لمدة خمس دقائق حتي أفكر بالذي يحدث عندما أقاوم هذا المرض الذي كان في جزءٍ من جسدي و غير حياتي و ذكرياتي و استعنت بالله الذي لن يضيعني و فتحت عيناي و ابتسمت بسمة جميلة للأمل و للحياه و تحدثت مع نفسي يجب أن أكن مستعدة لأي مواجهة و تحديات ، كنت أمارس رياضتي المفضلة و أخد الادوية بإشراف الطبيب المعالج وجاء اليوم الذي أدخل فيه غرفة العمليات و كان كل الذين أمامي خائفين أنني لن أخرج من العملية و كنت أطمئنهم بأنني سوف أكون بخير ، دخلت غرفة العمليات وبقيت فيها لمدة خمس ساعات خرجت منها و حالتي صعبه بقيت تحت إشراف الطبيب حتي سمح لي بالخروج و كنت في قمة السعاده من الخبر عادت تراودني الذكريات الجميلة الاستعانه بالله و التوكل عليه يشفي كل ألمٍ بنا

آية عبد الرزاق علي باظة _ مصر

لم أنكسر

هل ظننت انني سأنكسر لا طبعًا لن أنكسر مادمتُ أتنفس ...
رحيلكَ آلمني مزق جوف فؤادي و لكن لا بأس انا قوية
هذا ما نطقته عندما أتى إلي و قال علينا أن ننفصل عندما غادر بكل برودة أعصاب قال و بكل برود لم أعد أريد هذا الحب قصتنا انتهت أدار ظهره وكأنه لم يحبني يومًا هكذا هم الرجال يكذبون و يغادرون دون سبب أو مبرر
نعم آلمني رحيلك و لكن استجمعت قواي لا تخف لن أجري خلفك مثل بقية الفتيات و أبكي على فراقك نعم أنا لست مثل أحد أنا أنثى لديها كبرياء و كرامة نعم تألمت تحطمت في وقت ما و لكن في و قت معين فؤادي كان ينزفُ ألمًا ، الدموع أخذت مجراها كنهر على و جنتيّ و لكن عدت كما لو لم يحصل شيء لأنني قوية لأنني أنثى بنث حواء لا تظن بفراقك ستكسرني لا أبدًا هذا ما تظنوه انتم الرجال و لكن انتم لا تعلمون قوة النساء و كبريائهم نعم نحن كائنات لطيفة و بريئة و لكن في ذات الوقت كائنات لا أحد يستطيع كسرها

رندة جوان العمر _ سوريا

أنا على نهجِك يا غالية

كان كل شيء باهت عدا الأماكن التي اعتادت الجلوس فيها ، تشع نورًا كأنها مصنوعة من أحجارٍ مقدسة ، يا لعظمتك حتى الأشياء التي لامستها أصبحت نيِّرة براقةً ناهيكِ يا غالية عن مكانِ جلوسك ، خطواتك المتثاقلة التي أرهقها الكبر ، آثارُ أناملك حين تلامس يديّ عند السلام ، صوتُكِ العذب عندما يقف على أطراف أذناي ، عطرُكِ المختلِفُ عندما أشتمه من بعيد ، حتى التراب يا عزيزتي أظن أنه محظوظ لاحتوائه لك ، وكم حَطَّمت قواعد البيئة بشكل جميل لتصنعي بيئة مزهرة لكِ مع كل الفصول ، وجودك كان يصنع الفرق دومًا ...

لن تتحقق أحلامنا و توقعاتنا للمستقبل ببساطة لأن التي نعيشها اسمها الحياة ...

سنحيا ما كتب لنا أن نحياه و ليس ما نريده أبدًا

أردت أن أخبرك شيئًا يا غاليتي صحيح الأمر يصبح أصعب يومًا بعد يوم .. أنا لا أتقبل غيابك إطلاقًا ، أقول هذا قضاء الله يجب أن تعتادي يا فتاة ، لكن ليس مني .. أبكيكِ رغمًا عني يا جدّة أبكي حالي و أبكي من كنت متباهية بها

أبكي أعظم ذكرياتي فكيف لي ألا أبكي ...

أو أخبِرُكِ سرًا لازلت أدعو في صلاتي و أقول ربي ردّها لي سالمة كأنك أخطأت الطريق هذه المرة في عودتك للمنزل ، كيف نشفى من ذكرى

الراحلين ؟
موقنة أنا يا غالية أنّكِ بجواره عزَّ وجل من أسعد الناس
سمعتُ مرّة أن الله يأخذ إلى قربه الناس الطيبين الذين أحبهم كثيرًا ، و أنتِ محبوبة يا غاليتي كثيرًا فأسأل نفسي عن سبب حزننا لغيابك .
أريد أن أخبركِ يا جدّة كم أنتِ عظيمة فقد تركتِ ورائكِ أسرة شامخة مثل الجبال لم و لن تهتزّ أبدًا
سعداء نحن كثيرًا و فرحتنا لا نعطيها لأحد ، أعلم أن مكانك كالجوف العميق بيننا إلا أننا نحتضنه بدعوات عارمة .
جدتي نحن بخير فلا تقلقي ، بكائنا عادي ففراقك ليس بالهين لكننا مسلمون أمرنا لله مؤمنون بالقضاء و القدر نعرف جيّدًا أن الحياة فيها الموت أيضًا و الموت لا يستثني صغيرًا أو كبيرًا
لأقدم لكِ أنا هذه البشرى يا جدّة تفصلنا أيام قليلة على زواج عمي (ع.ا) كان يريد تأجيله لكن أولادك الآخرين و من ضمنهم أبي رفضوا هذا و وقفوا معه ليتم فرحته
ربما لأنّكِ كنت تنتظرين زواجه بفارغ الصبر نحن لن نسلم سعادتنا لأحد يا جدّة و لن نجعل تلك الابتسامة الهادئة التي كنت تصنعينها على وجوهنا كل يوم عند زيارتك تذهب عبثًا .
أحدّثُكِ عن سعادتنا نحن غافلة عن السعادة الكبرى التي حظيتي بها

أنت عندنا يا غالية الجنّة أجمل بكثير من هذا أعلم و القرب من الله راحة تغني عن الدنيا و ما فيها فيا رب هب لضيق قبرها سعة لا تعرف لها نهاية .

لفقيدة الحياة و ليدة قلبي ..

عائشة حمو _ الجزائر

راقت لي ...

أيقنت أن لله لن يخذلني و دموع الليالي لن تذهب سدًا أعلم بأن الحياة ظلمتني و سرقت مني ضحكتي و سعادتي و لكن عندي أمل بأن الله لن يخيب ظني و سوف يكشف كربي و يزيل همي و بؤسي و حزني و ستأتيني السعادة من حيث لا أدري ثقتي بالله تكفيني وتريح نفسي ليس لدي ملجأ إلا لله فهو طبيبي و رفيقي و مؤنسي في وحدتي و ظلامي كلي ثقة و يقين بأن رب العباد الذي خلق السموات و الارض لن يكسرني و سيجبر خاطري و يخفف عني آلامي و آهاتي و أحزاني و صرخاتي . آآه كم كانت الحياة قاسية معي ولم تعطني حقي في أن أعيش سعيدة و فقط و أن أكتسي ثوب الصحة و العافية .

أسماء رحاب _ الجزائر

بلا عنوان

يحل الليل في سماء ظلماء يتأرجح في حضنها الوسيم الأبيض كأخر أبيات قصيدة بائسة ، يشعل عقلي عود ثقال من نيران ذاكرتي اللعينة ، و تبدأ نفسي بتدخين نفسها شيئًا فشيئًا بهدوء و بمتعة

مهلًا !! بدأت أتلاشى رويدًا رويدا في سحب الدخان أختفي ، كالعادة يعاد تشكيلي في اليوم التالي من رماد البارحة ، آلامي اشتدت ، و أوجاعي تفاقمت ، ما الحل ؟!! فيعاد الصوت : مااااا الحلللل ؟ ، أطياف هنا و هناك تحاول امتلاكي ، مهلًا : هل انا المقصودة ، لا رد أبادر بالإعادة : أأنا المقصودة !؟

ضخمة شريرة وسط الظلام ترد بصوت أشبه بفحيح الثعابين : نعم أنت ، يا صغيرة الشيطان

ولأنها آخر الحكاية ، ألا لكل بداية حكاية ، ولكل حكاية نهاية

ستنتهي اليوم قصتي مع شبح الظلام ، و ستعود نفسي إلى عهدتي ، و سيموت الأرق خنقًا على وسادتي ... سأخبركم !!

الحزن هو أن تحتضر جزيئات قلبك تحت موجة مشاعر غامضة ، قوية كرياح الخمسين الساخنة ، يحملها كائن خرافي ، يرافقك كظل بائس يحجب عنك كل الألوان فترى الأسود و الأبيض كفلم قديم يعود إلى ألاف السنين ، و الأصوات فلا تسمع سوى همس ، فحيح ، صراخ ، و الأحلام فلا تحلم إلا بتلك الذكرى اللعينة الملطخة بدماء الخوف فكل

منا له ذكرى يخفيها ، و الأضواء فلا تبصر إلا العتمة فتصبح بلا عيون كدمية أفسدها طفل فتصبح تترامى أينما شاء ، تنطلق منك : آه ، و آهات لامتناهية ، يوسوس في دمك أنه لا شيء لا أمل لا تحاول ستفشل ... ، فتستجيب بالإستسلام و تنتشر العدوى لذاتك قبل جسمك فتصبح ميت دون موت ، فيمر شريط حياتك أمامك من مهد مزخرف تحمله أمٌ حنونة إلا قبر مظلم يعمه السكون ، كائن خاوي من الحياة صداً كقطعة حديد صدئة ملقاة على قارعة الطريق

- نفسي : طريق من !؟

- قلبي : طريق خاوي من البشر إلا من الأشباح ، الخوف يحترق ببطء

- نفسي : بماذا يحترق ؟

- قلبي : غيرة ، حسد ، أمراض نفسية ، تتبع أخبار الناس ، سحر و طلاسم ، إبتعاد عن الخالق المعبود ، فعل للمحرمات ، عيون لم تغض بصرها و تشاهد الإباحية ، و لسان ينم للبقية ، ويد تسرق مال ليس من حق نفسها الشقية ، و أذن تتمتع بسماع صوت موسيقى عصرية و لا تلبي آذان فيه حسنة منسية ....

مهلًا أكل هذا ؟ ، نعم و مازال الكثير ، ما العلاج ؟

العلاج أن تنزع منك تلك المنية التي غاصت و أبحرت في بركة أغرتها مياهها العتية ، انهض و أنفض عنك رواسب المعاصي وتب لرب العباد المنسي ، ألا إنه غفور رحيم سواسي

- نفسي : و لكنه شديد العقاب ! ، نعم تذكري أن خير الخطائين التوابين و الكمال كمال الله عز وجل

جمال الدنيا ... بجمال العلاقة بالله ، فإن أردت حياة جميلة فاقضها فيما حلل و أراد ربك ،

راقت لي .. بالقصة تأخد العبرة .. و بالعبرة ترمم الفكرة ...

خولة مسعودي _ الجزائر

ما بعد الصبر إلا الفرج

أتعلمون ؟!! الجميع يواجه بحياته عثرات تجعله يكره حياته و كل شيء بداخله ... (الجميع) ، يوجد فيه من الصّغار بالسّن يمرّون بمشاكل أكبر من أعمارهم و تحتاج إلى أكثر من شخص لحلّها ... مثلي تمامًا ... لقد بدأت المشاكل بدخول حياتي منذ سن الثانية عشر ، هنا بدأ يصيبني الخوف و القلق و التوتر و عدم الثقة بالنفس و الأفكار السيّئة و كل ما هو أسوأ من ذلك ، كبرت و ازداد كل الشعور السيّء عند تقدّمي بالعمر .

إنّني طفلة صغيرة بريئة لكنّني رغم ذلك تحمّلت قسوة الحياة و أدركت كل شيء بداخلها ، مضى من عمري ثلاثة سنين و أنا حزينة و ها أنا على وشك الإنتهاء من الرابعة عشر منذ سن الثانية عشر و أنا أواجه القلق ، الخوف ، التوتر ، اللإنطوائيه ، الوحده المميته ، الإهمال ، الكره ، الفشل ، الكتمان ، الموت البطيء ، المشاكل العائلية ، الاكتئاب ، التّنمّر.!! يا إلهي كيف واجهت كل هذا بمفردي !!؟

أتعلمون ؟!! إنني لست حزينة على ما حدث لي نهائيّاً بل العكس تمامًا ، لو لم أواجه كل ذلك بمفردي لما أصبحت قويّةً اليوم

كل هذا الحزن علّمني التّجاهل ، التّخطي ، النّسيان ، الثقة بالنّفس ، إدراك الحياة ، و أهم شيء تعلّمته هو إعطاء النّفس حقّها و إسعاد نفسي بنفسي ، تعلّمت كيف أكون قويًّا بمفردي .

أتعلمون ؟!! الآن أدركت مقالة (ما بعد الصّبر إلّا الفرج) ، إنّني حقًّا فخورة بصبري و تحمّلي و عبوري لكل الّذي حصل لي بهذا العمر الصّغير ، إنني حقًّا أصبحت أحبُّ نفسي أكثر من أي شيء حولي رسالتي هي : (كن فخوراً بتلك الأيّام الّتي لم تكن قابله للتّخطّي ولكنك تخطّيتها رغمًا عن ذلك ، بِندوب خفيّه لا يعلم بها أحد)

عهود فارس الزواهرة _ الأردن

روح تسكن جسدي

قلبي ثقب يمكن المرور عبره لكن
يستحيل البقاء فيه
كلمات موجعة لوجداني "آيات قرآنية" تسمعها آذاني
يداي ترتجفان وجعٌ برحمي إنه هنا أجل أشعر بأنه هنا
انني أعوي و بشدة جسدي هبة لغير البشر يفعلون ما يحلو لهم بي
ها هو ذا يجامعني بكل قوة لاحراك ولا صراخ بي
لقد أستأصل وجودي
حملت بجنٍ في أحشاء بطني
رقية ، علاج ، دواء كلها ضدي
تمزق ثوبي كل الناس رأو عيوبي و لم يتجرأ أحد أن يمنع عيونهم عني
ستتفتت روحي و يرمى التراب على جفوني و لن تدمع العين علي
سأغادر وجل مساوئي ستختفي

منال طورش _ الجزائر

كوني قوية ...

كوني قوية لأجل نفسك ، و صعبة الكسر ، .... كوني كالفراشة لا تسقط إلا على الزهور ... واجهي مصاعب الحياة بمفردك و كوني أجمل مما يظنون ، كوني أقوى من ظروفك و لا تجعلي أي شيء يكسرك أو يهزمك ، فالذي خلق الطريق الصعب ، خلق لك القوة على إجتياز ألمك ومخاوفك ...

لا تسمحي لأحد أن يرى ضعفك و دموعك و أوجاعك ، وتعلّمي أن تقفي من جديد في كل مرة تسقطي فيها

و لا تستسلمي لأي شيء بل كوني إنسانةٌ تأمل لغد أفضل ... كوني فخورة بنفسك فالحياة لا تكون كما تريدين دائمًا قد تتأثرِ و تبكي و تحزني و لكن صعب أن تنكسري ...

رميساء بوراس _ الجزائر

قوقعة الاحلام

هدفي أسعاه لنفسي
ففي الهدف طريق للعلا ، و في ذلك نجاحًا عظيمًا ، فأنا للنجاح طامحًا فخورًا
ساهرًا الليل و بالنهار دأوبًا
فأينما الطريق أبتغي إليه طموحًا
أما عن حلمي فسأود له ودًا
رغم كلمات هزت كياني هزًا
فأحدث في نفسي أسى
و لكني سأبقى ثابتًا لا أكترث
فعن ماذا أتحدث عن الطموح و الفخر أم السعي لما أتمنى
أو ما يختص في الثقة و الشجاعة أم الحافز لبلوغ القمة
ففي الإرادة كل ما أطمح و أتمنى
و في الليل على الكتب نائمًا
فلم أرغب لوقتي نفاذًا
و لم يكن لي فيها غير وصول الهامة
و هكذا علمت الأبناء مفهوم الجموح و الأحلام
رحت واقفًا على المسرح ألقي السلام
بين حشدٍ واقفًا عالي القامة

و على وجهي ارتسمت الإبتسامة
و في الختام إرتقيت مقامًا
فأصغي لي يا مطالع الكلام
اذا لم تكن ساعيًا طموحًا
ستمر أيامك عبثًا ، و ستنتهي كما تنتهي ، بلا مقامًا

إيناس عماد المصري _ الأردن

كسرٌ بعد يأسٍ جُبِر

إن الجراح ممن ظننت به خيرًا أشدُ إيلامًا من غيرها ، الرُّوح حلّت بِها ضائقة ، خذلت و كسرت و قالوا أنها لن تجبر ، و الثقة بالغير لا أنكر أنني فقدتها ، يريبني التعلُق بعدما خذلت إخترت العزلة و بنفسي إكتفيت ، وجدت في البعد راحة لم أعهدها بقربهم ؛ حوارًا بيني و بين الرّوح أقمت عاتبتها أترجين عذرًا مِمن تعمد الإيقاع بك ، خاطبتها لائمًا كفاك تفكيرًا بما مضى .

ردت علي قائلة : أما سمعت قائلًا إن السيئة من الصديق موجعة ، ومن الصعب أن تنتسى ؟

هذا و إن كانت بغير قصد ، فما بالك بالتى مع سبق الإصرار و الترصد ؟

كسرت ثانيةً من قولها و يئست أن تشفى الرّوح ولكن باغتتني بقولها : هوِن عليك ، فأنا لست للهزيمة معلنا ، و إن خذلت لن أكون لنفسي خاذلًا ، ما عاد يعنيني فعلهم و أقوالهم فأنا الذي يداوي جِراحهُ بنفسه و لكسري مُجبرًا .

أريج محمد المهدي _ ليبيا

آخر تنهيدة

مضت ست أشهر و أنا في تلك الحالة ، أرمق ماضي و ألعن حاضري ، مرمي في فراشي
المشعث المليئ بالكآبة ، أراقب فوات الأوان و هو يفوت ...
بين المطرقة و السندان ، أو بتعبير أدق بين الحزن و الأرق
بين الشر و الغرق
نعم كنت ذاك الشخص الذي مالت نفسه عن الطريق و إتبع طريق الخنّاس ، فإتبعت هواي و وجدت راحتي في علبة السجائر ، أنيسي في الأغاني الرائجة ، منفذي في المخدرات .. ابتعد عني الصديق و الحبيب و أنا في غفلة عن من حولي فرقع المنوم المغناطيسي إصبعه فإذا بي صحوت ، أين الجميع !!؟
لم أجد شيئا سوى أربعة أسوار رمادية يكاد طلائها يصرخ إنزعني ، فقدت نفسي بين تقلبات متاعي ، فقدت شخصيتي و أصبحت ذاك الضعيف الذي تبكيه كلمة ، و تأرقه فكرة أن الجميع أفضل منه
لن أكذب حين أخبرك أني كنت قاب قوسين أو أذنى من الإنتحار ...
ولكن مهلًا !!! جربت كل شيئ إلى واحد ....
جربت كل الطرق و مزال طريق وعر لم أصلحه مذ كنت صغيرا ، نعم بالظبط طريق القرب من الله ، طريق العبادة و التعبد
كان شيطاني يمنعني و يغريني للأسوء ، يزين لي طريق الكآبة

إقتربت من الله و رفعت يدي ولا حاجة للإقتراب فهو أقرب من حبل الوريد همست في تأجج ، رباه اني كنت من الظالمين ، يا من نجيت يونس من ظلمات بطن الحوت ، نجني من ظلمات حياتي

يا من أرجعت موسى إلى أمه ، ردني إليك ردًا جميلًا

يا من رجوك يعقوب أن تعيد له يوسف بعدما ظن الجميع أنه مات ، فأخبرته بكل حنية .. بعزتي لأحييّنه لو كان ميتًا من شدة دعائك ، أعد إلي حياتي يارب

نفظت غبار السقطة وحدي ، و أخرجت الهواء الفاسد من صدري ، و رحت أتقرب من الرحمان .. صلاة و دعاء و قرآن

صدقة و البر و رياضة

علقت قلبي فقط بالله بعدما كان معلقًا على مشانق العصيان

إنجلت الليالي الطويلة ، تحول السهر إلى قيام

إستعدت ما ضاع مني ، لا لم أستعد لأني لا أحتاج ماضاع ، فالعوض كان أحسن مقام

أحببت الحياة و أحبتني ...

تب فإن الله يباهي ملائكته بالتائبين ...

محمد زهير بولقرون _ الجزائر

من محنة لمنحة

ضاقت بي الأيام ، ضعت في أزقة الأوهام
صرت على غير عادتي
فقط دموع تقبع في أرجاء عيني
يأبى ذلك الألم أن يتخلى عن روحي
لعله رأى في البؤس أفضل ما يليق بي
ذلك اليوم من شهر يوليو
تاريخ محفور بخنجر سم على ذاكرتي
كيف لي أن أنسى أو أتناسى يومًا فقدت فيه كل شيء
يوم فيه فقدت الشعور بالثقة و الأمل
فقدت فيه كل أحاسيس السعادة و الفرح
إنها الدموع فقط من تزين عالمي
و شهقات في ليل مظلم لا يسمعها غير رب سميع
آهات ، دموع و حزن كنت أذرفها لمدة سنة كاملة
كلما رأيت زاوية من زوايا ذلك المكان
تذكرت إحدى ذكرياتي مع فلان و فلان
كل كلمة أسمعها ، كل منظر أراه يكون حقنة ألم من الماضي
عام فيه فقدت كل أحبتي و أصدقائي
فقدت فيه سعادتي و كل شيء جميل في حياتي

خسرت كل هذا برسوبي في إمتحاني
سقطت كل الأقنعة و جلست وحيدة
و الدموع تداعب وسادتي
تهت في عسر هذه المحنة
لم أعلم ما سيكون من ورائها
و في ليالي الظلام الحالك كعادتي ضاق نفسي
احساسًا باقتراب منيتي
أسرعت لمصحفي وسجادتي
هجرتهما دهرًا وها أنا أعود
بدأت رحلتي من هناك
بدأ تضميدي للجراح
و مداواتي لذلك الجناح الذي كسرته مرارة ذلك الإبتلاء
طالت الأيام و رممت ما كسر مني
بقربي من ربي و علمي بالحكمة من وراء رسوبي
سقطت كل الأقنعة لأجبر أنا على العودة لربي
الحمدلله محنة تحولت بعد زمن لمنحة
حمدًا لك يا رب

بثينة بوخملة _ الجزائر

فقدان

و الأصعب أن تمتحن بمن لا يمكنك الصبر على رحيله لقد كان الأمر حقًا صعب و تجاوزه كان يبدو مستحيلًا رحيل تلك الغالية كان أشبه بالنزيف الدخيل يقتل رويدًا رويدا شعور أنها رحلت و رحل معها كل جميل ، و عندما قالو أن الأشخاص الطيبين هم الوحيدين الذين يرحلوا لم يخطؤوا ، و الأصعب في الأمر أنها كانت فاجعة لم يكن أي منا ينتظر هذا ، صوت غريب فجأة توقفت عن الحراك .. بحثت بتلك اللهفة عن مصدر هذا الصوت .. إنه غريب على أذناي لم أكن مستعدة بعد لهذه التعزئة .. لقد جاءت مبكرة للغاية كنت لا أزال أقبع داخل تلك الأحلام الوردية لقد آلمني الأمر بشدة توقف الدم عن سيره توقف قلبي عن الخفقان .. إن لله وإن إليه راجعون .. عظم الله اجركم .... البقاء لله ماهذا هل ماتت ؟! مالذي ، تهذون به ؟! ليس وقت مزاح أبدًا لا تمزحوا بهذه الطريقة إنها مرعبة .. أردت الصراخ بهذه الكلمات لكن جرأتي لم تكن قوية لكل هذا إكتفيت بالبكاء في صمت و هو الأصعب ستتألم أضعاف الألم لأنك تحبس بداخلك ... لقد رحلت و رحل معها كل جميل جدتي حين يأخذني الحنين إليكي لا أدري هل أبتسم للذكريات الجميلة .. أم أبكي لأن الزمن لن يعيدكي

رباب شرقي _ الجزائر

لا تكسر جناحي

اقتلعوا جنيحات طفولتي .. لماذا ؟ لماذا ؟ سؤال سكن عقلي .. سجنوا أحلامي .. دفنوا برائتي .. حطموا آمالي .. أفسدوا طفولتي .. سرقوا ضحكتي .. طمسوا ملامحي السابقة .. قتلوا أشياء في قلبي حية .. سلبوا مني الحياة .. حملوني أحزانًا ليست بعمري .. أحرقوا كل ما هو أبيض بداخلي .. جعلوا جميع ورودي المزهرة ذابلة .. إنهم والدي .. نعم والداي .. الذين اشترو أمنياتي ظنًا من أنهم أنقذوني ..

ما خطيئتي ؟

ربما لأنني أردت أن أبقى على طبيعتي .. ربما لأنني حدثتهم عن نجمي المتلألأ عن أحلامي البريئة ...

ما ذنبي لأدفع ثمن زمن ليس بزماني ؟

ما ذنبي لتكسر أجنحتي وانا لازلت طفلة صغيرة ؟ ...

ما ذنبي لأحرم من حريتي .. من تحقيق أحلامي .. أمنياتي .. طموحاتي ؟ .. ما ذنبي لترهقوا روحي .. روحي التي لم ترا النور بعد ؟ .. ما ذنبي لتجردونني من طيفي الملائكي و الطفولي ؟ .. ما ذنبي لتقيدونني بالأغلال ؟ .. ما ذنبي لتقطعوا خيالي ؟.. ما ذنبي لأجر على خط رسم كالدمية .. أسيرة .. أسيرة أنا .. أين حق الطفل ؟ أصبحت هزيلة النفس لا الجسد .. عجوز و أنا في عقدي الأول .. ماتت كل ذرة حب و شغف كنت أحملها .. تسلل اليأس إلى ثنايا روحي شيئًا

فشيئًا .. أصبحت كماكينة أصابها عطل .. توقفت عن العمل .. أنا بحاجة لحضنكم .. لتأخذوا بيدي للأقوي .. أريد أمانًا ودعمًا .. قَوموا خطايا و تتبعوا قدراتي .. كونوا لي فخرًا و عونًا .. فأنتم مصدر الأمان فاحذروا أن تجدوا أبنائكم منكم هربوا .. ارحمونا .. كل آمالنا بكم معلقة ...
سأكافح و أجاهد و يرفرف قلبي بحماس لأجل تحقيق حلم أريده ..
سأتسلق أدراج المستقبل .. فنيل المنى لا يأتي إلا بالتعب .

نادين بلوصيف _ الجزائر

حزنٌ لا يطاق

أي ألم هذا أعيشه في سنٍ مبكر ؛ سلكت دروب وعرة بمفردي و من يسلكها معي يفلت يدي في منتطف الطريق كأنني لم أكن أعني يوم لهم ؛ الأيام عادة تتشابه و الأشياء التي تلفتني باتت تستفزني و صرخات في أعماقي تعلوا شيء فشيء لا أكاد أخطو خطوة كي أواجه العالم من جديد ؛ مات كل شيء بالنسبة اليَ ومت انا في سنة 16 و أنتظر موعد دفني بفارغ الصبر ؛ الحياة ليست بسهلة أبدًا فإلى حد اعتقادي أنها تود محاربتها بكل قواك حتى ترى ما إذ تصلح للعيش بأرضها و تستبد ما تريد منها لكن أصبحت على عكسها تمامًا ليس في خاطري ما يود للمحاربة و لا طاقة لي للظهور وجهًا لوجه ؛ أنا الآن غارقة في محيطات الخذلان و الآلام أغوص في أعماقه دون أن أشعر لا أستطيع اللجوء إلى السطح أنا مقيدة من كل النواحي ، إلى متى ستبقى تحرقني نيران الدنيا وما فيها لأن لهيبها أرهق جسدي و نفسيتي إلى حدٍ ما

هاجر عباز _ الجزائر

سلام

لقد كان الأمر أشبه بالسقوط من قمة "إيفرست"، ذاك الاستسلام الذي يتسلل إلى روحك ليطغى على غريزة البقاء فيك ، و أنت تنظر بعيونٍ شاردة إلى مصيرك المحتوم ، لقد كان الأمر أشبه بنصف إنسان ، الجزء الأيمن أسود كأنه مغطى بالنّمل و الجزء الأيسر بدون ألف و لام ، لا شيء يرفعه ، سوى حروف جرّ قاسية تتسلّل من أفواه البشر لتكسر ما تبقى منه .

لم أكن أدرك ما معنى كلمة "عائلة" ، أن يكون لي بيت ، أو أن أمتلك غرفتي الخاصة ، أن أستيقظ صباحًا لأجد أمّي تحضّر فطور الصباح ، و والدي يرتشف فنجان قهوته بمسؤولية متناهية ، يضع عطرًا يوحي بالأبوّة و هو يستعدّ للذّهاب إلى عمله ، لا أعرف معنى أن يكون المكان مفعمًا بصوت أبي الرجولّي الخشن يشبه الأمان ، و في أركانه يرفرف صوتًا أموميّ بارع في الحنان ، كنت أظنّ أنّ العائلة هي مربّية و الكثير من البنات اللّواتي يتشاركن نفس الغرفة ، و أن البيت هو ميتم كبير يبدو عليه الضّجيج من الخارج لكن بداخل كلّ روح فيه صمت قاتل "سلام" ... "سلام" و فقط ، هذا هو اسمي ، أبلغ من العمر 28 سنة خريفًا تلك المرأة التي أنجبتني كتبت هذا الإسم على كفّ يدي البالغة من العمر بضع سويعات و غادرت في تلك اللّيلة القاسية تاركة أيّاي وحيدة على سرير المستشفى البارد ، لا أدري لم منحتني هذا الاسم ،

ربما كان هذا إحساسها و هي تتخلّص من بقايا العار العالق بها و ترحل إلى الأبد .

في فجر الواحد و العشرين من آذار ، في ذلك اليوم الفاصل بين نهاية حكم الشّتاء و بداية مملكة الرّبيع ، حيث كانت قطرات النّدى الباردة تتدحرج بكبرياء على بتلات الورود ، و أشجار البرتقال و الليمون تزهر لكي تولد من جديد مثل كل سنة ، أطلقت أول صرخة لي في إحدى مستشفيات العاصمة ، هناك بدأ أول فصل من روايتي ، روايتي التي كتبها مؤلّف مجهول و نشرها القدر .

نُقلت مباشرة إلى الميتم ، هناك كانت تعتني بي أنا و مجموعة من الفتيات ، مربّية تدعى "رحمة" ، حين بدأت الكلام أصبحت أنادي "رحمة" بأمّي ، لكنني حين كبرت ، و أدركت كل شيء ، أصبحت أناديها باسمها فقط ، ليس لأنني جاحدة ، بل لأنني لم أكن أريدها أن تشبه تلك المرأة التي تركتني ، لم أكن أريد أن أتعلق بها ، أدركت في قرارة نفسي أنني سأرحل يومًا ما ، أو سترحل هي ، في الآخر ، لن يبقى أحد لأحد .

كومة من العقد ، و قليلة الاختلاط بالفتيات ، هادئة نادرة الكلام ، و حادّة الطّباع أيضًا ، هكذا اعتدت أن أكون ، أجلس كثيرًا في غرفتنا المشتركة لأرسم أو لأقرأ الكتب ، هذا مهربي الوحيد من التساؤلات العقيمة التي تملئ ذهني طول النهار و كانت الغرفة مليئة بالرّسومات المعلقة على الجدران .

"ملاك" مديرة الميتم ، تلك المرأة المفعمة بالأمومة التي حولت الميتم إلى نسخة مصغرة من بيت حقيقي ، و دخلت إلى روح كل واحدة منّا لتبعث فيها الحياة ، كانت تهوّن علينا قسوة الواقع خصيصًا في المناسبات و الأعياد ، حتى أنها اعتادت على إقامة حفلات أعياد الميلاد لكل واحدة منا و تشتري لنا الهدايا ، أول هديّة تلقّيتها في حياتي كانت منها و هي عبارة عن رواية لازلت أحتفظ بها إلى الآن في صندوقي مع أشيائي الثمينة جدًا .

يوم الأحد ، أو يوم التبنّي ، أسوأ يوم في حياتي على الإطلاق ، كانت الفتيات يرتدين أجمل ثيابهنّ و تتكفّل المربيات بتسريح شعرهن و تجلسن في قاعة كبيرة ، أمّا أنا فكنت أحاول قضاء ذلك اليوم مختبئة تحت سريري ، و دائما ما تأتي "رحمة" لتسحبني من رجليّ و أنا أتشبث عبثًا برجل السرير لتبادرني بنفس السؤال : "ألا تريدين الحصول على عائلة ... حقيقية؟" .

قلت لها يومًا : "حسنًا ... إن كنت لا تريدين بقائي هنا فسأعتني بنفسي لوحدي لن أكون عالة عليك" .

قالت لي بصوت حزين و هي تربط شعري على شكل ذيل حصان : "لن أكون أنانية و أتمنى بقاءك هنا ... أتدرين أنني سأمرض حين تغادر إحداكن الميتم" .

اتجهت نحو القاعة غاضبة و أنا أنزع الرّبطة لينسدل شعري الأسود الكثيف على وجهي و يغطي بعضًا من ملامحي ، جلست في ركن

القاعة هادئة ، كنت أتظاهر باللاّمبالاة حين ينتهي كل يوم أحد و أبقى في الميتم من دون أن ترغب أية عائلة في أن تتبنّاني ، و لكن حين يَحل اللّيل ، أخفي وجهي تحت وسادتي و أقضي الليلة كلها في البكاء، لذلك أطلقت على ذلك اليوم "يوم النّحيب" ، كنت أردّد في أعماقي :
"أمّي تخلصت منّي ... و الآن لا أحد يرغب في أن أكون ابنته"
بعد بلوغي سن الثانية عشر ، تبنّتني أخيرًا عائلة مكوّنة من زوج و زوجته في عقدهما الخامس و لم ينجبا ، قاما بنقلي إلى بيتهما الواقع في منطقة جبلية ، كانت المرأة تكلفني بالقيام بالأشغال المنزلية و هي تتكفّل بالطبخ ، و أجبرتني على ترك الدّراسة ، حتى رسوماتي كانت تمزقها بعنف و هي توجّه نحوي نظرات حادة ، أما الزوج فقد اكتشفت بعد أيام من إقامتي هناك أنه مصاب بمرض انفصام الشخصية ، نظرات الكره التي كان يرمقني بها لا تزال ليومنا هذا لم تغادر ذاكرتي ، كلما أسدل الليل رداءه الأسود ، يشرع في الصراخ و البكاء بأعلى صوته و هو يردّد عبارة واحدة : "لقد أتوا لقتلي ... أبعديهم عني أيتها الملعونة" ليالي الرّعب تلك ، قضيتها مختبئة تحت السرير كالعادة و أنا أرتعش مثل آخر ورقة عالقة في غصن مهتز
لكن هذه الفترة من حياتي لم تدم طويلا سوى بضعة أشهر ، استيقظت صباح ذات يوم لأجد تلك المرأة ملقاة على الأرض وسط بركة من الدماء ، الدماء الذي ملأ الجدران و الأثاث ، عيناها ساكنتان ، و سكّين ملقاة بقرب جثّتها ، "لقد قتلها و هرب ..."، عبارة ردّدها الجيران في

تمتماتهم يوم الجنازة .
قام أقارب المرأة بإرجاعي إلى الميتم ، حيث أنتمي ، أعادتني المديرة "ملاك" إلى الدّراسة و أصرّت على إخضاعي لجلسات العلاج النفسي قضيت أيّام صدمتي في الرسم و المطالعة .
كان ذلك سببًا لي في أن ألتزم بصلاتي ، ارتديت الحجاب و أنا أبلغ من العمر 14 سنة ، و التحقت بالمسجد لحفظ القرآن الكريم ، ساعدتني المرشدات في المسجد كثيرًا على معرفة سبب وجودي في هذه الحياة ، و هناك تعلّمت درسًا مهمًا و هو ما جعلني أكتسب ثقة كبيرة في نفسي :
الله يحبني ، بغض النّظر عن الظّروف التي من خلالها أتيت إلى هذه" الحياة ، ليس لي ذنب فيها"
كنت أفعل كل الأشياء التي تجعلني لا أشبه تلك المرأة التي أنجبتني ، حتى أنني تفوّقت في دراستي و حفظت القرآن كاملًا بفضل الله .
أجمل يوم في حياتي يوم حصّولي على شهادة البكالوريا ، ذهبت يومها إلى الثانوية لكي أرى النتائج ، و بمجرّد أن رأيت اسمي ضمن قائمة النّاجحين ، انطلقت راكضة إلى الميتم و أنا أذرف الدموع ، كان كل الناس ينظرون إليّ بدهشة ، بمجرّد وصولي إلى الميتم ، وجدت الفتيات و "رحمة" و المديرة في انتظاري ، و حين أخبرتهن أنّي نجحت تعالت الهتافات و الزّغاريت و ركضن كلهن لاحتضاني ، لقد أحسست بمزيج مربك من المشاعر ، فرح بنجاحي و حزن لأني بلغت سن 18 و

سأغادر .
أقامت لنا المديرة "ملاك" حفل وداع أنا و بقيّة البنات اللواتي حان أوان مغادرتهن، حملت حقائبي و ذكرياتي و غادرت الميتم الذي آواني 18 سنة من حياتي ، نحو الإقامة الجامعية
المدرسة العليا للفنون الجميلة ، كان مجرد حلم و تحوّل إلى حقيقة ، وقفت عند تلك اللاّفتة و أنا أنظر إليها نظرة آخر ناجي من معركة ، كنت أدرس و في نفس الوقت أعمل في مطعم عائليّ بدوام جزئي .
ملامح امرأة بدون ملامح ، وجوه بدون تقاسيم ، عيون غارقة في ظلام عديم الهويّة ، بصمات ليست كباقي البصمات ، و توقيع صغير في زاوية اللّوحة ... "سلام" .
رموز ميّزت لوحاتي التي تملئ المعارض ، و التي أعجب بها الزوّار و تهافت على شرائها الأثرياء ليزيّنوا بها بيوتهم و مكاتبهم ، ربما لا أحد منهم كان يدرك أن هذه اللّوحات تروي قصة حقيقية .
اليوم ، لم أعد "سلام" تلك الرّضيعة التي تركتها أمها في المستشفى وحيدة منكسرة ، أنا "سلام" أستاذة الرّسم ، الرسامة التي ملأت لوحاتها معارض الوطن و خارج الوطن ، التي تقدم دروس رسم للأطفال في دور الأيتام ، التي تمتلك بيتًا حقيقيًا في منطقة هادئة بعيدة عن البشر ، "سلام" التي تقضي أوقات فراغها في العمل مع الجمعيات الخيرية .
لكنّي بالرغم من كل ذلك ، لا أزال أريد رؤية "أمي" ، كل عام في يوم

ميلادي ، أتّجه إلى المستشفى الذي تُركت فيه ، أسأل إن أتت للبحث عني ، لعلها لازالت تتذكر ذلك اليوم فتطغى عليها عاطفة أمومتها و تعود إلى المكان الذي تركتني فيه في نفس التّاريخ ، هكذا كنت

نعيمة حيرش _ الجزائر

فرار دماء سوداء

"إفعلي كما تفعل النيازك المشتعلة ، إنطلقي نحو شغفك
بسرعة قصوى"
إن التقاليد و العادات و المجتمع أخضعوني لأتقبل كل شيء بفاه مغلق و رأس مطأطأ .
ولدت في أحضان عائلة متفانية بتطبيق الأعراف و الزحف خلف معتقدات القدماء فلا تعليم للبنات أو بالأحرى لا حياة لهن . في قريتنا ، كانت النساء تعامل كبضائع متلفة ، يتوق الأباء للف أعناق بناتهن بحبال الزواج إذ تصبح الفتاة ملكية لزوجها فتزج في عهدة عبودية جديدة .كان يطلق على النساء في قريتنا "ذوي الدماء السوداء" كناية عن المكانة المنحطة و الصفرية للنساء و عليه أجبرت على الزواج في سن الرابعة عشر ، كان زوجي يعاقر الخمر ليلًا و نهارًا ، يصب علي غضب وفاة زوجته الأولى فيبدع في تجميل جسدي باللكمات متضاربة الألوان .في كل مرة ، كنت أخسر حملي إثر ضرب و تجبر زوجي لكن لم يستشعر ذنبه و لو مرة واحدة بل حملني المسؤولية لتتزايد نوبات الضرب و التعذيب حدة . ذات ليلة ، تلبست الخمر روح زوجي فأتى مصرًا على محو وجودي كوني إمرأة قاحلة لا أقوى على منحه وريثا . دفع الباب بقوة و هو يصرخ و كلمات السب و الذل تتطاير من فاهه كسهام محترقة تشعل تلال كرامتي ، إنكبس يضغط على عنقي ، لم

أستطيع الصراخ فقد كنت أشعر برقبتي تكاد تسحق بين أنامله الضخمة . مددت يدي إلى المنضدة ، محاولة مسك أي شيء يحولني من الموت المحدق . لم أدري كم مضى من الوقت و أنا أحدق في جثة ذلك المتوحش ملقاة في وسط الغرفة و الدماء متناثرة في جميع الأنحاء . لقد قتلته ، أجل ضربته بالفانوس ، لم أحزن على قتلي إياه بل حزنت على مأدبة إعدامي . أنا لا أريد الموت ، أريد الهروب من جحر جهنم الذي ألقيت فيه . أخذت ما أحتاج من الملابس و الزاد و أخذت أموال زوجي كلها . فلا ينفع الأموات سوى الدعاء . قضيت أيام كثيرة و أنا أسير ، لم أكن أعلم الإتجاهات بل فقط إستمسكت بحدسي . وصلت إلى قرية صغيرة بعد جهد و عناء ، كانت غير قريتي أسوار عالية ، رجال يرتدون ملابس غربية جميلة و النساء .... مهلًا النساء يسرن بحرية ، وجوههن سعيدة ملونة و ملابسهن فخمة . في البداية ، كان الإعتياد على ذلك المكان صعب قليلًا فكنت لا أتقن أخلاقيات التعامل مع الناس و خاصة الرجال منهم لكن ساعدتني "صوفيا" التي أصبحت أقرب صديقاتي على التحول الى إمرأة حقيقية ، فتحت متجرًا للبقوليات بأموال زوجي ، إشتريت منزلًا و العديد من الملابس و المجوهرات . لم أعد لقريتي قط ، صحيح أنني إشتقت لأمي و أخواتي لكني كنت قد أسست عائلة هنا ، زوج محب و داعم ، يقدر المرأة و يحترمها ثم أنني كنت متيقنة إذا عدت فستكون السيوف و الأسلحة تنتظر جسدي لتعث فيه الموت . كثيرًا ما نستسلم

و نتقبل الواقع ، نعتمد على تجارب الناس و نتناسى إختلاف البشر و الظروف . تمنيت كثيرًا ان تتمرد فتيات قريتي و يثرن مغردات بشخصهن و قوتهن لكن عبثًا اتمنى ... فما كان علي سوى أن أخط هذا الكتاب "فرار دماء سوداء" بعد ان تحديت نفسي و تعلمت القراءة و الكتابة

إلى كل إمرأة منكسرة ، إجمعي حطامك و إصنعي منه محاربة

أميرة عيشاوي _ الجزائر

جثة تطلب التعازي

يدي علقت و عنقي تدليت .. عصرت نفسي و طحنت أحشائي
سأتمزق إلى قطع و سيستأصل فؤادي .. سألت المنابع دمًا
إرتجف البحر و جهشت السماء بكاءً .. ماكان دواءً صار داءً
عقم أفسد الأكلة .. و حسد أنهى المهلة
قلم كتب الألم و ورقة مزقت ماكتب الندم .. أيادي أفزعت المنادي
أقفل فمك ! لما تنادي !؟ .. ضربٌ مبرح لأعضائي .. موت متأني
لأنفاسي .. أخذت كل أملاكي .. بقيت جثة تطلب التعازي
مررت بقبر خالي .. فرميت بنفسي
انتفضوا برمي التراب فوقي .. فبأي حق تقتل ذاتي !

عوطف مناعي _ الجزائر

ثق بنفسك

لا تيأس لا تفكر في ما مضى أنت قوي و أنت تستطيع الوصول إلى الهدف
أعطي نفسك ما تستحق من الراحة ، أعطي نفسك السعادة لأنك تستحقها
إبتسم و كن على سجيتك دائمًا و سيكون كل شيء بخير في لحظات الحزن أبكي في لحظات الضيق أشكي همي لربي فهو يسمعني و يلبي
مضت سنوات و انقضت على الذكريات التي كانت تحطمك و تثقل كاهلك لكنها ليست أكثر من ذكريات الأن ...
لا يمكن كسرك ، ثق بنفسك و استمر في التقدم و أخبر نفسك بما هو إيجابي .
كل شيء يمكن أن يكون أفضل إذا جعلته أنت كذلك
الأمر صعب لكنه ليس مستحيل لأنه لا يوجد مستحيل تحت الشمس
إذا سقطت يمكنك دائمًا أن تبدأ من جديد
إذا تعثرت يمكنك أن تكمل مسيرك
إذا لم يعجبك السير يمكنك أن تحلق في سماء عالمك الفريد
المهم ألا تتوقف عن التقدم و نجاحك في الأفق يلوح
العقبات دائمًا موجودة في طريق الطيبين فكن لنفسك و لأحلامك درع متين و تخطى كل ما يعيق طريق نجاحك

لا تدع تغيرات التيار تؤثر على رحلة سيرك
نحن في عالم يدور و أنت وسط هذه الدوامة
حافظ على أشرعتك في وجهتها الصحيحة و لا تسمح للموج بأن يجرفك
لأنك تستطيع الوصول إلى هدفك مهما إشتدت العاصفة إبقا قويًا و ثق بنفسك

مناسك سليمان النور _ السودان

ألم الخيانة

ضربت خيوط البرق عنان السماء مرفوقة بأصوات الرعد التي تصم الآذان مع نزول الأمطار الغزيرة والتي تتكلم عن قساوة الشتاء من شهر يناير منذ بداية الفصل ، صوت صفير الرياح على نافدة غرفتي قد جعلني استيقظ على كابوس مرعب ألهثُ من شدة العطش وأنا أشعر بخوف شديد و كأن أحدهم سينقّضُ عليّ الآن ، كان قلبي يخفقُ بسرعةٍ كبيرة تكاد تخترق جداريات قفصي الصدري ؛ التفتُ ناحية اليمين من السرير فلم أجده بجانبي كعادته و قد كانت هذه المرة الرابعة منذ اكثر من أسبوع التي يتأخر فيها عن العودة للبيت مما زاد شكي حول وجود قصة ما تدور أحداثها خِفيةً عني تنتظر الوقت المناسب لتفاجئني بصدمة لم أكن لأتوقعها أبدًا ، نهضتُ من فراشي بتثاقل كبير أرتدي وشاح قطني أحتمي به من برودة المكان بالرغم من المدفأة المشتعلة على مدار الساعة ، كانت وجهتي إلى المطبخ كي أرتوي من عطشي و أنا أفكر في نفس الوقت عن السبب الذي دفع به للتأخر هكذا مرات متتالية منذ دخول العام الجديد ، لم تتوقف الأفكار عن الدوران في رأسي وقد كانت تتسابق مع بعضها البعض كسباق سيارات الفورميلا و دون أن تكترث لمعاناتي و أنا أؤلف قصصًا من عندي و أضع كل الاحتمالات الواردة ، و قفت مكاني و راودتني فكرة جهنمية سيطرت على عروق جسدي و شراييني و حثني بعدها

شيطاني على تنفيذها الأن كي أرتاح من الشك الذي أعيشه قرابة اسبوع كامل ؛ عدتُ إلى غرفتي من جديد و أنا عازمة على الأمر و غيرت ملابسي دون تردد أو تراجع ، بعدها اعتليتُ حذائي الجلدي السميك و أخذت مفاتيح سيارتي و انطلقت الى ذاك المكان الذي أخبرتني عنه العصفورة ذات مرة أنها لمحته فيه ذات ليلة من ليالي الخريف مع أحد الجميلات اللاتي يضعن أعينهن على الأزواج تاركين العازبين بحال سبيلهم ، كنت أقود السيارة بسرعة قريبة من الجنون وأنا خائفة من المجهول الذي سأراه بعد قليل عيناي لا ترى أي شيء يمر من أمامي سواء حيوان أو انسان أو حتى جماد ، نظرتُ إلى الساعة الرقمية للسيارة فوجدتها الحادي عشر إلا ربع قبل منتصف الليل و بالرغم من هذا فإن الجسر الفاصل بين البيت و الكافيتيريا يشهد حالة كبيرة من عرقلة سير تعالت إثرها أصوات المزامير معبرة عن الغضب الشديد الذي سيطر على أصحابها ، بالنسبة لي لم يكن هناك فرق ولم أنزعج من الأمر و كأنني في انتظار اي عائق قوي ليمنعني عما سأقدم عليه حتى ولو لم أكن أريد حدوثه ، بعد دقائق معدودة عادت الحركة إلى طبيعتها و واصلت أنا مسيري أسابق الريح لا ينفك ذلك المشهد عن مخيلتي وأنا أراه يخرج برفقتها تتعالى أصوات ضحكاتهما عنان السماء الممتلئة بالغيوم السوداء الماطرة ، وصلتُ الى عين المكان و ترجلت من السيارة و المشهد الذي رأيته قبل قليل يحدث برُمته الآن أمامي وكأنني قد تنبأت حدوثه الأمطار

تتساقط بقوة شديدة لدرجة أن دموعي المنسابة لا إراديًا على مقلتي لم تكن تُرى أمامها ، أردت أن أخطو نحوه أصرخ فيه و ألقي عليه مختلف الشتائم و الكلام الرديء على خيانته لي لكنني لم أجرؤ على التحرك من مكاني و لا سيما و أنا ألمحه يمرر يده على وجنتيها و التي اعتدتها دائما تداعب شعري قبل النوم ، عدتُ الى السيارة بصمت مرير أجر كرامتي و كبريائي خلفي عائدة أدراجي إلى البيت و شريط من الذكريات قد مر من أمامي من لحظة لقائي به في محاضرة الكيمياء و التي شهدت على بداية قصة حبنا معًا ، لم أنسى كيف صارحني بحبه بعد أسابيع من تعارفنا و كيف تقدم للزواج مني دون أن يأخد برأي أي أحد و كيف جابهنا الكثير و الكثير من المشاكل بين عائلتينا ، ذلك اليوم عندما سقطتُ من الدرج كان هو أول شخص أتى لنجدتي تاركًا كل شيء وراءه .... أوقفتُ السيارة فجأة بعنفوانية و بقيتُ في حالة سكونٍ تام أشعر باختناق كبير في حنجرتي ، لم ألبث كثيرًا في صمتي حتى بادر صراخي في الخروج بقوة ، ألعنُ كل شيء يأتي إلى خاطري من زوجي و تلك الفاجرة التي قامت بتخريب كل شيء و القدر الذي فعلها معي في لحظة لم تكن في الحسبان ؛ لم أكن أعلم أن أراها هي حقا من دخلت بيننا ؟؟ أم أن من أعتبرته سندي في الحياة قد قام بالتخلي عني و أدار ظهره لي ، لأول مرة في حياتي شعرتُ بالإنكسار تجاه شخص و ليس أي شخص بل ملاذي الآمن و شريك عمري ، إنهار عالمي الوردي الذي كنت أعيش فيه و ساد فيه اللون الأسود فقط الذي

تحترمه كل الالوان ، أدرث المقود مرة أخرى و تابعث طريقي إلى البيت
حيث توجد نسخة مصغرة مني و منه ... فتحث باب الغرفة عليها ، أتقدم نحو سريرها خلسة كي لا أوقظها فوجدتها نائمة بعمق تمسك بلعبتها الصغيرة التي أهداها لها والدها أمس في عيد ميلادها الثاني تغط في نوم عميق لا تعي أي شيء يحدث حولها ، أردث ان أودعها لآخر مرة قبل أن أرحل و أترك كل شيء خلفي لكن لم يطاوعني قلبي و أنا أرى تلك البراءة المرسومة على وجهها و كأنها تقول لي : لا تتركي يدي فليس لي غيرك ، تلك اللحظة لم أشعر بنفسي إلا و أنا أتسلل داخل البطانية بجانبها مسافرة بعيدًا إلى عالم جنة أحلامنا

منى عريبي _ الجزائر

حب بنكهة خوف

أخاف ، سيطر الخوف على قراراتي و كل تفاصيلي و كأنني مكبّلة بأصفاد حديدية ، و لا سبيل لتحرير نفسي ...
سأعترف أخاف فقدانه صار هذا الشعور مسيطرًا على كل زوايا حياتي ، لطالما سمعت أن الخوف عدو الإنسان
و ها أنا اليوم أعيش هذا الشعور اجتاح قلبي و أباد كل خططي سنوات طوال ضاعت من عمري و أنا رهينة الخوف أحافظ على حب كاذب .
ها أنا اليوم على يقين أن الحب يحتاج إلى الشجاعة سأخطو الخطوة الأولى لن أضحي بعد اليوم يكفيني ما نزف مني ، لن أهتم بغير نفسي سأضمد جروح قلبي و أمضي في حياة لا مكان للخوف فيها .

إلهام طوالبية _ الجزائر

لن أستسلم لمرضي

لم أكن أتخيل بأنني سوف أعود إلى هذه الحياة مجددًا كما كنت سابقة و إن عدت لها لم أكن مثل ما كنت قبل ... لم أصل إلى سن الثامنة عشر سن الشباب كما يقولون ، إلا و قد حفظت أسماء المشافي و العيادات بأكملها ... مسميات الدواء و الأطباء و غيرها

لم أعرف ماذا حصل بتلك اللحظة كنت على وشك الانهيار

جميع من حولي يتمتعون بصحة جيدة لا يقدرون ثمنها و أنا أرقد بين الأوجاع و الآلام .

والله كنت في ذلك الحين على استعداد أن أفعل كل شيء من أجل أن أنام ليلة واحدة فقط من غير آلام و الأوجاع التي كانت تجعلني أسامر الليل ، بل أصبحت تلك الأوجاع جزءًا من حياتي في ذلك الوقت أصبحت صديقة ليلي و رفيقة نهاري تنام و تصحو معي أصبحت صديقة روحي ....

عندما كنت أرى في عيون من حولي تلك الشفقة التي بنظرونها لي كنت أتمنى الموت ، كنت أتمزق رويدًا رويدا ، لا أحب أن ينظر لي أحدًا نظرة الشفقة هذه حتى لو كان أقرب الناس لي .

كنت أخشى أن يعرف أحدًا بأنني مريضة كنت أتحاشى الخروج و معاشرة الناس و الأهل و الأصدقاء حتى لا يقولوا أنها مريضة أمراض مزمنة في هذا السن الصغير ، كم كنت حمقاء في ذلك الوقت ... كان

هذا ما يدور في أعماق عقلي .
دخلت في إنهيارٍ عصبي و نفسي ، دخلت في اكتئاب ليس له نهاية ، لا يعلم ما في أمري إلا الله في تلك اللحظة ، لكنني أتذكر بأنني في ذلك الوقت قد وعدت نفسي بأنني سوف أتعالج و أتعافى لكي أعد إلى حياتي من جديد .
لم أعد أهتم بما يفكروا الناس في طبيعة مرضي لم أعد أكترث إلى ما يقولون لم أسمع إلى احباطهم و تلك الكلام الفارغ ....
بل وجهت أملي إلى خالق الخلق أيقنت أن الله لا و لم ولن يخيب أمل عبده الذي توجه إليه ... أجل قد تعالجت فترة طويلة ، احتسبت ذلك المرض اختبار من الله و أدعو ربي بأن أكون نجحت في صبري و يقيني بالله ...
جعلت مرضي دافع لي للعودة إلى الحياة من جديد وعدت نفسي بأن عندما تعد لي صحتي بأن لن أقبل أن أكون إلا إنسانة جديدة الحمدلله بعد عام من المعاناة و الإبتلاء قد فضل الله علي بالشفاء و قد تعافيت و انتهيت من تناول الأدوية و زيارة الأطباء و غيرهم كل يوم ...
عدت إلى الحياة بروح جديدة و كأنني ولدت من جديد كان مرضي دافعي و قوتي لم أسمح لذلك المرض بأن يكسر عزيمتي و قوتي بل جعلته دافع من أجل أن أعيش حياة أفضل أصبحت معنوياتي عالية ...
جعلت هذه المرض نقطة انتقل من حياة إلى حياة أخرى ....
بينما الجميع كان على يقين بأني لم أتعافى أنا كنت على يقينًا بالله

بأنني سوف أشفى من مرضي .
عدت بقوة و إرادة عدت و أنا متفائلة من جديد لن أسم لهذا المرض أن يقضي على أو يقلل من عزيمتي ... كلما حاول الإحباط التقرب مني كنت أوجه بالعزيمة و الإصرار و اليقين بالله ... جعلت هذا المرض سبب نجاحي بالحياة ،
كانت أصعب مراحل حياتي لكنها أجملهم والله ، جعلت من نظرات الشفقة درج الوصول إلى هدفي أصبحت آهات الألم و الوجع ضحكات الفوز ، شعرت بقيمة الحياة و الصحة و العافية لدى الإنسان ...
العبرة هي :
* مهما تعثرت في حياتك سيكون لتلك العثرات فضل عليك مستقبلًا .
* اجعل أصعب أيام حياتك خطوة انتقال نحو حياة أفضل .
* اجعل من حزنك دافع لفرحك .

مرح دويكات _ فلسطين

الأشياء ليست كما تبدو و كذلك الأشخاص

الحياة لم تكن كما تبرز لنا أو تظهر نحن البشر نعيش معًا ، أجل في الحقيقة نحن نختلف أكثر مما نتشابه نبقى غير راضينَّ بما هو في أيدينا .

كل شيء جميل أو على مايرام حتى ذلك اليوم لازلت أتذكره جيدًا ، كلما تذكرت تصفعني تلك الذكريات صفعة قوية توقضني لتذكرني بما مر علي ، و لساني ينطق بتلك الجملة لم يكن الأمر سهلًا و لكن قد مر وقد تجاوزته .

طبطبت على نفسي مرارًا فأحيانًا أضعف كأنني ريشة تحلق بسلام ليأتي الريح فيرميها بعيدًا جدًا حيث لاشيء يشبه الآخر فتختلف المعالم و الأبعاد و أحيانًا أكون قوية جدًا و كأنني جندي ثبت قدميه في أرضه ليحميها و يدافع عنها حتى آخر رمق ، كل شيء قد تغير في ذلك اليوم أو يمكن القول في ذلك العام كل الأشياء تجري عكس التيار .

رأيت كل الألوان في عيني ، باهتة لا حياة فيها كل الأمور الجميلة أو التي كنا نظن أنها كذلك في لحظة ما اختلف شكل الأزمنة و الحياة أما الوقت لم يعد لديه أية معنى إنه يمر بثقل و بأرق حتى النوم تركني أنتظره و ذهب قد مل مني أو مل الإنتظار معي أو أنه يريد السهر مع الأفراح و الحفلات بعيدًا عن صراعات النفس التي لاطائل منها و لا

يمكن التحرر منها متى شئنا ، ذاك الأمر قليل من يعرفه و ما أكثر من يجهله غُصتُ في بحر دموعي رغمًا لم يكن بإرادتي هو أمر أو مرض لا أعرف بالضبط مايسمونه لكنه شرس يتعب الروح و يجتاح الجسد بقسوة و يأتي فجأة لا يطرق الباب حتى لأعرف من الطارق كي لا أفتح الباب و لكي أغلق عليه كل الأبواب لأنه قد عصف بي مع شدة الرياح أسقطني من أعلى جدار الطمأنينة و الأمان إلى القاع حيث نجد هناك فقط الخوف و أصدقائه الحميمين الحزن و القلق و التوتر و اللاأمان و آخرين . هو شعور لا يمكن أن يوصف حتى وصفه يؤلم ذاكرتي بشدة وددت أن أمسح كل ذكرى تأخذني إليه أحببت أن يكون هناك دواء للنسيان سأكون أول من يشتري . كانت أيامًا ثقال و صعبة لم أكن أظن يومًا أن يحصل معي هذا الأمر وقد رافقه فراق الأحبة أيضًا ، قد قيل يومًا في زمن قديم من أفواه كبار السن الذين عاشوا الدهر أنه كلما عشت أكثر سوف ترى أكثر الصديق الغادر و القريب الماكر و في مصيبتك تلتفت لا تجد من يعينك عليها .

بالفعل من ضننت أنهم أحبة يسكنون القلب و العقل كانوا أبعد الناس عن دائرتي كأنني سوف أحرقهم بناري أو أؤذيهم لكن ناري كانت منطفئة لم تؤذي أحد ، بل نارهم أحرقتني إعتقدت لأول وهلة أنهم يشعلونها لأجلي ، فكنت أنتظر نارهم لكي تدفئني قليلا من البرد الذي كنت أعيشه و لكنني تفاجئت بهم يحملون الصقيع بين أيديهم و تركوه فوق قلبي ثم رحلوا و إبتعدوا و كأنني لا أعنيهم ، غريب لم أكن لهم

يومًا مأوا و سندًا وكتف و حضنًا يقِيهم الحزن و أذنًا تسمع إحتياجهم و كلامهم الغير مفهوم أحيانًا و أعذر حتى تناقضهم في حقي أيامًا كثيرة كنت أبكي داخلي و أضحكهم أمسح دمعتهم و لا أنتظر منهم ذلك تركوني و أنا في قمة إحتياجي لهم كنت محبة كبيرة لهم و لكن لم تكن بنفس القدر في قلوبهم للأسف تأذيت منها . لم يشعرو قط بل قد فهمت في نهاية المطاف أنهم كانوا يدّعون محبتي لماذا كنتم ترتدون أقنعة مزيفة للأصدقاء الحقيقين ؟ كنت أرددها كثيرًا و في لحظة ما أدركت أنها مجرد كذبة .

بين ليلة و ضحاها إختلف الليل و النهار في عيناي انكسر قلبي إلى أجزاء صغيرة من أعز الناس إقتربوا ليكسرو قلبي الطيب ، ربما رأوا حقيقتهم البشعة في المرآة لذلك كسروا المرآة .

اعتبرتها عاصفة قوية أسقطتي أرضًا مرضت بمرض نوبات الهلع هذا ما أطلق عليه علميًا ، شعرت شعورًا مختلطا بين الخوف و الفزع و الفراق و الوحدة قد وُجب عليهم ان أجدهم في ظرفي هذا إن وجد الأوفياء ، لم أؤذيهم لماذا فعلوا هذا بي لما أنا ؟ مازلت اكره الجملة و أنا لا أصدق في كل مرة تأتيني نوبة الهلع أكره بها حياتي و حتى إن حاولت الهرب إلى النوم أو أفقد الوعي لكي لا أشعر بأي ألم كان نفسيًا اكثر منه جسديًا أعيشه بمفردي ، قلت من قبل هذا المرض لا يمكن وصفه بالكلمات و لكن سأحاول مثلًا أخاف أن أضل وحدي خوفًا من المرض ، أخاف أن تأتيني مرة أخرى كنت أرأقبها مابين النوبة

و الأخرى أعيش المر و التفكير الزائد و الأفكار السلبية باختصار دخلت في دوامة المرض تشبه المتاهة غير واضحة صعبة جدًا و قاسية لاتعرف بدايتها من نهايتها كنت أحيانًا كثيرة في قمة ضعفي أكاد أفقد الأمل و لكنني إقتربت من الله أكثر كلما شعرت بالخوف أو الحزن الشديد أسجد واضعة رأسي في منطقة السجود و أقول كل ما أشعر به وجدت أن الله وحده سبحانه من مسح على قلبي برحمته كنت أذكره كثيرًا و كلما ذكرته إطمأن قلبي و شحِن شُحنة قوة خاصة حين ما أتوكل عليه و أنا كلي إيمان و ثقة بحكمته في إبتلاء بهذا المرض

حمدت الله على هذا الإبتلاء لأن فيه حكمة لازلت لا أعلمها .

وجدت قلة قليلة جدًا تعَد على الأصابع إلى جانبي منهم ممن تفاجئت بتقديم يد المساعدة لي و أنا لا أعرفه كثيرًا كيف لهذا أن يحصل دهشت في بادئ الأمر ولكني شعرت بالسرور وبفضلهم حاولت ترميم نفسي مجددًا لقد كنت قوية جدًا أجل قد فهمت أشياءً كثيرة وتعلمت الدروس التي قدمت لي في هيئة إبتلاء ، صعب و لكني فخورة بنفسي جدًا خسرت الكثير من الأصدقاء و الأقربون و في المقابل عوضني الله بما هو حقيقي و كسبت نفسي التي لطالما كنت أقسو عليها من أجل الآخرين ، تعلمت أن المهم والأهم أن تسعد نفسك وأن تقف إلى جانبها وأن تختارها الأولى قبل أي أحد وهذا الأصح إنني أحاول النهوض بنفسي إلى القمة لأنها تستحق كل جميل لست أخجل من ضعفي بل

ضعفي هو بداية قوتي والله خلقنا لنكمل بعضنا ليس لنقسو على بعضنا البعض حيث أن الكثير من البشر حين ما يمتلكون بعض القوة أو السلطة يضنون أنها من أجل كسر القلوب و الخواطر و المشاعر ولكنهم لا يعلمون أن ذلك الكسر قوي جدًا قد يدمرهم و يدمر من حولهم ولا يفهمون ذلك إلا إذا عاشوا نفس الظروف و يندمون و لكن بعد كسر كثير من الناس الطيبين يندمون بعد فوات الأوان .

إبتعد عن كل من يؤذيك حتى ولوكان نبض قلبك أو جزء من روحك بوضعها في المكان المناسب كي تزهر فمِن حق نفسك عليك ان تعِدها لا لكي تذبل وتموت ، فنحن بحاجة لمن ينير شعلتنا التي أوشكت على الإنطفاء و يجعلنا نضيء في الظلام و نضحك من أعماق قلوبنا من ينصحنا محبة منه لنا من يحبنا في أسوء حالاتنا من يأخد بأيدينا حين نسقط و حين نمرض يقف إلى جانبنا شخصًا صادقًا في مشاعره تجاهنا إذا أحبنا يخبرنا و اذا كرهنا لا يؤذينا وإذا جرحنا دون قصد منه يعتذر بصدق و يفتح ذراعيه ليحمينا من نفسه وتقلباته المزاجية الحياة هي بكل بساطة أن نكون واضحين مع أنفسنا لكي لا نؤذي أنفسنا و نؤذي و نخذل الأخرين الذين يمسكون بأيدينا و يحبوننا بصدق فإذا سمحنا بخسارتهم فنحن أول من سيخسر و آخر من سيندم .

رقية آمال لعمور _ الجزائر

فراقك

فراقك كنت أخشاه ،
كنت أميز رنين صوتك الجذاب ،
وبعد ذهابك أصبحت لا أتذكر حتى ملامح وجهك ،
تركتني دائمًا أفكر ليلًا ونهارًا
أصبحت مجنونة ببعدك و فراقك ،
لماذا تخليت عني ؟
ماذا فعلت لك ؟
كنت سلطان قلبي .. أمير أحلامي ...
كنت لي فرحًا و زهرًا يفوح بعطره في كل مكان مالذي جرى حتى تغيرت ؟
هل قصرت معك بشيء ؟
أم أنك مللت مني !؟
كان بإمكانك قولها في وجهي دون اللف و الدوران
و جرح قلبي ...
أنت لا تعلم عمق الجروح التي تسببت بها لي ...
ألا تفكر في حياتي بدونك ...
ألا تعرف أني بدونك لاشيء ...
لقد جننت بغيابك كنت مهوسة بك

ولكن ذهابك أيضًا كان فال خيرًا لحياتي ،
لقد ذهبت خلف أحلامي
حققت معضمها ...
نعم كان حبي كبير لك و لكن أملي بالله أكثر ...

عبير محمود _ الجزائر

الولادة من الرماد

لم يكن أمامه سوى الإنتحار .. أفكار راودته لفترة جعلت من نفسه تمل من نفسها .. فاشل ، غبي .. كلمات سكنت في عقله أصواتهم تردد نفس الكلام كل يوم ...

كلمتين .. فقط كلمتين كانت كفيلة لجعله يتخذ قرار إنهاء حياته .. سلبية أحيطت به في كل مكان .. في المنزل ، العمل و حتى في الشارع .. و لكن لم يمت .. نعم .. فقد كتب له قدر جديد .. فرصة جديدة ...

أول الكلمات التي سمعها بعد غيبوبته التي دامت لأيام .. "حتى الإنتحار فشلت به" .. تلتها قهقهات عالية و كأنهم في عرض من عروض شارلي شابلن ...

حينها قرر أن لا يعيد غلطته و أن يغتنم فرصته الثانية و يعمل على نفسه و نقائصه .. كانت خطوته الأولى الإبتعاد عن كل شخص سلبي في حياته .. عزلهم عن قوقعته الخاصة التي بناها بالأمل و التفاؤل .. كان عمله في مجال الصحافة .. أخذ دروسًا حول النجاح فيها و أول درس كان نجاته من الإنتحار ...

فمهما قست بك الحياة لابد من سلوك درب الأمل فحتمًا نهاية طريقه النجاح مؤنسك في هذا الطريق الجد و

العمل و الأحلام ...

فالإنسان دون أحلام حاله كحال أهل القبور .. كل جهده و كل آماله تكللت بالنجاح المبهر .. فوجئ كل من كان يدعي أنه فاشل .. أصبح مثالًا يحتذى به .. قصة كفاحه رويت من جيل لجيل .. فهذا ما يسمى .. الولادة من الرماد

..... انتهى .....

أماني علوي _ الجزائر

هالة من الفولاذ

إلتحف قلبي باللامبالاة ...
و تحوط بدرع مقاوم للصدمات ...
لا الخذلان يهزه .... ولا الأذية تزعزعه ...
و ترصد كياني لكل الهجومات ...
أنا لا أءبه للمناوشات ولا التطاولات ....
لم تعد انعطافات الحياة المفاجأة تقلقني ...
و لم تعد الظروف القاسية تزعجني ...
لطالما انكسرت ..... و سرعان ما انحبرت ...
لطالما فشلت .... و تداركت .... و قاومت ...
فوصلت و نجحت ... و في النهاية فزت ...
لازلت أتذكر .... جرحي العميق .... و إصابتي البليغة
لازلت أقاوم كل شيء و بدون استثناء ...
لأنني ذات يوم من الهلاك المحتوم نجوت ...
لم يخف عني يومًا ... ولا لحظة ...
ولا حتى لجزء من الثانية ...
شارفت ذات مرة على الزوال ...
جعلت من نكبتي تلك حافزًا كلما تعثرت ...
مددت يدي للأعلى حيث حلمي و تشبثت بقوة ...

ثم أواصل دربي و بكل حماس ...
خسارتي في الأمس هي انتصارات اليوم ...
فقدت شيئًا ثمينًا ...
كان لي درسًا لأحافظ على الأثمن ...
و لأنني لم أفقد نفسي ...
فلن أستسلم ...
ولن أتنازل .... ولن أجعل لليأس إلي سبيلا

زهوانة مساعدية _ الجزائر

ما مسني ضرًا إلا وقد رحل

مرضٌ ينهشُ جيوبي الأنفيةَ
اختارَ الدفيءُ الداخليُ لجسديٍ
قد تطولُ مدتهُ
و قد يكونُ نهايتهُ موعدَ الرحيل
أشبهَ بالحربِ في يومٍ جميل
دمرَ صحوتي و نضوجُ الزهورِ في غاباتي
كنتَ أنا إحدى الضحايا
و اختارَ روحي و حصدها منْ دون الملايين ، الانتظار كان الحلُ البديلُ
و الاستسلامُ على رقعةٍ سوداء
على منديلٍ سقطتْ دموعي عليه
كتبَ فيها حروفُ سرطانٍ خفي
عانيتُ منْ نزيفٍ شديدٍ منْ أنفي
الدماءُ تخرجُ كشلالَ الماء
المنهمر كثافتهُ كلَ يوما تزداد
التشخيصَ كانَ طبيعي
و التحاليلُ إيجابيةٌ
أنني أعاني من أنيميا حادةٍ
كانتْ مسامعي ترجمتْ الكلماتُ الخاطئة

فأنا لم أملكِ الشجاعةِ الكافية
و الحقيقةِ كانتْ قاسية
داخليِ خلايا غريبةٌ تنتشرُ
في اتجاهها اخترتُ منها ما تريدُ
من جسدي سنينَ تمثل لي الصاعقة
نزلتْ علينا هالكة
و كانتْ نسبته عالية أنا في العزل العلاجيِ
لمدة شهرًا خانقة
تسقطت ملامحَ جمالي
وأشياءَ منْ أعلا رأسي
قدماي تمايلات
دراسات كانتْ هي الفاصلة
هربتْ بها منْ تلكَ الجرعاتِ القاتلةِ
سم تصببَ على جسدي يكوي أعضائي
لكنَ ابتسمتْ بقيتْ
هي الوحيدة على ملامحِ وجهي
مستلقيةً رفضتْ النزولَ متماسكة
أنا استجيب للعلاج
و احتسيهُ كأنهُ كوبُ من الشايِ الساخن
المغلي بالنعناعَ الأخضر النقي

مع بعضِ حباتِ الدواء
التي تشبهُ البسكويت في الخفاء
أنا الآنَ أتماثل للشفاءِ
و أصبحث أعمل
في تلكَ المستشفى
بقي علي مساعدهِ البقيةَ
على الشفاءِ والبقاءِ أحياء

رونسي ماجد سلمان _ فلسطين

أمي

يا تُرى هل أتجرء و أكتب عنك .. كيف هذا و كلي علم أن العربية لن تطولك .. كيف ذلك و حتى الجنة تحت قدميك

من منبر الأسف ، أسف يا قرة عيني فقد خانك قلبي و تعلق بإنس سواك .. عذرًا يا "ماما" أنا لست ذاك الإبن المثالي .. كيف أكون كذلك و المثالية تجلت فيك !!

حقًا صعب وصفك فكل قواعد الوصف إرتبكت تحت إيقاع صوتك

هل تذكرين يوم كنت أختبئ خلفك خوفًا من بطش أبي ، إختبئي خلفي يا أمي و أعدك أني سأحارب العالم لأجلك ...

هل تذركين أن لذة فوهوتك سرّ لا يعرف تراتيله سوى أصابعك ، محظوظ البن لأنه كل يوم يعانق شفتيك

قيل أن القمر يدور على الأرض ، ولو رآك القائل لقال يدوس على الأرض !!

أحبك ملئ الجفون و إتساع مابين المشرق و المغرب .. أحبك و كلي سعي لنيل مرضاك يا أماه .. "أكتب و كل تفكيري في حديث المصطفى أمك ثم أمك ثم أمك"

فحفظك الله يا ملاكي .

محمد زهير بولقرون _ الجزائر

النجاح برغم من الفاجعة

يوم 17 مايو من سنة 2021 كانت كالصاعقة ، كهبة ريح هزت بكل قوة
كان كالسهم صوب نحوي بكل دقة
يحمل أكبر فاجعة مدمرة
كقنبلة نووية صنعت حديث الساعة
لحظة محاولة قتل أبي مميتة ، خانقة للأنفاس ، قاتلة
لحظة تأبى أن تغادر الذاكرة
حاولوا جاهدين من أجل تدميري ، تحطيمي ، جعلي أغرق في بؤرة همومي ، كسروني كما يكسر الزجاج إلى قطع صغيرة متناثرة
كحمامة ذات أجنحة مكسورة
أتخبط كأضحية العيد في دوامة دماء على سلال منزلية
كنت أرتدي ثوب الحزن و القهر و أضع تاج اليأس و ذكريات الطفولة
لكن لا ، لا ، لا
برغم من كل هذه الصعاب ، و العقابات لم أستسلم كافحت بكل قوتي ، نجحت أمام عجزي ، فشلي ، سواد ليلي ثم أمام عيون الحاسدين و الحاقدين
كنت فتيل رفيع يزهر في قطاع العدل
نجحت في تسطير طريق لموهبتي و دفعتها للعالم الخارجي ، لترى

نور الحياة

لم أجثو على ركبتاي يومًا و قاومت كل شيء ، كانت محاولة فاشلة من أولئك الذين أرادو بي السوء

لو كتبت حياتي في رواية لكان عنوانها العزيمة و التحدي

أسفة ، معذرة منكم على خذلانكم لكن طموحي فاق توقعاتكم و في أغسطس2021 ارتديت ثوب النجاح بدل ثوب الحزن و اليأس

أشكركم جزيل الشكر ، فبقسوتكم أصبحت أكثر قوة و شراسة

أونيسة أمعوش _ الجزائر

فاسعى و لا تبالي

هل يقوى هذا الجسد الهزيل على الكفاح ؟ و هل يحقق مبتغاه دون فشل ؟ كيف يفعل ذلك و هو مقيد ، جالس في العمر الراحل ، كل ما يفعله هو التأمل و التربص فلا أحد يلتفت لحاله الغارقة في اليأس و التعاسة بين كومة من الخيبات و الهموم المنبثقة من جو الكآبة و اللوم .

مرت عشرون سنة و أنا على تلك الحال رغم المحاولات الفاشلة ، وقد كسرت مرات مريرة ، و خيبت آمالي حينما لم أحقق حلمي في إقتحام الساحة الأدبية بأعمال راقية ، و قد مررت بأزمات نفسية و تعكرات مزاجية توحي بعدم الرضا على النفس فبقيت علامة سؤال محفورة في ذهني ، لم لا يقتنع الآخرون أنني سليم فكريًا و أستطيع التعبير بكل طلاقة ؟ أبسبب إعاقتي الجسدية وجب تحمل أفكارهم السلبية أو حتى التأثر بها ! و لكنها وجهة نظر مختلفة بالنسبة لي .

كررت محاولاتي و تعرفت على المزيد من المواهب الفكرية إلى أن كتبت أشعار غزلٍ طويلة و عبرت عن أحاسيسي بشكل صادق و رويدًا رويدا كتبت رواية تخصني معبرة عما مررت به في حياتي و استغرقت مدتها ثلاثة أشهر ثم سلمتها للنشر و بدأت في إنجاز المشاريع بشكل متقن بعدها وصلني طلب من عند أكبر المعارض الأدبية للإنخراط فيها و قد نجحت أعمالي التي سهرت لأجلها و كافحت وحدي بتوفيق من

الله حققت المستحيل .
لابد أنه درس لي في الحياة ، فمهما إستحالت الأسباب نحقق الأماني بالإصرار و العمل و ألا نتعثر بمجرد أراء الأشخاص المحطمة

صفاء رمضاني _ الجزائر

فقيدتي و تركت ليَّ الأثر

لم أكن أعلم أنني سأشتاق لكي و سترحلين يومًا عني فكنت الأم ، الثانية لماذا إبتعدت عني افقدتك كثيرا .
عمتي الحنونة الطيبة في قلبها الدفء الذي لا يتواجد عند أحد ، التي تبتسم دائما في وجهها نور يضيء القلب التي تحثني عن الخير و الصلاة و الكرم فقد كانت الكريمة في الإكرام ضيفها و ذات الأخلاق الحسنة التي تكلمني عن طريق الله فمرضك الذي أحزنني و أضعف قلبي لما يسمونه الخبيث لأنه يصيب الإنسان فيموت من بعدها فبتليت به فلم يمر يوم و أراكي تتألمين تضعفين فقد كنت الجميلة ، فكلما رأيت صرخت صرخات باكية إنسدت عليَّ الأبواب ، أصبح جسدي كأنه الجثة لا الروح فمرت الأيام فماتت مات قلبي لم يعد قلبي ينبض فأصبحت صامت التي لا تعرف أين هي لا أعرف أين أذهب أو أموت مثلك ، حينها رأيتك وأنت نائمة و وجهك نور يضيء فأخبرتهم بأن عمتي حية لم تمت و لم تتركني وحيدة بين صعاب الحياة . فقالوا لي : "ماتت ولن تعود" كنت أذهب لبيتك و أخاف أدق الباب من يفتح لي من يرحب بي من يشارك أيامي من يضمني ، في صدرك حنين أين الإبتسامة التي لا تفارق وجهك ، منذ ذلك حين لم أرجع إلى ذاك البيت فقد تيتم قلبي و أصبح الليل هو مناداتي فلم أنسي ما تركتي لمن الأثر أن أحب الخير للناس و أتقرب من الله و ان أعمل بطيبة

قلبي ، و أذكر الله و أن أعمل الخير دائما بالإبتسامة فهيّ صدقة و علمتني ألا أجرح غيري و أنّ كلمة طيبة تهدئ القلوب وألا أسمع الكلمات الجارحة وأن أصمت و أترك كل شيء لـلله فأنا اليوم تغيرت بسبك أصبحت ملتزمة بديني و بحجابي و أخلاقي الحمد لله و الشكر لم أنساك في حياتي ...

اللهم ارحم أمواتنا و إغفر لهم و ارزقهم فسيح جناتك

اكرام بن حدو _ الجزائر

موعد مع الموت

من منا لم يتألم بسبب شخص أحبه و هو لا يبادله الشعور
من منا لم يفقد الأمل بسبب شخصٍ حطم أحلامه
من منا لم يشعر بالوحدة رغم إكتظاظ المكان من حوله
من منا لم يدرك قيمة الغالي حتى بعد فقدانه
كم من شخص منا ضاع في هوس بسبب كلام الناس القاسي
كم من فتاة فقدت سمعتها بسبب بعض التخلف و الجهل
كم من شخص تحت عمليات التجميل بسبب شخصٍ بشع الروح
كم من مريض ينتظر وقت موته بسبب طبيب قال له لا يوجد أمل في شفائك
كم من طالب ضاع مستقبله و شبابه بسبب معلم قال له أنت تلميذ فاشل
كم من روح طاهرة قتلتموها و هي حية
ألم تحتشوا من أعمالكم المقرفة !؟ ألم تنظروا إلى أعمالكم و الناس التي أذيتموها بتصرفاتكم ، من نحن لنحاسب و نعاتب الغير و نتعامل معهم بتنمر و نكر ، لم يعد شيئًا فينا يدل أننا مسلمون إلا من رحم ربي لا نظلم بعض الناس و لكنها فئة قليلة أين يوجد ذلك الضمير من فقد ضميره فتعازينا لك لقد حرقتم أفئدة و قتلتم ناس وجعلتموها تفقد ثقة في نفسها

يا إلهي لقد ضاعت الناس في فتنة الدنيا ، لقد ضاع عبادك يا خالقي ، تاهوا في لهو و شهوات الدنيا و نسوا أنها فانية

هل وقف أحدكم أمام المرآة و نظر إلى أعماله نظر إلى ما بداخل قلبه رآى حجم تلك النقطة السوداء

نصيحة تجاهل كلام الناس و أفعالهم لأنك لا تسلم منها مهما فعلت ، سمعت إحدى المرات إمرأة حكيمة تقول يومًا "لا تسمع كلام الناس لأنه سكين حاد ، يسمونهم لصوص الطاقة ، فقط يسحبون منك كل طاقتك و إيجابياتك ، كل مر حلو و كل حلو مر تضيع بين الواقع و الخيال ، تتوه بين الحب و الكره يصعب لنا إستعابها أو النظر فيها" . تخلّوا و إنزعوا كل من أذاكم من عقولكم تقدموا و واجهوا عقباتكم بأنفسكم خير لكم فالحياة نعيشها مرة فعيشوها بحلاوتها و ليس بمرارتها .

فاطمة بوعزة _ الجزائر

نجاتي

رحلت أنا عنك
و رحلت أنت عني
اتخذنا قرارنا ، أصعب قرار !! و هو الانفصال
لم نأبه لمشاعرنا الهائجة
و حبنا اللامتناهي
أبعدتني عنك بكلام لا يليق بلسانك
و جردتك مني بهدوء لا مثيل له
هدوء لم تعهده معي من قبل لقد كنت دائمًا تلك الطائشة التي لا تنفك تأتي لك كل مرة و ترسل لك رسائل لا تنتهي حتى حظرتها
رحيلي عنك جعلني أدفع ثمنًا غاليًا الا و هو رحيلي عن نفسي أيضًا
ألهيت نفسي بهدفي "البكالوريا"
و تهت بكل مالدي في دوامة لا تنتهي
دراسة نوم صلاتي و هكذا رسمت طريقي
لم أُرح نفسي و لم أتوقف لأن مجرد لحظة صمت من عقلي تعيدني اليك
مر عام ، عام بطوله لا أعلم عنك شيء و لا سمعت بخبر منك
راودتني أحلام أنت بها
ذكرياتي تأبى طوعي و تسبح نحو كل لحظاتنا رغمًا عني

و أي ذكريات كانت تلك يا عزيزي ...
ضحكاتي الهستيرية ، تعلمي المبارزة ، الأكل من يديك ، تواجدك كل ليلة بتنهيدتك ...
في كل ليلة أضع رأسي على فراشي أتدرك حجم معاناتي أن أترك كل شيء خلفي لانساك و أهرب منك أبتعد عن عائلتي و أتغرب لكن في كل مرة يحل الظلام تأتي ذكراك و القمر معًا
تجاهلتها قاومت عقلي في كل مرة حتى بدأت بالنسيان معجزة من الله لا أعلم لكن جل ما أعلمه أنني نسيت لم أعد كسابق عهدي حتى "اخسر جدي أيضًا" _رحمه الله_ ، مرضه و مقاومته له أفقدني صوابي فما بالك بموته ؟
لم أبكي عليه اللعنة لا أستطيع توديعه
ودعتك فماذا حدث ؟ أبكي كلما تذكرتك و نأت بنفسي جانبًا
من انسانة اجتماعية محبة للحياة إلى متوحدة تتمنى الموت
خسارتي لجدي أسقطتني أرضًا ، أدخلتني في سراب النكران الذي لم أتجاوزه بعد
تحرش بي أحد من عائلتي بعد يوم من زيارتي لجدي المرحوم و مع ذلك أنا هنا
أنا هنا أنظر جيدًا أنا هنا
تلك الفتاة الصغيرة الضعيفة التي ترجوك كي لا تتركها
هنا أمامك شامخة كالجبل قوية بإرادة و عزيمة بشجاعة و صلابة

لدرجة أن قوتي الحقيقة تكمن في قلبي الذي من المفروض تهشم من قساوة الحياة التي أعيشها ألا أنني هنا
لن أنهار و لن أيأس لن ينال مني أحد نجحت بهدفي الأول و سأكمل مشواري
سأسقط سأحزن سأتعب سأهرب لكن سأقف و أكمل لن أكون بساط تسيرون عليه
سأكون من تجعل أفواهكم مفتوحة لتتساؤلوا كيف لها أن تكون بهذه الاستطاعة ؟
كيف لها أن تكون بهذه القوة بعد كل شيء ؟
هذه المرة ليست لك وحدك هذه المرة للعالم

منال جوامعي _ الجزائر

أخذتكي مني الأقدار

سلام على روح أخذتها الأقدار ، و شمس غابت فحل مكانها الظلام .
أذهبتي و تركتي طيفك يلاحقني من مكان لمكان ، أم من شدة إشتياقي لك أنا أراكي في كل مكان ، لقد جاءتني في المنام لكني إستفقت على صورتك في الجدار و رائحتك في الفراش ، و خيبة تقتل روحي و تقطعها إلى أشلاء .
لا زلت لا أصدق كذبة موتك ، لأنك أسطورة و الأساطير تبقى
كنت أنتِ كل شيء ذهب الكل ولم يتبقى سوى شيء ألا وهو صورتك تطاردني من مكانٍ إلى مكان .

صفاء عكوش _ الجزائر

وصيتي لم تكتب بعد

لاشئ يؤذيني تأملها جيدًا .. أنا لا أقع بالفخ مرتين .. الأولى في محاولاتي .. كانت خاطئة أستنفذت بها طاقتي .
و كأن الشمس غابت عن صدري و حل المساء طويلًا .. كانت نظرتي للأشياء هشة .. عفوية تنغر من أبتسامة عابرة
و لكن هذا الدرس لم يمر بسلام .. وقف عالقٍ بين حنجرتي أبتلع مرةُ و أتلذذ بالكسور التي .. أحاطتت بي .
قيود كثير كادت أن تُكبلني .. تريد أن تحني عنقي بحبل ممتد نحو قلبي .. قلبي الذي لا يفتح أبوابه إلا بحذر شديد .. يمتلك شجاعة فولاذية .. ودع الخذلان بضحكات صاخبة و كتب على جدرانة ، مازلت حي أقاوم من جديد .. قلبي الذي اجترف هلوسات الحنين و رمى أوراق الوعود .. و أحرق صفحة الماضي .. و حمل على أكتافة عاتق شمسٍ تشرق من جديد .. تبهج الروح يطيب بها الفؤاد .. بقي قلبي معقود بسر جوهري .. لا يعرف مفتاحة أحد .. بينما كانوا ينتظرون هزيمتي .. يرمون الأوراق نحوا قلمي .. يترقبون مني حينها كتابة وصيتي .. ولكن من المؤسف لهم و المبهج لدي أنني خُلقت قوية من رحم العزيمة ولم أكتب وصيتي بعد .

مروى العودي _ اليمن

أنتِ قوية ، لا تنكسري

كانت أحلام جميلة ، خططتها مخيلة فتاة بريئة ، حاربها زمن قاسي ، لا يرأف بأحد و لا يبالي ... عاشت تواسي نفسها ، تطمئن قلبها بأن القادم أجمل ، تحاول تخفيف آلام هذا الزمن فقط بكلمة : "أنتِ قوية ، لاتنكسري" ، بقيت تحاول ، لم تيأس يومًا ، رافقتها تلك العزيمة في تحقيق أحلامها ، و هل نجحت ؟... هذا التساؤل يطرح في جميع المجالس حين يذكر إسمها ، لما لا يسألون و حياتها تثير الشفقة ، و قوتها تثير الإعجاب ، أهناك فتاة في ذلك العمر تنافس الموت و تنجح ؟ أهناك من تصمد أمام غدر الزمان ؟ هل يوجد من يتحمل خيانة الأصدقاء و فراق الأحباء ؟... مجرد التفكير في هذه الأمور يصيب جسدي القشعريرة ، و يسري فيه شعور من الخوف ، فلا طعم للحياة دون أهل ، ولا حلاوة لها دون أصدقاء ، كيف لهذه البشرية التحمل ؟ فيعاد التساؤل ، هل نجحت ؟ أو بلأحرى ؛ كيف نجحت ؟... لأنها اليوم ، تبث تجاربها عبر قنواتٍ عالمية ، يشاهدها العالم و يتعجب من قوتها ! هي تلك الكاتبة ، نفسها تلك القوية التي لم و لن تنكسر

ذكرى حاج قدور _ الجزائر

مرض و عقل معافى

المرض ينهش جسدها فتراها تجمع حقيبة مليئة بالأدوية عل جسدها يكف عن الأنين ، مرض مثله منتشر لدى الغير ، لذلك المعاناة تكون مشتركة بينهم فتراها تجتمع مع غيرها لتلاحظ الفوارق التى تختلج كل شخص مثلها . تناول الأدوية بالنسبة لها أصبح عادة يومية ، فتلمحها تجر حقيبة صغيرة تظنها مليئةً بالملابس لكنها عقاقير طبية تتبع الحداثة مع هذا الزمن ، تناول الدواء أصبح فكرة بسيطة لا تمثل شيئًا ، و لعل تناول الأدوية بمثل ما ترى يعد أكثر من كمية الطعام التي تتناولها كل يوم . لكنها مع هذا ينبع من نفسها مشاعر مرهفة ، و بعقلها الذي يفكر لا زالت قوية صلبة رغم المرض ، فكانت تعبر قائلة "لقد أهلك المرض جسدي لكنني أملك عقلًا لازلت أشعر بوجوده حتى الآن"

رندة حمية _ الجزائر

شخص من خيالنا

عِندُك أفرغ أوجاعي و أصبح فتاة ضد الكسر ، أيها الخيالي .. أتدري ماذا !؟ ، أشعر أنك حقيقي ، ربما انت مجرد شخصية في كتب يستطيع ملايين الأشخاص تجسيدك و الكتابة عنك و لك !!...
شخصية يتصورها أي كاتب حسب مزاجه و شعوره
لاتندهش من كلامي !! نعم أنت مجرد خيال لا تعيش واقعنا الأليم نحن الذين نعيشه ، و لننزع عبء الحياة و مشاكلها من فوق أكتافنا نكتب لنجسد شخصيتك بين كلمات عابرة لا غير .. بين صفحات كتاب صغير في مكتبة يباع بثمن بخس .. أتعلم الكلام معك يريحني جدًا رغم أنك لا تجيبني و لو بحرف .. لا تخفف عني أيضا بكلمات زائفة و لكنك منصت جيد لا تقاطعني عندما أحدثك عما يجول في خاطري .. لا تعطيني أمالًا زائفة ...
و لكني الأن أتسائل هل يضايقك حديثي هذا !؟
هل سبق لك أن اشتكيت لشخص .. عني ؟ أتدري ؟؟! انت شديد الغموض مثلي تمامًا .. نحن الإثنين نتشابه الأشياء
في ذالك ...

صبرينة بن صفية _ الجزائر

استنزفت طاقتي ، و خمد نيران بهجتي ، حتى كاد ينهش جسدي بالكامل ، أظن بأنني إمرأة جاهلة غير عاقلة ناقصة الفطنة و الغير متمكنة ، و الضعيفة المكسورة بلا أخ

عندما أخبرته أنني أحبه ، سأبقى معه إلى الأبد ، و مهما فعل و مهما خان و ترك ، سأبقى محبوبته الوفية الطائعة ، ظننًا منه لا أستطيع التخلي عنه لأنني لن أجد غيره و لن يجدني أحد بعده ، حاول أن يغرس بي أي فكرة سلبية و فكرة التخلي عنه صعبة ، و بالفعل نجح في ذلك و استصغرني و حاول جعل نفسي لا تساوي جناح بعوضة ، كان يتنمر علي في كل مرة أستشيرها فيه ، رده يكون عكسي سلبي دائمًا ، كان مسعاه الوحيد هو إحباطي و التصغير من قدراتي ، حتى دراستي حاول المساس بكيانها و قطع حبالها ، كان يحاول سلبي من الحياة بأفعاله القذرة على فكره ، مثلًا في مرة من المرات كان يتنمر على تحدثي باللغة الإنجليزية ، أي أنه هو الأمثل كان لديه حس النرجسية المفرطة ، يحب نفسه فوق الجميع ، لكن مع الأسف كان يحاول ملئي بالنقص الذي يحتويه و يشعرونه به أصدقائه ، كل هذا لم يرف لي جفن و لم يهتز لي بدن و لا يحبط مسعاي ، لأن أولًا و ثانيًا و وثالثًا وعاشرًا أنا ثم نفسي فوق كل تلك الثرثرات و فوق كل شيء ، عظيمة أنت يا ثقتي ، كلما أصارع ضعفي لِأثبت أنني أفعل المتسحيل و

أنني قادرة على تخطيه و أنني لا أشعل عقلي بتنمراته الصاخبة و لا أبالي بالأشخاص السلبيون ذو فراغ داخلي لا جدوى منهم و لا طموح لهم ، جل أهدافهم في التطفل و التنمر على حيوات الآخرين ، أخذت فترة طويلة لأتعافى ، تألمت فتعلمت و أصبحت أقوى و لا أشبه نفسي السابقة ، طورت من مهارتي و ذاتي ، و تلك الطاقة السلبية أدت إلى أكثر إمرأة قوية إيجابية ، شكرًا لذلك المفعول السحري الذي جعل مني ملكة لا يؤثر فرد بها ، إلى الذين ظنوا أنهم الأقوى و أنهم قادرون على تحطيم المرأة و المساس بثقتها ، لا تسعوا في إخلاء النفس الأنثوية ، لأن تسببكم عبث يمد الذات برد الفعل العكسي ، لأنني سيدة النبل و التجاهل .

رومان صورية _ الجزائر

أسماء المشاركين بكتاب "ضد الكسر"

آدم سيف الإسلام طالبي
أسماء رحاب
أماني علوي
أمينة طوايبية
آية عبد الرزاق علي باظة
إكرام بن حدو
إلهام طوالبية
بثينة بوخملة
خديجة سيدي يخلف
ذكرى حاج قدور
رفيدة رحال
رميساء بوراس
رندة حمية
رومان صورية
زينب الجلطي
زينب لعلى
صبرينة بن صفية
صفاء عكوش
عائشة حمو
عهود فارس الزواهرة

أريج محمد المهدي
أسيل محمود عسكر
أميرة عيشاوي
أونيسة أمعوش
أيلول التاجوري
إلهام بويحي
إيناس عماد المصري
حنيفة بن عامر
خولة مسعودي
رباب شرقي
رقية آمال لعمور
رندة جوان العمر
رونسي سلمان
زهوانة مساعدية
زينب دقيش
سندس عارف الزواهرة
صفاء رمضاني
عائشة العلواني
عبير محمود
عواطف مناعي

فاطمة بوعزة
محمد زهير بولقرون
مروى العودي
منال جوامعي
منى عريبي
نادين بلوصيف
هاجر عباز

لينة بلمهدي
مرح دويكات
مناسك سليمان نور
منال طورش
ميرنا الزواهرة
نعيمة حيرش
وداد بوحاسي

المحتويات :

للكسر قواعد 7
بين جدران الأمل 8
وحدتي 11
الحياة رحلة 12
من نحن 14
بقيت صامدة 16
الفراق بين الخيار و القدر 17
لا تستسلم للحياة 19
مشاعر مبعثرة 20
لا تندم على حب عشته 22
سقمي 23
بلسم حياة مرة 25
للمرة الألف 27
وعد 28
لا أستسلم أبدًا 29
لم أنكسر 30
أنا على نهجك يا غالية 31
راقت لي 34
بلا عنوان 35

ما بعد الصبر إلا الفرج 38
روح تسكن جسدي 40
كوني قوية 41
قوقعة أحلام 42
كسر بعد يأس جبر 44
آخر تنهيدة 45
من محنة لمنحة 47
فقدان 49
لا تكسر جناحي 50
حزن لا يطاق 52
سلام 53
فرار دماء سوداء 60
جثة تطلب التعازي 63
ثق بنفسك 64
ألم الخيانة 66
حب بنكهة خوف 70
لن أستسلم لمرضي 71
الأشياء ليست كما تبدو و كذلك الأشخاص 74
فراقك 80
الولادة من الرماد 81

هالة من الفولاذ 83
ما مسني ضرًا إلا و قد رحل 85
أمي 88
النجاح برغم الفاجعة 89
فاسعى ولا تبالي 91
فقيدتي و تركت لي الأثر 93
موعد مع الموت 95
نجاتي 97
أخذتكي مني الأقدار 100
وصيتي لم تكتب بعد 101
أنت قوية ، لا تنكسري 102
مرض وعقل معافى 103
شخص من خيالنا 104
الفولاذية 105
أسماء المشاركين في الكتاب 108
المحتويات 110

تاريخ النشر 4 فبراير 2022

كلنا شجعان ... نملك من القوة
ما تكفي لنكون ... ضد الكسر
أماني علوي
****
فلنصع من الألم ...الأمل نخلق
قوة من...ضعف
رفيدة رحال
****
لا تغرك هشاشتي التي قبل ،
أنا الآن بت قوية لاأنكسر !
أيلول التاجوري