

■ المتحوّر الجديد ..



اقرأ في العدد 66 من صحيفة إنسان:

في التخلي التجلي!

بقلم : وفاء آل منصور 5

تعزيز قوة الإرادة

بقلم : شيخة الخزيمي 18

مدينة الضباب

بقلم : مريم الشكيليه 4

السفاح!

بقلم : ريم الخش 14

خطوة ونفارق العام!

بقلم : مصطفى طه باشا 3

لن يغلق الباب!

بقلم : أسماء المحييميد 10

والعديد من المواضيع المفيدة والقيّمة

المدير العام ورئيس التحرير : أ. مصطفى طه باشا

كُتَاب السعودية
 أ. ابتسام آل بصمة
 أ. الهنوف الشامي
 أ. أسماء المحيميد
 أ. نورة عبد الله
 أ. هبة صالح رزق
 أ. وفاء آل منصور
 أ. ريهام المالكي
 أ. هيفاء اللهيبي
 أ. علي الصليبيخ
 أ. أمجاد الحربي
 أ. صالح الكناني

كُتَاب سورية
 د. ريم سليمان الخش
 أ. نصرّة الأعرج
 أ. إلهام ناصر
 أ. إيمان هاشم
 أ. محمد العلي
 أ. عبد القادر زرنينخ
 أ. هبة عبد العال
 أ. العنود الأحمد
 أ. رؤى أسعد
 أ. هادي حاج قاسم
 أ. نغم الجوجو

كُتَاب العراق
 د. فرح الخاصكي - أ. عذراء أمين - د. سامي إبراهيم - أ. تبارك وليد - أ. مينا راضي
 أ. سحر الدوري - أ. ياسمين ثامر خضير - أ. فاطمة حسين - أ. خلود الحسناوي - أ. نور عبد علي

كُتَاب فلسطين

أ. خولة الرغمت - أ. هالة دغامين

كُتَاب الجزائر

أ. منار بوحلوفة

كُتَاب سلطنة عمان

أ. جمال الأغبري - أ. مريم الشكيلية

كُتَاب ليبيا

أ. سمية كوري

كُتَاب لبنان

أ. فاطمة الحلبي

كُتَاب مصر

أ. هبة أبو زيد

كُتَاب المغرب

أ. شيماء الجبلي

كُتَاب الإمارات

أ. بدرية الظنحاني - أ. نوف الحضرمي - أ. شيخة الخزمي - أ. نورة القيسي
 - أ. فاطمة الزعابي

كُتَاب اليمن

أ. ليلى محمد
 أ. خلود عبدالصمد

للمشاركة عبر الإيميل insan.magazasi@gmail.com

خطوة ونُفارق العام !

“ مصطفى طه باشا

مع المتغيرات الجديدة التي أثّرت على نفسيّته وجعلته يعاني من القلق والتوتر بشكل مستمر، رغم ظهور اللقاحات وإعطائها لنسبة كبيرة من سكان العالم، ورغم تخفيف الاجراءات والتشديدات حول سلالات ومتحورات كورونا، إلا أن الأحداث الأخيرة كانت قاسية ومؤلمة جدًا على البشر، ولم يستطع البشر نسيانها أو تداركها بشكل كامل، لأنها حُفرت في أذهانهم نتيجة مرارتها وصعوبتها. سنُفارق هذا العام وكلّنا أمل بأن تتغيّر الأحداث، وتعود الحياة لما كانت عليه قبل كورونا، فهل ستتحقق الآمال وتزول الصعوبات التي عانى منها البشر، أم ستبقى كما هي وتبقى معاناة البشر؟

مضى هذا العام، ومضت معه أحداث مثيرة وحزينة، بقيت عالقة في أذهان البشر وخاصة أحداث سلسلة كورونا. بقي شهر وندخل عام جديد، لا نعلم ما قد يحدث به من مفاجآت، مفاجآت نختمم بها سلسلة المعاناة والتعب التي مرت على البشرية، فقد تعرّض البشر لأحداث كثيرة، ضيّقت العيش وقلبت الطمأنينة إلى شقاء، أهم هذه الأحداث؛ سلالات كورونا التي لم تنتهي حتى الآن، فكلّ يوم تظهر سلالة جديدة من فيروس كورونا، وتظهر معها التشديدات والتخوفات التي تُربك العالم وتشلّ حركته، ولا نبتعد كثيراً عن كورونا، فارتفاع الأسعار والغلاء الفاحش لمعظم المنتجات والذي بدأ مع ظهور كورونا، كان بسبب توقف عجلة الاقتصاد العالمي، وتسريح عشرات الملايين من العمال والموظفين حول العالم، هذه المُعضلة أدّت لموجة غلاء ونسبة بطالة كبيرة الأمر الذي انعكس سلبيًا على حياة البشر وغير خريطة العالم الاقتصادية، الإنسان اليوم في حرب مفتوحة



مدينة الضباب!

“ مريم الشكيليه ”

ودخان الأفران ورائحة الخبز وصوتك... أحاول أن أنتشل نفسي من كل هذا وأجر قلمي لكتابة سطرًا أو أن أجر قدماي خارج غرفتي قبل أن تتكاثر الثلوج وتتجمد البحيرات وتثقل أوراق الأشجار وتصبح السماء رمادية عندها لا أستطيع أن أتجول في هايد بارك.



لا شيء دافئ هنا سوى رسائلي التي تخرج من موقد قلمي إلى رصيف الورق... كأنني أحاول تدفئة أصابعي وأنفص منها البرد حين أدخلها في محراب الكتابة... في هذا الوقت مدينة الضباب على موعد مع موسم البكاء... الأمطار تهطل ليلاً منذ أن وصلت أسمع نقرها على نافذتي... الشرفات موصدة بمفاتيح الصمت.. أجلس مع فنجان قهوتي وخربشات محبرتي... في الصباح تترك الأمطار أثر غنائها على كل شيء حتى على مزاجات السكان هنا... كثيبة هي الحياة بلا قرص الشمس وأصوات مذياع تفوح منه ترتيل الآيات الروحانية وضجيج الشوارع

ماذا ستترك خلفك؟

“ أمجاد الحربي ”

طريقك ، لم تكون سوى سراباً لايعلم بوجوده العالم ، يجب ان تحاول جاهداً ترك نجمة لامعة تنير الطرق التي مررتها بعد رحيلك ، شجرة تُثمر بالخير ، وقلوب تنبض بالحب ، ظلاً طيباً يستظل به الناس بعد رحيلك ، ورياح نقيه تجدد بهم روح الأمل ، لاتخرج من الحياة الا كالفراشة حين تغادر شرنقتها بكل جمال ، فأثر الفراشة وجمالها لايزول ابداً.

بعد رحيلك ستبكيك عائلتك ، وسيرثيك اصدقائك ، اما العالم! فلا يعلم بوجودك.. هل فكرت ماذا ستترك خلفك؟ ماذا ينقصك ليُمحي اسمك من الوجود .. لتُصبح شخصاً منسياً لايعلم بوجوده احد سوى محيطه ودائرة علاقاته الضيقه ، لم تكن إلا إسماً تمحيه الرياح العاتيه عند مرورها، لا تشهد لك الديار التي عبرتها بالخير ، ولم ينبت الزهر على

أيّها الحزن!

في التخلي التجلي!

“ وفاء آل منصور

“ نورة القبسي

بلّلتُ وسادتي بأدْمُعٍ تقاطرت على
خدي مثل الرماحِ وكأنّها تُعَبِّرُ عن
خبايا القلبِ الجريحِ، أي حُزنِ هذا
الذي طمس النور من عيني وخطف
الأمل مني وتجرّد في قلبي حتى
الاحتضارِ، ويحك أيّها الحزنُ لقد نفيتني
في قفرٍ أبي أن ينصاع لبذوري ويزهر
بسائين قلبي، أبحثُ بين الأحداقِ
عن بريقاً يتلأأ ليُمِدني ببصيص من
الأملِ لأرنبو بها إلى نجومِي، تلاشت
أمنيّاتي وتناثرت أحلامي وازدادت
خدوشي، أين أنت أيّها الفرّح؟ هيّا
أطرقُ بابي وأغدقُ عليه قليلاً من
الأملِ، فقد أستلبس اليأسُ روحي،
يختالُ الحزنُ أمامي حتى أصبح
يتراقص على صدى حطامي، وهما
أنا أقفُ عاجزاً مكبلهً بالأشواكِ،
ليت كل هذا محضُ حُلْمٍ عابرٍ
بيدُ النورِ ظلّمتهُ ويشعُ في الأرجاءِ..

أيقنْتُ بعد حين من الزمن وإن كان متأخراً بعض الشيء
أن التشبث والتمسك بطرف أمل أو خيط من حرير عادة
خاطئة وتؤدي بصاحبها للهاوية لا محالة.. كالتمسك بصاحب
قديم وكأنك توثق رباط العشرة القديمة برباط الوفاء الأبدي
وهو لا يبادل لك رباط هذه الصداقة الهشة بكافة صورها
ومواقفها، أو التمسك برأي يخصك ودفاعك عنه وإثبات
صحته تكون أولوية لك كي تمارس احتجاجك ونقاشك وتفوز
به دائماً وكأنه شغلك الشاغل أن تنتصر في كل معركة رأي
وفي كل مشادة كلامية ظناً منك أنك على حق وأن رأي الآخر
ماهو إلا ترهات ثرثارية لا أكثر.. والتشبث بعادة يومية
وكان يومك سيفشل دونها غير مدرك أن الحياة المجدولة
تفتقر إلى الحماس والإثارة فقد بت تعرف مالذي ستقوم
به عن غيره، وتتحاز بيومك في إطار الرتابة وتجعله خالياً
من كل التوقعات والصُدف.. وصور التمسك كثيرة لاتعد
ولاتحصى، فما الذي يجعلك تتمسك بكل تلك الأساليب
وتجعل منها حتمية ومؤكدة وإنك لن تعيش من غيرها
أفلت نفسك وروحك قليلاً بل كثيراً عن كل صاحب لايقدر
وفاءك وعن كل مشكلة ظنناً منك أن تمسكك بوضع حلول
لها سيعالجها، فتزكها وشأنها حتى تركد هو حلها الوحيد،
نعم إن في التخلي التجلي لطالما مررت على هذه الجملة
في كثير من برامج التنمية الذاتية غير مدركة معناها حتى
بدأت تظهر لي مدى صحتها مع الأيام وأصبحت أفلت
روحي من كل ماتعلقت به تركتها تأخذ وقتها الذي لا
أعلمه كي تتحقق لي في وقتها المعلوم والمناسب، وأفلت ذاتي
كي تسبح في كل جميلٍ في هذه الحياة دون أن أقنن مالذي
علي فعله من عدمه، لاتكن متعلقاً بغيمة فتتلاشى وتسقط
ولا بهدف يصعب تحقيقه فتكتئب وتتقاعس، ولإبعلاقات
هشة تحطمك وتكسرك، كن منفلتاً عن كل شوؤنك، وتعلق
به جل وعلا فليده تتجدد الحاجات وتتحقق الغايات.



التحرر

“فاطمة حسين

هي الصواب لفهم النفس البشرية داخل العقل الواعي فيما إذا كان الفرد مؤمناً بالديانات فهذا يعني وجوب فهمه لقوانين الدين الأخلاقية لعظمة النفس البشرية وإنّ الإنسان هو المسؤول الأول عن فضائله وورثته وعن تأثير الأخلاق بحضارة البشرية وتاريخها فقد أشار في هذا الصدد الفيلسوف العربي «أبن خلدون» إلى أنّ السلوك الأخلاقي المنحرف هو طريق الأنهار الحضاري، وذكر أنّ رُقي الأمم لا يتحقق بتوافر القوة المادية، أو رُقي العقل، بل بتوافر الأخلاق الحسنة، والشيء نفسه ذهب إليه الفيلسوف والمؤرخ الفرنسي «غوستاف لوبون» حيث قال: إنّ الانقلاب يحدث في حياة الأمم بالأخلاق وحدها، وعلى الأخلاق يؤسس مستقبل الأمة وحياتها الحاضرة، نفس الشيء أكد عليه العالم الألماني «ألبرت أينشتاين» حيث قال في كتاب العالم كما أراه: «أعتقد جازماً إنّ الأموال الطائلة لا شيء أمام مصير البشرية المتحضرة بالقوى الأخلاقية القادرة على دعم مصير التحرر السلمي للوجود. مستنتجين عوامل النهضة الحضارية وتحرر البشرية بتوافر الأخلاق والأفكار السويّة التي تدعوا الإنسان للترفع عن منهجيات الأفكار والملذات الدنيئة والتي لا تليق بالإنسان ك مخلوق عاقل. وهُنا أذكر بيت شُعري أقرب ما لقلبي للشاعر الكبير أحمد شوقي:

وَأَمَّا الْأُمَّمُ الْأَخْلَاقُ مَا بَقِيَتْ فَيَانُ هُمْ دَهَبَتْ أَخْلَافُهُمْ دَهَبُوا.

التحرر بمعناه الفكري هو كسر قيود الأفكار المغلوطة وامتلاك أفكار خالية من الجهل الإنساني والتجرد من الأفكار الاجتماعية البالية التحرر هو انفتاح و تثقيف العقل الإنساني وتدريب النفس على الانضباط سلوكياً ومنهجياً، فالحرية هي أن يقوم الفرد على اتخاذ القرارات أو تحديد وجهة نظره في قضية ما دون أي شروط وقيود من أحد وهي التخلص والتحرر من كل الضغوطات التي تقيد طاقات الانسان مثل الحرية الشخصية والحرية الجماعية وحرية العقيدة وحرية السياسة والأخلاق فقد ركزوا السفسطائيين فلسفياً علماء المفاهيم التربوية وهذا يعني التحرر ليس التخلي عن الأخلاق الإنسانية لأن من الغباء ظنّ الفرد أن الأخلاق هي من منهجيات الأديان أن كان لا يؤمن بالأديان، كون فلسفة الأخلاق فلسفة قائمة بحد ذاتها منذ مئات السنين أتخذت سلوك الإنسان ونظرته لنواحي الحياة بصورة عقلية وأكثر إثارة تساعده على الاستدلال المنطقي إزاء تصرفاته فمن غير المنطقي والإنساني والعقلي أن يعيش الفرد مُدعي التحرر وهو يرمي نفسه بين أحضان الجنس الآخر أو أن يتسكع مخمور عاري أو متخدر عاري في الشوارع كون الإنسان مخلوق عاقل بحث حكمت عليه الحياة أن يعيش تحت مبادئ وقيم إنسانية عاقلة تسمو به من منهجية باقي الكائنات حيث يقول «فيكتور فرانكل» أن كنا نؤمن بالدين أو لا إلا أننا لا ننكر أن قيم الإنسان الأخلاقية

همسة عابرة !

“فاطمة الزعابي

وأصبر على حبي لك رغم أنه بداخلي كرهت انتظارك كما كرهتك... رسمت حبك بداخلي بألوان السعادة لكنك لونتها باللون الأسود ورغم عتمتها سأصبح أكثر قوه لكن بعدي عنك... كتبت تلك الهمسة فهي لا تعبر عني وأمناء عن ألم إحدى الأرواح القريبة مني.

ولك في صمتي عتاب سيدي الغائب الحاضر بقلبي... وفي لحظة غابت ابتسامتي.. لم تكن ضعفا مني بل خيبة أمل رسمتها انت بريشتك المتحجرة التي تشبه قلبك... تتساقط منها ألوان الحسرة والحزن.. شاءات الأقدار أن أنتظرك

منذ أول وهلة !

“ ريهام المالكي ”

عائلي!

“ فاطمة الحلبي ”

منذ أول وهلة وأول نظرة وأول حديث وأول لقاء أعلنت وقوعي بحبك آمنت بمقولة (الحب من اول نظرة) اوقعتني بك دون تأني وتفكير وكأنني اصبت بسهم حبك بين اضلعي كنت مختلفاً جداً بما تملكه وبما تقدمه لي غارقة ولا اريد النجاة مريضتك ولا اريد الدواء مراهقتك ولا اريد النضوج طفلتك ولا احلم بالكبر لم اعد امتلك عقلاً امام حبك واسير خطواتي بلهفة اليك لماذا ومتى وكيف واين والى اي حين جميعها اسئلة مبتورة الاجوبة كيف لنظرة عابرة ساقتني اليك لاسباب مبهمة وخفية رفعت راسي للسماء واخذت بالدوران مثل طفلة صباح العيد فرحة بردائها أحبك بقدر اتساع السماء الزرقاء أحبك بقلوب جميع النساء أحبك بعدد حبات الرمال أحبك بحجم عمق البحار أحبك مع كل نبضة قلب أحبك مع كل رمشة عين شعرت بالدوار والقيت بجسدي على ارض ترتدي لباس الخضرة ممزوجة بالرطوبة وجعلت شعري منسدلاً عشوائياً تتطاير خصلاته من نسيمات الهواء البارد اجدك في الاسئلة والاجوبة ، في الفرح والحزن ، في المعرفة والغموض ، في الصباح والمساء ، بين الازهار ، بين الجمال ، بين الطبيعة ، بين الشغف ، بين التوتر والقلق ، بين الامان والدفء ، بين اضلعي ، بين افكاري ، بين فراغات اناملي ، بين مقتنياتي ، بين عطوري ، بين الاسود والابيض ، بين الحقيقة والخيال اناديك باحن النداءات ورقتها : كن لي ومعني دائماً انا فقط ، اناديك بياء التملك والانانية كن لي وحدي فقط ، اناديك بضعف النداءات كن دائي ودوائي ، اناديك بنداء الطهر كن لي ملاك حارس ، اناديك بنداء العشق الابدي كن حبيبي الى مالا نهاية الى العدم الى الفناء الى الجنان ، اناديك بنداءات الدلع كن سيدي لأترقص على انامل الغنج لن اجتاز اخفاء حبي لك وكل ماي يفضح غرقي بك بكل اليوم بساعاته ودقائقه وثوانية المملة دونك انني اتلهف اليك كلهفة يعقوب ليوسف ، وكصبر ايوب ، وعفة مريم .

اعتدنا على تعريف العائلة على أنها رابطة الدم و القرابة، مجموعة أشخاص يشاركوننا جينات شديدة التشابه، مما ينعكس على اساليبهم و شخصياتهم، أشخاص نألف وجودهم و نحبهم. العائلة نعمة من الله، الأسرة النواة قوة لا تهاب الزمن، اما الأسرى الممتدة فتختلف نظرة الفرد إليها نسبة لمنظورين، تربية الوالدين و طبيعة العائلة و الاشخاص الذين تضمهم، و لكن المتفق عليه عالمياً ان العائلة الكبيرة المتماسكة المترابطة و المتحاببة ثروة اجتماعية، سند و دعم... فكما يقول غيل لوميت بكلي :» وجوه العائلة عبارة عن مرايا سحرية بالنظر إلى أوجه الأشخاص الذين ينتمون اليها يمكننا معرفة ماضيها و حاضرها و مستقبلنا» عند سماع كلمة «عائلة» فإن اول ما يرتسم في ذهني هو الأم و الأب، اللذان هما فعلياً اساس كل أسرى، و هما اللذان بمقدورهما جعلها اما نموذجاً رائعاً للحب و الأمان و النمو و اما يقودانها إلى الانحراف و التشتت، كما أنهما المسؤولين عن تربية أطفالهم على حب العائلة و الانتماء إليها. إن تنشئة عائلة نموذجية سليمة ليس بالأمر السهل، بل مشروعٌ ضخم، طويل الأمد؛ إلا أنه يستحق التضحية فصلاح العائلة هو صلاح المجتمع.

لفتة..

“ نغم الجوجو ”

يؤدي إلى عدم شفاء ، كم من روح بهتت الدنيا أمامها بسبب تراكم الندبات و توالي الصدمات ، مَثَلُ الكبت وجبر الرّوح على الاستمرار وعدم الرّاحة والتّظاهر بأنّها على ما يرام كمثل الموت البطيء أنت تعلم أنّه لآت و ملامحه واضحة أمامك ولكنك لا تتحرك وتبقى جالساً تنتظره ، أرواحنا كزجاجة الماء لا بد أن تُملأ ولكن لها حد أقصى لا يمكن تجاوزه وإلا ستنفجر ، مهما كان يوجد قدرة على التّحمل ولكنها ستنفذ ، لذلك لنكن لطفاء على أنفسنا وعلى من حولنا فكلّ روح تقاسي من المتاعب ما لا يعلمه إلا الله وسأختم بقولٍ لعمر بن الخطّاب رضي الله عنه «إنّ العطاء ليس مالاً فقط ، و إنّما نحفظ الماء في الوجوه ، و نطيّب الخواطر ، و نُراعي الكرامات ، فإنّ إراقة ماء وجه إنسانٍ كإراقة دمه .»

دائماً ما تأسرني بعض الألفاظ والتراكيب التي تجعلني انساق وراءها وأغوص في خفاياها وما بين سطورها قال تعالى (مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا) ، كانت وما زالت من الآيات التي تُحدِث بي أثراً وأراها بشكلٍ مختلفٍ عن معناها الظاهري ، كيف أن الله عزز الأنفس والأرواح وكره لنا أذيتها بأي شكل من الأشكال ، قتل النفوس لا يكون فقط بقتلها بالشكل الظاهري ودفنها ، بل قد يكون قتل الرّوح معنوياً وجعلها غير قادرة على العيش بسلام وترك ندوب فيها لا تُشفى ولا تلتئم ، وتركها على شفا حفرة لا تستطيع التّقدم ولا تقوى على الرجوع ، قد تجرحها كلمة ... نظرة ... فعل وجرح فوق جرح

الأسرة الواعية

“ بديرة الظنحاني ”

الأسرة التي توفر المناخ الإيجابي بين أفرادها، وتقلل من حجم الهوة بين كلا من الآباء والابناء، واتاحة الفرصة للتعرف على آراء الآخرين ومشاعرهم والمشاركة في الحوار وتكوين الشخصية المستقلة في المجتمع . . تكون واعية في تعاملها بين أفرادها وبذلك تورث اشخاص واعيين متحملين المسؤولية..



إضاءات
أسرية

عند استقامة الكلمة!

إنسانيات

“نورة عبد الله آل قراد

نصف ماتريد قوله . نرجع الى تلك الأسماء والكلمات ومالها من علمٍ عظيمٍ ولماذا أوجدت ؟ عندما نقول ذهب فلان ابن فلان الى المحيط الفلاني سواءً بعيداً ام قريب فيأني أكون استوعبت تلك الكلمات بأسمائها. عندما يُلقى الي بكلامٍ ناقصُ الوصل والاتصال يكون غير مفهوم بالنسبة إلي بعكس ذلك الكلام التام الذي يتصلُ بمبتغاهُ ويوصل بي معه الى نقطة وصوله . نأتي لتلك الأهداف التي يُراد تحقيقها كما تلك الكلمات والجمل إن قمت بإتمام جميع مايساعدك في الوصول الى ذلك الهدف سوف تصل وبكل سهولة . وعلى العكس يكون، فالرسم المستقيم لشيء ما سهل عليك الوصول إليه في غير صعوبة . الكتابة مثل تلك الكلمات والشرح عنها قد يطول بنا الأمر ولكن يكون الإختصار الأهم في أننا أرسخ بتلك الكلمات والأسماء في ذاكرتنا لكي يسهل منا الفهم والقبول والإدراك لكل مايحيط بنا في هذا الكون اذ إن الكون بذاته كان مُبتدأً بإسم . فخالق الوجود ومجري الأفلاك جعل تلك الأسماء في ذاكرتنا لكي ندعو بمن انجانا وثبت الفؤاد باليقين وسهل علينا طريق الصراط المستقيم . الله جل جلاله لاشريك له ولانظير تعالى وتقدس عن تلك الأسماء وعن تلك الصفات .

استسميت تلك الكلمات بكلماتٍ وامتدت وصارت محادثات فدرج بين البشر سماع تلك العبارات ورُسِخ بها على ذلك النحو . عندما نأتي إلى المنبع منذُ البداية فإننا نلاحظُ كيفية بداية تلك الكلمات فعندما أنادي فلاناً باسمه الملقب به ويأخذُ بالاستسماء بذلك الاسم ويرسُخُ في ذاكرة كل من يُحيط به او بعض من يقابل ذلك الاسم فالاسمُ كلمة خُطت بدايةً مثل باقي الكلمات العبارات . جُعِل لكل مكانٍ ومحيطٍ اسم لكي يثبت في تلك الذاكرة ولكي لا يكون مرورنا به مجهولاً يكون مُقيداً اسمه لنا ومقيداً اسمنا على أطراف تلك المحيطات . فكما لكل جزءاً منا أسم ولكل جزءٍ من تلك الأجزاء اسم تحملُ جميع تلك الأسماء والكلمات ويقيد كلاً منها بالآخر ليكون الارتباط عندما تذهبُ إلى محيطٍ ما غريبٍ عليك لاتعلم الكثير عنه ولاتعلم لغة ذلك المكان تأتي لكي تتخاطب مع من تُقابل منهم فإنك وإياه كمن يسبحُ في الفضاء لا يدرك اياً منكم مبتغاه إلا قليلاً . تأتي هنا لقوة الاستشعار لديك ويكون أحياناً كثيرة صائباً ولكن قد يكون من يقابلك لايساعدك بقبول ذلك الاستشعار تلجأ هنا الى تلك الإشارات التي تدل على

رسالة إلى غائب!

“هيفاء اللهيبي

يانظري بأن فراقك كسرني ولكن الله اسندني .. حبيبي كنت اول فرحي ولكن كنت اول حزني .. رغم الفراق لاتعب من الشوق اليك ولا أمل الحنين فبُعدك جعلني اتخيلك في جميع ممتلكاتي .. اشعر بك بين وسادتي ولحافي . وبين انفاسك وهمسي فرحيلك المفاجئ آلمني وأوجعني ولكن ايماني بالله وصبري وإحتسابي سيأتي اليوم الذي اروى فيه عطشي .. ارجو من الله عفواً وغفرانا حتى يسلمني الله اليك عند باب الجنه لا فراق بعدها.

ما أصعب الفراق وما أقسى ألمه، فمن بعدك يا نبض قلبي أحسست بأن ضحكتي باردة وأن السعادة تخونني حبيبي.. رحلت ومازلت حبيبي ..انظر من حولي ولا ارى شيئاً بل اراك . فنظري لم يشبع منك ولم اكتفي . في كل زاويه من البيت لها ذكريات تتحدث عنك فهذا فنجان قهوتك وهذه ساعتك . وذاك ركن مقعدك ..فكيف لي ان انسى وكل من حولي له بصمة من رائحتك الذكرى يا حبيبي مؤرقه وذكرياتي معك لأموت هل تعلم

تعرف على شخصيتك

“ ابتسام سعيد آل بصمة

هل الشخصية ما يعكسه المظهر الخارجي؟! أم أنها الصفات الداخلية الموجودة في نفسية الشخص من مشاعر وعواطف وأحاسيس وأفكار؟! أم هي التصرفات السلوكية المتنوعة التي يقوم بها الشخص؟ أم تراها طريقة التعامل مع الناس والتفاعل مع أحداث الحياة؟ أم هي القيمة الاجتماعية للشخص وما له من وجهة أو هيبة ووقار؟ أم هي غير ذلك!! المراد بالشخصية .. هي مجموعة الخصال والطباع المتنوعة الموجودة في كيان الشخص باستمرار التي تميزه عن غيره و تنعكس على تفاعله مع البيئة من حوله بما فيها من أشخاص ومواقف سواء في فهمه وإدراكه أم في مشاعره وسلوكه وتصرفاته ومظهره الخارجي ويضاف إلى ذلك القيم والميول والرغبات والمواهب والقدرات والأفكار و التصورات الشخصية . أنواع الشخصيات .. توجد عدة أنواع من الشخصيات الشخصية الحدية و الشخصية القلقة والشخصية الاكتئابية والسيكوباتية و النرجسية و الإعتمادية والتجنيبية والشخصية السلبية العدوانية والهستيرية ولكل نوع من هذه الشخصيات تعامل خاص ، ومعرفة نوع الشخصية مهم جداً في العلاقات الإنسانية بأنواعها كالعلاقة الزوجية والوالدين مع شخصيات أبناءهم والمعلم مع طلابه والمرشد مع عميله والمدير مع موظفيه ، فيكون التواصل مع من حولنا أكثر مرونة بعيداً عن المشاكل ، والتكيف مع حياتنا الإجتماعية بشكل أفضل .

لن يغلق الباب!

“ أسماء المحيimid

إن الحياة تغلق أبوابها على البشر تارة وتارة ، لكن إياك إن تتحطم وتتكرس لذلك الغلق ، فليس بعد الغلق إلا الفتح العظيم . أبشر بالفتح القريب من ربك العظيم الذي يدبر لك وإن أعطاك أدهشك لكن تجلّد وتصبر ؛ لأنك تثق بربك وقد انطرحت بين يديه في سويغات متأخرة ولن تخيب . كم من مسلم رفع يديه ولم يطرد! كم من باكٍ استجاب الله دعواته كلها! أبشر فإن ربك لن ينساك أيها المحزون . كيف لك أن تحزن وربك معك؟ كيف تقلق وربك يدبر الأمر من قبل ومن بعد؟ يانفس لا تيأسي ... لا تقنطي ... وإن تأخر عليك المراد . صبراً ثم صبراً ثم صبراً فإن فرج الله آتٍ . يا أيتها الروح التي تعبت ثم تعبت لتصل للهدف ثم لم تصل ، استمري حتى النهاية وإياك من خلع رداء الهمة والعزم .



هل قلوبنا قابلة للخلع؟

“الهتوف الشامي

فعل من الداخل المشاعر جامدة القلب ميت
أنتم ليش تكتمون حتى توصلون لهذه
المرحلة ليش الكتمان فضفض قول طلع لي
بالداخلك قوله أي أبكي وأصرخ وأكسر لك
شيء أحسن مايموت لي داخلك وينكسر
قول نفس تنفس لاتكتم وتتعب ممكن أحد يقول
لي هنو الفضفضة بمثابة التعري خطأ لا، تكلم حتى
لو مع شخص قريب تجده في ساحات، ومحطات
الإنظار بيحمل قصتك ومايعرف اسمك، وبينسى
شكلك ومع الكمادات سهلات ماراح يذكرك
هذه القاعدة يطبقها كبار السن عندما
اذهب مع أمي للمستشفى أجد من القصص
العجب نجهل هواياتهن وأشكالهن بس
قصهن نسردها، وممكن ننساها مع الوقت
فالمستشفى تكون للعلاج وللترفية عن النفس
،والفضفضة عندهم تشتكي لك، وبعد ماتخلص
تفطن أنها لاتقرأ، ولاتكتب تطلب منك تتصل لها
بجوالها، وتقولك ترى ماشوف يابنتي و، ولدي قال
لي: حطي رقم ٣ أو اضغطي على حرف ث تتخلص
من احزانها وأوجاعها أن لم تستطع تفضفض للغريب
فضفض على سجادتك، وأشكي لله وأبكي مثل ماتحط
أحزان وتراكم ضغوطات الحياة والخذلان أكشط
منهم وخفف بالفضفضة أنت مجرد ماتفضفض
تكشطه تمحيها تخرجه وتجدد قلبك مثل ماتضع
ملفات خيانة وملفات خذلان، وملفات الألم، وأحزان
، وتملاً خزانتك حاول تفرغها أو على الأقل تفرغ
ملف ملفين للأصدقاء أو للغرائب في المحطات أو
حتى القطط أو الأرانب والحيوانات الأليفة أحكي
لهم طول ماتحكي أنت جالس تفرغ من خزانة
قلبك الممتلئة فضفض بالفضفضة ليست عيباً.

جاء في بالي سؤال والسؤال له مدلول في عقلي،
السؤال يقول هل قلوبنا قابلة للخلع؟ أو
بمعنى أخرى هل تستطيع خلع قلبك؟ عرضت
هذا السؤال على المتابعين منهم من قال
:نعم ومنهم من قال: لا ومنهم من قال: ليتنا
نستطيع خلع قلوبنا لفعلنا وفعل الجميع ذلك .
ومنهم من قال :إذا كان من الناحية المعنوية فنحن
نستطع خلعها بالتأكيد لكن من الناحية المادية
لانتستطيع لأننا لن نصح على قيد الحياة. دعنا نقول
أن القلب ممكن ينخلع لكن الخلع يكون إجبارياً
غير مقصود خلونا نرجع للغة العربية نجد أن الخلع
هو يحتمل معنيان أما الفصل أو الفراق طبعاً أنا
أقصد بخلع القلب ليس اخرجه وشلعه من القفص
الصدري ورميه بعيداً لا ليس هذا قصدي المقصود
هو فصل القلب عن شعوره مشاعره إحساسه
تجد الشخص دون شعور مصاب بالفتور بارد جدا
كما كثرة الضحك تيمت القلب فكثرة
الحزن والخذلان يخلع القلب يعني
تراكمات الألم وبعد يتلاشى الشعور والاحساس
فالقلب مركز العاطفة مجرد إهمال العاطفة
وزيادة اوجاعها ترحل ولكن ممكن تعود
او حتى خليني اقول ماتهمل العاطفة تقتل
وكما أن هنالك اشخاص يحاولون اغتيالها
في اشخاص يحاولون إنقاذها وجعلها تعود للحياة
اتكلم عن تجربة انا يوماً ما كنت بدون شعور
ماحس تعرضت للصدمات بحياتي يعني صرت
ماحس ولابكي ولاشعور ولاشيء ممكن أحد يبكي
ويشكي ويطيح وينشق رأسه يموت أو حتى
يصير حادث واشوفه أوحتى احد يشرح لي شيء
مقزز أو يوجع بس ماحرك ساكن ما في إي ردة

الأمان النفسي للطفل (٢)

“ بدرية الظنحاني

لك .. اذهب لمدرستي وانا أفكر فالوقت الذي ارجع له .. لا أعتب على أحد .. أكثر من عتبي على أمي .. علمتني انا أرى كل جميل بينها وبين أبي .. لم تعلمني ان هناك فرح وحزن .. هناك مشكلات يجب ان نحسن التصرف معها.. علمتني أحب الناس ولم تعلمني أنا أكون حذرا من البعض علمتني أحمي نفسي بالاذكار ولم تعلمني أحمي نفسي من المتطفلين علمتني أكون صادقا ولم تعلمني أن ليس كل أحد صدقه القول علمتني ان اكون قويا في طموحي ولم تعلمني كيف اكون قويا على المتسلطين والذين جعلوني سدا لا لخطأهم .. علمتني ان اتحدث و اكون لبقا ومحترما مع الجميع لم تعلمني كيف اتعامل مع صمتي الى ان تأثرت نفسيا.. علمتني ان أكون لطيفا ومحبا للجميع ولم تعلمني أن أكون لطيفا ومحبا لنفسي ولا أسمح لاحد يتعدى علي .. لماذا يا أمي؟ مايجرحني انني اسمع نحن معك ولن نتركك .. واثق اني سوف ارى النور والاستقرار قريبا .. ثم تحدث المشكلة كلن يسرد القصة على حسب هواه.. من يسردها باستعطاف.. ومن يسردها بتسلط .. ومن يسردها بسلبية .. الخ مايجرحني ان من أعطاهم الامان يخوننا باللسان .. اين الشخص المسؤول اين الشخص الذي يسمع الحقيقة مني اين من يسعى للحلول اين من يتحدث دون الخوف على مكانته.. هناك اطفال غيري تنتهك طفولتهم انا طفل أكتب واسرد قصتي وانادي بكتاباتي نعم طفل ولكن سوف أحمي أطفال العالم بكل ماتعلمته من تجربتي.

من هو المسؤول في حمايتي كلمات لها رنين لها وقع جارح في كل طفل لم يجد اجابة على سؤاله .. سؤال لن يفهمه البشر . يفهمه الطفل فقط.. أنا طفل نشأت في بيئة اسرية سوية ، ارى أمي حنونة وطيبة وأرى ابي مثالي يوفر احتياجاتي نخرج ونفرح ونسافر .. وفجأة حدثت المفاجعة مشكلات اسرية سرت بنا سفينة الطلاق بلمح البصر الى بحر القضايا .. لم اكن واعى من هو الصح .. الصدمة القوية انني اصبحت في بيئة غير سوية في احتضاني .. لجأت لمعلمي لاجد حل لمشكلتي كانت الصدمة الاقوى أن انتشر الموضوع بين المعلمين والطلبة .. لجأت لصديقي قال لي اخطأت اختيار من تناقشه .. فهنا لن ينجدك أحد التزم الصمت .. التزمت الصمت فقدت أمي لم أعد اراها .. فقط اراها تحاول دخول المدرسة والادارة تمنعها من الدخول بطلب من أبي .. اراها تقف امام بيت زوجة ابي تطلب ان تراني ولكن كنت ارى بعيني وا بي يقفل الباب وهو يناديها اذا ترغبين بأبنائك تنازلي عن القضية .. لم اكن اعرف وقتها ماهي القضية .. او ماذا يحدث .. فجأة رأيت نفسي في منزل ليس بمنزلي .. لست بحضني أمي .. بيئة لا تحتويني فقط اوامر وتنفيذ دون نقاش.. اصبح الصمت والخوف يتغلغل بداخلي اكثر .. لم تعد مدرستي امانا ولم أعد انام في سريري الدافئ الذي تقبلني فيه أمي .. لم أعد أرى نور الصباح الذي ارى فيه وجه أمي مبتسما تضع لنا بوكس الطعام في شنطتي ونحن نردد الازكار والكلمات الجميلة أنا أحبك وسوف اشتاق

أبناؤنا والأزمات

“ نادية الجناحي

إن الطفل في بداية حياته يكون صورة ذهنية جميلة عن العالم من حوله بناءً على التجارب التي يعيشها في كنف والديه وعائلته ومحيطه سواء محيط عائلي أو تعليمي، وربما تمر على العائلة أو الطفل تجارب ومواقف لا يستطيع فيها الطفل أن يستوعب ويتدبر هذا الموقف فالوعي والرؤية لديه ليس مثل الوالدين الذين باستطاعتهم استيعاب الحكمة من حدوث هذه الأزمة او الموقف ولماذا حدث.



إضاءات
أسرية

فرصة!

إنسانيات

“ منار بوحلوفة

جسد يثابر في إقناع الفرصة أن تضاجع العودة من جديد بغية ورقة عبور إلى منفي جديد. يا ورقة العبور، ويا جثة اليأس عودي لتبدي الحياة بجسد الأمنيات من جديد. جسد يتململ الفرصة. يا حبيبة الفؤاد عودي، فلا حياة بدون أمنيات ولا تحقيق لأمنيات بدون فرصة. كيف تتركين جسدا احتواك هكذا بدون روح، كيف تهجرين فكر هواك بدون سبب، عودي واستسيغي خيالي بدون حدود، عودي ولك جسدي مطلقا، عودي لنواصل النجاح ويكون العمل لي واسم النجاح لك، عودي وامنحيني شرف المحاولة وخذي شرف الحصول... وجودك يعطيني بساط سليمان فانت البساط والريح، ألا يكفيك النجاح دون عمل... شاهين مكسور وانتِ نسر جارح ننجح سويا وان تمزقنا يكسر جناحي الباقي... فعودي واملأي فراغ الحظ. إنه لا يتسم للبؤساء فكوني سندا لنا. كيف تريدين مني العبور دون تأشيرة والحياة دون أمل... فانت التأشيرة والأمل... كيف لك أن ترفض العودة وانت الناجحة دائما دون عمل.

كنا نسير معاً (٢)

“ عذراء أمين

دائماً ما كنت اجهل شيء في عينيها يلوح.. عاد مكملاً في وصفها.. لا أريد أن أعكر صفوة الحب لذا اعطيها كتفي بحجة أن تنام عليه لأتكئ عليها سوياً نرسم الوان الحياة بين زحام الناس لا نبالي شيء ونحن معاً.. ثم سكت واوماً رأسه سألته قبل أن يكمل... اين هي الآن؟ ذهبت وبقيت غريباً... غادرت بلطف.. ذهبت وكأن لم يك شيء بيننا.. تعكر صفوي وتكدت قريحتي واختلط رماد الغياب بعيني لأبدو قبيحاً بعدها، مليء بالسواد والحطام.. اصبحت جسد هامداً.. شاحب الوجه هزيل البنية... كانت لي كل شيء حتى غابت.. أدركت أمني فقدت كل شيء.. علمتني كيف تكون الحياة لذيذة ونحن معاً، ولم تنبأني بمرارتها في غيابها، ضحكك بسخرية... الآن بدأت أوومن بالحياة من جديد بمظهر مختلف، كانت تقول لي دائماً تبقى السماء معلقة فوقنا لو متنا لو عشنا ولو طرنا إلى الفضاء هنا عزيزي سترى كيف ينوح الحمام على الحمام كيف تأكل الأغنام عظام الذئب سترى النور يدفع من قلب معدم وستعلم أن لا شيء يمنعك من الوصول إلا ما سمحت له ذلك طر عزيزي حلق فلا عاصم اليوم من تحقيق حلمك.. اجبتها انت حلمي الذي احلم به كل وقت قالت لي لا ياريليزي انا في يوم من الايام سوف اغادر هذا العالم حلق نحو هدفك حلمك امنياتك ليس نحو امرأة ثم بعدها لم نلتقي لم اعلم ان هذا كلامها الاخير لا بأس ياريليزي هون عليك الحياة جميلة ولا يكتمل جمالها والوانها الا بابتسامة تغرس الحب بقلوب البسطاء لا تجهد نفسك في الغوص بما يحزنك معرفته ويضعفك فمن تركتك في منتصف الطريق وهو يعلم بشذى قلبك لا يستحقك أدركت ما تجهل تفسيره بمجرد الغوص عميقاً في عينيها؟ انها كانت على نية الهجر لا محالة.. كلنا في مصيدة الأقدار.. توزع علينا الحياة أوراق اللعب، والحقيقة أن الفائز ليس فقط من يملك أوراق جيدة، وإنما من يقدر على اللعب جيداً بالأوراق السيئة.. ريليزي بدأ الجو يبرد.. غداً القاك على نفس الموعد.



فصل الحزن

“ ليلي محمد

أناجي إلهي

“ خلود عبد الصمد

أناجي إلهي، وأرنو الرّجاء
أطيلُ الحديث، فيبقى الدّعاء
أبوحُ الشّكاوي، فأمحي المذلة.
أقول: حبيبي، يُجيب النّداء
أعيد الكلامَ لأجل الخُشوع
وأخبي بركنٍ يعادي الرّياء
بقلبٍ بريءٍ أنادي إلهي
وأرجو الإجابة وأنوي البقاء
يشيمُ عنادي، يموتُ غروري
فحبّي إليه يطولُ السّماء
يقينٌ عظيمٌ يعيقُ الدّموع
ليهدم ظنونًا، أراقت دماء
وأدلو بدلوي بكلّ الحروف
أريدُ الشّهادة؛ ليدنو النّقاء

« من جرّب اليّ لاينسى مواجهه»
فلا تسلني عن جرحي وكم ذرفا
قد كُنْتُ أَجْهَلُ أَنْ الصَّحْبَ كَارِثَةً
تستأصل الحُلم مني كلما ورفا
صافحتهم بيدي، أسكتهم مقلي
أيكتبُ النّصّ من يبكي كمن عزفا؟
و أغلقوا الباب عني دوّمًا أملٍ
من نكثوا جسدي أو من به قذفا
كم كبلونيّ بالأتراحِ قاطبةً
دهرٌ مضى بيّ، من للموت قد دِنِفا؟
مرت ثلاثون عاماً عشتها مرحا
من همش الكتِف يا أماءُ و انصرفا
أماءُ ما كان فصلُ الحزنِ يُشبهني
أين التفاؤلُ و الأفراحُ من نكفا

السّفاح!

“ ريم سليمان الخش

حيري وتشربني الآهات أقداحا
والفجر منطبق العينين ماباحا!!
لمّ البواحُ وحر المتعبين سدى!؟
ينعى بريشته من مات وارتاحا
* * *
جريمة الحبّ أن تفتّر خانقه
مسا من الريح لا تُصدقك إصاحا!!
كبرى الخبائث أن يرتاح من يده
تلطخت بثرى الأحباب أرواحا
* * *
كانوا وكانت جرار المزن مغلقة
وكان سعيهم للغيث مفتاحا
كانوا وكانت غلال القمح مكرهة
أن لا تكون لفحوى العدل إيضاحا!!
كانوا أزهير تلك الأرض حنطها
لم يبق إلا اجتراح الموت فواحا
* * *
عارٌ على الدهر أن يرضى مثالبه
عارٌ على الأرض أن تبقية سفاحا

النزوة تحت مسمى الحب

لغة أدبية

“ هالة دغامين

هناك فرق يا حواء بين الحب والنزوة :-
 الحب :- هو وعد ودين للطرف الاخر ان تبقي معه على السراء والضراء وللابد وان لا تخوني وعديك له ، ان تلتزمي بمبدأك وتتأنقي بحياءك وخجلك وتحافظي على سمعتك فالسمعة كالميراث تتناقل عبر الاجيال القادمة ليقولون ابنة فلان خرجت مع ذاك وتكلمت مع هذا ، فكوني قدوة وفخرًا لعائلتك التي منحتك كامل الثقة لتتوجي بلقب العروس .
 النزوة :- من المؤسف جداً ان نكون بعمر الرشد ولا تميز بين الحب والنزوة ، فالنزوة ان تجعلك علاقتك مع الجميع مفتوحة « ك باب المنزل المفتوح على وسعه » ، وان تعطي الجميع مجالاً دون حدود او رادع تسهري مع فلان وتتحدي ليلاً مع ذاك وتواعدين طرف ثالث ورابع تحت مسمى الحب وتكسرين ادم وكأنه لم يخلق من ضلعك كأنه خلق من ضلع اخر يا لك من حمقاء لا تعرفين الفرق بين الحب والنزوة ، ارجوك انهضي من غفلتك هذه ، فلا تخلطي بين الازمان فزمن الرسول عليه الصلاة والسلام كان الحب نقي مباح اذا احب احد الصحابة الكرام فتاة قرع باب بيتها وطلبها من والدها اما الآن وفي زماننا هذا انتشر به الحرام والعيب وعدم مخافة الله والخلوة وكل شي اصبح مباح اصبح الحب محادثات ووعد كاذبة ، ارسال صور لتضعك تحت التهديد ، اتصالات و مواعيد دون رادع ومن ثم لتسمي ذلك حياً . . . انا لست معارضة وانما انصحك كل النصح بأن تفيقي من غفلتك نصيحة الختام من يحبك حياً حقيقياً سيقرع باب بيتك و لن يتخلى عنك لن يخذلك ، لان ادم حريص كل الحرص على اختيار زوجة له ثقيلة المعدن مرتكزة متوازنة الشخصية وعلاقتها محدودة ، اياك والاستهانة بما اقوله اياك .

نبرة ودمعة وعبرة

“ جمال الأغبري

نبرة ودمعة وعبرة.. وبكل سطر دقت..
 حزن وألم ووجع.. لم أجد شيء يثير حفيظتي..
 آهات وصرخات يقودني لذلك الذي
 و اعتصا ر . . أصبح مدمري..
 كل هذا في عالمي كيف سأستفيق؟؟
 زارع جذره.. وبماذا سأستعيد حياتي؟؟
 كيف لا؛ وتفاصيل أستعيد فرحتي،
 الحياة تلفني.. واهرب من الضياع..
 تحتضني وتأي أن تفارق.. لتعود امياه للجريان..
 تلاصق أضلعي وبقلبي والتدفق بقوة
 أغصانها تطعن.. كأموج البحر..
 تخترق الصدر كشلال يسقط
 وبالفؤاد قبلة تنفجر.. من قمم الجبال..
 ماذا فعلت؟؟ فيقهر الصخر ويحدث
 وماذا اقترفت؟؟ ا لصدع . . و ترسم
 حتى تضميني بفرشاتها كأنها فنان..
 هكذا ثم تهجر.. لتزخرق أرجاء المكان..
 راجعت نفسي وأستعيد شبابيوالعنفوان..
 وفتحت أوراق دفترتي.. متى سأكون هكذا؟؟ متى
 نظرت وتمعنت سأصبح ذلك الفنان؟؟



وطنية وأمل (١)

“ عبد القادر زرنیخ ”

أمنيّتي .. بكِ أكون !

“ خلود الحسنّاوي ”

أتمنى .. وما أتمنى؟ كم أتمنى أن تكوني !
فأنا بكِ أكون ، لأني أريد أن أعتزل ،
رهباً هو ضرب .. من جنون..
لاتسعفني مفرداتي .. كلها ضاعت ..

فعلاً ضاع كل الكلام ..
وتزاحمت الظنون أكتبُ بكامل قناعتي ،
لأنني أحبكِ جداً .. جداً وأكثر ..

وأريدكِ نجمةً .. أو قمرًا .. وأريدكِ مني أكبر ..
كي لا أموتَ .. كلمة بعد أخرى ،
وسطرّاً بعد سطر .. ويُسْطر ..
لا تدعيني أموت .. فقد ،
أودعتُ كل شيءٍ لديكِ .. لذا ..
لوحدهكِ أنتِ .. سأكون .. أحبكِ ،
وهذا يكفيني .. أعبدكِ ..
أعبدكِ ، أيتها الساريةُ، مابين الرئة والأخرى ..

وفي كل شرايني .. وفي حدقات
العيون .. فأنا بكِ أكون ..
ولن أكثرث .. لو بحبكِ .. سأكفّر ..
نعم .. أنا بكِ سأكون

حر من كل حرية لا تعرف بالقدس وطنيتي
من كل عبارة لا تخلد دمشق عاصمة الأمجاد
حر من كل حرية لا تعرف الأرض ولا حتى الرمال
أنا من حرية لا لون لها ولا تأكل روح الأكباد
أنا من قافية لاتعرف غير وطن لأعرف الخيار فيه
لا أعرف الذل فيه ولا حتى نحر الأقلام
أنا من عاصمة تحار من مجدها الأسماء
تحار من أسوارها كل روايات الأخيار
أنا من فصل لا تنام به الحربات بل توقد به كل العبارات
كل شعارات الإنسان كل كلمات الرحمة والسلام حر وحر وحر
فأنا من دمشق قبلة الأحرار أكتب للتاريخ مجده وأسطره
قد تعلم منا حرية الأقدار هيا يا شمعتي فقد بكت الأيام
قد حان للنور أن يهتدي
فدمشق واقفة شامخة كالعرس فوق الأيام
وحي من الأمل على الدروب يرتسم
لغة تمازحني وكأن الشمس تبتم
أبجدية ذهبية على الأدرج عروسة أبدية
هي الشمس من أمل الخفاء تعود وتلتزم
لوحة قد أرقت معاجمي
بأي قاموس أرسم وأقرأ هو الوطن يعينني بأي محطة أبدأ
سيعود الانتظار من غد ويدور الزمان حولي فوطني ساعة لا تقرأ
بل ميلاد بالفخر يكتب حر بلا حبر لأني علمت أن الحبر حياة
ولأنني بلا أسطر حمراء ولا ميزان أبكم
علمت أنني بين الظلال أتحدى الصدى
بلا منبر بلا راية أتحدى صمت الحكاية
حر لأني وجدت الأحلام خارج الأيام فلا قافية ترشدني
قد أرشدها لأبلغ الأقلام حر بلا حرية خرساء
بلا قضية صماء حرיתי قلم لا ثراء باسم الأمل
حرיתי شعب لا نهب باسم المحن أنا من حرية لا تعرفونها
لم تأكل عبارات اليتامى ولا حتى القلم
لم تعبر على أكتاف الحيارى ولا حتى الهمم

الاختلاط نعمة وليس فطرة!

“ علي الصليبيخ

إنسان وأدب

«هل أنتي متزوجة؟» وقامت بالإجابة «أنا لست متزوجة» لماذا أجابته بهذا الجواب؟» أولاً: لأنها صعقت من السؤال ثانياً: لم تحب أن تظهر معلومة عن حياتها الشخصية. وبعدها أزداد تقرب هذا الرجل وقام برسل رسائل غزلية إلى ما أتى يوم من الأيام ورسل هذا الرجل رسالة صريحة ومضمون هذه الرسالة ينص على تعبيره عن مشاعره اتجاه هذه المرأة وأنه أعجب بها الخ قامت هذه المرأة بإبلاغ زوجها على ماجرى وحصل بالتفصيل وتصرف زوجها بتصرف حكيم قام بإبلاغ الشرطة بالفور وقامت باتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة.. الخ رسالتي هنا إلى ثلاثة أشخاص: الرسالة الأولى: أي فتاة تعمل في أي قطاع عام، خاص، حر العمل يحتاج بالضرورة إلى الجدية في التعامل ويكون لديك موازنة في التعامل بين الاحترام والأسلوب اللبق وأيضاً الأسلوب الجاد الذي له حدود والفتيات الذين نياتهم سيئة ويستعملون الأسلوب الناعم جداً للوصول إلى مرادهم أعلمني أن بيوم من الأيام هذا الأسلوب سيأدي إلى نتيجة سلبية فبتالي مع الكل سواء مع الرجال أو النساء لابد أن يكون في التعامل الموازنة في الاحترام والأسلوب اللبق والجدية في التعامل الرسالة الثانية: الرجال الذين يعملون في بيئة يوجد بها نساء فكر في بالك قبل أن تتصرف بنفس تصرف هذا الرجل أن ربي سوف يبتليك نفس ما بلت بنات خلق الله والشئ الثاني أنك لم توفق لأن نيتك نية سيئة الرسالة الثالثة والاخيرة: لأي زوج يجب أن تثق في زوجتك وتجعل الثقة هي الأساس لأن لو كان زوج هذه الفتاة التي تم طرح قضيتها لم يثق بها كان حصلت مشاكل كبيرة وتفككت الأسرة ونتائج سلبية جداً وفي الختام النساء موجودين في سوق العمل ومنافسين ولا نستطيع أن نلغي هذا الواقع وكذلك الرجال موجودين في سوق العمل وقد يكون الاختلاط بين الرجل والمرأة في العمل ولكن الحدود.

الاختلاط موجود في الكثير من الدول سواء كان للعمل او للأماكن العامة وفي المؤيدين والمعارضين للاختلاط وأيضاً يوجد وجهات نظر للمؤيدين والمعارضين ونحترم جميع وجهات النظر ومن تلك وجهات النظر للمؤيدين هي: العمل في حاجة للجنسين ولكن بكامل الاحترام والتقدير للطرفين ومعرفة الحدود ومن وجهات النظر للمعارضين هي: الاختلاط لايجوز العمل للرجل وليس للمرأة وهذا لا يصح ولا هو من عاداتنا وتقاليدنا... وهناك وجهات نظر كثيرة من الطرفين ونحن ذكرنا أبرز وجهات النظر الخ وأيضاً يوجد فوائد وأضرار للاختلاط ومن الفوائد: أن «الاختلاط المحمود» لا مانع منه، وهو موجود حول البيت الحرام وفي الأسواق والمتنزهات وفي المستشفيات ومن أضراره: ١ - انعدام الغيرة وتلاشيها بعد فترة من بدء الاختلاط، والشواهد كثيرة. ٢. نشوء علاقات فردية ظاهرها الصداقة والإعجاب وباطنها النفس الأمانة بالسوء ليتطور الأمر فتكون الرذيلة. وقد تحدث المحامي السعودي «تركي آل حصوصه» في قضية جنائية واقعية على موقع من مواقع التواصل الاجتماعي «اليوتيوب» القضية بشكل مختصر كالتالي: يوجد فتاة تبلغ من العمر ٢٩ سنة متزوجة ولديها أبناء تعمل في شركة كبيرة وضخمة في قسم الإدارة والتسويق وهي جدا مجتهدة في عملها وبعد مرور ثلاثة سنوات قامت الشركة بتغيير أنظمتها وسياستها وتم تغيير ونقل وتعيين موظفين ولا زالت هذه الفتاة في قسم الإدارة والتسويق أتى في قسمها رجال موظفين وكان من بين الرجال رجل يبلغ من العمر ٣٤ سنة متزوج يعمل في قسم الإدارة والتسويق وقام بالتقرب من هذه الفتاة يوم عن يوم ومع مرور الأيام تقوت علاقته بهذه الفتاة وبعد مرور أسابيع بعدما رأى أن يوجد استجاب من المرأة بدأ يتدخل في حياتها الشخصية ويسأل أسئلة شخصية فسألها فمن بين هذه الأسئلة

تعلمت الكثير!

“ شيماء القوري الجبلي

تجارب الحياة لم أكتسبه في مشواري الدراسي حتى الآن.. الهواتف ليست دائماً ضارة و سارقة للمنفعة والوقت.. أحياناً هي سبب في تقدمنا ورقينا إن عرفنا وأحسننا استخدامها و استغلالها. طرق التغيير والثقافة كثير و متنوعة والنتيجة واحدة.

تعلمت الكثير من المسلسلات واللغات والكتب و الرسوم المتحركة، الأفلام المترجمة و الأغاني الأجنبية و المقاطع التحفيزية و الإقتباسات و التدوينات و الكتابات و الروايات و ما إكتسبته من معلومات و تنمية ذاتية على مواقع الإنترنت و غيرها من

تعزير قوة الإرادة

“ شيخة الخزيمي

الأخيرة

القويّة يُحسنون التصرّف في المواقف بشكل أفضل، فهم لا يلومون أنفسهم على ما حدث، أو بسبب ما فعلوا، أو ما كان يجب أن يفعلوا. إن الفهم الفهم الصحيح للذات يختصر لنا الطريق ويسهل لنا التنفيذ والإنجاز، وذلك على كلّ فرد يريد أن يقوّي إرادته، أن يفهم ذاته فهماً صحيحاً، ويكون ذلك بإطلاق الصفات الداخليّة الإيجابيّة، والتخلص من الصفات السيّئة، وهذا جداً سهل بالجلوس مع النفس جلسة هدوء واطمئنان وتوازن بعيدة عن التكلف. وتكمن قوّة الإرادة هنا في تحديّ الفرد لطبيعته التي اعتاد عليها منذ الصّغر في استخدام المصطلحات، مثل: قول (سأحاول) بدلاً من قول (لا أستطيع). تحديد مواعيد لأعمال تمّ تأجيلها والالتزام بها، حيث يحدّد الفرد بعض الأعمال التي أجّلها مع إلزام نفسه بإنجازها في وقت معيّن، هذا من شأنه تعليم النفس الانضباط بالوقت المحدّد، وتحسين مستوى الإرادة عند إنجاز الأعمال في الوقت المطلوب. يامن تقرأ لي ولك، اعلم بأن الوقت يمضي ساعد نفسك واشحذ همتك على تقوية الإرادة، بالتوكل على الله من شأنه أن يقوّي الإرادة لأنّه يُغذيّ الطاقة الروحيّة، الإيمان بالقضاء والقدر فالأشخاص الذين يؤمنون بالقضاء والقدر، يمتلكون قوة إرادة أكثر من غيرهم، ولهذا سيواجهون المواقف بشكل أفضل، كما أن التأمّل لعشر دقائق فقط يومياً لمدة يومين إلى ثلاثة أيام من شأنه أن يزيد قدرة التركيز لدى الفرد، ويساعد على تجدد طاقة الإرادة لديه، كما أن محاولة الفرد تحسين مكانته الاجتماعيّة سواءً كان ذلك على مستوى العمل أو الأسرة، هذا من شأنه زيادة الثقة بالنفس لديه، ممّا يؤدّي إلى زيادة قوة إرادته، وفقكم الله ورعاكم

كثيرون منا يعمل في عالم لا بد من الانجاز وفي خضم هذه الانجازات تحتاج منا قوة إرادة وحتى تتمتع بالقوة وبالانجاز فعلاً لا بد من تعزير هذه الإرادة، وكما نعلم لدينا جميعاً يومياً وقد تكون أسبوعياً أو شهرياً أو سنوياً نيات طيبة، وربما وعدت نفسك بأن تستيقظ مبكراً وتقوم بإنجاز أعمالك المكتبية، وربما حدثت نفسك بأنك ستنتقل بدراسة الماجستير في الشهر القادم، وربما قررت خلال الإسبوع القادم ستبدأ ممارسة الرياضة وهكذا، والأهم لتوجيه الإرادة توقف عن قول «أتمنى» وابدأ بقول «سوف أفعل بإذن الله» فما الذي يوقفك إذن؟ ولماذا من الصعب جداً الحفاظ على قوة الإرادة؟ عند ادراكنا للوعي التام لحياتنا وشخصياتنا والعالم الذي نعيشه سندرك الحياة بين التي نحن فيها من روتين وعادات وعلاقات وعمل وعلاقات، وبين فيضان المعلومات التي يجب أن نعطيها الإهتمام منها البريد الإلكتروني وحضور الاجتماعات وقراءة الرسائل النصية والرد على المكالمات الهاتفية، وغيرها من الأمور التي فرضت علينا في متداول علاقاتنا وعفوية ردودنا، وقد تكون من الطبيعي جداً الحياة العائلية كثيرة الضغوط حيث تدير وظيفة وبيتاً ومجموعة متنوعة من المتطلبات بينما تحاول أن تلبّي احتياجات الجميع وإلتزاماتك، والتفكير فيما يحتاج أن يفعل والذي لم تفعله يؤدي إلى شعورك بالإحباط والإنهاك والقلق، للأسف ونقضي جزء كبير من وقتنا بهذه الطريقة نفكر في الأشياء التي لم نفعلها. هنا نصل لفكرة أنّ تعزير وتقوية الإرادة والقدرة على التحدي هي محرك النّجاح والعطاء والعمل والتّفكير البناء وتحقيق الطموحات والأهداف. فأصحاب الإرادة