العدد
71

صحيفة إنسان
صحافة حرّة وإعلام هادف لكلّ إنسان

العدالة العالمية

اقرأ في العدد 71 من صحيفة إنسان:

الأرض تدور حول البشر !
بقلم : مصطفى طه باشا 3

يعايدني العيد !
بقلم : مريم الشكيليه 4

عطر الروح!
بقلم : سلوى المري 5

الوعي الذاتي!
بقلم : عايدة المري 10

أنا بخير !
بقلم : ريم الخش 14

قيادة وقائد
بقلم : شيخة الخزيمي 18

والعديد من المواضيع المفيدة والقيّمة

العدد 71

صحافة حرّة وإعلام هادف لكلّ إنسان تاريخ 01 - 05 - 2022

أسرة صحيفة إنسان

المدير العام ورئيس التحرير : أ. مصطفى طه باشا

كُتّاب السعودية

أ. ابتسام آل بصمة
أ. فاطمة الوادعي
أ. سلوى المري
أ. نورة عبد الله
أ. ندى الرويس
أ. علي الصليبيخ
أ. أمجاد الحربي
أ. صالح الكناني
أ. إيمان الجصاص
أ. وفاء آل منصور
أ. زينب الجهني
أ. ريهام المالكي
أ. هيفاء اللهيب
أ. مشاعل القرني

كُتّاب سورية

د. ريم سليمان الخش
أ. نصرة الأعرج
أ. إلهام ناصر
أ. شريفة زرزور
أ. هادي حاج قاسم
أ. إيمان هاشم
أ. عبد القادر زرنيخ
أ. نغم الجوجو

كُتّاب العراق

أ. عذراء أمين - أ. زينب طارق كطان - أ. مينا راضي - أ. سحر الدوري
أ. فاطمة حسين - أ. خلود الحسناوي - أ. ياسمين ثامر خضير - أ. ولاء غالب

كُتّاب سلطنة عمان

أ. جمال الأغبري - أ مريم الشكيلية

كُتّاب الجزائر

أ. رقية باعلي

كُتّاب الأردن

أ. مايا الطاهر - أ. فاطمة الصرايرة

كُتّاب المغرب

أ. شيماء الجبلي

كُتّاب فلسطين

أ. خولة الرغمات

كُتّاب لبنان

أ. فاطمة الحلبي

كُتّاب مصر

أ. سحر محمد

كُتّاب اليمن

أ. ليلى محمد
أ. خلود عبدالصمد

كُتّاب الإمارات

د. بدرية الظنحاني - أ. نوف الحضرمي - أ.شيخة الخزيمي
أ. نورة القبيسي- أ. فاطمة الزعابي- أ. عايدة المري- أ. مريم الجوهي

للمشاركة عبر الإيميل insan.magazasi@gmail.com

الأرض تدور حول البشر!

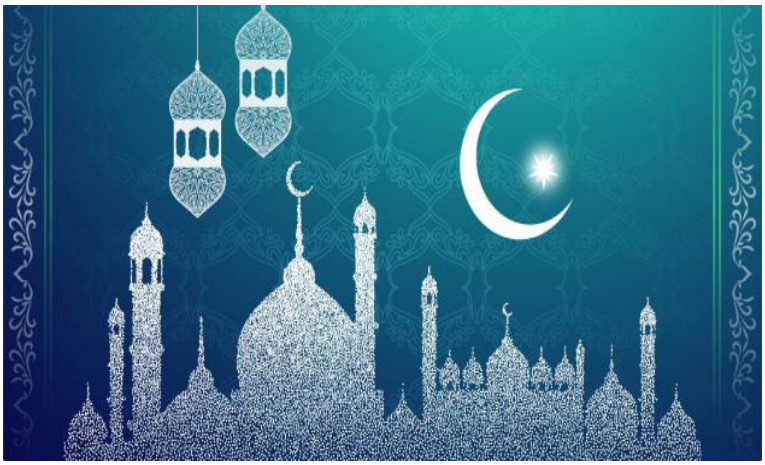
" مصطفى طه باشا

اغتنم الأيام واصنع لنفسك حسنات وأعمال صالحة, فأيامك معدودة على هذه الأرض, ولن تُخلّد فيها مهما عمّرت ومهما عشت. عش حياتك ولا تكترث لما سيأتي, فالأمور خير طالما هناك رب كريم عالم بحالك وأحوالك, ولا تشغل نفسك بالتفكير بسفاسف الأمور؛ فالحياة لن تتوقف عند أمر معين, بل ستستمر مهما حصل معك, وتذكّر أنك ضيف كباقي الضيوف على هذه الأرض, مهما عشت فأنك سترحل وتغادر وربما بعد بضعة سنوات لن يذكرك أحد, فحاول أن تعيش حياتك بشكل مستقيم بعيدًا عن الخداع والنفاق والكذب وحاول أن تترك أثر طيّب بقدر المستطاع, كي يذكرك أقاربك ومعارفك, وحاول استغلال الأيام الفضيلة كشهر رمضان من أجل عمل الخير ومساعدة الآخرين سواء مساعدة مادية أم معنوية, فالأرض تدور حول البشر وليس حول الشمس كما يعتقد الأغلبية, وعند كل دورة يرحل معها جيل من البشر ولا يبقى منهم إلاّ الأثر (صدقات جارية أو علم ينتفع منه الأجيال القادمة) لا تنس أن تكون شعلة خير تُضيء الطريق لمن بعدك, ولو بعمل خير بسيط أو فكرة يتبعها عمل صالح أو صدقة أو علم يُنتفع به. تذكّر أنك مُفارق الأرض, وأنك ضيف مهما عمّرت في الحياة, فاحرص على الخير ولا شيء سواه, كي ترحل وفي جعبتك أعمال حسنة وأثر طيّب لمن بعدك.

يُعايدني العيد!

" مريم الشكيليه

يعايدني العيد بأبجدية مترفة الحنين.... كأنه يتسلل من ألوان سبعه وسيل وشمس..... يعايدني العيد بقبلات فرح علقت بمحاذاة قلمي.. وبرغم كل هذه الاهتزازات التي بعثرت فرحي..... وكل هذه التشققات التي طفت في سطح صوتي.... بازدواجية أنثى يحط العيد حقائبه على أرضية مدني... من أين جاء العيد بكل هذه التجليات الآسرة التي زحفت على أطراف ورقي... من أين جاء العيد بكل هذا الفرح الذي ينضح عند عتبت بابي... يفترش عباءته تحت أقلامنا الدامية كأنه يرتشف فنجان فرحه على متكئ مبسمي.... من أين جاء العيد بزهو الأحاديث الخاطفة للبهجة التي اخترقت حدود نبضي... يعايدني العيد كأنه يحشو جيوبي مفردات حرف وحلوى... لا يزال هناك عيد يلوح في أفق أحرفي باحتفاء عيدك..



نافذة كبيرة!

" خلود عبد الصمد

الإعلامُ نافذةٌ تطلُّ على العالم، وتتدفق أشعتها لتصيب أفئدة أولئكَ الذين يحبونَ الدفء، كما أن الشاعر كان لسان حال القبيلة سابقًا الإعلام هو لسان حال المجتمع حاليًا؛ فهو يعبر عنه، ويبوح عن قضاياه، ويحاول أن يعالج إشكالياته، وأحيانًا يزيدها بلَّة. ولا ريب في ذلك، فهو سلاح ذو حدين، تارة يصيب، وتارة يخطئ، ولابد أن تتدارك هذا المعركة مع هذا السلاح وإلا سقطت قتيلًا، فقد ترى تأثيره واضحًا إن كان من الناحية السلبية، أو الإيجابية، ومن أهم النقاط التي تشرح تأثير الإعلام في المجتمع. فتح الإعلام آفاق للتواصل، حيث إن للإعلام دور مهم في مجال الاتصال سواء في الجانب السمعي أو البصري أو حتى المكتوب، وأصبح بإمكان أي شخص أن ينفتح على العالم بأكمله دون أي حواجز. الإعلام وسيلة مهمة أجمع عليها علماء التربية بأنها قادرة على نقل المعارف والمعلومات للتلاميذ في الوقت المناسب. للإعلام دور مهم في ترسيخ المعارف والمعلومات والقيم وبناؤها، حيث أصبح للإعلام قدرة على البناء وترسيخ القيم، وأيضًا على هدم وإبدال القيم. يقوم الإعلام بدور حيوي وأساسي في نشر الثقافة بين فئات وشرائح المجتمع الواحد.

عطر الروح!

" سلوى بن حريز المري

الشمس تحجب ضوءها عنا كل يوم وتشرق كل يوم ،ومع كل إطلالة شمس ينبت أمل جديد .والأمل هي تلك النافذة الصغيرة ،التي مهما صغر حجمها إلا أنها تفتح أفاقا واسعة في الحياة . ما فاتك فيما مضى سيعوض بإذن الله في قابل الأيام ،مادام في قلبك أمل، ستحقق الحلم وستمضي إلى الأمام ،ولن يقف في دروبك الصعاب ،لتدخل في سباق الحياة وتحقق الفوز بالعزيمة . نحن نعيش لنرسم ابتسامة ،ونمسح دمعة ونخفف ألما ،ولأن الغد ينتظرنا والماضي قد رحل ،فلا معنى لحياتنا دون أمل ،فالأمل هو ذلك العطر الذي يدخل إلى أعماق الروح ،فتدخل السعادة والبهجة إليها فالأمل هو عطر الروح الذي يحول شتاؤنا ربيع نابض وليلنا فجر باسم . فلا تيأس إذا تعثرت أقدامك وسقطت في حفرة واسعة ،فسوف تخرج منها أكثر قوة ،بالثقة بالله أزكى أمل ،والتوكل على الله أوفى عمل ،ولاتنهار لمنغصات تحبطك ولاتستسلم لعقبات تفيدك ،فالحياة مليئة بالمشاكل والصعاب. وحذار. أن تنهار أمام قسوة الأيام ، فالناظر في حياة الناس يجده متقلبا بين شقاء وسعادة وحزن وفرح وسرور وألم ومعاناة حينا أخر . ماقد يبدو لك اليوم مصدر ا للسعادة، يصبح غدا أقوى أسباب التعاسة . وإذا ما أغلق باب يفتح الله لك غيره أكثر من باب ،إن الغروب لايتحول دون شروق جديد ،فلا شيء في هذه الدنيا يدوم إلا رب العزة والجلال . إنما الأمل يستخلص من أكوام الحزن الممزوج بالألم، كرسام مبدع يمزج الألوان ليعطيك لوحة فنية جميلة ،يعطيك إحساسا بروعة الأمل ،فتولد في روحك انطباعا بوجود الفرح متخفيا بين تلك الألوان الزاهية. فكن ذلك الرسام المبدع ،في تأملاتك...وحزنك.. وبكاءك، فالأمل ليس حلما بل طريقة لجعل الحلم حقيقة . والأهم من ذلك ان توكل همومك على رب العزة والجلال ،وإذا أدارت الدنيا ظهرها لك ،فإحساسك أن الله معك يكفيك . فأوقد شمعة الأمل بلذة المناجاة، ودفء السجدة ،ودعاء المتضرع .

أصحاب الوجه الواحد!

" إيمان الجصاص

شكرًا لأصحاب الوجه الواحد، والابتسامة الواحدة، والسلام الواحد، الذين لا يشوبهم غرور، أو وجوم، أو تغير واضح، الذين أحبونا كما نحن بمميزاتنا، وعيوبنا، تقبلونا كما نحن.. لم يغيرهم الزمن ولا الظروف، ولا الأسماء اللمّاعة ولا المراكز ذات الفخامة، لم يتلونوا، ولم يلبسوا عدة وجوه، ولم ينافقوا، ولم يمارسوا علينا الأساليب الملتوية، والملونة تارة أخرى.. أشخاص عندما تراهم الآن، وتراهم بعد ٢٠ عامًا، فإنهم يتمتعون بنفس الروح، والملامح، والابتسامة والسلام الصادق.. وإن تغيّر الجسد، تبقى أرواحهم نقية، كمرآة زواياها صافية الحضور، هكذا هم للأبد.

إدارة التغيير والإيجابية

" بدرية الظنحاني

يتعرّض العديد من الاشخاص للتجارب السيئة، وقد تحدث بسبب سقطة او خطأ شخصي أو بسبب أمور خارجة عن الإرادة، اتجاه الانسان إلى التغيير فوراً يضمن له انهاء الظروف السيئة او التخفيف من حدتها ،،عندما يقوم الإنسان بالتغيير فإنّه سوف يجد أنّ الفرص لم تضع وأنّه سوف يحصل على شيء أفضل في المرة المقبلة إذا قرر التغيير، فعلى الإنسان أن يستغل الظروف السيئة من أجل التغير للأفضل وهو ما يدفعه إلى التطوّر والتقدّم. الإيجابية مطلوبة بل مهمة جدّاً من أجل زيادة تركيز الإنسان على الأهداف التي يريد تحقيقها، لانها التركيز يعتبر التغيير ،، يجعل الانسان أكثر وعياً، التغيير ينبع من داخل الإنسان عندما يمتلك الإرادة والتصميم على التحسين والتطوير. يجب عدم إرهاق النفس البشرية بالكثير من التغييرات في آن واحد وبسرعة؛ لأنّه من الممكن أن تضعف الهمّة ولن يحقق الهدف الذي يسعى له،، من الأفضل تقسيم أهدافك.. اربط أهدافك بشيء شخصي مفيد لك: ستكون أكثر على الطريق الصحيح لتحقيق أهدافك . اتخاذ القرار التغيير بشكل واضح.. وجدي فلتصنع بدايتك الجديدة ولتلزم نفسك بقرار العام الجديد، ولتقنع نفسك بأن الانتكاسات قد تحدث، ولكنك قادر على تخطيها وتحقيق النجاح .

غـدًا أجمل!

" مريم الجوهي

هناك الكثير من المرضى في المستشفيات والعيادات يتمنون أن صحتهم ترجع إليهم. على سبيل المثال قد أصيبوا بمرض لم يجدوا له علاج أو ربما هناك دواء بتكلفة باهظة ولم يستطيعوا شراءه. وهناك آخرون في السجون يتمنون أن يرجعوا لحريتهم مجددا في الحياة ليجلسوا مع أهلهم أو ربما أصدقاءهم في المجالس وغيرها. أو على سبيل المثال أن يسامحوا شخص اساءوا إليه يوما ما. وهناك أصدقاء يحلمون أن يعيشون كعيشه غيرهم. وكذلك هناك الكثير من الناس في القبور يتمنون للرجوع مجددا في الحياه، فقط لتغيير فرصتهم أو حياتهم السابقة في الدنيا. «لا تدع ابدا حزن الأمس مستمر مهما كان مدى الأسى والمعاناة في قلبك فالكثير من الناس يتمنى عيشه الآخر ولا يعلم ما في البيوت حقيقة». وتمسكوا دائما بمقولة (غدا الأجمل) مهما كان الألم في قلبكم، فهي ربما تكون أمنية شخص آخر.

أرسم بالخيال!

" مايا الطاهر

وأظلُّ أَرسِمُ بالخيالِ عوالِمي ما حيلةُ المضطَرِّ غيرُ خيالِهِ ؟ ليتني سيدي أجيدُ الشعر بمطلقَكَ، لكنتُ بحرِّ الفؤاد أجيبُ وأظلُّ بحرف الروي اتغنى وكأني أسيرًا لاقى حريته، فدعني أرتب جملًا تصدت لرنين أبياتكَ وأقولُ أنّي بالخيال أخططُ وأشاهد، فعلى الرغم من قلة حيلة المضطَرّ إلا أنها الحياة للبصيرة، إنها التوازن بين الحال وظله حيث تشرد من طيات الأيام شرارة الأمل فتدنو لأقرب مسلك لتروى بماء الخيالِ وتصبح الظلّ من حرارة الزمانِ، سيدي دعك من اجحاف الفقد للحُبّ وأكتب حوار الفؤاد لصاحبه واصعد على مسرحِ الخيال وألقي واجعل من اللا شيء شيئًا عظيمًا، سيدي إن كان الخوف من يفُشل التجربة فانثر الطمأنينة بكل خيار واعبر لتصل واجعل من كل نتيجة شيئًا عظيمًا، وإن كنت هائمًا بالوحدة فاعتبر نفسك الأولُ والأخيرُ وتأمل بريقَ السماء وحكاياته واصنع من عالمك شيئًا عظيمًا، فما الخيالُ إلا طاقة للحياة، ما هي إلا دفتر لا متناهي الصفحات لنرسم عجائب الفكر وقلبه، يا سيدي، إنّ أول ما علمتمونا إياه هو إمساك القلم لنكتب وأول ما صنعناه هو إمساكه لنرسم لنخرج دمُى الفكر ونخطو الحياة متجاورين، علّ ما في الخيال يحيا، علّه يرى النور ونراه ويداعبنا، علّ الخيال حياة والحياة خيال, فحسب ما تحتمه علي حروفي وتبرزه عوالمي أن في البيت دخيلٌ فزجّ المضطرّ وأطلق التخيير ليصبح الاستمرار دون الخيال .

خاطرة المساء!

" هيفاء اللهيب

بعد أن تهت من عنواني . وبعد انتظاري في قارعة الطريق . فإذا بي . ارى ملتقى للأدباء , هممت في دخولي . وعندها استوقفني النادل . من أنت ..!! لم أتمكن من الرد ونظرت الى طاولات متفرقه ملئ. منهم من يقرأ ومن يتحدث .ورائحة القهوة تعج بالمكان . فسألني مره اخرى . سيدتي هل لي أن أعرف أدبياتك .!!. نظرت اليه وهمست بصوت خافت والاحق بنظراتي دخان قهوتهم . انا لست كذلك.. . انما أحمل محبرة وقلم وخواطر عتيقه . ابتسم لي وتبعته في مكان منعزل قليلاً عن البقيه قائلاً . هنا مكانك سيدتي فتلك البقيه لاتليق بك . فأنت تحملين الكلمه في داخلك وأنت من يكتب كلمات ليست كالكلمات .. سألته قهوه لكي احاكيها وادعوها لتشاطرني حروفي وانفاسي .كتبت ثم دونت مايليق بي وبالمكان .. واستشعرت هدوءي .. هممت بالنهوض فتركت خلفي وريقات مكتوبه والتفت اليها . لعل من يجلس من بعدي وبمقعدي يقرأها ..تركت هنا أثري فغادرت.

السعادة مع الخيال!

" شريفة زرزور

أتخيل أني غدوت امبراطورة البلاد . أتخيل أني أجوب العالم على صهوة جواد . أتخيل أني أطير في عالم يفوح بالجمال و الأمجاد . لنا في الخيال حياة ، و لنا في الخيال سعادات ممشوقة تمخر السماء تمتد كمحيط أمام عيون حالمة تواقة للبهجة و الفرح و السرور سأطلق العنان لخيالي كانطلاقة فارس مغوار ، أو كسهم يصوب من رمح رام متمرس على مرمى جائر متمرد . سأنعم بحياة طالما رجوتها و ابتسم مرحبة بقدومها تماما كما شئتها و رسمتها بأناقة ريشة فنان . سأستنشق شذى شجرة ياسمين ترتخي بدلال على جدار قلعة دمشق العتيقة تروي له حكايات عشاق من مروا بها و استعاروا زهرها ليزينوا أحلامهم الباسقة ، و سأرتشف القهوة المرة تحت ظلالها و أغفو على هدهدة حضنها . سأستيقظ على أبواب القدس متأملة عظمتها منتشية بصلوات في مصلى قبة الصخرة و هالة الكنائس المجيدة ، ثم سأغزل جناحين جسيمين لأحلق إلى سماء أرض تتكحل بزرقة النيل و أراقب بخشوع أهرامات مصر العظيمة حيث سأتركها متربصة للآتي بكل تحدي لألبي دعوة رسمية فخمة من ملوك بابل لمجالسة الأطلال الأثرية و استمع لروايات الخلود و أفتح حديث بطول دجلة العراق لا يقاطعني إلا شهوة تنتابني على حين غرة لاعتلاء فرس بكل خيلاء في مهمة سماوية للحرم الشريف أسجد أمام محرابه لأتلو آيات قرآنية . ماذا لو احتسيت القهوة الإيطالية في شوراع روما العريقة ، و وقفت برهة أتأمل الكاتدرائيات المهيبة ، ثم أشهد مبارزة المتصارعين أسفل الكولوسيوم ذلك المدرج الروماني العملاق . و ماذا لو عررجت بعدها على غرناطة لتسنح فرصة أمامي لتسلق جبال سييرا نيفادا إلى أن يحل الشتاء بخيرات السماء البيضاء فأقصد جبال الألب و أبلغ قمة مون بلون ، تلك القمة الناصعة البياض حيث يتجلى الجمال قديسا متنزه عن الأخطاء و العثرات ؟ افتح عيني لأجد ابتسامة عريضة ارتاحت على وجهي ، و ألمس قلبي نابضا فرحا و طربا و تهليلا بجولة في دهاليز خيالي لم تكمل عشرة دقائق من عمري درت خلالها الكون على قدمين دونما تعب . اقتنيت الحلي ، و قطفت أبهى الألوان و تذوقت ما لذ و طاب . تقاسمت الحب مع من أشاء و تجرأت على فعل المستحيل ، تحديت كل الطوارئ و الأزمات و تجاوزت الأنظمة و القوانين فلا يوجد رقابة على الخيال .أحلام يقظة تسللت بخفة ساحر و عزفت على أوتار آمالي ثم استرخت كأمبراطورة جليلة تؤمر لتلبى و تطاع فما يكون مني إلا إماءة من رأسي للولاء . خيالي أبهج يومي و حقق سعادتي المنشودة فتراءت لي مشيئتي جلية بددت أوقات ملي و شتت سلبية طاقتي و استردت ايجابية أفكاري لأبهر الكون بإبداع ترفع له قبعات الحياة ، و تستدرج أفكارًا أكثر تفاؤلا و أملا فالذاكرة كما تدرون تتصف بالترابطية فكل فكرة تجر مثيلاتها بعدها كسيل جارف ، فالنستهل خيالنا بأفكار الحب و لنعصف ذهننا إيمانا بالحياة الناجحة المفعمة بالسعادة بكل طقوسها و مراسم مكوثها . فتخيلوا يا أصدقائي ما تصبوا إليه نفسكم السامية و ظنوا بالله أن يقلب الخيال حقيقة أليس الله من قال في محكم آياته : (أنا عند حسن ظن عبدي بي ، فاليظن عبدي بي ما يشاء) ؟ جوبوا المحيط على رؤوس أقدامكم و اقطعوا الصحاري بسهام عيونكم و حطموا الجبال بأناملكم و اعزفوا على أوتار الغيوم ، ثقوا في خيالكم ، فالخيال مجانا و منحة لجميع العقلاء . اذا دعونا نتخيل الجمال و النجاح و الصحة و الحب و الأمان ، و لننأى بأنفسنا عن التشاؤم و الحقد و الكراهية . فالخيال سعادة يجر سعادات .

آلـة الـزمـن!

" نورة عبد الله آل قراد

تتعاقب الأزمان علينا بمختلف فصولها ورياحها وعواصفها ونسماتها من سبتٍ إلى سبت هذه هي الأيام ونكون نحنُ البشر على أُهبت الاستعداد لمختلف طقوسها مُهيئين لتلك التقلبات . عند بداية نشأتنا نحتاج الى الرعاية ونكون في أمس الحاجة لوجود أحداً إلى جانبنا ويُوجد الله من يتكلف بتلك المهمة وعند مرحلةٍ من تلك الازمنة نكون في قمة القوة والبهجة وعدم الاكتراث لما يحصل بوجودنا وسكر أفكارنا وعدم تقبلنا لأي من الآراء أو النصح لاكتفائنا بمانحملُ من افكارٍ لانقبلُ ان يعارضنا بها أحد ! وتستمر الأيام بجريانها ومرور ساعاتها ومن غير شعورٍ منا الى أن نصل إلى مرحلة النضج واكتمال العقل هنا يعود بنا شريط الذكريات وتستمر اللحظات سريعةٍ كلمح البصر الى مجئ آخرِ شتاءً تكون وقودة لحظات شبابنا وقوة بأسنا مرحلة الوهن وأرذل العمر تبرد القلوب وتتجمد القوى كأن الذي كان لم يكن . فالفكرُ يبدأ هنا بالسفر عبر آلة الزمن إلى وقت القوة وتلك الذكريات الدافئة لكي يرمم ويدفئ ماقد تبعثر من قواه ووجوده فكلٍ منا لابد في مرحلةٍ ما !!! أن يسافر عبر آلة الزمن التي تكون كما الإعجاز والهبة العظيمة لكل من انهارت قواه أو انهكها الزمان يرحل بفكره مجردا من الجسد إلى الزمن الذي يريده ولايعود الا بما ارتحل لأجله فماذا يريدُ كلٍ منا أن يعود به أو يسافر إليه عبر التهُ الزمنية؟ نريد العودة لجلب ماذهب مع الزمن من قوة وشباب أم لنعود لتلك الأيام ونعمل مالم نستطع أن نفعله سابقاً! الفكر كما الآله التي تحملنا عبر الأزمان وتجعلنا نطوف السهول والوديان وتصل بنا إلى أبعد الشطآن فلا تستهين بفكرك ودعه يرحل في الآفاق العالية ليعود إليك بترددات الوجود ويبعد معه عنك ما انهك قواك واتعب حبال أفكارك فأنا في لحظةٍ ما!!! اصعد بفكري إلى اعلى وابعد نقاط الكون وأحلق بعيداً عن كل مايُحيط بي ولا استفيق من تلك الرحلة الا عندما اخذ واحمل معي ما ابحرتُ وعبرت لأجله!!

سجين تلك القضبان

" مشاعل القرني

سجين خلف تلك القضبان، يصرخ قهراً وحسرة، يطرق بكلتا يديه على تلك القضبان، تهتز وكأنها ستخلع من مكانها ولكن لن تُخلع فهي متشبثة لهذا السبب ألا وهو الاستمرار بالثبات رغم كثرة الطرق . الأهم من ذاك كله ليس ذاك السجين ولا حتى سبب سجنه، ولكن لو كانت القضبان تشعر ، بما ستشعر في تلك اللحظة؟!! بريئة لم تختار أن تكن سوراً حصيناً على ذاك السجين!! بالتأكيد ستشعر بكل ألآم الكون في تلك اللحظة، تماماً كأضلعي وطرقات صدري .

الحياة والشغف

" زينب الجهني

ما الذي يجعل الإنسان يتحمل مصاعب الحياة ويتأقلم عليها من المعروف أن مصاعب الحياة هي العمل لتحقيق حياة كريمة وهذا الأمر بات في هذا الزمن منهك للروح قبل الجسد فنحن نعاني من الدوران في دائرة لا تنتهي من العمل نسينا معها أرواحنا التي تعاني وطفلنا الداخلي الذي يريد الراحة و الفرح و الحرية والخروج من هذا العالم الروتيني الممل ، من هنا تأتي دور الهوايات أو المواهب التي يتمتع بها المرء و هي في الحقيقة نعمة وعطايا من الرب أوجدها في ذواتنا ليخفف عنا وطأة الحياة و متاعبها التي لا تنتهي ، أننا بحاجة إلى الشغف لشيئ ما إلى شيئا يشبه السحر في مفعوله ليعيد بناء الروح المتهالكة ، إننا بلا شك نعيش ونتأقلم مع كل الظروف مهما كانت درجة صعوبتها ولكننا في النهاية نجد دوما طريقة لنتكيف معها بطريقة مناسبة، أن ما يعيننا على هذا التأقلم هو وجود الشغف و البعد عن معاناة الحياة والركض طيلة النهار بممارسة هواياتنا و الاسترخاء قليلا بعد يوم كامل من التعب فالرسم مثلا يعد أحد أهم الفنون التي تدخل البهجة على النفس والكتابة أيضا والتي هي بمثابة الرئة الثالثة لجسد متعب مثقل بالهموم ليتنفس بالكلمات ويترجم مشاعره المكبوتة وحتى العزف باي نوع من الآلات الموسيقية هي أيضا تعطي الكثير من السرور والاسترخاء و التخلص من التوتر . هذه عبارة عن فنون و هوايات ومواهب يتمتع بها كل إنسان وغيرها الكثير تساعده على تحقيق التوازن في الحياة حيث لا يركن بحياته كاملةٍ في العمل ونتيجة لذلك تذبل روحه و ينطفئ نوره ويتحول لآلة بشرية خالية من الإحساس والعواطف وبالفعل تتجمد مشاعره ولا تجد له ردة فعل حقيقية وطبيعية لكل ما يمر به ، علينا أن نوازن بين احتياجات الحياة و أرواحنا ونسعد أنفسنا ونتبع الشغف الذي يجعلنا على قيد الحياة حقا .

الوعي الذاتي!

تطوير الذات

" عايدة المري

دائما نقوم بشكل غير واعي بتوسيع الشعور السلبي وتقليص الشعور الإيجابي بينما يجب علينا تمديد الشعور الإيجابي وتمرير الشعور السلبي وتخلص منه اسال نفسك ماهي الافكار والمعتقدات والمفاهيم التي تدور بمخيلتك حينما ترغب بانجاز أي هدف صف شعورك وقت بدء أي شيء جديد تقوم به راقب شعورك باستمرار لتدرك ما الذي يحصل لك . تعرف على هويتك المشاعريه من خلال مراقبه شعورك ومن خلال ردود الافعال التي ترسلها بداخلك وتستقبلها ماترسله يعود اليك كل ماارسلت شعور فرح تستقبل فرح ترسل غضب تستقبل غضب لتتعرف اكثر على هويتك المشاعريه من خلال اصداري الجسد المشاعري.

دمار صحتي سلوكي!

" علي الصليبيخ

الله سبحانه وتعالى ينعم على الإنسان نعم كثيرة لا تعد ولا تحصى ومن ضمنها الصحة, الصحة كنز ولا يشعر بها أي إنسان إلا إذا أفتقدها.. أولاً : إذا كنت في صحة وعافية أشكر الله عليها وحافظ عليها (لإن شكرتم لأزيدنكم) ثانياً : أنت ملك من ملوك الدنيا مادام تمتلك الصحة وأحذر أن تستنزفها فيما يسلبها بل أحرص على استثمارها فيما يحافظ عليها ولا تسخر من لاصحة له فإن الله قادر بأن يسلب صحتك (إنما أمره إذا قال كن فيكون) حديثنا سوف يكون عن أنواع الصحة يوجد صنف (فئة) من البشر يمتلك صحة ويستثمرها جيداً فيما ينفعه گ ممارسة الرياضة _ النوم مبكراً _ الامتناع عن تناول الوجبات السريعة الخ. وهذا الذي لابد أن نعمل به نتحدث عن عامل الرياضة بلا شك بأن توجد شريحة كبيرة من مختلف المجتمعات تمارس الرياضة ومن شتى أنواعها لكن مالغرض من ذلك؟ ولا يتم الانضباط بالعوامل الأخرى گ النوم المبكر؟ (وجعلنا الليل سباتا والنهار معاشا) ما أجمل ممارسة الرياضة في الصباح الباكر! سبحان الله لها إحساس وطاقة رائعة كما تساعد الأشعة فوق البنفسجية الموجودة في ضوء الشمس على تحسين تدفق الدم وعمل على خفض مستويات السكر في الدم وتعزز معدل التنفس.. وبالنسبه للصحة العقلية فإن التعرض للشمس ينطوي على فوائد عديدة إذ تعتبر عناصر السيروتوتين والميلاتوتين والدوبامين الموجودة في ضوء الشمس رائعة لصحتك العقلية وتقلل من خطر القلق والاكتئاب. سبحانك يالله! سبحان من سخر لنا هذا نعود إلى محور حديثنا من جديد كذلك تناول الوجبات السريعة بكثرة يسلب الصحة ويشكل أخطار لم تظهر في بالك قط. أثبتت الأبحاث العلمية أن الأشخاص الذي يتناولون الوجبات السريعة يزيد إحتمال إصابتهم بسرطان القولون وسرطان المعدة والجهاز التنفسي يزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة كما يزيد خطر الإصابة بسرطان الكبد وسرطان الثدي. هذا فقط دراسات علمية فما بالكم بالإحصائيات الدورية؟ قرأت منذ فترة إحصائية أجريت فقط على سكان المملكة العربية السعودية عن نسبة الأمراض تشير الإحصائية إلى ٣٢٪ من سكان المملكة يعانون من مرض السكر و ٢٩٪ من مرض الضغط و ١٧٪ مرض السمنة ووو... ماذا أقول؟ ثلاثة أمراض من أصل أمراض عديدة لا أود الإطالة عليكم هذه الإحصائية تدل على انتشار الأمراض في كافة المجتمعات والأخطر والأمر أن نشكي من الأمراض التي لدينا ونضطرب لماذا لا نتدارك ورودها؟ يجب المحافظة والاعتناء بصحتنا رب العالمين خلقنا بدون تلك الأمراض لماذا ندمر صحتنا بسلوكنا؟آللهم توجد حالات استثنائية گ متلازمة داون وغيرها گ الأمراض الوراثية أتذكر إنك سوف تسأل يوم القيامة عن كافة النعم التي أنعمها الله عليك (وقفوهم إنهم مسئلون)لا أريد الإكثار والإطالة في الحديث في الختام يقول الدكتور مصطفى محمود رحمه الله : مادمت تنام بدون مهدئات وتستيقظ من نومك لا يوقظك الوجع وتقضي حاجتك دون أن يكشف عورتك أحد وتمشي على قدميك لا يقعدك العجز فأنت ملك من ملوك الدنيا آللهم لك الحمد.

شهر التوبة والغفران!

" منار بوحلوفة

على غيمة الأمنيات تبحر الآمال وتشدو عصافير القدر، تتلمس ايادينا لطف القضاء وتلعق حلاوة الوصول بعد مرارة الصبر، تتجدد الامنيات والصلوات ، تتحرر الآهات والتلاوات، نمشي بخطى ثابتة نتعرى من جميع الخيبات، الآثام، وكل ما اثقل ميزان الخطايا، نركض ونهرول نمني الناس نستشعر حلاوة التنفس دون قيد، نشدل ضفائر الخيبات استعدادا لشنقها مقصلة الوصول، ألا لم يكن يسيرا لكنه أتى! ألا لم نتحمل لكنه الفرج! شهر التوبة والغفران، شهر الرحمة والقربان. اتى شهر الامنيات شهر تنظيف الجوف مما دنس من شهوات الأبالسة، رحماك بنا، وعفوك علينا اعظم ما مننت علينا.. اللهم تقبل صلاتنا وصيامنا وقيامنا.

من لبّ الحياة نصنع النجاحات

" نوف الحضرمي

كن فخوراً في محيطاتك الإبداعية اصنع محتوى وارصد معلومات بالنظر وتمعن لكل معلومة تذكر هي التي ستضعك بين اوردة لب الحياة وفي كل بقعة انجزت إنجازات تستحق العناء للوصول إليها لا تستهين بفكرك وعقلك واعمالك التي لم تنشر بعد دائماً فكر بالوصول الحر بالهدف المتنقل الذي يعطيك الأمل والإيجابية للوصول إلى نقطة البداية التي ليست لها نهاية وكل خطوة تخطيها يجب عليك الالتزام بالمواعيد امر مهم لتسهيل عملية الهدف لزيادة العمل والانتاج الوظيفي بمهارات الابداعية من خلال النمط الزمني لشخصك الملهم يرتبط بجينات الإبداع والفكر ونضج عملية الهدف والشغف وتحقيقه تحتاج الى الوقود لتعبئة بئر الشغف وتحويله إلى حلم واقع مسموع وملموس ويجب على الاشخاص ان لا يستهينون بنومهم حيث اغلبنا لا ينام بما يكفي بعد انجاز المهام اليومية والاجتماعات كافة لكن تعد الراحة القصوى في عطلات نهاية الاسبوع افضل شي تقوم به من اجل الانتاجية لذا عليك دائما ان تستمر بالبحث والتحقق من رسائلك في البريد الاكتروني او تحديثات وسائل التواصل الاجتماعي اصنع قاعدة نجاحاتك لا تعد أي شي يعيق حياتك ومبادىء ابداعاتك اتصل مع ذاتك وافهم الامور بصورة واضحة ولا تقلل من شأن نفسك اعطي نفسك فرصة فالوقت كالسيف اذا لم تقطعه قطعك لا تجعل الوقت يتراهن معك بل حاربه من أجل النهوض من غفلة الأحلام المزيفة.

الصبر على تربية الأبناء

" مريم راشد الحبسي

الصبر على تربية الأبناء تربية إسلامية صحيحة له أجر عظيم عند الله تعالى، وهذه المسئولية العظيمة تقع على عاتق كلا الوالدين فإذا قصر الأب في قيامه بواجبه فإنه يأثم لذلك، والأم التي تصبر على سوء خلق الزوج من أجل تربية أولادها يضاعف لها الأجر عند الله. حتى بعد طلاقها فهي تجد تحديا في هذه التربيه لأنها ستكون بمثابة الأب والأم في تربية أبنائها تربية حسنة.

إضاءات أسرية

العيد فرحة!

" إيمان هاشم

ها هو العيد يطرق أبوابه من جديد بعد عامين من انتشار الوباء والمرض وما تبعه من تشديدات احترازية وقوانين المسافة الآمنة وشلل كامل لأركان الحياة الأساسية ، مرت الأعياد السابقة باهتة لا روح فيها وكم تحسرنا عن الفعاليات والأجواء المعتادة التي حرمنا منها كارهين ... ولكن هذا العام مختلف عاد مجدداً مهللاً ومبشراً بعودتنا للحياة الطبيعية التي ظننا أنها لن تعود مطلقاً .. ضحكت عيوننا فرحاً برؤية المسجد الحرام ممتلئاً بمعتمرين ومصليّن بعدما فرغ تماماً العام الذي مضى ... أعددنا الزينة والحلويات وملابس العيد وهدايا الأطفال الذين عادت البسمة لوجوههم بعدما غيبتها ارتداء الكمامات ... نعم نفضنا غبار الحزن والبؤس جراء المرض وارتدنا قناع الفرح والسعادة ، لكن لحظة.... نسينا أمراً هاماً نسينا أننا من بلاد تجرعت الألم وكبرت مع قهر الأيام ورضعت حليباً بطعم الوجع والظلم... فأي فرحة ونحن نرى أشقائنا وأبناء جلدتنا يعتقلون ويجرحون في قدسنا .. ويقتلون في شامنا... أي فرحة ولا زال الجرح ينزف .. سنعيش .

أنت شمعة لا تنطفئ!

" ندى ماجد الرويس

لك حق أن تفرح هذا العيد و أن تستعد لاستقباله بكل حب حتى و إن تكالبت عليك الهموم وتساقطت الدموع، تصالح معها وعش شهرًا مليئًا بالرضا والسعادة، كل عام و أنت بأفضل نسخة من نفسك، كل عام و أنت في مقدمة الركب تنضج حتى تصبح شخصًا أفضل وأكثر وعيًا، تحلق بعيدًا بأحلامك و تصحو على بشارات تحقيقها، أنت تستحق أن تكون سعيدًا هذا العيد و أن تصل الى ما تريد لأنك بذلت جهدًا وقطعت شوطًا من المحاولات و الكفاحات، انتهت هذه الرحلة الآن وحان الوقت أن تجني الفرح في أيام عيدك المبهر، وتذكر انك الشمعة التي لا تنطفئ دائمًا.

أنـا بخيـر!

" ريم سليمان الخش

أنـا بخـيرٍ ومهـما عـاث أو ظلـما
هـذا الـوداد ومهـما قـد نزفـتُ دمـا!!
أنـا بخيرٍ...سـوى قلبـي يُعذبنـي
ماعـاد قلبـيَ مـذْ في صـدرك التحـما!!

* * *

أنـا بخيرٍ...فـلا تسـألْ وترهقنـي!
سـوى اجتراحـك في الأحشـاء ماالتأمـا!!
سـوى اشـتهائك في جسـمي يذوّبـه
ولسـت أدري متـى ألقـاك بينهـما!!

* * *

متـى تـرّد إلى المسـكين مهجتـه
راضٍ بحكمـك أنى شـئته جثـما
لـن يسـأل النهـرَ أيّ الضفتـين لـه
سـليزم المـاء مفتونـا بـه ...وبمـا!!!

* * *

لاسربَ أسـئلةٍ حـيرى ترافقـه !!
ولا عـلامَ ..ولارأيٌ يـراه لمـا....
ولا اصطـراعٌ مـع (التابـو) ليلزمـه
أن يُنهـيَ اللعـب أو يجعلـك متهـما!!!
سـيحتسي الصمـتَ محمومـا ومنغمسـا
فلتبـدأ الآن أو فلترفـع القلـما

نجمي الذي اندثر

" ليلى محمد

في كل ليـلٍ أرى عينيـك في وسَـني
أيـن الضّيـاءُ ، فهـذا الليـلُ يُسـكِرني
يـا نظـرة العـينِ ، يـا بـدراً أنـار دمـي
يـا غنـوة القلـبْ، يـا نايـاً يـرددني
اتيـتَ تقـرأ فنجـان الهـوى بيـدي
سرقـت منّـي حلـماً كان يسـكُنُني
يـا وارف الظّـل ، في صبحـي يُبعـثرني
قـل لي أُحبـك ليـلاً كي تُجمعَنـي
تعـال وانـثر شموسـك في دجـى حُلُمـي
و اضمُـم جناحـاً بـدفء الوصـل يغمُـرُني
واجمـع رِفـاتي خـذني مثـل فارسـةٍ
أحتاجُـك الآن أقبـل كي تُدثّـرُني
مـن يُخمـد الشـوق في صـدري ويأخُـذُني
إلى ربيعـك يـسري بي ليزرعُنـي
أخـافُ إن قيـل يومـا غبـتَ عـن مقـلي
معـاذ ربـك فاحـذر أن تغـادرني
مـا زلـت تنحـتُ أوجاعـي و تُنكِـرُني
هـل أنـت مـن رام قتـلي ثـم شـيعني ؟.
كانـت بضاعـة رؤيـا فيـك يـا أمـلي
رُدَّت نبـوءةُ أحلامـي لتُكسـرُني

صدفة!

" جمال الأغبري

رمتني الدنيا وحالي حال.. عيناي وشاهدت..
وكنت أنا في ضياع وأوجاع.. غيرت أحرفي
أتتني في لحظة انكسار.. وهيجت مشاعري..
وضمت كل آهات وضياع.. استفاق احساس
ووجع وألم وظلام باختصار.. الكتابة بعد سباته..
طلت كالقمر بهي بعدما عاش الظلام
المنظر زاهية.. وبالتراب تغلفا..
بياضه كثلج أبيض ألوانه.. وعلى الرفوف كانت
بدر منير وفي مشاعري نائمة..
السماء طيرا مغردا.. بجوارها الأحاسيس
جذبتني بنظرات عينها والحروف مستلقيه..
واكتسحت أيسري.. هذه شجون عشق
نظراتها كأسهم لشهد التي استلذيتها..
اخترقت أضلعي.. لتلك التي استطاعت
فتحت صدري ولقلبي انتشال الجسد الغائبا..
بنت مسكنها.. فكانت كأس الحياة
شدتني من ذلك وبلسما عشقته..
الوضع الكئيب بعالمي.. أغرمت به وعلى
وزخرفت الحياة السحائب طرنا معا..
مجددا بعبيرها.. فصرنا سويا كنجمتين
بشذى ريحها في السماء متوردة..
وجمال هيئتها.. وتلاصقت أيدينا والقلوب
سلبت كل أنفاسي تعانقت وتشابكت..
برحيق ثغرها.. فكانت صدفة وأجمل
لروعة ما نظرت شيء قد حصل..

غنّ التفاؤل كالنغم!

" نغم الجوجو

التفاؤلُ كمشكاةِ النّورِ التي تنيرُ طريقنا وتبعثُ البسمةَ في روحنا ، فبهِ تزهرُ الأيامُ و الأحلامُ ، ففي جوفِ كلِّ واحدٍ منّا بئرُ أملٍ نستخرجُ منه مواقفَ ثَرّةً قادرةً على بثِّ الحياةِ في نفوسنا التي تصلُ في بعضِ الأحيانِ إلى مرحلةِ الخواءِ والانطفاءِ ، ترى كلَّ شيءٍ فاقداً للرونقِ والبهجةِ ، الحياةُ تتحولُ إلى وقتٍ يمرُّ بلا شغفٍ ، تتراكمُ فيهِ المشاعرُ التي تضغطُ على القلبِ وتنهكُ دقاتهِ ، لكن مع كلِّ عسرٍ يسرٍ ومع كلِّ ضيقِ قلبٍ فسحةُ فرجٍ قريبٍ ، تضيءُ بالتدريجِ كتنفسِ الصّباحِ بعدَ عسعسةِ الليلِ ، في كلِّ مرةٍ تبلغونَ قاعَ الحياةِ غوصوا في أعماقكم وابحثوا عن بئركم فوللهِ ما خُلِقَ إنسانٌ إلا و بُنِيَ في جوفهِ بئرٌ يلجأُ إليه كلَّ ما ضاقت عليه روحهُ و شعرَ أنَّ حياتهَ ثقيلةٌ على أكتافهِ لا تنفكُ أن تضغطَ عليهِ ليُخرجَ أسوءَ ما فيهِ ، ولكن طوبى لِمَن ضبطَ نفسهُ و صانها ، وأبعدها عن كلِّ ما يؤذيها واعتزلهُ ، وتوقعوا قدومَ الخيراتِ فكلُّ مُتوَقعٍ آتٍ ، فنحن في الحقيقةِ لا نقفُ على أقدامنا بل نقفُ على قلوبنا فاعتنِ بقلبكَ واجعلهُ مكاناً لتخزينِ ما يستطيعُ أن ينتشلكَ من ظلماتِ نفسكَ ، اجعلهُ مكاناً يغني التفاؤلَ كالنّغمِ ...

تحت السطور!

" عبد القادر زرنيخ

تحت السطور فوق الصور كيف صرت والليل داخل الحلم
تحت المفردات أمام الدرب الكبير يمشي الحلم متلكئا لايعود والقلم
على الرصيف الطويل يبات الظل وحده فهناك هناك
ظلال لا تشبهني لكني أشبهها عتد الكلمات خارج المنعطف
خارج الفوضى أكتب للأبجديات فوضى الهوامش
فعند كل سطر تموج الكلمات تائهة بين الأرصفة
ترنو تعود من حقل لا حلم فيه غير قصائدي الراكدة
تحت خبايا الإنسان وأسرار القلم فأنا من فلسفة مطيرة
كل قطرة منها بألف منطق لجرح الكلمة
وسعادة المنتظر فكيف صرت مكتوبا جبراني الهوى والصور
تحت السطور ملأت الذات أغنية تهوى من الأحلام إيقاعها
تنشد من القصائد علاها هذه الذكريات ثكلى
مابين صمت الحروف وصراخ العبر تحت السطور
هنا على قارعة الليل هناك يموج الدرب الطويل
بصيص من مفردات جنون من كلمات .. أزخرف بها الأمل

ما الذي يوقظ القمر؟

" خلود الحسناوي

ذاكرةٌ بلا وعي ورأسٌ مثقوب معلقٌ على هامش المستحيل .. نَطقَتْ رصاصةٌ، حينما انتفض الأموات .. حينما استيقظ الناس من نومهم .. في بلدي لم تعد الاشياء متشابهة .. والأمنيات صارت مستحيلاً .. إنها تعتذر من الموتى .. جموحها ليس هناك مايوقفه ..شريكة الحروب ، تعتريها رغبةٌ قاتلة .. تشتهي رائحة الدم وذاك الترقب المخيف في الشوارع ،كلا، أنا الشهيد .. لن آخذ النصف من أي شيء.. ولن أرتضي إلّا اكتمال الأشياء .. كتبتُ على الأحجار أمنياتي .. ومع الريح أرسلتُ أهاتي .. أعطني السماء كلها! والبحر والجبال وهذا الكون القصيّ ! كل هذه الأشياء لي .. ولن أقبل أقل منها، بكلمات تتراقص بين شفتي الباهتتين ..كلمات سلامٍ .. إلياذة عشق للأيام .. اردد .. إنها أرضي مَهيبةٌ ، يحّمَرُّ خدها لو غازلها الطير .. تشظى عليها جسدي اشتياقاً .. ولَملمَتهُ جدران حجرتي الخالية من السقف.. وانحنت أمي تبكيني .. بدموعها المقدسة جُسداً ، ممزقاً كان يمشي أمامها لسنين .. سرقتهُ منها رصاصةٌ رعناء .. وتلك الدهشة على وجوه أصحابي ، تعذبني ، تخيفني .. يا إخوتي أنا معكم .

يا محاسن الصدف (٤)

" صالح الكناني

وحينما وصلنا إلى مطار الرياض ونحن لا نزال في الطائرة وكعادتنا في الوقوف في ممر الطائرة قبل أن تتوقف الطائرة ، وقفت وأنا مستعد للمغادرة وكان أمامي الإبن ووالديه وقد جرى بينهما حوار بلغة بالإشارة فهمت منه بأن الأب يطلب من ابنه أن يتصل من جواله بشخص ما ولأن الإبن يقف أمامي مباشرة فقد رأيت اسم الشخص الذي يريد الأب محادثته وهو ابنه إبراهيم ، وبعد إتمام الإتصال تفاجأت وصعقت حينما تكلم الإبن مخاطباً أخاه إبراهيم قائلاً: إبراهيم لقد وصلنا مطار الرياض أين أنت .... حسناً قابلنا في صالة القدوم ثم أقفل الخط وأعطى والده الهاتف وتحدث معه بلغة الإشارة ليقلب ظني رأساً على عقب ، فقد كان الأب هو الذي لا يستطيع الكلام وليس الإبن وأن الذي تعلم لغة الإشارة من أجل أبيه هو هذا الإبن البار وليس العكس. لم أستطع تمالك نفسي من الذهول والإعجاب بل كدت أضحك من هذه الصدفة التي تفوق الخيال فما الذي يبقى في رحلتي هذه من عجائب لم أرها بعد؟!!. فتحت البوابة وتقدمنا وحين وصولنا إلى الباب كان هناك موظف الخطوط يودعنا ويتحمد لنا بالسلامة وهنا وقفت الأم أمامه وهي منزعجة من التأخير الذي عانيناه حتى يتم فتح البوابة وكانت المفاجأة الكبرى بأن الأم أيضاً تتحدث بلغة الإشارة هي الأخرى لا تسمع ولا تتكلم وقد أعجبني موظف الخطوط حينما تفاعل معها معللاً سبب التأخير وكان يتقن لغة الإشارة فأي عجب أراه أمامي؟؟ أي موقف هذا وأي أسرة هذه التي تجد فيها الوفاء لبعضهم وأي الأبناء هؤلاء الذين يصبرون على بر الوالدين؟

تعس عبد الموضة!

" أبو بدر

يتعلق الكثيرون ويولعون بكل جديد ولا يهدأ لهم بال ولا يهنأ لهم حال إلا بشراء الماركة الفلانية من الملابس والأحذية والساعات والنظارات وأحدث الهواتف وأحدث السيارات وأحدث الفرش حتى لو كلفهم ذلك تقصيرهم في واجباتهم تجاه بيوتهم ووالديهم وأسرهم وأولادهم ومجتمعهم وحتى لو تكبدوا الديون لأجل هذه الأمور التافهة، بل قد يصل بهم الأمر إلى أن يسجنوا بسبب جريهم خلف الماديات، واتباعهم لشهواتهم واقتدائهم بالفاشونيستات والغرب واغترارهم بدعايات الشركات التي لا يهمها سوى المادة، فيصبح همه كله الماديات والموضة والماركات فهو يصلي ويركع ويسجد بجسده وقلبه يرتب ويخطط لشهواته وغارق في الماديات. تعس عبد الموضة، فالعبودية ليست الركوع والسجود فقط ولكن أن يكون قلبك غارق في شيء ما ويكون كل همك ومقصودك وتدور عليه حياتك وهو الهدف الأسمى وتصبح وتمسي على هم الموضة والمادة والمال هذه هي العبودية، يقول رسول الله ﷺ (تعِس عبدُ الدينارِ ، تعِس عبدُ الدرهمِ ، تعس عبدُ الخميصةِ ، تعس عبدُ الخميلةِ ،إنْ أُعْطِيَ رَضِيَ، وإنْ لَمْ يُعْطَ سَخِطَ) فاحذر أن تكون عبدا للموضة أو عبدا لشهواتك أو عبدا لمن تقلدهم فإنما خلقت لتكون عبدا لله.

إضاءات أسرية

قيادة وقائد

" شيخة الخزيمي

إن القادة يولدون ولا يصنعون. نعم قد يولد الشخص بمواهب أو قدرات معينة سواء في الرياضة أو الفن، لكن تعلّم القدرات وتطويرها يفوقان كثيراً في أهميتهما أي قدرات يولد بها الإنسان.. القيادة تمثل فن التأثير على الآخرين لبذل أقصى مافي وسعهم لتنفيذ أي مهمه أو هدف أو مشروع مستهدف ، كما هي القدرة على التأثير على الآخرين وتوجيههم لتحقيق هدف معين برفع حماس الآخرين لتحقيق أهداف تصب في مصلحة مشتركة من خلال شخصية أخلاقية قويمة جديرة بالثقة ، ونستنتج من ذلك أن القائد القوي يصنع النجاحات في أقسى الظروف وأشدها ، وحتى نخرج القادة المؤثرين الناجحين لاتوجد صفات معينه متفق عليها عند علماء القيادة ولكن نستطيع أن نذكر منها : صاحب الشخصية القيادة مبادر وسباق في الإبتكار وحل المشكلات وإعطاء أفكار واقتراحات بروح ايجابية متفائلة وجودة يرفع همة الآخرين ، شجاعاً في إبداء رأيه والاعتراف بالخطأ والمواجهه وعدم الهروب وتقبل الانتقاد ، والقائد عندما يكون بلا ثقه في قوله وفعله لايستطيع التقدم نحو الهدف ، القائد له أسلوب مميز في الإلقاء بنبرة صوت واثقة وحركة جسد متناسقة توحي بالصدق والقوة والعطف ، قادر على وضع الشخص المناسب في المكان المناسب لإمكانياته وقدراته . وخير مثال في مجال القيادة والقائد قدوتنا نبينا محمد بن عبدالله حيث تحلى النبي صلى الله عليه وسلم بصفات القائد الناجح وذلك من خلال اتباع أساليب القيادة التي كانت النور الذي أتى به رسول الله إلينا، حيث كان يسعى رسول الله الى تثبيت أساليب القيادة النبوية في قلوب المسلمين لبث فيهم روح العمل الجماعي وحسن التصرف والتعامل مع المواقف بهدوء وبدون خوف، حيث كان الصبر وحسن اتخاذ القرارات من أهم صفات القيادة النبوية. عاش النبي - صلى الله عليه وسلم - بين أصحابه زوجاً وأباً وقاضياً وحاكماً ومعلماً ومربياً وقائداً عسكرياً ومصلحاً اجتماعياً، عاش الحياة بأدوارها يبلغ عن الله تعالى مراده، قال الله تعالى: يا أيها النبي إنا أرسلناك شاهداً ومبشراً ونذيراً وداعياً إلى الله بإذنه وسراجاً منيراً (الأحزاب ٤٥-٤٦) فكان صلى الله عليه وسلم النموذج الأمثل، والإنسان الكامل لكل صفة حميدة، وخلق رفيع يؤهل صاحبه لأن يكون عنصراً فاعلاً في المجتمع الذي يعيش فيه. يا من تقرأ لي ولك وفقنا الله في قيادة أنفسنا وما نحمل من مسؤولية في أسرنا ومجتمعاتنا .

نوح الروح

" نورة القبيسي

تنوح الروح بِحُرقةٍ كنوح الحبيب عند الضريح،، أيا روحاً ما بك أُثقلتِ ؟ وعَن محاربة الألم ترجلت؟ وبخلسةٍ انسحبتِ، ومن كأس الخذلان شربتِ، ومن الأسى تجرعتِ ، وبملامح الحزن اكتسيتِ، وبالصمت اكتفيتِ، و عنَ نفسكِ اعتزلتِ، وبجراحك تدثرتِ، بأحلامك المحطمة تلاشيتِ، وفي الظلامِ تهتِ، كقفرٍ موحشٍ صرتِ، غاب نورك وانطفأت..