

إشراف :  
بلخن رؤى  
سعيداني فاطمة الزهرة

مخاض حياتي

# سهام صائبة

خواطر

## قائمة المشاركين:

١- بلخن رؤى / الجزائر

2- سعيداني فاطمة الزهراء/الجزائر

3- شيبان وصال/الجزائر

4- صادقي منجية/الجزائر  
dreamstime.

٥- بالسيني بشرى /الجزائر

٦- إيمان فلاح/العراق

٧- بن عطية زينب / الجزائر

٨- صالحه وعزيز/المغرب

٩- بلعسلي بثينة/الجزائر

10- دلهوم بشرى/الجزائر

11- فتيحة خلط/المغرب

١٢- رباب موسى / السودان

013سمية جلالي /الجزائر

dreamstime.

14- خديجة فضول/الجزائر

1٥- بثينة الزبيدي/العراق

16- بن عطية أمال / الجزائر

١٧- كوثر بحيرة /الجزائر

18-مرابط نور الهدى /الجزائر

19-بولمزاود نبيلة /الجزائر

20-بن أحمد إيمان /الجزائر

21-مریم عبیدات /المغرب

22-ایمان اسماعیل /المغرب

23-مریم بعداش /الجزائر

24-سعدی حنان /الجزائر

25-قمینی فاطمة /الجزائر

26- سعدي خديجة / الجزائر

27- إيمان. ن. مدور

dreamstime.

إهداء:

لكل شخصٍ ذاق المرَّ، وحمل السِّرَّ، وتغاضى عن الشَّجْمِ ،  
هذا الكتابُ

فيه فضفضةٌ ونصائحٌ، إجتمع مختلف الكُتَّاب من أنحاء العالم،  
لثُمِّطِر أمزان كلماتهم صمدًا على قلوبكم، ولترشدكم للطريق  
الصحيح دون تأثُّبٍ.

dreamstime.

المقدمة:

## «جرعة كافية»

بهدف جعلك أكثر إشراقا كتبنا لك هذا الكتاب، مجموعة نصائح بمختلف المعاني بتنوع الأساليب والأفكار، حيث أبدع مجموعة من الكتاب لإنجاز مجموعة من السهام تخاطب عقل كل قارئ، ترتب شعوره، تدركه واقعه، وتدفعه لاتخاذ أفضل الطرق للتعامل مع مختلف الظروف والمواقف.

في خاطرتي أنا هاهنا سأخبرك بأن الحياة ومهما ضاقت سبلها تتسع طرقها، الأمل والعمل كلمتان حتى وإن افترقتا اجتمعتا معا، فلا عمل دون أمل ولا أمل دون عمل، مهما كان شعورك الآن، مهما كانت الظروف، ومهما كانت النتائج، لا تنسى هدفك، لا بأس بالحزن قليلا أو البكاء كثيرا، لكن... لا تجعل ذلك طويلا، ابدأ بالعمل وتحلى بالأمل وأسعى نحو النجاح، قبل فوات الأوان، تذكر دائما... إنك خلقت لتكون ما أردت أن تكون عليه، وأنت صاحب القرار، لك الاختيار، إما الصمود وإما الاستسلام

المشرفة رؤى بلخن ♥

«اعتقادك بالأفضل يدفعك نحو الأفضل»

عدل اعتقاداتك حول الأمور الحياتية

غير اعتقادك بالفشل في مشروعك إلى النجاح فيه

غير اعتقادك عن التعلم أنه صعب، إلى أنه أكثر سهولة

غير اعتقادك وحسب،

dreamstime.

معظمنا يعيش في اعتقادات خاطئة ذات طاقة سلبية والتي هي بدورها تؤثر سلب علينا، لذلك فور تجهزك لخوض أي تجربة كانت، عدل اعتقادك، اجعله أكثر إيجابية، أكثر تنبؤاً بالأفضل، وأكثر تحصيلاً، سواء كانت نتائجه مفيدة لك أو لغيرك، لأن أي اعتقاد سلبي وأيا كان حجمه، حتماً سيكون له تأثير أكبر، سواء في الجوانب النفسية أو المادية، لأن الطاقة الداخلية التي نبرمجها في عقولنا حتماً ستتحول إلى مشاعر وتلك المشاعر هي التي تتحكم في تصرفاتنا وردود فعلنا، لذا غير اعتقادك، برمج عقلك على أمور إيجابية، لتغير حياتك نحو الأفضل.

وكاقتباس بين مزدوجتين أقول:«تمسك باعتقادك بأن الحياة ستكون في الغد  
أفضل، تجد أن الحياة حاليا أجمل أيضا

رؤى بلخن ♡

dreamstime.

## «من ثنايا الواقع»

فتاة بسيطة هي أنا يشمل في تصرفاتها بعضا من المزاح وكثير من الفضول

أبدو خجولة نوعا ما وبداخلي بركان يثور

تنهمر دموعي لأتفه الأسباب

فتاة راسخة في ذكرياتها التاريخ، وأحداث كأنها أرشيف على قيد الحياة.

فتاة مرحة مع الجميع ولا تعرف كيفية تصنعا.

ربما في بعض الأحيان تزداد تصرفاتي النرجسية وغرور

أنا فتاة باتت كلماتها

أفكارها أحلامها سلاحا لحروب حياتها

رغم أنني عنيدة في أفكاري وأناانية في حب شخصيتي

ومزاجية تغرق كل تصرفاتي...

فهذه أنية ورغم نقائص التي تشمل ذاتيا إلا. إنها زادت شخصيتي جمالا

وتميزا

فُلُبُ الحكمة هنا

لا يوجد شخص كامل رغم وجود بعض تصرفات المميّزة

لا أحد يسعى أن يكون نسخة من شخص آخر

خلقنا لنتمايز لا لتناسخ

فلا داع أن توجه كراهية لشخصيتك عند معرفة عيوبك

.تصالحوا مع أنفسكم... وعيشو معا في سلام حتى ولو لي 5دقائق في يوم تكفي

لنا أن نبي سلام بينها

وإبتسمو أنتم مميزون...

سعيداني فاطمة الزهراء ♡

dreamstime.

## «أَمَزَانُ أَمَلٍ وَنَجَاحٍ»

أَنْتَ، نَعْمَ أَنْتَ...!

لَا تَسْتَصْغِرِ يَمَّ الْمَعْرِفَةِ الَّذِي تَمْتَلِكُهُ؛ فِيهِ النِّهَايَةُ هُوَ يَصُوبُ فِي الْبَحْرِ، مَهْمَا  
كُنْتَ بَعِيدًا عَلَى الْمَرْسَى، جَدِيفَ بَرَّوِيَةٍ سَتَصِلُ لِهَدَفِكَ مَعَ بَزْوَعِ فَجْرِ الْأَمَلِ،  
فَصَبْرًا ثُمَّ صَبْرًا تَسْلُقُ حَبْلَ النِّجَاحِ عُقْدَةً عُقْدَةً، حَتَّى لَوْ فُكَّتْ أَحَدَ الْعُقَدِ  
إِرْبِطَهَا وَأَكْمَلَ طَرِيقَكَ، إِحْذَوْ بِحِكَايَا النَّاجِحِينَ وَالْمُثَابِرِينَ، لَا تَدْعُ الْيَأْسَ  
يَتَغَلَّغِلُ بَيْنَ أَوْدَاجِكَ إِقْطَعُهُ بِالْأَمَلِ وَلُفَّ جِرَاحَكَ بِبِسْمَةِ الْإِنْتِصَارِ، إِعْقِصْ  
أَحْزَانَكَ خَلْفَ ظَهْرِكَ وَلَا تَلْتَفِتْ لَهَا، صَمِّمِ عَالَمَكَ عَلَى مَقَاسِكَ بِالْإِرَادَةِ  
وَالتَّصْمِيمِ، مَهْمَا تَعَثَّرْتَ لَا تَتَخَاذَلْ بَلْ إِمْتِطِي سِرَجَ الْعَزِيمَةِ وَقِفْ مِنْ جَدِيدٍ  
دُونَ هَوَانٍ، وَلْتَعْلَمْ دَائِمًا أَنَّ اللَّهَ مَعَكَ فَأَعْبُدْهُ كَأَنَّكَ تَرَاهُ وَإِنْ لَمْ تَرَاهُ فَهُوَ  
يُرَاكَ، هَذِهِ وَصَايَا أَنْحُمُهَا عَلَى ذَاكِرَتِكُمْ، فَتَكْشُطُ كُلَّ أَلَمٍ وَخَذَلَانٍ، لَا تَنْسُوا أَنَّ  
الْأَزْهَارَ تَبْنَعُ فِي كُلِّ رَبِيعٍ، أَمَا عَنِ "سَتُزْهِرُ مَهْمَا طَالَ الزَّمَنُ" سَنَتَّخِذُهَا عِنَاوَانًا  
لِجِهَادِنَا فِي سَبِيلِ النِّجَاحِ

شيبان وصال ♥

« لا تيأس...»

حياتنا منبع للتجارب التي لا تنتهي، فقد تعثرت كثيرا وفي كل مرة كنت أتجاوز محني ومشاكلي بصبر وعزيمة ويقين بالله، أتذكر حين تمكنت من الظروف في فترة ما، لقد كدت أجنُّ وقتها.

يا إلهي، ماذا عساي أقول وكيف أصف تلك الفترة الحالكة من حياتي. كنت كلما أطرق بابًا أجده يسد أول ما أقرب منه، كنت أحس بالهزيمة وأنا أرى أحلامي تبتعد عني، كنت أغرق بكل ما تعنيه الكلمة من معنى. بيد أنه في يوم ما كان كالمعجزة. هداني الله للطريق. لم أجد غير الله من يسمعني ويعرف حالي. وقتها تقربت إليه أكثر من أي وقت مضى. بعدها بدأ الاطمئنان والسلام يتسلل إلى قلبي، حينها حياتي استمرت في التحسن يوما بعد آخر. بدأت دعواتي تستجاب وأبواب الخير تفتح لي. بدأت أعيش حياتي وأحس بها فعلا.

فاطمة قميني ♥

## «مد وجزر بين ثنايا الحياة»

بين مد وجزر نعيش تفاصيل حياتنا ومنها نكتسب الخبرات ونصبح أقوى لتجاوز المحن. فما عسائك تفعل لو اصطدمت يوما بجدار ضخم من المشكلات التي قد تعيق حياتك. أتعلم ماذا؟ عليك السكون أولاً والهدوء لتفكر بشكل صحيح، كما لا تعطي المشاكل أكبر من حجمها. اجعل يقينك بالله أقوى من كل شيئاً.

بدل البكاء وحيدا أو الشكوى للناس خذ سجادتك وقم مستقبلا القبلة وصلي. كل همومك ومشاكلك حلها هناك. عند خالقك وخالق الكون أجمع. الثقل الذي تشعر به سيزول عند أول سجدة. لا تبتئس وأنت أمام الله. فالظلام سيتحول لنور بإذنه. ستزول العقبات كأنها لم تكن. فقط ثق بالله

فاطمة قميني ♥

«فقيد روجي»

لا. لا. لا. وألف لا...

لا يمكنني نسيان ما حدث في ذلك اليوم قد مرت كلماته كأنها سهام مطلقة  
من فمه اتجاهها قلبي، للأسف أصابته حتى أنه نزف عن غير العادة... لما  
كلامه أثر في لِمَ لم يكن كما الآخرين وكلامهم

أحقا أنا أهتم لأمره؟

أحقا أنا أهتم لأمره؟... لا يمكنني قول إني أحبه كيف له أن يكسر خاطري  
ويجبر خاطره بهذه الطريقة؟ هل حقا نفسه الذي عرفته بها؟ هل حقا هو  
الشخص الذي قال إنه أحبني وأنه لا يمكنه إذائي؟...

سأخبرك شيء يا عزيزي افتخر بنفسك فأنت لست رجلا لأنك كسرتني، وهل  
يكسر الرجل امرأة؟ أنا أبتسم لكتابتني لهذا الكلام أو حتى أضحك عليه...

هل تعلم لما كل هذا لأنك لا تعني لي شيئا خاصة بعد السهام الصائبة التي  
أطلقتها

سأخبرك بشيء كان بإمكانني أن أحطمها وأنت تعلم بهذا لكن تركتها تمر لأنها  
أتت منك وليس من غيرك...

ظننتك خيرا فكنت الشر بنفسه أين الخير فيك؟، هل تركت القناع يزول؟ أم  
أنا التي لم أر شرك من البداية. لا بأس وما فائدة العتاب والحصرى ، بعدما  
حدث لا يمكنني قول شيء من غير أحسن الله إليك.

بن عطية أمال ♡

dreamstime.

## «نتيجة تفاعل»

فلنجعل التفاعل بداية كل نجاح، سلاحا امتلكه بيني وبين خالقي، قليل في الحياة من يؤمن به ومن بين الأقلية أنا، صحيح أنه كلام أكتبه لكنني حقا على يقين به، وموقعه هنا داخل قلبي ولن أنسى أن أقول يا أخي ويا أختي إن التفاعل يجب مرافقته بالجد والعمل والجهاد والتضحية...، إنه من بين أجمل ما أمتلكه في الدنيا وفي حياتي، ما أحلى الحياة أن تسير على نحو وفي طريق متفائل والكل يتفائل، وأيضا عندما لا يكون للتشاؤم مكان في حياتنا ثق بي أن النتيجة ستكون مليئة بالنجاح

وأن الرضى سيكون نتيجة تفاعلنا فالنقل معا ولنخبأ معا وليكون شعارنا "فلنجعل التفاعل بداية كل نجاح، ولنجعل الرضى ختاماً للوصول صليحة وعزيز ♡

«عبارات من أحاسيس لن أنساها»

"فلنجعل الإيمان يعمر القلوب والسعادة تملأ الحياة"

"فالنلهو بالوقت ولا ندعه يلهو بنا"

"إن مرض الجسد فإنه يحتاج الدواء و، إن جرحت اليد فإنها تحتاج علاجاً،  
ولكن إن مرض وجرح القلب فلا دواء له ولا علاج له، فإحذر أن تصيب قلباً  
يوماً"

صليحة وعزيز ♡

dreamstime.

## «إليك صغيرتي»

"يا من تحملين الهم على قلبك، وكحلت عينيك الجميلتين بسواد الهالات، لا تحزني فلا أحد ولا شيء يستحق ويضاهي ابتسامتك، إن كان سبب حزنك شخصا فاعلمي أن في بعده خيرا، وما هو إلا شخص عابر علمك درسا أن الحياة لا تقتصر عليه واعلمي أن من وقعوا من شجرة حياتك ما هم إلا أوراق خريف هشة أوقعهم هبوب الرياح.

أحزينة إن فشلت، الفشل لا يعني نهاية العالم فما هو إلا بداية نجاح جديدة، ما من ناجح لم يفشل، لكن يوجد فاشل لم يجرب أو بالأحرى فقد الأمل، تشبثي بأحلامك كما يتشبث الربان بمقود السفينة، فسلم الطموح درجاته خيبات وإحباطات ، تجاوزيها كلها لتصلي إلى قمة النجاح وامشي على هذا الطريق دون النظر إلى حذائك.

والله إن دنيانا فانية عيشها كما تريدن وتقربي من ربك فما من سعادة تقارن مع السعادة التي تجدينها في قربك من الله.

باختصار لا تحزني... وحافظي على دينك الذي هو سر نجاحك"

بالسني بشري ♡

## «إياك أن تغتري»

إياك أن يغويك الشيطان ويضلك الهوى فتتبعين فؤادك، إياك أن تنصتي  
لأنين قلبك وتتجاهلين أصوات عقلك فليلة واحدة قد تغير عمرا، مالي  
أسمعك تنادينه "حبيبي"، بل قولي "خطيئتي" التي أغضبت بها خالقي، سودت  
بها وجه أبي وأمي ودنست بها صفحاتي، تريدن ثقته؟ ماذا عن ثقة أهلك؟ أ  
رضاه أولى من رضا ربك؟ وصرت تضيعين أوقاتك وعباداتك بين أحشاء  
المحادثات والأهواء، مالي أراك تختلسين الأنظار لتلتقي بالبطل المغوار وأين  
البطولة إن لم تكن رجولة، صلابة وشهامة، عفة وحياء، حبك الأعلى عماك  
عن رؤية الحق فوقعت في الباطل، الإسلام أعزك ورفع مقامك فلا تذلي  
نفسك لأجل رخيص، كوني عزيزة غالية لا ينالك إلا ذو حظ عظيم، يعز  
مقامك ويعلي شأنك، يأتي البيت من أبوابه، يطلبك من أبيك في جلسة ومن  
الله في دعوة، عفتك وحياؤك وعرضك أعلى وأثمن من أن تدفنيهم تحت  
التراب فلا تغترين، "ولا تخافي ولا تحزني" إنا رادوه إليك، فإن أراد الله لكما  
خيرا فموعدكما في كتاب وإن رأى في جمعكما شرا فسيرزقك بمن تقر به  
عينك، بارا صالحا لا يشقيك في صحبته ثم ماذا" احفظي قلبك يا فتاة عن  
الحرام إن كنت تودين أن تسكني قلب أحد الصالحين ثم ماذا: تلك علاقات  
سامة ومصاص دماء يقضي عليكم ببطء وأنتم لا تشعرين

مرابط نور الهدى ♥

## «علمتني الحياة»

تعلمت من الحياة أن لا أكرث بما يقوله الناس عني،  
وأن لا أتأثر بالانتقادات بل أن أجعلها حافزا يدفعني نحو السعي وراء حلمي .  
تعلمت الكثير من الدروس علمتني إيها الحياة، ولو قمت بذكرها وعدّها لن  
أنتهي

العبرة هنا هي أن تتعلم من تجاربك الشخصية في الحياة وتتعلم من دروسها،  
ولا تكرر نفس الأخطاء وأن تحاول دائما تحقيق أحلامك، وأن تتجاوز لوحدهك  
العراقيل والصعاب، لا تنتظر من أحد أن يساعدك اعتمد على نفسك،  
وتوكل دائما على الله تعالى.

بن أحمد إيمان ♥

dreamstime.

## «شروق الأمل»

في الظلمة تعلمت أن أقدر نور الأمل. في الصمت تعلمت قيمة الكلمات. في الحزن تعلمت قوة الصبر. في الفقد تعلمت أهمية اللحظات. في الفشل تعلمت درس الاستمرارية. في الحب تعلمت لغة الإيمان. في الصداقة تعلمت معنى الدعم، في الانفصال تعلمت القوة للبدايات الجديدة. هكذا علمتني الحياة أن لكل مرحلة دروسها وأسرارها، ومن وراء كل تجربة خبرة قيمة.

بن أحمد إيمان ♥

dreamstime.

## «لقاء سام»

كلنا نلتقي بذلك الشخص الذي يأتي في البدايات بهيئته المزيفة المخادعة الجميلة التي تمهر به أرواحنا وتنجذب إليه، فنقص له أجمل الحكايات والروايات ونعطيه من أعلى الحنان والاهتمام الذي أحيانا نكون نحن بحاجة، وكلنا تعرضنا لخيبات تصدمنا وتجعلنا نعيش في أوهام الخيال الغريب المتعب والمرعب، تكون بدايات الأشخاص المزيفين بشبه المودة وشبه الاهتمام، يزرعون فيك الأمل في دقيقة، وفي الدقيقة نفسها ترى نفسك تحتاج إلى استغاثة فورية...، كلنا مر علينا هذا الشخص، يأتون إلينا صدفه فنضعهم في بؤبؤ العين وفوق الرأس يكونون كالتاج، معظمهم لن يبقوا معنا عندما تبعثرنا حكايات الأيام وتسقطنا الأشهر وترعبنا السنوات...، نصدقهم ونقدم لهم أفضل المحتويات وأجمل الاقتباسات، نعطيهم أرواحنا وتسقط دموعنا كالأمطار عند حزنهم؛ نزرع فيهم بذرة الحب والحنان الرهيب والأمل نجعلهم أكثر ثقة، وفي النهاية نحصد سوى كره الذات وأوجاع في الوريد والكثير من الآلام... معظمهم هكذا يأتون دون موعد ويأكلون من قلوبنا وفي نهاية المطاف يتركون لنا سوى شظايا الأكل...

بعد كل هذا الحديث، لكل من قرأ كلامي هذا، اعرفوا جيدا واتقنوا الخيارات في اختيار الأشخاص، ليس كل من ابتسم لك يحبك، وليس كل من قال لك أحبك يحبك حقا، فبعضهم يأتون إلينا ليفسدوا ضحكتنا البريئة وقلبنا اللطيف بضحكة مزيفة.

بحيرة كوثر ♡

## «في حوار مع أبي»

كنت في العاشرة من عمري في أحد الأيام كنت جالسة بجوار أبي كان يستمع لسورة التوبة، فطرقت تلك الآية مسامعي وبدأت تتردد في ذهني، {حتى إذا ضاقت عليهم الأرض بما رحبت وضاقت عليهم أنفسهم وظنوا أن لا ملجأ من الله إلا إليه} فسألت أبي عن هذه الآية، فأجاب قائلاً: يا بني، أتري حبي لك وكيف أخاف عليك من نسمة هواء باردة أن تصيبك فأجبت بنعم فقال: إن الله أرحم بك مني ومن أمك رحمته وسعت كل شيء، الله سبحانه جل في علاه لطيف بنا، هو الذي يعلم ما بداخلك يعلم ما تريدين وماتفعلين، يا بني استشاري مراقبة الله لك دوماً وكلما هممت بفعل شيء اسألني نفسك يا صغيرتي هل الله راض على ما أفعل؟ إياك أن تفقدي ذلك الصوت الذي يهمس بداخلك هذا حلال وهذا حرام، وتذكري أن الله لا يعجزه شيئاً في الأرض ولا في السماء، قادر على أن يغير قوانين الكون كله ليرضيك، قد تمرين بظروف صعبة لكن يا بني اصبري فهذه الحياة دار ابتلاء، ولنا في أنبيائنا ورسولنا خير أسوة فاصبري يا صغيرتي فالابتلاء ليس دليلاً على عدم حب الله لنا بل هو امتحان من الله فيها هم الأنبياء والرسول أطهر من مشوا في هذه الأرض ومع ذلك لم يسلموا من بلاء الدنيا وكدرها، استعيني بالله دوماً ولا تخافي فالله معك، وإذا قضى أمراً قال له كن فيكون، وأحسني الظن بربك فهو أحن عليك من والديك، الله -سبحانه وتعالى- قال فإن مع العسر يسراً إن مع العسر يسراً فهو لم يقسم بها مرتان عبثاً وقال النبي صل الله عليه وسلم - لا يرد القدر إلا الدعاء.

يقول الله -عز وجل- في كتابه العزيز {وأيوب إذ نادى ربه أني مسني الضر  
وأنت أرحم الراحمين (83) فاستجبنا له فكشفنا ما به من ضررنا وآتيناه أهله  
ومثلهم معهم رحمة من عندنا وذكرى للعابدين (84)}

فتيحة خلط ♡

dreamstime.

«منصات التواصل الاجتماعي بين الاستمتاع والادمان»

الإدمان الصامت سم بطيء..

يبقى الإنسان تائها وسط دوامة سوداء، لا يغادر مواقع التواصل الاجتماعي عنده حسابات في كل مكان دائما متصل، جل وقته يمضي في مراقبة أخبار الجميع ومشاهدة ما لا ينفع، كل ما حاول الخروج من هذه الدوامة أعادته من جديد، يتصرف دون وعي، يهدر وقته في مشاهدة مقاطع الريلز التي تشعره بارتفاع الدوبامين السريع وعندما يحاول إخراج نفسه من ذلك الوضع يغلبه شعوره ويعود مرة أخرى لذلك الوهم، يجلس مع أهله ببدنه، وذهنه شارد مع سراب السوشيال ميديا، وتمر ساعات بل أيام لا يقرأ كتابا نافعا، ولا يزيد علما إلى علمه، فتراه كما هو من عشر سنوات أو يزيد حتى لو قرر مذاكرة كتاب ما أو دراسة شيء سرعان ما يمل، لأن عقله تعود على تلقي المعلومة بشكل سريع، فيصبح صغير العقل والفكر، وضيق الصدر، وتكثر عزلته، ويشتد غضبه لأنفه الأسباب، ويسهل تعرضه للفتن ويسترسل معها، هذا إدمان قاتل، والعاقل من أعاد ترتيب أوراقه، ولزم، قال النبي ﷺ

"نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة، والفراغ"

أنت لم تخلق لتسلي والتفاهة أو لهدر الوقت بل أنت خلقت لمعالي الأمور!  
وسائل التواصل الاجتماعي صحائف لبعض أقوالنا، فيجب علينا أن نجعلها  
تحت مظلة ما يرضي الله

لأن ما كتبناه وما نشرناه سيبقى في ذاكرة الدنيا وإن غادرناها. فبم سنلقى الله  
غدا وبما سنجيبه حين يسألنا عن عمرنا فيما أفيناه؟... إسألني أنفسكم عن  
الإجابة فأنتم أدرى بها...

فتيحة خلط ♥

dreamstime.

## «ذكريات فتاة»

يقولون عنه سن الطيش ولم أكن فيه طائشة، يقولون سن التمتع وقد وجدت في عدم التمتع به راحة، يقولون كل شيء فيه مرغوبا وكل خطأ فيه يغتفر لكني أدركت العكس، فهو سن النضج الفكري الذي لا يجب أن تغتفر فيه كل غلطة، فالغلطة تؤدي للأخطاء والأخطاء تؤدي للجريمة، والجريمة لا تسلم عقباها.

سأعرض عليكم ذكرياتي التي كتبتها وأنا مراهقة لعلكم تستفيدون مني شيئا:

"فتاة أرادت أن تكون مراهقتها ذكرى لكفاحها، كفاح أهوائها وشهواتها ووساوس الشياطين الإنس من حولها، فتاة أرادت أن تكون محاربة في ميدان الأهواء والغرائز، فتاة أرادت أن تخرج منتصرة بدينها، فتاة تود ستر نفسها وحفظ عرضها وأن تقتدي بمريم رضي الله عنها في عفتها، فتاة كل هدفها أن تبلغ أعلى مراتب العلم وأسمى درجات المعرفة، فتاة تريد التفقه في دينها وأن تقتدي بعائشة رضي الله عنها، فتاة لا تريد أن تسقط ولو مالت ولا تريد أن تتحطم ولو سقطت، فتاة تريد الصمود والثبات وأن تقتدي بأسيا زوجة الفرعون، فتاة أرادت أن تجمع بين صلاح الخلق وشدة الذكاء وأن تقتدي بخديجة رضي الله عنها، فتاة تعلم أنها لن تسلم من الخطايا ولن تكون ملاك لكنها تريد المواجهة، حتى وإن أخطأت تتوب، وإن سقطت تنهض، وإن زلت تستغفر ربه. فتاة لا ترى المراهقة فترة الخطأ والطيش بل تراها سن التكليف، سنا لا يقبل الخطأ إلا إذا تبعته توبة صادقة، فتاة لا تؤمن بمعتقدات مجتمعتها، لا ترى أن للشباب أن يدخن أو يشرب خمرا أو يغازل البنات أو يرقص مع الموسيقى لمجرد أنه في فترة مراهقة، بل ترى أن الشاب في مراهقته

يجب أن يكون يافعا يصلح نفسه ولا يحتاج من الغير إصلاحا، لا يعصي ربه  
ولا ينتهك حقا تحت شعار المراهقة، فتاة لا ترى أن للبت أن تتعري في  
الطرق وتباهى بملبسها وتتمايل في مشيتها لمجرد أنها مراهقة، ولا أن  
تصاحب الأولاد وتنشأ الصداقات تحت شعار المراهقة، بل ترى أن على الفتاة  
أن ترفع من قيمتها ولا تجعل من نفسها سلعة تباع وتشتري، فتاة صنعت  
حولها جدارا حاميا واتخذت درع ضد شهوات نفسها وغرائزها، فتاة خصيمة  
وعدوة لنفسها كونها تريد النجاة لا الهلاك".

إيمان. ن. مدور ♥

dreamstime.

## «رقصة الظلام والأمل»

في غمرة الليل الساكن، تأبى سهام صائبة السكون تندلع مشاعرها كألسنة نار، تتلاطم في داخلها كالأموج المتلاطمة في عينيها تحمل أسراراً لا يعلمها سوى القمر، وقلبها ينبض بلحن خفي يراقصه الظلام، تختبئ مشاعرها خلف قناع الهدوء، وكلماتها تتناغم مع لغة الصمت. في كل نظرة، تحمل وراءها حكايا ترويها للسماء المظلمة. يراودها الشوق في لحظات الوحدة، وتحلم بأن تكون الرياح حاملة لأحلامها المكبوتة وتتراقص سهام صائبة بين أضلع الليل، تحكي للكون عن مشاعرها المخبأة، كأنها ترسم لوحة جمال باهرة بألوان الظلام والأمل المكتوم، في لحظات الصمت، تتأرجح حروف خواطرها كأنها أغان تحكي عن أحلام تائهة وألم لا يرى. السماء تشهد على حكايتها، والنجوم تلتقط لها أشعة الأمل كي تنير مسارها المظلم.

dreamstime.

تتسارع نبضاتها عندما يلامس صوت خطواتها الوحيدة الأرض والليل يكون  
شاهدا على تفاصيل قصتها، وتبدأ الكلمات في الخروج من صدرها كفراشات  
خجولة، تحلق في أفق اللحظات الثمينة ومع كل كلمة تزهر حروفها كزهرة  
نادرة في وسط الظلام، وتنمو مشاعرها كشجرة تتسارع نحو سماء الأمان.  
وسط هذا اللحن الصامت، تتراقص كلماتها كعازفة ماهرة تعزف سيمفونية  
الأحاسيس المدفونة ومن تتألق سهام صائبة في مهرجان الكلمات، تروي  
مشاعرها المخبأة بلغة القلب، وتترك أثرا في روح كل من يستمع إلى نغم حياتها  
المحملة بالأمل والحب

بن عطية زينب ♥

dreamstime.

## «وقوف بعد إنهيار»

لا وجود لبداية تحت ظلال الماضي، لا وجود لغد ما دمت معلقا بالأمس، لذا تعلمت بعد كل هذا العمر أن لا أعلق بماضٍ زعزع مبادئٍ وجردني مني. كنت قبل عامي هذا متشبثا، عقدت شغاف قلوب من لا يستحقني بأوصال فؤادي، تجرعت مرارة قريهم في كؤوس براءتي التي قدمتها بكل حب، بلتني الأقدار واختبرني الدهر بطريقة قاسية، دفعت ثمن طيبي وحماقاتي وثقتي المفرطة، اليوم بعد عامي ذاك أعي أنني حرقت كل الذكريات وصهرت أسلاك المستحيل بسلك الممكن لأعود إلى قمم خساراتي، وأشيد بها سلما يقودني إلى قمة النجاح.

فقد واجهت الحياة مجردة من كل الأسلحة بينما واجهتني بكافة أنواع السلاح، لم تكن الحرب متكافئة لكنني فزت، رغم كل ما حدث ممتنة أنا للماضي سعيدة أنا بالحاضر، متشوقة للمستقبل، لم يحن بعد وقت الاستسلام،

من قال إن الجروح غير قابلة للالتئام؟!

بعداش مريم ♡

## «عقدة»

في طريق الحياة ستجد بعض العوائق؛ هذه العوائق لن تستطيع منعك من هدفك إلا إذا سمحت لها أنت، تعامل معها على أنها خيط معقد؛ ستبحث أولاً عن أطرافه وتواصل السير إلى أن تجد أول عقدة، أمامك ثلاثة خيارات: إما أن تتوقف عند هذه العقدة وهكذا ستتوقف كل حياتك وتغرق في بحور اليأس. أو تتعامل مع هذه العقدة بعنف فقط أنت تريد أن تقتلعها ولا تدري كيف؛ في هذه الحالة ستصعب الأمور أكثر وتزداد تعقدا ولن تستفيد شيئاً من كل محاولتك. أما ثالث خيار مبدئه اهدأ أولاً؛ فلا تحل العقد بالقسوة ولا العجلة فتتئين مهما كبرت المشكلة أو العقدة ابدأ بحلها شيئاً فشيئاً، تلقائياً ستجد أن العقدة حلت.

على هامش السطور  
dreamstime

القوة لن تجدي نفعاً مع العقد، إما أن تصبر أو تتذمر لبقية حياتك.

رباب موسى محمد ♥

## «لا تكوني عاطفية»

في بداية العشرينيات ستكونين بحاجة إلى تأسيس مستقبلك، ويجب أن تكوني عقلانية في قراراتك وأن لا تنجرين وراء العلاقات العاطفية أو ما تسمى (الحب) لأنه سيحطم مستقبلك...

اهتمي بنفسك وأعتني بها لأنها هي من تستحق الاهتمام...

اكتشفي موهبتك وينميها ، وواصلِي حلمك ولا تقولين مستحيلا؛ لأن الله على كل شيء قدير...

واستعيني بالله دائما، وكوني على يقين بأن الله يدبر لك أمورك كلها بطريقة تجعلك تبكين فرحا

لأن الله يختار لك الخير دائما...

وأهم شيئا أريد أن أقوله لك: توكلِي على الله -عز وجل- دائما وأبدا، أخبري الله في سجودك ودعائك عن كل شيء يجول في ذهنك

تستودعين الله أمانيك فإن الله لأن يخيب ظنك أبدا...

دائما يحقق الأمنيات بالطريقة الأكثر استحالة

فقط قولي يا رب

بثينة الزبيدي ♡

## «ياقوتة السواد»

الناس صنف واحد إنسان مخلوق من طين ضعيف يكسر بهزم ويبكي.  
لكل منا نقص في ذاته والكمال يبقى لله وحده عز وجل، ولكل منا يوما موعودا  
وحفرة في الأخير تصبح فيها أكلة لدودة بذلك القبر، فلماذا أنت تتجبر وتتنمر  
وتميز بين هذا وهذا وكل تأخذه على حسب بشرته فمن أنت أيها المخلوق كي  
تسخر من خلق الله وتسخر من ذوي البشرية السوداء أو ليس السواد ياقوتة  
العالم فما بها الكعبة تكتسي بسيد الألوان وتظهر بأبهى صورة ومآبه ظلام  
الليل الذي تتغنى به في أرقك وسودك ، أفليس الخالق واحد وخلق الإنسان  
بأحسن صورة، فبالله عليكم أن تعلموا بأنه لا فرق بين الأبيض والأسود  
فالجمال للقلوب والفائدة من كونك أبيض ذو قلب أسود حاقد ولسان لاذع.  
فالله خلقنا شعوبا لتعارفوا وجعل جمالنا في اختلافنا فالكل جميل بتميزه عن  
غيره.

بلعسلي بثينة♡

## «علاقة ماذا؟»

جميعا نمتلك قلبا ولكن ليس الجميع يحسن اختيار من يحب، يحب المرء  
باخلاص بكل قوة يتحول المحب الى مجنون عاشقا ولهان يفقد بصيرته ويسلم  
ثقتة بكل امتنان.

لكن من يحب يتمنى لكي الأفضل لا يرضى لكي مالا يرضاه لأخته، من يحبط  
بصدق يزور بيتك ويتحدث لوالدك يغنيك بالحلال ويهب عليك من الحرام.  
من يتمناك يطلب من الله تكوني دعوته ولست نزوته أنت أعلى من أن تكوني  
ملاذا لنزوة عابرة وشهوة شبه رجل.

فكيف ترضين لنفسك أن تكوني مع أحد لا يستحق اسم رجل حتى. لأن  
الرجال لا يواعدون سرا الرجل الحقيقي يطلبك من الباب الواسع.  
فبتر العلاقة الحرام خيرا لك من هلاك أعوام.

بلعسلي بثينة♡

« لا تتعلق بأحد...!!»

← ﴿تقبل فكرة أن "ليس كل ما يلمع ذهب"، وليس كلا من عرفة رفيقا، دائما ما يكون ذاك الخطأ شخص ووتتعلق به لكن أي خط سيوضح... تقبل اختفاء الوهج وظهور الجانب المظلم، لا تحاول إعادة البريق لمن بهنته المواقف، فإن الله لا يبعد عنك شرا إلى لخير، ولا تسعى لإصلاح من أفسدته أعماله وسائتك أذاره، ليس كل ود انقطع يستحق أن يوصل، ولا كل من اختفى من حياتك يستحق الرجوع، احذف قدرا مستطاعا فلا احد يود خيرا بك، أبى من استحق القول، وعليا اقول تعلقت ومت الف مودة بلا موت حق فإذ بي لا زلت اقاوم وانا هنا أكتب رسالتي لك يا من كنت حافرة القبر، اخطأت حين مقولتي «لقد لحقت بقلبي» والآن حالي من تعب تلطيف الحال كل مرة على نفسي المره، إذ ضجر الاشتياق يمر كل مرة بلا موعد هو صعب لكن بدرجة لا منطقية؛ فحين تسطو المسافة ويقضي البعد حكمه، فيكون المذنب "عاشق" لم يذق من عشقه الا عذابا، ويأتيه طرفه الآخر بغدر واني لما اوددت بك أذية، برب لعزة ما ذنب روجي وهي تتعرج بين طرفي العذاب والاتزان...!

ها انا اعود واقيم حواجز وإنهيارى لا زال قائما اقسام انى لن أفتح مجالا

لأحد... ﴿

سمية جلالى ♥

## «حي الفاشل»

تلك الفتاة في سن المراهقة هي فتاة بريئة تحتاج إلى اهتمام وحنان... في يوم من الأيام تلك الفتاة جالسة في فراشه وجدت رسالة من شخص قامت بالإجابة تتحدث معه لأيام وأشهر حتى وقعت بحبه أصبحت تبقى ساعات طويلة في فراشه تتحدث معه أصبحت لا تخرج من غرفته ولا تتكلم مع عائلتها ولا تهتم صلاتها ولا دراستها... حتى يوم من الأيام استيقظت من النوم وجدت رسالة من ذلك شخص لقد أخبرتها انتهى كل شيء لا أريد أجد منك رسالة مره اخرى ما اصعب تلك الكلمات على قلب تلك الفتاة أصبحت جسد بلا روح... قررت أن تخبر عائلتها عن علاقتها خطأ عندما أخبرت عائلتها أصبحت عائلتها لا تتكلم معها بقت وحدها لا أحد معها... تلك تجربة علمتها ان علاقات المحرمة لا ترضى الله علمتها ان ثقة عائلته اهم من كل شيء علمتها أن صلاة ورضى الله أهم علمتها أن لا أقضي وقتي للأشخاص خطأ لأن وقت من الذهب علمتها ان علاقات خطأ سيؤثر على صحتك ونفسيته علمتها ان دراستها ومستقبلها اهم من كل شيء علمتها ان حب الله اولا عندما تحبك الله ويحبك كل من حولك علمتها كيف تكون قوية علمتها لا تستعجل في الوقوع في الحب... علموا اولادكم أن علاقات محرمة تبقى محرمة أن الله لا يحب أن تفعل عبدها أشياء محرمة اقتربوا الى الله،

لأننا نجد حب والأمان ألا بقرب الله.

إيمان فلاح ♥

## «رسالة للتأمل والتغيير»

أيها العزيز/ة،

في رحلتنا الحياتية، نواجه مجموعة من التحديات والتجارب التي تختلف في تأثيرها علينا وعلى تصرفاتنا. إنها العواقب التي تنبغي لنا أن نستفيد منها. إنني أعلم أن الحياة قد تبدو معقدة أحيانا، ولكنني أرغب في مشاركة تلك المعرفة معك.

إذا كان بإمكانني تقديم نصيحة واحدة، فستكون هذه: "لا تدع الفشل يعصف بك... دعه يعلمك.

عزيزي/ عزيزتي،

لا تدع الفشل يعصف بك... دعه يعلمك".

نعم، الفشل يمكن أن يكون مؤلما ومحبطا، لكن في النهاية، إنه فرصة للنمو والتعلم. عندما نفشل، نحن في الحقيقة نكتسب تجارب قيمة تساعدنا في الوصول إلى النجاح في محنة مستقبلية.

لا تكن قاسي القلب تجاه نفسك بسبب الأخطاء. نحن جميعا نخطئ ونتعلم، والمهم أن نتذكر أن الفشل ليس نهاية الطريق، بل هو بداية لرحلة جديدة من التحسن والنضج. احتفظ بقلبك مفتوحا للعلم والتطور. كن كريما مع نفسك ومع الآخرين في كل تجربة. وتذكر دائما أن الصبر والاستمرارية هما مفتاح النجاح. استمر في السعي نحو أهدافك، وابق مصرا على أن الأمور ستتحسن.

لا تيأس، بل استمر في الثقة بنفسك وقدرتك على التغلب على التحديات، قم بتقديم النصح والدعم للآخرين، فربما تكون أقوال كلماتك تلك هي السبب في

تحفيز وتشجيع الآخرين أحيانا، ابق إيجابيا ومصدر إلهام لمن حولك، استمر  
في بذل الجهد والعمل بكل إخلاص وستجني ثمار جهودك في النهاية.

خديجة فضول ♡

dreamstime.

## « الغريبة في وطني »

سهم أصابني في لحظة غضب دمر كل شيء في رفة عين، ذهب كل ما هو جميلا  
وكل ما هو ليس جميلا في لحظة ضعف مني في لحظة تهور وزلات لساني فقدت  
أعز الناس لي، فقدت ناسا لوهلة ظننتهم أهلا لي أنا الغريبة المهمشة في وطني  
غريبة المشاعر والاحاسيس، غريبة الافكار والمبادئ. ألهذا لا أتناسب مع هذا  
العالم لا يستطيع أحد تفهمني ولا تفهم أفكاري. أنا أعيش في وطن وردي أم  
بنفسجي أم وطن طبقي وnergسي أم وطن الحب والأمان. أم أعيش في وطن  
القمع واللاأمان، رغم اختلافي قررت الاندماج مع هذا الوطن لأنني بالفعل  
أريد المشاركة في نجاحه وأن أكون لي دورا مهما فيه لذا قررت التجاوز  
والتسامح والغفران والتنازل والتناسي عما فات والتفكير في غد جميل  
والعيش بسلام وأمان

دلهوم بشرى ♡

## «بلوة عاشق»

العشق بلوة لكل من تدمرت حياته... احدثكم عن بلوة عاشقة عن فتاة  
مراهقة عن حب قتل خجلها وضيع حياؤها... عن استغلال دمر حياتها... نور  
اسم على مسمى نور في وجهها وحياء في ذاتها فتاة الـ14 من العمر، لامستها  
ملامح الحب... دخل قلبها ريحان الزهور... هوى قلبها وجعل منها عاشقة ولهانة  
به... تقدم لخطبتها حبيب روحها... وهنا كانت الضربة... صاعقة نفسها...  
وصدمة عمرها رفض والديها... جاءت لحظة دمارها وقتلها حية... هذا الرفض  
اثار غضبها، اذهب حياءها، واخرج جرءتها، جن جنون عقلها فقررت ان  
تثور، ثورانها سبب فشلها... قررت الهرب وفعلا هربت، خرجت من بيت ابيها  
ومن قلبه، وهي تظن ان حبيبها سندا وظهرا يحميها، فتم خذلانها، ذهب  
وتركها، لاحماها ولاسندها بل كسرهما، وخيب املها وهنا ضاع كل شيء خسرت  
اهلها، نفسها، شخصها ودمرت كيانها، ضلت بلا ملجئ بلا حياة... نصيحتنا  
اليك يازهرة في هذه الدنيا، لاتطفي نور وجهك ولا تنقصين من قيمة والدك...  
انك نور عيون اهلك لاتطفيئها... لاتتبعي عشقا يقتلك ان العشق بلوة لمن  
يتبع هواه... لاتتبعي حبا يسلب منك ماتملكين... لاترمي بنفسكالى التهلكة...  
فالله اوصانا بحماية انفسنا لاقتلها.

صادقي منجية ♥

«أين صديقي؟»

لا بد أننا من المواقف نتعلم الصمود، نتعلم بمن نثق من نبوح لهم أسرارنا من نفتح لهم قلوبنا، من نسمح لهم بمسك أيدينا من نختارهم أصدقاء أو أعداء.

طوال سني حياتي صادفت أشخاص اعتبرتهم أحبابا تقاسمت معهم الطعام والشراب، الأحزان والأفراح، الأسرار والآلام.

هناك من كان يرقص معنا فترة الأفراح دق الطبل وربط الحزام أطربنا بكل الكلمات، رسم على وجهه ابتسامة وفاء ظننا أنه حق القريب والحبیب.

في أحد الأيام كان نصيبنا السقوط امتلأت عيوننا دموع وقلوبنا هموم، كنا نقف ننتظر وراء الأبواب هل تدق وتفتح ويدخل الأحباب، حملنا الهواتف وانتظرنا الاتصال، انتظرنا كلمات المواساة ورسائل تزيدنا القوة والثبات.

لم نر أحد قرب الديار غادرونا واختاروا الفراق، تركوا أيدينا ممدودة في الهواء دموعنا تتساقط في الظلام صراخنا تسمعه الجدران.

نصيحتي أخيرا أيها القراء إن أردت اختيار الصديق اختر وقت الضيق والأحزان أنه الوقت المناسب لمعرفة الصديق من العدو.

نبيلة بولمزود ♥

## « فن التوقيت للأوقات المناسبة »

اسمع كلنا نعاني مما تعانين منه، فجميعنا لا نعرف كيف نرد الرد المناسب فبعض المواقف كانت تتطلب منا الكلام ودفاع عن أنفسنا وحقوقنا، لكننا عراض عن ذلك التزمنا الصمت وتركنا الآخرين يأخذون نظرة الجبناء عنا، أما في بعضها فكانت تتطلب منا الصمت وألا نزيد التراب بلة، لكننا لم نفعل وتكلمنا وثرثرنا على أشياء ننظر لها الآن فنجدها تافهة ولا أتفه منها فهذا قد نسميه تسرعا أو تبلدا في الأفكار، فنجد أنفسنا قد رجعنا بذاكرتنا إلى الوراء لذلك الموقف تحديدا، ونعيد صياغة الحوار فنقول ما يجدر بنا قوله في ذلك الحين، ونحذف ما قلناه، فلا نغير شيئا سوى إقناع عقلنا الباطن لكي لا نظهر ضعفاء أمام أنفسنا ولا أنبنا ضمائرنا على أقوال وأفعال لم تكن في محلها أبدا

فنصيحتي لك: قبل أن تخرج كلماتك دعها تدر في عقلك جيدا... فكر بسرعة وتكلم ببطء

إيمان إسماعيل ♥

## «سموم تنطق»

راحة وسكينة بعيدة عن القيل والقال، وإذا اقتربت من ذلك العالم الأسود  
ستكون غيمة سوداء تخيم على حياتك بسوادها، نحن لا نسلم ولا ننجو من  
ألسنة تحمل فيها سما، لا يسلم أحدا من ذلك السم القاتل مع مرور الوقت،  
فما نبحت عنه هو ذلك الترياق الذي يعلق جروح سموم قتلت داخلنا الكثير،  
وغيرت حياتنا كلياً.

وما أجمل الحياة التي نعيشها في كنف الراحة والاستقرار، بعيداً عن أمراض  
القلوب والنفوس، ولو سمعنا ما يقال عن في الغيب لما بقي أحد في حياتنا،  
فقط نحن نؤمن بأن القرب من الله أفضل وأسعد حياة تلك التي تنسينا مر  
السنين.

dreamstime

سعدى حنان ♥

## «معادلة الحياة»

الحياة معركة، تجد بين أزقتها عثرات تجعلك ملطخ الوحل من سقوطك، لكنها تعلمك أن تكون حريصا في خطو خطواتك التالية لتتم طريقك نحو المستقبل.

دراسة، وإدراك معنى الدنيا، علمتك أن لا تثق بالداعيين على أنفسهم اسم الصديق ولا تسند ظهرك كذلك لما هم أقرب إليك.

الحياة معادلة متساوية من كلتا الجهتين، خائنة ووفية، ونيتك تلاقيك مع من هم أكثر منك، لذلك سر في طريقك على نياتك الصافية واحترس في اختيار النمط الصحيح الذي يعيشك في سلام

مريم عبيدات ♥

## «نبال السنينة»

بمهجتي تتراقص نبال السنينة  
بأبجديات حُبكت خبثا و نسجت غدرا  
في ثناياها صواريخ مدوية  
تُحطم الوجدان وتُتلف النعمة  
بعيدا عن الأناة والإنسانية  
أفرجت مع سبق التخطيط والقصدية  
مخلفة نزيف روح وعقدا نفسية  
ترى بماذا صُنعت قلوبهم؟  
هذا إن صح التعبير فالمائل أن حجارة وضعت بدل القلوب  
والأدهى والأمر أنها من أقرب البشر  
لم تأبه لا للومق بيننا ولا للعمر  
متجاهلة خيرنا  
قاصدة تحطيمنا وتخريق مشاعرنا  
لكن أنت من عزمت ذلك  
فاذهبي بعيدا واجذمي لباس الحنية  
فقد كشفت واجتث قناع الإنسانية.

سعدي خديجة ♥

## الخاتمة:

لسيل الكلماتِ وقعٌ على الفؤاد، كما لتناثر الحبرِ تأثيرٌ على البصر  
خطايا وفوائد، معاناةٌ وأهوالٌ، حُفرت بين ثنايا هذا الكتاب. لترشد كل ظالٍ وهائم  
عَبْرٌ من كل زمنٍ ولكل جنسٍ دون إستثناءٍ، لعلكم تستفيدون وتعقلون معناها.

dreamstime.

# سهام صائبة



كسهام صائبة جسدتنا لكم افكارنا في  
كتاب واحد جمع بين اقلام عدة كتاب  
من مختلف بلدان الوطن العربي،  
كهدية منا قدمنا لكم هذه النصائح  
التي نأمل ان تكون ذا افادة لكم، عربون  
شكرنا لقرائتكم، وصالح امتناننا  
بأخذكم عين الاعتبار لما قرأتم  
سهام صائب، هدف واحد .

إنجاز " 2024 "