

وناسي مروى

# متلازمة الفراولة

رواية



# متلازمة الفراولة

وناسي مروي





الطبعة الأولى 1446 هـ - 2024 م

(ISBN) : 978-9969-562-58- 3

الإيداع القانوني: 2024/10

اسم العمل: متلازمة الفراولة

تأليف: وناسي مروى

عدد الصفحات: 152 صفحة

قياس: 14/21

الناشر/ دار المثقف العربي للنشر الجزائر

صفحة الدار على موقع فيسبوك:

<https://www.facebook.com/elmothakaf>

الموقع الإلكتروني: [www.elmmothakef.com](http://www.elmmothakef.com)

هاتف / فاكس 0675 49 73 86

واتساب/0696 59 04 68

مقر الدار: Rue Ben flis- impasse kalenge- batna



جميع حقوق النشر الورقي و الإلكتروني والمرئي والمسموع محفوظة  
للمؤلف وغير مسموح بتداول هذا الكتاب بالقص أو النسخ أو التعديل  
إلا بإذن من الناشر.



للتواصل معنا انسخ رمز الاستجابة السريعة



# متلازمة الفراولة

وناسي مروي



المثقف  
المغرب  
للنشر والتوزيع



♥ إلى أسرتي أمي وأبي ♥

أحمد الله كثيرا أنكما بخير

على فكرة صوت أمي وأبي هو السعادة بحد ذاتها  
أمي أنت أقوى امرأة عرفتها أنت جميلة بكل المقاييس  
أمي أحبك جدا... وأشهد الله أنني لك من الشاكرين  
شكرا لأنك أحببتني مرتين عندما تناديك ابنتي "مامي"

إلى حماتي التي كانت حنونا وعطوفا

تخبئ السعادة بين أحضانها

إلى حماتي "فاطمة بن سليمان"

كل الحب لك

كل الامتنان

شكرا لك لأنك أجمل العطايا لابنك ولي ولابنتي



"إلى زوجي الذي كان أحد مسببات السعادة  
يوسف الذي كان دعوة أُمي المختبئة  
وكان أمنية أبي  
هو السند لي بعد أبي وأخي  
هو الأمان بعد أُمي  
هو الملاذ بعد الله  
هو الوجه الجميل للحياة  
هو ابتسامة السعادة الخفية  
هو أجمل أقداري  
لم يكن نصفي بل كان كلي .

"ابنتي"

أنت مصدر سعادتي

أنت الحب

أنت منحتني لقب أم

اللقب الذي يجلب الإطمئنان

ما أجمل الأمومة بعينيك

ابنتي "ميرال"

شكرا لك صديقتي الصغيرة

براءتك وعفويتك أعادتني طفلة

تعيد رعاية ألعابها من جديد

وتستمتع بقصص ما قبل النوم

شكرا لتلك المساحة التي منحتني إياها

داخل عالمك الصغير.

أولئك الذين غادرونا دون سابق انذار "  
الذين أخذهم الصمت بعيدا وأحلهم القضاء والقدر على التقاعد  
مبكرا الذين كتم الموت أنفاسهم ولم يطلقوا كلمة  
وداعا ، أولئك الذين تمنينا أن نخبرهم كم كانوا  
مميزين ، لم يفت الأوان مازال الكثير أمامنا كي نكتبه على الورق "

قبل أن أنسى  
قبل أن تسرقني المخيلة ..  
وتستهلكني الكتابة كعادتها  
أريد أن أذكرك  
أنك بلادي  
أنك الأرض الأولى التي وطأها آدم  
أنك التي حررتنا من أخطائنا  
وفيك قلنا  
اقرأ باسم ربك الأعلى  
إلى الجزائر الحرة الأبية  
ودون أن أنساك فلسطين  
لا تؤاخذيني ... إنها زلة قلم .

أعلم أن البدايات والمقدمات  
والكلمات التي نزين بها عتبة الكتب  
لا تستحوذ على الاهتمام الكبير  
وكما أنها حقيقة ليست مغرية ...  
لكن حتى بدأت الكتاب من النهاية أو الوسط  
وجب أن تقرأ في البداية أنه  
ينتمي لعالم الفراولة .  
كن سعيدا لأجل نفسك .

"من الصعب أن تتقنع الآخرين أنك مختلف ...  
أكتب ثم أكتب ثم أكتب .... سيؤمنون بالاختلاف يوماً "

مـــــــرّو

إلى عشاق الطبيعة الوديعه  
إلى محبي الفراولة  
والسعادة والشوكولاتة والموسيقى  
وذلك الملجأ الآمن الذي نصنعه داخل الكتب .  
أكتب إلى كل أنثى جميلة هنا  
إلى كل زوجة تحب زوجها  
وكل زوج يحب زوجته  
أكتب لحبيبتى ميرال .حفظها الله لي .  
إذا كانت لك ابنة فأنت أكثر من محظوظ.

أتعرف ما هو الأمر الجميل بالكتابة  
هي تلك الحرية التي قاتل لأجلها جدي وجدك  
وللأسف لم ينالوها  
أتعرف ما هو الجميل بعالمي وعالمك  
أنت الذي تقرأ وربما كنت تكتب أيضا  
هو أن العوالم التي نعيشها من صنع أخيلتنا  
وأن المدن التي أقمناها داخلها لا تحتاج منا  
انتخابا أو تصويتا أو عودا كاذبة  
حتى ننتخب من يحكمنا داخلها .



ستعطيك الفراولة  
ملايين الأسباب لتحب الحياة  
فقط يجب على من لم يأكلها أو من لا يحبها  
أن يجرب بعد أن يقرأ  
ما تقوله الفراولة .  
الهدوء و السلام من يتحدثان داخل هذه الورقات.

السلام الداخلي يبدأ من السوق ...  
تذكرك الفراولة أن الرسول صلى الله عليه وسلم  
ما عاب طعاما قط "  
أعظم شهوة تحطم الإنسان هي شهوة البطن  
إذا أجدت التحكم بكل ما اشتهيت  
نحبت استرحت واستراح بدنك وقلبك وعقلك ...  
تذكر لا تعب طعاما مهما يكن  
ولا تعاتب من يطبخه لك إن نسي الملح أو لم يحسن المذاق  
إياك والعتاب فإنه يورث البغضاء

"تعلم الحب الصحيح  
تعلم أن تحب ذاتك  
لن يفعل أحد غيرك ذلك  
عودها الحب  
عودها حب الأشياء اللطيفة  
عودها الجمال وحب الحياة  
اقتن كثيرا من الفراولة وكل ما تحبه  
اصنع حفلتك الخاصة ولا تدعو إليها أحد  
أعظم ما تفعله بحق نفسك أن تعفيها من ملاحقة غيرها  
من بغضه الله سلط عليه متابعة الخلق والانشغال بهم "

رب عمل تستخف به يدخلك الجنة...

"أنا واليتيم كهاتين

شق ثمرة يخرجك من أزمة

وابتسامة تمحو ذنبا

واستغفارا يفتح بابا

أخبرني زوجي قصة ذهلت لها

كان هناك رجل جاءه بالمنام الرسول صلى الله عليه وسلم

وأخبره أن هناك فلانا يدعى كذا

قال له : اذهب إليه وأخبره أنه مبشر بالجنة

وهذه القصة حقيقية حدثت منذ أيام هي ليست من عهد الصحابة

فذهل الرجل هو لا يعرف هذا الرجل أخذ يبحث عن هذا الإسم واللقب

حتى عثر عليه

سأله ماذا تفعل ؟ قال : ما قصدك؟

قال من الأعمال الخيرية أو الطاعات

فسأله لم ؟

وظل يتكتم فأخبره أن النبي صلى الله عليه وسلم جاءه بالنام  
وقال له : فلان بالجنة فبكى الرجل وسقط مغشيا عليه

فحمله الرجال واختلى به الرجل وظل يصر ما السر وراء بشارتك  
بالجنة؟

والرجل أصر عليه لأنه منذ أن عثر عليه ظل يراقبه ماذا يفعل حتى  
يبشر بالجنة؟

فرأى أنه يصلي خمسا فقط ويذهب لعمله ويلعب مساء الشطرنج أو  
الدومينو كيف يبشر بالجنة؟  
بعد إصراره عليه أخبره التالي :

فقال : لي قطعة أرض وأنا ميسور الحال فجعلتها وقفا لسيدة أرملة تقف  
من رزقها هي وأبنائها .وأخبرتها أنها لها وملكها  
فبكى الرجل وقال : إنك فائز بالجنة .  
من عمل لم تلق له بالا .

أخبرني كيف ستنام الليلة؟

نعم صغائر قد نظنها هينة ، في لحظة نتغلب على قرع نعل الشيطان

داخل رؤوسنا نفوز بالشيء الباقي الخالد ...

ماذا لو نفعل نفس الشيء ؟

نترك من أنفسنا قطعاً يرأب بها غيرنا صدعه

ونتخلى عن قليل من أرزاقنا ليتيم أو محتاج

سنبحث عندما نموت عن الصدقة سنبحث عن شيء يقودنا للجنة .

الحب يصنع السعادة ....

أحب أبي

وصوت أبي

وضحكة أبي

وقهوة أبي

والصباح على صوته

أحب الأمان بعينيهِ

وقوة أبي ...

يغتال الحب لأجلي

ويحضر معه كل سعادة العالم لقلبي

أحب قلبه الدافئ

أحب صبره، كلامه، مشاعره

لا حبيب كأبي

ولا عشق كأبي

ولا ملك لي غير قلب أبي

يقول أنطون تشيخوف  
"حين لا تحب المكان استبدله  
حين يؤذيك الأشخاص غادرهم ...  
حين تمل ابتكر فكرة جديدة  
حين تحبط إقرأ بشغف....  
المهم في الحياة ألا تقف متفرجا....



ارقد بسلام نزار ...  
فما زالت هي نفس الخطب ..  
ولم يعد لهم سلاح حتى  
منعوا من سيوف الخشب ..  
وتفرقوا حتى صارت مدنهم....  
دكا من صنعاء إلى حلب  
واتفقوا على شيء واحد  
إلى أن يعودوا إلى زمان أبي لهب  
"قال أحدهم مغردا على تويتر من الألم المخدر لا يجدي نفعا إذا كان  
الجراح عدوا .

"الحياة رغم مرارة الأحداث فيها وشظف العيش  
تبقى مرة ولكنها تحلو إذا  
إذا نزلت بلوتها على قلب من سكر"

كن قويا بما يكفي .....حتى يصبح غيرك فرضية....  
سأحكي لك هذا المقطع بما أني وعدتك في هذا الكتاب أن أصنع لك  
الكثير من السعادة  
حتى إن لم أستطع أن أقدمها على الأقل  
سأجعلك دوما قويا كفاية لتخطي نوايا البشر الخبيثة  
لأنه لولاهم لما صرنا كتابا ولا أدباء ولا أطباء  
صدقني نحن نؤلف ونبحث حتى نعرف من نكون وحتى نجد ماهية  
الذين يسمونهم أشرار  
كنت جالسة مثلك في مكتبة عمومية  
بينما كنت منهمكة لإتمام كتابي الجديد  
وإذ بامرأة بالكاد أعرفها تتحدث مع صديقتها أظنها  
جاءت لتغتنال صمتي عمدا  
كانت تتحدث عن العنصرية بالجزائر والعالم على حد سواء  
إلى أن اقتربت مني وأخذت تتحدث عن الأصل الشاوي وبدأت تتهم  
توجهت نحوي وألقت السلام  
أهلا واش حوالك

فرددت: والله الحمد لله وأنت  
أومأت برأسي أنني لا أعرفها  
فضحكت بوجه صديقتها  
وقالت: هكذا هم الشاوية يتكبرون  
آه أقصد الكتاب....والأدباء وغيرهم ممن يضيع صيتهم  
فضحكت ونظرت إليها  
يا أنستي يبدو أن الشاوية عقدتك أو أن أحدهم عاقبك كفاية حتى تحقدين  
عليهم كل هذا الحقد ...  
عدت إلى حاسوبي وابتسمت مع صديقتها وقلت لها :  
ابحثي لها عن طبيب و احرصي على أن لا يكون شاوي ...  
انصرفت وكلها غضب وعصبية  
لكن هممت بالكتابة وأتممت ما تقرأ أنت الآن  
أنا كاتبة شاوية من الحرائر و ابنة شاوي من الأحرار وحفيدة الشاوية  
الأحرار ومن لا يعجبه بارودنا فليشتري مفرقات الصبيان ومن لا  
يكافئ ذيله رؤوسنا فلا يمتطي خيولنا ....

والحديث قياس... وإياك أن تظن أنني أتهم على غير الشاوي  
فقط أكتب هنا لأن الشاوي والشاوية فحلة وفحل ولا يخاف إلا خالقه  
الشاوي لا يقبل نقدا ولا يجوز نقده ومن نازعنا في فحولتنا أعدمناه  
بسيوفنا ....

دعوا فرنسا ترحل

اتركوها ترقد تحت أقدام شهدائنا بسلام

لا تعيدوا بناء فرنسا

من جديد

من العيب أن تعدم أخوتك وفق خرافة

خرنسا فرق تسد.

متخلفون نحن بكل مقاييسنا شكلتنا فرنسا كما تحب وتركتنا الآن ننزع  
بعضا بعضا ... حتى يأتي يوم ستشترينا فيه شتاتا بثمان بخس ،دراهم  
معدودة .

مازلنا ضعافا جدا وصغارا لدرجة تسمع المثقف يتهمك على القبائلي  
والشاوي

والمزابي يسخر من النايلي ويسميه مول القيطون

أتعجب علام يسب بعضنا بعضا

نحن كمثقفون ألسنا ملتزمون بقضايا الأوطان

أقصد أوطاننا لماذا ننجح بمعالجة القضايا الخارجية

ولا نفصل في مسألة الشاوي والقبائلي

والنايلي والتارقي والمزابي وغيرهم

هل يمكن أن نعد أنفسنا كتابا

أو أبناء علم ونحن نعاني من الغرق في بول فرنسا

وننتقاسم أراضيها فوق مراحيضها

ونغسل كرامتنا ببرازها

أيعقل أنه مازال في الوطن من يحب فرنسا؟  
ومن يشتري منها القلم والسلاح؟  
أيعقل أن نشيخ بينهم  
وأن تنمو لحية الأرض فوق أيدينا  
هل مازال فينا من يتبول في فراشه  
عندما يسمع اسم خرنسا  
وهل مازلنا نحصد قمحنا  
ليأكله الطير الغادر عندهم  
ويرقص فوق جثتنا غرابها الأعمى  
هل يعقل أن تطاردنا كل أكذوبات التاريخ  
حتى نصدق أننا أتباع فرنسا .  
هناك من حاول صباحا أن يشتري لي جريدة  
ويسكب لي فنجان قهوة وحليب  
ويسألني إن كان يبدو متحضرا  
فأجبتة لا يبدو عليك ذلك  
فأخبرني إذن أنا جزائري .  
انصرفت وأخبرته لا تحزن.... تفوح منك رائحة خرنسا العفنة

## كلمة حب...

"اللهم مالك الملك تنزع الملك ممن تشاء وتعطيه من تشاء

وتنزل من تشاء وتعز من تشاء "

أتذكر دوما مقولة علام يقتل بعضكم بعضا

أنت الذي تقرأ لي أو أنت

لست طبيبا لكن كلما أحسست بالدوار أو بالتعب

استمتع لما أقوله هنا

لا هي جنة ولا هي القرار الأخير هي دنيا وكل ما فيها زائل

تذكر قوله تعالى . "يوم نقول لبيّتي قدمت لحياتي

فيومئذ لا يعذب عذابه أحد ولا يوثق وثاقه أحد

هي عقوبة أتعبنا آدم بفضوله فقدمنا إليها بحكمة ربانية

لا أنت مخير ولا أنا

أعجبنى مقطع قرأته وربما استمعت إليه لا أذكر جيدا

سأل النبي موسى عليه السلام الله عز وجل

قائلا : يا الله أنت خلقتنا ونحن خلقك لماذا تذهب ببعضنا إلى الجنة

والبعض الآخر إلى النار فأجابته الله عز وجل



يا موسى خذ بذورا وازرعها بالأرض ...  
وانتظرها حتى تنبت، البذور في نفس التربة ونفس الماء لكن بعضها  
تحصده جيدا فتأكله والبعض الآخر سيئا فتحرقه أو تطعمه للبهائم أليست  
نفس البذور ؟

هذه هي الإجابة نحن لسنا مجبرون مخيرون خلقنا من تربة واحدة  
وبفطرة سليمة مشتركة لكن أعمالنا من تقرر نهايتنا ...

الدينا، محل ابتلاء وكل ما فيها من بلاء هو تمحيص لنا ليميز الله  
الخبيث من الطيب ، ويظل الله يبتلي عباده فيها حتى يعلم المجاهدين منا  
والصابرين .

قرارك النهائي بيدك وأذى الناس لا يتوقف  
حتى ولو أتيتهم بقراب الأرض حبا وودا وبذلا

فاصلة..شوق

أبها الموتى الذين ترقد أرواحهم بالفردوس ..  
هل سمعتم لأهل غزة بالجنة حسيسا؟

## فاصلة...حب

"كلما أحسنت إلى نفسك أحسن الآخرون إليك  
وكلما أحسنت للناس أحسن الله إليك "

" لا تشتري السعادة من الفقراء إليها  
اشترى السعادة من الذين يحبون الله  
اشترى السعادة من كل شيء جميل "

فاصلة... ثقة...

"يظنون أنك منطفيء  
إذا اشتدت الريح أحرقت ظنهم  
"منقولة"

فاصلة.... صبر...

"من يدخلك حياته بطيب الكلام ثم يتخلى عنك ويتركك  
وحدك لا تحزن ولا تستغرب ولا تستهلك نفسك بالتفكير والتبرير  
إنها عادة الشياطين.... يستدرجونك وفي نهاية الأمر يتركوك... كما  
يفعل بنا الشيطان...  
تماما يغيونا ويتبرأ منا بنهاية الأمر."

حریتك لا تنتهي عندما تبدأ حرية الآخرين  
حریتك تنتهي عندما تبدأ حدود الله"

وناسي مروی

فاصلة... إدراك

"القلم موصل بأوتار قلبك  
فاصدقه حتى لا يموت نبضه"  
أكتب دوما حتى تظل بخير  
أكتب العالم الذي تريد أن تعيش فيه  
الأحلام دوما تتحقق  
لا تعتمد على القدر فقط  
كن أنت قدر كل ما يخفيه القدر  
كن شمسا  
كن قمرا  
كن نفسا  
كن حياة  
كن سماء  
كن كل شيء له صلة بالجنة  
السعادة ليست تخريفا  
أقسم لك أنها حقيقة

فاصلة..صدق

تقول عزة الشوحان

"لوم أمريكا والعيب فينا

ماذا ولماذا منحوها التمكيننا؟

لم تقل ولا الضالين وقالوا آمين"



لم يكن لآل لوط ذنب في طردهم سوى أنهم كانوا يتطهرون  
ما حجة طردك أنت ونحن والغائبون؟  
وناسي مروى

فاصلة... وعي ..

كل الذين أتقنوا فن إيلامنا

فن الوجع

فن الغدر

فن الخيانة

فن الخطيئة

نحن نصلي لأجل أخطائكم

ونستغفر لأنفسنا حين التقينا بكم

"أندري لماذا يهاجمونك؟"

لأنهم يريدون أن يلعبوا مع الفريق الفائز؟

مقتبسة

لا تخبر أحدا عن شعور الغرق  
إذا كان الخائن ربان السفينة "  
مروى وناسي

إلى حد الآن لم يهزمني سوى الذين يعنتون  
بأصواتهم عند رفع الأذان"  
مروى وناسي

فاصلة...دعوة  
أثبت لهم أن لحومنا حرام...وأكل اللحم الحلال  
مباح "

- مروى وناسي-

فاصلة...دعوة

"أمضينا عمرا لا يستهان به ونحن نتفرج على الرسوم

المتحركة لماذا؟

لم نسألهم....ماذا كان الدافع

لانتاجها؟....

هل يعقل أنهم أدركوا أن هناك طفل يشكو الوحدة

حتى أنه لا يملك تلفازا كي يتفرج...."

عندما يطيب الذكر ....

أتمنى أن أتحدث عن أستاذي مراد مزعاش بكل ما أوتيت من قوة حتى

يبلغ الحمد والفضل منتهاه ...

هو الوحيد الذي أدرك أن طالب اليوم هو إطار الغد

كان ولا يزال قائدا جيدا للرعية ..

لن أنسى أنه قال لي يومها: "لديك قلم لا يستهان به"

وثقت به ومنذ ذلك اليوم لا يستهان بقلمي

أصبح قلمي حياة أخرى أتوكأ عليها

وشمس تمسح تجاعيد الأرض

وتقبل جبين الضحايا ...

نعم إن الاعتراف بالفضل وخاصة فضل المعلم

من أكبر الأشياء التي تجلب السعادة



جئت في هذه الصفحة وكلي وقار لكل من علمني حرفا  
معلم الابتدائي خاصتي  
ذلك الذي علمني غناء الحروف  
وحب لغتي  
وسعادة الأرقام  
وحب القلم  
والكتب  
والمطالعة  
والرسم والألوان  
وأساتذتي بالمدرسة العليا  
كلهم جميعا ...  
مدينة لهم بالحب والوقار والاعتراف بجميل صنيعهم  
أتقنوا دور المعلم الجيد  
والقدوة  
كتبت إليك حتى أعلمك أن تذكر للآخرين فضلهم  
وتتعلم لغة الحمد والثناء  
وليس الثناء الذي تعرفه

بل ذكر الناس التي تبذل لك معروفا غيبا  
عند الذي سيجزل لها الكثير من العطاء  
تعلم أن تجود بكلمة "شكرا"  
فهي إحدى مسببات السعادة  
الشكر أحد أجمل العطايا  
وفن العطاء هو هرمون السعادة .

فاصلة...الهروب

كنا أنا والبطريق نتحدث ذات ليلة.....

فأخبرني أن بني جنسه يحاولون تطوير أنفسهم حتى يتمكنوا من قص

أجنحتهم ..

وأمكانية تعويضها بشفاه أكبر

فقلت له : من غركم بالمحاولة ؟

فرد قائلاً : أشباه من العرب .

فغادرت مسرعا حتى لا يظنني منهم .

السعادة أن تنصر أخاك .....

أخي أتحمس بما يحس أخوك في غزة

يكفي أنه يتوسد أشلاء أبنائه .

تكل الكون نفسه

وحمل دموعه الأخيرة وغادر إلى حيث يقولون أنه القبر

تمزقت الصحف قبل أوانها

وشحت السماء مبكرا

هل ستتأخر النهاية كثيرا ونحن نشهد أسوء من النهاية

إنسان يأكل الإنسان والأرض تحتضن الجثث

ونحن نمسح بها أذيتنا

يخسرون حياتهم ونخسر إنسانيتنا ووجودنا

سيفعل بنا العالم الجديد

ما لم يفعله الصهبيون اليوم

غدا سندفع ثمن الصمت الثقيل .

## فاصلة.....الدفء

أتاني الشتاء مسرعا ولم يجلب لي معه ما أتدثر به  
فخصفت من لحمي وأكلت منه حتى أحسست بالدفء"  
لأن أخي العربي مات منذ زمن بعيد ومنذ ذلك الوقت وأنا  
لم أنم ولم أكل شيئا "

## فاصلة.... اعتراف

عبث العراء بقلبي كثيرا واستحوذ على عقلي حتى صرت أحدث الغربان  
وأستمع للصراصير وصرت أشفق على قتل العقارب والحيات ...  
كبر داخلي طفل غريب لا أعرفه ..

أتدري لم؟

لا أعرفه لأنني لم أعهد نفسي قاسية إلى هذا الحد الذي أنا عليه الآن  
اليوم بالذات لقد عدت لبيتي مسرعا تتخطفني أفكار متعبة كثيرا  
أتعبت أهداي وقصت أظافر أحلامي صارت لا تعرف الخدوش ولا  
تستطيع إحداث ندوب على صدر عدوي ...  
قررت في هذا المنزل الذي يحوي هذا الكتاب أن أعلمك فن الألم أولا  
حتى تتقن فن الأمل بعدها وأن أصنع عضلاتك حتى تتمكن من تعلم  
القتال بعدها فأحيانا عدوك يحتاج إلى الجلد...

## فاصلة... القوة

لا ألوم أمي في أنها كانت تلوك فتاة قوية وحساسة  
ولا ألوم أبي عندما علمني أن لا أبكي على ضعف ومضض  
لا ألومه حين علمني الطيبة ولا ألوم أمي لصرامتها ..  
كل الذين حولك يصيبونك بالانهيار حتى تشك في تربية والديك  
لكن ما إن يلوح النهار في الأفق حتى تجد أن ليس كل القطط رمادية

.....

أكتب معي إن شئت أو اقرأ أ و استمع فهناك ألف طريقة تتعلم بها فقط  
تعلم وقرر ذلك ...

لحظة خروج من جنتك أخي ....

إلى أخي العـربي ...

وأنا أرتب نوايا كل كلماتي تصفني وبقوة أريد أن أخبرك أننا من كثرة

شخيرنا لم نعد نسمع أنين بعضنا ....

أنا وأنت أخي العربي

أنا أصم حين تتحدث وأبكم إذا أردت أن أعرب لك عن حالك

نحن فصيحون جدا بالشكوى أعاجم بالشكر ...

أخبرتكم سابقا أنني سأكتب بدلا عن صوتك المغتصب وأخبرتكم أنني

سأكون أول من يعتني بك إذا ما رحلت.....

سأكون أول المعزين والفاقدين وآخر من ينسى

أخبرتكم لما كنت على قيد الحياة وبين برائيتها إنها امرأة شمطاء

خبينة كريهة الرائحة ونحن أردنا أن نكون أبناءها الذين نخدمها ونفرح

برائحة العفن واعتدنا القبح والرداءة

أخبرتكم قبل أن تقرر أن تموت أننا خونة ،أننا ملعونون أننا انهزمنا بأول

لقاء في الجنة

نعم تغلبت علينا تفاحة وساقنا ابليس إليها من باب الشهوة والغفلة أثبتنا

نظرية غباننا وأنا نحب العفن الذي صوره لنا ابليس أنه الخلد



هناك يا أخي وضعت يدي على كتفك وهناك طلبت أمنا حواء الأمان

فسحقتك لأجل الغيرة

فطرنا مسلمين وأعمتنا طبيعة الجشع فينا

تخيل لو أن أبانا اعتاد الجنة لوحده ولم يختار حواء زوجا

لقد أصلح نفسه وأفسدنا جميعا

أنظر إلينا الآن نخصف من لحوم بعضنا حتى نواري سوءاتنا

عندما نجوع نبكي أمنا فلا ترد وأبانا كان طينا صلبا

فكيف نخرج ضعفنا

أخي أخبرتك أننا لا نصلح أن نسكن الجنة

أن نلمس الطهر وأن ننظر فيها إلى بعضنا على أسرة فاكهين

لسنا لها ونحن هالكون وسط خبثنا ونحن نرسم

أحلام بعضنا فوق جثث الموتى

أتساءل دوما هل تعلم أمنا ما أحدثنا؟

وهل يعلم أبانا ماذا فعلنا؟

ابيضت عين الجنة حزنا  
شاخ وجه الأرض  
أظلمت أيدينا يا أخي  
يوم دفنتك ...

لكن سأخبرك ما وجدت شيئا منك يوم دفنتك لأنني قد أكلتك حيا  
عساني التفتيك إذا ما بلغت من الحزن عتيا

لا تخاصمني يوم القيامة  
ولا تنسى أنك أخي .

"اصنع أنت السعادة ولا تكن متسولا لها  
إن جنوت للحياة بركبة واحدة أرغمت الثانية على الركوع"

فاصلة.... مجرد مغفرة

"نظرية الرقي مسألة رياضية

كمسألة الشمس والظل

كلما ازداد النور كبر الظل ...

ليس رد الإساءة بالإساءة حلا

لكل من أوجعوننا سما ...

وأنقلوا أيامنا ...

وأصابونا بخيبات العمى وأمراض التعاسة

لا أسعدكم الله ولا وقاكم شر قلوبكم

تذكر ...إني أهمس لعدوك

حاول أن تصعد كثيرا على عتبات أحلامك حتى ترى أسفل السفح

الكثير من النقاط ..

ستلتفت لك يوما الأقدار الجميلة

لا تنسى ستوتى حظك وسؤالك يا موسى "

- مروى وناسي -

أعيدوا لهم الأمان...أعيدوا لهم طفولتهم.

كانت تصلني صور لبنات تحت التعذيب من أمهات لا يحملن من الأمومة إلا اسمها....وليس لهم صلة بالحب والغريزة التي أودعها الله في الوالدين...أدعو من هذا المنبر أن يتم التضامن والتعاون لخلق نظام أو تكوين لتأهيل الزوجين مثلما تفعله أندونيسيا تماما لتحد من ظاهرة الطلاق والعنف تجاه الأطفال ...

نحن اليوم كمربين أمام بقايا أطفال وطفولة وبقايا إنسان ..  
الأم التي مرت بطفولة قاسية أو مضطهدة تكبر غير سوية وتكون عبارة عن كتلة من العقد والماضي والذكريات السيئة...وبالتالي عندما تتزوج تجد نفسها تحولت الى شخصية نرجسية أو سادية تجدها تمارس العنف نفسه الذي طبق عليها في طفولتها أين التهمت حريتها كطفلة وكبرت العبرات بعينها حتى صارت أمها التي تحنو على وجنتيها...وتجدها أيضا تتسلط على أهل بيتها وتعامل أطفالها بماضيها فنجد أنفسنا امام أطفال نسخة منها ...

وكذلك الأمر بالنسبة للوالد ..وصلتني حالات كثيرة وصل فيها العنف الأسري لدرجة القتل والتنكيل بجثة الأبناء ..

نحن اليوم أمام عنف أسري مخيف وضياح لحقوق الطفولة وعدم أهلية الزواج والأهلية لتربية الأولاد كما أدعو من هذا المنبر لتصحيح الفكرة حول زيارة الطبيب النفساني المريض نفسيا أخطر من المريض جسديا ..

وجب أن نندد بما يحدث من جرائم داخل الأسر في حق الطفولة أين يعاقب الأولياء أطفالهم بأبشع الطرق تصل لدرجة التعذيب بالحرق والكي .. وليس السب والشتم فقط ..

كما اختلف مع الذين يورثون تربية العنف والصراخ والشحناء مع الأبناء وكثرة عتابهم ولومهم ومقارنتهم مع أقرانهم لانه كما قال صلى الله عليه وسلم كثرة العتاب تورث البغضاء ، لاتنسى أن ابنك هو صنيعتك ومورثاته من مورثاتك بمعنى هو ليس مسؤول عن خلق نفسه إذا عينته بخلقته ولا عن أخلاقه لأنك من ربيته ، أتعلمون من أبشع المناظر يوم القيامة أن يقف الأبناء يسألون والديهم عن ظلمهم وعدم رحمتهم بهم خاصة عندما كانوا لاحول لهم ولا قوة يمكنك فقط تخيل بشاعة المنظر ؟

أنت أيتها الفتاة اذا وجدت أنك مجموعة من التراكمات والمعاملات السيئة يمكنك التوجه الى مختص نفسي حتى تتعافي ثم بعدها فكري بالزواج، وأنت أيتها الزوجة اذا ظهرت عليك علامات اضطراب نفسي توجهي لطبيب نفسي قبل أن تقرري إنجاب طفل لهذه الحياة ...تذكري أنه روح قبل كل شيء وأنت محاسبة عليها أمام الله كلكم راع وكل راع مسؤول عن رعيته وأنت أيها الرجل اختبر كفاءتك على الزواج والأبوة وراقب تصرفاتك إياك أن تظن أن تكوين أسرة وإنجاب أطفال مجرد معادلة اجتماعية ..

تذكروا كيف كان الرسول صلى الله عليه وسلم يداعب الأطفال  
ويرأف بهم .. ويوصي برحمة الصغير بل أخرج من الإسلام من لم  
يرحم صغيرنا ويوقر كبيرنا ...

نحن اليوم أمام تفكك أسري كبير سببته التكنولوجيا ووسائل التواصل  
الإجتماعي والساعات الطويلة أمام الهاتف ...

هو وسيلة استحواذ واستعباد لا أكثر ... أسأل دوما عن حال الذين  
اخترعوا لنا وسائل الإبادة الجماعية هذه كيف حالهم مع الحياة  
وأسرهم

هل هم مفككون لدرجة أصابتنا عدواهم ام أنهم نجحوا بتفكيكنا بعيدا  
عن وحدتهم وشملهم ؟  
كفانا ضياعا كفانا عنفا ..

عودوا إلى الدين الصحيح عودوا إلى الفطرة السليمة ..

أعيدوا للإنسان إنسانيته وللمجتمع صلاحه وصلاح أبنائه ..

من سرق منا الحياة فليرجعها ...

ومن سلمتم له سعادتكم وطمأنينة أبنائكم استرجعوها ولو بسيوفكم ...

فاصلة سعادة ....

يقول الإمام علي بن أبي طالب

دواؤك فيك وما تشعر"

وداؤك منك وما تبصر

وتحسب أنك جرم صغير

وفيك انطوى العالم الأكبر"

ويعجبني قوله :

"ميدانكم نفوسكم ،فإن انتصرتم عليها

كنتم على غيرها أقدر ، وإن خذلتم فيها

كنتم على غيرها أعجز ، فجربوا الكفاح معها أو لا"



## خطاب طفل فلسطيني....

أكتب لكل طفل في العالم ....

غزة مفجوعة في فلذات أكبادها ....

غزة اليوم أم مكلومة تكلى .....

أنا طفل أحدثكم من نعيم الجنة ،سيدنا إبراهيم عن يميني وأمنا سارة

عن شمالي ...

أحدثكم لتخبروا أهلي أن الاستشهاد نعمة وأن المستعمر ملعون إلى أن

يرث الله الأرض ومن عليها ....لن أشكو إليكم ظلم العدو ولا حقيقة

العرب لأنكم كلكم ممسوسون بالعار .

تتفرجون كل يوم على أشلاء الأطفال مثلي تتأسفون وتضحكون ولا

تبكون ..

تشترون لأطفالكم أعلى الهدايا بل وتخبرونهم بين مربى الفراولة أو

التفاح ..

وأطفالنا يأكلون الخوف ويشربون الهلع والرعب ....

وبدل أن يستفيقوا على صوت آبائهم ورائحة الفطور يستفيقون على

صراخ عائلاتهم ملطخين بقلّة الحيلة والهوان مضمخين بالشهادة

مخضبة ثيابهم بلون الحرية .

سأحكي لكم كيف استشهدت ؟

كي تخبروا كل أهل الفاقدين أن أطفالهم أحياء عند ربهم يرزقون ...

لقد نمت في حضن والدتي بعد أن فقدت أخي وأبي ، لا أذكر شيئاً سوى  
أوصال أمي المرتعدة من خوف فقدي فأنا كل ما تبقى لديها ...  
لا تقاطعني سيدي العربي وأخي المزعوم لن أشكو إليك كما تتوقع ولا  
أنتظر منك شيئاً فقط سجل أي عربي ...  
وسجل كيف يموت العربي وطفل العرب .....  
كنا نسمع حينها صوت القصف أين استحال الليل نهار جراء انفجار  
القذيفة ...

فجأة ساد الصمت ، كانت أمي تذرني بقلبها ويديها وصوتها تتمم وتتلو  
الأدعية حتى لا تفقدني ، آخر ما سمعته كان صوتها الخافت وهي تدعو  
الله أن تموت بدلي .

اقترب صوت القصف بدأت البنائيات تتهاوى ....  
أذكر أنني كنت حاقدا على العرب ، على كل الخونة أكثر من حقدي على  
الكيان الصهيوني ، شعرت بكرهه في صدري لأنني إذا ما مت من سيهتم  
بأمي ؟

قامت أمي وحملتني تجري مهرولة وما هي إلا دقائق حتى انفجرت  
قذيفة فصلتني عنها ورممتني بقوة استشهدت جراء تلك القذيفة ...

دمرت كل أحلامي ، فصلت يدي عن جسми لا أذكر أني أحسست بألم  
سوى ألم الخيانة من أخي العربي.

وما إن مت حتى وجدت الملائكة تحفني وتسالني إن كنت بخير

رحت أصرخ ويل للعرب ....أصرخ أين أمي ؟

فأشار ملاك إنها هناك ...الحمد لله استشهدت هي الأخرى ...

الحمد لله ستأتي معي ...

أخيرا انتهت الحرب..إنه السلام الإلهي ....أخذاني معهما وإذ بي

أرى كل أموات غزة ملائكة سيشفعون لسبعين من أهلهم ...هنيئا لهم

الشهادة ...

ما إن بلغت السماء حتى وجدت كل أطفال غزة يجرون آمنين فرحين بما

آتاهم الله من فضله

بالجنة سلام آخر ....أما عن فلسطين ...

لقد رأيتها بالجنة محررة أبية ، ستعود لنا الأرض ، هذه رسالة طفل

فلسطين فلسطين دارنا

قد عادت إلينا وعدنا إليها بعد طول غياب ، انقل كلامي سيدي حتى

يفشل الخونة ويبيكي الصهيوني كمدا ،سيأتي يوم لا أرض تقيه فيه ولا

سماء ...

أما عنا لم تكن الدنيا لنا يوما وما كنا لها كلنا لله وإنا إليه راجعون .

أيها المستمع إن تلا أحدهم لك هذا الخطاب دون عنوانه بخطاب من

الجنة

ولا تبكي أخي في الله أنت عربي مخلص لا حول ولا قوة لك مثلي  
سأظل أخبرك أنني بخير وأحكيك قصصا من النعيم .

"هذا النص بقدر ما هو مؤلم ولا يتناسب مع متلازمة الفراولة  
لكني كتبته وكلي أمل في انتصار غزة في عودة أطفال فلسطين  
سأدعو لهم حتى أحس بالرضا  
سأكفل لهم الحب وسؤال الله بنصرتهم  
سأخبرك سرا لا شيء يفسد السعادة سوى هذا الدمار بالأرض  
وأوصيك ونفسي إياك أن تسعد وأخوك محتاج إليك  
إياك أن تعطيه ظهرك بدل يديك  
إياك خذلان طفل فلسطيني سيمنعك يوما ما من دخول الجنة .

قصة من النعيم ....

كنت نائما في مكان بالجنة ..لا صخب ولا وصب فيه

أين كنت خالدًا في ملكوت أمي الشهيدة ...وإذ بي أسمع العويل

والصراخ ...

قامت أمي هي الأخرى راحت تتحسس جسدها تظن أنها استشهدت مرة

أخرى .

راحت تتفقد الأجواء حولها وإذ بها تتذكر أنها الجنة ....

المكان الذي أكاد أجزم أن العرب لن يدخلوها ،لأنني أفقت على صوتهم

صوت العذاب فيهم أفرعني عذابهم

خرجت من الجنة مسرعا .....

أخذت أمي وإذ بنا نجد الكثير من العرب أمثالنا ...الذين كانوا يسمون

أنفسهم إخوتنا في تلك المسماة "دنيا" يهون على الصراط وآخرون

تتخطفهم كلاب من نار .

ملينة من أفعالهم النتنة ، كانت تفوح رائحة الخيانة والخزي من الزاوية

التي كانوا يرتعدون فيها ..

لقد كان وعد الله مفعولا ، دائما كنت أصدق ما جاء في كتاب الله عز

وجل ، فاطمأن قلبي عندما رأيتهم تصفعهم الزبانية بسوط من نار

.....

الغريب في الأمر أنني لم أر إلى حد الساعة بني إسرائيل ..  
أعتقد أن عذاب العرب فاقهم وببلا ...أمطرهم الله عذابا فساء عذاب

### الخانين

أرى أمي تبكي من هول المنظر  
كيف لها أن تشفق على هؤلاء وهم يسحبون على وجوههم ويستجدون  
بجميع الأطفال هناك بالجنة  
وينتظرون إلى وجوه سيدنا إبراهيم وأمنا سارة كأنهم يتوسلونهم  
المساعدة .

يا الله ما أطيّب قلوب أطفال فلسطين هم الآن هنا باكرا وفلذات أبنائهم  
مكتوبة بسبب هؤلاء الذين نسونا وكذلك اليوم ينسوا .  
أحس أنني ميت تجاههم رغم أن الشهيد حي يرزق ....  
سيدنا إبراهيم وأمنا سارة يمنعان الأطفال من مغادرة الجنة لأنهم قد  
أخذوا حقهم من الفرع حين استشهدوا  
فمن غير العدل أن يفزعوا مرتين .

"استعد للمتلازمة  
سأغير المسار  
ودوما يحضرني الإمام علي  
يعجبني قوله :  
الحق لم يبق لي صديق  
تعود قول الحق ولا تهكم في الله لومة لائم  
من باب راحة البال  
أعطيك قول الإمام علي  
"لا تسئ اللفظ وإن ضاق عليك الرد "  
كن صاحب كرامة لا ينبغي لأحد بلوغها .  
تجنب الوضاعة .

متعة عمر الثلاثين .....

كتاب جيد جدا لكن لم أقرأه كفاية حتى أستمتع بهذا العمر الجميل  
من النعم الكبيرة جدا أن عقلك يزداد حكمة وتعقلا مع مرور الوقت  
وتجد أنك طالب ممتاز في مدرسة الحياة اللعينة الخبيثة

ما طاب فيها عيش وما احلوت فيها الأيام يوما

أكتب إليك و أنا الآن بعمر الثلاثين أدركت

أن السلامة في الدنيا ترك ما فيها

وأن الراحة النفسية من أولى الأولويات

وأن إرضاء الناس أتفه المنايا وأقذر المطالب

الحزن فيها دعابة

ووجه الأرض فيها حزين

وأن السماء ضاحكة دوما

وأن القمح لن يختفي بالحقول

لن تغيب الغيوم ولن تجف الأمطار

ولن تشيخ الحلوى بيد الأطفال

أدركت بعمر الثلاثين كم هي معقدة مسائل البشر



وكم هي قبيحة وجوهم التي استعاروها بعد ولادتهم  
أدركت أن أكبر النعم الانشغال بنفسي وتسليط الضوء على علاقتي  
الجميلة مع الله  
والفوز بمرضاة أمي وأبي  
خاصة بعد أن صرت أما  
أدركت أن قلة الفراغ بحياتي نعمة  
وكثرة الأهداف والمنايا التي تصون نفسي عن مجارة غيري حقدا وغيره  
نعمة  
أدركت أن ثقتي بنفسي ورضاي عنها  
من أكبر ما جاد به الرحمن عني  
أدركت أن إنجاب طفل قبل الثلاثين حكمة  
والفوز بزوج صالح تجتمع به كل أمانى النفس أيضا نعمة  
أدركت بعمر الثلاثين أنني أحسنت اختيار زوجي وأن الحياة الزوجية  
أفضل من كل انجازاتي  
وابنتي "ميرال" من أجمل ما حققت وأنجزت  
هي كل ما أملك من سعادة  
أدركت أن لقب زوجة نعمة

ولقب أم أكبر العطايا  
وكلمة "ماما" هي الورقة الرابعة في الدنيا والآخرة  
أدركت أن القلب السليم نعمة  
والعفوية والصراحة أكبر عطايا هذا العمر  
أدركت أخيرا أننا لا نكبر كي نشيخ  
ويشتعل الرأس شيئا

بل نكبر حتى نملاً الدنيا حسنا وبهاء  
نكبر حتى نهذاً ونتجاهل أكثر ما يؤلمنا  
نكبر كي نعتني بأنفسنا أكثر  
نكبر كي نفرح بأطفالنا  
كي نقدم أمومة وأبوة أفضل  
كي نعتني بأمنيات بناتنا وأولادنا  
كي نراهم يكبرون ويحققون ما عجزنا عن تحقيقه  
نكبر حتى تزهو بهم السماء مطرا حلوا وتربو أرضهم طيبة عطرة  
حتى يجلبوا لنا سعادة أكبر

يملؤن البيت أهازيجا وعطايا وبراً  
فنستمع بأحفادنا مستقبلاً ونعيد طفولتنا وطفولتهم برؤية وجوههم أطفالاً

ثانية

شكراً لعمر الثلاثين

علمني الكثير .

أجمل ما أعجبني بكتاب متعة أن تكون في الثلاثينات كخلاصة

قول الكاتب :

" حين تبلغ الثلاثين ، لن تستطيع أن تتظاهر لفترة أطول . سيغدو

من المستحيل أن تعمل في وظيفة تكرهها ، أو تكون مع شخص لا تحبه

بعد الثلاثين ستبدأ بالشعور بشكل أقوى ستكون متصلاً بشكل أكبر مع

جسدك ، قلبك ، وروحك .

أفضل ما قدمت لابنتي أب جيد .....

إلى ابنتي ميرال

وكلكن بناتي ...

ابنتي أتيت في يوم زواجي

يبدو أنك أردت أن تقر عيني بك منذ ولادتك

كنت مباركة جدا منذ ولادتك جلبت لي كل الحظوظ الجميلة

أراه من واجبي أن أسبقك بالبر حتى تشبي عليه

أتيت إلى هذه الدنيا بكل الحب

سعدت جدا عندما حملت بك

ونذرتك للرحمن ببطني محررة فإني أراك من المباركات والصالحات

سعدت لما علمت أنك أنثى ولا تعلمين سعادة والدك أحبك وأنت تظهريين

بجهاز " الإيكو " كان يتأمل رجلك ويديك باسم

لما عرفت أنك أنثى بدأ والدك يتخيلك حبيبته وصديقتها

ظل يخبرني أنك نعمته الأولى وكان يثير غيرتي بأنك منافستي له حبا

وكان دوما ينظر إليك وهو يحملك

ويقول عندما تنجب الأم عدوتها

فكنت أغضب للعبارة أنت حبيبتى ورفيقتى وقوتي وفرحتى الأولى ولست  
عدوة وأعيذك بالله من العداوة والشر .

بطن الأم لا ينجب عدوا ولا يأتي بشر

ربي إني وضعتها أنثى إني أعيذها بك ونزيتها من الشيطان  
الرجيم أحطتك بهذا الدعاء منذ صرختك الأولى حتى لا تتمكن منك  
شياطين الجن والإنس لأن العالم الذي داخل بطني ليس نفسه خارجا يا  
حبيبتى ...

استقبلتك جدتك وجدك الحبيين صليحة وياسين وهما ينظران إليك بكل  
حب ...

أختي تبكي لا تصدق أنها أصبحت خالة ...

بالمناسبة أنت محظوظة بخالتين مضمختين بالحنية والحب لك  
كانتا تتحدثان إليك لما كنت ببطني وتطلبان إليك الخروج لأنك أطلت  
ولكنك كنت تخططين لتأتي بيوم زفاف أمك  
أذن لك أبي في أذنك لتكوني على فطرة الإسلام ودعا لك بالصلاح  
أنت خالتي زهية والدة والدك

وكلها فرحة وتحنان أطلقت لك زغرودة جميلة والعبرات تخنقها

فرحت بك كثيرا ...

تحبك كثيرا يا ابنتي ...

اعتني بجدتك جيدا قبلي فهي لم تبخل عليك لا بحب ولا بعطف  
والدك أفضل أولادها لكنها تحبك بقدر حباها له  
جدتك طيبة... وهي أيضا نعمة... تذكرني دوما أنها أمك الثانية...  
وإن أبقى الله لها العمر طويلا فلا تبخلي عليها ببرك وحبك

أفضل ما قدمته لك "ميرال"

هو أسرة جيدة وأب عظيم

والدك رجل مثقف شهم خلو

طبيب متفهم للمرأة جيدا

أطمئن كلما أنظر إليك بين يديه

لا هو بالغاوي ولا المتعصب

سيفهمك جيدا كما يفهمني

سيحبك كما يحبني

ابنتي ....

اعلمي أن قوتك الحقيقية تأتي من أسرتك

ولا حبيب من غير الوالدين

اعلمي أن السعادة موجودة على شرط أن تكوني أنت من يصنعها

حاولي أن تعطي الكثير

سأحاول تعليمك في سنواتك الأولى

أن تحبي نفسك أكثر من أي شيء

أن لا تبني سعادتك على أحد  
أن تصنعى منزلك بنفسك وتسعدين نفسك بكعكة أو بهدية بين الحين  
والآخر

سأعلمك أن تكوني قوية لدرجة لا تكسرين فيها  
والدك هو الحبيب الوحيد قبل أن يأتي من ترضينه زوجا  
هو أولى الناس وأحقهم بقلبك وحنانك وتفكيرك  
لم يحرمك من حب ولا اهتمام ولا لعبة  
هي ليست فقط مسؤولية  
بل أنت قطعة منه هو يربطك بقلبه وروحه  
ما يربطك به ليس مسؤولية أكل وشرب فقط  
بل أسكنك ضلعه الأيسر ودترك بالأيمن  
ينظر إلى نفسه وهو صغير فيك  
يرى يتمه بغياب والده، فقد والده مبكرا وهو صاحب الخمس سنوات  
أندركين حجم الألم رغم أن والدته أقوى امرأة عرفتها قوية لدرجة  
يصيبني الإحساس بالأمان العظيم بوجودها  
امرأة بألف رجل ..  
والدك لم يتذكر حتى وجه والده ..  
لهذا يراك نفسه يراك طفلته التي طوعت طفولته لطفها كي يستعيد لها معك  
بطريقه تخفي ألم والده ..

ابنتي أعدك أننا إن شاء الرحمن سنقدم لك الأفضل  
لكن عندما تكبرين ونكون أنا ووالدك قد  
أدركنا المشيب  
عديني أن تعتني بكل ما قلته لك هنا  
وخاصة لا تنسي قلب والدك ستظلين طفله  
حتى عندما يكون لك مشيب .



## فاصلة...حب

أعلم أنك تبحث وسط هذه الأوراق عن شيء يرضي غرورك

وربما شيء يخفف عنك الفقد والألم

أو كلمة تنسيك الخيبة

أو كلام مريح ...

هنا أحكمت الإغلاق حول جميع الكلمات

وكبلت كل الأفكار حتى لا أضيع أحد

ابحث ستجد ما تريد

لأنني أشاطرك

كل ما تبحث عنه

وطبعا مررت بكل أنواع الخيبات

دائما ما يبحث النوع الجيد من البشر عن المعلم القدوة

والعالم الكفاء

والمدرّب الجيد ويشترطون الكفاءة والخبرة وما يثبتها على ورق

لا تخف ولا تتردد لم تقصر الحياة معي أبدا

ولا الآلام ولا الدروس الجيدة

علمتني كل شيء

بل واستخرجت لي حتى شهادة الميلاد مرتين

ولم تنجح في التنبؤ بموتي .

لا تحاربك إلا فاشلة ...

إلى كل امرأة ناجحة وقوية ...  
لا تحاربك إلا امرأة فاشلة عجزت أن تشبهك  
لا تحارب شبابك إلا عجوز في الأربعين أو الخمسين ...  
لا تحارب جمالك إلى امرأة تعاني خلخلة الذات وعدم الثقة بذاتها ..  
لا تحاربك إلى امرأة ألغيت حضورها بوجودك ...  
عزيزتي النجاح من أجمل القصص التي تمثل الإرث الأعظم لأبنائك  
وأحفادك ...

اعلمي أنك كلما نجحت كلما انجذب الأعداء إليك  
بديهى جدا أن تجذب رائحة النجاح والتميز كل المريضات المحيطات بك  
لأن جوعهم صعب أن يقاوم رائحة كهذه  
مهما ضاق صدرك بمحيطك السلبي وارتفع عدد المريضات نفسيا  
لأن الغيرة من الإنسان الناجح مرض نفسي  
وحب الشر للآخرين وإلحاق الأذى بهم أيضا  
مرض نفسي خطير يفتك بضعاف النفوس ...  
سأخبرك ولك أن تتخيلي بعض الأصناف ...حتى تهون دوما مصيبتك  
ولكن سأضع لك العلاج أولا حتى تطمئني أن هناك علاجا لمثل هؤلاء

أولا : الدنيا ما هي إلا دار تمحيص وابتلاء  
بمعنى ستصادفين الكثير من العقبات والخذلان والأعداء  
لكن أنت من قررت النجاح والتميز  
دائما من تحاربك في الأغلب تكبرك سنا ..  
تجدينها مريضة نفسيا تنافسك بأتفه الأشياء  
غير مقتنعة بذاتها ..  
لا شكلا ولا مضمونا ..  
تعاني قبح الظاهر والباطن ...  
التي تحاربك دوما تقارن نفسها بك ..  
تحقد على المجتمع و عليك ببساطة لأنها لم تتمكن من مجاراتك  
تتملكها غير شديدة بها نكهة قوية من الحقد ورائحة كريهة من المكر  
واللؤم ...  
ودائما أذكرك كيد الذين يكبرونك سنا من النساء أعظم ...  
تفتعل المشاكل وتثير الفتن بينك وبين أحبائك وتحاول تشويه صورتك  
قدر الإمكان ...  
تحاول أن تلصق بك أفعالها ...  
تصل بها الغير لدرجة أن تصنع لنفسها شخصية جديدة  
وتعيش داخلها حتى تشاكلك  
تلبس على غير سنها وتلعب كصبي يتقن دور الشيطان  
وتقيم طقوسا لتقديمك كقربان لخلوتها المريضة

إن كنت صديقة أعلنت عليك حرب الصديقات الأخريات  
وإن كنت أختا عابتك لدرجة نفور الجميع منك  
وأن كنت زوجة أخيها  
جعلتك قبلتها ..

وإن كنت زميلة لها بالعمل مكرت بك مكر أبناء يعقوب بيوسف  
خطيرة تلك التي تتصنع الود بحضرتك ...  
وتلتهمك في الغياب التهام الملهوف ...  
في الغالب تجدين هذا الصنف من النساء فاشلات بالحب  
قليلات حظ بالزواج ..  
والجمال والمال ..

يفتقرن حتى إلى قوام أنثى وكمية قليلة من الوداعة  
تجدينهن قبيحات المظهر قبيحات الكلام سليات اللسان  
قربيات من الأرض شديدات البلاء  
تحاولن تعويض النقص بشن الحرب على أسيادهن  
والحرائر من النساء  
يقلدن كل ما تفعلينه في الخفاء  
يتابعن كل تغير أو جديد بحياتك ويراقبن نجاحك عن كثب  
هذا النوع من المريضات نفسيا  
مصابات بالاكنتئاب الباسم أو الوجه الضاحك

يتصنعن أمامك السعادة ويكثرن من الضحك وتبدو عليهن اللامبالاة وهن

في الحقيقة يمتن قهرا وغيره من نجاحك وبلوغك مرامك  
يحببن السمنة كثيرا فهي بالنسبة لديهن عنوان الجمال  
يخفين رغبتهن بحب الشحوم والدهون  
ويبيدين حبهن لاتباع الحمية ...  
كما يتظاهرن أنهن لا يأكلن كثيرا  
هذا أخطر أنواع المريضات نفسيا  
النساء معاقل خطيرة ومنافي لا رجوع منها  
إلا بسوط من عذاب أو شرّج مظلم  
احذري بسط النعم أمام هؤلاء النسوة  
سيقطعنك بكيدهن  
ويزلقنك بأبصارهن  
إعلمي عزيزتي أن أول البلايا امرأة لا تملك ما تخسره  
فاحذري النزال مع الفاشلات.

في يدك شمعة أوقدها ...  
أنت تتغرب وأنت بين الملايين  
قد يكسرك الواقع الأليم أحيانا  
وقد تكيد لك الحياة أكثر من كيد إخوة يوسف .  
قد لا تجد حتى بابا واحدا لتخرج منه ..  
ناهيك عن البلاء الذي يأتيك من أبواب متفرقة  
أحيانا ينتابك إحساس أنك بضع دراهم بسوق النخاسة  
وقد يكون البائع هو الوطن  
لكن كما قال إيليا : ما أضيق العيش لولا فسحة الأمل  
ستجد يوما من يناديك ليخبرك من تكون  
ربما تكون قد سرقت تفاحة  
وستجد من يمنحك قطعة أرض لتغرس بها قوت الحالمين مثلك  
وإن كنت تصافح الملابس الفاخرة وتلقي التحية على تلك الدمى التي  
ترتديها وتتحسر  
لأنها كاسية وأنت من العراة  
لكن ستصم يوما ما لباسا يتسع لأمانيك  
وتمنحه لغيرك من العراة  
حتى تشعر بالدفء

خلق الأمل والخير والحب .....  
كما خلق الألم و الخيبة رغما عنا  
كن دوما من الشاكرين الحامدين  
وسيبحت عنك الخير رغما عنك  
ستعود إلى أرضك يوما  
وتصافح الأصدقاء  
ستعثر على أمك وأبيك  
سنلتقي بإخوتك  
ستأكل من الغيوم وستشرب السماء كلها  
ستبيع الأمل ذات يوم  
وستتجح بتجارة السعادة  
سيعود الغائبون  
وسيختفي الأعداء وينتهي الشر  
ستعود الأراضي السعيدة  
وستفرح من جديد.  
فقد ابق على قيد الأمل .

كن أحب إلي من شربة الماء البارد على الظمأ.....

إذا اقترب أجلي يا الله

حبا بك لا تتركني على ضلالي

لا تدعني أغتاب ولا تدرني أعصيك

لا تتركني أنانية واجعلني مباركة أينما كنت

يا الله

اهدني لأستغفرك ، واصرفني عن خلقك لأتوجه إليك

واقضي عني ديون القلوب والأيدي

ربما لن ينحني ظهري ولن يكون لي مشيب

ولن أبلغ عبارة قد بلغت من الكبر عتيا

أحتاج عنايتك لي.....أحتاج أن أكون تحت رحمتك

حدثني بالأذان وحببه إلي

أيقظني بأحب الساعات إليك

كي أسألك فتعطيني

وأستغفرك فتغفر لي

و أتوب فتتوب على

اقذف في قلبي حب كتابك



وحب الصالحين من عبادك  
أحتاج أن أعثر على الطريق  
أحتاج أن أكون بصفوف عبادك  
انزع من قلبي غلا إن وجد  
ألهمني أن أتستر على النحو الذي يرضيك عني  
علمني أن أحبك في صلاتي  
علمني أن أفرح بحلول وقت الصلاة وأن أكون مرابطة  
علمني أن أحييا في آية  
وأن أستأنس بك في الدعاء  
علمني أن أتق برحمتك مهما بلغت ذنوبي  
علمني أن أحب لقاءك  
علمني أن أحبك قبل أن تتوفاني  
علمني أن أستحي منك  
ربي إني قد وهن التعبير مني  
واشتعل القلب شوقا إليك  
إني على عهدك ووعدك ما استطعت  
إذا ما توفيتني ربي  
يوم التلاقي أرني أنظر إليك.

أتعلم شيئاً مثلما يحب غابريال غارسيا ماركيز كرسي خرفه  
ويحب شيخوخته التي كانت نعمة على قريحته  
وحبه للحياة أنا أيضاً أحب كرسي كتابتي  
ولأخفيك في كتابي هذا أنني أكثر سعادة من ذي قبل  
أكتب كي أسعد كل من يقرأ لي  
وإسعاد الآخرين من أجمل ما يمكن للمرء أن يقدمه أو يبذله  
أكتب بكل حب وصدق  
أكتب وكلني أمل أنني سأغير  
نظرتك للسعادة  
سأتركك وانت تفكر  
هل سأكون كاتبة تكذب عليك  
كما يكذب علينا أغلب الذين يكتبون  
كانوا يخبروننا أننا في كل مرة سننجو  
على طريقة أحدهم  
لكن هذه المرة سأكتب لك وأخبرك  
أنك أنت من سيصنع قارب النجاة .

من باب السعادة ...

لم يخلقك الله سبحانه وتعالى عبثا

خلقت لتكمل معادلة جمال إلهي

قد بدأت لتوها ...

مع أول صرخة لك .

قاتل بعد صرختك الأولى

احمل حلمك ..

واقترح بوابة الحياة ومعقل الأقدار ..

خلقت لتتم نقصان الكون وتقيم انكساره وترأب صدعه

خلقت لتسعد طفلا وتعين شيخا

خلقت لتستمتع بكل ما يطرب روحك

لتستمع لموسيقى روحك وهي تسمعك أولى نبضات حلمك

لا يجب أن تقنع من العطاء

لا تكتفي من حمل كيس الأمل

لا تكتفي بالنزر القليل من كل ما يمنحك السعادة

لأن الطموح وحب السعادة لا يجعل منك حالما فقط

بل يدفعك إلى القناعة بجمال الوجود

الشعور بالسعادة والبذل في سبيلها

يصنع منك كائنا حيا لا حالما فقط .

قاتل لأجل إسعاد نفسك  
لا تحرم أطفالك مستقبلا من السعادة  
لا تكرر أخطاء والديك  
اصنع كل ما حلمت به  
إذا كنت معلما لا تكرر أخطاء أستاذك  
اصنع طالبا لا يمكن هزيمته  
لا يمكن تعويض هجرته  
إذا كنت أبا اصنع طفلا سعيدا وواثقا  
أبعده عن تربية والدك ..  
لا تعصي له حنانا  
ولا ترفض له حبا  
ولا تحرمه عطفًا  
السعادة الحقيقية هي أن تعوض كل المكسورين  
وتجبر كل المنكسرين  
وتعوض عن كل الخسائر المادية والمعنوية  
الكون مدين لمثل هؤلاء دوما  
الكون ينحاز مع صانعي السعادة  
التعليم حب قبل أن يكون مهنة ..

لن أفتح الحديث عن التعليم بالحديث المستهلك حول أقوال المفكرين

والفلسفة والأدباء ،بل أفتتحة بالحديث عن تجربتي الشخصية ،  
كطالبة ثم كمرربة ومعلمة :

كنت أقول لو كان لي معلما صالحا لكنت أفضل من معلمة اليوم .  
ربما كنت أفضل مما أنا عليه اليوم .

إن الله المعلم الأكبر في هذا الكون خلقنا بالحب والرعاية ،والرحمة  
وباللين شكلنا وكتب أرزاقنا بحكمة بالغة .

قدمت لي والدة أحد طلابي تتحدث إلي وهي باكية ،هي أم أحد طلابي  
المتميزون "بوخاري مسلم" فخامة إسمه تكفي لديه من الكمال البشري ما  
يكفي ليجعله رقما صعبا إجتماعيا .

أخبرتني أنني أهتم لصحة ابنها النفسية وأخشى عليه من سوء المعاملة  
وبقية زملائه أكثر من حرصى على تلقينهم دروس اللغة والأدب .

سألنتي سؤالا تطلب مني جهدا حتى أجبتها عليه

كان سؤالها ،ماذا لو كانت كل الأساتذة مثلك لكانت المدرسة الجزائرية

بخير

أصابنتي بالجمود

وأنا أجيبها لم تكن تعلم أنها نفس أمنيته

ربما سنتمكن من إصلاح ما أفسده الدهر

أنا كمعلم

أريد إنشاء جيل واثق بنفسه

لا يخاف من كلمات غيره

ولا يرتعب من إعراب إسمه  
ولا يستحي بلغته  
ولا يتعثر بالأخطاء عند الحديث  
التعليم مسألة بعث و إحياء  
مسألة أمانة .. تتوارثها الأنبياء وحفدتهم  
إن التعليم هو البذرة التي يعتمد عليها في صلاح المجتمعات  
لا أحبذ أن أحكي كثيرا عن مفهوم التعليم  
لأننا لا نستفيد من العلم كثيرا ببساطة نحن شعب يفضل الوقوع في  
الأخطاء الثقافية والأغلاط التي تتعلق بالهوية والكيونة .  
التعليم لا يحتاج معلما بقدر ما يحتاج إنسانا  
إنسانا يكون كفاء ومتقفا حقيقيا لأن الشهادة اغتيال للثقافة  
كمعلم  
يؤلمني أن أرى طفلا يخرج من المدرسة باكيا لأن معلمه لم يكن بقدر  
حلمه .

التعليم أب الحضارة وفيلسوف الفكر..

لا نحتاج إلى نظريات كثيرة ومعقدة حتى نثبت أن التعليم بالطريقة الصحيحة مهم .

القرآن يثبت أن المعلم الجيد أساس الفلاح الدنيوي والآخروي .  
إن تربية المجتمع من تربية المعلم ، يؤلمني أن أرى أستاذ يهين طالبا  
أديبا

وينعته بجميع الصفات التي تجعل من المعلم حمارا .  
أو ذلك المدير الفاشل المنحط الذي يولي جميع الأساتذة اهتماما بمجلس  
التعليم ويهمش أستاذ اللغة العربية والتربية الإسلامية ، هنا يمكنك أن  
تقول أن البلاد تقودها سلالة رفيعة من الحمير الناطقة لا غير .  
نعلم جيدا أنه لا حياة جيدة دون تعليم جيد ، ولا يمكن أن نطالب المتعلم  
باحترام معلمه والمدير الحمار ينهق وسط المجالس ويرقص كالبهلوان .  
لا أريد في كل هذا السرد المطنب والمسهب أن أستند إلى قول فلان  
وفلان

الإعتماد على حقائق التجربة الشخصية أفضل بكثير لإقناعك بانقاذ  
المجتمع واسترجاع مكانة المعلم ..  
يجب إعادة رسكلة الواقع بالحكي الصحيح .

التعليم بيدق لا يرقص فقد على مربع أسود وأبيض بل يبني قلاعا  
وحصونا ويروض أحصنة الأعداء ويحفظ أمن الأمة وكرامتها وكيونتها  
في متر مربع صغير .

فإذا كنت تمتلك رئيسا واعيا يهتم بتأميم اللغة والعلم والدين أكثر من  
تحقيقه للأمن الغذائي فستصنع جيلا لا يقهر .  
تحرير الشعوب من الجهل والغباء .. وطردهم القرده من المدارس والركح  
المسرحية التي شوهاها وجعلوها للنعيق ...  
أقدس من تحرير الأرض .

التعليم منوط بالكرامة والشعور بالشرف والعزة ، التي تشكل الأمن  
الثقافي

الدولة الجيدة قوامها التعليم المنوط بالوعي  
نحتاج أن نتخلى عن حقول التجارب التي ارتبط بها التعليم عندنا



"إلى الذين ولدتهم الحياة عراة من كل شيء  
إلا من كرامتهم..  
أنتم الذين اختارتكم الأقدار  
أن تكونوا أنبياء زمانكم  
تصبرون على الأذى  
وتتألمون على الطوى  
وتربطون الحجر على أفواهكم  
كي لا ينتبه أحد إلى جوع أرواحكم"  
صبرا فإن موعدكم الجنة

## فاصلة....فراولة

ماذا تعرف عن الفراولة ؟  
الفراولة مدينة الطعم المختلف لكل شيء  
للفراولة أسطورة تقول أنها قديما  
كانت باللون الأبيض وكان المزارعين  
في كل مرة يمرون من جانبها يلقون عليها التحية  
وقصائد الحب من فرط الشعور بالحياء  
أصبحت شديدة الاحمرار  
الفراولة نقية ..صغيرة الحجم حلوة المذاق،مسالمة جدا  
لا تتعب الأرض ولا تطلب الكثير من الجهد والشمس  
تحب الدفء في التربة الناعمة الجميلة  
وإذا ما وضعت عليها سكرا  
جعلت كل أفراحك أعراسا  
طعمها يتراقص حبا  
ويمطر عذوبة العشاق  
تصلح للحب  
تصلح للسعادة  
تصلح للزينة  
والهدية  
يحبها الشيوخ والأطفال والنساء  
تحلو الحلوى برفقتها

تزين قوالب الحياة الخالية من الفرح

تسعد عروسا

وتضحك طفلة

وتسعد مغلوبا

وترجع غائبا

وتمنح الأرض

أمانا وحنان

هي الفراولة التي أحدثك عنها هنا

كل كلمة هي فراولة

قدمها هدية

أسعد بها زوجة

أو طفلا

أو مريضا

أو مغتربا عاد لتوه من السفر الطويل.

"كي تهزم الحياة البائسة

أخرج عليها في كامل زينتك

قوتك وأمانك وثقتك

من فرط جمالك وطمأنينتك

ستقطع نفسها وليس أصابعها فقط "

مروى وناسي

حلوى بنوق مختلف...

ذهبت إلى السوق واشترت كل لوازم الحلوى  
أيها الحلواني  
اشترت السكر الذي تصنع منه أحلام الفقراء والغلابى  
أحضرت كل الأشياء التي تشبه حلوتك البريئة  
حاولت تقليد دكانك  
كنت أعد الحلوى مثلك  
كان لباسي قديما ..به رائحة الحب ولون السعادة  
الأواني متعبة لكنها تغني  
وتحب السكر وتحتفل بالحرارة  
لأنها تعشق إبتسامة الأطفال  
لم أعثر في بادىء الأمر  
على أكياس لتغليف الحلوى  
ولم أشتد الملونات

أتعلم يا عمي الحلواني  
أحب الألوان لكني أردت أن لا تختلف الحلوى عن بعضها  
وأحب طعم الفراولة  
ولون غزل البنات الوردي  
تخلّيت عنها في دكاني  
كي لا ينقص طعم الحلوى اللذيذة  
لم يكن الباعة  
عندي كثير  
نسيت أن أصنع صندوق النقود  
لكني ما رأيت عندك  
صندوقاً من حب  
ولا أنت ترتدي بنطالاً به جيوب  
وليس لك قميص  
ألهذا كانت حلوتك لذیذة  
وعندي باعة وجمع غفير  
كانت حلوتي بالنقود وكانت حلوتك تسد جوع الزمن.

كن أنانيا بالحزن .... معطاء للسعادة  
لا أو من بنظريات الفقد  
التي تداولتموها ولا قناعاتكم  
عن الموت  
لا أسمى الفقد فقد إلا إذا  
فقدت نفسي أو أحد أحلامي  
لا يصلح الفقد أن نربطه بالأشخاص  
مهما كانت قرابتهم "  
أما عن فلسفة الموت  
لا يمكنني أن أموت إلا إذا  
أخرجني الله من رحمته  
أما عن الأخرى فهي وفاة "

وعسى أن تكرر هوا شيئاً وهو خير لكم .....

وراء الفقد إما عوضاً جميلاً أو بداية جديدة ...

متلازمة الفراولة مملكة من الورق الذي يحميك داخله ويقنعك أن عالماً من ورق بإمكانه أن يصنع إنساناً من حديد من شيء لا يمكن فقده أو تحطيمه.

تذكرت حين ضاع هاتفي وسرق مني ...

حزنت في بادئ الأمر كان يحوي داخله كل ما أملك من صور وكتب  
مفضلة

ضاعت مكتبتي الكبيرة المنتقاة بعناية كتبها التي تشبهني.

وضاعت صوري الجميلة وأرقام الأشخاص الذين تربطني بهم مودة  
كبيرة ..

فجأة أحسست بطمأنينة كبيرة

توجهت إلى حاسوبي المحمول فتحتّه وأخذت أبحث فيه عما إذا كنت قد

تركت بعض الملفات فيه كي يذهب عني بعض الحزن ..

لأنني كنت كلما أكتب شيئاً أبعثه لحاسوبي بتطبيق "البلوتوث" وكذلك  
بعض الصور الغالية على قلبي .

فجأة وأنا أقلب الصور لحاسوبي وملفاتي وجدت أشياء جميلة جداً ...

تحدثت إلى نفسي هل كنت أحب الجمال لهذه الدرجة وأختار الجميل من

الأمر، هل كنت متفائلة إلى هذا الحد ؟

هل كان ذوفي جميل إلى هذه الدرجة ، هل كنت أحب الصور المرحة  
والسعيدة والألوان الهادئة ؟

تحدثت مع نفسي كثيرا ، أدركت أن الهاتف ضاع لأجل هدف إن الله يريد  
أن أجدد نفسي أن يضيع الماضي ..كان الهاتف يحمل صور عام كرهت  
حتى ذكره ورؤية صور خلدت مآسيه كنت كلما رأيتها تذكرت ما مررت  
به ...

كنت أريد دوما محوها لكنني لم أجرؤ ..

صدقوني ضاعت كل حساباتي بالمواقع الإجتماعية ...ضاعت أرقام  
هواتف الأصدقاء ...

في الحقيقة اكتشفت أنني أضعت الكثير من الألم والأشياء المؤلمة ..

ضاعت الصور المضحية وذكرياتنا

وضاعت أرقام كنت أخال أصحابها أصحابا

أغلقت حاسوبي وفرحت بضياح الهاتف

غدا اشتريت هاتف جديدا ...

بدأت باستجماع نفسي مرة أخرى...

استرجعت حب جميع الصور اللطيفة

وأقسمت أن لا أجعل فيه رقما لعدو في ثوب صديق ..

وأن لا أحمل فيه صورة تؤلمني ذكراها

أقسمت أن أنسى كل ما مررت وأدركت



أن خسارة الذات أخطر الخسائر  
لأنني عندما فتحت حاسوبي وبحثت داخل ملفات لم أبحث بها منذ سنوات  
إكتشفت أنني تغيرت كثيرا ...  
تغيرت عن مرحلة العزوبية  
ومرحلة العشرينات كثيرا  
ومرحلة كنت فيها سعيدة جدا  
إكتشفت أن وجود الأعداء يفسد متعة الحياة  
والتخمين الكثير يفسد راحة البال

وأن ضغوطات الحياة يمكن أن تغير من طبيعتنا الجميلة كثيرا  
يمكن أن نفقد أنفسنا في خضم معارك الحياة  
ومطاردة الكلاب  
وتتبع مصدر العواء ومجاراته خنازير الوحل  
يمكن أن نخسر ذواتنا كلما تأثرنا بكلام لا يمثلنا  
أراد من خلاله عدو أن يشوه سمعتنا  
يمكن أن نغرق إذا كنا لا ننظر سوى إلى الخلافات والنزاعات  
يمكن لشخص وحيد فقير من كل شيء لا يمد بصلة للحياة أن يدمرك إذا  
أعطيته من بعضك شيئا ..  
أردت أن أخبرك من كلامي هذا ..  
لا تحزن عند الفقد فكل فقد وراءه عوض ودرس وحب وكثير من الخير

...

امرأة وجهتها مسك .....

المرأة القوية ...مجبرة أن يكون لها أعداء

مجبرة أن تكرهها كل نساء الأرض

لا تحاربك إلا امرأة لم تتمكن من الوصول إليك

لا تحاربك إلا امرأة فاشلة عجزت أن تكون نصفك.....

لا أقول رجل لأن الرجال يتقنون خوض المعارك ..

وأخر معركة يمكن لرجل حقيقي القتال فيها هي امرأة .

كي تكوني امرأة من توليب لديك الكثير لتفعلينه

ثقي بنفسك أكثر من أي وقت مضى ...

يجب أن تكون لك أم جيدة كفاية حتى تتخضب طفولتي بلون الليلك

والخزامى والزعفران

يجب أن تكون لك أم بهيئة الجنة حتى تتدثري جيذا بزهرها فلا تلفحك

قسوة ولا يمطرك جفاء

اصنعي لك طفولة لا تتحني لها السنابل الخضراء ولا تجف سيقانها ولا

تسقط حنطتها باكرا قبل فصل الربيع ...

كوني دوما تلك الطفلة احرصي على البقاء على قيد الحب والأمل .

الحياة طيبة والعيش ضيق أولا فسحة الأمل والخير و التفاؤل والخبز

والعطاء.

اصنعي لك جيشك الخاص وقوديه إلى حيث الأرض اليباب دوما ودعيه  
يعبث بوجه الأرض وتجاعيدها واتركيها يسقي خدودها زهرا وعيبرا

...

إجعليه يصنع الفردوس أينما حل أينما وقع. أينما أمطر .

ويغزو الأرض وردا وعبقا وشذى وأريجا ويصنع من الحب أكاليا  
ويضعها على قلوب الأطفال المشورة وجبين العذارى البلدية ووخدود  
النساء اللاتي خيرت معركة الحب باكرا.

أخبرتك في أول الكلام أنك قوية

ستعرضين الحرب من كل ارض مجدبة مقفرة

ستحاول الريح أكل وجنتيك والعبث بقلبك، ولمس السعادة داخل عينيك

وتجميد معنى الحب

ما دمت قوية ...

ستحاول الأعاصير كسر أزهار اللوفر خاصتك والغرق بها في أرض

الموت

ستحاول أن تطعمها السفن المهترئة التي ضلت طريقها ..

والأشباح التي غرقت لمدينة الشر منذ مدة ..

لا تستحي أن تحاربيها ولا أن تطارديها

كوني فتاة التوليب

اصنعي لك امرأة لا تخاف ولا تنحني ولا تكسر

لا يهزمها ألف عذر ولا يضيئها الغياب ولا العتاب ولا هذا العاذلين  
ولا يرف لها طرف ...قاتلي بكل ما أوتيت من حب وقوة وعزم ..  
يستحيل أن تقع الحياة بعزيمتك مرتين  
أعظم ما قد تفعليه هو أن تكوني قوية ...  
أن تكون لك كثير من حقول الزهر والورود  
أن تكون رائحة خاصة كلما عبرت فيفاء إلا واستحالت روضة غناء.  
أعط دوما دون توقف فالعطاء حب من نوع آخر

اغفري دوما أخطاء غيرك ولا تلتفتي  
النظر إلى الخلف دوما يفسد متعة الأشياء  
عيشي اليوم في حدوده لا أنت تغيرين ما فات ولا أنت مالكة ما يأتي .  
لا تنتظري من أحد أن يبذل لك الخير وما استطاع من البذل ...  
كوني أنت الماء الذي جعل منه كل شيء حي .

"ربما خصصت مساحة لا بأس بها للحديث عن النساء والمرأة القوية  
لأن الفراولة على العادة تشتق من  
كل امرأة حلوة قوية جميلة  
ومن يقطفها هم الرجال  
هناك من يقطف للبيع  
وآخرون للذبح  
وآخرون يقطفونها للحب ..للهدايا...للحفلات  
عفوا أيها الرجل  
لا أقصد السفاح  
إنما انتبه  
هناك فراولة دائما أمامك فلا تدسها .

فن تحويل النعمة إلى نعمة....

كنت متوجهة في الصباح الباكر إلى مدينة "روبية" وفجأة سمعت امرأة يبدو من نبرة صوتها أنها تبكي ، فاصطنعت الالتفات فوجدتها امرأة

جميلة باكية

تبدو بالأربعين من العمر رغم سن الأربعين إلا أنها تبدو زهرة بالعشرين من العمر ...

وبجانبتها صبي يبدو في العاشرة من عمره أو أكبر بقليل يواسيها ويطلب منها أن تصبر وبعد مدة أيقنت أنها تشكو إلى ولدها صنيع زوجها أي والد الطفل يبدو أنها على باب الطلاق والابن يهدئ من روع أمه والأم تطلب منه أن يعتني بنفسه .

تتأسى المرأة وتتحسر على تضحيتها مع زوجها وأهله وقد جازاها في نهاية الأمر بالطلاق ...

وبما أنني كاتبة وكثيرا ما تطلب مني صديقاتي أن أكتب تجربتهن السيئة أو أحذر في كتاباتي من الزواج

في الحقيقة التحذير من الزواج محرم بالنسبة لي

ومشكلة الزوجة وزوجها خاصة حاليا مشكلة تكاد تكون عالمية

فنسبة الطلاق مرتفعة بشكل رهيب بالعالم بأسره

لكن أنا بعد أن صححت لي إحدى حبيباتي صديقتي الإماراتية "ريم الغلا"

معلوماتي، وهي دكتورة بالاستشارات القانونية والأسرية وهي إنسانة

متفهمة في الدين وحافضة لكتاب الله النظرة للزواج.

على العكس أجمل وأرقى إنجاز بالعالم هو أن تجد نصفاً يشبهك  
ويحبك ويعتني بك وأنا أتحدث عن تجربة  
زوجي من أجمل الأمور التي حدثت لي  
منحني حبا كحب أبي  
وأخي  
كان لي الصديق والحبيب والأخ والسند  
وإنجابك للأولاد نعمة أخرى طيبة جدا وجميلة  
كلمة ماما من هرمونات السعادة  
منذ إنجابي لابنتي أحسست أنني لم أحقق شيئا قبلها  
أفتخر بزواج يفتخر بي  
زوج يعتبرني نعمة زوج  
يعاملني كشيء لم يسبق له الوجود  
الإنسان دون تأسيسه لأسرة فهو في حكم العدم  
هو نكرة...الوحدة قاتلة...وهي نوع خطير من الابتلاء  
الزواج هو أعظم الإنجازات بالعالم  
وأجمل تنبهي بالدنيا والآخرة هو الذرية الصالحة  
لكن أود في هذا الكتاب أن أخص لكن بعض النقاط التي جعلتني أنجح

كزوجة وأنجح بجلب الاستقرار النفسي داخلي  
لا يمكن للزواج أن يخلو من المشكلات  
ليس لأن الزوج من يكون سينا أو أن الرجال ملاعين  
يجب أن تكون الأنثى أقول أنثى وليس زوجة  
منصفة مع ذاتها وزوجها بمعنى أن تتقبل عيوبه كما تتقبل عيوبها  
أن تعتبره كأننا له أخطاء مثلها تماما  
وأن تنتظر لنفسها أيضا وتحاسبها على أخطائها  
لا يجب على الزوجين كما قال أحد الدعاة أن يقطنا مع أهله أهل الزوج  
لأنهما سيقودان الزواج إلى الفشل  
لأنه على العادة الطرف الثالث دوما يحب ويهوى التخريب  
كثير من أمهات الأزواج أو أخواتهن من تكون مريضة غيرة وحقد  
فتسعى جاهدة للتفريق بين الزوجين ولا أستثني أحد منا من هذه الخلافات  
ما أقصده تدخل أهل الزوجة أو الزوج بحياة الزوجين يخرب الود الذي  
بينهما  
أنت كزوجة أنت تمثلين نسبة تسعين بالمئة من سعادة بيتك  
أبعدي زوجك عن القيل والقال.



حتما ستجدين أما غيورة أو أختا تكرهك لا لسبب ولا لآخر فقط لأنك

مميّزة

لا تشبهين قلبها المشوه ...

ستجدين الكثير من الأمور التي تفوق طاقة استيعابك لكن عليك دوما

النظر إلى إيجابيات الأمور ..

هناك دائما قليل من النور يحكم جميع العلاقات

فقط أريد أن أخبرك أنك إذا كنت مميّزة وجميلة وعلى قدر من الثقافة

والعلم ستتعين كثيرا ستغرقين في الفتن .

ستتهال عليك المصائب بكل أصنافها .

سيستلظ عليك أحدهم حتى تكرهين المدينة بأسرها

لأنه من الناس من يجعلك تحب شارعاً

ومنهم من يجعلك تكره بلد ...

أغدقي على الجميع الحب المشروط وكذلك الاحترام

كوني عزيزة نفس ... لا تقبلي المساومة والخضوع

أتذكر في هذا السرد صديقة لي عندما أخبرتني يوما عن أخت زوجها

وقلبها يقطر ألما من أفعالها ..

وهي تغني وتقول أود أن أغني لها أغنية أحببيني بلا عقد ...

لا ، يستحيل أن يتقبلك شخص يشعر دوما بالنقص في حضرتك  
يصبح فزما إذا كنت بالمكان الذي فيه  
أريد أن أعلمكم لا يمكن أن تعلم الثعبان أن يقبل بدل أن يفرز السم  
طبيعته تتغلب عليه في كل مرة  
كنت أحكي لجدتي ...  
قاطعتنا أختي متسائلة قالت لها : لماذا كل أخوات الأزواج بالعالم  
يكرهون زوجات إخوتهم؟  
أجابتها جدتي بقصة ظريفة أتذكرها إلى اليوم وهي حقيقة صحيحة جدا  
قالت في يوم من الأيام كانت هناك عقرب تريد أن تعبر البحيرة  
ولكنها لا تستطيع أن تسبح ...  
فأنت إليها ضفدعة وقالت لها : ما خطبك ؟  
قالت : أيتها الضفدعة أريد أن أعبر البحيرة لكني لا أستطيع السباحة  
فقالت لها الضفدعة : أخاف أن أحملك فتقومين بلدغي قالت : لا والله  
أعدك  
كيف ألدغك وأنت تساعديني ؟  
فوافقت الضفدعة على حملها ...

وما إن اقتربت الضفدعة من اليابسة وهمت الضفدعة بوضعها قامت  
العقرب بلدغها ، أخذت الضفدعة تصرخ وتتألم من قوة اللدغة ..  
وقالت لها : لماذا خدعتني وقمت بلدغي فقالت لها : أسفة فذلك هو طبعي

أرجو أن تستفيدوا من هذه القصة وهي حقيقية جدا .  
لقد ضحت الضفدعة لتعلمكن سيداتي أن تحبين أنفسكن  
وتهتممن بمظهركن وصحتكن وبيوتكن ..  
وتتعلمن أن الحب في غير أهله هو الموت بحد ذاته .  
العقرب ممثلة مخادعة تتظاهر بالعجز ...  
خدعت الضفدعة بالتمثيل ..  
في كل بيت هناك عقرب مخادعة  
وضفادع كثيرة مغدورة ..

ابحثن دوما عن الشخص الجيد الصحيح الذي يستحق الحب  
واحرصن على حبه ...  
واخبروا الجميع عنه ..

تذكروا أيضا ليست كل أم زوج امرأة شريرة

حماتي "فاطمة بن سليمانى "

مقصرة كلماتى إن وصفتها

أحببتها قبل أن أحب ابنها

امرأة نبيلة شريفة عزيزة

لم تر عيني مثل حنانها ... جمالها ... عفويتها ... براءتها

لحماتي حبيبتي قلب طفلة تغضب بسرعة وترضى بسرعة

تخبرك بكل ما يزعجها كطفل مل نفاق الحياة

تحب الجمال ... تحب الحياة ... تحب الخير

أكاد أجزم أن حماتي لها أكبر البقاع بالجنة

يستحيل أن تشبه أي حماة بالعالم

امرأة مكافحة .. قوية جدا ... تثق بالله عزوجل بصفة مذهلة

تحب أبناءها كثيرا وأحفادها .. وحب أحفادها له يظهر كمية الحب التي

داخلها

لا تؤذي أحدا ... هي كنسمة طاهرة عطرة ...

كل من أخبرته عنها لم يصدقني ..

من المتفق عليه أن الحماية طاغية تهوى التفريق ..

والخراب والدمار ..  
أحبها بكل نبض داخلي  
أحبها بقلبي وعقلي  
ألقيها بالأميرة وهي أميرة القلب والروح ...  
المكوث رفقتها ينسي كل هموم العالم ينزاح الألم عند مرورها  
ويبتسم الحزن عند رؤيتها  
لها رائحة طيبة جدا حتى دون أن تضع عطرا ..  
غرفتها بها طاقة كبيرة من الحب والهدوء تشبه الجنة إلى حد بعيد  
تحب الخير لجميع الناس ...  
ولا مرة رأيتها اغتابت أحدا ولا شتمت ولا تمننت الشر لأحد  
أذكر لها موقف أريد من كل العالم أن يقرأه  
عندما كنت بالمشفى تعبت بالشهر الأخير من الحمل  
ساءت حالتي قليلا توجهت معي إلى المشفى وهناك وأنا ملقاة على  
السريير  
سألته الممرضة من تكون هذه ؟

أجابتها : ابنتي .  
أكتبها والدموع تسبقتني .  
أحبك جدا ...  
أتمنى أن يوصل أحد لها إحساسي داخل هذه الكلمات .  
بكيت فعلا وأنا أكتبها هنا .  
أحببت الحياة بفضلها ..  
كنت أستجمع قواي بفضلها ...  
بفضل دعواتها ....  
رحم الله من أنجبها لي ولأبنائها ...  
أبناؤها محظوظون بها جدا  
وابنتي محظوظة بجدة مثلها وأبنائي .  
فخورة جدا بها ...  
هي سبب كبير من سعادتي بالحياة الزوجية  
هي النور الذي أخبرتكم عنه  
وحتى العممة هي ليست عدوة ...

أمي تخبرني دوما أن ابنتي محظوظة بجدتها ...  
وبعماتها سعيدة وسامية وزهرة لا يشبهن العمات التي تحكي عنهم النساء  
المتزوجات  
لا يعرفن كره الأخ ولا يعرفن البخل والأنانية  
ولا يعرفن مقت أبناء الأخ ...  
ابنتي أيضا محظوظة بهن  
عندما تكبر ابنتي ستدرك أن أمها وفقها الله في اختيار والدها وأسرة  
والدها

ستتعلم منهم الحب ..  
ستتعلم الحنان ..  
ستكبر على الوصل وصلة الرحم ...  
ستجد أن والدها محبوبا ..  
وجدتها عظيمة جدا وتحبها  
سأوصي ابنتي دوما بجدتها وعماتها .

حماتي مثال عن وجود السعادة بالحياة الزوجية

عن رقم ناجح بالمعادلة

عن اسم صادق بأسرة الزوج

إذا ركزت على الخبيث ... سيخرج ويبدو حتى وإن لم يكن موجودا

وإن ركزت على الطيب سيخرج ويبدو حتى وإن كان مختبئا .

نصيحة لكل زوجة .....

اختاري الزوج الصحيح وسيصلح كل شيء

وتذكري لست مثالية لتطالبي بالزوج المثالي

الصبر ضروري جدا بالحياة الزوجية

وأهم درس تتعلمينه ،ثقي بنفسك ، ثقي بذاتك .. اصنعي نفسك ..حتى لا

تخربش في شخصك أيدي الأطفال .

لا أتحدث بمثالية مطلقة

ولا أقول في كتابي هذا أن السعادة مطلقة لأنه لا شيء ثابت في هذه

الحياة

إن كنت زوجة لا تعلمي أولادك كره العمات والأعمام



أعلم أنه يوجد أو توجد بينهم العقب التي تحدثنا عنها /عنه  
لكن تعلمي فن التجاهل .

تعلمي إتقان مقولة لم أسمع شيئا ولا أعرف شيئا

لا تخوضي حربا لن تخرجي منها منتصرة يوما

تذكري من النادر جدا أن تكون زوجة الأخ أو الابن محبوبة

لا تسعي أن يحبينك أو يحبك أحدهم حب أسرتك وحده كاف

ليجعلك تنتصرين في كل مرة .

مهما كنت تكرهين أحدهم أو إحداهن تأكدي هن أيضا يكرهنك لكن يجدن

التمثيل أسفة علي أن أخبرك أن تكوني منافقة إجتماعية ممتازة

كما نقول باللغة العامية "دير روحك مهبول تشبع كسور "

تأكدي لن تقف حماتك إلى جانبك

على حساب ابنها أو ابنتها

بالأخير أنت دخيلة عليهم

أنت بمثابة فيروس يهدد استقرارهم

يجب أن أسمى الأمور بمسمياتها هنا

حتى لا يدينني إمام

ولا يتهجم ناقد  
ولا يزعم محلل إجتماعي  
أو مصلح أنني أذكر الفساد هنا كثيرا  
إن صارحنا أنفسنا بتقبل الحقائق  
وتقبلنا أخطاء المجتمع  
عرفنا من أين يأتي الخلل  
أيتها الزوجة الحماة إما تجدينها كحماتي  
وإما متسلطة غيورة حقودة... تسعى لدمار بيت ابنها  
سأقول لك إن كانت حماتك صالحة فلا تخافي  
ستأتي الغيرة من ابنتها أو ابنها أخ الزوج  
سيأتي الخراب بسبب شعور هؤلاء بالنقص

دعيني ..أيتها الزوجة أخبرك سبب الهجوم أولا حتى ترتاحي وتتعاملي

مع هذه الآفات معاملة تريحك

تتم عملية الهجوم عليك

لأنك تجيدين الأنوثة وترتدين الحب واللطفة والكل يحبك

ركزي معي سيبدأ الهجوم لأن حماتك تحبك أو زوجك

إذا كانت حماتك جيدة ...

ستهاجمك الابنة بحجة سرقة أخيها منهم وقد يأتي الهجوم حتى من

الرجال أقصد أشباه الرجال.

بحجة أنك ساحرة شمطاء

اعتمدت السحور كي تجعل الابن خاتما

ستهاجمك حماتك لأنك ملكة عند زوجك وهو زوج جيد

إن لم تفعل فعلت الابنة أفذر ما يمكنك تصوره

ستسعى للنميمة وتشويه صورتك بالعائلة ... وتقع أمها أنك لعنة حلت

بأخيها ....

ستجدين نفسك متزوجة بزوجك وأخته وأمه وكل العائلة في النهاية

ستجدين نفسك أم مريضات نفسيا يعانين نقصا كبيرا ويحاولن تدمير ما لم

يستطعن تحقيقه ....

سأجعلن تترحن كثيرا في مقطعي هذا لأنني كتبت نزولا عند طلبكن

ثقي أن أخت الزوج مستحيل أن تحب زوجة أخيها

الغيرة تفسد كل الأمور ، ناهيك عن الحقد والحسد وتمني زوال النعمة  
لا يمكنني أن أصدق أن أخت الزوج تحب زوجة أخيها  
هذه نظرية أزلية ...

تعلمي سيدتي أنك ما دمت محبوبة زوجك ومدلته  
وما دمت بنت العز وأسرتك هي داعمك القوي  
وخاصة لو كنت محبوبة ستتمتعين بحروب باردة و أحيانا ساخنة مدى  
الحياة

سيدتي اقبلي الحرب لأجل التميز .  
الشجرة الفارغة لا ترمى بالحجارة أما الممتلئة فأنت تعلمين  
تعاملتي مع هؤلاء سيدتي بمنتهى التجاهل والرفعة والعزة

تعاملتي كما قال الشاعر :  
صن النفس واحملها على ما يزينها  
تعش سالما والقول فيك جميل  
ولا تولين الناس إلا تجملا  
نبا بك دهر أو جفاك قليل  
كلما ترفعت ازداد الحمقى جهلا واستشاطوا غضبا

كلما تمتعت ببرودة شديدة كلما أرهقهم الصقيع  
ردود الأفعال لا تأتي إلا إذا كان الخصم عظيما  
أما عن الأقسام فالشمس تمنحهم ظلا أطول .  
سيدتي أما عن الزوج صديقي قد تكونين محظوظة مثلي بزوج مثقف  
خلق له أم عظيمة كحبيبتى فاطمة ...  
فاطمة حبيبتى تصلح كلها كرواية عن الحب  
عن الطهر ، عن الشرف ، عن الهدوء ، فاطمة تشبه الجنة  
زوج حنون يحب زوجته ، يقدر جهودها ، يفهمها من نظرة  
إذا مرضت وجدته إلى جانبي نعم الزوج ، يعينني على عباداتي نتنافس  
لنقرأ القرآن ، نتنافس على ورد أكبر .

سيدتي كل زوج محب لزوجته لكن الحب داخله بذرة ..  
إما أن تعنتي بها من خلال تصرفاتك واهتمامك وإما أن تتركها تتيبس  
وتموت ..

تحتاجين سيدتي أن تكتشفي الجانب الجميل من زوجك

ابحثي عن كل ما يحبه ويسعده  
صدق من قال كوني له أرضا يكن لك سماء  
كوني له وردا يكن لك الروض  
كوني جداول حب فيغدق عليك بالحياة  
علميه أن يحب ذاته أن يعدل في حبك وحب أسرته  
علميه أن يدافع عنك دون أن يخذش أحد  
علميه قواعد الحب داخل عش الزوجية  
علميه كيف تشتري السعادة؟؟  
علميه قواعد الرحمة ، أعطيه بيتا يعطيك دفء  
أعطيه كفك حتى يمسك بالأمان  
سيدتي الزوجة  
السعادة موجودة...ابحثي دوما عن مواطن الخير والحب  
توقعي الأفضل...ستأتيك أحلامك طوعا يوما ما  
سيكون لك بيتك الزهري ..الهادىء  
ستستيقظين على ملامح زوجك الهادئة البريئة  
ستحبين الحياة من جديد ..

إياك أن تفكري بالانفصال إذا تعبت  
هذه إحدى أكثر أخطائي ..إبحثي عن الأسباب المؤدية إلى ذلك الشعور  
احرصي على وجودك أنت وزوجك فقط بالمنزل  
كثرة وجود الغوغاء تفسد عليك متعة الحياة  
إياك أن تكوني عروس الدمى بين يدي أحدهم  
تمتعي بكل ما حلمت به وأنت تنتظرين يوم زواجك  
غادري بيت والدك مطمئنة لن يحدث شيء لم يكتبه الله لكما  
ثقي بالله وبفسك أنه لن يهزمك أحد ما دمت تتعاملين بعفوية وصدق  
مادام قلبك لا يحمل غلا ، لن تخيبي  
لا تحرصي كثيرا على المحيط الخارجي  
أنت تزوجت حتى تكلمي نصف دينك  
حتى تكوني أما جميلة  
حتى تنجبين أطفالا تكونين كل عالمهم الجميل ويكونوا لك كل الحب  
والحياة  
تذكري لم تخلقي عبثا، لم تتزوجي حتى ترضي أحدا  
ما يهملك زوجك فقط  
أحبيه بلا حدود

أطعته، أغدقي عليه الحنان والاهتمام ولا تتأثري بقول الحاقدين  
الحاسدين.

تذكري أنهم مرضى نفسيا  
وكل من يحاول التفريق بينكما شيطان  
استعيذي منه واتركيه لله  
سيكفيك إياه بما شاء  
تخلي عن الخوف  
لن يتمكن من أحد بحضرة الله  
من أذيتك وكلما سعى أحد ليشوهك شوّهه الله  
وكل من سعى في حزنك أحزنه الله واخزاه  
عزيزتي ثقي جيدا انتقام الله جميل جدا  
ربما الذي يؤذيك معاقب أصلا وهو لا يدري  
محروم من كل نعمك

لذا أشفقي عليه / عليها .... عليهم



مسكين من يحاربك سواء من أهل زوجك أو خارج بيتك  
تعاملني دوما مع هؤلاء أنهم مرضى يعانون من عقد وفراغ قد يكون ديني  
أو عاطفي أو يعانون خلل الإحتواء .....  
خلل تقبل ذاتهم شكلا ومضمونا .  
وفي الأخير هم مرضى القلوب ....  
تكثر هذه الأمراض كلما ازداد العمر وضعف الوازع الديني ..  
لا يرضي من يعانون مرض "الشيزوفوبيا" إلا رؤيتك حطام .  
تمنياتنا لهم بالشفاء العاجل ..  
كتبت لأجلك /أسناء بلوطار.  
أنت قوية وجميلة لدرجة لا تستحقين كل ما مررت به /لكن أحيانا تكون  
الرجال بطاريق من المستحيل تعليمها الطيران .

"رسالة قصيرة إلى الرجل  
إذا تحققت من عدم كفاءتك للزواج  
فلا تنتزع وردة من حديقة أبيها  
وتزرعها بزبالتك  
وتقتاتها ثلة القطط والخنافس التي ببيتك"  
لأجل الذين وثقوا بي حتى أكتب إليهم مثلما أريد .

عودة الغائبين تجلب السعادة ...

مصطفى قرأت رسائلك

لم يكن باستطاعتي أن أجيب ،كانت طفلي تبكي باستمرار

أنت تعلم كم أحاول أن أكون أما جيدة

أما مثل التي تمنيت أن أمثلها يوما

أم تحب طفلتها وتعنتي بأحلامها وقلبها الصغير حتى لا تتخره الحياة

وما تزخر به من عداوة لأصحاب القلوب الصغيرة و البريئة

أنت بمثابة ابن لي ..

استمر بالكتابة حتى ينهك قلبك عن الاستسلام

أكتب كي تسد مجاعة العالم

كي تترجم ما تعوي به الأرواح

الكتابة أكثر الملاجئ أمنا وصدقا

والطف الأمهات ..

أم لا تعرف كي تفظم صغيرها ولا تعلمه كيف يبكي

لا يسعك مصطفى في عالم ديستوبي كهذا سوى أن تكتب

ويحتضنك كتاب ..

وتتلقفه فلسفة ما تجلب لك الحظ السعيد  
لا يمكنك أن تصاب بنزلة إكتئاب وأنت تمتلك لغة إذا ضمتك دثرت كل  
جليد داخلك، وأغلقت أفواه الكهوف داخل قلبك.  
ما ظنك بالله يا مصطفى؟  
رب كريم سيدتي.  
هو الذي مرضت يشفين، وإذا عشطت فهو يسقين، وإذا جعت أطعمني  
وإذا تهت أرشدني وإذا ضللت الطريق هداني ودلني .  
سيشد إذا الله عضدك بنفسك  
تعلم شيئاً واحداً... رغم أن به كثير من القسوة  
ثق بالله أولاً وأخراً وببنفسك وبنفسك ونفسك ثم لا أحد.  
لا تثق إلا بنفسك لا تثق بقلب أحد  
لا يجدي نفعاً أسلوب القصر والإستثناء.

فاصلة...أمنية

"اللهم زوجي يوسف كما جعلته لي نعمة بالدنيا وحباً

لا تجعل آخر عهدي به الدنيا

أكرمني به جنة بالآخرة فهو لم يحرمني من شيء "

اللهم آمين

## ملخص السعادة

قرأت كتابا جيدا يتحدث عن السعادة تحت عنوان "30 خطوة في السعادة كان الكتاب رائعا جدا فأردت أن أُلخص بعضا منه على طريقتي حتى نجيد جميعنا الحضور على السعادة وسأطالعكم في الأخير على كتب مهمة في السعادة . كما تعلمون لا شيء أفضل من المطالعة والسفر عبر الكتب .

جاء في الكتاب مايلي :

السعادة لا تكمن في قصر منيف

ولا جيش عظيم ,ولا سلاح مهيب

ولا بيتا فارها تتباهى به

ولا سيارة فخمة

ولا فتاة تنظر إليها فتسر نفسك

أتعلم السعادة الحقيقية تكمن في الإيمان بالله

- لا تفرح بالدنيا إذا أعرضت عن الآخرة

- لا تفرح بالولد إذا أعرضت عن الواحد الأحد.

- لا تفرح بالأموال إذا أسأت الأعمال .

- لكن الفرح في الإيمان ،في العيش مع الرحمن.

- السعادة سعادتان :

- سعادة في الدنيا لا تأتي إلا بفضل العيش في كنف الطاعات وذكر

الله والثانية سعادة في الآخرة وتكون عند أول قدم تضعها في الجنة

- السعادة في الإستقامة على منهج الله

- السعادة في الإيمان بالقضاء والقدر

- السعادة في قضاء حوائج الناس وتنفيس كرباتهم

يحكي صاحب الكتاب قصة واقعية جميلة أعجبتني :

يقول :

أن أستاذنا جامعيا ابتلاه الله بمرض في القلب فسافر إلى بريطانيا

لإجراء عملية جراحية عاجلة ، فلما قرر الأطباء الجراحة ظن أنه

ربما سيموت قال (أمهلوني ثلاثة أيام لأرجع إلى أهلي لألقي عليهم

نظرة أخيرة ولأرتب بعض الأمور حتى إذا قدر الله لي الوفاة أكون

مطمئنا )

فعاد إلى أهله وقبل أن يسافر إلى بريطانيا مرة أخرى لإجراء

الجراحة كان يجلس إلى جوار مكتب صديق له ، بجوار جزار يبيع

اللحم .

ولفت نظره امرأة كبيرة تلتقط العظم وبعض قطع اللحم النيء من

على الأرض ، وتضع في سلة معها فتعجب الرجل وتحرك إلى هذه

الأم الكبيرة وقال :

ما تصنعين يا أماه؟

قالت: والله يا بني لقد رزقني الله خمسة من الأولاد ما ذاقوا طعم اللحمة منذ سنة تقريبا؟

فبكى الرجل ودخل على هذا الجزار وقال : يا أخي هذه المرأة ستأتيك كل أسبوع فأعطها من اللحم ما تريد قالت أريد كيلو .

واحدا فقط.

قال : (فأعطها إثنين)

، وأخرج الرجل من جيبه قيمة لحم لعام كامل فبكت المرأة ولم تصدق ورفعت يدها إلى السماء تتضرع بالدعاء أن يسعد الله هذا الرجل وهو صاحب القلب المريض.

يقول : فوالله ما أن عدت إلى بيتي وأنا أشعر بهمة ونشاط حتى ولو كلفوني بهدم بيت لفعلت ذلك .

فلما دخلت قابلتني ابنتي وقالت :

ما شاء الله يا أبي أرى وجهك يتهلل ، فقص عليها الخبر ..

فبكت البنت وكانت سالحة ، ورفعت يدها إلى السماء وقالت :

أسأل الله أن يسعدك بشفاء مرضك كما أسعدت هذه المرأة و أولادها واستجاب الملك وسافر الرجل وأمام الأطباء صرخ طبيبه الذي يعلم حالته

وقال:

ما هذا ؟

من الذي بذل لك العلاج بهذه الصورة ؟  
فبكى الرجل وقال : لقد تاجرت مع الله عزوجل .

فبين غمضة عين وانتباهها اعلم أن الله على كل شيء قدير ، والله ستسعد  
في الدنيا والآخرة إن تقربت إلى الله وسرت على نهج رسول الله صلى  
الله عليه وسلم ، هذه هي السعادة، لا يشعر بها إلا من سلك الطريق ومن  
ذاق عرف واختتم بكلام شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله (من أراد  
السعادة الأبدية فليزِم عتبة العبودية).

إنها حقيقة لا تأتي السعادة والله غاضب عنك  
ولا تحلم بالسعادة والوالدين لا يتمتعان بالبر عندك .  
لا تحلم بالسعادة وأنت لا ترحم صغيرا ولا توقر كبيرا  
ولا تعرف للصدقة باب ولا للبسمة طريق .



سأرتب لك حسب ما استقيته من تجربة 30 سنة من عمري وما وجدته

في هذا الكتاب الجميل خطوات ثابتة للسعادة ...

خطوات تمكنك على السعادة وتفنّعك أنها موجودة ويمكن التعثر بها .

أول الخطوات :

الصلاة :

كلما ابتعدت عن الله ، كلما ران على قلبك كلما تمكنت منك الأمراض

النفسية كلما كرهت نفسك وبغضت الخلق ، ستجد أنك أظلمت سماؤك

وأجذبت أرضك ...ستكره الحياة دون سبب ستتعثر دوماً بالحظ العاثر

وستصيبك البلى ..

يقول صاحب الكتاب :

الصلاة هي الصلة بين العبد وبين الله عزوجل ، كان صلى الله عليه وسلم

يقول لبلال بن رباح "أرحنا بها".

الصلاة بوابة الراحة النفسية والفلاح في الآخرة ..

كنت كلما أرهقتني الدنيا ومشاكل الناس التي لا تكف عن إيذائنا كنت

أهرع إلى الصلاة ، كنت أتوضأ وأتحدث إلى الله عزوجل كنت أخبره

بكل ما أتعبني وكان في كل مرة ينجيني من كيد البشر كانت صلاتي هي

جيشي الوحيد الذي يدرأ عني كيد الكائدين ومكر الماكريين

كانت الصلاة تنجيني في كل سقوط .

### الصلاة طريق السعادة :

قال بكر بن عبد الله المزني رضي الله عنه : من مثلك يا ابن آدم خلي  
بينك وبين الماء والمحراب متى شئت تطهرت ودخلت على ربك ليس

بينك وبينه حاجب ولا ترجمان

إليك قول واحد من علماء النفس الغربيين "توماس هايسلوب"

إن الصلاة أهم أداة إذا عرفت حتى الآن لبث الطمأنينة في النفوس

والهدوء في الأعصاب.

حافظ على صلاتك وأخلص في تأديتها حبا لله أولا ووسيلة للتقرب منه

وحبا بالسعادة فالمرابط على صلاته لا يعرف الحزن إلى قلبه طريقا

وتذكر كلما كنت ذاكرا لله كنت من السعداء .

ثانيا : خطوة ذكر الله عزوجل .

تذكر الشرف الذي ستناله في سورة البقرة "وأذكروني أذكركم"  
ألا تحب أن تسعد بذكر الله لك ، تخيل أن يذكرك الله ويحبك ويسمع  
صوتك المسبح له المكبر الموحد المحوقل .

هي عبادة مدح الله تعالى الصالحين والصالحات لإكثارهم منها  
لقوله"والذاكرين الله كثيرا والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجرا عظيما

"الأحزاب 30"

قال الحسن البصري "تفقدوا الحلاوة في ثلاثة أشياء : في الذكر وفي  
الصلاة وفي قراءة القرآن فإن وجدتم وإلا فاعلموا أن الباب مغلق"

قال ذو النون : "ما طابت الدنيا إلا بذكره ولا طابت آخرة إلا بعفوه ولا  
طابت الجنة إلا برؤيته"

أبدا نفوس الطالبين إلى رياضكم تحن  
وكذا القلوب بذكركم بعد المخافة تطمئن  
حنن لذكركم وممن يهوى الحبيب ولا يحن

أعجبتني نصيحة الكاتب في كتابه ، أصر على هذه النصيحة كثيرا  
ليكن لك ورد يومي من الأذكار والذكر فكنت كلما تركت وردي انتكست  
حالتي ومرضت روحي ...  
لا تنس الله فينساك وإن نسيك نسيت السعادة .

الخطوة الثالثة : السعي في قضاء حوائج الناس  
كنت كلما أفضي حاجة أخت لي أو أخ كانت سعادة كبيرة تغمرني كنت  
أحس أن الكون يطرب لفاعل الخير ...  
مثلما قال الحسن لأن أفضي لمسلم حاجة أحب إلي من أن أصلي ألف  
ركعة .

الخطوة الرابعة : تعلم حمد الله وشكره ولا تتأفف من الروتين بحياتك  
ذلك الروتين يتمناه ألف شخص تتأفف من الجلوس في بيتك صيفا دون  
الذهاب للبحر أو الخروج في نزهة وإذا سألك أحد تحببته لا جديد .

احمد الله أن يومك يمر دون مصائب دون ابتلاءات دون مرض دون  
احتياج أو فقر أو مسألة عبد .

احمد الله على سقف يأويك ورغيف يسد جوعك وجسدك المعافى .  
أنا وأنت لا ننظر إلى النعم المحيطة بنا فقط نجيد ثقافة التذمر والسخط  
وعدم الرضا والقناعة وطلب المزيد..

ولو أن الناس أعرضوا عن شكر الله لاستدرجهم وأذاقهم الأمراض

والشرور

يقول الشاعر الإمام علي بن أبي طالب

إذا كنت في نعمة فارعها فإن المعاصي تزيل النعم

وحافظ عليها بشكر الإله فإن الإله سريع النقم

ولا شيء أبلغ في وصف الفناعة وشكر النعم من قصيدة الشافعي أسميها

قصيدة السعادة الحقيقية :

رغيف خبز يابس تأكله في زاوية

وكوب ماء بارد تشربه من ساقية

وزوجة مطيعة عينك عنها راضية

وغرفة ضيقة نفسك فيها خالية

ومسجد بمعزل عن الورى في ناحية

تدرس فيه دفترا مستندا لسارية

معتبرا بما مضى من القرون الخالية

خير من الساعات في القصور العالية

فهذه وصيتي مخبرة بحاليه

طوبى لمن يسمعها تلك لعمرى كافية

الخطوة الخامسة : تمسك بالقرآن ما استطعت  
السعادة تكمن في آية : "فمن اتبع هداي فلا يضل ولا يشقى ومن أعرض  
عن ذكري فإن له معيشة ضنكا " طه (124)  
ويعطيك الكاتب دليلا من القرآن أن السعادة تكمن عند ذكر الله في آية  
وتدبر كلامه عزوجل  
وأن القرآن محقق للسعادة  
قال تعالى : " قد جاءكم من الله نور وكتاب مبين (10) يهدي به الله من  
اتبع رضوانه سبل السلام ويخرجهم من الظلمات إلى النور بإذنه "  
المائدة 16

أهل القرآن هم أهل الله وخاصته وما من مهموم قرأ القرآن إلا وانزاحت  
عنه الهموم وابتعدت عنه الأحزان ...

الخطوة السادسة : الزواج باب من أبواب الاستقرار النفسي والسعادة  
وتحصين النفس  
الأصل في الزواج أنه من أعظم الأسباب التي تجعل المرء سعيدا وتدرأ  
عنه الهموم والتفكير السلبي  
سكن + رحمة ومودة واحترام=السعادة الحقيقية  
قال صلى الله عليه وسلم : " ثلاث من سعادة ابن آدم : المرأة الصالحة  
والمسكن الصالح والمركب الصالح "

أنت أيتها المرأة إذا وفقك الله للزواج ومن رجل صالح فأنت ظفرت  
بالسعادة وهنيئا لك استقرار القلب والروح معا  
وأنت أيها الزوج إذا ظفرت بذات الدين كنت من المحظوظين والسعداء  
لأن متاع الدنيا الصالحة ولا خير في الوحدة وبقاء المرء منقطعا  
والذرية الصالحة نعمة أيضا ...  
أنت أيتها الأم وأنت أيها الأب لا تتمرد على نعمة الله إذا أزعجك ابنك أو  
ابنتك إياك أن تدعو عليه ...  
فأنت لا تدري متى تنفتح السماء ويستجاب لدعوته فتظل بعدها ملوما  
مدحورا ...  
كل ما نملكه نعمة وإن نصف ثمرة أو ربع رغيف .

أخبرتني أنني في آخر الكتاب سأنتقل لك كل ما سيجعلك بإذن الله تصبح  
سعيدا .  
وعدتني أنني سأحدثك عن ماجاء في القرآن ، تجارب الآخرين وعن  
تجاربتي وعن قصص حقيقية ، واقتباسات كتب جميلة ومنشورات  
فيسبوكية حتى تطمئن أن هناك سعادة حقيقية يمكن أن نحصل عليها .  
وجدت قصة جميلة بالصدفة وهي عبارة عن وصية أو مجموعة وصايا  
أعجبتني كثيرا وهي حقائق لأن آباءنا يخبروننا نفس الاعترافات وكل من  
مر بهم قطار العمر سريعا ..

الجميل في كتابي هذا أنه ليس موجه لفئة عمرية معينة  
قد تكون طفلاً أو شاباً أو شيخاً وربما بإمكانني استئناف ما تبقى من  
خيباتك وأحزانك وضعف مؤشر الثقة داخلك حتى أخبرك مادام الله معنا  
فلا تحزن ...

هناك ممرضة أسترالية قامت بتأليف كتاب بعنوان  
"أكثر خمسة أشياء نندم عليها عندما نكون"  
وكان ملخص مضمون الكتاب :  
أنه تم سؤال العديد من كبار السن قبل وفاتهم عن أبرز الأشياء التي ندموا  
على فعلها أو عدم فعلها لو عادوا إلى سن الشباب وكان من الملاحظ  
وجود خمس رغبات اشترك في ذكرها معظم كبار السن وهي :  
أولاً :

تمنيت لو كانت لدي الشجاعة لأعيش لنفسى ولا أعيش الحياة التي  
يتوقعها أو يريدونها الآخرون .  
فقد عبر معظمهم عن ندمه على إرضاء الغير أو الظهور بمظهر يرضي  
المجتمع أو من يعيشون حولهم .

ثانياً : تمنيت لو أنني خصصت وقتاً أطول لعائلتي و أصدقائي بدلاً من  
إضاعة العمر كله في روتين العمل المجهد.



ثالثا : تمنيت لو كانت لدي الشجاعة لأعبر عن مشاعري بصراحة  
ووضوح.

فالكثيرون كتموا مشاعرهم لأسباب مثل تجنب مصادمة الآخرين أو  
التضحية لأجل أناس لا يستحقون .

رابعاً:

تمنيت لو بقيت على اتصال مع أصدقائي القدامى أو تجديد صداقتي معهم  
فالأصدقاء القدامى يختلفون عن بقية الأصدقاء كوننا نشعر معهم بالسعادة  
ونسترجع معهم ذكريات الطفولة الجميلة ، لكننا للأسف نبتعد عنهم في  
مرحلة العمل وبناء العائلة حتى نفقدهم نهائياً .

و أخيراً :

تمنيت لو أدركت مبكراً المعنى الحقيقي للسعادة .  
فمعظمنا لا يدرك إلا متأخراً أن السعادة كانت حالة ذهنية لا ترتبط بالمال  
أو المنصب أو الشهرة .

إن السعادة كانت اختياراً يمكن نيله بجهد أقل وتكلفة أبسط  
ولكننا اقتنعنا بأفكارنا التقليدية أنه لا وجود للسعادة على هذه الأرض .

وأضيف إليك العنصر السادس :

النظر إلى وجه الوالدين واستثمار الوقت معهما وأن تشبع عينيك وقلبك  
من رؤية وجههما الباسم الضاحك قبل أن يسرقهما الأجل  
هي إحدى الأشياء التي لا ننتبه إليها خاصة مع وجود الهاتف الذي زاحم  
كل الأحبة وخطف كل الأوقات والاهتمام .  
نسي الواحد منا حتى أن يسأل عن أبيه أو أمه ...

حتى طفلك الذي بين يديك الآن سيكبر سريعا  
سيصبح شابا أو تصبح فتاة سنتمنى أن تستمتع بكل لحظة من طفولة  
ابنك سنتمنى لو يرجع لك الزمن الذي كان يخط فيه الكلمات محاولا  
أن يتحدث ، سنتمنى أن يعود الزمن لتحمله مجددا بين يديك ، سيكبرون  
ويلزم كل واحد غرفته وسيصبح له عالما خاصا ربما لا تعرف عنه شيئا  
سيسود البيت الصمت وسيأتي يوما ويودعونك راحلين لتأسيس عائلاتهم

..

باب السعادة الخفي

اغتنم اللحظات اغتنم الحاضر لا تسترجع ماضيا ولا تستدعي مستقبلا ...

أعجبنى مقطع من كتاب "حديث السعادة "

قرأت الكتاب مرات عديدة ولم أمل منه يوما

وقررت أن أشارك المقاطع التي أعجبتني وطبقتها ووجدت لها مفعولا

عظيما ..

يقول

سامح

قم بالصلح مع أحد أفراد العائلة أو صديق كنت معه في خصام  
طهر قلبك من أية ضغائن تحملها بداخلك تجاه الآخرين ، حتى ولو كنت  
تعلم أنك على حق ، فأنت تسامح من أجل نفسك لكي تخلصها من أي  
طاقة سلبية تحمل الكره أو الحقد وتجعل روحك النقية لا تحمل في ثناياها  
إلا الحب .

قم بتدوين كل ما يقلقك في ورقة ثم قم بتمزيقها ورميها في القمامة  
واحرص على أن ترمي معها شعورك السلبي من قلبك وعقلك .  
المغفرة فعل عجيب إنها تدفئ القلب وتبرد الجرح .

من الجيد أن تغفر للآخرين زلاتهم ولكن الأفضل من ذلك أن تنساها  
- روبرت بروننج-

سأعلق على قول روبرت اغفر الزلات ولا تنساها تعلم منها  
وتذكر لا تغفرها لأجلهم بل لأجل نفسك من حقها أن ترتاح

أتذكر قصة قصيرة أخبرنا بها أستاذ النحو الذي درسنا بالمدرسة العليا  
للأساتذة ، قال في حديثه عن البغضاء والشحناء وعدم مغفرة زلات الناس  
والعفو عنهم .

قال كان هناك أستاذ قال لتلاميذه خذوا حبات بطاطا واكتبوا على كل واحدة منها ذكرى سيئة أو فعل سيئ قام به أحد تجاهكم وخبئوا تلك الحبات بكيس واحملوه على ظهوركم أينما ذهبتم .

ففعل التلاميذ ما طلب منهم معلمه لكن مع مرور الأيام تعبوا من حمل الكيس فقد أثقل كاهلهم وبدأت حبات البطاطا تتعفن وبدا العفن يزعج أنوفهم ويوسخ ملابسهم .

فأخبرهم كذلك هي الزلات عندما نحملها داخلنا فهي تعفن قلوبنا وترهق أرواحنا .

كل ما أخطأ أحدهم في حقك دعه لله ولا تحمل هم أذيته فالله يمكر بكل من مكر بك .

"يقول ليو تولستوي "

حاول أن تخفي نقطة ضعفك بقدر ما استطعت، هي ليست نقطة

هي أشبه بثقب أو نفق يقود العالم للعبث بداخلك "

نعم من الأمور والعادات التي تجلب راحة البال والسعادة

أن لا تر للناس ضعفك ولا تنك أمام أحد ..

أخرج إليهم وأنت بكامل قوتك وكامل حضورك ووعيك

لا تنسى أن كل ثقب إن لم تعمل على إصلاحه تسرب إليك شيء من قبح

هذا العالم ..

يعجبني قول الشافعي حاول أن تحفظه سيعمل على سد جميع الثقوب التي

يحدثها الدهر بك

يقول :

وإن كثرت عيوبك في البرايا

وسرك أن يكون لها غطاء

تستر بالسخاء فكل عيب

يغطيه كما قيل السخاء

ولا تر للأعادي قط ذلا

إن شماتة الأعداء بلاء

ولا ترج السماحة من بخيل

فما في النار للظمان ماء .

"وفي الأخير أختتم ما جاء في هذا الكتاب من أفكار وطرح  
وقصص بخاصة تجربة الثلاثين من العمر ...

اسمع جيدا

الدنيا فانية وكل ما فيها فان ، لا يبقى فيها إلا وجه الله عزوجل  
اغتنم الشباب قبل المشيب والقوة قبل الضعف والحب قبل الكره  
والسعادة قبل الحزن والصحة قبل المرض والغنى قبل الفقر .

سامح واعف عمن ظلمك أو أساء إليك

أعط محتاجا ...

أغث ملهوفاً ....

أصلح صدعا ....

أنقذ روحا ...

إسأل عن مريض...

لاعب طفلا ....

دعوتك في هذا الكتاب أن تحب الحياة وتقبل عليها

وأن تحب نفسك وتتقبلها بعيوبها

أن تصلح عيوبك لا عيوب الخالق

ابحث دوما عن الجانب الجميل في كل أمر

كما أخبرتك ليس كل فقد فقدا

وليس كل ضياع يتطلب حزنا

تعلم أن تحمد الله وتشكره

تعلم عد النعم ..

اذكر الله يذكرك أذكره تجده أمامك  
استعن به واصبر لحكمه دوما

اجعل لك أهدافا في الحياة  
أعظم ما قد أوصيك به  
ترك تتبع أخبار الناس لسلامة صدرك وقلبك  
ترك الدنيا وما فيها لأنك لن تشبع منها  
أقول لك مقولة عمر بن الخطاب  
إذا مررت بسوق لا تشتتر كل ما اشتهيت  
تعلم ضبط النفس وكبح شهواتها  
قلل من حضور مجالس الغيبة  
قلل من احترام الناس السلبية  
لا تتعلق بالناس ولا الأحبة  
أحب ما شئت فأنت مفارقه  
اعتن بقلبك جيدا  
فقد كلف أمك تسعة أشهر كاملة  
لا تتكلف إسعاد أحد على حساب سعادتك  
أحسن الظن بالله وكن عند حسن الظن بنفسك  
أحبب والديك... أخرج لهما كتلة الحب التي في عينيك وقلبك ولسانك  
حتى ينطلق ودا وحبا .

إذا كان لك زوجة أحسن لها ما استطعت رفقاً بها . استوصي بها خيراً ..  
إن كان لك زوجاً فلا ترهقي قلبه ولا تذمي فعله ولا تكثري السب والشتم  
واللعن وإياك تكفير العشير .  
إذا كان لكما أبناء فاتقوا الله في أرواح وأجساد صغيرة لا تقوى على  
الأذية .

إن كنت معلماً اتق الله فيمن تعلم  
لا تبتغ زينة الحياة الدنيا  
لا تجعل المال أكبر همك  
لا تطع مسؤولاً في معصية الخالق  
وتذكر ويل للمطففين  
إياك أن لا تعدل  
تلميذ اليوم هو الذي ستحتاجه غدا  
هو انعكاس لما قدمته .. إياك أن تحتقر طالبا  
أو أن ترد له حلماً  
إياك أن ترد من جاءك معتذراً  
إياك أن تكسر خاطر تلميذك بكلمة ، بحركة منك تجعله معاق الأحلام  
مدى الحياة .  
تذكر لا شيء من هذا يبدو مستحيلاً  
ما طالبتك به تستطيع تحقيقه



هو عليك هين  
حارب تقليدية المفاهيم داخلك  
ستسعد  
إذا حاربتك الدنيا  
مرحبا بك هنا  
متلازمة الفراولة ستأويك .  
سأدثرك طالما شعرت بقسوة العالم حولك  
تمسك بأطراف كلماتي الصادقة وستشعر بالحياة .