اكزولانسيس

Exulansis

خواطر ونصوص

جامع

إشراف

معمري حنان جودي يمينة

مهدي ايناس

جامع

اكزوالانسيس

إشراف

معمري حنان جودي يمينة

مهدي ايناس

خواطر ونصوص

دار تحفة للنشر والتوزيع

الكتاب: اكزولانسيس.

النوع : خواطر ونصوص(كتاب جامع).

المشرف(ة): معمري حنان- جودي يمينة- مهدي ايناس.

التدقيق اللغوي: هدى بن حمزة.

المراجعة اللغوية والتنسيق: بوقفة أميرة.

تصميم الغلاف: معمري حنان.

الإيداع القانوني: ديسمبر 2023.

تاريخ الإصدار: 2023/12/04

ISBN : 978-9969-9742-1-8

دار تحفة للنشر والتوزيع

الجزائر- ولاية باتنة – بلدية بوزينة.

رقم الهاتف : 0676890467

البريد الإلكتروني: tohfapublishhouse@gmail.com

جميع حقوق الكتاب محفوظة لدى دار تحفة للنشر والتوزيع،

ولا يسمح لأي جهة بإعادة إصدار هذا الكتاب أو تعديل أي

جزء منه، دون إذن مسبق من الناشر.

إن جميع الآراء الواردة في هذا الكتاب تعبر عن رأي الكاتب

لا عن رأي الناشر، والمؤلف هو المسؤول عن المحتوى.

الإهداء

إلى من كانت لي بلسما ومن حصدت الأشواك عن دربي
تمهد لي طريق العلم، ينبوع الحنان... أمي
إلى القلب الطيب والإنسان الصبور الذي رأى في الابنة الناجحة... والدي
إلى من علمني حرفا اليوم أنا به كاتبة أساتذتي الأفاضل: زعزع الوردي وغراب فارس.
إلى كل كاتبة مميزة ومتألقة
وإلى كل من حطت رحالهم معنا في مشوار هذا الكتاب الجميل
وإلى كل من اقتدى بنهج المرسلين، فكانوا أساتذة ومعلمين
لن نوفي الحق بالشكر، فلا يملك الوفاء إلا رب العالمين.

المقدمة

الحياة مواقف ومشاهد نعيشها، تترك في أنفسنا أثرا يعطر أرواحنا بجمال تواجدها في الذاكرة أم تقتل الأنفس لمر بصمتها، يمكن أن نصمت لذلك قليلا ولا نعبر عن مشاعرنا لكن في النهاية فإن الفكر ينفجر ليخيط بالأحرف والكلمات العربية أجمل الخواطر والقصص التي تسرد تضاربات الحياة بين القساوة والطراوة، ومن هذا المنبر أقدم لكم كتاب اكزولانسيس.

قراءة ممتعة

للزائر المجهول

إعتاد القلبُ على رؤية الحياة بذاتِ تلك الألوانِ الداكنة، لطالما اختلج في الروح خصلة البؤس المُستديم، وأصبحت بمثابةِ الغصة في منتصفِ شهقةُ روحنا الأزلية. وحتى عند ابتدار واستلزامِ مَبسم الحياة، سُلبت منا تلك الابتسامة التي كانت مفعمةٌ بتقاسيم الفرحِ والسرورِ وتعتليها قهقةٌ كانت تُبدد دباجير الظلامِ ليومٍ زارتنا فيه متلازمة "اكزولانسيس". كان ذاك الزائِر حاد الطِباع، يروقُ له من

البحارِ أمرُها، ومن الفِكر أدكنهُ ظلمَة، يجالسُ خيالهُ روحهُ عند شُرفة المنزل وهي تَحتسي كوباً من القهوةِ ذات اللونِ البُني شديد اللمعانِ، وكأنها كوكبُ قائمٌ بذاتهِ، عند تلقيكَ النظر في رونَقِها، ستشردُ منكِ الأماني وتهيمُ في زرقةِ سمائكَ الصِعاب.

كانت تلكِ المتلازمة تستعينُ النظر بين طياتِ كتاب "اللامبالاة" كيفما هي تفعلُ دائماً، تُسارع في إطفاء الشموعِ في وضحِ النهار، مهلاً، وهل الشموعُ تُشعل في حضورِ الشمس؟ وذلك عندما تفقدُ الرغبة في جُل ما حولك، سيتسنى لك وضحُ النهارِ وغسقُ الليلِ بذاتِ الشيئ، ويستوي في ذِهنكَ مذاقُ السكرِ بِمذاق الملحِ، حتى وإن صنعت لنفسكِ كوباً من القهوة فوضعت الملح عِوضاً عن السكر، ستبرهن لكَ متلازمة "اكزولانسيس" بأنهما ذاتُ الطعمِ، لن تتيح الفرصة بالتعبير عمَّا يدورُ في وجدانك، لتهتفِ بِعلُو الصوتِ أنهُ ما عاد أحدُ يهتم لأمري ستؤمي برأسكِ بالحلفِ الذي عقدتهُ مع تلك المتلازمة، وقامت بتزيينِ رِقابها بالحُلِي والمجوهرات، التي ستلمعُ يوماً حتى تُعمي بصيرتكَ عن التفرقة بما هو يهجهُ سناءُ الألوان وما يحيطُ جدرانهُ السوداوية بعتمة سوء الأيام، سيخالُ لك أن لا أحد يبالي بما تكترثهُ، وستتوقف قدميكَ عن إسداد الخطى نحو الإفصاح عمَّا بداخلكَ سيحزَم شغفكَ متاعَ أحزِمتهُ، ويمتطي العربةَ في ظلامِ الليل الحالك، وسيغادر الديار تاركاً فيك جُرحا لن يطيب بتقلبِ الأيامِ، ولا بغيابِ متلازمة اكزولانسيس.

الكاتبة: مرح إبراهيم سلوم/ سوريا.

خيباتنا مع الحياة

يبقى الصمت غطاء يهرب إليه كل إنسان ليخفي تفاصيل إحساسه، لكن الصمت بسط سلطانه خاصة بمواقف الحزن، ليقهر صاحبه لدرجة فقدان الرغبة في الكلام والخوف من البوح، خاصة إذا أصابه الفشل في تجاوز خيبته وظل سجين عثرته قانطا أمام إنكساره، ليختفي من عينه شغفه بالحياة، وشروخ الخيبة تمتد بصمت إلى أعماقنا المتألمة، وهو يجرنا لنعيش في وحدة تجردنا من الإحساس والرغبة في التكلم عما نعانيه، ونرفض مشاركة تفاصيل حياتنا مع غيرنا أو الفضفضة والاكتفاء بالصمت والنزف داخلنا، ولا نبالي بانفطار قلوبنا بسبب عدم الثقة بأي شخص، وكأننا نخفي ذلك الجانب المحطم خوفا من أعين غيرنا التي تلاحق عثراتنا...

لكن موازين الكون ثابتة منذ الأزل، فخلق الله سبحانه الإنسان مزيج من دم ولحم، وكتلة من الأحاسيس المتداخلة، منها الحزن والفرح، الخير والشر. ثنائيات تتنازع بداخل جوفه، وفي حالتنا هذه نحتاج سند يخفف عنا ويسند كائننا في السراء والضراء، لكن المؤلم عندما نثق بالشخص الخطأ، فإذا كسر ظهرنا وحطم قلبنا هنا ردة الفعل تتغير بين ثورة يأسرها الصمت أو دموع لوم وحسرة لا تنفعك بشيء...

ليكون الصمت ربما بوابة للانطواء والانزواء على أنفسنا لأخذ قسط من الراحة... وإعادة التفكير في كيفية التجاوز والخروج من نفسيتنا هذه، ربما إلى الوحدة أو الانعزال أو إعادة بناء أنفسنا وترميم ما تكسر منها وجبرها من جديد للوقوف مرة أخرى.

الكاتبة: سعدي شريفة / تبسة- الجزائر.

صراع الذات

كمقدمة صغيرة، تشمل نوعًا من التحذير، لن تستفيد من قصّتي شيئا إذا كنت تقرأ بدافع الاستفادة، وإذا كنت تريد السعادة فستفقدها معي، وإذا أصررت على القراءة فمرحبا بك بيننا نحن الهالكون، فقَدنا شغف الحياة ونختبئ وراء أقنعة الأقوياء، تركنا لكم السعادة واكتفينا بالهدوء.

الفراغ جميل أحيانا حين تكون بعيدا عن متاعب الحياة، بل تكون قد تأقلمت معها، حسنا... سأُسقط هذا القناع اليوم سأَظهر بعد طول انتظار، وسأُثبت لكم أنّ الابتسامة ستُرسم على أوجه البعض، بعضٌ من مُحبي الظلام الذين يسعدون بسقوطنا ولا يعلمون أننا سقطنا منذ أزل إلّا أنّنا نُخفي هذا السقوط ونحن نرتكِزُ على عُكازاتنا لنَظهر أقوى. لا يعلم أحد عن معركتي مع هذا الفراغ، لا أحد يعلم كم من مرة سقطت وكم من مرة أَجبَرت نفسي على النهوض، لن أتكلم عن ألمي فقد تأقلمت، لكن تفضلوا اقرأوا عني وعن بعض الهالكين مثلي...

أنا من لا تتواضع بوضع أهدافها، لكنّني تعبت، وبدأت أبحث عن عيوب أهدافي كي لا أتعلق بها أكثر، فيا ليت أحدا من هذه الأهداف وجَدت بابه مفتوح، أرهقتني هذه الحياة حقا، لا أُريد شيئا منها سوى بعض الهدوء، أحيانا يجمعني القدر ببعض ثواني السعادة، أتمنى في تلك اللحظة لو أنني أستطيع إيقاف الزمن، لو أنني أستطيع إيقاف قطار الحياة في محطة من محطات الحياة السعيدة والتشبث بها.

أحيانا أتساءل، كيف ستكون نهاية هذا الصراع، ماذا ستكون نتيجة مباراتي مع الحياة، ماهو مذاق النهايات السعيدة؟ حتى إن كانت هذه هي الحياة فأنا أريد النهاية.

في كل مرة كنت فيها أتحمل ما لا طاقة لي به، تراكمت بقلبي كلمات لم ينطقها لساني، حطام فراغ... سَمّها كما شئت، لم تعد تلفتني نسمات الجمل الموجهة نحوي، إنه شعور وكأنك تسير إلى المالانهاية، أتخطى وأمشي لكنها تبقى هذه الندوب اللّعينة، هُنْت على الحياة ورمتني إلى تجارب شتى تكاد تقودني إلى الجنون، هانَت كلُها لِيَنجو جسدي، جسدٌ ممتلئٌ بالفراغ، أدارت ظهرها لي بكل بساطة! ما بها الحياة غير عادلة؟ هل تُسعِد الآخرين على حسابي؟

ورغم كل هذا ما زلت تلك الفتاة الصامدة، أسير عكس التيار، أدري... لكنني أبحث عن سعادتي بين طيات قصة حياتي، وحسب نظري كان أعظم انتصاراتي تجاوزي لذلك الحلم الذي أرهق كياني، سرق بريق عيني وكان سبب ذبول زهرة شبابي، لكنني تجاوزته وسِرت بطريق جديد رسمت نهايته الجميلة التي أراها كُلما أغمضت عيني، لا أعلم ما إذا كانت هذه الحياة ستُنصِفني حينها لكي تكافئني على القليل من هذا الصبر، فرغم فقداني لشغفي لكن حتى الاستسلام عندي تعطلَ عن عمله، ولن أترك نفسي هكذا للحياة لتتسلى بي، فما هي إلا أشواط حالفها بها الحظ لتفوز علي وتفصلني عن سعادتي، لكنني سأحمل الكأس بالأخير لأعلن عن وصولي القمة.

لن أخفي عنكم سرا، رغم كل هذا الحُطام إلّا أنّني نرجسية، نرجسيةٌ بحُب نفسي، قد تعتقدون أنني أعاني الانفصام حتى، لسبب كل هذه الأفكار المتداخلة، لكنني لا أرى في النرجسيةِ عيبا، فما عيب الشخص إذا أحبَّ نفسه؟ جعل سعادته أولا وسعادة من حوله عاشرا، إن لم أسعَ أنا إلى راحتي من سيُهديني إياها؟ وإن أجّلتها بسبب أحدِهم من سيُعيد لي تلك الفرصة؟ هذه الحياة، كُلٌ يسير في دربه فهنيئا لمن يُدرك هذا، ولكي أضيف لكلامي رونقا خاصًا ويكون ختامها مسكًا، وتطييبا لقلبك عزيزي القارئ رغم نفسيتي المتهالكة، هذه نصيحتي لك، لا تدع الاستسلام يتسلل إلى حياتك فما هي إلا أيام شداد وتُر، لو تركت حياتك دون هدف فإنك تدعو التعاسة إليها، تذكر دائما أن التعب مع وجود هدف راحة، أحيانا تكون طاقة الشخص صفر، لكن لا تترك للاستسلام شرحا في قاموسك، على الأقل انتظر يوما تقول فيه حقا قاومت من أجل هذا الحلم. طبتم وطابت أيامكم.

الكاتبة: حليمة بوقفة /الجزائر.

ما لا يرونه

تِلك الأشياء التي نستمر بإخفائها عن العالم وكبتها بداخلنا هي التي تحطمنا وتكسرنا لقطعٍ مُتناثرة وتُدخلنا في دوامةِ الاكتئاب والانعزال الدائم عن العالم...

لطالما كُنت أسأل نفسي كثيرًا: كيف أخبر الناس أني ما عُدت أنا... أني ما عُدت أنفعُ لشيء... أني ما عُدت أصلح للأحاديث اليومية السطحية... كيف أشرح لهم أني ما عُدت أكترثُ لشيء ولا أهتم لِأحد...

فأنا حقا بأمس الحاجة لشخص آخر مثلي يستمع لي كما أفعل للآخرين، فقد استنزفتُ قِواي مرارًا وتكرارًا في سبيل قول شيء ما، في سبيل نطق كلمةٍ واحدة، وكأن صوتا ما بداخلي يصدني ويستمر بإسكاتي دائما، فألتزم الصمت. حيث أدخل في صراعٍ مع الكلمات التي تحاول الخروج من عيناي.

حيث يوجد هناك في أعماقي المكفهرة والباردة، هناك في الداخل... في روحي الحَبيسة ما لا أستطيع البوح به، ما لا يستطيع الناس رؤيته هو الجانب الذي يقتُلني بِصمت.

أتدرون كم هو مؤلم هذا الشعور؟ شعور تحس نفسك وحيدا على الرغم من وجود الكثيرين من حولك، وأن تُنهَكَ من ثِقل الأيام وقساوتِها.

آه... لمن أشتكي عجزي هذا؟ وهل تراني أجد شخصًا يفهمني من غير هذه الورقةِ والقلم أم أني أتأملُ من دون جدوى؟

ألهذه الدرجة تبدو حياتي مثالية حتى لم يفهمني أحد لحدِ الآن!! ألهذهِ الدرجة لم يستطع أحدٌ قراءة ما كُتب بين سطور أعيني...

ألم يسمع أحدٌ صوتهما يناديان: "ساعدوني أرجوكم، فليُعرني أحدكم انتباهًا!!؟

لا زلت إلى اليوم لا أستطيع تخطي ما حصل، كيف أتخطاهُ وقد أصبح شريط تلك الذكريات اللعينة يتكرر أمام ناظري كل ليلة... في كل كابوس، أصبحتُ أضطر إلى إقامة جلسات تصويرٍ ليلية لأمثل دور الضحية من جديد.

لم أعد أطلب الكثير بعد الآن، كل ما أتمناه أن تُصبح كل أيامي نهارًا لأني أخشى من قدوم الليل، أخاف من رؤية ذلك المشهد حين يغفو جفناي المسكينان لوهلةٍ قصيرة، حتى إنّ الوسادة نفسها قد سئمت مني ومن دموعي المالحة التي تُبلِلُها كل ليلة.

كافحتُ كثيرًا وسعيت جاهدة لِمجابهة كل ذلك الظلام بداخلي والتخلص من مشاعري التي بقيت في حلقي تأبى الدخول ولا الخروج، ولم أجد حلًا آخر سوى أن أدفنها حية وأنا أعلم بأنها لم تَمت ولا زلت على يقين بأنها ستعود يومًا ما بأبشع طريقة، حاولت النسيان والإعتياد على ما حصل فأشعلت أصابعي كلها لتُضيء المكان ولأشق الطريق نحو حياتي التي تقبعُ خلف البوابة البعيدة.

ثم ماذا؟! ثم إنها بدأت تنطفئ إصبعًا تلو الآخر، ولم أجد من يُمسك بيدي حينها ويقودني خارجًا لأعود للحياة مرة أخرى.

وحتى هؤلاء الذين فضلتهم على الجميع وأدخلتهم لدائرتي الخاصة والمقربون مني أو على الأرجح هكذا ظننت قد غدروا بي في منتصف الطريق ورحلوا وأصبحت عندهم نسيًا منسيا.

لقد تعبت، تعبت حقًا من التظاهر بأني على ما يُرام، تعبت من تلك الضحكات المصطنعة، ومن إجبار نفسي على فعل هذا وذاك، تعبت من كوني ملاذ الناس المفضل لإفراغ همومهم...

لقد تعبت كثيرا وأريد بعض السكينة وأرتاح من ضيق صدري ومن قلة عجزي.

أريد أن أنام وأرتاح ويغفو طوال الدهر جفناي.

أن أنام نوما أبديا...

الكاتبة: ايمان بوزيد/ سكيكدة- الجزائر.

رحلوا ولعل رحيلهم خير لي

في إحدى أيّام شهرِ فبراير أصابَ الحُزنَ والألم حياتي حينَ هَجَرَني شخصي المُفضّل الّذي كانَ سبباً لابتسامتي، هَجَرَ بقسوَةٍ وأخبرني بعدمِ استطاعته البقاء معي دونَ أن يُقدّمَ لي الأعذار، هَجَرَ بعدما قَدَمْتُ لَهُ الكَثير مِن الحُبِّ وَالاهتمام، ولو كانَ بإمكاني أن أمنحَهُ قلبي لقدّمتَهُ لَهُ بِكُلِّ ودٍ. هَجَرَ وغرزَ ندبةً في قلبي. لا يُمكنني نسيانُ ذلكَ اليوم الذي فقدْتُ بِهِ النّوم، كانَتْ دُموعي تذرف على وسادتي بغزارةٍ ورموشي مُبلّلة مُمتلئة بالدُّموع، لقَدْ تذكّرْتُ جميعَ اللّحظاتِ والأيّامِ التّي شاركناها معاً بحلاوتها وبمُرّها، تذكّرْتُ كلامَهُ، وغزَلَهُ، وحنيتَه التي كانَتْ كحنيّة الأب على ابنته وخوفَه الدّائم عليّ، تذكّرْتُ غيرتَهُ وعصبيتَهُ في بعضِ الأحيانِ، تذكّرْتُ الكثيرَ من الأشياءِ وحزنْتُ عليها لكن الحُزن لا فائدة مِنْهُ لأنَّهُ رحَل.

مرَّ على غيابك الكثير من الوقت الذي أمضيتَهُ وأنا أرثيكَ، أمّا الآن أنتَ لا شيء بالنّسبة لي، تخطيتّك وعُدْتَ غريباً كما كُنْتَ.

أمّا عن صديقتي التي ابتعدَتْ عني بسهولةٍ في إحدى أيّامِ شهرِ سبتمبر، صديقتي التّي كانَتْ مصدر تفاؤلي، صديقتي التّي بادلتُها مشاعري وسعادتي، صديقتي التّي كُنْتُ أُفضّلها على جميع النّاس وأتكلم عنها بحُبٍّ أمامَ الجميع، قبلَ رحيلها قامَتْ بتوجيهِ الكلماتِ الجارحة لي، كانَتْ شديدة القسوة واللّامُبالاةِ إلى حدٍّ ما، لم تهتَمْ لمشاعري وحُزني، كسرَتْ قلبي وخذلتني ورحلَتْ عندما كُنْتُ في أمسّ الحاجة لها ولدعمها، لن أنسى ما فعلتَه بي وأنا مُتأكدة أنّه سيأتي يوم ويقوم شخصٌ ما بتوجيه كلمات جارحة ومؤذية لها مثلما فعلَتْ، لن أنسى كُل شيء فعلتْهُ بي.

بالنّسبة لي ما عادَتْ سِوى غريبة لا تُمثّل شيئاً على الإطلاق، ما كانَ أملي بالحياةِ أن تجعلني خائبةَ الظنِّ في بعضِ الأشخاص، في بعض الأشياءِ التّي منحتُها كُل طاقتي وكُل قلبي، لكن هذا ما قُدِرَ لي، قد رحلوا لكنّهم جعلوا من شهدٍ نسخة ثانية تماماً، أصبحْتُ قويّة وطموحة وقاسية بعض الشيء، تعلّمْتُ من الخذلان عدم المُبالغة وعدم منح الأشخاص أكثر من قيمتهم، هم دروس في حياتي فقط لأتعلّم وأعلم قيمةَ نفسي.

الكاتبة: شهد منان محفوض/سوريا.

اكزولانسيس

روايتنا اليوم تحكي عن الايكزولانسيس، وهي متلازمة الشعور بفقدان الرغبة النهائية في الكلام عن أي شيء يخصك وأي تجربة مررت بها، اعتقادا بأنه لا يوجد أحد يفهمك إذا تكلمت، وأنا مررت بهذه المتلازمة الشعورية، وما زلت أمر بها.

أظن أنه لا تحتاجون معرفة اسمي، أنا فتاة عادية ذات بشرة حنطية وشعر أسود متوسط، وأنا قصيرة الطول، خفيفة الظل وفي نفس الوقت خجولة جدا.

كنت أعيش حياة عادية في الابتدائي. لم يكن لدي ضغط، ولم أكن أفكر في أي شيء، فقط كنت أحب الدراسة وأبذل قصارى جهدي من أجل النجاح، كنت المتميزة والمحبوبة بين الجميع، متفوقة على جميع التلاميذ، كنت أقرأ النصوص جيدا بدون أخطاء، كانت حياتي تسير على ما يرام، إلى أن أتى موعد تسجيلي في المدرسة الاعدادية وهنا بدأت الأحداث تتغير.

إن الأيام الأولى في المدرسة رائعة جدا، التقيت بأصدقاء جدد وكانوا أحسن مني، في تلك اللحظة كنت في مرحلة المراهقة، لم أكن أفهم معناها جيدا، لكن قد جعلتني أرى ما حولي بكل وضوح، حينها اكتشفت الجميع على حقيقته، ما كنت غافلة عنه في صغري أصبح يطاردني في المستقبل، أصبحت متوسطة النقاط، وكنت أرى أصدقائي الأوائل في القسم وبنتائج عالية، حينها كرهت نفسي، وأقول دائما كيف يحصلون على هذه النقاط بكل سهولة وبدون جهد، أصبحت أغضب وأبكي إن لم أحصل على علامة جيدة.

ملأت الغيرة قلبي، بعض الأصدقاء الذين كنت أحبهم خذلوني، لم أعد أثق فيهم لأنني مهما كنت لطيفة معهم سيتركونني بدون سبب. عندما أتحدث لا أحد يستمع لي لدرجة أني فقدت الرغبة بالكلام، لأن البعض لا يسمعني ولا يفهمني. الشخص الوحيد الذي سيفهمني هو نفسي، يمكن للبعض أن يفهمني، فقط من مر بحالتي والذي يحبني جدا، وأظن أنه لا يوجد من يحبني، لأن الأصدقاء لا يريدونك سوى لمصالحهم. كرهت الجميع، لا أثق بأحد لأنهم سيتركونني وسأظل وحيدة لأن لكل شيء فرصة ثانية سوى الثقة. تذكرت الماضي وكل ما مررت به، المشاكل العائلية التي لا تنتهي أبدا جعلتني أكره العائلة أجمع. أجلس وحدي في

مكان خال، أحببت العزلة، كرهت مقارنة عائلتي لي مع غيري، هذا الألم النفسي المتجدد أصبح حملا ثقيلا جدا وكأني أحمل الجبال على كاهلي التي تثقل حركتي، أصبحت أحس بالاختناق في منزلي وكأنني مسجونة في قبر مظلم. فقدت الثقة بنفسي كفقدان العصفور لجناحيه، فأين الحياة؟ إنها لا تعرف الرحمة بسببها عشت الحزن والمصاعب، تمنيت لو لم أولد في هذه الحياة لكي أواجه المصاعب التي قد تؤدي بي لعل إلى شيء غير متوقع.

ما زلت أجاهد وأحارب هذه الدنيا من أجل النجاح.

إن قلبي الصغير لا يستطيع تحمل ما أواجه من مشاكل في هذه الدنيا المتوحشة، لا أستطيع التحمل أكثر، لا يمكنني أن أشكو ما يحل بقلبي لأنه لا يفهمني أو يسمعني أحد، لأنه لم يمر بحالتي أي أحد. أنا لحد اليوم ما زلت لم أجد شخصا أثق به ويفهمني إذا تكلمت، وأتمنى العودة كما كنت وتنتهي المشاكل.

الكاتبة: مروى دحاني /المغرب.

لا زلت أزهر رغم أنه مر مائة خريف

أزَهر رغَم ألَمي، وانكَساري، رغَم الفقَد، الخذلان والأشواك، والعَتبات، والمخاطَر التي وضَعت في طَريقي وأمَامي. لا زلت أزُهر، وأفوح بعَبق الرَيحَان والياسمين، مَخفَية ألمي وضَعفي، وخيباتي التي تلقَيتها من هنا وهناك من أعَز الناس على فؤادي، لا زلت أُقاوم وأحَارب لأخَفي حَزني ووجعي لأبدو سعيدة، بشوشة، مرحة، مُبتَهِجة وكلي أمَل، لكَن خَلف الكَواليس في حَياتي الكثير والكثير من الخَيبات، والخذلان، والدموع، والألم، والقهر وخيبتي لا يعلم بها أحَد غَيري، حياة قاسية، وضع مأساوي أعيشه، إلا أنني عصية الدمع، قوية، وجسورة لا أسمح لأحدهم أن ينظر إليّ بعين الشفقة، والرحَمة.

لا زلت أنظر من نافذة الأمل التي تبدَو ضَيقة نوعاً ما، كأنها لن تُفَرج إلا أنها سَتتسعُ يوما وتفتح لي آفاقاً جديدة وستتحق أحَلامي جَميعها دَون استثَناء، ستزهر حَياتي، وسَتشرق شَمسي ذَات صباح، لدي ثقة تامة بذلك.

الكاتبة: حنين مؤيد الحامد.

أشلاء ألم

في داخل كل إنسان توجد قصة مؤلمة يحاول إخفاءها وراء ابتسامة مشرقة، يتظاهر بالقوة والسعادة، لكن الجروح لا تزال تنزف في صمت...

يخاف من الكشف عن الألم الماضي، ويحاول حماية نفسه من الجروح المزمنة. في عمق قلبه المتلاشي، يسكن سر مظلم يتجاهله الجميع...

في أعماق الليل المظلم، يعيش شخص يحمل قلبًا مليئًا بالحزن والألم. تجاهلته السعادة والبهجة، وتركته يعيش في عزلة داخل جدران قلبه. في أعماق الألم والحزن

يتجول القلب المثقل بالأحزان...

يعاني الشخص الذي يشعر بالوحدة والفراغ، ويتلاشى الأمل في صدره.

تتلاشى حكايته وتتلاشى الألوان من حياته.

تحت سطح الابتسامة الزائفة، يتجاذب الألم الماضي خيوط الحزن والأسى. يحاول الشخص مواجهة تلك الذكريات المؤلمة وإخفائها عن العيون، في عمق الروح يكمن الألم الماضي، يحاول الشخص إخفائه

وراء قناع الابتسامة، بين الضحكات الصاخبة والكلمات اللطيفة، يختبئ الألم الماضي في قلبه، يسعى لنسيانه وإخفائه عن الأنظار. في كل صباح ينظر في المرآة ويخفي ألمه خلف ابتسامته الزائفة. يحاول نسيان الماضي والتركيز على الحاضر، لكن الذكريات تستمر في مطاردته يبدو قويًا أمام الآخرين، لكنه يعلم أنه بحاجة للشفاء من الجروح العميقة. يحتفظ بألمه في قلبه ولا يسمح لأحد بالاقتراب كثيرا منه. في عتمة القلب والأفكار المتشظية، يعيش شخص لا يحب عائلته. يشعر بالغربة والانفصال، كأنه طائر محاصر في قفص... خيوط الحزن والأسى. يتسلل إلى القلب والروح، يثقل الأكتاف، ويعترض السعادة. يتجلى الألم في الليالي الساكنة والأفكار المضطربة، ينسج قصصًا مؤلمة في الذاكرة. في الأعماق المظلمة لروحه، يعيش شخص يشعر بالغربة داخل عائلته. كل لمسة تذكره بالألم والتجاهل. يحلم بالحرية والانفصال، لكنه يد العزلة في ذلك القرار. في عمق قلب هذا الشخص المختبئ، تتسلل ألوان الكراهية وتتلاشى بين أنياب الغضب. يسرد قصصًا مزيفة ويختبئ خلف قناع

الاهتمام والمحبة. يسكنه سر مظلم يتجاهله الجميع. يبتسم ببراءة ويتظاهر بالحب والاهتمام، لكن في الحقيقة، يكره عائلته بصمت. يشعر بالإحباط والغضب اتجاههم، ويختبئ خلف قناع الانتماء والوفاء. يتجنب الصراعات والمواجهات، ويخفي مشاعره السلبية في زوايا قلبه، في داخله بحر من الحزن المظلم، تائه بين أمواج الألم والهم...

يتأوه وحيداً في ظل الليل الطويل، ويحاول أن يجد الأمل الجميل...

يشكو قلبه وينزف الأحزان، يبحث عن السعادة والأمان، في كل ليلة هادئة، يجلس هذا الشخص ويكتب خواطره المريرة وأحاسيسه الجامدة. يعبر عن آلامه وأمانيه المكبوتة في قصائد مؤثرة. يسكب مشاعره في أبيات شعرية تنبض بالصدق والحزن. يجد في الكلمات الجمال والتعبير الذي لم يجده في عائلته... في هذه اللحظات الصعبة، يجد هذا الشخص الراحة في كلماته المكتوبة. تصبح الورقة والقلم رفيقين له، يسمحان له بالتعبير والتحرر. يشعر بالحرية في عالم الكلمات، حيث يمكنه أن يكون نفسه بلا قيود. يأمل أن يجد السلام والمحبة في مكان آخر خارج أسوار العائلة.

الكاتبة: شيماء ركاب/ الجزائر.

تنضيدة

جرار الخمر والمزامير
بأيامنا صارت أفاعي
حكايات العجائز... أحلام الطفولة
وشبابيك العشاق...
والتابوت لمعصميه يحمله
أيلومني الموت وأنا أغلقه
رأس أمي فيه، وذراعان لجدي...
وجنين كنت أحمله
على جبينه كتاب، وشم يحمل اسم المهرجان
يا أيتها الحمامات
رسائل الصمت، والشاهد على الموبقات
هنا يزرع الموت
ويحط حلم موتانا على الأفنان
فلماذا نموت... وكم من مرة
وهند يا عصري... ترفض أن تقطف وردة
هند تعرف يا وطني... متى تدفن الأوطان
تعرف أن التاريخ يلفه صمت
صمت اجترارنا للآلام...
لكني يا هند... عربية
أحب الورد المسقي بدم الإنسان
والورد الطاهر في طفلي
صنع الميدان...

الكاتبة: لامية عويسات/ سطيف- الجزائر.

عشوائيات

عادي كل شيء بدأ عادي ولا يزال عادي، كم تمنيت أن يكون غير عادي... مختلف مثير متميز، ماذا جنيت من وجودي؟ من كوني أنا؟ وكأنهم أضافوني لقائمة الموتى الأحياء، الجسد الحي والروح التي ماتت عند الولادة انسحبت لأنها لا تريد العيش في عالم لا يقدس الروح، عالم يحطمها كلما أردت أن أبنيها، يقزمها كلما أردت أن أعلوا بها، يحرقها كلما أردت أن أضيئها. أرادوني لأحترق معهم في جحيم الحياة، يضيفونني لقائمة من أذاقتهم الحياة المرارة، وجعلتهم يعيشون الألم، صناع التعاسة، وعاشقي الظلام.

مجيئك لعالم غير عادل بحد ذاته دليل على تعاستك المسبقة. ذاتك المحطمة قبل أن تدرك ماهيتها، وكأنك عبء عظيم، عبء على كل من حولك، وكأنك إضافة لألمهم، إكتمال لأوجاعهم. النقطة التي أفاضت الكأس وحطمت ما تبقى وجعلته رمادا.

كل شيء يحدث لك تشعر وكأنه عقاب لوجودك. أحيانا الاستسلام راحة والهزيمة نهاية.

آه لو تكفي كلماتي لتحكي نقطة من بحر أوجاعي، هل أنا هنا سفير التعاسة أم من حكمت عليهم الحياة بالإبادة؟

أعيش في حالة انتظار دائمة، انتظار لما سيأتي، انتظار لغد مشرق لذات مرممة، أين تصبح ذاتي الممزقة، ذكرى يجب أن تنسى.

يتلاشى شوقي للغد كل ليلة عندما لاحظت أن الغد الذي عشت على ونسه وهو نفسه اليوم فقط يحمل أوجاعا أشد ألما وثقلا.

الغد هو وهم خدعت به نفسي كي لا أقضي على أنفاسي، الحياة التي كنت أنتظر لأعيشها وتقرَّ عيناي برؤيتها ليست موجودة.

سيبقى الحال على ما هو عليه، يقال أن دوام الحال من المحال، أصبح ممكن... ممكن جدا الأصعب من الموت نفسه هو أن تموت قبل أن تعيش، أن ينتهي وجودك وأنت لم تشعر يوما أنك حقا موجود.

نمسح دموعنا بعد كل صرخة وجع لنقول أنه لا يزال لدينا أمل بغد أجمل، وحده الأمل يستطيع أن يبقيك على قيد الحياة، وبدونه لن تستطيع أن تعيش وستموت ببطء. بعد كل

سنة ستسأل نفسك هل أنا عشت العمر أم أمضيته فقط؟ الأصعب من السؤال هو الجواب نفسه.

الكاتبة: تهاني سارة/ الجزائر- العاصمة.

خذلان الأصدقاء

عشت أسوأ أيامي
لوحدي ولم يكن معي لا صديق
ولا رفيق ولا قريب ولا بعيد
كنت أعيش آلامي وحزني بمفردي
ولم يكن لي أصدقاء بجانبي
كنت في كل ضيق أخسر صديق
وفي كل حين أشعر بالضيق
يرمم الأصدقاء أرواح بعضهم
ما بال صديقي هدم روحي
يراقبون بعضهم من بعيد وكأنهم غرباء
لم تكن صداقتنا من طرف واحد
كنت أنا كلا الطرفين
ومع ذلك كان الخذلان من صديقتي المفضلة
لحظة الإدراك
صداقة دامت سبع سنين وانتهت برسالة
اللهم إني أسألك الرفقة الصالحة.

الكاتبة: نور الهدى ملاك/ الجلفة- الجزائر.

كسر خاطري

آه لقد كسروا بخاطري...
آه قد آلموا قلبي...
آه كيف حدث هذا...
وكيف لهذا أن يحدث...
لقد كسروا بخاطري ظنا
منهم أنهم ناصحون...
آه من هذا الكسر كم أنه عميق...
كسر بخاطري حين علم الجميع بموهبتي في كتابة الشعر وكل ما يخطر بالبال...
قائلين لي: لن تنفعك وكل ما تكتبينه بدون إحساس...
سيبقى على الورق ولن يرضى بسماعه أي من الناس...
فأنت لست جديرة لا بالكتابة ولا بالإبداع...
وكل ما تكتبينه عبارة عن هراء...
عندما جمعت جل كتاباتي تحت عنوان همسة أمل...
كل من اعتبرتهم أحبة وصفوا كلماتي بأنها رديئة...
لا تقارن بما يكتبه أي من الشعراء...
ولم يقرأه أي من الأدباء...
لقد آلموا قلبي ظنا منهم أنهم صائبون...
آه على قلبي الحساس...
آه على وجع تسبب فيه أقرب الناس...
آه على عيون انفجرت كأن ما بداخلها بركان...
لم تنتظر مني إذنا أو أي طلب كان...
جعلت مني ريشة تسوقها الرياح...
أو كسفينة هشة تلتقمها البحار...
كيف لهذا أن يحدث...

كيف لقلب كله حنان...
أن يتقبل الذل والخذلان...
ألم يؤمر بالاستماع والحذر من أي إنسان...
كيف لقلبي أن يعصي أمري وما طلبته منه...
كيف له أن يسمح بكل هذا الحزن والقهر...
ألم يستوعب ما عاشه من غدر...
كفى بالله كفى...
والله تعبت روحي وانهارت...
انجرح قلبي من كل هذا الأسى...
فما عشته لم ينتسَ...
آه يا حنان لقد فعلوا هذا بك...
آه يا نفسي لقد خذلوك...
لقد آلموك دون رحمة أو شفقة...
أين ضميرهم لم يرتجف حينما فكروا بأذيتي...
لم أعد أرغب بشيء من هذا العالم...
كل ما أريده نوما عميقا لا استفاقة منه...
راحة من كل هذا الوجع...
لن أنسى هذا...
فقلبي أرق من الزجاج إذا انكسر...
قلبي ألطف من أن يذوق هذا الألم الذي جعلني ضعيفة...
جعلني ضعيفة لا أقوى على رفع قلم...

الكاتبة معمري حنان/ بسكرة- الجزائر.

استيقظت من غيبوبتي

لحظة مؤلمة أجلس أمام شاشة التلفاز أسافر بعقلي لأتذكر حياتي التعيسة وكل ما مر بها من خيبات، إذ يمر أمامي شريط يقص ما مر على ليبيا وما عانته من أزمات، وفلسطين وما شاهدته من حروب ومواجهات، وكل يوم يمضي بها ترتفع حصيلة الوفيات، آه يا قلبي تألمت فجأة.

نادى ضميري حمدا لله فإن غيرك يرى حياتك كالأميرات، وفجأة تكلمت الإنسانية داخلي تخاطبني قبل أن تتوجهي بالدعاء لنفسك المغرورة بالحياة الميسورة، تذكري فإن هناك من يتألم على فراق أقرب الناس، يدعو فقط العيش في أمان بعيدا عن نفسه المقهورة.

اليوم استيقظت لأحمد الله على نعمة كنت قد نسيت طعمها، لكن الغد سيكون دوركم متى ستتوقفون عن الجري وراء الحياة الدنيا التي ستضحك يوم الحساب على قلوبكم التي كانت ولا زالت لا تهتم سوى لمصالحها الشخصية ونسيت شيء يدعى الإنسانية؟

والرحمة أين اختفت؟

للأسف انقرضت منذ زمن بعيد.

أفيقوا قبل فوات الأوان، كفى طمعا واحمدوا الله فغيركم يجد حياتكم حلما لا يمكن تحقيقه.

الكاتبة: جودي يمينة/ بسكرة- الجزائر.

الفهرس

الإهداء 03
المقدمة.....04
للزائر المجهول..... 05
خيباتنا مع الحياة.....06
صراع الذات.....07
ما لا يرونه 09
رحلوا ولعل رحيلهم خير لي 11
أكزولانسيس.....12
لا زلت أزهر.....14
أشلاء ألم 15
تنضيدة 17
عشوائيات 18
خذلان الأصدقاء..... 20
كسر خاطري 21
استيقظت من غيبوبتي..... 23

دار تحفة للنشر والتوزيع

إليك يا حامل كتابي
الذي به بصمة مختلف الكاتبات
فائق الاحترام والتقدير...
وجود كتابي بين يديك شرف وفخر لي...
أرجو أن تكون رسالتي قد وصلت إليك
وتركت بصمة في قلبك الجميل.

معمري حنان

Tel:0676890467 E-mail: tohfapublishhouse@gmail.com

ISBN:978-9969-9742-1-8

Fb: TOHFA Publish HOUSE
Instagram: tohfa_publish_house

ولاية باتنة - بلدية بوزينة -حي تفيراسين - أورير