



# من شواطئ الحياة

تأليف  
صيته الدوسري

# من شؤون الطب والحياة

تأليف

صيته الدوسري

الطبعة الأولى

١٤٣٩هـ - ٢٠١٨م

ح صيته خفران فراج الدوسري ، ١٤٣٩هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الدوسري ، صيته خفران فراج

من شواطئ الحياة / صيته خفران فراج الدوسري - جدة ، ١٤٣٩هـ

١١٥ص، سم

ردمك : ٢-٥٦٧٩-٠٢-٦٠٣-٩٧٨

١ - القصص . أ. العنوان

١٤٣٩ / ١٤٩١

ديوي ٨٠٨،٨٣

رقم الإيداع : ١٤٣٩ / ١٤٩١

ردمك : ٢-٥٦٧٩-٠٢-٦٠٣-٩٧٨

جميع الحقوق محفوظة للمؤلفة

للتواصل مع المؤلفة

تويتر : @EE\_6006

بريد إلكتروني : seeta0019@gmail.com

## الإهداء ..

إلى صاحبي الفضل أبي وأمي حفظهما الله ..

إلى أعظم شخص في حياتي جدتي الغالية ..

إلى الصديقتين اللتين لطالما كتتا السند لي .. ربا و رغد ..

إلى أخي محمد الدباسي ..

ولكل من يقرأ كتابي ويجب الحياة .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





## عراقيل

ترعبهم فكرة أنني أقرأ كتاباً ..  
أنني أتقدم خطوة و خطوات نحو تحقيق حلمي ..  
نحو الوصول إلى هدفي ..  
الطرق تغلق أمامي ..  
و الأنوار تنطفئ ..  
و الأمل يضعف و الثقة تتلاشى .  
كل ما هو حولي يدعو للإحباط ..  
يدعوا لليأس و من ثم للتوقف لكن أمني بربي كبير و طموحي  
لا حدود له .  
في كل مرة أقول بأن هنالك بصيص من أمل يتبعه اتساع  
للطريق و من ثم ستضيئ الأنوار .  
مهما واجهت من نقد و إحباط سأواصل سيرتي نحو ما أسعى  
لتحقيقه ..  
نحو هدفي و ل طالما اتخذت هذا النقد و الإحباط وقوداً يجعلني  
أتقدم للأمام أكثر و أكثر .

في كل مرة تتعثر قدماي سأحاول مجدداً الوقوف حتى أصل .  
و سأصل طالما أن ثقتي بنفسي موجودة و إيماني كذلك بذلك  
الحلم الذي يستحق كل هذه المعاناة و حسن ظن بربي .

## أستطيع

في الرابع و العشرين من شهر ذي الحجة و في يوم مشرق جميل اختلطت فيه خيوط الشمس بكل شيء رائع و تمازجت مع أصوات العصافير لتكمل جمال الصورة بروعة ذلك الصوت .

في ذلك اليوم الرائع استيقظت فاطمة على صوت أمها الذي شارك كذلك صوت تلك العصافير ..

كم هو الصباح رائع و الأروع أني سأزور ابنة عمي التي لم أراها منذ أيام .. قالتها فاطمة لأمها و هي تقبل يدها ثم جلست معها قليلاً و ذهبت بعد ذلك لزيارة ابنة عمها و تناول الإفطار معها .

بعد أن وصلت فاطمة إلى بيت ابنة عمها نورة و بعد تناول طعام الإفطار أخذت بتبادل أطراف الحديث معها .

كان حديثاً جميلاً بين الفتاتين تحدثتا فيه عن كل شيء من ذكريات قديمة ثم سألت نورة ابنة عمها فاطمة : ماذا تنوين أن تتخصصي يا فاطمة في مجالك الدراسي ؟

فاطمة : في الحقيقة منذ صغري و أنا أحب المجال العلمي كثيراً و قد عزمتم أن يكون اختياري للسنة القادمة .

نورة : إنه مجال صعب لكنه بالتأكيد رائع و مفيد أتمنى لكِ  
التوفيق .

فاطمة : شكراً لكِ و لكن ماذا عنكِ ؟ ألا تنوين إكمال دراستكِ ؟

نورة : لا أعلم حقيقة يا فاطمة فأنا فاشلة و رسبت عدة مرات  
و لا أظن أنني أستطيع المواصلة .

فاطمة : لماذا تقولين ذلك عن نفسك يا نورة ؟

ليس عليكِ قول ذلك أبداً .

إن قلتِ أنا فاشلة سيستجيب عقلكِ الباطن و ستصبحين فاشلة  
حقاً و إن قلتِ أنا أستطيع ستنجحين .

عليكِ أن تسمعيني جيداً الآن ..

هل ستظلين هكذا من دون تعليم إلى الأبد ؟

هل ستقولين لقد تجاوزت سن التعليم ؟

هل ستجلسين هكذا دون أن تطوري من نفسك ؟

عزيزتي نورة أنتِ مازلتِ صغيرة و لو كنتِ حتى كبيرة في  
العمر فطلب العلم ليس له سن محدد .

هل فكرتِ يا نورة بالرجوع هذه السنة إلى المدرسة ؟

نورة : نعم فكرت و لكنني الآن مترددة .

فاطمة : لم يتبقى على بداية العام الجديد فقط سوى بضعة أيام  
و عليكِ التحلي بالعزم و أريد منك أن تعطيني قرارك الآن و  
سوف أساعدك بكل ما أستطيع .

فكري يا نورة في نفسك و في تعليمك .

إنه لمن الخسارة أن يضيع عمر الإنسان و هو لم يفعل شيء  
في حياته .

لم يحقق إنجاز .

لم يتطور .

إن التعليم يا صديقتي منارة يهتدي بها الناس إلى الطريق  
القوم الذي نسلكه جميعاً في هذه الحياة .

كيف ستسيرين فيه ؟ كيف ستقدمين في هذه الحياة دون أن  
تتعلمي ؟

لماذا تستسلمين لأفكار زرعت فيك ؟

نورة : كلامك رائع يا عزيزتي و لقد أثر فيني كثيراً و أشعر  
الآن برغبة قوية في العودة إلى مقاعد الدراسة .

مضت الأيام و عادت نورة إلى المدرسة .

عادت بجد و اجتهاد كبيرين .

كان طريقها مليء بالصعوبات لكنها استمرت و لم تيأس .

أزالت الفكرة الانهزامية التي بداخلها و بذلك استطاعت  
المواجهة .

استطاعت العودة و الانطلاق من جديد .

و في نهاية المطاف حققت نورة ما تمنته و نجحت .

نعم نجحت و انتقلت لمرحلة جديدة و هي الآن مستمرة في  
حصد ثمارها بعد أن وصلت و حققت بعض ما تريد و هي في  
طريقها الآن لتحقيق كل ما تريد .

من منا لم يكمل دراسته يا رفاق ؟

من منا استسلم للظروف ؟

من منا استسلم للانهازامية التي بداخله ؟

ربما بسبب ظروف معينة أو شعور بالفشل نترك الدراسة و  
نترك كل حلم نسعى لتحقيقه لكن متى ما تحلينا بالعزيمة و  
الإصرار و أن ليس كل شيء مستحيل في هذه الحياة و مهما  
نظرنا للظروف على أنها حواجز فقط وضعت في طريقنا نحو  
تحقيق الحلم و ليست طريق مغلق ينتهي عنده كل شيء و متى  
ما قضينا على الروح الانهزامية التي بداخلنا سنحقق ما نريد .

و سنصل لأننا نستطيع .

## اقروءوا يا رفاق

من منا لديه كتب يعتليها الغبار ؟

لم تفتح و لم تقرأ !

مهجورة كمنزل شعبي قديم .

هل مشاغل الدنيا منعتنا من ذلك ؟

من أن نفتحها و نعرف ما فيها ؟

القراءة يا رفاق هي المرتكز الأساسي للمرء للتعلم و المنهل الأول لتلقي المعلومات و هي الجزء المهم لبناء الإنسان ذاتياً و علمياً .

و هي كذلك المفتاح نحو المستقبل .

تختلف الأسباب التي تدعوا للقراءة لدى الأفراد باختلاف اهتماماتهم فهناك من يعتبر القراءة وسيلة للقضاء على وقت الفراغ و هناك من يقرأ لجمع المعلومات المفيدة و هناك من يرى القراءة مملة جداً لكن هنالك آخرون يرونها محور ارتكاز لهم في هذه الحياة .

بطبيعتي كنت من الذين لا يحبون القراءة أبداً لأنها كانت مملة بالنسبة لي إلى أن جاء اليوم الذي سألت فيه نفسي :

لماذا لا أحب القراءة ؟

لماذا لا أجرب قراءة كتاب ما أو حتى أتصفح في بعض  
الصحف ؟

تحولت هذه الأسئلة بالنسبة لي إلى تحدي ..

نعم تحدي و أخذت أقرأ ..

قرأت في الكتب التي تتحدث عن التاريخ و القصص و الحروب  
قديمات فهي تلهمني أكثر و أحبها كثيراً ثم يوماً بعد يوم قلت  
لنفسى مرة أخرى : لماذا أيضاً لا أجرب نوعاً آخر من الكتب  
بقصد التسلية و زيادة المعرفة ؟

اقتنيت في اليوم التالي كتباً تتحدث عن الديانات و بدأت أقرأ و  
استفيد أكثر و أكثر ..

مضت الأيام و أنا أنتقل من مجال لآخر للتسلية و لزيادة  
المعرفة و التثقيف .

قرأت كثيراً و استفدت أكثر .

واصلت إلى درجة الشغف ..

نعم .. أصبحت شغوفة .

أصبح يومي لا يخلو من القراءة و لو بعضاً من المعلومات  
البسيطة .

غيرت القراءة كل شيء في حياتي حتى في طريقة تفكيري و  
استطعت مواجهة الكثير من الأمور و مجابهة الحياة .

كبرت فكراً و إن بدا عمري أصغر من ذلك و لذلك أقول لكم :

اقرؤوا يا رفاق ..

اقرؤوا لتتعلموا ..

اقرؤوا لتنجحوا ..

اقرؤوا للثقافة ..

اقرؤوا للتسلية ..

اقرؤوا لتحقيقوا ما تريدون .. اقرؤوا فحسب .

## عقب الجنة

آه يا أمي ..

لا أدري هل جف قلمي أم أنني لم أعد أكتب كما يجب و  
أصبحت أجهل بأبسط قوانين الكتابة؟

أم هي مشاعري تعجز عن وصفك أو الحديث عنك؟

أمي ..

أنتِ لستِ أمّاً لي فحسب ..

بل أنتِ رفيقتي ..

أنتِ حبيبتي و الضوء المشع من عيناى .

أنتِ روجى التى تسكن فى داخلى ..

و يدي الثالثة ..

و قدوتي الأولى ..

أشعر بكِ فى داخلى ..

فى كل تفاصيلى ..

بل حتى قبل أن أكون على هذه الحياة كان بيننا وصال و أنا  
مازلت في طور التكوين في بطنك بحبك السري .

أتذكرين يا أمي في ذلك اليوم ؟

في ذلك المجلس ؟

عندما جلستِ مع صديقاتكِ و أنا أمشي بينكن ..

أتذكر كيف كن يقلن لي أنتِ كأُمكِ .

كنت أفرح كثيراً .

و أفرح كثيراً ..

أتذكر كيف أنني حينما أخاف من شيء أهرب إلى أحضانكِ  
فتلممينني ..

أهرب إليك ككنغر صغير أراد الاختباء في جسد أمه .

لا أخاف من هذه الحياة و أنتِ أمي .

حبيبتي ..

حين مرضتِ لم أكن أعلم ماذا أفعل .

كان قلبي يتألم بشدة ..

يخفق بشدة ..

تمرضين و أنا من يتألم ..  
تتناولين الدواء فأشعر بقليل تحسن .  
و كأننا شخص واحد .  
أحبك كثيراً و أتمنى أن تكوني بخير دائماً .  
يا عبق الجنة .

## اكتئاب

ما الذي يحدث هنا في صدري ؟

بماذا أشعر ؟

هل هو حزن أم أنني أحمل ذنباً كبيراً ؟

كيف لي تحمل كل هذا ؟

إنه ليس بألم ..

إنه سواد معتم على صدري .

أفقدني إحساسي ..

أعتقد بأنني مصابة باكتئاب فضيع .

لا أعلم بما أشعر ..

فقط حزن و ذنب .

ضميري يؤنبني ..

يأكلني ..

مللت من نفسي .

كل يوم و أنا على ذلك الحال ..

تأتيني نوبات من الاكتئاب تسيطر علي و حينها لا أريد أن أعيش لثانية واحدة من كرهني لنفسي .

لا أريد مغادرة سريري .

أحياناً أريد النوم بشدة .

و أحياناً لا أريد النوم قط .

تدور أفكار في رأسي ..

أفكر بالانتحار ثم تليها أسئلة :

ما الذي سيحدث لو قتلت نفسي ؟

هل سأستريح و لن تصيبني تلك النوبات مرة أخرى ؟

تمضي دقائق ثم أتذكر عقوبة ذلك الشيء ؟

إيماني حاضر .. لكن يا الله ماذا أفعل ؟

أتوقف هنا و أصمت .

تنتهي تلك الأفكار ثم أعود ثانية لأخاطب نفسي : هل سأبقى هكذا دائماً ؟

هل سأتوقف و استسلم لما أنا فيه ؟

هل هذه ظلمة آخر الطريق ؟

الكثير من الأسئلة تدور في رأسي لكن قد حان الوقت لأنقذ نفسي .

يجب أن أتخلص من هذا الحزن .

من هذا الذنب ..

يجب أن أخلع ذلك السواد المعتم على صدري .

أن أرى الحياة من الجانب المشرق و أذكر نفسي بما أحب .

أذكر نفسي بأن أحب هذه الحياة طالما أنني أستطيع أن أبتسم .

و لطالما أن من حولي يستطيعون ذلك .

و لطالما أن الله معي و سيعوضني يوماً ما .

# ظلم

نؤمن جميعاً بأن الله يفعل ما يشاء لأنه الخالق المالك لكل شيء .

المتصرف في ملكوته .. لكن هل الله يظلم ؟

هل سيحاسبه أحد لو ظلم ؟

حاشاه سبحانه فقد نفى ذلك عن نفسه فقال في محكم التنزيل :  
﴿ وما ربك بظلام للعبيد ﴾<sup>١</sup> .

بل و حرم الظلم على نفسه .

كل الناس الذي ولدوا على هذه الأرض لم يختاروا كيف سيكون شكلهم .

لم يختاروا هيبتهم ..

لم يختاروا صفاتهم .

كل واحد منا خلقه الله بصفات معينة و هيئة معينة و شكل معين .

منا الفقير و منا الغني ..

---

<sup>١</sup> فصلت آية ٤٦ .

منا الضعيف و منا القوي ..  
منا الأبيض و منا الأسمر .  
لم يختار أي منا كيف سيكون .  
لكن ماذا عن الغني ؟  
هل هو الذي يأكل حق الفقير ؟  
ماذا عن الضعيف ؟  
ماذا عن القوي ؟  
هل القوي أصبح كذلك بسبب سطوته على الضعيف ؟  
ماذا عن الأسمر ؟  
هل اختار لونه بنفسه ؟  
في هذه الحياة نرى أنواع كثيرة كلها تسمى ظلم .  
فالظلم أنواع ..  
سطوة القوي على الضعيف ظلم .  
رفاهية الغني على حساب الفقير ظلم .  
إلقاء الشتمات بحق الأسمر ظلم .  
كل ذلك و غير ذلك ظلم ..

بل حتى إيذاء الحيوانات ظلم .

أنت أيها الظالم حينما فكرت أن تظلم أحد ألم تفكر كذلك بأن له رب قادر ؟

ألم تسمع بقوله تعالى : ﴿ و الظالمين أعد لهم عذاباً أليماً ﴾<sup>١</sup> ؟

أين أنت من قول المولى : ﴿ الذين يظلمون الناس و يبغون في الأرض بغير الحق أولئك لهم عذاب أليم ﴾<sup>٢</sup> ؟

ألم تتفكر و أنت تظلم في قوله تعالى : ﴿ ألا لعنة الله على الظالمين ﴾<sup>٣</sup> ؟

ألم تخشى و عيد الله ؟ ليس فقط في الآخرة بل حتى في الدنيا ؟

لماذا لا يكتفي الظالم بما لديه ؟

لماذا يأخذ حق غيره ؟

هل أنت راضي عن نفسك و أنت تظلم غيرك و تسلبه حقه ؟

ألم تخشى من أن يرفع المظلوم يديه إلى ربه ؟

---

<sup>١</sup> الإنسان آية ٣١ .

<sup>٢</sup> الشورى آية ٤٢ .

<sup>٣</sup> هود آية ١٨ .

نعم .. يرفع يديه ليقول : حسبي الله و نعم الوكيل و يكون حينها  
الرد من رب العالمين بأن حقه و ماله و ما سلب منه سيرجع  
إليه و لو بعد حين .

ألم تفكر ماذا ستفعل عندما يستجيب الله له دعوته في الدنيا و  
يكملها لك بالحساب الأليم يوم القيامة ؟

فكر أيها الظالم بعدما ظلمت و فكر في اللقب الذي أصبحت  
تحمله بما فعلت .

## تاجي الثمين

أبي الغالي ..

لا أعلم كيف أصفك ..

كيف حتى في أن أتحدث عنك للآخرين ..

تخونني يداي في الكتابة عنك ..

تلك اليدان التي تعلمت منك العطاء لكنني سأحاول رغم ذلك أن  
أكتب و لو أسطر لأعبر عن بعض ما هو بداخلي .

أنت لست أباً عادياً لي و حسب و لذلك لن يوفيك لقب أبي حقك  
فأغلب الرجال آباء .

قوتي و شجاعتي استمدتها منك ..

تعلمتها منك .

بل شهامتي و حب الخير للآخرين قطفتها من بستانك .

من حديقة أخلاقك ..

أنت تماماً كالقلب علمتني معنى الحب و الحنان رغم أن الحياة  
كانت قاسية معك .

أنت معطف الحنان و طوق النجاة و تاجي الثمين .  
أنت حبي الذي لن يخيبني أو يفارقني أبداً ..  
رجلي الأول في الحياة و كفى .

## حررة رغم القيوود

فلسطين .. تلك الأرض الحررة رغم قيوود الاحترلال .

تلك الأرض الطاهرة رغم وطئ اليهود عليها .

نحن من بنى هذه الأرض من سنوات لا تعد .

نحن من عمرناها و كبرنا معها .

فلسطينيون ولدنا في أرض فلسطين إلى أن أتى من يريد وطننا له .

إلى أن أتى الاحترلال ..

الاحترلال بالنسبة لنا الموت ..

نعم .. الموت هناك و لا خروج .

و لما الخروج ؟

لما الاستسلام ؟

لما المفاوضات ؟ و لما سلام مكذوب ؟

هناك ..

أو هنا لأننا نشعر أننا معكم ..

قلوبنا معكم ..

هناك في فلسطين لا مكان مناسب للأحلام .. لكننا سنحلم .

لا مكان مناسب للطموح .. لكننا سنطمح .

لا مكان للحرية فقط صمود .

نعم صمود وصبر و وقوف في وجه الاحتلال

القدس تبكي ..

كذلك غزة و أريحا و كل فلسطين يبكين كباقة زهور ذبلت ..

يبكين و يصرخن : أين أنتم يا مسلمون ؟

نحن أنتم و هذه الأرض لكم .

تعب أبنائنا و جاء دوركم ..

كلنا بانتظاركم ..

بانتظاركم اليوم ..

بانتظاركم غداً ..

فهل ستأتون ؟

## معنا لوقت أجمل

الإنسان بطبيعته لا يستطيع العيش بمفرده بل يحتاج إلى أن يكون ضمن مجموعة و لذا فهو اجتماعي بالفطرة .

و لكل إنسان في مجتمعه الذي يعيش فيه تأثيره و بصمته و السعيد من استغل ذلك لخدمة مجتمعه و من حوله بمعنى أن يفعل ما يستطيع لمساعدة الآخرين و إحداث تغيير و عمل إضافة و لو بسيطة و جميلة و هذا كله قد يكون بمقابل و قد يكون بلا مقابل فيقوم بها تطوعاً من نفسه و خدمةً لمجتمعه و عندها نستطيع أن نسمي ذلك بالعمل التطوعي .

و أعمال التطوع ليس لها حد فهي كثيرة جداً .

سأطرح لكم تجربة و هي ماكنت أفعله و أخطط له و أنجزه في هذا المجال :

لسنتين كنت أخطط و أعد و أنجز وحدي و بالفعل تحققت معي أمور في مجال العمل التطوعي .

كم كنت سعيدة ..

كم كنت فخورة ..

و كم كنت كذلك متعبة .

بعد ذلك خطت لأن أقوم بإعداد فريق عمل تطوعي يجمع مواهب عدة كي ننطلق بعدها للعمل سويةً و لإنجاز المشاريع و الأعمال الأخرى التطوعية و لتوزيع المهام .

فكرنا ..

وضعنا أهداف ..

خططنا ..

انطلقنا ..

و أطلقنا على فريقنا اسم : معنا لوقت أجمل .

و نشرنا الأمل ..

نعم فنشر الأمل و الخير و المساعدة و الإيجابية و زرع المحبة في نفوس الآخرين كان هدفنا الأسمى .

و قمنا بأعمال :

توعية المصليات .

الاهتمام ببيوت الله ..

و بكتاب الله .

تقديم برامج إذاعية راقية .

مساعدة العاملات في محيط المدرسة .

حفظ متبقيات الطعام تحت مسمى حفظ النعمة .

جمع الورق من سلال مخصصة للورق الغير مرغوب فيه و  
تدويرها بالتنسيق مع الشركات و الجمعيات لتعود دفاتر جديدة  
يستفاد منها .

مساعدة الأسر المتعففة .

و غير ذلك ..

استمرينا لسنتين ..

و إلى الآن أيضاً .

ما أجمله من شعور حينما تترك أثراً بأفعالك في نفوس الاخرين  
.

ما أجمله من شعور حينما تُرسل دعوات للسماء و فيها اسمك .

كم من قلب أسعدته بما تفعل .

و كم من محتاج قضيت حاجته .

أحبتني ..

أفعلوا ذلك بلا مقابل و يكفيكم أن الله يراكم .

يكفيكم ما تتركوه خلفكم من أثر .

يكفيكم ذلك الإحساس الذي تعيشونه ..

تطوعوا للخير ..

للمحبة ..

للإيجابية .

لترك أثر ..

لكسب الأجر ..

للابتسامة .

لغيركم ..

تطوعوا من أجل أنفسكم .

## نضال امرأة

كم من فتاة هدمت أحلامها بسبب العادات و التقاليد ؟

سؤال يتبادر للأذهان و نحن ننظر للمجتمع من حولنا .

ننظر و نسأل مرة أخرى إلى متى سيستمر رفض المجتمع لنا ؟

هل وجودنا في هذه الحياة هامشي ؟

هل نعيش خارج حساباته ؟

إن وجود المرأة في المجتمع مهم جداً و حقيقة يجب أن نؤمن بها أو بمعنى أدق يؤمن بها المجتمع .

لنطرح سؤال : هل يستطيع المجتمع الاستغناء عن المرأة في مجال التعليم ؟

في مجال الطب ؟

في الحياة ؟

لنتأمل في حال أسرة بها فتاة و شاب يريدان التخصص في الطب مثلاً كيف ستكون رد فعل الأسرة ؟

أهل الشاب سيباركون لابنهم بالتأكيد و سيساندونه ..

حلم يريدون أن يروه في ابنهم و لذلك لا بد له أن يتحقق لكن  
ماذا عن الفتاة ؟

سيرفض أهلها بالتأكيد أو بمعنى أن العادات و التقاليد هي من  
سترفض ذلك .

الانثى لا تختلط بالرجال ..

الانثى مكانها المنزل و المطبخ فقط .

الأنثى و الأنثى .. هكذا يقول المجتمع .

حسناً سنتفق معكم لكن من سيعالج نساءكم ؟

من سيعلم بناتكم في المدارس ؟

أليست هنالك تخصصات بحاجة للمرأة كالنساء و التوليد و  
غيرها ؟

من ستقوم بذلك ؟

كيف تصل المرأة لأن تكون كذلك ؟ و لذلك هذا الفكر لا بد له  
و أن يتغير .

لابد أن تعطى المرأة حقوقها وفق الشرع و ليس وفق العادات و  
التقاليد .

و الشرع ينصف المرأة بل و يحفظها .

الكثير من الفتيات لا يستطعن إكمال دراستهن أو حتى الدخول في التخصص الذي يردنه و لذلك يجب أن يعطينا المجتمع فرصة .

الكثير منا من صنعت فرصتها بنفسها و وصلت إلى أعلى قمم النجاح فقط لأن عائلتها كانت تقف معها و تدعمها بكل ما تريده .

نحن كفتيات نكافح دائما لتغيير هذا الفكر ..

بنجاحنا ..

ونضالنا ..

و أقصد هنا النضال الشرعي و ليس ما يُروج له لكن نريد من المجتمع أن يقوم بذلك و أن يعطينا حقوقنا دون منغصات .

لا يعني عندما تعطى المرأة حقوقها أن يكون هنالك اختلاط و معاصي فلكل شيء حل و ليس إغلاق .

كم سمعنا عن مستشفيات و صروح كانت فيها أقسام خاصة بالنساء و أخرى بالرجال غير تلك المختلطة فأبدعت فيها المرأة طبيبة و إدارية و خدمت المجتمع .

كذلك في مدارس البنات كان ذلك و الواقع شاهد .

فقط نريد أفكار إيجابية لنصل .

كيف للمجتمع أن يرفضنا و يرفض أفكارنا ؟

ألسنا من صنعناه ؟

نحن من صنع هذا الجيل و رباه ..

و نحن من سيصنع أنفسنا ..

علينا أن نتكاتف جميعاً ..

أن ندعم كل أنثى لتكون .

لتحقق حلمها و بما يوافق الشرع و لا نريد أكثر من ذلك .

أعتقد بأن الوقت قد حان .

## غداً أجمل

من هناك ..

من ذلك البيت المستأجر المتواضع في ذلك الحي الشعبي البسيط يسكن العم محمد و أسرته المكونة من زوجته سارة و خمسة أبناء .

أسرة تعيش بسعادة بل يحاولون صنعها رغم أن كل شيء حولهم يقول أن كل شيء ليس على ما يرام .

أب يملك قليلاً من المال رغم أنه يعمل كثيراً لكن ذلك المال لم يرضى أن يتناسب طردياً مع كمية العمل الذي يؤديه في واقع تعيشه الكثير من الأسر من حولهم و زوجة مريضة و أبناء يرقبون كل شيء و يريدون أن يعيشوا بسعادة حاولوا صنعها مع أسرتهن لكن الحياة تأبى أو أن ظروفهم لم تساعدهم على ذلك .

أراد الأب أن يحسن من حال أسرته و يبني لها منزلاً فلعله حل يحسن من وضع تلك الأسرة .

و لكم من أين يأتي بالمال ؟

اقترض لبناء المنزل فكان كل ما يجنيه يذهب لسداد قسط ذلك القرض أو لنقل بعضه فالمعادلة تأبى أن تقف مع العم محمد .

لم يستطع العم محمد مواجهة كل تلك الظروف وحده و لم تستطع زوجته سارة مساعده و الخروج للعمل بسبب وضعها الصحي بل حتى العاملة المنزلية التي احضروها لم تطق ذلك الوضع و لم تطق أن تمر أيام عليهم دون طعام فسافرت إلى بلادها .

حاول علي و هو الابن الأكبر للعم محمد ترك الدراسة و مساعدة والده فوافق الأب أو اضطر للموافقة فهو لا يملك أي خيار آخر و هذا سنده الذي لن يجد غيره للدخول معه في معترك الحياة لتحتيا هذه الأسرة شريطة عودته لمقاعد الدراسة متى ما تحسنت الأمور و رغم ذلك لم يتغير شيء .

كل شيء كما هو ..

بل أسوء ..

ابنة العم محمد فاطمة كانت تراقب كل ذلك بألم ..

تراقب كل ذلك و تتمنى ترك مقاعد الدراسة لتساهم مع أسرتها و لو بالشيء القليل .

أخبرت والدها فرفض ..

نعم فهو لا يريد لهذه الفتاة أن تترك الدراسة و رسم مستقبل كل من حولها متفائل به لتصبح في مكانة عالية و تعوض هي و أخوتها تعب هذه السنين .

رضخت فاطمة للأمر خاصة و أن وجودها في المنزل فيه عوناً لوالدتها المريضة .

مرت الأيام و ساءت الأحوال ..

تقدم أحد الذين أقرضوا العم محمد بشكواه إلى الشرطة و ذلك لتأخر سداد الدين فأمهلوه أسبوعين .

تأثر العم محمد كثيراً بذلك و لم يدري ماذا يفعل .

أخذ يسرح و يفكر وهو جالس في غرفته مع أسرته ليأتيه اتصال !

اتصل به قسم الشرطة فأخذ يردد : **لماذا اتصلوا الآن ؟ لم يحن الموعد بعد ؟**

اتصلت الشرطة و لكنهم لم يكونوا يريدوا العم محمد بل ابنه علي !

نعم علي !

ذهب العم محمد و ابنه علي إلى قسم الشرطة و ما إن وصلا حتى تم القبض على علي بتهمة السرقة و السطو !

**لم أفعل ..**

**لعلكم أخطئتم ..** قالها علي و هو غير مصدق لما يراه أمامه .

حكى له الضابط القصة و أنهم عرفوه بسيارته .

اعترف علي بأنه خرج مع اثنين من أصدقائه بسيارته و الذين اخبراه بأنهما ذاهبان لمنزل أحد أصدقائهما من أجل أخذ بعض

الأشياء و أنه فقط عليه أن ينتظرهما في الخارج حتى يعودا و لن يتأخرا.

اعترف بأنه أوصلهما و لم يكن يعرف عن الأمر شيئاً و لم يكن يعلم بأنهما ذهبا لذلك المنزل لسرقته و ليس لشيء آخر .

أحضرت الشرطة الصديقين و الذين اعترفا بجرمهما و لم يستطيعا تكذيب البصمات التي أثبتت السرقة عليهما لكنهما أصرا على أن علي هو صاحب الفكرة فسجنوه معهما .

يا الله .. ماذا ستفعل هذه الأسرة ؟

الأب مهدد بالسجن نتيجة دين و الابن مسجون بسبب قضية ليس له فيها ذنب و الأم زاد عليها المرض و دخلت المستشفى بعد معرفتها بسجن ابنها .

أخذت فاطمة تبكي و لم تعرف ماذا تفعل ..

كيف تساعد اسرتها ؟

ماذا تقدم لها ؟

تركت دراستها في ذلك العام و لم تستطع وسط تلك الظروف أن تكملها بل لم تستطع فعل أي شيء .

أخذ البيت بالذبول و أخذت تتساقط أوراقه كأوراق الخريف أو لنقل ما تبقى فيه من أوراق .

إلى أين أذهب .. قالتها فاطمة وهي تبكي في غرفتها ..

نظرت .. إنه هو ..

نعم .. سجادتي ..

سأطلب من ربي ..

أخذت تدعوا و تصلي و تسجد باكية في ظلمة الليل .

يا رب أنت تقول : (هل من سائل ؟ هل من مستغفر ؟) .

أنا السائلة يا رب ..

استجب يا رب ..

مرت الأيام و اقترب العام من نهايته ..

دق باب المنزل و ذهبت فاطمة لتفتح الباب .

ذهبت بخطاها و هي تخشى أن تكون الشرطة فلعلها قضية جديدة بحقهم .

- من الطارق ؟

- أنا يا فاطمة .. افتحي الباب ..

- معقول ..

إنه هو .. علي ..

لقد خرج علي من السجن بعد أن اعترف صديقه بأنه لم يكن يعلم بشيء و أن ليس له ذنب .

كم كانت الفرحة كبيرة بخروجه بل و زاد من هذه الفرحة أن  
العم محمد استطاع سداد جزء كبير من الدين ثم خروج زوجته  
سارة من المستشفى .

نعم .. إنه فرج الله .

إنها سهام الليل تلك الدعوات التي أستجابها الله سبحانه لفاطمة و  
التي فرحت فرحاً شديداً و هي تردد : ﴿ و بشر الصابرين ﴾<sup>١</sup>  
﴿ إن مع العسر يسراً ﴾<sup>٢</sup> .

قالتها بتفائل ..

قالتها و أمها من خلفها تمسك بحنان على كتفها قائلة : طالما الله  
معنا فغداً أجمل .

---

<sup>١</sup> البقرة آية ٥٥ .

<sup>٢</sup> الشرح آية ٦ .

## قيود

أشعر أنني خاوية ..

الكثير من التفاصيل المهمة و الغير مهمة تسيطر علي .

الأيام هادئة جداً .

ضجيج مزعج و آخر هادئ لم أعد أفرق بينهما ..

لم أعد أميز بينهما ..

لم يعد يؤرقني شيء ..

و لم يعد يدهشني شيء ..

فقدت الإحساس بلمس يداي و لم أعد أشعر بشيء فقط كوجود

ثقب أسود هائل بداخلي ..

شعور لا أعرف سببه لكنه أسوء شعور في العالم يمتلكني الآن

..

لا أدري ماذا أفعل ..

لا أعرف كيف أتخلص مما أنا فيه ..

أشعر و كأن كل ذلك قيد يقيدني ..

يمنعني من أن أفعل شيء ..

من أن أكون ..

كيف أتخلص مما أنا فيه ؟

لعلي أقرأ كتاباً يذهب عني كل ذلك ..

لعلي أخلو بنفسني و أجلس أمام البحر ..

يا رب خلصني مما أنا فيه ..

يا رب ..

سأقرأ و سأصلي لربي ..

سأدعوه و لن يخيبني ..

و سأعود من جديد .

## الحياة مرة واحدة

من مبدأ أننا نعيش مرة واحدة على هذه الأرض ..

نعيش عليها ثم نرحل و لن يبقى إلا الأثر و هنا أجد نفسي هائمة بفكري و أتساءل ..

لماذا لا نسعى لفعل شيء دام أننا نعيش مرة واحدة ؟

لماذا لا نحقق حلم نسعى إليه ؟

أو حتى نبحث عن حلم نرى أنفسنا فيه ؟

لماذا لا نسعى للعمل و للإنتاجية ؟

كثيرة هي الأسئلة التي خطرت ببالي و أنا أفكر في هذا الأمر .

أفكر و أتأمل كيف أننا نعيش في هذه الحياة و نحن أحد شخصين ..

حياتنا بين واقعين ..

إما روتين متكرر بين أكل و نوم ..

بين مكوث مع ذلك الجوال أو خلف شاشة البلايستيشن أو في جلسات خاوية ..

أموات رغم أننا نتنفس .

و إما أن نعيش من أجل أحلام و طموحات ..

صحيح أن طموحنا الآخرة ..

طموحنا الجنة و النجاة من النار و تلك أسمى غايات المسلم .

لكن هنالك أحلام نصنعها في هذه الحياة ..

و نحن على هذه الأرض ..

نعيش لنكون ..

نسعى لنأمن لأنفسنا حياة جيدة بجد و اجتهاد و من أجل  
المستقبل و تلك السنين القادمة فتكون الأحلام .

و تكون الطموحات .

أليس من الرائع أن يكون لدى الشخص منا حلم يريد تحقيقه ؟

أو طموح يسعى للوصول إليه ؟

أو مشروع يريد إنجازه ؟

أو على الأقل دراسة يريد أن ينهيها ؟

إنه بلا شك لأمر رائع يدعوا للفخر و نحن نرى طموحاتنا  
تتحقق .

و الأروع بأن نكون فعالين في مجتمعنا و أن نعطي من حولنا  
أملاً و تفانلاً بأن هذه الحياة يوجد بها الكثير من الأمور الجيدة  
التي تنتظرنا و أن الذي مضى سيأتي أجمل منه بلا شك طالما  
أننا نسير نحو تحقيق الأحلام و لسنا غناءً كغناء السيل .

## هلاك

إن الإنسان و بطبعه في هذه الحياة يفضل الراحة و يبحث عنها .

يسعى من أجل تحقيقها ..

في سعي الإنسان في هذه الحياة سواءً في عمله أو دراسته أو أياً كان ذلك السعي فإنه سيواجه الكثير و الكثير من المشاكل .

مشاكل ربما تواجه شخصاً فتسقطه ..

و ربما تواجه آخر فيواجهها و يسعى جاهداً لأن يجد لها حلول

الآن و مع كل ذلك الضغط و ما يصاحبه من تعب و ربما قلة نوم و تفكير و قلق يبدأ ذلك الشخص بالبحث عن راحة باله و وسط كل تلك الأمور .

ربما يخرج فيستلقي أمام الشاطئ .

أو يذهب في رحلة مع رفاقه .

أو قد يجد نفسه في الأماكن المقدسة .

و ربما قد يتجه إلى طريق آخر ..

يتجه إلى الطريق الخطأ و يبحث عن راحته بالطريقة الغير صحيحة .

الكلمات لا تنفك و هي تدور في رأسه .

يقولون بأنها تعطيك المزاج الجيد و أنها ستنتسيك التعب ..

و يقولون كذلك بأنها تمنحك الراحة و تشعرك بالسعادة .

تتكرر الكلمات فيتجه لعالم المخدرات .

يستمر في ذلك إلى أن يصل إلى الإدمان و يبدأ بفقدان كل شيء

.

يستمر في إدمانه من أجل أن يرتاح بل يظن أنه قد ارتاح و لكنه يُتعب من حوله .

تمضي الأيام و الضرر يزداد .

يبدأ بخسران عائلته ..

و كذلك نفسه .

يحس بالخطر الكبير و باقتراب الموت لكنه يستمر فعقله لم يعد يقوده .

تموت عائلته و لم تدفن لأنها لم تمت إلا من الداخل أما اجسادها فما زالت تمشي على الأرض و هو لا يشعر بشيء .

و في المقابل قد يشعر بالندم و ينظر حوله و لكن بعد ماذا ؟

بعد فوات الأوان إن كان للأوان بقية .

## تطور و لكن

ماذا يحدث في هذا العالم؟

لماذا كل تلك النزاعات؟

حقاً.. لماذا لا يصبح الجميع مسالماً اتجاه الآخر؟

المشكلة الأساسية برأبي تكمن في أن كل بلد يصارع الآخر من أجل الوصول إلى أسلحة شاملة التدمير و امتلاكها كي يكون الأول على العالم .

أما المشكلة الثانوية فهي الحصول على أراضي بقدر الإمكان و في أي مكان و التحكم بها .

هذه الصراعات تتبعها اضرار ثلاثة أرباع تلك الأضرار تكون بحق النساء و الأطفال فما ذنبهم؟

هنا تحدث مناقشات و هناك اجتماعات و لا يزداد الوضع إلا سوءاً .

إن التطوير مهم لحياة البشرية لكن التطوير الذي يحدث الان في العالم يذهب نصفه في ما يفيد المجتمعات و خدمتها و نصفه الآخر في صناعة الأسلحة النووية الفتاكة و الشاملة التدمير .

ماذا لو كان التطور يصب أغلبه في مصلحة الفقراء و المساكين ؟

ماذا لو كان هدف التطور الأسمى بناء الثقة في النفس لدى الآخرين ؟

ماذا لو كان التطور في أغلبه يخص المنشآت التعليمية و المستشفيات و الكوادر و الأشخاص العاملين فيها ؟  
و الكثير من ماذا في التطوير ..

ماذا لو فكر كل زعيم دولة على هذا النحو ؟

لو حدث ذلك فعلاً فلن تكون هناك مشاكل و نزاعات كمثّل التي تحصل الآن لكنه حب السيادة و تملك العالم من قبل قلة قليلة لخدمة مصالحهم على حساب الإنسان فمن للإنسان ؟

## جدتي مريم

إلى أعظم إنسانة في حياتي ..

إلى تلك الروح الطاهرة

إلى تلك النفس النقية

إلى ذلك البيت الكبير الذي يضمنا و يجمعنا ..

إليكِ جدتي .

كنتِ و مازلتِ تبعثين لي بوصايا و رسائل كي تجعلي مني  
أفضل ..

كي تجعلي مني أجمل .

إلى الآن و مازلتِ تصرين علي أن أذهب معكِ إلى حلقات  
تحفيظ القرآن .

إلى الآن و أنتِ تتركين في قلبي أثراً كبيراً بكلمتين بسيطتين ..  
كلمتين فقط ..

فأنا لم و لن أنسى يوم أن قلتِ لي :

اكسبي رضا نفسك قبل رضا الناس

أطيعي والديك و اعتني بهما دائماً

لازمي الاستغفار إن كنت تريدين أمراً ما

استغلي وقت فراغك في فعل أمور تكسبين منها الأجر

كل تلك الوصايا و الرسائل لم أنساها ..

أتذكرها في خطواتي و في كل حياتي ..

و أعمل بها .

تحيني كالمطر حين يصب على الأرض .

كانت تلك الكلمات و غيرها لي كالقلادة الثمينة أحملها معي

أينما ذهبت .

مازال حزنك كالمأوى الدافئ لي حين تعصف بي أمور الحياة

فأعود إليه لأحتمي .

أعلم أنني مقصرة بحقك ..

أعدك بأني سأتغير و أن أكون أفضل كما تتمنين .

ستكونين في قلبي و ستكون كل جدة في قلب أحفادها ..

نعم لنحافظ على جداتنا و أجدادنا ..

لنغتتم هذه الفرصة الثمينة ..

فرصة وجودهم معنا فكم من حفيد فقد أجداده ..  
إنهم بركة الحياة .  
لنساعدهم و نتحملهم .  
لننهل منهم فقد قاسوا في هذه الحياة .  
تحملوا كثيراً ..  
و عانوا كثيراً .  
إنهم كنز ثمين .  
لنعد إليهم و نفكر في تقصيرنا في حقهم .  
لنعلم أننا عندما نقصر في حقهم فإننا نقصر مع الحياة و نسيئ  
لها لأنهم الحياة .

## دار الأمان

من منا كان يعرف كيف سيكون قدره ؟

أو ماذا سيحصل له حينما يكبر ؟

بل من منا اختار من ستكون عائلته ؟

خُلقنا في هذه الدنيا و نحن لا نملك قرار وجودنا فيها و على ذلك فليس ذنبنا أننا خُلقنا و نسبنا لعائلة فقيرة .

ليس ذنبنا إن كانت عائلتنا لا تملك نسب .

و ليس ذنبنا إن لم نكن نعرف لأي عائلة ننتمي .

و ليس ذنبي أنني لقيطة لا حول لي و لا قوة إن وجدتموني أمام مسجد أو بجوار حاوية قمامة إثر علاقة خاطئة لم أشارك فيها بل ليس شرطاً أن يكون وجودي أمام المسجد بسبب ذلك فلربما سبب قاهر جلبني إلى هناك .

حقني في هذه الحياة أن أتنفس وما يندرج تحت ذلك هو عيش الحياة بطريقة صحيحة .

من حقني أن أعيش و أن أحلم و أتعلم و أخرج ثم أنخرط في وظيفة ما و أصبح كأني إنسان منكم فلماذا أعامل بهذه الطريقة ؟

ألست إنسانة ؟

لماذا كل هذه القسوة علينا ؟

لماذا هذه المعاملة و كأننا ملك يمين ؟

نريد أن نشعر بالأمان هنا ألستم تسمونها دار رعاية ؟

ثم لماذا تزداد قسوتكم علينا عندما نكون في تلك المسماة دار  
الملاحظة ؟

لنعلم بأن الإنسان لم يخلق كاملاً في هذه الحياة و لذلك قد  
يخطئ في بعض الأحيان .

صحيح أنني أخطأت في يوم ما و جنتم بي لدار الملاحظة لكن  
باب التوبة مفتوح لنا تماماً كما هو مفتوح للذكور.

بإمكاني أن أتوب و أصبح أفضل .

بإمكاني أن أتعلم من خطئي و أتحول إلى إنسانة جيدة .

ارحمونا أيها المشرفون و المشرفات و اتقوا الله فينا .

ارحمونا فنحن لسنا إلا بشر مثلكم و من أبسط حقوقنا أن نعيش  
و نحلم .

ساعدوني لأتوب من غلطتي ..

ساعدوني لأعود من جديد وابني نفسي و أخدم مجتمعي لا لأن  
أستمر في الخطأ .

أريد أن أصلح من نفسي ..

لا تحتقروني ..

لا تنظرون إلي بتلك النظرة فربما بمساعدتكم لي تدخلون الجنة وبقسوتكم علي تسيرون نحو النار .

أنتم تستغفرون الله كل يوم فلماذا تستكثرون علي المغفرة ؟

## ابتسم للحياة

كلمتان دائماً ما كنت أبدأ بهما حديثي عندما أوجهه لشخص  
بأئس يعاني :

هذه الحياة ربما في بعض الأوقات قد تكون غير عادلة و هنا  
لا نتعب أنفسنا من أجل أن تعدل معنا بل لا بد لنا من الرضا  
بما كُتِب لنا .

و عندها لا نياس ..

لا نفقد الأمل ..

قد نتعثر و لكن لا نبقي على الأرض .

لننهض مرة أخرى ..

لنعيش .

لا يوجد ما هو أكثر أهمية في الحياة من الابتسامة .

ابتسم للحياة و حسب .

## خطط لهدفك

من منا لديه حلم يا رفاق ؟

من منا لديه طموح ؟

و من منا من يريد تحقيق ذلك الحلم و تلك الطموحات ؟

من منا يسعى لأجلها ؟

في هذه الحياة على كل شخص أن يصنع لنفسه أهداف .

أن يعيش لها ..

ليس شرطاً أن تكون أهداف معينة بناها منذ صغره فالأهداف

ليس لها حدود و قد تتغير بتغير الأعمار ..

أو أنه قد تغيرها الظروف فقط يجب علينا أن نحلم و نصل لهذا

الحلم و لا نستسلم أو نقيد أنفسنا في نطاق معين .

لتسأل نفسك :

ماهي أفكارك ؟

ماهي خطواتك التي ستخطوها ؟

كيف ستحقق ما تريد من أحلام أو طموحات ؟

كيف ستبدأ ؟

لنعلم أن تحقيق الأحلام لا يأتي من دون وضع أهداف و لا يأتي من دون تعب أو بذل أو جهد بل يجب على من يريد تحقيق الأحلام أن يعمل كثيراً و بجهد .

و الجهد هنا جهد فكري و جهد جسدي .

فالجهد الفكري محصور بوضع الأهداف ..

و التخطيط لها .

و دراستها .

و ليكن كل ذلك بهدوء و بمنطقية .

بهدوء حتى نزن أمورنا و بمنطقية حتى لا نصطدم بالواقع المر .

و بعد ذلك يكون الجهد الجسدي و الذي يكون بالسهر و البذل العملي .

بالانطلاق لتحقيق الأحلام و الطموحات و حينها ستكون في المقدمة لأن العمل بجهد تُجنى ثماره في النهاية .

## بين قرارين

بعد مرور عشر سنوات من الدراسة أصبحت أمام قرار مهم !  
قرار سيغير مسار حياتي و يحدد مستقبلي ..  
ذلك المستقبل الذي ننتظره جميعاً .  
هل أنضم إلى القسم العلمي أم الأدبي ؟  
سؤال تبادر إلى ذهني و جعلني أتأمل و أنظر إلى نفسي و ما  
أريد .  
بناءً على رغبتني و لأنني منذ صغري كنت أحب المجال العلمي  
كثيراً فكان اختياري له .  
لم يكن اختياري من فراغ ففي هذا التخصص يتطلب الأمر أن  
استخدم عقلي كثيراً و أفكر بعكس القسم الآخر الذي غالباً ما  
يتطلب الحفظ .  
يلهمني القسم العلمي و ما أجمل أن يكون القرار وفق ما تريد و  
تتمنى و ما يلهمك و لذلك رأيت نفسي في المجال العلمي فكان  
قراري .  
الأمر ليس بالسهولة يا رفقاء في اختيار قرار .

في النظر بين أمرين و خاصة عندما يكون كلا الأمرين جيد و  
كان ذلك واضحاً في اختيار قراري الدراسي كمثال فالقسم  
العلمي فيه خير كثير و كذلك القسم الأدبي .

ثق و أنت تختار بين أمرين أنك أنت من يقرر .

بحسب رغبتك ..

و بحسب ما تريد ..

و بحسب ما ترى أنك قادر على العطاء و على الإبداع .

فقط فكر و فكر و فكر ..

لا تجعل قراراتك عاطفياً فالعاطفة لا تكسب دائماً .

و العاطفة كذلك قرار مؤقت لا يلبث أن يصطدم بواقع الحياة  
فيكون الندم .

و إياك كذلك أن تتأثر بمن حولك ..

لا تجعلهم هم من يحدد ..

شاورهم فقط و استفد منهم و حدد أنت بعد ذلك و ستصل و لو  
أخطأت في قراراتك فاعلم أن الحياة تجارب و دروس نتعلم منها  
لنستفيد منها في قرارات الغد .

و فقني الله و إياكم ..

## مثلث قوتي

يوماً ما سأتذكر بأن حزني كان هو القوة التي حاربت بها ..  
كان القوة التي جعلت مني أسعد فتاة في الوجود ..  
و السعادة هنا رسمتها تلك اللحظات التي عشتها في تلك الأيام .  
لحظات حضر فيها خذلاني و انكساري و انهزامي و لم يكن لي  
حينها إلا الحزن ..  
حينها نظرت و تأملت في ذلك الحزن .  
في الحزن الذي سيطر علي ..  
يا ترى إلى أين سيذهب بي ذلك الحزن ؟  
أخذت أتأمل و أيضاً بحزن ..  
و قررت ..  
نعم .. قررت بأن ذلك الحزن لن يضعفني بل سيكون سلاحي  
الذي أواجه به الحياة .  
في داخلي ثقة بنفسي ولدت عزيمة و إصرار ..  
ثقة صنعت من ذلك الحزن قوة .

ثقة متعلقة بأملي بربي و أنه لن يخذلني سبحانه .

كان ذلك هو مثلث القوة لدي ..

قوة صنعتها أحزان و ثقة بالنفس و أمل بالله .

واجهت بهذا المثلث ظروف في التي لطالما افقدتني توازني .

قاومت به أتعابي ..

تحملت مشقة المسؤولية ..

و حققت به حلم الوصول و ستكون تلك القوة هي عنوان

مسيرتي في هذه الحياة ..

لنعلم أحبتي بأن للإنسان قيمة و بقدر ما شعر بهذه القيمة و

أحبها فسيكون قادر على تقديم الأفضل طالما أنه شعر بقيمة

نفسه و لم يستصغرها و لم يجعل لأي قوة أن تهزمه في هذه

الحياة مهما كانت .

## هدوء ممل

أحيانا لا بد من أن يكون هناك نقص ليتغير شيء ما ..

نقص في العائلة ..

في الأصدقاء ..

في الحياة ..

في أي شيء و بأي شيء ..

كأن نفقد شخصاً و بموته يتغير روتين هذه العائلة أو هؤلاء الأصدقاء .

صحيح أن الفقد سيء لكن الروتين كذلك سيء .

أعتقد بأننا هكذا فالأيام تمر بهدوء .

لا يوجد بيننا ما يسمى بالعواطف أو الود .

هل نحتاج لمصيبة أو مشكلة ما لنقترب من بعضنا ؟

لذلك يجب أن يحدث هذا النقص .

أخشى بأن أكون أنا ذلك النقص و لا أعيش التغيير .

أو الروتين الآخر ..

أخشى كذلك أن يحدث النقص في الوقت الذي أكون قد أحببت  
فيه هذا الروتين الممل و وقتها سأتمنى لو كان هذا النقص هو  
أنا !

## أبحث عن نفسي

لم أكتب منذ مدة ..

أشعر و كأنني محملة بأثيياء لا أعلم ماذا تعني لي ..

لا أعلم بماذا أشعر ..

خوفي كله من أن أفقد نفسي و أفقد روعي في هذه الحانة  
المخيفة حيث يعم الظلام و لا يوجد الكثير من الإنارة فقط  
الهدوء و لا يسمع إلا صوت الرياح ..

أخاف كثيراً من الهدوء و لا أحبه ..

حينما يُحدث الجميع ضجيجاً أكون بين اضطراباتي الداخلية و  
أتصارع يوماً بعد يوم مع ذلك المسمى الهدوء ..

الكثير يتمنى أن يعيش و ينعزل عن الناس و يتمتع بالهدوء و  
لكن المشكلة تقع في نفسي ..

أنا فقط ..

كنت أحب الهدوء و الحياة بل كنت الحياة لاحدهم حتى أصبحت  
غير ذلك .

أرى أنني متشتتة كأوراق الخريف عندما تهب عاصفة ..

كغيوم سوداء لا تحمل المطر ..

كدفتر مليء بكلمات ليس لها معان .

أجزم بأنني حقاً قد خسرت نفسي كثيراً .

كيف أجدني مرة اخرى ؟

حسناً .. لا يهم سأأخذ للنوم الآن و لن يعد يهمني ما سيحدث و  
سأبحث عن نفسي فقط إلى أن أجدني مرة اخرى .

## الخمسة لماذا ؟

من منا ليس لديه مشاكل ؟

أي مشاكل ..

صغيرة أو كبيرة ..

بسيطة أو معقدة .

مهما كانت و بالتأكيد في نهاية المطاف سيكون لمعظمها حل .

كل منا لديه طريقته الخاصة في حل مشكلاته بجميع أنواعها فالبعض قد يلجأ إلى أصعب الحلول لأنه يرى بأن حلها سيكون بهذه الطريقة و منا من يلجأ إلى أبسط الحلول .

طريقتي أنا كانت هي أن أسأل لماذا يحصل ذلك معي ؟

لماذا تحصل تلك المشاكل لي ؟

و لكنني بعد ذلك أصمت لأناقش نفسي و أفكر في بعض الحلول العاجلة فقط .

سأطرح لكم طريقة بسيطة تسمى ( الخمسة لماذا ؟ ) ..

استخدمت هذه الطريقة في حل مشكلات من الدرجة الأولى و طريقته بسيطة جداً و هي حينما يواجه شخص منا مشكلة و

يريد الوصول لحل فإنه يسأل لخمس مرات متتالية و في المرة الخامسة يتبين الحل لهذه المشكلة .

مثال بسيط :

مشكلة تواجه طالب يتأخر يومياً عن الحضور للجامعة أو المدرسة .

المشكلة الأساسية : أتأخر دائماً عن المدرسة أو الجامعة لماذا ؟

لأنني أصحو دائماً متأخراً .. لكن لماذا أصحو متأخراً ؟

لأنني أشعر دائماً بالتعب .. لكن لماذا أشعر بالتعب ؟

لأنني أنام متأخراً في الليل .. لكن لماذا أنام متأخراً في الليل ؟

لأنني اعتدت السهر و أحياناً أقوم ببعض الأبحاث أو المراجعات آخر الليل .. لكن لماذا ؟

الحل : لأنني أفضل دائماً في تنظيم وقتي فأقوم بتأجيل أعمالتي و لا أنجز ما يجب إنجازه إلا في الوقت بدل الضائع و أيضاً أظن أنني أهمل جسدي و لا أزوده بحاجاته من النوم و الراحة .

إذاً السبب في تأخري عن المدرسة أو الجامعة ليس لأنني أصحو متأخراً بل لأنني أهمل جسدي و حاجاته و لا أنظم وقتي بما يتناسب مع ذلك .

هذه الطريقة اعتمدها المخترع الياباني ساكيشي تويودا و تنسب  
له و كثيراً ما كان يستخدمها في حل مشكلاته .

لو فرضنا أن هذه الطريقة ليست موجودة فمن الطبيعي أن  
الشخص حينما يواجه مشكلة سيسأل نفسه لماذا كثيراً و لكن  
هذه الطريقة تسهل عليه الوصول إلى حلها .

أعزائي ..

من يواجه مشكلة ما ليس عليه إجهاد نفسه بالتفكير الغير مجدي  
و لكن باستخدام ( الخمس لماذا ؟ ) بالتأكيد سيصل للحل بإذن  
الله .

## رفيقي

رفيقان فقط من استمد منهما القوة في هذه الحياة .

هما السند و أين ما اتجهت بي مصاعب الحياة فهما بجانبني  
دوماً .

في هذه الحياة تواجهني عقبات كثيرة و متاعب أكثر و حين  
أوشك على السقوط لا أهتم للأمر ..

لا أكثرث لأن هنالك من سيمسك بيدي مجدداً .

و أنهض من جديد .

في كل مرة تتحدثان معي فيها كانت كل كلمة تلامس شيئاً ما  
بداخلي .

مررت بأيام صعبة و لم أكن أتوقع بأن أحد ما سيعنيه أمري  
كثيراً و سيحاول أن يساعدني لأن أقف في وجه الأيام بقوة كي  
انتصر .

لم أكن أحارب لوحدي ..

لم أكن أنتصر لوحدي ..

لم أكن أربح لوحدي ..

لم أمشي في الطريق وحدي .

انتصرت و ربحت بكما و ها أنا الآن أمشي في الطريق و أنتما  
بجانبي و سأظل أواجه متاعب الحياة و تعثراتها بكما .

## استثمار

في كل يوم تذهب من أعمارنا أوقات ثمينة و نحن لا ندرك ..  
لا نشعر أنها تمضي و هنا هل فكر أحد منا في أن يسأل نفسه  
هذا السؤال ؟

ماذا قدمت لأخرتي ؟

إنه سؤال يحمل خلفه الكثير من الأسئلة و لكن إجابة السؤال  
هي نفسها إجابة لكل تلك الأسئلة .

إن الحياة تمضي بنا كل يوم و يذهب من عمرنا وقت ثمين جداً  
.

إنه الوقت الذي يمضي و لا نفعل فيه شيء سوى في إضاعته .  
نعم هكذا يذهب الوقت الثمين .

لن نفكر أين يمضي ذلك الوقت الآن لكن حينما يأتي يوم  
الحساب سنفكر ماذا قدمنا ؟

ماذا فعلنا في أوقاتنا حتى نسينا العمل لأخرتنا ؟

نتذكر تلك الأوقات التي مضت و كنا حينها نفكر فقط كيف  
تمضي بسرعة ؟

كانت أوقاتاً ممتة و أصبحت الآن بالنسبة لنا ثمينة و مهمة و لكن متى ؟

بعد فوات الأوان .

كثيراً ما نقول بعد فوات الأوان و ننسى أننا نستطيع لأن الأوان لم يفت طالما أننا مازلنا نتنفس .

مرة أخرى : ماذا قدمنا لأخرتنا ؟

بالتأكد سنقول صلينا و صمنا و استغفرنا .

قرأنا القرآن و غير ذلك ..

جميل .. كلها أجور عظيمة و لكن ماذا عن الأجر الذي يأتيك حتى و أنت في قبرك ؟

الأجر الذي يستمر معك لما بعد موتك عندما تتوقف عن العمل ؟

إنها الصدقة الجارية .

عندما نقول الصدقة الجارية يخيل إلينا تلك المشاريع الوقفية الكبيرة .

بناء مساجد .. حفر آبار .. بناء مجمع سكني و غير ذلك ..

لا ..

ليس شرطاً أن تكون كذلك فقط .

قد تكون في مصحف وضع في مسجد ليأتي من يقرأه .

قد تكون في مكان خصصته لشرب ماء .

قد تكون في بئر حفرته في بلد فقير بتكلفة بسيطة .

قد تكون في يتيماً أويته و أعدته .

و قد تكون سهماً في مشروع كبير سمعت عنه .

الكثير من الأعمال البسيطة التي يمكننا فعلها لتبقى من بعدنا تدخل في الصدقة الجارية و التي يصلنا أجرها و نحن في قبورنا .

إن الصدقة الجارية ليست فقط هي في أجر تناله بعد موتك بل قد تكون كذلك فرجاً لهمك و أنت مازلت على هذه الحياة .

قد تكون فتحاً لأبواب الخير لك .

دعوني أطرح قصة قصيرة لرجل و امرأة ..

رجل و امرأة تزوجا و هما في حالة مادية متوسطة ثم أصبحت الديون على الزوج كثيرة و هكذا هي الحياة .

اتفق الزوجان على وضح حصاله ليجمعا فيها النقود .

مبلغاً بسيطاً و في نهاية كل أسبوع يتم فتحها لا لأجل قضاء الدين بل ليكون صدقة لهما .

عرفا أن الصدقة هي الحل ..

استمرا على ذلك ..

مضت الأيام و تغير حالهما إلى حال أفضل بكثير ..

حال لم يحلما به لكنها الصدقة ..

أصبحا أغنياء و فتحت لهما أبواب الرزق ..

أصبحا أغنياء لأنهما استثمرا مع الله الذي قال : ﴿ و يربي الصدقات ﴾<sup>١</sup>.

لربما في صدقتهما فرج لمهموم ..

لربما في صدقتهما سقيا ماء لعطشان .

لربما في صدقتهما مساعدة لمحتاج .

ها هما يحمدان الله على ما رزقهما و ها هي صدقتهما الجارية ستستمر إلى ما بعد موتها ..

أنت ماذا قررت لنفسك ؟

بماذا تذكرت والديك ؟

بماذا تذكرت عزيز عليك ؟

فكر .

---

<sup>١</sup> البقرة آية ٢٧٦ .

## هروب

يحدث أن نفكر بالهرب من كل شيء ..

الهرب من ضجيج الناس و الحياة ..

الهرب بعيداً ..

الهرب بالروح و حسب .

أحب أن أهرب بروحي إلى الأعلى ..

نحو السماء ..

بين الغيوم .

في التأمل في النجوم .

و تارة أهرب بها إلى أسفل ..

لعمق البحر ..

للهدوء العميق ..

ثم أصعد بها لأعلى قليلاً فيضربني الموج و يتراقص بي .

و ها أنا مرة أخرى أعود ..

أريد الهرب بروحي من كل شيء ..  
أريد أن أطير نحو السماء ..  
و أن تحتضني الغيوم ..  
و أن أقبل هناك نجمة مشعة .  
الهروب بروحي يعني لي الشيء الكثير ..  
يعني أن أكون في عالمي الخاص و المريح ..  
يعني أن أطير بعيداً ..  
بعيداً عن ضجيج الحياة .  
بعيداً عن ضجيج اضطراباتي الداخلية ..  
فقط هدوء تام تصاحبه ابتسامة هادئة .  
و أنتم يا من تقرأون اطلقوا أرواحكم المؤصدة بمتاعب الحياة  
إلى السماء ..  
أطلقوها للغيم ..  
للنجوم .  
للبحر ..  
للموج ..

للهدوء ..

طيروا معها نحو الأعلى جداً ..

و للعمق جداً ..

تأملوا و انظروا بأرواحكم ..

تنفسوا بحياة و ابتسموا بهدوء .

## اكتشاف

في حينما القديم الهادئ هناك في جنوب بلدتنا العتيقة عشنا حياة جميلة بين أهل و أقارب .

كانت طفولة رائعة و جميلة بكل ما تعنيه تلك الكلمة و كان لنا جيران رائعين كروعة طفولتي .

إنها باختصار أيام الطيبين ..

كنا و كأننا أسرة واحدة نجلس سويةً و نأكل سويةً ..

نلعب و نتحدث مع بعضنا في شؤون تلك الطفولة .

كبرنا و لا بد لنا أن نكبر و كبر حديثنا .

كنا نتحدث عن المستقبل و بماذا نحلم و كنا نرى بعضنا بأننا لن نفعل شيء ..

نرى بعضنا بتلك النظرة العادية .

تلك النظرة البسيطة ..

مضت السنين و كبرنا قليلاً و واجهتنا ظروف اجبرتنا على الابتعاد ..

على الرحيل عن بعضنا ..

كم كان الفراق مرأً لكنها الحياة ..

انتقلنا للحى الجدىء لكننا كنا على ءواصل مع جيراننا بىن فترة و  
أخرى .

مضت سنين أخرى و كبرنا لوقتنا هذا ..

وقتنا الذى كنا نعلم به ..

ننظر لكل شىء و كأنه قد ءغير .

انشغلت بأنشطتى و مشارىعى حىء كنت قائءة لفرىق ءطوعى  
لكننى كنت أحرص بىن فترة و أخرى على لقىا صدىقات  
الطفولة و أسأل نفسى : من منهن ءغيرت للأفضل ؟

من سعت لأن ءقدم شىئاً لمن حولها ؟

من مضت فى طرىق النجاح ؟

من مشء لمستقبلها ؟

كنت أفكر و أنا أقلب فى وسائل ءءواصل إلى أن لفت انتباهى  
ذلك الحساب :

@Aw\_Alshahrani

نعم ..

إنها صدىقتى عواطف .

تذكرتها و تذكرت تلك النظرة العادية التي كانت بيننا و تلك  
الأسئلة التي طرحناها على أنفسنا منذ صغرنا .

تذكرت ذلك و رأيت ما يحدث لنا الآن .

لاحظت أنها تتقدم من فترة تلو أخرى ..

تطمح لأن تقدم شيئاً لمجتمعها .

في كل يوم يزداد إعجابي بما تقوم به و اكتشف أشياء جديدة  
فأفرح كثيراً بما تعمل من أجله .

كنا نرى بعضنا من جانب واحد ..

من نظرة واحدة ..

و عندما كبرنا كنا نعمل بصمت ..

لماذا لا نتحدث بما نعمله لأصدقائنا .. ليس رياءً بل لأجل أن  
نشجع بعضنا و ندعم بعضنا .

أرى عواطف بأنها علت و تقدمت ..

هي الآن قد خصصت حساباتها الشخصية لمساعدة العاطلين  
عن العمل فهي تقول بأن طعم البطالة قاهر و لذلك طوعت  
حسابها لكل باحث و باحثة عن وظيفة .

كذلك تدعم قضايا المرأة في حساباتها و هي بذلك تتقدم خطوة  
خطوة لتحقيق نجاحات أخرى .

أنا أيضاً كذلك سأقول بأننا سويةً قد اكتشفنا بعضنا البعض و  
ها نحن ندعم بعضنا البعض و نتمنى تحقيق ما نطمح إليه في  
الأيام القادمة و ندعم صديقاتنا .

و أنتم كذلك اكتشفوا أنفسكم و أدموا بعضكم فالمجتمع  
ينتظركم ليكون و لتكونوا .

## قوية رغم كل شيء

هل تراني يا هذا ؟

هل ترى أنني أتقدم .. أترى ذلك ؟

أعلم أنك تغض البصر ..

لا تسمع ..

أو لا تريد أن تسمع .

لا تريد الحديث بأي موضوع يتعلق بي لكن أترى ذلك الشخص  
القوي بداخلي ؟

سيجعلك ترى من أنا من جديد و إلى أين وصلت من التقدم .

ستسمع اسمي كثيراً و لن تغض بصرك بسهولة عن نجاحاتي .

أنت من كسرني .

و أنا من بنى نفسه من جديد .

أتعلم أنني ممتنة لك كثيراً لأنك لو لم تفعل ذلك معي لما بنيت  
نفسي و وصلت لما أنا فيه الان ..

كنت تريد هزيمتي و أنا من استطعت الفوز بنهاية المطاف .

بقوتي ..

و قبل ذلك بحماية ربي و دعمه لي سبحانه .

حظاً أوفر يا هذا ..

عليك المحاولة مرة أخرى و لكن بقوة أكبر وسأكون عند حسن  
ظنك بي أقوى و أقوى .

## قهر النساء

من نحن ؟

ماذا نُسمى ؟

لماذا ينظر إلينا المجتمع هكذا ؟

ألسنا بناتهم ؟

ألسنا زوجاتهم ؟

ألسنا أخواتهم ؟

ألسنا أمهاتهم ؟

لماذا نظرة المجتمع للمطلقة أو الأرملة منا في الغالب تكون قاسية ؟

تكون خاطئة ؟

ما ذنبنا إذ عصفت بنا الحياة ؟

عندما تأتي تلك الفترة و التي يصبح كل ما يهمنا فيها هم أطفالنا و حمايتهم و استرجاع حقوقنا بسبب خطأ ما قد لا يكون منا فنعانى بسبب ذلك و عندها هل نسكت ؟

هل نرضى بالهوان حتى لا نحمل لقب تشتموننا بسببه ؟  
لنقارن سويةً بين رجل و امرأة حدثت لهما نفس الظروف ..  
نفس الألم ..

طلاق مثلاً أو وفاة زوج أو زوجة لأحدهما ..  
يستطيع الزوج الذهاب للمحكمة و الحصول على حقوقه ..  
على حضانة أطفاله ..  
و على الزواج مرة أخرى .

أليس ذكراً و لا توجد لديه مشكلة لكن ماذا عن المرأة ؟  
هل تستطيع أن تنهي إجراءاتها وحدها بسرعة لتطالب بحقوقها  
و حضانة أطفالها تماماً كالتى يطالب بها الرجل ؟  
في فترة انتظارها للحصول على تلك الحقوق كيف سيكون  
وضعها ؟

كيف سيعاملها المجتمع ؟  
بل كيف ستكون معاملة أهلها لها بعد ذلك ؟  
و معاملتهم كذلك لأطفالها ؟  
إنها لمعاناه ليس للمطلقة فقط بل كذلك للأرملة .

فقط لأننا نساء ينظر لنا المجتمع كذلك .

لكن سأتساءل مرة أخرى ما ذنبنا ؟

هل ذنبنا فقط أننا نساء ؟

أننا إناث ؟

أننا الخجل في نظركم ؟

كل شيء ضدنا فارحمونا بنظراتكم لنا .

هذا التفكير يجب أن يتغير ..

نعم فكل شيء في هذه الحياة يتطور و يذهب لينطلق في طوره  
و يبدع .

يجب أن يتغير تفكير ذلك المجتمع الذي بلا شك سيكون ذلك  
التفكير المتغير هو سندها الأكبر و بالتالي سيصبح المجتمع  
عادل بحق المرأة لتعيش الحياة .

إنها أزمة فكر لا أكثر و ليست أزمة حياة .

رسالتي لكل امرأة تزوجت و توفي عنها زوجها ..

لكل امرأة تزوجت ثم طُلقَت بسبب ظرف ما ..

لكل امرأة مضطهدة ..

لكل امرأة تعاني ..

أنتن أمل الحياة بالرغم من قسوتها معكن ..

أنتن صانعات الأجيال ..

أنتن القوة الخفية في المجتمع ..

الرجل تصنعه المرأة منذ صغره و المرأة تصنعها امرأة أخرى  
أما المجتمع فيلقي حوبته على تلك المرأة عند أدنى مشكلة  
فتعاني وحدها و تبقى تلك النظرة الخاطئة بحقها .

كوني قوية أيتها المرأة .

تصدي لما تواجهين و أصمدي في وجه تلك الحياة القاسية و  
المرعبة بسبب ذلك المجتمع و ستنتصرين دام أنكِ قوية و دام  
أن الله معك .

## أيام الطيبين

في ذلك الزمن الجميل بكل ما فيه ..

ذلك الزمن الذي يشعرك و كأن الناس جميعاً يمرون فيه بمحنة  
واحدة ..

ألمهم واحد ..

في وقت واحد ..

محنة أحدهم تصيبهم جميعاً .

هم أشبه بالبيوت العتيقة ..

الكل يضم و يؤازر الآخر و لا آخر بينهم .

أقوياء ..

صامدون ..

يسند بعضهم البعض .

قلوبهم كورود بيضاء .

ليس بينهم من يسيء الظن بأحد .

لا يعرفون ما هو الحسد أو أين يولد الحقد .

كم هو جميل ذلك الزمان ..

كم عشقنا تلك الأيام ..

و تلك الليالي .

صغيرهم يحترم الكبير .

و الجار تراه و كأنه فرد من عائلة جاره .

يأكلون سويةً و بالتأكيد كذلك يشربون.

ليسوا بحاجة لمناسبات تجمعهم فهم يجتمعون دون موعد .

الخير فيهم لا يأتي من مكان واحد و منبعه ليس من شخص واحد .

رغم قسوة الأيام و رغم كدهم في عملهم تراهم يبتسمون .

و لم لا يبتسمون أليست أيامهم أيام الطيبين ؟

أما عن أيامنا فما عسانا أن نقول ؟

بل في أي زمن نكون ؟

زمن ابتعدنا فيه عن بعضنا و كبرت بيننا المسافات ..

زمن يجمعنا المكان و تفرقنا تلك الأجهزة التي جننا بها ..

تلك الأجهزة التي أردناها حل لتفرقنا و تشتتنا .

تلك الأجهزة التي أردناها لتجعل من العالم قرية صغيرة لنقترب  
أكثر فكثرت الأجهزة بأيدينا و تاهت القرية و ضعنا في أزقتها  
و لم نعرف طريق الرجوع حتى إلى بيت جارنا الذي كان طيباً .

## شام الهوى

لم أنسى إلى الآن تلك الأيام و السنين التي قضيت فيها  
طفولتي في سوريا ..

في ذلك الماضي الجميل كان لنا منزلاً صغيراً هناك نتردد إليه  
و نعيش فيه سنة و سنتين .

التقطنا فيه الكثير من الصور في تلك الفترة ..

و الكثير من التفاصيل ..

و الكثير من الحب .

قضينا أجمل الذكريات ..

كم كان ذلك الزمن جميلاً ..

كم كانت الأيام رائعة .

الكل يعيش في سلام .

نستيقظ باكراً على زقزقة العصافير ..

أمي تعد لنا الفطور و أبي يذهب ليرعى خرافه في المراعي و  
يسلم في طريقه على أصدقائه فيبادلونه التحية بحب .

لا مثيل لتلك الأجواء التي يعمها السلام و الهدوء و ترابط الناس  
هناك .

مضت الأيام و كبرنا و عدنا إلى المملكة للاستقرار بسبب  
أعمال والدي و مضت السنين ..

مضت السنين و قامت الثورة في سوريا و بدأ الناس بالنزول  
إلى الشوارع ..

كل الناس ..

الكبير و الصغير ..

الشاب و الفتاة .

و الكل يهتف : الشعب يريد إسقاط النظام .

يوم عن يوم و التوتر يزداد ..

قتل الناس بعضهم البعض ..

ازداد الوضع توتراً ..

نرح الكثير للبلاد المجاورة ..

يوسفني اليوم ما يحدث لبلدي الآخر .

يا إلهي لم يبق لهم سواك ..

لا أحد يستطيع المساعدة أو لا أحد يريد أن يساعد .

الكل يرى بصمت ما يحدث ..

و يؤلمني ما يحدث .

و الشام تصرخ :

أيتها الأمة العربية .. أيتها الأمة المسلمة حان الوقت لأن  
تستيقظي .

آن الوقت لأن تساندي أبنائي .

اللهم ارحمهم ..

اللهم اشدد من أزرهم و أربط على قلوبهم و ثبتهم و احفظ  
أعراضهم و احمي ضعفائهم و قوي عزائمهم و انصرهم  
بنصرك المؤزر .

## نرجو المحاولة في وقت لاحق

هل سمعتم عن ذلك العالم الذي كان يحاول اختراع شيئاً ما و لم ينجح فكرر محاولته عدة مرات كي ينجح اختراعه حتى وصل للمحاولة التسعمائة و التسعة و التسعين و لم ينجح إلا بعد أن أتم المحاولة الألف .

ماذا استنتجتم من ذلك الأمر ؟

صحيح ..

إنها المحاولة عدة مرات فمن يريد أن يصل إلى شيء بالتأكد سيواجه عقبات كثيرة تفشل محاولاته .

هذه العقبات إما أن تقويه و تكون له دافعاً لأن يكمل طريقه و إما أن تكون له محبطة فتكون سبباً لفشله و التوقف عن المحاولة مجدداً .

برأيي أن النجاح يتمحور حول المحاولات .

بمعنى أدق سأطرح لكم مثال آخر :

شخص ما تخرج لتوه من الثانوية و الآن هو أمام تخصصه الذي يريده و الذي يحلم به .

بدأ دراسته في ذلك التخصص و مرت الأيام ..

مرت الأيام و تحت ظروف معينة ساءت الأمور و أصبح ذلك الشخص غير مبدع في ذلك التخصص بسبب فشله عدة مرات لكنه لم يتوقف عن المحاولة .

لم ييأس ..

استمر في تكراره حتى نجح .

حتى حقق ما يريد .

أصبحت أموره جيدة و ها هو يواصل تعليمه .

أعتقد يا سادة بأن الفكرة قد وصلت .

المحاولة مرة أخرى .

بالفعل يجب علينا فهم ذلك ..

لا نحبط عندما نفشل .

لا نتوقف بل نحاول ..

نستمر .

الفشل قد يتحول إلى نجاح فقط إذا حضرت المحاولة مرة أخرى

..

الفشل يعلمنا أخطائنا السابقة التي تفيدنا في المحاولة القادمة .

أبطال الحياة هم من يحاولون مرة و مرات للوصول ..

يحاولون بطرق مختلفة ..

هنا و هناك ..

لنعلم أن طعم النجاح يزداد حلاوة كلما ازدادت المحاولات و ما أحلاه من طعم عندما يكون بعد نضال و صبر .

بعد جهد أهلك قوانا و سيتحقق كل ذلك فقط عندما تحضر الإرادة ..

نعم .. الإرادة فهي الوقود الذي يحترق ليُتحقق النجاح .

و يتحقق حلم الوصول ..

و سنصل .

## كن مستعداً

دائماً ما أقوم و فريقى بإعداد البرامج و الأنشطة بالمدرسة فنرتب لها و نخطط لما سيكون عليه ذلك النشاط و ليس ذلك بالأمر السهل فهي بحاجة إلى الوقت .

في إحدى المرات أحببنا المشاركة في نشاط أقامته المدرسة و لسوء حظنا لم يكن لنا مكاناً فيه .

رفضت المعلمة أن نكون ضمن الجدول بحجة أن فرقاً أخرى لها مواعيد و أن المجال لا يتسع لأكثر من ذلك .

حاولنا لكن لم نحصل على مكان فقط وعود ..

انتظرنا فلربما تكون لنا فرصة بعد شهر أو قد تنسحب إحدى الفرق و نكون نحن مكانها .

جميل جداً أن نتوقع الاحتمالات .. إنه بصيص أمل و الأمل هو ما نعيش لأجله في زمن تاه فيه اليأسون .

في أحد الأيام جاءت المعلمة و قالت لنا بأن غداً هو يومنا فلنستعد .

فرحنا و كنا في قمة السعادة و لكن .. مهلاً ..

لم نخطط لشيء .

لم نرتب الأمور ..

لم نفعل أي شيء ..

فقط انتظرنا الفرصة دون إعداد لها .

حاولنا و لم يكن الأمر بتلك الصعوبة لأننا تعودنا على ضغط العمل و حين يأتي ذلك الضغط نبدع .

مضي اليوم و جاء وقت التنفيذ و رتبنا أمورنا أو ظننا أننا رتبناها .

جهزنا الأوراق التي عملنا فيها طوال اليوم الماضي لكننا نسينا ترقيمها ..

حان الوقت لنبدأ ..

و لكن كيف نبدأ بدون ترقيم ؟

من ستبدأ بالقراءة ؟

ماذا سنفعل ؟

ضحكنا جميعاً و لم يكن الوقت مناسب للضحك .

بابتسامه قلنا لن نتوقف .

أخذنا الأوراق و وزعناها و خرجت الواحدة منا تلو الأخرى لتقديم فقرتها و في النهاية كان برنامجاً جميلاً على كل حال و موقفاً سيئاً كذلك و عندها طرأت ببالي اسئلة :

لماذا لا نستعد للحظات الطوارئ مبكراً؟

لماذا لا نستعد مبكراً للأسوء الاحتمالات؟

لماذا لا نعمل حساب للحظات الحرجة و نحن نضع خططنا؟

هل نحن مستعدون للأزمات و إدارتها و الخروج منها؟

لنكن على استعداد إذا أردنا أن نقود ..

و أن نكون .

# الساعة

﴿ و أن الساعة آتية لا ريب فيها ﴾<sup>١</sup> .

أين نحن ؟

ماذا نفعل ؟

أمدركون أم غافلون ؟

ثوان تمضي و دقائق تذهب ..

و تتبعها ساعات .

هل يعي أحدنا معني هذه الآية ؟

نعم ..

تلك الآية التي ذكرناها في بداية السطور .

إنها تتكلم عن ساعة ليست ككل الساعات .

إنها الساعة ..

موعد الآخرة و وقت الحساب .

---

<sup>١</sup> الحج آية ٧ .

يوم القيامة ..  
في لحظات لا نعرف متى وقتها ..  
متى ستكون .. يأتي الموت .  
و هنا يتوقف كل شيء .  
لا نستطيع فعل شيء و لا أن نرجع إلى الوراء .  
ندخل القبر في ظلمة موحشة .  
نتمنى الخروج لكن قد فات الأوان .  
لحظات أخرى و يأتي موعد الحساب .  
الكل مترقب لما سيحدث .  
خوف شديد و قلق أكبر ..  
الكل خائف .  
الكل مشغول و الكل ... آه آه ..  
نفكر إلى أين قادتنا خطواتنا ..  
جنة أم نار .  
يا رب رحماك ..  
أجزم بأننا كنا في غفلة .

لم نكن مدركين لما سيحدث .

بل مدركون و لكنها الغفلة .

مضت الأيام يوماً بعد يوم و نحن نعطي لكل شيء موعده إلا  
العودة إلى الله .

إلا الرجوع إلى الله ..

نؤجلها .

متى سندرك ذلك ؟

لا بد أن نعي ..

أن نعلم بأن الحياة ممر و أن الفائز من وصل لآخر الممر و هو  
محمل بما سينجيه .

بما يدخله جنات النعيم .

النعيم الأبدي حيث لا ضجيج ..

لا خيبة ..

لا نزاعات و لا مشكلات .

فقط نعيم .

و نعيم ..

و نعيم .

هل وعينا معنى الآية الآن ؟

## شاطئ الحكمة

في هذه الحياة نتعرض للكثير من المواقف و المشاكل و التي تُبقي أثراً على قلوبنا و عقولنا و حتماً الأذكي منا من جعل من هذا الأثر درساً له في قادم أيامه و هذه بعض الجمل و الكلمات التي لطالما كنت أرددها في ذهني بين الحين و الآخر .

هي ترجمة لما مررت به من أمور جيدة و سيئة و ها أنا أضعها لكم في عشرة نقاط :

- انسى كل شيء سيء فعلته في حياتك إلا الدرس الذي استفدته منه .
- اشتمني و لكن لا تقلل من قدراتي .
- فقط ركز على حلمك و سترى كيف تحققه .
- العمل بجد لإنجاز شيء ما يتطلب أن تكون بداخلك شعلة حتى يتحقق و إن فشل ما أردت إنجازه فستبقى تلك الشعلة تضيء لوقت آخر و إنجاز آخر .
- يمكنك أن تتصحني متى ما شئت فأنا أتقبل ذلك لكن لا يمكنك أن تجبرني على فعله .
- في يوم ما اجتمع بي أبي ليلقي علي بعض نصائحه لم يقل لي سوى : ابتسمي و اضحكي للحياة .
- لا تحاول النهوض مجدداً و حسب بل تجنب السقوط مرة أخرى .

- مهما تظاهرننا بالكذب فالحقيقة ستظهر يوماً ما .
- إن ارتكبت خطأً يا صاح و لم تحاول اتخاذ الخطوات الصحيحة لحلّه فتحمل عواقبه .
- يمكنك مجاراتي بالكلام و ستفوز حقاً لكن عند الفعل لن يفوز سواي .
- ضعني تحت ضغط و سأبدع .

## دعاء

يا مبدئ يا معيد ..

يا فعالاً لما يريد اكتب لي الخير في طريقي و اجعل اللهم النور  
رفيقي ..

اللهم اني توكلت عليك و سلمت أمري إليك و لا ملجأ و لا منجا  
منك إلا إليك ..

ربي ادخلني مدخل صدق و اخرجني مخرج صدق و اجعل لي  
من لدنك سلطاناً نصيراً .

اللهم اني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً و لا يغفر الذنوب إلا أنت  
فاغفر لي مغفرة من عندك و ارحمني إنك أنت الغفور الرحيم .

اللهم بعلمك الغيب و قدرتك على الخلق احييني ما علمت الحياة  
خيراً لي و توفيني ما علمت الوفاة خيراً لي .

يا رب اغث أهل سوريا و فلسطين و كل بلاد المسلمين .

اللهم اكشف عنهم الكرب و وحد كلمتهم على الحق يا ذا العرش  
المجيد ..

و صلي اللهم و بارك على نبيك محمد و على آله و صحبه و سلم

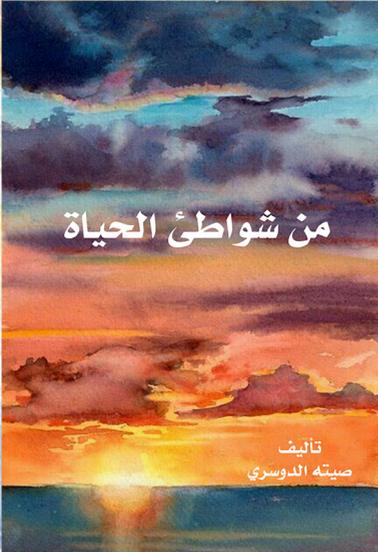


## الفهرس :

٥	مقدمة .....
٧	عراقيل .....
٩	استطيع .....
١٣	أقروا يا رفاق .....
١٦	عبق الجنة .....
١٩	اكتئاب .....
٢٢	ظلم .....
٢٦	تاجي الثمين .....
٢٨	حررة رغم القيود .....
٣٠	معنا لوقت أجمل .....
٣٤	نضال امرأة .....
٣٨	غداً أجمل .....
٤٤	قيود .....
٤٦	الحياة مرة واحدة .....

- هلاك ..... ٤٩
- تطور و لكن ..... ٥٢
- جدتي مريم ..... ٥٤
- دار الأمان ..... ٥٧
- ابتسم للحياة ..... ٦٠
- خطأ لهدفك ..... ٦١
- بين قرارين ..... ٦٣
- مثلث قوتي ..... ٦٥
- هدوء ممل ..... ٦٧
- ابحث عن نفسي ..... ٦٩
- الخمسة لماذا؟ ..... ٧١
- رفيقي ..... ٧٤
- استثمار ..... ٧٦
- هروب ..... ٨٠
- اكتشاف ..... ٨٣
- قوية رغم كل شيء ..... ٨٧

٨٩	قهر النساء .....
٩٣	أيام الطيبين .....
٩٦	شام الهوى .....
٩٩	نرجو المحاولة في وقت لاحق .....
١٠٢	كن مستعداً .....
١٠٥	الساعة .....
١٠٩	شاطئ الحكمة .....
١١١	دعاء .....
١١٢	الشاطئ الأخير .....
١١٣	الفهرس .....



نبذة عن المؤلفة ..

صيته خضران الدوسري .

ولدت ونشأت بمدينة الخرج .

مؤلفة و كاتبة و رسامة .

طالبة ثانوية عامة القسم العلمي .

نأبة رئيس برنامج ثلاثة و عشرون للتطوير .

قائدة فريق معنا لوقت أجمل التطوعي .

ISBN 9786030256792



9 786030 256792