

# بطيخ أهل

كتاب جامع

مجموعة مؤلفين

دار قصص وحكايات للنشر الإلكتروني 2020

# بصيص أمل

خواطر

مجموعة مؤلفين



العنوان: بصيص أمل

النوع الأدبي: خواطر

المؤلف: مجموعة مؤلفين

قوة السرد: كتابات شبابية

المُدقق اللغوي: الجهة المنظمة

اللغة: فصحي

التسيق الداخلي والإخراج الفني: رمضان سلمي برقي

تصميم الغلاف: رمضان سلمي برقي

سنة النشر: 2020

الحالة: حصرت

رقم الطبعة: 1

رقم الكتاب بالدار: 99

---

تم النشر بواسطة دار قصص وحكايات للنشر الإلكتروني 2020

الدار غير مسؤولة عن أفكار الكتاب الواردة بإبداعاتهم؛ الكتاب وحدهم المسؤولون عنها.

**الموقع الصفحة الجروب**

كتاب جامع عبارة عن خواطر وقصص، من تنظيم:

11. رميساء رويبي

12. بثينة الحمزة

أنت من تقرأ كلماتنا؛ ابتسم الحزن لا يليق بك صدقي.

## شغف الحياة.. ملالة صبرينة

"التوجه الذهني" عندما قرأت هذا العنوان في أحد الكتب لم أعرف إلى أين سيأخذني ولأول مرة علامات الإستفهام تظهر فوق رأسي ولكن عندما باشرت بقراءة تلك الكلمات بدأت أراجع حياتي وقررت التغيير بداية من نفسي.

أغلبية الناس تعيش بطريقة خاطئة تُحْمَلُ كاهلها بألاف الأطنان من التفكير والتشويش، الهم، الضياع الذي ليس له معنى و أغلبها تكون لأسباب تافهة حقا أول قاعدة بالحياة يجب على الجميع معرفتها هي يوم لنا و يوم علينا ما طعم الحياة إن كنا دائما في نفس المرتبة بلاسقوط أو صعود ومن دون تغيرات كنا لنصبح مثل الجماد، في هذا العالم لا يوجد من هو خالٍ من المشاكل ولكن الفرق هو كيفية بلورتها على حسب ما تريده فهناك من يعيش مُر الحياة إلا أنه يضحك ولا يُبالي حتى يأتي الفرج وهناك من يعيش في مشاكل و يضاعفها بتفكيره المتشاؤم و حزنه و تقوقعه داخل العالم الأسود. السؤال هو لماذا كل هذا؟! "اصرخ لتسمع نفسك، لتعلم أنك مازلت حيا، وأن الحياة على هذه الأرض، ممكنة" هكذا قال درويش.

جاهد نفسك كي تُبقي قلبك صالحا للعيش أطول مدة ممكنة وأنت تتجاوز كل تلك المعارف بإبتسامة هادئة، لاتكن مثل كرة التشاؤم أينما تذهب تنشر الطاقة السلبية كن مثل النسيم تفاؤل وضع بصمتك في الحياة عيش بصدق ولا تتصنع

كي تُرضي الناس، سامح بسرعة ولا تملئ قلبك بالحقد فَوْضِ أَمْرِكَ لِلَّهِ وَأَخْرِهَا وَ  
أَهْمُهَا اضْحَكْ بِشِدَّةٍ فَبِكَ تَحْلُو الْحَيَاةَ عِشْ كُلَّ مُرٍّ وَ حَلْوٍ وَ كُلَّ يُسْرٍ وَ عَسْرٍ  
أَقْدَارِنَا بِيَدِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ وَهُوَ الْقَادِرُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ اسْتَغْفِرْ وَ افْتَحْ نَوَافِذَ حَيَاتِكَ  
لِيَدْخُلَ شِعَاعُ النُّورِ وَأَخْطُو بِثَبَاتٍ نَحْوَ التَّغْيِيرِ.

## لا للاستسلام.. بهلول وسام

كنا ولا زلنا نحلم بأن يتحقق ذلك الشئ الذي يدور في مخيلتنا.

مازلنا في البداية لكن حتما سنصل الى النهاية، سنصل إلى ما كنا نحلم به...سنبرهن بأننا أقوى من أحلامهم البسيطة التي ميزونا بها ،سنجتاز كل الصعوبات للوصول الى مبتغانا، فلا تعد كل خسارة إستسلام بل نعتبرها تحفيزا لا أكثر فوراء كل خسارة ربح ...لا تيأسوا وتقولوا لم ننجح فالزمن من أمامكم والحياة مشرقة بهية فقد أثبتوا أقدامكم واستمروا في طريقكم سوف تجدون ماتنتظرونه فيسرركم ويسعدكم...لا يوجد من لا يخطئ في هذه الحياة ،ولا يوجد من وصل الى الأعالي بلمح البصر بل إجتاز على عراقيل مثلنا او أكثر، ولا يوجد من لا يحلم لكن يوجد من لم يضع كلمة الإستسلام في قاموسه ،فلا تتعثروا مهما كثرت العقبات في طريقكم تجاوزوها وتحلوا بالصبر جاهدوا وقاوموا لتحقيق أحلامكم ، لا تفقدوا الأمل فدائما الأشياء الجميلة تاتي بعد صبر طويل.



## إستعادة أنفاس.. أسماء بغزه

حملت قلبي لأكتب على الأوراق

ما عاناه قلبي من ضيق وأشواق

عن أيام ذهبت في بكاء وفراق

وما حملت أكتافي من أعتاق

وجدت نفسي في عمق الأعماق

وروحى تتخبط في حبال الاختناق

لكن زينت دربي بحسن الأخلاق

ولم أحتاج لمساعدة وإشفاق

فبعد التعب والملل والإرهاق

وطول المحاولات والإخفاق

سطع نور الشمس البراق

## رماد متطاير.. خماس ليلىا

حياة هو..

ترمي بنا أزقة الحياة إلى أنحاء متناهية ، إلى أعالي امتدادها و أحيانا حتى أسافل ارتدادها رغم المآسي ، رغم الظروف ورغم كل المشاكل و الهموم ، هناك خيط رفيع يتسلل منها ، إن تشبثنا بأطرافه فستقودنا إلى حياة مزهرة مشرقة، آفاق تغوص بنا إلى ثنايا النور الساطع نحو أنهار الإمتنان الجارية و مزايا الاطمئنان السارية يطير بنا تجاه الهدوء و السكينة ، نحو الأحلام و الأمانى يسهل مرورنا من كل الصعاب من الغموض و الجمود إلى الشفافية و التحرر ، شبيه برذاذ الأسحار اللامع ينقذ أشلاءً من الإنقطاع ، يأخذ بنا من صلب اليأس و أعماق الألم إلى نور الدنيا و شضايا الفرح لا يعبر عنه بكلام لا أستطيع قول سوى أنه جمال الحياة ، هو "الأمل و التّفائل" هو كفيل بقلب حياة ، كفيل بزرع روح في جثة ، هو السعادة إن شئت .. هو الهناء ..

هو نفس الرّوح النابع من أعماق الحياة .. هو من يجعل العسر يسر.. و الحزن فرح .. و الصعب سهل .. و الكرب فرح .. أساسه إيمان .. مبدؤه صبر على امتحان .. خيال جامع هو .. يسافر بنا حول السحاب .. و يجول بنا الى سابع السماوات .. هو النافذة الصغيرة المطللة على مروج السعادة و بساتين البهجة و

السرور ، عمود الحياة هو .. و مؤنس الفؤاد .. فاحرصوا على بصيص الأمل .. و  
اجعلوا من مقتطفاته .. قصورا في الدنيا .. فحياة من دون رقعة أمل هي.

## بالأمل يختفي الألم.. وفاء بطاهر

عنوان بالامل يختفي الألم..

نمضي في هذه الحياة..

نتسابق وراء أحلامنا حتى للوفاة..

ظنا منا أن الدنيا هي النجاة..

نعم هي الأيام تغدو كمضي الخرطوم..

تراها مليئة بالهموم..

والناس داخلها ملأى بالسموم..

لكن لن نستسلم مهما الوضع يدوم..

نتقدم دائماً نحو النجوم..

فببريق أمل كان في عوننا مرهما..

وكان على جراحنا أفضل بلسما..

مهما كانت الحياة بالمطبات ملغما..

او مقاتل ضيدنا ملثما..

مررنا بأوقات ظنناها توّهما ..

ايّتها الايام انجلي وكوني طي الكتمان

فانا بوجودك لم اعد أحس بالأمان

فانتي خذلتني وخذلني الزمان ..

رغم علمي أن الانسان فان ..

لكن رب الوجود سمع ندائي بامعان..

فكلامه به لا يستهان..

انه هو الرزاق المنان..

كن صلبا كصلابة تلك الأسنان..

كن شجاعا واعلم أنه مجرد امتحان..

يكرم فيه المرء اويهان ..

هي الحياة لعبت دور السجان ..

امضي في سبيل خير ..

ولا تكن فيها متحير..

ولا تعشها بوجه متغير..

امضي بوجه باسم..

وكن ذو قرار حاسم ..

هيا يا صديقي لا تخف..

قف وواجهها بقدراتك لا تستخف..

في كل كلام ضد ترتجف..

وفي مواجهة تزحف ..

وعن كلام الحق تعكف ..

وعن اللغو لم تكف ..

كن صادقاً لا تحلف ..

وفي وعودك لا تخلف ..

واعز اصديقاءك لا تحذف ..

كن عند كل صف رحيم تعطف ..

كن جميلاً بما هو جميل تصف ..

حان الأوان لنزن الكلام ..

ولا نكن عنه نلام ..

نحزم للامور زمام..

وللحياة نعكف الأكمام..

## رسالة أمل.. تقوى كحيط

هناك أمل لنعود من جديد.

رغم الصعاب ستزهر من جديد وكأن اليوم عيد.

قيل لي "قلوب تألمت طرق انحرقت افكار تشعبت وحدث ما لا نريد..

طاقة تبددت زهور جفت لطفك يا رباه.. ربنا المجيد"

قلت ورددت.. وللأصم كلامي اسمعت..

هناك أمل.. هناك حياة.. هناك رجاء في كل صلاة.

هناك أمل لنعود من جديد .

رغم الصعاب ستزهر من جديد وكأن اليوم عيد.

كلمات تعبر واخرى تقول.. الله سيسمع سيداوي الصدور

سيبعث الأمل وسيجير الكسور..

هناك أمل.. هناك حياة.. هناك رجاء.. في كل صلاة.

هناك أمل لنعود من جديد.



رغم الصعاب سنزهر من جديد وكأن اليوم عيد.

القلب يقول..يردد من جديد.

هناك أمل..في ربي الحميد.

هيا نردد وان انتهى الرصيد.

الامل موجود..وهذا اكيد.

## قضببان الحياة.. اعجيري رانيا

هناك خلف كل تلك المعاناة والالام

بصيص امل حاملا معه رسالة سلام

وكأنها تقول في طياتها أنا كل تلك الاحلام

انا من سينسيكم اوجاع السنين والايام

هناك خلف تلك القضببان

سجين كان يدعو الله قبل ان ينام

ان يلتقي بأمه هي من كانت له نبع الحنان

ولد حرم من امه سنين واعوام

لكن امله ان يلقاها كان يدفعه نحو الامام

صحيح انه كل ليله كان يعيش تلك الاوهام

لكنه كان مدرك حقيقه انه مهما طال الزمان

سيعود الى أمه ويعود الى تلك الاحضان

بعد مده خرج من ذلك القفص الذي حرمه من أعلى انسان  
ولكنه سرعان ما أكتشف ان فيروسا سلب حياة قلبه تاركه للارتواء من حنان  
الام عطشان

حينها وبعد كل ما جرى ادرك ان الله يختبره الان  
فمسح دموعه التي كانت تجوب خديه دون إستأذان  
صحيح انه جراء ما فعل لزال ندمان

لكنه قرر ان يشق دربه مستعينا بكلمة الله كبر لأمان

قائلا في قلبه سأجوب العالم رغم الاحزان

فإن كانت أمي قد ماتت سأحقق لها كل الامان

أمي تأكدت اليوم ان كل من عليها فان

ولكن لا تقلقي سأتحدى اليأس والحرمان

سأبني على شذايا الحطام

سأبني جسراً مر به ورأسي متعال

سأعيد تشيد ما نقضى وزال

صحيح اني خسرت حب الناس واصبحو يعاملونني بإهمال

لكن السجن كان ولزال بيتا للرجال

الان وبعد ان نزعت من يدي الاغلال

بت طليقا في الحياة حر المنال

سأتحدى كل شيء يقف في طريقي فيضان كان ام زلازال

فطريق الامل الان قد بان

## همسة أمل.. محمد تريكي

في قلب كل واحد منا قصة يسعى أن يعيشها بطريقته، وحلم بعيد ينتظر تحقيقه، حياة عجيبة، أحلام متعددة، آماني مختلفة، مشاعر متناقضة، وواقع صعب وغريب.

هي الحياة تعطينا بقدر ما تأخذ منا وهي لا تعطي شيئاً دون مقابل.

حلم بعيد...وأمنية أبعد...ومستقبل يعتقدون أنه لن يتحقق.

ثم تتدخل إرادة العزيز الجبار.

فيتغير كل الذي ظننا أنه لن يتغير.

ويجمع الله أحلامنا مع شتات أمنياتنا لينفجرا في سماء واقعا ناسجين أجمل سمفونية معانقين رباط الأمل وخيوط السعادة، مشكلين واقعا أجمل من خيالاتنا.

نعم نحن هكذا خلقنا وخلق معنا حب التحدي، عشق الأمل، هوس النجاح،

هستيريا السعادة.

لقد حل الظلام، تزاومت الأمانى في جسدي المتعب من مشقات هذا اليوم، لقد كان يوماً مرهقاً، تعب نفسي وإرهاق جسدي، لكنني في سريري أنتظر أن أرى ذلك الضوء الذي يوقد في داخلي أمل التضحية وطموح التحدي.

نعم نحن لها، فطوحاتنا تكبر يوماً بعد يوم وأحلامنا تقترب أكثر فأكثر.

نحن نعيش لكي نرسم الابتسامة، ونمسح الدمعة، ونخفف الألم، فالغد ينتظرنا وقد تواعدنا مع أفق فجر جديد مليئ بمغامرات جديدة.

أنظر للحياة بجانب مشرق وسعيد، اكسر اليأس بكلمات التفاؤل والايجابية، وكلما داهمك اليأس دع الأمل يشرق في قلبك باعثة هيروشيما عشق لمستقبل مليئ بالسعادة وممزوجاً بأحلام كثيرة تحققت وأمنيات في طريق التحقق.

الأمل والسعادة، معادلة لا يفهمها إلا ذو النفوس المميزة، فالأمل حياة وهو رفيق الانسان الذي يصاحبه طول حياته.

الأمل هو مفتاح السعادة، وهو كنز ثمين يصرفه الله لعباده المحبوبين من خزانته الالهية، إنه رفيق الانسان وقت الضيق والشدة والقنوط.

الأمل سراج لا يطفأ نوره، هو نعمة إلهية وهما الله لعباده الضغفاء لتخفف عنهم حالة الابتأس التي أرغمو على عيشها.

السعادة الحقيقية مناهجها الأساسية، الأمل والايجابية والتفاؤل، خاصة من فرضت عليهم الحياة العيش جنباً لجنب رفقة حياة ممزوجة بالخيبات والصدمات الاتهيارات.

الأمل هو النور الذي يتسلسل الى القلب عندما تظلم الحياة أمامك، وهو مثل الهدير في يوم بارد تطلع نسماته مشرقة مداعبة أنشودة ذلك المنتصر المتسلح بالأمل بغية التحدي والمواصلة وعدم الاستسلام للظروف مهما كانت.

الحياة دون أمل مثل السفينة التائهة في أعماق البحار يتسلل اليها اليأس تارة، الفشل تارة، والحسرة تارة أخرى حتى يجتمعو معا ويخترقوها ويغرقوها، لكننا بالأمل والتفاؤل والإيجابية يجب علينا أن نجعل من حياتنا بالرغم من كل الظروف أمنية جميلة بنكهة خاصة نسعى لتحقيقها بغية العيش في سعادة ممزوجة برجاء تلك الحركة الالهية المتدفقة بالعطاء والخلق والابداع ومثل أنشودة المنتصر التي تفرع لها أجراس المحبة والأمل والتفائل والنجاح.

## طيف أمل.. حنان سماسري

ظننت أن الأمر الطبيعي فكل أصدقائي يدخنون وأحسست أن رجولتي تنعدم ...  
 مرة أيام ولا زلت على حالي لا أدخن... صادقت شخص كان يعلمني ويفهمني  
 امورا عدة في التدخين و المخدرات مرة مرة حتى بدأت أدخن تعودت على الأمر  
 وأصبحت مدمنا على التدخين بل وأصبحت مريضا به إصابات عدة مررت بها  
 بل وحتى أدمنت المخدرات معه كنت ...كأي فتا مقرف ... أحسست أن رجولتي  
 تعلقو كلما مسكته بين يداي لكن حقيقتها أنها كانت تطفو فقط . خسرت  
 كرامتي ...حتى أنني هملت دراستي .. وخذلت الوعودة المقدمة لأهلي ،كنت  
 مقبلا على إختبارات البكالوريا عمري سبعة عشر سنة وأسمي روان ... أتذكرها  
 تلك السنة جيدا .كانت من أصعب السنوات التي جعلتها أنا كذلك بسبب  
 أصدقاء السوء الذين لم أحسن إختيارهم ... أصبحت أدخن و أهمل الدراسة  
 وأهمل عائلتي أيضا.. لم أكن الفتى العاقل الوافي الوعود الذي كنت عليه من  
 ذي قبل .... أصبحت حقا .. حقا مقزز .. كأكل فقد صلاحتيه منذ زمن ... هكذا  
 كانت تصفني أختي حينما كنت أسرق من محفظتها المال فقط لأشتري ذلك  
 السم ... وعدت أهلي أن أجتاز تلك المرحلة مرحلة البكالوريا تعني مرحلتي الأخيرة  
 في الثانوية و بناء لمستقبلي لكن ما حدث أصدقائي وأنا و إختياري الخاطئ



جعلني أهدم مستقبلي لا أبنيه ... تهاونت جدا ولم أشعر بالأمر حقيقتا ... لم أندم على أخطائي بل كنت أستمتع بها مع أي كنت أعلم أنها خطأ .. لكنهم شجعوني وقالو أن الأمر صحيح ... تافه أنا وحقير ... إن الأمر سيمضي صح ... هذا ما قلته لمعالجي النفسي بعدما لاحظت عظمة الخطأ الذي وقعت فيه بعد أن رسبت في دراستي ولم أجتز تلك المرحلة لم أفهم الموضوع إلا بعدما رأيت دموع والدي لكن الأمر إنتهى ... الآن أنا أفرق بين الصحيح والخطأ أنا أعالج من آثار المخدرات وقريبا سأشفى . وها أنا أعيد في سنتي وأدعي الله أن أجتازها وبالعلامة التي تجعلني أفتخر أنني أعدتها . يا الله يارب ما أطلبه هو هداية أصدقائي وكل المراهقين فهي عمري ألا يخطئون في الامر نفسه ... إنه حقا سم لن تكتشفو الأمر إلا بعدما تخسرون أشياء عدة ... واول شيء أحسست أنني أخسره عائلي ووعودي لهم أما الثاني فهو دراستي وهو ما ألمني وترك في أثر حقا لكني إجتزت الأمر وإجتزت أصدقاء سوء ونصيحتي أن تختارون رفاقكم حسن الإختيار فهم عاشر قوما أصبح منهم فإياكم والخطأ فإياكم.

من نافذة الأمل.. خلاف ليندة

إرتديت ثوب الشقاء\_ طيلة مسيرتي العشرينية كجمرة إلتصقت بي وجه تكفلت..  
التجاعيد بملامحه المبتسمة .... خيبات تتوالى العالم يبدو لي كابوس او كذبة  
مصطنعة ، لكن ما فقدت الامل يوما فكل شئ، فيا مات الا الامل ..... فهو ينمو  
يوما بعد يوم أكثر في...، أيسر صدري لا يكاد يفارقني..كنت اعلم انه سيأتي الامل  
من ثنايا الالم ... كثيرة التذكر ان من وكلت له امري يقول لشيئ كن  
فيكن. ....نسيت الماضي لم اعد افكر في المستقل انا اعيش من أجل اللحظة  
الآن..... احمل معي صمتا لضرورة وكلام لمضيعة الوقت وجوعا لردع التخمه  
ويوما مليئا بلفراغ وهدفا لتحقيق.... ووساما لمجاهة المرارة. ....أحاول ان اصنع  
شيئا جديدا ، لم أريد يوما ان اقف امام المدفع لما لا اكون أنا المدفع بحد ذاته  
، رائحة الأمل تفوح من ثنايا صوتي الرخولعل الفرح سيجتاحني دفعة واحدة.  
ووقفتي امام نفسي في مثل هذا الموقف لأعيد ترتيب ذاتي من الداخل وأولد من  
جديد امر في غاية التألق والمروءة دائمة اليقين انها ستحدث مفاجأة لم ارتب لها  
من قبل سيسوقها القدر ويجمعني بك في الطريق، فما اشتد الظلام الا بعده  
فجر يرتسم. فقد قيل ان من رحم المعانات يولد الابطال ،عبارة تجعل الامل  
يهطل بفجاجة، ويجري في مناكب النفس صانعا أخاديد في جوفها.

## بعد الألم.. دربال جهينة

اقابل مرآتي التي أكل منها الدهر وشرب لاطالما شهدت كل تغير طرأ على جسمي، أراقب شحوب وجهي وكأنه حبة ليمون متعفنة فقدت كل من لونها ورائحتها ، اتحسس بين اناملي خصلات شعري الذي لم يتبق منه الا شعيرات قليلة تعد على الاصابع وجسمي المتصور في هيئة مومياء عظم يغلفه جلد مزقته لعنة الكيماوي لم يعد يقوى الوقوف لدقائق قليلة متواصلة.

عشرينية بصحة تسعينية ، في عمر الزهور ولكن لم ألمس منها إلا الأشواك لم أر بعد هذه الزهور التي يتحدثون عنها ، بروح مقاتل منهزم لا يملك للنجاة سبيلا الا أن يرفع راية الاستسلام، بنفسية الحراق الذي اوشك قاربه على الغرق ولا فرصة في الحياة لديه ،كالتائه في الصحراء ولا يملك في جعبته لا بوصلة ترشده ولا رشفة ماء تروييه.

كل يوم ،كل ساعة ، كل دقيقة ،كل ثانية وكل جزء من الثانية الموت تزورني وتأبى أن تريحني وتقبض روعي وتأخذ بها الى رب العزة لعلي أجد راحة لم اعثر عليها يوما في هذه الدنيا التي لم تديقني الا من كؤوس مرارتها كالعلقم .

لا جديد في حياتي سوى زيادة وخزات الابر التي تنخر جسدي كل يوم ، اكسسواراتي اصبحت انابيب المصل ، أجهزة التنفس تزين الغرفة ، اغلى ما

أرتديه ثوب ابيض يقفل من الخلف بأزرار ، وسيلة نقلي كرسي متحرك عاش  
 معي كل كبيرة وصغيرة ، أسافربه تارة من غرفة المرضى الى غرفة العمليات وتارة  
 إلى قاعة العلاج الكيماوي كلما أذهب اليها دعائي الوحيد الذي يرافقني يا الله  
 اجعلها آخر حصة لي في هذا العذاب الدنيوي أفقدني القوة ، عشت الالم  
 بمعناه الحقيقي ، تذوقت المرارة الدقيقة تمر وكأنها ساعة الوقت يمضي  
 بالعرض البطيء ، كلما أنهيت حصة أصل الى مرحلة الموت المحقق غثيان  
 ، استفراغ وكأن احشائي تنقلب رأسا على عقب تريد الخروج من محلها فلا شيء  
 يبشر أنني لم أكن في عداد الموتى .

ألد اطعمتي حبوب مسكنة وأخرى مهدئة بمختلف الالوان والتأثيرات ، مواعيدي  
 مضبوطة على الثامنة صباحا زيارة الطبيب ، على الواحدة زوالا زيارة أهلي.

لماذا يا الله كل مانتمناه لا يأتي اريد الموت فقط ، أريد أن افترش وأغطي بالتراب  
 ورداء ابيض يستر جسدي ويشيد لي جنازة وأنقل الى مثوايا الاخير لكي ارتاح وأريح  
 من حولي اصبحت عبئا عليهم صرت مصدر ألم ، ونظرة الشفقة تلك التي اراها  
 في عيونهم وكانها سهام ترشق في قلبي مباشرة دموعهم لرؤيتهم لي بهذا الحال  
 يزيدوا بها ملحا على جرحي ... المرض لم يهدم صحي فقط بل كسر كبريائي  
 معها . سئمت الدنيا وما فيها لا إرادة ولا رغبة لي في شيء سوى توقف الخطوط  
 المتموجة في الالة فهي فقط من تدل على اني على قيد الحياة ، تجردت من  
 أحاسيسي ، من مشاعري ، من أحلامي وحتى من طموحاتي، تخليت عن

مخطاطاتي التي لا طالما سهرت لأرسم مساري المستقبلي ، تركت ورأي كل ماهو جميل ، فلا جميل مع المرض.

ما إن وصلتني رسالة ومرسلها الواحد الصمد وعسى أن تكرهوا شيئاً وهو خير لكم وليس كعادتي بأذن غافلة ولكن هذه المرة سمعتها ببصيرتي وكانني لأول مرة وكأنه غلاف اسود أزيل عن قلبي وكانت كصفعة ايقظتني من غيبوبي المظلمة ، فلعل الله أبى لي الموت وانا غارقة بالذنوب ، لعل مرضي سبب في توبتي ، لعل مرضي انقذني من موت الغفلة على سوء خاتمة ، لم يأب الله ان يقبض روعي وهو غير راض عني فالله اذا احب عبدا من عباده ابتلاه ، لعل مرضي هذا اختبار لصبري ومن هنا خلعت ثوب المريضة المتشائمة وارتديت ثوب محاربة المرض والمتيقنة بأن الموت ليس بالمرض بل بالأجل وسأخوض معركتي وسأنتصر باذنه تعالى وأعود الى حياتي واحقق ما كنت أصبو اليه من قبل واجعل من مرضي هذا نقطة فاصلة في حياتي ، وإن تركت المرض ينهيني شيئاً فشيئاً فماذا أستفيد .

...تخطيت مرحلة الكيماوي بنجاح بفضل الله وبفضل نفسي الايجابية وبدأت باسترجاع جمالي رويدا رويدا وعدت كما كنت وأحسن ، نعم استرجعت عافيتي وتركت خلفي كل ماهو شعور و تفكير متشائم وأيقنت أن بقدر ايمانك يرزقك الله وأحسن بكثير مما تظن.

فترة مرضي كانت بمثابة جسر انتقلت به من حياة الغفلة والتشاؤم الى حياة اليقظة والتفاؤل.

أنا خلقت لأحيا ولست حية لأنني خلقت شعار تعلمته وعشت معانيه فالموت بالأجل لا غير فعش يومك بحلوه ومره واغتنم كل فرصة أهدتها لك الحياة، وحتى إن كانت الظروف ضدك بإرادتك أتركها هي تتأقلم معك وليس انت من تتأقلم معك او اجعل من اقصى الظروف ورقة رابحة ومصدرا لتحفيزك فأنا خلقت للتحدي . كان اسمي مريضة سرطان بتفاؤلي غيرته الى محاربة سرطان وبقدرة رب الاكوان أصبح منتصرة على السرطان .

## صراعي مع السرطان.. ريان سراكطة

بدأت دقات قلبي تتسارع وسقطت مغشية على الأرض لم أدري ما يحدث لي إستيقظت على صوت دقات قلبي في الجهاز بجاني ونظرات أمي من النافذة الزجاجية نظرت هنا وهناك وجدت كل ما يحيط بي مجموعة آلات لم أعرف ماذا يحدث لي كنت أريد الصراخ لكن ماذا عساي أن أفعل كان جسمي يؤلمني كأني نائمة على الزجاج رأيت أمي تصرخ وتنادي الطبيب دخل الكل الغرفة طمأنتني لمسات أمي على شعري فدخلت السكينة قلبي وبعد أيام خرجت من المشفى لكن المشكلة أن الطبيب وضع آلة على وجهي صحيح أنها تزعجني لكن بدونها لا أستطيع التنفس فهي تلتصق في وجهي لكي تمنحني جرعة الحياة لم أستوعب ما يحدث لي كأني في حلم ولا أستطيع الإستيقاظ منه أردت أن أستيقظ حقا وأجد كل تلك الآلات والمعدات الطبية قد إختفت جانبي لكن كل شيء كان حقيقة

كل ما زاد عذابي هو ضعف أمي أمامي ليتها أظهرت القوة لكي تساندي لكنها إنهارت من البكاء فمن سيقويني أنا هي تلك الفتاة المتألمة التي طعنتها الحياة في قلبها آاااه ماذا يحدث لي؟ دقاتي تزداد هل سأموت ؟ أسمع سوى صوت عداد قلبي يرن بسرعة وصوت صراخ أمي دكتور...دكتور...دكتور...أسرع أرجوك سوف نخسر الفتاة حالتها متدهورة جدا.

سمعت كل ما يفزعني أرجوكم ساعدوني مازلت أود العيش مازلت مراهقة مازلت لم أتذوق حلاوة الدنيا ولا مرارتها بالخيانة أو الحب ، الفراق والكذب لم أجرب تلك الأحاسيس يا سادة هل فهتموني أنقدوني أنجدوني هذا كل ما أتمنى.

صوت بداخلي يقول لي يجب أن تكوني قوية حتى لو سقط شعرك حتى لو تقيأت دما حتى لو كنتي على شفا حفرة من الموت يجب أن أكون قوية والله سيكون معي وهاقد جاء يوم العملية كنت خائفة لأن إحتمال شفائي من هذا المرض الخبيث ضئيل لكن مع ذلك لم أفقد الأمل دخل الطبيب الغرفة وقد كانت هناك الكثير من المعدات الطبية.

ساعة ساعتان ثلاث أربع كان الوقت يمشي ببطئ وبينما كان والدي ينتظران فجأة خرج الطبيب من غرفتي وقد كان يحمل أخبارا سارة لقد نجحت العملية لقد كانت إبتكما قوية وفعلا خرجت من المشفى وعشت كل يوم من حياتي كأنه الأخير حتى لا أندم على أي ثانية ضيعتها من حياتي.



أمل بعد ألم.. أسماء زكري

شردتُ ثم تهتُ وتهتُ، غمرني الحزنُ..

رمت بي الأمواجُ على شاطئِ البؤسِ والحرمانِ..

عانيت من خذلان مَنْ حولي: أهل، أصدقاء وأحباء.

لكن لم أياسُ ولم أتعبُ ولم أنزعجُ ولم أغرق في البحر، بل واصلتُ البحثَ عن

مرسى للأمانِ..

إنه الأمل...

لقد أحاط بي يوما الظلام حتى عجزتُ عن الكلام و فارقتُ الضحكات و

البسمات وجهي..

أسأل نفسي: ماذا فعلت؟ هل أنا خائفة؟ ضعيفة؟ أم هل أصابني الجبن؟

صمتُ للحظة ثم سألتُ نفسي من جديد: هل توقفتُ عن مواصلة مشواري و

تحقيق أحلامي وطموحاتي؟

آه، لا أظن هذا أبدًا...

فأنا في كل مرة أصاب فيها، أبكي و أمسحُ دمعتي من على خدي و أشعل شمعة

على أمل أ تُنير لي دربي و طريقي من الأشواك و قلبي من الغم..

لقد كانت الشمعة عنوان للأمل ..

وعدتُ نفسي يومها بأن أتمسك بنور الأمل..

وَألا أدع الرياح القوية أو حتى الأعاصير تُطفئُ نوري..

لأنني على يقين أنني سأعيش يوما ما في الظلام الدامس للحياة، لهذا مهما حدث

ومهما سيحدث في المستقبل سأبقى أتأمل بغد أفضل و حياة أفضل...

فالأمل هو تلك النافذة الصغيرة التي مهما صغر حجمها ستفتح لك آفاق جديدة

ومستقبلا جديدا .

الأمل.. زيتوني نور الهدى

الأمل هو تلك الشعلة التي تضيئ دربك ..

هو ذلك النور الذي يخرجك من ظلامك و عتمتك.

الأمل هو ذلك القارب الذي يأخذك من بحور خيباتك إلى شاطئ نجاحك و  
ازدهارك .

الامل كلمة قليلة الحروف كثيرة المعاني، كفيلة بأن تجعلني أجول لأختار و أنتقي  
ما سأقول.

الأمل هو ذلك الحبل الذي يخرجك من حفرة السقوط إلى سماء العلو و  
النهوض .

الأمل هو فأسك لتحفر قبراً تدفن فيه يأسك و بأسك .

أنا أعلم أن الحياة ليست سهلة و دائماً ما تواجهك عوائق و عراقيل تمنعك من  
الوصول إلى هدفك لكن تفائل و اجعل من تلك الحواجز سلماً تصعد به خطوة  
نحو حلمك .

كن مليئاً بالأمل و تأكد أن كل الظلام الذي تعيش فيه سينتهي و يختفي فدوام

الحال من المحال

كن متفائلاً ، و اعلم أن تلك الدموع ستصير ضحكات لا تنتهي

كن ايجابياً و تأكد أن الشمس ستشرق في حياتك لا محالة و أن تلك الأحزان

ستصير أفراحاً و أن تلك الجروح و الندبات ستكون علامات دالة على مدى

قوتك و كفاحك

و اعلم أن كل مامرت به لحد الآن ماهو إلا ابتلاء من رب العالمين ليعرف مدى

صبرك و إيمانك و في الأخير سيجازيك و يكافئك على قوتك و صبرك من أجل

البقاء و الإستمرار، على يقينك التام بأن الفرج قريب ، و على امتلاء روحك

بالأمل و التفاؤل نحو المستقبل السعيد

لهذا اصبر و صابر، حارب و كافح ، و اجعل أملك أملك ، أرايت في رمضان حينما

تكون صائماً، جائعاً و عطشاًنا لكنك تعلم أن أذان المغرب سيأتي و ستروي

عطشك و تملأ بطنك، إنه نفس الأمر، لذا لا تستسلم و إبتسم مادام لك رب

رحيم لطيف بعباده ، سيجبر قلبك جبراً كأنه لم ينكسر يوماً.

## ينبوع الأمل.. سوسن سطوف

جالسة في غرفتها المظلمة

سواد يحيط ب هالتها المنطفئة

جسد هزيل لا يقوى على حملها

شعريتها سقطت من بين أناملها

فقدت جمال و نور وجهها

و الحزن سكن بين زوايا محياها

تصرخ و الكلمات تتدفق من جعبتها

لماذا؟! لماذا؟! يحدث هذا معي أنا

و راحت تسرح تائهة في ذكرياتها

كيف كانت الابتسامة لا تفارق شفيتها

و شعرها الحريري المنسدل على كتفها

و استيقظت من ذكرياتها متأهبة

داخلها فتاة قوية للمرض متحدية

تقول لها لا تسمحي لهذا المرض الخبيث بنهش جسدك أبدا

هيا ، هيا انهظي و لا تنتظري المساعدة من أحدا

ها هي الآمال تنجلي وتتخلل جسدها

وشعرها الحريري الذي سقط أنبت أزهارا في غرفتها

ووجهها أصبح مضيئ كالشمس تنير بأشعتها ظلمتها

كان دعاءها وصلاتها السبيل الوحيد لها

وكان الله سندا ومعينا لها

تغلبت عليه وفي الأخير انتصرت في حربها

تقول و ابتسامة التحدي و النصر على أماراتها

بالإرادة و القوة و الصبر نحقق أحلامنا

خلقنا من رحم القوة و الابتسامة لا تغادر شففتينا

و الدموع لا تنزل من عينيا

و صوت البكاء لا يخرج من افواهنا

البكاء و الاستسلام كلمتان لا تتواجد في قاموس حياتنا

هكذا نحن خلقنا و هكذا تعلمنا.

أمل.. شعابنة فوزي

هاهي عقارب الساعة تتسابق فيما بينها بينما انا جالس على بعد لابأس بيه  
اشاهدها انها ترقص اعلم هكذا يمر وقتي بينما انا اشاهد عقاربه ترقص امامي  
ولا تبالي بأحد كم هوا قاسي لا اجد ماذا افعل احدق اشعر انني بلا روح كأنني  
منحوتة حزينه حجرية لا تقوى على الحراك ترى امامها ضاهرتين فقط قرص  
اصفر دائي ثم يختفى ليحل محله قرص فضي اللون هكذا كل منهما يأخذ  
فرصته ليحي ويشهد على كثير من الأشياء تحدث في هذا العالم .

جسدي اشعر به مقيد لا اقوى على فعل شئ انها خيوط حمراء تربطني بعقارب  
الساعة كأنها تدخلني ف غيبوبة لأضل فقط اشاهد تلك الجميلة وهيا ترقص  
كل تلك المشاعر أظن سببها ذلك الوحش الذي يتجول خارجا نعم انه جائع يلتم  
كثير من الارواح ... هالته المخيفة نشرت الكثير من الرعب ف القلوب الضعيفة .  
انا أظن أنني املك قلب ضعيف انه بطريقة ما يربطني انه يجعلني متصل فقط  
بجميلتي ارقبها عن بعد ليمر يوم بعد اخر..

لكن مهل هل انا بهذا الضعف هل سوف اغرق ف ضلامي انه شبه بحر عاتم  
ضلمة عميق رغم هذا أرى طيف يتفقدني بين الحينة والآخرى اعلم انه يشعر  
بضجري نعم انها الصوت الحنون الذي يمتلكه اغلب الجميع ف منازلهم ...

اصبح هذا الطيف أُمي عزيزتي ذات الملامح الدافئة ما أن فتحت ثغرها حتى  
شعرت انني قد قمت من نوم عميق خرج صوتها العذب تخبرني أن كل شيء  
سيكون بخير نعم انها تمدني بأمل قلبها ذلك الأمل الذي ليس له حدود ...

تخبرني بأن الله سيكون مع كل شخص لديه نور الأمل لذلك لا تغرق يا بني...

رأيت تلك الخيوط تتلاشى كأن لأُمي قوى تتخطى الحدود شعرت وكأنني تحررت  
وأخيرا غادرت غرفتي التي حبست فيها نفسي أياما أشعر أن أُمي أعطتني ضوء  
جعل من قلبي أقوى .

الآن ها أنا أقابل أقراصي الجميلة وأفعل كل ما كنت أحبذه وأحبه وكأن ذلك  
الوحش لا يوجد. اشتقت لهذا الحياة شكرا لك ايها الأمل شكرا لجعلي  
أتخطى هذا .



## يوما ما.. شيماء روابحية

يوما ما ستدرك أن الحياة ماهي إلا قطار عابر قد يتوقف في أي لحظة ولن ينتظرك لتصحيح أخطاء الماضي إن لم تفعل الآن ، يوما ما ستدرك أن الصمت أرقى من الرد على من لا يفهم وأن السعادة لا تتعلق بسيارة فاخرة ولا أموال طائلة بقدر ما تتعلق بتلك الطمأنينة الداخلية التي تشعرك بالرضا عن نفسك ، يوما ما ستعرف قيمة ذاتك وتبتعد عن كل مايؤذيك حتى وإن كان شخصا تحبه ، ستبتعد بهدوء دون أن ينتابك أدنى شعور بالندم ، يوما ستصبح راحتك أهم من راحة من منحت كل شيء لتبقى معهم وستعلم أن العطاء دون مقابل لن يجعل وجودهم دائم ، ستعلم أنك بقدر ما سبقت نفسك عليهم ستكون بخير ، يوما ما لن يعود بإمكانك التمسك بمن يريد الرحيل ، ستفلت يدهم و تدعهم يغادرون عالمك دون أي محاولة منك لتشرح لهم مدى تعلقك بهم ، يوما ما ستعيد كل شخص إلى مكانته السابقة ، ستعيد كل من لا يعرف قيمتك ويقدر مشاعرك غريبا كما كان في البداية ولن تذرف الدموع من أجل أحد ، يوما ما ستموت لهفتك تجاه إنتظار رسائل البعض التي لا تأتي في الوقت المناسب وسيموت شغفك تجاه صوت أحدهم ، ستدرك أن الحب الحقيقي هو علاقة راقية يسودها التفاهم و الإحترام وليست مجرد كلمة تقال كل صباح

ومساءً، يوماً ما ستعيش من أجل نفسك فقط ولن تسمح لأحد بتعكير مزاجك  
وستكتفي بأناس قليلين يستحقونك.

## نقطة تحول.. شيماء عميرات

لطالما سمعت وقرأت أن الإنسان ليتغير يمر بنقطة فصل ،

هذه النقطة غالبا ما تكون صدمة نفسية وتكون لها عدة

أسباب... لا علينا اليوم لن أتكلم عن تلك النقطة مادامت

تجاوزتها لكن سأتكلم عن رحلة التغير، لن أقول كما

تقول كل فتاة أصبحت أقوى أو لم أعد أهتم ومن ذلك

الحديث ففي الحقيقة نحن لا نقوى أو نستقوى ، بل نتعلم

الصمود نصبر وتزيد شدة تحملنا مع الوقت ولأقول بدقة

نحن نكتسب المناعة وبذلك نتأقلم بسهولة .

لطالما كنت أبحث عن ذاتي لا أعلم لما، لكن منذ أن اكتسبت الوعي و الذاكرة

أذكر أنني سألت نفسي في الصغر العديد من المرات من أنا؟! وكيف أنا؟؟ وماذا

أكون؟!

، تساءلت عن أعماقي عن كينونتي وإذا لم أكن أنا كيف

كنت سأرى نفسي ؟ ربما يعود هذا بعض الشئ لكوني لم

أكن راضية عن ما أنا عليه ، أما نقطة الفصل كما أسميتها

فقد كانت كما لو أنني وقعت في حفرة عميقة وحيدة مع نفسي فقط ، كانت فترة رأيتني فيها بوضوح و لأول مرة . لأول مرة أعرف نفسي وماذا أريد في الحياة بالضبط وفي الحقيقة كانت لحظات صعبة جدا لأنه ليس من السهل أن يرى الإنسان نفسه بغاية الضعف لدرجة أن يشفق على نفسه ويجد أنه عاش سنوات طويلة من عمره على أنه الضحية ويكتشف أنه الجاني ، ليسدل الستار وتنتهي المسرحية هاقد حان وقت الانتقال للواقع .

في هذه المرحلة أدركت قيمة جملة لطالما سمعتها فيما

مضى وفهمتها لكن إدراكها كان أمرا مختلفا " أن تعيش

على الموجود " في الغالب تعيش هذه الجملة في جيوب

الفقراء لكن في الواقع كلنا نحملها معنا لكن لا نعرف كيف

نستخدمها أو لا ندرك استخداماتها فنقتصر استخدامها في

المجالات المادية لكن سرها أنها أيضا تثبت نجاعتها في المجالات المعنوية إذا

عرفنا كيف نستخدمها ، وذلك في أن نعيش على قدر السعادة التي نملكها

ونتعلم كيف نستثمرها ونوزعها بشكل متوازن ، نوزع اهتماماتنا و مشاعرنا على

قدر قدرة تحملنا ، أو كمثالا ؛ أن نأخذ راحتنا في الكلام بقدر ما يتاح لنا ... كل

شئ بالقدر الذي نملكه ، لأنه لو أختل التوازن وزاد استخدامنا عن ما نملكه  
ورفعنا سقف توقعاتنا نقع ويسقط سقفنا عندها نصاب ونتأذى .

## أمل في القلب تألق.. صدوق أسماء

الموج يتلاطم في عقلي، والأمل يسبح في قلبي...

أنا المتفائلة في عمقي، حلم يتسلل وأنا لا أدري...

هدهدت الروح في شوقي، تحتظن الأمانى بلا صبر...

حلم تألق في قلبي، يريد العيش بلا عمر...

يريد تحويل ماتراه عيني، إلى معاني تتماوج في ذهني...

غاب وعيي وأنا أتعثر، عصرت المخ عليّ أتذكر...

مهما قست عنا الحياة، إلى أن الأمل رسم طريق مغبر...

كادت أحلامنا أن ترحل، لكننلن نستسلم وندعها تتبخر...

أوشك الظلام يمحو وميضنا، فركبنا نور الشموع وفي فتاتها نبجر...

فتنير دروبنا ونشعر أن الغد أجمل، ويطلع فجر الأمنيات ونقول للطموح

تحضّر...

سينتشر الفرح كالتحايا لتشع سلاماً، وتشرق نهضة الحياة وتزهر...

سيزول اليأس، والألم يتكسر، ويهب نسيم العطر المنتشر...

ليمتص أثار المآسي وعلى القلب يمطر ، مهما إشتدت العواصف، لكن سنعلو كل

منبر...

مهما كانت حالنا سنعيش بالأمل المتحجر ، وسنملاً الكون بطيف التحرر...

سنطرد الهموم ونتوكل على القيوم ، لأن الأمل موجود والعمر محدود....

ونستحث الأثار في الحلم ونرسمها ، ونُسكِبها ترياق المغيّر.

## دواء اليأس.. عكوشي شيماء

مواجه القلوب...ركبت سفينة الدمع والآلام ..

سافرت عبر كبسولة المرض القاتل. تهت وتهت وغمرتني الأحزان

عانيت كثيرا من خذلان الأهل والإخوان

أحاط بي الظلم إحاطة الصوار بالمعصم حتى عجزت عن التكلم

وفارقت ضحكاتي الفم المبتسم

أصبحت فتاة زهرية

تزهري متى تشاء وتبذل متى تشاء

أصبحت كأغنية بلا مطلع

كديانة بلا مرجع

أتي صدفة وأرحل صدفة

كأنني في صحراء قاحلة

في لحظة سكون نطقت كلماتي



وجسدت دستورا مبدأه الصمود

في لحظة شعور اهتزياني

وقررت الوقوف والتحدي بلا قعود

لن أياس ولن يجرفني الطوفان

وسأواصل البحث عن مرسى الأمان

مسحت من على خذي الدمعة

وأشعلت وسط الظلام الشمعة

وبددت من حولي العتمة

وأزلت عن قلبي بعض الغمة

هذا هو الأمل

مسحت دموعي وبحثت عن المزيد من الشموع

فسطع النور ليشع حياتي بالفرح والسرور

ذلك هو الأمل

أسرعت بدون تمهل ابحت عن شيء يشعل

عن ضئيل من حلم لا يفشل

أشعلت فتيل بدد وحدتي

وأزلت بعضا عن غمتي

كما في يوم علمتني جدتي

ذلك هو الأمل

سمعت صوتا يقول أفيقي

فعدت من الظلمة أتلمس طريقي

واتخذت الإيمان رفيقي

هذا هو إيماني وأملي

نهضت بقوة وتصميم

ففي السماء إله رحيم

قادر على شفاء كل جرح أليم

أمل .. غبريد شيماء

إنطفأت شمعة أملي ، ومستقبلي أعلنت اليوم جنازة لنفسي ودفن جثمانني بين مقابر العجز ، أحرقتم أناملي من أجل أن أنير نفسي من جديد ، لكن لا جدوى من ذلك لأن كل شئ انتهى وتهدم وتبلورت العبرات من عيوني أصبحت كزهرة ذابلة قبل نموها ، لم تجد من يرعاها، تحطم فؤادي و جبرت على هذه الحياة القاسية، ناضلت لوحدي وكافحت لأجل حلمي الوحيد ولأجل نفسي قررت النهوض ونفض الغبار عن ثقتي وإرادتي أوقض شجاعتي وصمودي وأتخذ من كتفي سندا لي وقوتي وطبقت على قشيماءلي وقلت له «لاتحزن إن الله معنا» سنصل سننجح لا محال مهما الطريق طال سنتجاوز كل هذا من أجل نفسي فقط .

## الجسر الواصل و الفاصل.. البح فارس

بيني وبين مستقبلي جسر ، وذاك الجسر مسلّكي الوحيد للنجاة .

جسر قديم ، فوقه سماء وتحتة نهر عميق تغطيه الحجارة ، معلق في الهواء  
بين الأرض والسماء .

إنه مخيف ، كيف لي العبور ، فالقلب يرتجف رعبا والنبضات تتسارع ، والعقل  
للعواقب غير مدرگ .

\_ هل أجازف وأضحى ؟ أم للوراء أعود ؟

إنها مجرد خطوات فالماذا أنسحب !

ألواح مهترئة تربطها حبال متأكلّة ومع شباك العناكب متلاحمة ، في الجانب  
الأخريقابلي المستقبل ويناادي : تعالی وللأمام تقدم ، لن تندم ...

بشجاعة أتقدم وبأولى الخطوات أخطو ، بروية تحط قدمي على الجسر ، صوت  
غريب ، فاللوح كأنه ينغسر ومنه تسقط أجزاء صغيرة ، الحبال أصبحت مرنة  
وعقدها تنفتح ، والقلب من الخوف للقفص الصدري محتظن ، والعقل يقول  
ويمس : ربما للأسفل ستهوي .

\_ سحقا ...

للوراء أنا لن أعود فالغوايبس لي مشتاقة ، خطوة تجر خطوة وبي في المنتصف  
أجد نفسي ، لم يبقى الكثير....

الرياح تعبر بين شقوق الألواح وتصفر وبأنغام حزينة كأنها تتغنى ، العرق من  
جبيني ينزل قطرة بقطرة ، إتخذت من إطار نظارتي طريقها ..  
إنه غابوس .

والغوايبس التي في الوراء تركتها ، منه أرحم بكثير .

لكن هذا الفاصل بيني وبين الأفضل ...

واصلت التقدم و مهدوء اضع قدمي ، بحذر وتركيز أسير ، حتى بي أنزلق وفي  
الحبل بگلتا الیدين أمسگ .

ياا إلهي !

قلبي للأسفل هوى ...

بروية إستقمت وللخطوتين المتبقيتين أتخيل .

الخوف والرعب أهلكاني تارة والشوق والفضول للمستقبل تارة .

\_ أشعر أن الحبال ستقطع ..

أخذت نفسا عميقا وبقفزة لخصت مابقي من خطوات ، لأصل وأخيرا إلى الجانب الآخر .

فجأة سقط الجسر وتحطم ، النهر للحطام يلتهم وللجوف ينزل .

الحمد لله ، لقد نجحت ، والماضي وكل الذكريات تركتها في الجانب المظلم ،  
ومسلگها للحاق بي تحطم وزال .

نعم : إنها الحياة هكذا هي ...

" على المرء تجاوز العقبات والصعاب وعدم اليأس والإستسلام ، فدوما هناك

فرصة تخرجنا من عالم الظلام والأحزان ، إلى عالم النور والأفراح "

\_ ( الفرصة أمامك وأنت بها تصنع العجب وما يذهل الأذهان ويجمد الأبصار ) \_

فلنكن مختلفين.. معطيات فاطمة الزهراء

تسقط و تتعثرتتألم وتنكسر تنحنى وتنطفئ ؛ تضمن أنها النهاية تحفر قبرا بعيدا عنهم لتدفن نفسك بعد أن تأكلت نفسك من الخيبات؛ تضمن أن داخلك لن يحيا من جديد أبدا؛ فتبقى بذلك ميتا على قيد الحياة؛ لا ترضى من الحياة غير حطامها؛ تمشي تحت الجدار فقط؛ لتضمن السلام من البشر أجمع؛ كفتاة في عنفوان شبابها تزوج حبيبها فتاة اخرى بدلا منها؛ كزهرة التوليب التي ذبلت في عزربيعها؛ لكن الحقيقة الفعلية أن هذه البداية؛ " في حياة كل شخص منا كبوة يسقط فيها لأدنى دركات اليأس و الحزن والانطفاء؛ حتى يصبح ذليلا بعين نفسه لا يقوى على الحراك؛ لكن دعني أخبرك مهما دام مكوثك في القاع فلن ينتشلك أحد؛ آمن يقينا أنهم سيهللون لهذا؛ و يقيمون نخبا لإنهيارك؛ كفاك عواطف سخيفة و إنهض إنتشل نفسك بنفسك من عمق اليأس؛ أنفض الغبار عنك و إمسح دموعك بساعدك وابتسم بثقة بشفة نصف مفتوحة بعيون ملئها الاصرار؛ أحرق تلك الذكريات المريرة في دماغك و وضع رذاذها تحت قدميك..مهما بلغ حزنك و إنطفائك هناك من لم يعيش من الدنيا غير مرها ؛ لم يتبقى الكثير كن لنفسك كل شيء؛ إمنح نفسك السلام الداخلي؛ كن أنت عش لأجلك؛ حاول لأجلك؛ حارب لأجلك؛ اكسب الرهان لأجل ذاتك لأنك وحدك

تستحق إذا اردت!! فأنت تستطيع أنت عظيم إذا أردت.. كوني سماوية.. كوني  
 سرمدية.. كوني مختلفة.. كوني استثنائية.. مللنا النسخ وضاعت تفاصيلنا بينها..  
 كوني عفوية.. كوني طفولية.. لا تتصنعي.. كوني أميرة نفسك.. أزهرى..  
 إختلفي..أبدعي.. غامري.. جربي.. أكسري الحواجز.. تمادي... تمردى.. لا بأس  
 بالسقوط لا بأس بالكدمات لا بأس بالتعب.. لا عليك من الارهاق.. لا تخشي  
 الفشل.. تعثري.. اسقطي.. دعي دموعك تهمر لكن انهضي من جديد  
 جربي.. قاتلي.. تحملي..اصبري.. لم نخلق لنشبه بعضنا خلقنا لنختلف  
 لنتمادى .. لنتمرد.. لنثبت للعالم اننا هنا..



## رذاذ أمل.. فدوى منصر

في الوهلة الأولى سيخيل لنا أن الأمل لآ عنوان له في مشوار عمرنا ...لأننا نعيش حياتنا بين الماضي و الحاضر ..نعيشها بين القوة و الضعف ...الشجاعة و الخوف ..الليل و النهار ...القمر و الشمس ...نعيشها بين طيات الألم و الأمل ...فكل سقوط ..لم يكن يوما يسمى سقوطا ، بل كان بداية حلم و أمل ...لم يكن إنكسارا بل كان بوابة تخلص عن كل وملل ...فالتعثرت لم يكن يوما وصمة عار بل كان حكاية إرادة ولدت في خضم المعاناة ..إرادة تبعث في الروح شعاع الأمل بالغد و السير في طريق الإبداعات ..فالدموع لم تكن يوما دليل على يأس و أسى ما آلات إليه الحياة بل هي دموع تسقط على الروح لتنبت أجمل النباتات ..نباتات عروقها إصرار على كسر كل العقبات ..لتجاوز الوقوف لبرهة بين البدايات و النهايات ....لهذا رددوا و قولوا :

سأكون ما أريد و لو بعد حين ...سأهزم ربما مرة ..مرتين ...أو حتى ثلاثة ..لكن سأنهض من جديد لأتذوق من رذاذ الأمل ...هزيمة وراء هزيمة .فالهزائم تولد الفرص ..و من الصعاب نتعلم ...فلا تجعل لذاتك حدود و إنطلق نحو تحقيق هدفك معلنا النصر ...النصر على كل الحواجز التي تعيق طريقك ...و أغدو متمسكا بحبل الأمل البراق ...فمتاهة الحياة سلسلة لا وصف لها ...تمر فيها

بأروع و أبشع اللحظات ..ربما لحظة فرحة. ...حزن ...ومع كل هذا إياك و قطع  
وصالك مع رذاذ الأمل ...فبه نكبر....نحيا ....نبتسم ...نعيش.

## جرعة أمل.. قمرى هاجر

مستقبل مجهول...عقلك يتمكن منه الدهول...و ترى أنك عن الحياة  
معزول...حان الوقت... أن أن توقد شعلة أمل...كفاك،،كفاك حزنا،أسى،إحباط  
وكسل...هناك أمل في بطن الحوت..و حتى النجاة قد يكون بخيط العنكبوت ...  
دوما يبقى الأمل بين ثنايا الألم...ما دام فيك قلبا ينبض ،، لا يحق لك أن تياس  
وعيناك تغمض...ارفع رأسك للسماء و تنفس بعمق، و قل بأعلى صوتك ما زال  
عندي أمل،،و بكل المعارك سأقبل،، و لن توقفني أي من العلل...حقا إحساس  
غريب... يشعر به أي إنسان متعب أو كئيب...حين يكون في أوج انهياره و ملامحه  
تبدي شيئا مريب...فتتقدم إليه مبتسما،،و تكون منه قريب...تهمس له هناك  
أمل...لا تعلم أنك بتلك الجرعة أحييته وربما أنرت عتمته...تبشره أن بعد الليل  
نهار...و في الهزيمة إصرار...حتى لو تعبت من جروح الإنكسار،،لا يزال هناك جبر  
و فرح بعد طول الانتظار...فقط أحيي أملا و اجعله نصب عينيك...فالعاقرة رغم  
عقمها و كبرها تلد بعد مرور السنين...الأمل شئ جميل..يجعل منك شخصا آخر  
و به تتخطى المستحيل...و يال قوتك لو رافقته و كان لك خليل...يؤنسك في  
وحدتك يوم فشلك...و يدعمك وقت ضعفك...تراه في كل شئ،حتى يصبح  
إدمانك..و ما أجمله من إدمان...يكون لك جسرا لتعبر جل الأحزان...

حتى لو رماك إلى ناحية الفشل هذا الزمان... توقد منه شعلة أخرى...، وتعزم أن  
تكون أقوى هذه المرة... هبة من الله أن جعل الأمل بيننا... وجسده في الطبيعة و  
أمام أعيننا... فالبدر بجماله كان هلال... واليرقانة تغدو فراشة لا محال... في  
الختام، و آخر الكلام.. أوصيك أن تكون للأمل ميال.. و ازرع بذوره أينما ذهبت  
ففي الغد حتما خيرا ستنال.

## الأمل.. منال برارمة

يأتي كالنسيم المواسي لحظة اليأس، كضوء يشع داخل قلب متفحم، كشمس تنتصر داخل جوف الظلام ، نعم...إنه الأمل صوت يصرخ داخلك بكل قوة أوتي.. أنك لم تمت بعد... أنك تستحق المجد التصفيفات والأضواء جميعنا لدينا الحق في الإنتشار يتطلب الأمر فقط أن تكون كالجبل شامخ ثابت... لا تلتفت لأرائهم ليسوا إلا أشخاص قاصري النظر، قوتك في الإعتماد على نفسك أما هم لا بأس سيسقط قناعهم ذات يوم ، لا تجعل الإستسلام يطرق قلبك فالיום الذي تشعر فيه بإنقطاع أملك يجب أن يكون آخر يوم في حياتك فلا خير في حياة يحيها المرء من غير أمل ... محاولتك لسنوات يستحيل أن تذوب كقطعة ثلج في ثوان قليلة...وتلك العيشة متشابهة الألوان التي لا فرق بين ليلها ونهارها لا تناسبك، إصنع أملك قاتل لمجدك بجنون..سيدفعك لتصنع من اللاشيء شيئاً فقاموس صناع الأمل تنعدم فيه كلمة مستحيل ، لا يهم مظهرك ولا حجمك، لا شخص مسؤول عن فشلك إلا أنت ..حارب وبعد صعودك راقبهم لك يتوسلون.

## أحلامي رقات حافة الأمل.. ناوي نور الهدى

ثقي أن الأيام السيئة لن تستمر تجيء ليالي و تتوالى ايام فلا سرور يستمر و لا اسقام سنة الحياة و لازالت النفس تقاوم درءا إلى الأمام ترنو إلى عالم يعلوه السلام و تمنع عيش الحرام و ها هي دواهي و عوائق تقف حاجزا من بلوغ الاحلام هنات و زلات محت كل ما خطه كاتب و رسام هذه هي الدنيا عبارة عن فصول مختلفة الألوان كثيرة الإبهام فمهما طال انسداد السجام و تراكمت الغيوم و الأمطار و ظل القلب ليلمح النور يذوب هيام لا بد من الشروق و تلاشي الظلام فما تراكمت الا لتمطر لتزهر اخضرا يانعا و ربيعا اشتاق له كل الأنام فإلما عقب الشتاء و شاحا من الأزهار سحره منع الكلام فأبشري..

اقول لك في مسك الختام أنت على بعد خطوات و اقدام لبلوغ الهدف حيث الجنة حيث الافراح و طير اليمام فقط اصبري و صابري و ناجي رب العلى وقت الهدو و الناس نيام فإن الله لا ينسى أحدا فهو ذو الجلال و الإكرام.

جرعة أمل.. برنو نريمان

أكل ينتظر وقت وفاتي... الوقت الذي سأنام فيه بعمق... أكل يتجهز للوقت الذي سأقول وداعاً أيها العالم اللعين.. البشر ينتظرون وقت استسلامي لهذا المرض... المرض الذي جعلني في معركة لا خضوع لها...

أكل يعتقد أنني أداوم على ذلك الكيماوي الذي أصبح جزءاً مني... اعتقاداً منهم أنه هو سلاحي ...

أما أنا كل ماكنت ابلعه بحنجرتي التي لا تستطيع التفوه بكلمة عن مرارة ما تشعر... هو جرعة أمل.. كنت موقنتاً أنها ليست النهاية... لم يحن وقت الذهاب الى السموات السبع... هل يبادلني أرض أكون بنفس الشعور... أم كنت فتاة غريقة، وحيدة في عرض السرطان ؟

هل سأموت بين هذه الجدران المهترئة؟... هل سيحل الضلام الى أن يغشاني من كل جانب؟... هل ستحين لحظة الحسم؟... هل طبييتي لا تنسجم مع طبيعة البشر الذي لم أعرف منه سوى الخذلان والألم...؟ هل سأرمي بسجدي فريسة للتوترات والأحاسيس الغريبة...؟ وفيما أنا احث الخطى هائمتا... يهمس في أذني بصوت ناعم. ...

قائلا: <لا تنسي ،لاتنسي ماوعدتني به أنك ستوظفين تلك الجرعة من الأمل في إنقاذ نفسك... >

سعت في كل جسدي بعد سماع ذلك... ثم بدأت أحس بقشعريرة باردة تسري في أطرافي.... طفرت عيناى تدمع... أدركت انى تحررت من حمل ثقيل فمئذ سنوات لم تعرف عيناى الدموع.... غدا قلبى صامتا انهار من شدة تكرار عبارات أنى بخير... بعدما كان قلبى متحجرا احياه الأمل... احيا فتاة دمرها مرضها... فتناثرت عبارات العزم على أن احارب مرضى... وراح ذهنى يشق عنان السماء... يخمن كيف ستكون البداية.

أكيد أنى فى زمن الأحزان والآلام وقد حمل الزمن معه الاسى و الإنهيار... لكننى وجهت نظرى نحو حيات أخرى... تلك الحياة التى تشق منها النور من بين ستائر الأحزان.... لقد داومت على علاجى و لم أنهار يوما.... بعدما كان قدرى البأس مزال يلاحقنى... إلا أنى لن انسى وعدى.... واجهة الأمى بكل بهجة مدركة أن لكل شىء نهاية... صبرت على وضعى الخانق... بعد عامين ونصف من معاناتى... وها أنا بى اتجهز لحياة جديدة... لحياة كتبها أنا... فى بعض الأحيان يتوقف القدر عند تفاصيل صغيرة... كنت جديدة ان اكتب موتى المحتم الذى كان ينتظره الجميع ب استسلامى لهذا المرض... إلا انى خطوت بأمل من عند الله.

وفى الاخير نبقى نحن من نبى عالمنا الخاص.



## رسالة عتاب.. نهلة بيبي

ضاقت به الدنيا؛ ضاقت به الحياة ، مشاكل من كل صوب ، مصيبة تلو الأخرى  
تشتد عليه يوما بعد يوم ، أصبح غارقا في الهموم والأحزان وأوصلته به ألامه  
ليدخل لعالم الإكتئاب ، انعزل عن العالم كليا لا يتمنى سوى مرور الايام  
وحسب ، غارق ذهنيا وفكريا وفي يده ذلك الفنجان من القهوة يصطحبه معه  
ليستلقي في كرسيه المتواضع يتأمل جمال حديقته ويتحسر على ما مر به .. فقد  
كل الآمال ، اندثر كل شئ يدخل السعادة للروح ، رحلت تلك الابتسامة من  
وجهه لدرجة أنه نسي ما معناها وماشكليها .

مر على هذا النحو لشهور يجالس قهوته وكتبه ، وللصدفة حين قراءته لأحد  
كتبه المفضلة وجد رسالة كأن صاحبها وجهها إليه خصوصا يقول فيها" لكل  
شخص يمر بظروف صعبة ، لمن ضاقت به الدنيا لا تحزن أخرج من عالم  
الاحزان وأقبل على عالم التفاؤل والآمال أخرج تلك الطاقات السلبية التي  
تستعمرك اشحن نفسك بطاقات إيجابية لون قلبك بالسرور والسعادة.

غذي جسمك بطاقات النشاط وروح العمل واجعل نفسك إنسانا متفائلا ينظر  
للأمام فقط يفكر في المستقبل والآمال مزروعة في قلبه وتأمل في هذه الجملة  
ايضا "مادام الأمل طريقا فلنحياه" تأمل فيها و اعتبرها قاعدة حياتك فمادام  
طريقا فلنحيا حياتنا لا بد من محو الحزن والخيبة من قاموس حياتك لا بد من

الحفاظ على قاموس السعادة والأمل والثقة فهذه هي الحياة مثل صندوق العجائب مرة تخرج لنا الحزن والمشاكل تدعنا نفقد آمالنا تمحى تلك الثقة في نفوسنا ولكن توقف لحظة قد يكون من كل هذه الأشياء السلبية نفع لنا أو من أجل يقظتنا من أجل شيء كنا قد نسيناه أو غفلنا عنه ونسينا قيمته وتارة يخرج لنا الأفراح والسعادة البهجة والسرور ايام مليئة بالنشاط مع الأصدقاء والعائلات هذه جاءت لتريك أن السعادة ليست دائمة كليا تزول لأوقات أو ايام وتعود للتبهج وجهك ولتريك أن الحزن لا يدوم أيضا وأنه يجب عليك على الأقل أن تبسم ابتسامة خفيفة تنور بها وجهك باختصار فكل ماياتينا ليس عبثا بل هو درس من دروس الحياة لذلك لا تستسلم من أول طريق تعثرت فيه فالحياة هكذا إما تبكيك أو تسعدك فهذا هو قانون الحياة" . .

هذه الرسالة كانت كفيلة لزرع الأمل من جديد في قلبه وهاهو الآن يزهر مع حبة جديدة بعنوان "التفاؤل"

## خيوط الأمل طويل.. وصال بن خليفة

حسنا .. سأتكلم عن واقعي .. وكيف حولتي الأيام من فتاة هادئة تحمل داخلها  
البشاشة والسرور الى فتاة باردة تحمل في قلبها الشجن واليأس .. تتألم دون أن  
تتكلم .. لا أدري كيف أصبحت الحياة ضدي .. أصبحت مكتئبة في لحظة لم  
أكن أتوقعها .. جهلت نفسي وبكيت على قدرتي .. الذنب ليس ذنبي هو ذنب قلبي  
الذي لم يعد يتحمل ...

أصبت بشيء أعلم أنه من عند الله .. لكن عجزت عن تقبله .. وفي احد الأيام  
الكئيبة .. إستيقضت فيها من نومي فوجدت نفسي في غرفة مظلمة أرتديت  
لباسي الأسود وكأنه قد ذكرني بسواد حظي اللعين .. ذهبت وانا متشائمة ...  
صعدت الى سيارة مفكرة في ماسيحصل لي .. كأن الطريق باتت طويلة .. هاقد  
بدأ قلبي ينبض بسرعة وكأنه يريد الخروج من مكانه ..

إهدأ .. إهدأ ...

نزلت متمسكة في يد أمي كفتاة صغيرة في العمر خائفة من قطع الطريق  
وحدها ...

إنني أمشي ببطء مترددة من الذهاب .. إنتابني شعور لم أفهمه تقدمت  
 ودخلت .. للعيادة .. اتمعن في منظرها الهادئ جدار ذات اللون الابيض ..  
 جلست أنتظر دوري وأفكر في ماسيحصل ..

هاقد حان دوري .

نادو بإسمي؟

وقفت دخلت الى الطبيب .. أغلقت الباب .. جلسنا نتحاور حتى سمعت ذلك  
 الخبر السيء ...

ماذا ... تساؤلات تدور في رأسي ولكن لم اجد لها جواب

أمثل على أمي أنني بخير و بداخلي دموع لانهاية لها .. فقلت

لا تبالي لم يمس الحزن قلبي انا قوية إبتسمت إبتسامة لها ألف معنى .. قلبي  
 يختنق وابكي بصمت شعرت بالعجز..

ذهبت الى غرفتي منكسرة القلب أطفأت النور وجلست حزينة سائمة من الحياة  
 فقد عيل صبري ماالذي يحدث معي لماذا انا تائهة هكذا الا يوجد أمل او شيء  
 يسعدني شيء ينير طريقي نهضت ومسحت الدموع من عيني وقلت لنفسي  
 ستشرق الشمس الأمل صباحا سيتغير كل شيء للأفضل ...

ها هو النور امامي انه الأمل فلا شيء مستحيل فأنا أستعين به في كل عائق  
يقف امامي أستعين به لتحقيق أحلامي فتملأني سعادة مادام انه يوجد رب كبير  
فأنا متفائلة

أشرفت الحياة لي ... وأصبحت الفتاة المتفائلة .. ها أنا عدت من جديد .. لأثبت  
لنفسي أنني مزهرة .. قد انفجرت مشاعر الحياة وصرخت براكين الصمت معلنة  
مواعيد الاستجابة لتزهر وورود الإنتصار التي إنتظرها

لا تيأس فالأمل موجود والله موجود ... لا طعم للحياة دون أمل ها أنا اليوم  
بخير .. كل شيء قد مررت به اختبار من الله ... نحن نريد حياة سعيدة ولا نعلم  
ان الله يختبرنا فلا تحزن لكل شيء حكمة .. لا تجعل حزن يفسد حياتك .. قاوم  
وجاهد واستعن بالله .. سيكون لك مخرجا جميلا ...

## جرعة أمل.. وفاء دلال بوالقرعة

أحيانا نتلقى صدمات من أناس كانوا في يومٍ ما اهم ما نملگ لهم مكانة في قلوبنا نأبى لحزتهم نبكي مع بكائهم. ونفرح لفرحهم ، لكن!! يوجد من لا يحب الخير لآخيه او صحبه او بنيه ، لا يجعل هدفه سوى الانتقام مما فعلوا به، وينسى انه هناك رب عظيم قادر على كل شيء لقوله عز وجل: «بديع السموات والارض واذا قضى امرًا فإنما يقول له كن فيكون».. قليل من البشر عموما والمسلمين خصوصا اذا اصابتهم مصيبة يكرهون حياتهم بل حتى انفسهم، يتذمرون من كل شيء حتى المستقبل المجهول ، يضعون حواجز لكل شيء، وينصبون اعمدة للآلم والحزن ، يجعلون الحياة كمتاهة لا نهاية لها ولكن بدايتها انفسهم ، تسيطر عليهم افكارهم فهي سموم تخترق جسم صاحبها ، يحس المرء نفسه حبيس ساعة رملية، الزمن أخذ يتسارع وحببات الرمل تمر عبر القمع للأسفل بسرعة اكبر، فكم من نفس ضاعت وهي تحاول ارضاء من حولها، وتنسى خالقها القادر على كل شيء ، كفى! كفى تعذيب للروح وارهاق للنفس وكسر للقلوب ، فأحيانا ينكسر في النفس شيئا لا يجبره الف اعتذار، انسى امرهم وسلمه لله، فتوبتك تحتاج منك ان تقطع صلتك بالماضي الى الابد ، ف بمجرد عودتك الى نفس المكان ستنبش الذكريات ، ستضغط على بقايا علقت بنفسك ولم تزال بعد، حقا !! ان الانسان

امره لعجيب! فهو ذو جناحين عندما يكون لديه خوف في جانب و في الجانب  
الاخر امل ، والا لن يستطيع الطيران.

## أمل في زمن كورونا.. وصال زهاق

لنبقى على قيد الحلم على قيد الأمل

بين الملل و والملل..الحلم والأمل تسبح الحياة

وما بين حلم يتعثّر وحلم يتحقق تبقى أحلامنا على قيد الإنتظار

حياتي وحياتك لايمكن أن نمنحها مزيدا من الأيام..

لكن أنا وأنت بمقدورنا أن نعطي أيامنا مزيدا من الحياة

ستبقى الذكريات دروس في حياتنا لايعلمها إلا من تقاسمها معنا

فقدت الأمل بكثير من البشر لكن لم أفقد الأمل أن هناك من هم أحسن

لم يخب ظني بقلمي وأوراق

كتاباتي تسعد قلبي وتطمئن دقاته بأن كل شيء بخير

الشمس تختفي في ظلام لكن يعوضها القمر لينير درب أحلامنا

أحلم بتأني وبأخذ العبرة أسير

لا أياس أبدا فأنا أعلم أنه مهما اشتد العسير إلا أنه سيسير

كل ألم مر بك تشعر بالحياة وقيمتها أكثر لاتسقط بل انهض



كل ما أجيدته اكتبه بحروف كلها آمال فأنا لا أعلم ما يخفيه القدر

ما أدركه أنني سأواصل دربي وأزهر أحلامي فما نفع الحياة بدون أمل حياة راكدة

بأنسة هالكة

هيا قم ماذا تنتظر أشعل فانوس الأمل وتقدم إلى الأمام فأبواب الأمل تفتح لك

لتزهر ربيعك فتفوح إنجازاتك بعطر الإرادة والنجاح

لا لليأس ستشرق شمس أحلامنا غدا.

## جرعة أمل.. إسلام جلول

بين منعطفات الحياة تشرق بنا شمس الأمل وتغرب معها أوهاما ، تجول بأحلامنا تلك الأقدار ، تأسر قلوبنا رغبات بعيدة جدا عن مانحن عليه ! نمسك بغيمة من أمنيات على أمل انها ستمطر يوما جميعنا يسكن بنا طفلا يصنع الفرحة بقطرة من مطر ، يركض خلف غيمة ظنا منه انه يستطيع الامساك بها وحين تكتظ بنا الأشياء نرفع رؤوسنا نحو السماء هناك؟ تحلق معظم أحلامنا.

هناك نجد متنفسا من الأمل ، هناك! نجد حياة أخرى لا يسكنها سوى طهر ، نود لو أننا نستطيع التحليق بعيدا عن كل شيء انت هنا ما زلت على قيد الأمل ابتمس تنحني لك الحياة احتضن الفرح بين ضلعيك ابحت عن ما يبهج قلبك. فمهما تعثرت بنا الحياة وتقلبت بنا الظروف وأوشكت الأمانى على الرحيل ، لن نودعها بل سننتظرها بروح مليئة بالأمل ، سنسلك طرقا للوصول إليها ومهما تضائل النور وحن وقت الغروب وأسدل الليل ستاره ، سنشعل شموع الأمل لتضيء لنا الطريق ونحمل قناديل المحبة لنشعر بالأمان وسنظل نردد دوما أن الغد سيكون أجمل بإذن الله حتى يطلع فجر الأمنيات من جديد ويبدد ظلام اليأس المرير ومهما كانت العاصفة قوية سنصمد بروح الصبر ومهما كانت الظروف قاسية سنظل نحيا بروح الأمل ، سنحقق أحلاما وسنرسم بسمة

ونمسح دموعه وسنملاً الكون إبتسامة وقبل هذا وذاك لا حول لنا ولا قوة إلا بك

يا الله .

لا تستسلم.. جيلي أسماء

لا تستسلم مجرد تعثرك

لا تستسلم مجرد فشلك

لا تستسلم مجرد خيبتك

لا تستسلم مجرد سقوطك

هي الدنيا امتحان صعب تتعثر لتنهض من جديد

لتسابق الزمن وفي النهاية "الفوز والنجاح"

هي الدنيا تمنحني القليل لتأخذ الكثير، لتسلب منا أشياء اعتدناها برفقتنا

هي الدنيا خادعة مزيفة تضحكني لأشياء وتبكييني لعدة أشياء

هي الدنيا فرح وحزن، سقوط ونهوض، أمل وتفاؤل تشاؤم خذلان انكسار ورجع.

لكن تذكر فقط أنه {بعد العسر يسر}

وأنه بعد الفشل هناك نجاح

لا تستسلم قاوم وتحمل حتى تصل الى مرادك بالحياة .

فقط لا تستسلم.

## أجنحة أمل.. أسماء حراش

بين منعطفات وتأرجحات الحياة، هناك أمل يُخفف دمعتنا التي يسقطها الحزن العائم الملتصق بأقدارنا، ليطل علينا شمس أمل جديد و ينجلي معه همنا و وهمنا، و معاناتنا التي تجول بين أحلامنا الدفينة، و أقدارنا التي أسرت قلوبنا برغبتها..

يُضيء العتمة التي تخنقنا بأعماقنا إلى نور دائم بعد أن أرهقها الحنين، لتُسعدنا و تُطمئن دقات قلوبنا بأن القادم أجمل، تجعلنا متمسكين به و إن فُقد ضاع منا كل شيء..

أحيانا تُخلق فينا تلك الرهبة التي تُحسسنا بأن أحلامنا تختفي وتتحطم الواحدة تلوى الأخرى، يليها دمع لا يفارق جفوننا و حزن أضحى متمسك بحياتنا، لتحول إلى يأس لا ينقطع أبدا !

مهما تعثرت بنا الحياة و تقلبت الظروف، و أوشكت أمانينا عن الرحيل، يدلف الأمل لحياتنا و يمزق الحزن إلى أشلاء مبعثرة! نسلك طريق الوصول إليها بحب و فرح..

فلولاه ما كنّا صمدنا كل هذا الوقت..

الأمل هو تلك النَّافذة الصغيرة الَّتِي تفتح في صدورنا الرُّوح المحبة للحياة. مهما كانت الظروف قاسية سنظل نحيا بروح الأمل ونحقق أحلامنا ونرسم بسماوات مُضنية بثغر مبتسم، ونمسح دمع أهدابنا الذابلة والَّتِي كانت سببا في حزننا..  
نمضي إلى الأمام ولن نقف أمام درب الصعاب و الطُّرق الوعرة محطمين..  
سنُشعل شمعة أمل تضيء لنا الطريق، ونحمل قناديل المحبة لنشعر بأمان  
يكون لنا بالأمل وبأن القادم أجمل .

## رسالة أمل.. سعادوي اليامنة

في قافلة اليأس أسير، واخبي تحت وشاحي رسالة الأمل بأن اليأس والتدمير سيزول، ولكن مع عاصفة رمال قوية في صحاري الكبرى سقطت مني تلك الرسالة في مهب الرياح وأنا بحرقه قلبٍ وبأعين بين ضباب العاصفة، أتلهف لأبحث عن الرسالة فهدت العاصفة ولكني لم أجد أثرا لها.. وهامن جديد يُخيم على قلبي يأس وقهر من انكسار كأس شراب الأمل، وأنا أسير وأكمل الطريق، وإذا بقافلة أخرى من جهة اليمين، سرقت بعيني النظر وإذا برجل بها يحمل صندوق صغير، فتملكني الفضول والبحث عن مصبات معرفة الشيء، فذهبت لأرى فسلمت بالتحية "سلام" فقلت يا هذا لألك بعض الماء لأروي ظمي؟ فأعطاني وإذا بعينايا تسترقان النظر مرة أخرى للصندوق، فسألت ما هذا؟ يا هذا؟ فأجاب رسالة أحملها، فقد وجدتها في بحار الرمال، آه، فقد ضاعت لي رسالة منذ وهلة، أتسمح لي بنظرة عليها، فأعطاني، فإذا برسالتي بين يديا، لم أتصور فرحتي أملي، قد عاد من جديد، رسالة أمل أحييتني وغيرت لباسي ومشربي، آه يا الله أمل.. أمل نعم هذا هو الأمل أنتظره وإن ضاع مرة أخرى سوف أنتظره.. لأنّه هو جرعتي لسير قافة اليأس، هو الأمل بكلمة ومعناها.. هو الأمل.

وغدا ضياؤك ينبلج.. إيمان بلمداني

تَرُونَ النِّهَايَةَ الفَاصِلَةَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ دُونَ أَدْنَى مَعْرِفَةٍ كَمَا كَانَتِ البِدَايَةَ وَتَفَاصِيلَهَا مَوْجِةً، كَمَا كَانَ الخَوْضُ مُرْهَقًا، لَدَى أَعْيُنِكُمُ الظَّاهِرُ مِنَ الشَّيْءِ فَقَطَّ دُونَ سَابِقِ عِلْمٍ بِمَعَانَاتِهِ، مِثْلَ رِسَالَةٍ عَابِرَةٍ تَظُنُّوهَا شَيْءًا هَيِّنًا وَيُمْكِنُ لِأَيِّ أَحَدٍ مِنْكُمْ فِعْلُهُ ثُمَّ تَدْرِكُونَ فِيهَا بَعْدَ الحَقِيقَةِ الخَفِيَّةِ وَكَمَا عَانَى كَاتِبُهَا بِكِتَابَتِهَا بِقَلَمٍ مُحَاطٍ بِالأَشْوَالِ وَمَا مَرَّتْ بِهِ هَذِهِ الرِّسَالَةُ كُلَّ نِقَاطِ النِّجَاةِ فِيهَا الغَامِ.

تَرْتَبِتُ مِنَ بُورَةِ البَعَثَةِ، وَنَضَجَتْ مِنَ آهَاتِ الأَلَمِ، وَتَعَلَّمْتَ مِنَ تُرَابِ العَثَرَاتِ أَنَا أَكْثَرُ مَنْ يُؤْمِنُ بِالعَوْضِ بَعْدَ تَجَارِبِ مَرِيرَةٍ مِنَ الأَسَى وَالخُدْلَانِ، أَوْ مِنْ أَنَّ القَدْرَ دَائِمًا لَهُ رَأْيٌ آخَرٌ يُخَالِفُ ظُنُونَنَا دُونَ سَابِقِ مُقَدِّمَاتِ، كُلِّ مَنْ قَدْ تَعَثَّرَ قَدْ مَرَّ بِتَجَارِبِ مَرِيرَةٍ دُونَ أَدْنَى شَكٍّ، كُلِّ مَنْ قَدْ ظَنَّ أَنَّهَا النِّهَايَةُ وَأَنَّ الذَّرْوَةَ قَدْ بَلَغَتْ حَافِيَتَهَا، وَلَكِنْ يَشَاءُ القَدْرُ أَنْ يُرْسِلَ لَنَا رَحِمَاتِ، سَعَادَةً تُضَاهِينَا، عَوْضًا يُنْسِينَا بَعْدَ أَعْوَامٍ مِنَ التَّعَبِ، حَتَّى نَتَيَقَّنُ كُلَّ اليَقِينِ فِيهَا بَعْدَ أَنْ بُكَاءَنَا سَابِقًا كَانَ بِدَايَةً لِمَا كَانَ خَفِيًّا وَأَعْظَمَ، كُلُّ سَبَبٍ وَهُوَ مُسَبَّبٌ وَقَدْرٌ لَطِيفٌ يَحْمِلُ عَوْضًا طَيِّبًا يُغْنِينَا عَنِ مِلْيِ الأَرْضِ أَصْحَابًا، وَتَغْدُو الحَيَاةُ أَجْمَلًا فِي التَّغْيِيرِ وَتَتَغَيَّرُ مَعَهَا أَشْيَاءُ كَانَتْ تَرَهَقْنَا مَا عَادَتْ تَرَهَقُ وَلَمْ يَعُدَّ الشَّيْءُ الَّذِي كَانَ يُلْفِتُنَا يُلْفِتُ لَمْ يَعُدَّ شَخْصِكَ المُفْضَلِ مَفْضَلٌ وَلَمْ تَعُدَّ التَّفَاصِيلُ ذَاتَهَا تَرَوْقَنَا.



رغم المطبات سنقول وصلنا لن نهزم فلا تنتظر سُقوطنا فأجنحتنا قد نمت،  
 لم نعد كسابق عهدنا، اشتد الغصن، واستمسكت الجذور، احتال حالنا كثيراً،  
 اعتدنا التعثر والأذى وكسر الخاطر وكلمات الحجارة تلك التي تقدفها الحمقوات  
 والبلاء، انهمار الدموع، ودفقات الألم، لم نعد نكثرث لما يُقال عنا، لم نعد  
 نُضيع الوقت في محاولة فاشلة لإصلاح رؤية كفيف مُتصنع، يضح نظارة سوداء  
 قبل النظر إلينا.

لا نهتم لما يُصوب إلينا من رصاص كسر الخاطر فنُجيب ببسمة لا حديث، لم  
 نعد نُعاتب أناساً يرموننا بسوءٍ، يصلنا أيضاً ما يُقال عنا من أكاذيب -لم نعد  
 ننتفض لها تعجباً-.

عندما نمر بالطرقات ونسمع صوتاً في خلسه يُنادينا بما يؤدي الأفتدة، ويثبّط  
 العزيمة.. نكمل سيرنا صامتين، صامدين.

أصبح شغفنا السير في الطريق الوعر، ومصارعة خوفنا.

ما يفعلونه لإيقاعك في شباك المكر لن يُؤذيك أنتِ بمعية الله، اضربي بيدك على  
 نابضك قائلة: " تالله نحن لسنا بهذا اللين، نحن لسنا لُقمة سائغة؛ فأنا  
 كالخيزوران صعب كسرهُ "

لا بأس، سنكون بخير ولو طال المدى، سنحلق ونقفز لنا جرعة فرح مُخبَّئة في  
 جُعبة القدر، سنداوينا وتثرُ علينا البهجة، سيحتضن الغصن وريقات الأمل،  
 سنتقاسم نحن الغيث والضياء كما يتقاسمون هم الخبز والسقاء.  
 مهما مرّ الوقت وضجّت الأعماق سنردد .."الضوء كالجبال يُناطحها السحابُ،  
 والنور أتٍ مهما يُزاحمه الضباب فبالأمل تصفو الحياة وتستمر ، وبالتفاؤل  
 ينبض القلب حبا وأملا بغد تشرق فيه شمس.

ويبقى الأمل.. نادية عامر

أعلم أنني مهما كتبت لن تكف كلماتي لشرح وجعي، ألمي، آهاتي، ولكنني سأكتب... سأكتب حتى يجف حبري وتنتهي أوراق كتاباتي عن حزني، إرهابي، عزلي وظلامي الذي صار لي ملاذا في وحدتي وشفاء من عاهاتي.

أتعلمون! قلق، توتر، سهر، ظلمة، وحدة، عصبية، وسواس وهالات سوداء باتت جزءا مني أو بالأحرى صارت كلي. لا أحد يستطيع شم أحزاني مهما إمتلئ صدري بدخان إحتراقها، ولا أحد يستطيع إنتشالي من ظلمتي لأنني صرت مدمنتها. ظللت نفسي، تاهت روحي، فقدت عقلي، صرت لا أعرف حقا من أنا وسط هذا الشجار بيني وبين نفسي. لكن لا بأس سيزول... سأبقى قوية حتى يزول الألم، سأكافح لأصنع في قلبي بيوتا من الأمل، لأجمع شظايا نفسي، لأرمم خراب روحي، لأسد ثقب جروحي. لا بأس... الله يراني وأنا أخوض معاركي، يراني وأنا أتعرقل، أتعثر، أنكسر، أناضل، أحاول لأنهض من جديد، الله وحده شهيد على كل دمعة تسيل على جفني، على كل قطرة دم تدمي بقلبي، على كل تنهيدة وجع تزفها روحي.

كلماتي هاته للمنكسرة قلوبهم والباكية أعينهم مثلي، من تكبدوا عناء الحياة ليظلوا الطريق في النهاية، إلى من بنى فيهم الألم عشه في أفئدتهم وهم خواء، إلى من عاشوا خيبات الأمل حتى ما عاد الأمل موجودا في قاموس مفرداتهم، إلى كل

الحزاني والمكتئبين، إلى فاقدى الأمل و المكلومين، إلى من يئسوا من المضي قدما  
مفضلين مرارة التوقف عن لكمة الحياة.

إبتسموا، فوالله ما أبتلي أحدكم بشيء إلا جوزي بنقيضه، وما تاه شخص إلا  
ليجد طريق الصواب، عزاءكم الوحيد هو الدعاء، الإيمان، الصلاة، القرب من الله  
أما أن لكم أن تحيوا من جديد! أما أن لكم أن تتحرروا من القيود! أما أن لنا  
نحن كبشر أن نسعد ونتذوق أمل الحياة بعد!

أمل يبرز في الأفق.. بلعيد نور أميمة

لم أعد أفهمها...نفسي لم أعد أستطيع تحمل أفكارها...لقد تغيرت؟ لكن لماذا؟  
أغيرتها قسوة الحياة؟ أم غيرها البشر؟ أم أنه القدر المخيف؟ كيف لها أن تتغير؛  
ألم تكن بتلك القوة لمواجهة المصاعب؟! أما كان نور الشمس المغذي الأساسي  
لها؟

نعم كان...في الماضي يا زمان ؛ كان كذلك... لقد تغيرت فقد أثر الظلام الذي  
كبلها من نعومة الأظفار فيها .نفسيتي متناقضة حقاً ؛ حرب بداخلها وسلام  
خارجها ؛ متناقضة بغموضها ؛ تعشق الظلام لكنها تنتظر النور ؛ المسكينة قد  
عانت الكثير ؛ كل من دخل حياتها إعتبرته نوراً يضيء زاوية من زواياها ؛ وركن  
من أركانها ؛ مسكينة لم تذق مرارة الحياة كفاية لتُمنح بقلب اشبه بزجاج كلمة  
من التافهين تحطمه ..

إعتبرت جل من يظهر من العدم حاملاً معه الأمل ممزوج بالوفاء والصدق  
لإنقاذها بأنه الصديق الأفنى ؛ إلى أن يعتزلوا التمثيل الكاذب والقاتل ؛ تتساقط  
الأقنعة ؛ فترى سوداوية وجوهم كأنهم من ظلام الحقد لونة ؛ حلقة نظراتهم  
تقدح شراً وألماً؛ فتصاب نفسيتي بطلقة من أمل زائف في الصميم فتعيدها إلى

ظلمتها الجهنمية؛ تتلقى الخيبة الواحدة تلوى الأخرى دون كلام ولا حتى كلمة ؛  
تلك الخيبة تشبه الصدمة ؛ كالدرس الذي لن ينتهي أبداً .. لم تكن تظن يوماً  
أنها ستكون الضحية ، ضحية ألسنتهم وكلامهم المعسول.. للأسف لقد كانت..

ما بالك يا نفس؟؟ هل السبب هو الندم؟؟ الحسرة؟؟ هل هو كسر؟؟ ندبة؟؟ ماذا  
عن جرح من الأيام؟ هل هو أنين؟؟ ام وجع؟؟ ماذا عن آهات الآلام المخيفة  
والعميقة؟؟ هل هو عقلي؟؟ قلبي؟؟ ام تفكيري اللامحدود؟؟ ام وهم من الاوهام  
؟؟ هل هو سراب من مخيالي؟؟ ام حقيقة فعلية؟؟ هل انا في حلم عابر؟؟ هل  
يعرف احد ماهو الوجع بحق؟؟ وكيف هو الأنين؟؟ كيف تكون انقباضات القلب  
المستمرة عند الحزن؟؟ ماهي الحسرة؟؟ مامفهومها؟؟ هل كلمة الحزن كلمة  
دقيقة لوصف ما يختلج قلب المرء؟؟

الوجع هو تلك الكلمات الجارحة من انسان خلته أنه عزيز؛ من إنسان كان عابر  
سبيل في حياتك لا أقل ولا أكثر ؛ الوجع هو فقدان ذرة الحنان وأنت صغير ؛  
الوجع أن ترى طفلة تنظر لحنان أمها يوزع على اخوتها وهي تنتظر قسمتها بفارغ  
الصبر لكن دون جدوى ؛ أليس هذا الوجع هو الوجع الأوجع؟؟ أليس في العالم  
آلام أكبر من هذا؟؟ بلى يوجد؛ الألم أن ترى ضعف أمك بين عينيك ؛ أن ترى  
دماء أمك بين يديك ؛ أن ترى أباك يبكي خشية التعب ؛ أن تستمع لأنين أمك  
وشحقة أبيك.. أين الحل في الموضوع؟؟ أين القوة في أن ترى أمك تواجه مرض  
التوحش والخبائة، مرض السرطان، وهي تضحك وتردد : "أنتِ يا نفسُ قوية!! لا

تياسي!! إهتم بالباقيين!!" أين الأمل؟؟ أين اندثر الصبر؟؟ لهذا السبب لم أستطع فهم نفسي، لأنها أحيطت بخيبيات الأمل فقط.. تبكي النفس بحرقه، فالحياة لم تتلاعب بها فقط بل قد مست وتلاعبت بملاكها بما يسمى العذاب.

هاي لا تحزني، ابتهجي، اضحكي رغم الألم، أنت قوية، أنظري تشاهدين تلك المآسي ستندثر، ستختفي ستضمحل للأبد، ستهون الآلام، ستجبر الخواطر، ستسير الحياة بما هو خير لك، إصبري لا بد من الفرج، لن تصعب على رب الأكوان وصانع المعجزات ، سيجبر خاطرك إطمئني فالله لا ينسى عبدا لجأ إليه، فهو رب الرحمة هو الرحمان.

## أمل قلبي.. بوشحيمة نبيلة

تغادرني ذكريات الشوق ،بعيدا في آهات اعماق ..

البحار ،،وتغازلني تلك الأمواج بهمسات تعجز.

الروح عن وصفها ،،اه اه يابحر سأحكي لك عن،،أمال هذا القلب البريء الذي يخشى اليأس مع كل ليلة مظلمة ،،تراوده الأحلام اليائسة التي يعجز عن وصفها بعبارات من الكسر والأسى ،،بحيث بدت الروح وكأنها انكسار لزجاج يتحطم ،،تصدع على الأرض ، ولا يجد من يحتويه ،،أو كطفل يريد من أمه أن تحكي له قصة قبل النوم في ليالي الأمنيات.

رغم كل الأوجاع يا بحر مزلت أنتظر بشوق تلك المنايا ،،في حر الصحراء ، أجلس أمام صخرة قاسية ،،اي هي عثرات الحياة ،، مصاعب الدنيا ،،تؤرق الأعين ، فتنزّل دموع الجفن على الخد ، متساقطة على الشفاه ،،تحكي لنا عن أمل قلب صابر.

تعدى الحنين كل الخبايا ،،أصبحت كل المكبوتات لموج البحر تتلألاً،،بحلي بريق ،يدخل للقلب ككلمة الحب التي تنير الروح فتشفي كل كسر موجود ،،،هيا يا قلبي لنحلم مجددا فمادام الأمل موجودا ،،لن نسقط ،،لن نستسلم ،،لن ننحني



لبعثرات الحياة والامها،،بل سنكون كالزهرة التي ولدت من جديد وتفتحت

وسط بستان كاد يذبل من عدم الارتواء ..

ونسطع بالصبر ونحلم.

بالجمال وكأنه الجوهر اللامع وسط الظلام ،،ونكون كقوس قزح الذي يشرق

بألوانه السبعة في تساقط المطر ، ، بل سنصير نحلم بالبحر نحكي له قصة

جديدة ،،عنوانها أمل قلبي ،،فتزهو بين أطراف تلك الأمواج الزرقاء وتلمع في

الوسط ويرحب بك كل الناس..

هكذا يا قلبي الصابر سنسطع مع كل عثرة.

ونصير زهرة ندية، تتبلل مع كل قطرة ماء.

بأحلى الأفراح سنغني ،،وبالأحلام نحقق أحلام الابتسامات ...

## الأمل.. سندس بوحامد

قد تضع الحروف ماتعجز عنه السيوف، وقد تضع الأمل وتوقظ الألم ، قد تبدد

الظلام وتبرز النور ، لربما تمحو الخيبة بهيبة....

غرقت في بحر اليأس ولست بسباح ماهر...

أقاموك حفلا ..

الجواري راقصات حولك وأنت رهينة تائب..

إستسلمت للظلمات وعانقت هاهناك الأحزان والألام...

أرهقك موج أفكارك العائم في الصحراء القاحلة.

أقمت على هامش الحياة حياة.

ناهيك عن المآسي الدكتاتورية التي تربعت على عرش الفؤاد وطبقت

البيروقراطية على الروح.

ظننت نفسك طود شامخ إذ بك ضعيف هالك..

فز بالمعركة يا صاح وإقلب الموازين..

"خُلقت قوي صلب جميل"

أُسكب الأمل في قلبك وفؤادك فقليل من الأمل يفعل المعجزات ويعطي  
السعادة ..

روحك أمُّ للأمل وهو صغيرها فلذة كبدها وقطعة منها  
فلتعتني روحك بإبنها وليوفها هو حقها..

سر ملتصقا للأمل في كل ذرات الكون وفي كل زوايا المجرة عساك تكون صاحب  
المجرة..

غير ذلك الحاكم الدكتاتوري بحاكم عادل يطبق الديمقراطية لا البيروقراطية  
الأمل هو الأجدر لتولي قيادة القلب والروح والحياة..

فليتربع الأمل على العرش وليبدد المآسي والآلام..

إعزف بشرايينك سمفونية إنتصار وحلق لم يفت الأوان..  
أنت القمر والهلال والبدر..

أنت الميسان في حرقة الظلام.

داعب أحلامك بآمالك بجرد كلمات إيجابية منبثقة من الفؤاد لشريان فكل  
الأعماق ...

تدحرج من على جبال الأوهام والأحزان لتقتلع الآمال وتصطحبها جواك...

صديقي... صديقتي..

لنفسك عليك حق لا تغفل عن هذا والأمل لم يمت بل شبه لك

نفسك فأحلامك والباقي تعوضه الأيام.

إلبس نفسك السندس والإستبرق وأشرب من سلسبيل

لباس الإيجابية والأمل وعين الطموح والعمل

كل ماتحتاجه لتتعم بحياة هنيئة مسجون داخلك وأنت من تحدد موعد

المحاكمة فنفسك السجين وأنت المحامي وكلاكما قاضي..

إياك ثم إياك أن تفرط في ذاك الحلم الذي عقدت العزم على تحقيقه بالعزيمة

والإصرار يتحقق الانتصار. يوما ما ستقف على المنصة أو من على قمة الجبل

وتسرد تفاصيل نجاحك وتنثر الأمل هنا وهناك..

جاء العالم يا عباد ليس للرهيف بل للأمل فليصدق غنيكم على فقيركم .

في سبيل تحقيق حلم.. قطاش قمر

"الثقة بالنفس هي الشجاعة اللازمة لمواجهة الحياة بمواقفها، هي القوة النفسية التي تدفعك للأمام، هي تلك التي تساهم معك للوصول إلى حلمك ومواجهة كل العثرات التي تعيقك حول تحقيق مبتغاك."

إلينا فتاة عشرينية، ذات أخلاق عالية، فتاة صارمة إن أصرت على شيء تسعى لتحقيقه ولو كان مستحيلا، طالبة مجتهدة نوعا ما، حلمها أن تصبح صحفية محترفة، تدرس بكلية تبعد عن مدينتها عدة كيلومترات.

في أحد الأيام وأثناء خروجها من الجامعة فاتتها حافلة الطلبة لتأخرها قليلا، قررت لين اخذ سيارة أجرة للعودة للمنزل فالوقت قد تأخر، اتجهت إلى أقرب محطة تاكسي فلم تجد به إلا سيارة واحدة ولم يشأ السائق أن يوصلها إلى منزلها بحجة أن الوقت قد تأخر. لكن لينا أصرت على هذا فلبّي طلبها، وأثناء السير وعرقلة الطريق فقد السائق توازنه ووقع لهما حادث مريع، نقلوا بعدها للمستشفى في حالة حرجة، لسوء الحظ أن السائق لاق حتفه، أما هي فقد دخلت في غيبوبة لأن حالتها كانت جد مريئة.

حضرت كل عائلتها للمستشفى مفزوعين للإطمئنان عليها، الكل يسأل الطبيب ماذا حدث لها.

أخبرهم الطبيب أن الفتاة قد تعرضت لحادث سير أصابها بشلل في ركبتيها، وعلينا إدخالها بسرعة لغرفة العمليات.

بعد إجراء العملية أخبر الطبيب والدها أنها لن تستطيع الوقوف ثانية.

فقد والدها الأمل في ابنته فلم يكن له فكرة عن هذا.

( بعد يومين )

استفاقت إلينا من غيبوبتها تصرخ: « أين أنا؟ مالذي جرى لي؟ أنا لا أشعر بقدمي؟! » حاولت النهوض لكنها لم تستطع.

لحقها أباه وهدأ من روعها قائلاً: «تمسكي يا ابنتي، تمسكي يا لين فهذا مجرد حادث لا تخافي ».

صاحت: «حادث! حادث؟ عن أي حادث تتحدث يا أبي؟! ».

قص لها والدها ما حدث لها واخبرها أنها لن تستطيع القيام مجدداً.

لم تفكر إلينا في شئ سوى في مستقبلها، أحلامها وطموحاتها.

أغمضت عينيها ورفعت رأسها بعد أن قذفت بدمعة سقطت على خدها: " ياالله

ياالله! ما الذي سيحل بأحلامي التي اركض نحوها؟! "

تهمدت وابتسمت لوالدها وقالت: «لابأس يا أبي هذا من عند الله ، فوالله

ما ابتلاني إلا لأنه يريد لي الأفضل»

بعد مدة من مكوثها بالمستشفى ومراقبة علاجها. أتى موعد مغادرتها، سأل الأب الطبيب المختص للمرة الأخيرة: «أ أنت متأكد؟؟»

أنزل الطبيب رأسه وقال: «للأسف ! فهذا مؤكد ولن نستطيع فعل شيء».

غادروا جميعا المستشفى، كان الوالد متحسرا على ما حدث لإبنته فقد فقد الأمل فيها، أما إلينا ولأن ثقتها بربها وبنفسها كبيرة لم تفقد الأمل واستطاعت تمالك نفسها من الانهيار.

كان كل من يلتقي بها يخبرها أنه عليها ترك دراستها والاهتمام بصحتها بدلا من تضييع الوقت في تعليمها لأنه لن يجدي نفعاً فيها.

إلينا: «لدي إحساس أنني سأتعافى عما قريب وسأقف مجدداً وأحقق حلمي» ولكن سخروا منها وبعثوها "بالمشلولة"

ومن إنشل عليه أن يتخلى عن أحلامه لأن حياته قد انتهت.

"أحيانا قد يكون الشلل شلل الفكر والعقول"

في كل مرة كانت تخبرهم أنها لن تتخلى عن طموحاتها وستحققها بإذن الله، ولكن ما من جدوى. فقد حاولوا تحطيمها بأنها ليست قادرة على شيء وحلمها أصبح مستحيلا.

لحسن الحظ أنها لم تنصت لهم، ولم يكن يحزنها كلامهم، ولم تتخذ برأيهم، وكانت تردد في نفسها: «ثقتي بنفسي كبيرة أستطيع وثقتي بربي أكبر فلن يخذلني؛ هم لا يريدون سوى تحطيم حلمي، ولكنني سأتابع وسأنهي ما بدأت»

تابعت إلينا دراستها الجامعية، وبالرغم من كونها جالسة على كرسي متحرك، إلا أنها لم تضيع دراستها، وسعت نحو مستقبلها راکضة في تحقيق ماتمنى ولم تتخلى عن رغبتها للوصول.

(في بادئ الأمر شعرت وكأني أمضي وراء حلمي بقدم مكسور لكنني تحكمت في نفسي وأعدت النظر في ما ينتظرني).

بعد مدة بدأت حالتها تتحسن شيئاً فشيئاً، فقد بدأت تشعر بقدميها ثانية، ويوم بعد يوم تحسنت واستطاعت الوقوف على قدميها مجدداً.

عادت إلينا لتكمل ماتبقى لها من دراستها جيداً فالآن قد شفيت ولم يتبقى لها الكثير.

(بعد عام من الجهد والتعب والمثابرة ها قد تخرجت وأصبحت صحفية أمام الكل، وأمام كل من حاول تهميشي وجعل مني فتاة مشلولة، وقد أظهرت لهم أن من يريد يستطيع فقط عليه القتال والتحدي لنيل ما يريد).

إلينا الفتاة التي تحدث صعوبات الحياة، الفتاة التي لا طالما انتقدها الجميع وسخر منها، الفتاة التي حاول الجميع أن يفقدها أملها في تحقيق رغباتها



والوصول لمبتغائها، هاهي الآن خريجة كلية الإعلام والاتصال، صحفية محترفة  
كما كانت تحلم.. كرمت من عند أكبر الصحفيين، وحصلت على جائزة أفضل  
صحفية محترفة، وأثبتت للجميع أنها لم تتخلى عن طموحاتها ولم تفقد ثقتها  
بالله وبنفسها. وانها بالعزيمة والإرادة حققت مبتغائها ووصلت إلى مرادها رغم  
محاولة تهميش حياتها الا أنها ضلت صامدة وراحت تخط وترسم طريقا الى  
أحلامها.

## الآمال لا تخيب.. أسماء بورنان

تأمل الشفاء وهو بين ثنايا المرض، في عروقها مرض وفي إبط قلبها تزرع حبوب الأمل، حبوبا لو تناولتها لشفيت، تتمنى وتهوى أن ترى شعرها ينبت من جديد وأن تتخلص من إبر الكيماوي التي تحرق جسدها، تلك التي جعلها تتخبط كأنها تلفظ آخر أنفاسها، ولكن رغم كل هذا يتعشش في قلبها أمل ساطع، لم تأيس قط، تكافح من أجل الحياة، تريد نفسها مرأة قوية لا تهتز، شجاعة لا تريد آمالها أن تتحطم، لكن صديقاتها نعمة من ربها، فحتى إن لمسها الحطام يرممون خراب روحها، كليمه قلبها وحطام سقفها، يرجعون بسمتها فترى نفسها ميسان في سماء زرقاء تسر الناظرين، فتعي أن الآمال تشرق بعد غياهب كانت، فاليأس يؤدي بصاحبه للسقوط في الغبراء وحيدا فاقدا للأمل من الله ومن الحياة، فتراها تخوض المعارك مع نفسها، تقف وتقول بصانه الهوى لإنقاذ نفسي، إنه الأملوت شامخ أنا قوية، أنا لا أهزم، أنا كطود أشم، إن كسر مني جزء فلن يصيبني شيء، يقول أخاها أشجاني كلامها، لا تعلم أن شفاءها من هذا المرض شبه منعدم فنحن نرفع أيدينا للسماء لربما الله ينقضها و يتقبل أديتنا فأمالنا تحطمت من زمن بعيد.

سقط الودق و لبرهة أقل المرض وذهب ذلك الديجور من سماها فقفزت من  
الفرح و قالت فؤادي كان يخبرني أنني لست ضعيفة و سأشفى، فأنا يقطن في  
داخلي أمل للحياة، خضت المآسي و الآلام لم أياس و قتلته بأمال التداوي، حقا  
أنا سعيدة لشعر سينبت في رأسي الذي كان أصلعا و لن تجتاز جسمي أي إبرة  
تألني، نعم يا أصدقائي إنه الهوى لإنقاذ نفسي، إنه الأمل.

## أمل.. أميرة تبارني

ماذا أفعل يا إلهي

في مقتبل العمر وأنا أعاني،

أظن أن راحتي تحت أجنحة الموت،

حتى أن جراثيم اليأس و القنوط تنهش إستقرار نفسي،

ظلمة الليل تتلف تلافيف عقلي،

لا أدري والحزن لا يقصر بواجبه اتجاهي،

حتى أناملي خطت حروفا من دمائي

وأصبحت أتجرع كل يوم كأسا من الآلام،

سرطان هو الذي نفي إسمي من الحياة

وعلمي معنى الإتهزام، سقطت على أرض الحقيقية

وسمعت الموت ينادي، فلا أمل أمامي، أغربي أيتها الأفكار السوداء عني

بل سأحارب ما يدعى بالسرطان،

و أبتسم حتى تتورم مقلتي،

سأصنع الأمل من أشلائي،

وأخيط جراح روحي

وأهجر آهاتي،

سأغتسل بالضحكات

إنه الأمل الذي سينقض حياتي.

جرعة أندرينالين.. باباحمو ابتسام

أعلم أنك تحتاج إلى الأمان فقط.. كل شئ حولك مظلم .. كل ما يجول في  
خاطرك هي تلك التعاسة التي تأبى فراقك، تلك نظرة العيون التي من حولك  
تمهش جسدك، تمكّن الحزن منك.. تشعر أن لا سبيل للنجاة، كلماتك محشورة  
تخنق دروب حنجرتك.. تعاني الوحدة، الهلع، الهلوسة

أصبحت هشاً من الداخل ولا زلت تتداعى أنك بخير.. ولا تريد لذلك الكبرياء  
بداخلك أن يهزم.. أو أن يشعر بالشفقة !

لاتقلق سوف يأتي ذاك اليوم.. بنفسي اللون مع خيط ذهبي لامع وسط  
أحزانك لينير لك عتمة طريقك ويقودك نحو العلا بعيدا عن تلك العيون التي  
تنتظر سقوط جسر أمانيك ..

هل أوجاعي ستطيب ؟

أجل كل الأوجاع ستطيب .. مادام ربي هو الحبيب ..والنفس هي الرفيق ..

والأمل هو المنير.

نحن نحيا بالأمل ..ونعيش على سماع صوت زقزقات عصفورة منبئة بحلول  
صباح جديد مشرق بنور الأحلام ..تاركة وراءها سواد ليل غير آبهة به ..

فالتفعل مثلها وتنسى الألم وتعيش على الأمل ..فلتزق أحلامك وتجدد حياتك  
وتحي قلبك فتنتزع منك روح التشاؤم وتقتني من متجر الحرية ثوبا حريريا أخضر  
وتتنفس بعمق ثم وتنظر إليه وتتفاءل به ..ولتزمي عنك في بحار الأحزان قيودك  
وانطلق من جديد ..

أو فالتصاحب المتفائلون الأنقياء..أولئك الرائعون هم مراكب للأمل فاليأخذوك  
معهم إلى مدينة عامرة سكانها من ورود آملة..شم معهم عبق الياسمين فينبت  
داخلك نوعا من الزهر الذي لم يزرع بعد.. كن مصدرا للسكينة والفرح .

أنت أعلم بنفسك!

فاستمع الى كل ماينبت بداخلك واخترأي ورد تحتاج حديقة أحلامك لقطفه ..  
وكيف افعل كل هذا بينما أنا لا أستطيع ؟

من قال أنك لا تستطيع!

...ذاتك كتلة طاقة ..كتلة من عزيمة.. من اصرار..لا تدع خيط السواد والظلام  
أن يسيطر عليك .

ارم به في غياهب الجب ولا تستمع له مجددا..

إن وتيرة الصبر والتفائل ..جرعتان يجب أن ترفعهما في مستوى الدم المتدفق إلى  
حياتك فحاضرک..أنت أكبر من أن تهزمك الحياة .

ستنبثق طرقك ياسمينا .. وستستنشق أحمر جوريا .. انها رياض الأمل.

سيدمر كل التعب اليي أنك روحك .. ستتحول الصحراء داخلك إلى حديقة  
مختلفة الاستنشاقات .. سوف تزقزق عصافير التفاؤل هذا الصباح .. انه  
يومك . وأول الطريق لهذا أن تفتح قلبك لقرآنك المنزل من أجل بث روح الامل  
داخل دروب حياتك .. أقبل اليه صادقا . راغبا . محبا .. يمددك بكل ما شرح  
صدرك بعدها .. لن تشعر بوحشة ولا حزن ولا ضيق .

ستدرك حكمة حياتك .. أقبل إلى كتابك .. وأنظر كيف يقبل الله عليك .



جرعة فونتولين.. حملي بثينة

لماذا الحزن يجتازنا هكذا، لماذا الألم يخترق أجسادنا؟، لماذا الأمل أصبح بعيدا

لهذه الدرجة ؟

تشبثي بذرة الأمل المتبقية، لا تدعي الخيبات تدوسك...

اكسري الحواجز، تفائلي خيرا، لماذا كل هذا الذبول و ماهذا الوجه الشاحب يا

عزيزتي؟

لماذا تشعرين بهذا الألم كله! وأنت من يمكنك هزم جيش بأكمله ...

لا يا زهرتي دعي نور الآمال يتسلل لعنمة قلبك ويضيئها ...

دعي الشمس ترسل لك أشعتها الذهبية لتزودك بجرعة طاقة بعد ...

ابتسمي فمزال هناك أمل...

ويبقى السؤال: " هل الأمل يأتي بعد الألم أم أن الألم يأتي بعد الأمل؟"

ولكن لا بد أن نتألم كي نتمسك بالأمل.

ومضبة أمل.. بوحامد صبرين

كأي ليلة تعيسة مرت بها تلك البريئة، وضعت خدها المترهل من شدة  
الإبتسامات الزائفة على وسادتها وعيناها الجاحظتين من شدة التعب والإرهاق،  
ثقوب خربت جسدها وشوخته تشويها، تنظر حولها بكل قلب منكسر ومشاعر  
هائجة، خيم الفراغ عليها فأثقل صدرها.

تحمل بقلها موجات سخيمة بعد أن كانت تلك الفتاة الكليمة، كان من يراها  
يظن أنها صلبة كالحديد...بل أكثر صلابة، وما ذنبا وقد خافت من وحشية  
الحزن .. لكن تماسكها الخارجي وقوتها لم تمنع قطرات دموعها من التسلسل من  
على وجنتها الشاحبتين، دموع دافئة تتسابق نحو خدها الناعم، تسلس ضوء  
القمر يهدوء لمقلتها، إختلط بسحر دموعها و لون عينيها فأنجبا بريقا مذهلا،  
وكأنها حفيدة القمر لا الظلام يحجب بريقها ولا الوحدة كانت قادرة على إطفاء  
نورها، جاورها القمر في عز إنكسارها قائلا: حتى وأنت في أضعف حالاتك  
ستكونين ساحرة، جميلة أنت كضوئي البراق، أنت سراجا وهاجا.

فهتفت قائلة: "بخاطري، ومضبة أمل تملأ قلبي إيمانا وتبشرني بأن لي مع الغد  
نصيب أجمل من الفرح والأمنيات"  
الحياة ..قد تتعثر ولكنها لا تتوقف.

الامل.. قد يقل ولكن لا يموت أبداً.

الفرص.. قد تضيع ولكنها لا تنتهي.

نحن لم نخلق متعلمين، ومن لم يخطئ لن يتعلم ..

لا تسمح لأي شيء ان يطفئك ولا لأحد ان يحبطك، ذكر نفسك بقسمتها الحقيقية، هي تستحق الأفضل، خلقك الله بكامل صفاتك وجعل فيك مميزاتك، انظر بعمق لنفسك وقدراتك، الله خلقك ووضعك في مكانك، لا تيأس سيعبر كل صعب في حياتك والله قادر أن يغير بطرفة عين كل احزانك، وعنده قد كتبت اقدارك.

## أملي سرمدي.. منال درية

إني ضاجعت مصائب ومشاكل كثيرة، بعضها كان يورقني وبعضها يجعلني أحسب للخطوة القادمة ألف حساب، والأخيرة جعلتني شديدة التفكير والقلق، جعلت التوتر للمستقبل واضح على ملامحي الملائكية، إلا أنني لم أمزق تنورة الأمل بل زدتها جمالا، فقد رصعتها بجواهر وكريستالات ملونة مختلفة الأحجام، كنت كل ليلة أقوم بكويها و طويها جيدا، لأضعها في أعلى الرف وأنا مبتسمة، في لحظة ما صرت متفائلة ولم أعد خائفة كما كنت، لا أدري السبب، لربما بلازما الأمل انتشر في دمي و شحذ أطرافي بالقوة و الصلابة، لم أعد أكثرث للمشاكل التي تحدث كثيرا، فقط أحاول أن أجلس قليلا وأفكر في حل ما و ان لم أجد أي حل أتركها للمولى المدبر، لا أريد أن يفسد أحد مزاجي أو يختلط السلام الداخلي بالضعف.

في كل ضحى أرتدي تلك التنورة مع بلوزة بلون القهوة الفرنسية، يعلوها رسمة بلون الشفق! أرتديها وأضيف عليها ربطة شعر أنثوية، إضافة إلى اكسسوار أهدتني إياه جدتي في الصف السابع وأظنه جالب للحظ، يذكرني بتفاصيل وجهها وتجاعيده التي تحكي ماجرى و ما سبب لها الدهر، و معاملتها الحسنة لي. في الأخير... حدث ما كنت أتوقعه، انقرضت الهموم و تبخرت المصائب فجأة، كل هذا لتمسكي بالأمل، لم أفكر يوما أن أتخلى عنه، هو الوحيد الذي كان يشجعني

على البقاء ومواصلة العيش، لأن الحياة حلوة إن أدناها أن تكون كذلك، رغم  
الوسط الكارثي و البشر المقرفة التي تحيط بنا إلا أن الحياة تملك جانبا  
مشرقاً...جانبا مشرقا نراه فقط عندما نقتنع أن الدنيا تحمل بين طياتها المرو  
الحلو، وفي كل يوم ترينا قصة جديدة..تعلمنا من خلالها درس قيم.

## بالأمل نحياء.. نجاة قاضي

لَوْن حياتك بألوان زاهية ملؤها التفاؤل والسعادة والفرح، الحياة ليست صعبة، هي فقط عبارة عن لوحة تنتظر الألوان لتغدو أكثر بهاء و جمالاً، نولد ولوحة حياتنا بيضاء نقيّة، منا من يحولها إلى السواد ومنا من يحافظ على صفائها ونقاؤها، إذا تحجبت سماؤك يوماً بالغيوم الرمادية أغمض جفونك تبصر خلف الغيوم نجوم، والأرض حولك إذا ما توشحت بالثلوج، أغمض جفونك تبصر تحت الثلوج مروج، رغم وجود الشر هناك الخير والتفاؤل، هناك الأمل و السعادة، رغم وجود المشاكل و الصعوبات هناك الحل، رغم وجود الفشل و الخسارة هناك الفرح و النجاح، رغم قسوة الواقع هناك زهرة أمل. كلما ابتسمنا معاً تذكرنا كم بكينا معاً، فأكرمنا الله تعالى بفرج بعد شدة اعتقدتها لن تزول يوماً. إن حلّ الظلام لا بد أنك سترى ضوءاً بعده يشدك ويوقد في داخلك نورا و أملاً. إذا كان أمس ضاع فبين يديك اليوم، وإذا كان اليوم سوف يجمع أوراقه ويرحل فلديك الغد، لا تحزن رجاء على أمس فهو لن يعود، ولا تأسف على اليوم فهو راحل واحلم بشمس مضيئة في غد جميل. أحياناً يغرقنا الحزن حتى نعتاد عليه وننسى أنّ في الحياة أشياء كثيرة يمكن أن تسعدنا، وأنّ حولنا وجوهاً كثيرة يمكن أن تضيء في ظلام أيامنا شمعة، فابحث عن قلب يمنحك الضوء ولا تترك نفسك رهينة لأحزان الليالي المظلمة.

عندما تقتحم حياتك ظروف صعبة وتتركك أمامها ذابلاً ضعيفاً، عندما تختفي  
منها ملامح الفرح فتتفاجأ بحياتك يملؤها الحزن، عندما تقسو عليك الحياة  
وتجرعك الهموم والآلام، عندها لا تتوقّف وتغلق على نفسك الأبواب وترتدي  
ثياب السواد، بل انظر إلى الحياة من خلال نافذة ملوّنة، ستجد أن هذا الكون  
واسع ومبهروجميل، ستجد أنّ الحياة رائعة بجميع الوانها.

لا معنى للحياة بدون أمل وتفاؤل، فلنتسابق من اجل تحقيق الاحلام مادام لنا  
فؤاد يشع املا وفرحا، مدام قلوبنا لازالت تحيا بتفاؤل.

أنا مختلف.. نورهان

تعلمتُ أنّ لا ألتفت للناس فكلهم موتى، حيث أن الموتى لا يشعرون ، فأنا مميز بطريقةٍ غريبة تجعل الناس ينفرون، كأني مصاب بمرض لا دواء له لكن هم لا يفكرون، و لكني فقط متوحد وهم عن التوحد لا يعلمون فأنا لا يمكن فهمي جيدا فيظن الناس انني مجنون.

ولهذا ما اريده لن يكون لك معلوم، وحين يأتيني الكلام السيئ منهم فوجهي يتوهج بالألم والأسى لكنهم لا يأبهون. تائه أنا في متاهات حياتي فلا وشيجة لي بها و لا أمل فلا يُخيل اليّ عذي و لا انتظر من يصطنع معي معروف، و من كل هذا الأسى ظننت اني في الظلام مسجون ولكن حين فتحت عيني وجدت اني كنت محصون لانني ادركت ان أمي كانت سندي طول هذه السنون و أصبحت غير مغبون فناجيتها أنّ يا غاليتي أمسكي يدي عانقيني، طيبي جراحي ساعديني ، فلأنني متوحد العالم يُدنيني يقتلني كل يوم و يزدريني و يسرق أحلامي و يحطمني فلا يترك لي شيئا و يُبكيني فإني أسف لكي فسامحيني فقد ظننت أن لا أمل لي و نسيت انك عن الأمل كل يوم تُحدثيني وقد سكن قلبي مذ ادركت أن بعد الله انت تفهميني وأن مع الوقت سيفهم من حولي اني مميز و أن الألم يزول مع الوقت اذ فكرنا بالإيجابية فلا يوجد نجوم تلمع في النور يجب ان يكون هناك ظلام. و أني كلما تذكرت ظلامي الخاص أدرك أن نجمي في جوف الليل سوف



ينتصر و دائما هناك أمل انه في الغيب يوجد شئ جميل ينتظر. و انه مع كل فجر يوم جديد يوجد أمل ان اصبح انسانا جيدا و ان لا ينظر لي الناس اني مجنون و يحترموني كإنسان أولا ثم أن يفهموا اننا نحن المتوحدون قد نكون أملا لمستقبل، قريب لاننا مختلفون و للاختلاف عنوان اني هنا موجود.

## اشتباك خيوط الأمل.. يعقوبي منال

أنا العدم حيث اللاشيء.. أنا الفراغ بين صخب الحياة!

عرقلات اعترضت طريقي، منه الحزن و الكدر و الهم و الصعاب، أرادوا سجنني  
بين خيباتي، لكن بدل الألم عشعش الأمل داخلي..

لن أستسلم لليأس و لن أكثرث، ما دام الأمل يسكنني.. الحياة لم تنتهي بعد  
جازف فهي لم تُخلق عبثا، لا تجادل الحمقى في إثبات نفسك كُن أنت و فقط!

في كل خطوة.. في كل خيبة يصطحبنا الأمل و يُحلق بنا عاليا نحو القمم، حيث  
الطموح الجامح و الأمنيات السَّجِيَّة..

الأمل ينبض جوفنا و ان غادرنا فإنَّ الحياة تنعدم..

رسمت لعالمي نافذة الأمل تُطلُّ على أحلامي الوردية..

بنيت سلالم كي أصعد لأعالي القمم وأقبل جبين النَّجاح..

لم ينهكني التَّخمين بالمستقبل الغامض، و لا مزاجي المتخبط بجدار الحرمان..

كل ما أردته أن أكون خصما قويا للحياة لا تهزمه الصعاب.

كنت أحارب قدرتي المشؤوم لأحصل عما أريد!

لكن ليس كل ما تتمناه يدلف إليك على طبق من ذهب..

وهنا كل الظنون تخيب، صارت ملامحي ممر العابرين يشوبها الكدر

لكن الأمل أحياء في الحب للحياة من جديد..

من نحن حتى نياس؟ من نحن لنتفلسف على القدر، ونكتئب؟!

أطفال السرطان يقاومون الألم بكل أمل وأنت مراهق تتمنى الموت! .. من منا لا

يسعى لتحقيق حلمه المنتظر والغائب عن الحياة؟! .. نأخذ جرعة أمل نداوي به

آلامنا، نطيّب جراحنا، ونسمو للقمم حيث المجد ينتظرنا

فتش عن ذاتك بين أحرف الأمل وأعلم أن الغد أجمل!

## الفهرست

- ٦ ..... شغف الحياة.. ملالة صبرينة
- ٨ ..... لا للاستسلام.. بهلول وسام
- ٩ ..... إستعادة أنفاس.. أسماء بغزه
- ١٠ ..... رماد متطاير.. خماش ليليا
- ١٢ ..... بالأمل يختفي الألم.. وفاء بطاهر
- ١٦ ..... رسالة أمل.. تقوى كحيط
- ١٨ ..... قضبان الحياة.. اعجيري رانيا
- ٢١ ..... همسة أمل.. محمد تريكي
- ٢٤ ..... طيف أمل.. حنان سماسري
- ٢٦ ..... من نافذة الأمل.. خلاف ليندة
- ٢٧ ..... بعد الألم.. دربال جهينة
- ٣١ ..... صراعي مع السرطان.. ريان سراكته
- ٣٣ ..... أمل بعد ألم.. أسماء زكري
- ٣٥ ..... الأمل.. زيتوني نور الهدى

- ٣٧ ..... ينبوع الأمل.. سوسن سطوف
- ٣٩ ..... أمل.. شعابنة فوزي
- ٤١ ..... يوما ما.. شيماء روابحية
- ٤٣ ..... نقطة تحول.. شيماء عميرات
- ٤٦ ..... أمل في القلب تألق.. صدوق أسماء
- ٤٨ ..... دواء اليأس.. عكوشي شيماء
- ٥١ ..... أمل .. غبريد شيماء
- ٥٢ ..... الجسر الواصل و الفاصل.. البح فارس
- ٥٥ ..... فلنكن مختلفين.. معطيات فاطمة الزهراء
- ٥٧ ..... رذاذ أمل.. فدوى منصر
- ٥٩ ..... جرعة أمل.. قمري هاجر
- ٦١ ..... الأمل.. منال برارمة
- ٦٢ ..... أحلامي رقات حافة الأمل.. ناوي نور الهدى
- ٦٣ ..... جرعة أمل.. برنو نريمان
- ٦٥ ..... رسالة عتاب.. نهلة بيبي
- ٦٧ ..... خيط الأمل طويل.. وصال بن خليفة

- ٧٠ ..... جرعة أمل.. وفاء دلال بوالقرعة
- ٧٢ ..... أمل في زمن كورونا.. وصال زهاق
- ٧٤ ..... جرعة أمل.. إسلام جلول
- ٧٦ ..... لا تستسلم.. جيلي أسماء
- ٧٧ ..... أجنحة أمل.. أسماء حراش
- ٧٩ ..... رسالة أمل.. سعداوي اليامنة
- ٨٠ ..... وغدا ضياؤك ينبلج.. إيمان بلمداني
- ٨٣ ..... ويبقى الأمل.. نادية عامر
- ٨٥ ..... أمل يبرز في الافق.. بلعيد نور أميمة
- ٨٨ ..... أمل قلبي.. بوشحيمة نبيلة
- ٩٠ ..... الأمل.. سندس بوحامد
- ٩٣ ..... في سبيل تحقيق حلم.. قطاش قمر
- ٩٨ ..... الآمال لا تخيب.. أسماء بورنان
- ١٠٠ ..... أمل.. أميرة تباني
- ١٠٢ ..... جرعة أندريناالين.. باباحمو ابتسام
- ١٠٥ ..... جرعة فونتولين.. حمبلي بثينة

- ومضة أمل.. بوحامد صبرين ..... ١٠٦
- أملي سرمدي.. منال درية ..... ١٠٨
- بالأمل نحيا.. نجاة قاضي ..... ١١٠
- أنا مختلف.. نورهان ..... ١١٢
- إشتباك خيوط الأمل.. يعقوبي منال ..... ١١٤