رئيس التحرير
العدد الرابع عشر

أنفاس الحروف

بعض النصوص تُنقذ

ملف خاص: الكتابة بين التحوّل والألم

نصوص وتجارب حول البوح والشفاء

قراءات نقدية في سرديات الذات

مجلة أدبية ثقافية

حين تُنقذنا الكلمات

0123A456B-789(C)

جميع الحقوق محفوظة لدى مجلة أنفاس الحروف

بسم الله الرحمن الرحيم

الفهرس:

✧ افتتاحية العدد
كلمة المشرف العام
رسالة العدد
كلمة رئيس التحرير
✧ إبداعات أدبية
✧ دراسات وقراءات نقدية
سرديات الذات بين الاعتراف والتخييل
الأدب كمساحة مقاومة صامتة
التدوين الشخصي بوصفه كتابة للهوية
✧ حوار العدد مع الأديب المصري ماجد القاضي
حول الكتابة كملاذ إبداعي وتجربة حياة
✧ المقالات
✧ ختام العدد
تأمل أخير: ما الذي تنقذه الكتابة فينا؟

الافتتاحية

حين تُنقذنا الكلمات

ليس كل ما يُكتب يُراد به النشر،
بعض النصوص تُكتب لأن الصمت كان أثقل من الاحتمال.
في هذا العدد، نقترب من تلك اللحظة الهشة التي تتحول فيها الكتابة من رفاهية جمالية إلى ضرورة وجودية. حين لا نجد من نصغي إليه، فتنصت إلينا الورقة. حين تضيق بنا المساحات، فتتسع لنا الجملة. وحين يتشقق الداخل بصمت، فيعيد الحرف ترميم ما لا يُرى.
الكتابة ليست دائمًا بطولة، ولا ادعاء قوة. أحيانًا هي اعتراف خافت، أو محاولة لفهم وجعٍ لم نُحسن تسميته. وفي أحيان أخرى، تكون طوق نجاة غير مرئي، نتمسك به ونحن نعبر عواصفنا الخاصة.
في هذا العدد من أنفاس الحروف، نفتح مساحة للكتابة بوصفها نجاة: نجاة من العزلة، من الفقد، من التشتت، من أنفسنا حين تثقل بنا. نقرأ نصوصًا وتجارب لا تبحث عن اكتمال، بل عن صدق. لا تسعى إلى الإدهاش، بل إلى الحياة.
لأن بعض الكلمات لا تُنقذ العالم...

لكنها قد تُنقذ إنسانًا واحدًا.
وأحيانًا، يكون ذلك كافيًا.

كلمة المشرف العام

في كل عدد من أنفاس الحروف نحاول أن نقترب أكثر من جوهر الكتابة، لا بوصفها حرفة فحسب، بل بوصفها تجربة إنسانية كاملة. وفي هذا العدد الرابع عشر، نتوقف عند سؤال عميق: متى تصبح الكلمات ضرورة لا اختيارًا؟

نؤمن أن الأدب ليس ترفًا فكريًا، بل مساحة وعي، ونافذة خلاص، ومرآة صادقة نرى فيها ما عجزنا عن قوله. الكتابة قادرة على أن تعيد ترتيب فوضانا الداخلية، وأن تمنحنا شجاعة الاعتراف، وأن تخلق من الهشاشة قوة ناعمة لا تُرى لكنها تُغيّرنا.

أشكر كل قلم شاركنا هذا الملف بصدق، وكل قارئ يمنح النصوص حياة جديدة بقراءته. فالمجلة لا تُبنى بالحروف وحدها، بل بالشراكة بين من يكتب ومن يتأمل.

مع خالص التقدير،

المشرف العام

رسالة العدد

هذا العدد مساحة هادئة للنجاة.

نكتب فيه لأننا نحتاج أن نفهم أنفسنا أكثر، لأننا نريد أن نُصغي لذلك الصوت الداخلي الذي لا يُسمع وسط ضجيج الحياة. نكتب لأن الكلمات تمنحنا ترتيبًا جديدًا للفوضى، ومعنىً لما بدا بلا معنى.

اخترنا أن يكون محور العدد: "حين تُنقذنا الكلمات"، لأننا نؤمن أن النص ليس مجرد بناء لغوي، بل تجربة عبور. عبور من العتمة إلى شيء من الضوء، ومن الانكسار إلى قدر من السلام.

نترك بين أيديكم هذا العدد، علّ سطرًا واحدًا يجد طريقه إليكم، ويكون لكم كما كان لنا: مساحة تنفّس.

المشرف العام:-

مرمر محمد

رئيس التحرير:-

زينب محمد بخيت

التصميم والتنسيق:-

مرمر محمد

التدقيق اللغوى:-

رابعة عمر محمد

فاطمة عزالدين

الدعم الفني والاعلامي:-

ندى أحمد البريدو

مرمر محمد

فريق التحرير:-

رابعة عمر محمد

هبة كمال شحط

بثينة الصادق

طارق عماد

فاطمة عزالدين

غايتنا سيدي امبارك

ندى أحمد البريدو

كلمة رئيس التحرير

في لحظاتٍ يضيق فيها العالم بما رحب، وتتعثر الأرواح في زحام الصمت، تأتي الكلمات كنافذةٍ صغيرة تُفتح فجأة في جدار الروح. ليست الكلمات مجرد حروفٍ تُكتب أو تُقال، بل هي يدٌ خفية تمتدّ إلينا لننجو من الغرق في أنفسنا.

كم مرةٍ أنقذتنا جملةٌ قرأناها مصادفة، أو فكرةٌ كتبها قلبٌ بعيد، فشعرنا أن أحدًا ما فهمنا دون أن يرانا؟

الكلمات تفعل ذلك بصمتٍ عميق؛ تُرمّم ما تكسّر في الداخل، وتعيد ترتيب الفوضى التي تعجز الدموع عن شرحها.

لهذا نكتب... لا لنقول كل شيء، بل لنمنح الروح فرصةً للتنفس.

فأحيانًا، تكون الكلمة الصادقة طوق نجاةٍ في بحر الحياة.

دعوة للمشاركة في العدد القادم

دعوة للمشاركة في العدد الخامس عشر من مجلة أنفاس الحروف

تفتح مجلة أنفاس الحروف أبوابها من جديد لاستقبال إبداعات الكتّاب والكاتبات في العدد الخامس عشر، استمرارًا لمسيرتها في الاحتفاء بالكلمة الحرة والنصوص التي تبحث عن المعنى وتفتح نوافذ جديدة للحوار الإنساني.

ندعو الأقلام الأدبية للمشاركة بنصوصهم في مجالات:

القصة القصيرة

الشعر

المقالات الفكرية والأدبية

القراءات النقدية

التأملات والخواطر الأدبية

نؤمن أن الأدب مساحة لقاء بين التجارب واللغات والرؤى، وأن كل نص يحمل روحًا جديدة تضيف إلى هذا الفضاء الثقافي.

آخر موعد لاستقبال المشاركات:

يُعلن لاحقًا عبر الصفحة الرسمية للمجلة.

ترسل المشاركات عبر البريد الإلكتروني:

anfaasalhorof@gmail.com

كونوا جزءًا من العدد القادم...

دعوا نصوصكم تتنفس معنا في أنفاس الحروف

إبداعات أدبية

مـــرآة

قصة قصيرة

سلافة مصطفى

أُزيل الغبار عن المرايا، متمعنة وجهي، استغرقني جدا كل هذه الشحوب، وآلمتني التجاعيد، انطفأ بريق التوهج.
ارتديت قرطًا، ووضعت أحمر شفاه قاتم، اشتريتهما حديثا متفحصة شكلي؛ بعدهما لم اعرفني.
تذكرت آخر مرة وضعت قلم حمرة، كنت أحاول أن اثأغير مزاجي، انقلبت الآية علي؛ في يومها اندهش زوجي من فعلي (قائلا لمن تتزينين ولك أحفاد) .
كنت فتاة جميلة ممشوقة شعري أسود وطويل، سمراء يانعة، أول مرة وضعت قلم حمرة جلبته لي أمي في العيد وارتديت قرط بعد دخولي الثانوي، رأيت نفسي بهما فاتنة خالبة للب، تدور أنظار المارة نحوي،أحسست بالزهو والسعادة، لم تسكت خلجات قلبي عن الخفقان فرحا، سمع أبي بحديث الشارع عني، جاءني والشرر يحرقني من عينيه(هل تريدين أن يجري خلفك صبيان الشارع) وأعقب مقولته بضرب واهانة، واخفى مقنتياتي؛ اختفت كل مشاعري بين أبي وزوجي. أنظر إلى وجهي؛ فأزيلهما بسرعة، وأمسح بقايا صورتي عن المرآة .

مـــعبر آخر

ذات نهارٍ لا يقل حرارةً عن ما قبله، ألتقيتُ بنملةٍ تشكو ضيق الطريق إلى طموحها، تائهةً لا تدري ما الوجهة، شغوفةً وعقلها يضجُّ بالأفكار، وجدتها تهيم حول دهاليز عقلها في دوامةٍ لا متناهية، تبحث عن سبيلٍ للخلاص عن ما بجُعبتها، هي عبقريةً جدًا، لكن ينقصها دليلًا يقودها نحو بيت أفكارها.

_سألتها: ما الذي تبحثين عنه أيتها النملة الصغيرة؟

_ترد وتقول: أبحثُ عن منفذٍ أكتب به، أريد أن أحول أفكاري إلى أحرف، ويُقرأ شعوري ويُحسّ بي، أن يعرف الناس عني وما يدور في أعماق قلبي، كما تعلم؛ لا أستطيع الإمساك بالقلم.

يا ليتني لو كنت كاتبة!

_أقول لها: هل تعلمين أنكِ حقًا مبدعة؟!

بمجرد أنكِ تفكرين في هذا؛ أنتِ تستطيعين الوصول إلى ما تريدين، فهناك عدة وسائل عن طريقها تترجمين ما بداخلك.

_إذًا، ما هذه الطرق التي تقصدها عزيزي الكاتب، وأيّ وسيلة غير القلم أستطيع بها أن أبدع؟

_أولًا: عليكِ أن تكوني واثقةً من نفسكِ وقدراتكِ، بحيث أنكِ قادرةً على ترك أثرًا كبيرًا في من حولكٍ، أن تكوني صادقةً في شعوركِ وأن لكِ بصمةً منفردة.

ثانيًا: ابحثي عن طريقتكِ الخاصة، ليس من الضروري أن تستخدمين قلمًا أو أداة، يمنكك صناعة عالمكِ الإبداعي بابتكاركِ المتجدد، فالكتابة رحلة، وعليكِ أن تتزودين في رحلتكِ هذه بالكثير من الأمتعة الذاتية الخاصة بكِ، ابتكري طريقكِ واستمتعي بتجربتكِ الفريدة.

راقبي وترصدي لحواسكِ، استشعري ذاتكِ واستخدمي قلمكِ المتفرد، عبري عن ما يختلج بداخلكِ بأداةٍ مستحدثة، فالكتابة هي فن التعبير، لا تحتاج لأداة معينة، وكل منّا لديه طريقة ليُخرج بها أفكاره للنور.

لا تستهيني بما لديكِ ولو القليل، فأنتِ سيدة نفسكِ وبيت أفكاركِ، فاعملي عليها حتى تنحتينها في ذاكرة الزمن.

رابعة عمر

لعنة الرسائل 2

لا شيء أمرَّ من الانتظارِ؛ فهو يقتل رغبةَ الحضورِ، يعيث في داخلِ المرء مئات التساؤلات والأوهام.

إليك، أظنكَ لا تعلم بأنكَ من عبث بنبضات خافقي يومًا؛ فبتُّ أوهن مما كنت عليه، كل ما أردته أنت إضعافي لأجل أن تُبين لي رجولتكَ، فدائمًا ما كنت تلاطفني وتقول لي بصوت يملؤه الحنان: "أنا من سيشد عضدكِ، ومن ذا سيسندك إذا سقطتِ، أنا نارِكِ بعد أن يخمد لهيبكِ وتصيرين مجرد رماد، أن ضوءك إن أعتمت مصابيحكِ في يومٍ ما!"

ترهات!

إنها مجرد ترهات كنت تهذي بها حين وهن؛ فوقتما سقطتُ وأراهن أنكَ من رماني نحو الهوَّة_فأصابع الإتهام كلها تُشير إليكَ_كنت أنتظر عودتكَ لمدِّ اليد ذاتها التي رمتني لتجتثني، وقد كان أسوء إنتظار.

الجميعٌ كان فرحًا، إلا إياي يكسوني الأسى، الجميع كان يضحك، إلا إياي يلح عليَّ الشجن، يمر أغسطس يتبعه سبتمبر، يتلوه شهر وشهر حتى يحل عليِّ يناير وما زالت روحي هناك، جسدٌ تبعثر إلى فتات، حياةٌ تلونتْ الرماد، وتحطمت رويدًا رويدًا في ثبات، وما فتئتُ أنتظر سراب حضوركَ الباهت، أو حتى قرائتكَ لواحدة من رسائلي وتسألني عن حالي، فلا شيء يماثل الحنظل في مرارته إلا الهجران المفاجيء، أيها العزيز المبجل!

ملحوظة:

قلبٌ تمزق إلى أشلاء أخبرتكَ في رسالةِ سابقةِ عن ذلك، ولكنك متمرد لم تقرأها! ولم تهتم لحاله.

مرمر محمد

شـــتاء الذكريات

أنا أحمل في أحشائي الكثير من الكلمات، متجمعة هنا وتأبي أن تخرج. يوم آخر وعلى شظى بوح عصي على التعبير، أرسل رسائل صباحية، لن تصل لكن لا ضير في أن أستمر في إرسالها.
تساقط الزيتون في أزقة طنجة، وسقوط الزيتون هو علامة على قرب موسم الشتاء، الشتاء الذي قد يعتبره البعض موسمًا كئيبًا بسبب ألوانه الباهتة هو موسم محبب إلى قلبي، لا أدري إذا ما كانت عقدة الصحراء، نحن الذين جئنا من الصحراء والحرارة المرتفعة، نجد للبرد لذة لا يشبهها شيء.
أحب الشتاء لأنه يوقظ فينا الكثير، يوقظ المواجع، برودة الأطراف هي الأخرى ربما، شكل من أشكال الحنين.
كم تسمرت رجلاي في ليالي شتوية لم أعهدها، ليالي مليئة بالأسئلة أجوبتها ربما تخرج من رحم ساخن، في إحدى شواطئ انواكشوط.
الشتاء يعود بي من حيث بدأت،
يعود بي إلى مطار محمد الخامس، والحقائب الحبلى بأشياءٍ أثقلت كاهلي دون أن تكون لي حاجة فيها، أشياء حمّلني أياها الحماس، وأشياء أخرى تنكرت لي لكي لا أعرفها عرفتها لاحقا وليتني ماعرفتها.

غايتنا سيدي مبارك

على عتبات الروح

ها أنا ذا على ضفاف انهار الزمن، أخطو باقدام مترددة وارتشف كؤوس من الندم، مترنحًا لا بعد شرابها؛ بل من رياح معاتبة محملة بالغمم، تتقاذفني بحقد تارةً وتارةً تلوي بأثوابي لتسلبني أنفاسٍ ما عاد ينفعها الزخم،
تراقصني على انغامها وتهمسُ أحيانًا بالحانٍ تصم.
الحان نترجمها على الثرى بل ونكتبها على شواهد المحن، نرنو إليها بعقول ناعسة وقلوب ما عادت تعرف طريقها للسكن؛ فهذا مكانها وتلك ظلالها التي ستغطيها بأطياف المساء واوشحة من الزمن.

أزاهر عبدالعزيز

زمن البكاء على الرسائل

١

قديماً كان الشعراء يبتدرون أشعارهم بالبكاء على الأطلال:

♪

"ألا يا ليلي قد زاد التصابي

ولج اليوم قومك في عذابي"

مجنون ليلي، جميل بثينه وغيرهما.

"٢"

أما في عهد الرسائل التي أصبحت ترسل عبر هيئة البريد، وتطور التكنلوجيا المتلاحق نجد أن الشعراء أصبحوا يبتدرون أشعارهم بالبكاء على الرسائل..

♪

"مافي حتي رسالة واحدة

بيها أتصبر شوية"

سيف الدين الدسوقي، الصادق إلياس وغيرهم؛ ربما يختلفون في مضامين الهطول الشفيف لدموع القلب، لكن يبقي المصب واحد.

"٣"

تلك العاطفة الصادقة في وداعتها، ما كانت لتتجسد لولا الحس المرهف لفنان المواجع أحمد الجابري وهو يتغني بالمواجد:

♪

"من طرف الحبيب جات أغرب رسائل"

في البداية كان ود الجابري يندب حظه العثير مع صديقه الشاعر سيف الدين الدسوقي، أن ماف حتي رسالة يتصبر بيها ويشكو جفوة الحبيب.

"٤"

ينضم للجلسة الشاعر الصادق إلياس ليوصل لينا، خبر من حبيبنا الجائر قال في أغرب رسائل:

♪

"ياما قال كلام ما لي دخل بي..

اني بروح لي غيرو بهواه وبصطفي..

ان شاء الله حياتي تفني لو فكرت في..

لالا والف لالا دا حبك عشت بيهو.."

وهنا نجد أصدق المشاعر حتي وأنت بعيد ولأفحاني نار الغربة والاشواق والحنين كنت بخلص وبصطفيك.

"٥"

سيف الدين الدسوقي يتداخل مع ما لمس من آلم في نفس المحب الصادق إلياس الصابر وهو يعاتب رغم أخلاصه:

♪

"داير اتصبر شوية داير أضحك ماني قادر..

بس دموعك لمن فاضت ضيعت صبري الشوية.."

تصيبهم صاعقة أقرب للهستريا.

"٦"

يحاول أحمد الجابري التخفيف من وقع المأساة:

♪

"بكره يحن ويرجع لي عهده القديم..

ما الفراق ما دائم ولا الآلم العميق..

دا الندم بيسرق من أعمارنا المحبه."

"٧"

يمسح الصادق إلياس بمنديله على دموعهم بوهن:

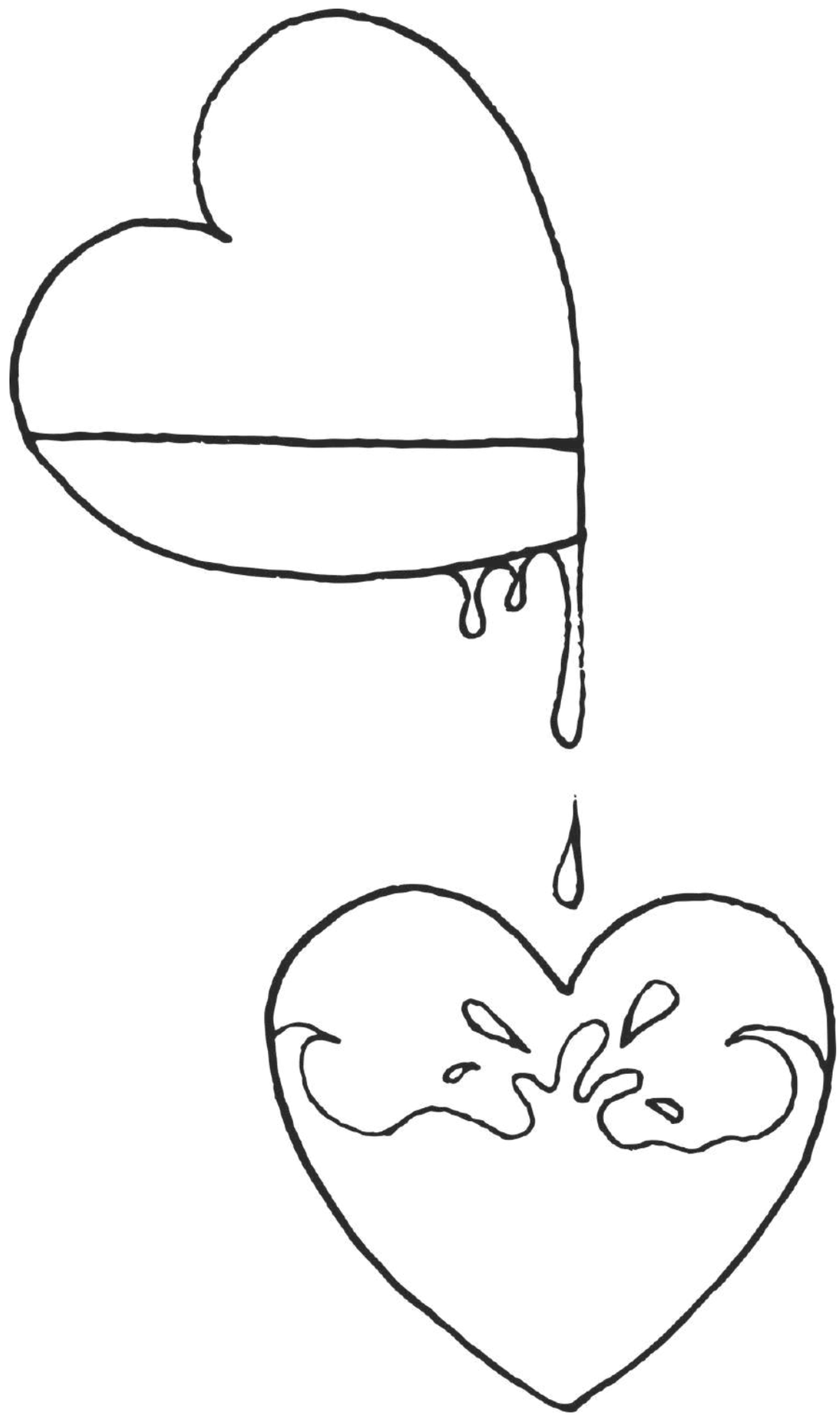
♪

"ما ناسيك والله ذكراك شاغله بالي..

لو انساك انت أكون غدار وخنت."

سلسلة فلسفة البسطاء

طارق عماد الدين

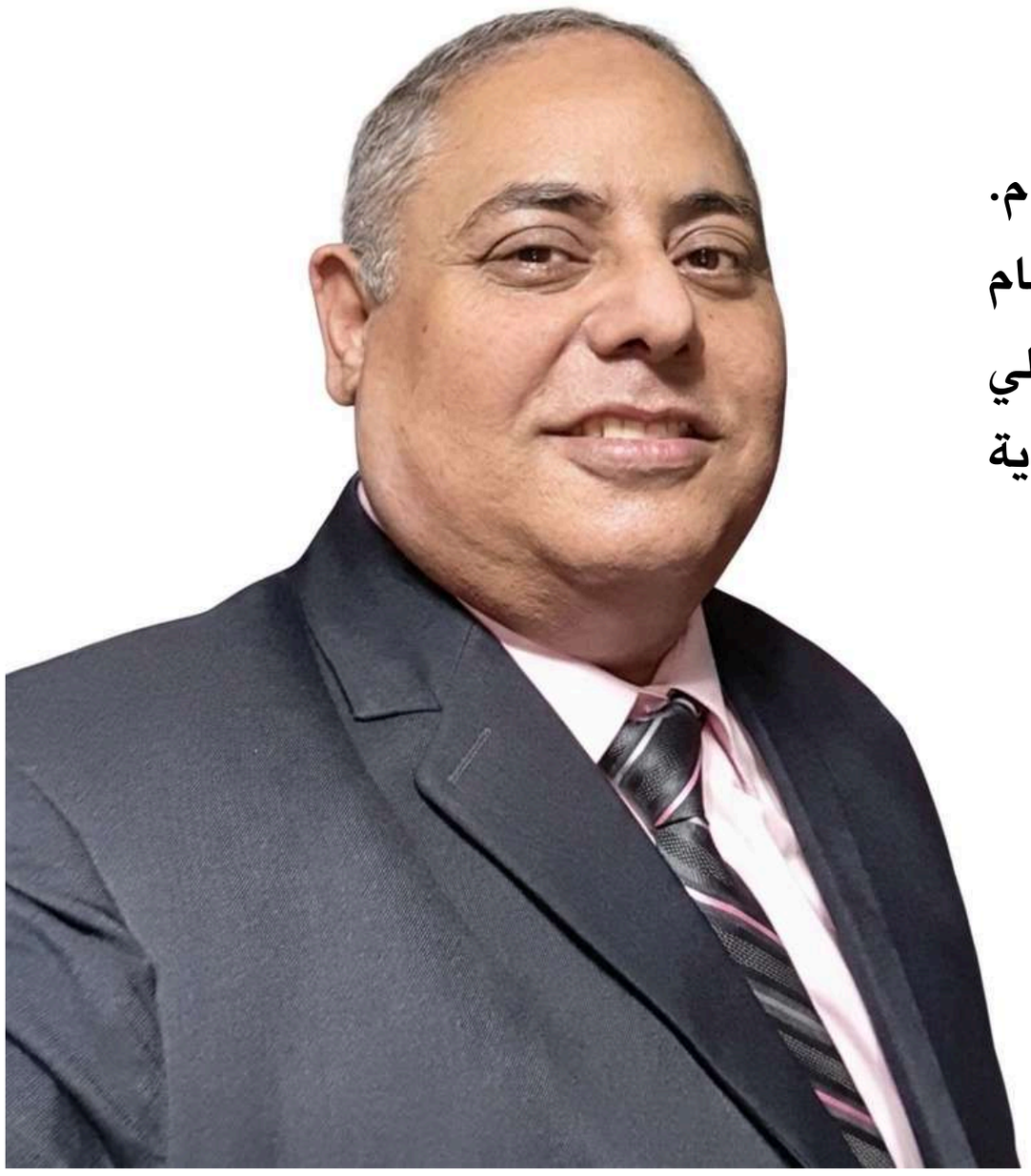


حوار

العدد

حوار العدد

في هذا العدد من مجلة أنفاس الحروف نلتقي بالكاتب والروائي المصري ماجد أحمد القاضي، الذي تنوّعت تجربته بين الرواية والخيال العلمي والكتابة المعرفية حول فنون السرد. في هذا الحوار يحدثنا عن بداياته مع الكتابة، وكيف تتشكل الفكرة الروائية، ورؤيته لدور الأدب في فهم الإنسان وتحولات المجتمع.



ماجد أحمد القاضي

كاتب وروائي مصري، من مواليد عام 1973م. حصل على بكالوريوس في علوم الحيوان عام 1995م. يهتم بالكتابة السردية، خاصة في مجالي الرواية والخيال العلمي، إضافة إلى الكتابة النقدية والتأملية في فنون القصة والرواية.

الأعمال المنشورة

كتاب "مصطلحات شائعة".

رواية "نحن الماضي" (خيال علمي).

رواية "وداعًا للسيد" (رواية تاريخية).

رواية "زيارة كونية" (خيال علمي).

مجموعة قصصية "تعقّب".

كتاب "عبارات هوليوودية".

كتاب "في حضرة القصة والرواية – طريقك للاحتراف".

1. بدايةً، نرحب بكم في مجلة أنفاس الحروف. كيف بدأت علاقتكم بالكتابة، ومتى شعرتم أن الأدب أصبح جزءًا أساسيًا من مساركم الشخصي؟

شكرا جزيلا على هذه الاستضافة في مجلتكم الراقية.

بداية علاقتي بالكتابة كانت في بداية المرحلة الثانوية، ومنذ أول رواية كتبتها وأنا أشعر أن عالم الأدب الروائي سيكون جزءا لا يتجزأ من حياتي مهما كان مساري التعليمي المستقبلي.

2. لكل كاتب لحظة اكتشاف أولى للكتابة. هل تتذكرون النص الأول الذي شعرتم أنه يعبر فعلاً عن صوتكم؟

نصي الأول الذي شعرت معه أني أضع قدمي بشكل واضح في عالم الكتابة كان قصة قصيرة بعنوان "بين العقل والزمن".. لا أنسى أبدا المتعة والشغف اللذين كانا يلهبان حماستي أثناء كتابة تلك القصة، رغم مرور أكثر من خمس وثلاثين سنة على هذه الذكرى!

3. ما الذي جذبكم إلى عالم السرد تحديدًا؟ وهل جاءت الكتابة لديكم بوصفها رغبة في الحكي أم في طرح الأسئلة؟

أعشق عالم السرد منذ الصغر، فكانت لدي دائما متعة في حكي ما قرأتُ أو شاهدتُ – مما أعجبني وأثر فيّ – للمقربين من أصدقاء الدراسة أو الجيران، وكنت مميزا في أسلوب الحكي بطريقة مشوقة – وفقا لآرائهم –، كنت – بالفطرة – أقدم وأؤخر في الأحداث وفق رؤيتي الخاصة لأزيد الموضوع تشويقا وإثارة!

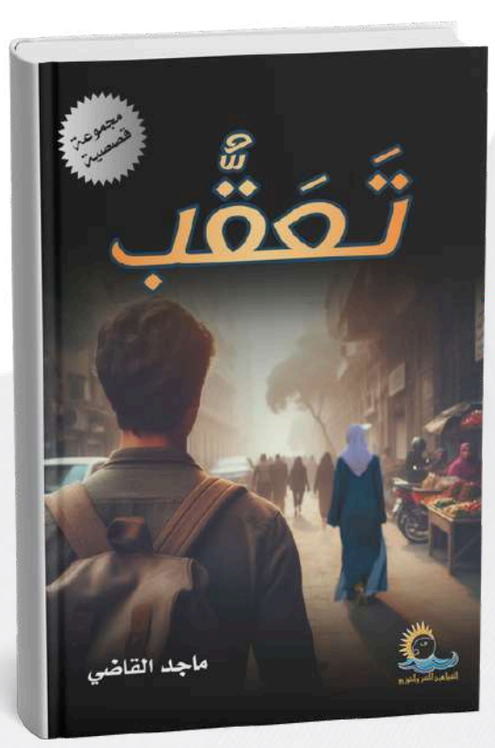
4. في تجربتكم الأدبية، كيف تتشكل الفكرة الأولى للنص؟ هل تبدأ من فكرة فلسفية، أم من شخصية، أم من مشهد عابر؟

الفكرة - بالنسبة لي - كثيرا ما تكون منحة أو هدية من عقلي الباطن (التي تنتج بالتأكيد من معالجته لآلاف البيانات التي استقبلتها حواسي يوما ما)، فتقفز أمام عيني بلا أي مقدمات!
وقد تكون الفكرة نتيجة مثير خارجي؛ مثل صورة أو لوحة شاهدتها، أو عبارة سمعتها، أو موقف صامت أثر في، أو قطعة موسيقية استمعت إليها، أو حتى قصاصة ورق ملقاة على الأرض.. لا شروط لدى الروائي ولا ضوابط لمنبع الأفكار، طالما حواسه ترصد وعقله يخزن ويعالج!

5. الشخصيات في الأدب غالبًا ما تحمل مزيجًا من الواقع والخيال. كيف تبنون شخصياتكم السردية؟ وهل تستلهمونها من تجارب واقعية؟

بالتأكيد الشخصية لدي تكون مبنية دائما على جزء من الواقع، وكثيرا ما تكون الشخصية - على الأقل في صفاتها الرئيسية - مبنية على شخصية جذابة (سلبية أو إيجابية)، وربما تكون مزيجا من عدة شخصيات، المهم ألا يغيب عني أن هذه الشخصية هي مسئوليتي أنا؛ بمعنى أن أفعالها وردود أفعالها ومواقفها يجب أن تكون متوافقة مع أبعاد الشخصية التي رسمتها - وليست الحقيقية التي تم الاقتباس منها-.

6. يقال إن الكتابة حوار دائم بين الكاتب ونفسه. كيف تعيشون لحظة الكتابة؟ وهل ترونها فعل تأمل أم مواجهة مع الذات؟



الحقيقة أنني أنغمس مع الشخصيات بدرجة كبيرة، وأتنقل بينهم بأفكاري ومشاعري لأستطيع النظر بأعينهم، وبالتالي أتصرف بناء على طبائعهم ونفسياتهم وأحلامهم ومخاوفهم...إلخ.

7. برأيكم، ما الدور الذي يمكن أن يلعبه الأدب اليوم في فهم الإنسان لنفسه وفي قراءة تحولات المجتمع؟

الأدب عامة والروائي خاصة هو دائما أداة حساسة لقراءة الإنسان من الداخل؛ لأنه يكشف الدوافع والمخاوف والأحلام التي لا تظهر في التحليل الاجتماعي المباشر، ومن خلال السرد الروائي في فترات زمنية مختلفة يمكن تتبع التحولات التي تصيب المجتمع في قيمه وعلاقاته.. لذلك فالرواية ليس مجرد حكاية فحسب، بل مرآة نقدية للإنسان وزمنه.

8. من الكتاب أو الأعمال الأدبية التي تركت أثرا واضحا في مسيرتكم الفكرية والإبداعية؟

أنا طفل الثمانينات، وشاب التسعينات؛ لذا كان أول من حرك بداخلي حب الكتابة هو المبدع الراحل د.نبيل فاروق، فتعلمت منه أسلوب التشويق والإثارة واللغة الصحيحة السهلة والسلسة، فضلا عن آلاف الأفكار الممتعة في عالم الخيال العلمي الذي لي شغف خاص به، يليه - زمنيا - د.أحمد خالد توفيق، لكنه فاقه أثرا لشخصياته الثرية ثلاثية الأبعاد ولتأملاته العميقة في النفس البشرية وتناقضاتها.

9. في زمن تتعدد فيه المنصات والوسائط الثقافية، كيف ترون موقع الأدب الروائي اليوم وسط هذا التغير السريع؟

رغم تعدد الوسائط، فتظل لدى الأدب الروائي قدرة على التأمل العميق والبناء الطويل للأفكار؛ لذا فوسائط الجديدة - في ظني - لم تُلغِ الأدب، بل غيرت طرق الوصول إليه.

10. كثير من الكتّاب الجدد يسعون إلى إيجاد صوتهم الخاص. ما النصيحة التي تقدمونها لمن يبدأون رحلتهم في الكتابة؟

أهم نصيحة للكاتب المبتدئ هي أن يكتب كثيرا ويقرأ أكثر؛ لأن الصوت الخاص لا يُولد فجأة، بل يتشكل بالتجربة.. كما يجب أن يتعلم كيفية الخروج من عباءة كاتبه المفضل، ويكون ذلك بدراسة الرواية جيدا واستيعاب عناصرها - من فكرة وتيمة وبيئة وحبكة وشخصيات وأسلوب ولغة -، ومن ثم تتبع أكثر العبارات والتشبيهات والتراكيب اللغوية والألفاظ الشهيرة التي يستخدمها كاتبه المفضل، ومن ثم يتتبعها في كتاباته الشخصية لينقحها مما لا يناسبها من تلك المفردات.. ومع الوقت سيكتشف الكاتب نبرته الخاصة.

11. هل هناك موضوع أو فكرة تشعرون أنكم ما زلتم ترغبون في الكتابة عنها ولم تتح لكم الفرصة بعد؟

بالتأكيد العقل - وملفات الكمبيوتر - مكتضان بالأفكار التي تتقافز طلبا للخروج إلى النور في هيئة قصص أو روايات، لكن - للأسف - الظروف الحياتية تمنعني منذ فترة من الكتابة الرواية والقصصية إلا في أضيق الحدود!

12. ماذا تمثل لكم الكتابة على المستوى الشخصي: هل هي تعبير عن الذات، أم محاولة لفهم العالم، أم كلاهما معًا؟

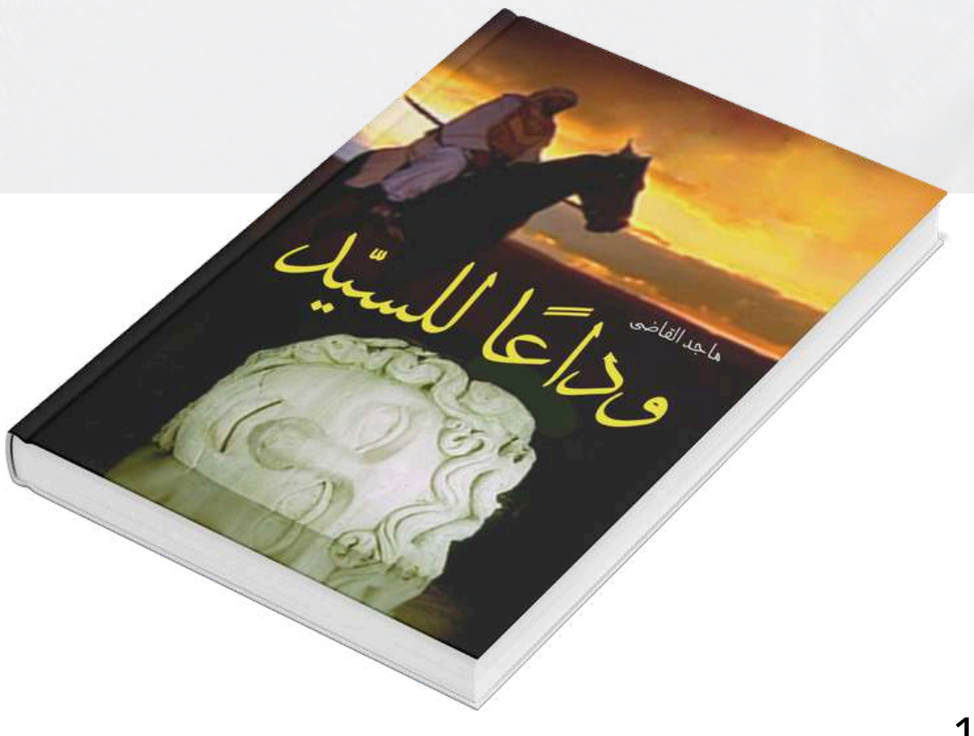
الكتابة بالنسبة لي جامعة للأمرين كليهما؛ فكلما تحرك قلم الروائي اكتشف شيئا عن نفسه، وأشياء عن الآخرين والواقع الي يحيط به.. لذا فالكتابة الروائية رحلة معرفة مستمرة داخلية وخارجية على السواء.

13. ما أكثر التحديات التي تواجه الكاتب أثناء عمله على نص جديد؟ وكيف تتعاملون مع لحظات التردد أو الصمت الإبداعي؟

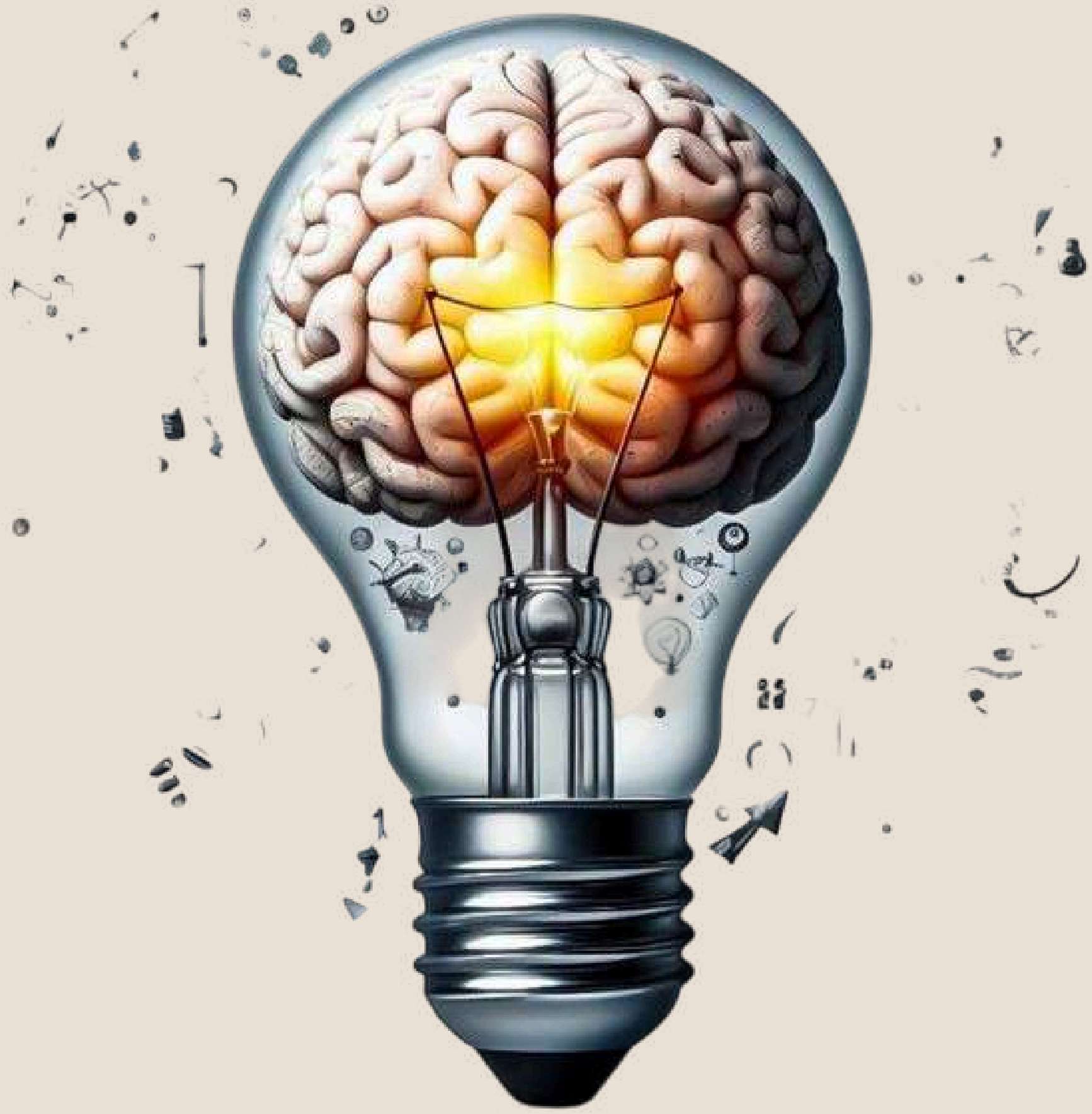
أكثر التحديات هي التوقف أثناء الكتابة لما يسميه البعض "حبسة الكاتب"، وهو مصطلح لا أعترف به؛ لأنه - في رأيي - مجرد توقف عن الكتابة لأسباب أهمها الملل من الفكرة أو عدم الاقتناع بها أصلا منذ البداية، أو عدم التخطيط المسبق للرواية، ومن ثم السير في طريق مجهول يستغلق عليه الاستمرار فيه إذا تعقدت الحبكة وتشابكت أطراف الصراع بغير أهداف أو مسارات معدة سابقا من الكاتب!

14. في ختام هذا الحوار، ما الرسالة التي تودون توجيهها لقرّاء مجلة أنفاس الحروف وللكتّاب الشباب في العالم العربي؟

رسالتي للقراء هي أن يظل الأدب لديهم مساحة للحوار الإنساني العميق مهما تغيرت الأزمنة، أما الكتاب الشباب فأدعوهم إلى الصبر على التجربة وعدم التسرع في البحث عن الاعتراف السريع؛ فالكتابة الحقيقية تُبنى بالقراءة الطويلة، والعمل المستمر على تطوير الأدوات.



ثَقَف



نفسك

منوعات أدبية

الكثير من الدروس قالها علي بن أبي طالب:

- لا ترغب فِيمن زهد فيك.
- كل متوقِع آت، فتوقع ما تتمنى.
- واحرص على حفظ القلوب من الأذى، فرجوعها بعد التنافر يصعب.
- لا تكن صلبًا فتكسر ولا لينًا فتعصر.
- خوافي الأخلاق تكشفها المعاشرة.
- اطلبوا الحوائج بعزة الأنفس، فإن الأمور تجري بمقادير الله.

الطَّرْفُ: العَينُ، ولا يُجمَعُ لأَنَّهُ في الأصل مَصدَر، فَيَكُونُ واحِدًا ويَكُونُ جماعَةً.

وقالَ اللهُ تَعَالَىٰ: ﴿ لاَ يَرتَدُّ إِلَيهِم طَرفُهُم﴾ [إبراهيم: ٤٣].

"الصِّحَاح" ص١٤١٥.

غريبُ الكلِم

قال الشاعر:

فَلا تَجزَع لِحادِثَة اللَيالي
وَقُل لي إِن جَزِعتَ فَما عَساكا
وَكَيفَ تَلومُ حادِثَةً وَفيها
تَبَيَّنَ مَن أَحَبَّكَ أَو قَلاكا

الجزع: الحزن والكدر مع إنعدام الصبر.

قلى: أي بغِض واشتد كرهه له فهجره.

ناجَىٰ أعرابيٌّ ربَّه، فَقالَ:

إليكَ بِكَ أتوسَّلُ، وَمِنكَ إليكَ أفِرُّ.

اللغةُ العربيّة لُغةُ قومٍ أذكياء؛ لا يَحتاجون أن تذكر لهُم الكلام كُلّه حتّى يفهموك.

- سعيد الكملي.

قصة مثل:

تقول العرب في أمثالها: "أبلغ من سحبان وائل"، أو أخطب من "سحبان وائل"، وهو سحبان بن زفر الوائلي الذي كان من خطباء وشعراء باهلة، إحدى قبائل شبه الجزيرة العربية.
وقد دخل سحبان مرة على معاوية بن أبي سفيان وعنده خطباء القبائل، فلمَّا رأوه خرجوا لعلمهم بقصورهم عنه، فقال:
لقد علم الحيُّ اليمانون أنّني .. إِذا قلتُ أمّا بعدُ أنِّي خطيبُها
فقال له معاوية: اخطب، فقال: آتوني عصا، فقالوا: وما تصنع بها وأَنت بحضرة أمير المؤمنين؟
فقال: وما كان يصنع بها مُوسى عليه السلام وهو يُخاطب ربّه؟ فأخذها، فتكلم من الظّهر إِلى أَن قامت صلاة العصر، ما تنحنح ولا سعل ولا توقف ولا ابتدأ في معنى فخرج عنه، ولا مال عن موضوعه الذي يخطب فيه.
فما زالت تلك حاله حتى أشار معاوية بيده، فأشار إليه سحبان أن لا تقطع كلامي، فقال معاوية: الصلاة، فقال: الصلاة أمامك! أَلسنا في تحميد وتمجيد، وعظة وتنبيه، ووعد ووعيد؟ فقال معاوية: إنّك لأخطب العرب! قال: العرب وحدها؟ بل أخطب العرب والعجم والجنّ والإِنس! قال: أنت كذلك.

قالت العرب:

هناك أماكن لا تذهب إليها... حتى لو جاءت صدفة:

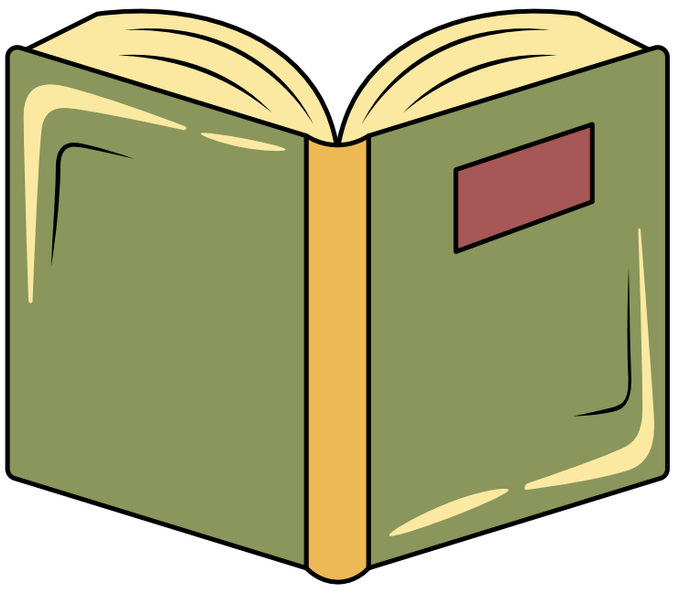
بيت شخص أهان عائلتك،

مكان لا يعرفون فيه قيمتك،

مكان يرون أنفسهم فيه أفضل منك،

مكان يُسخر منك فيه،

ومكان لم تُدعَ إليه أصلاً.



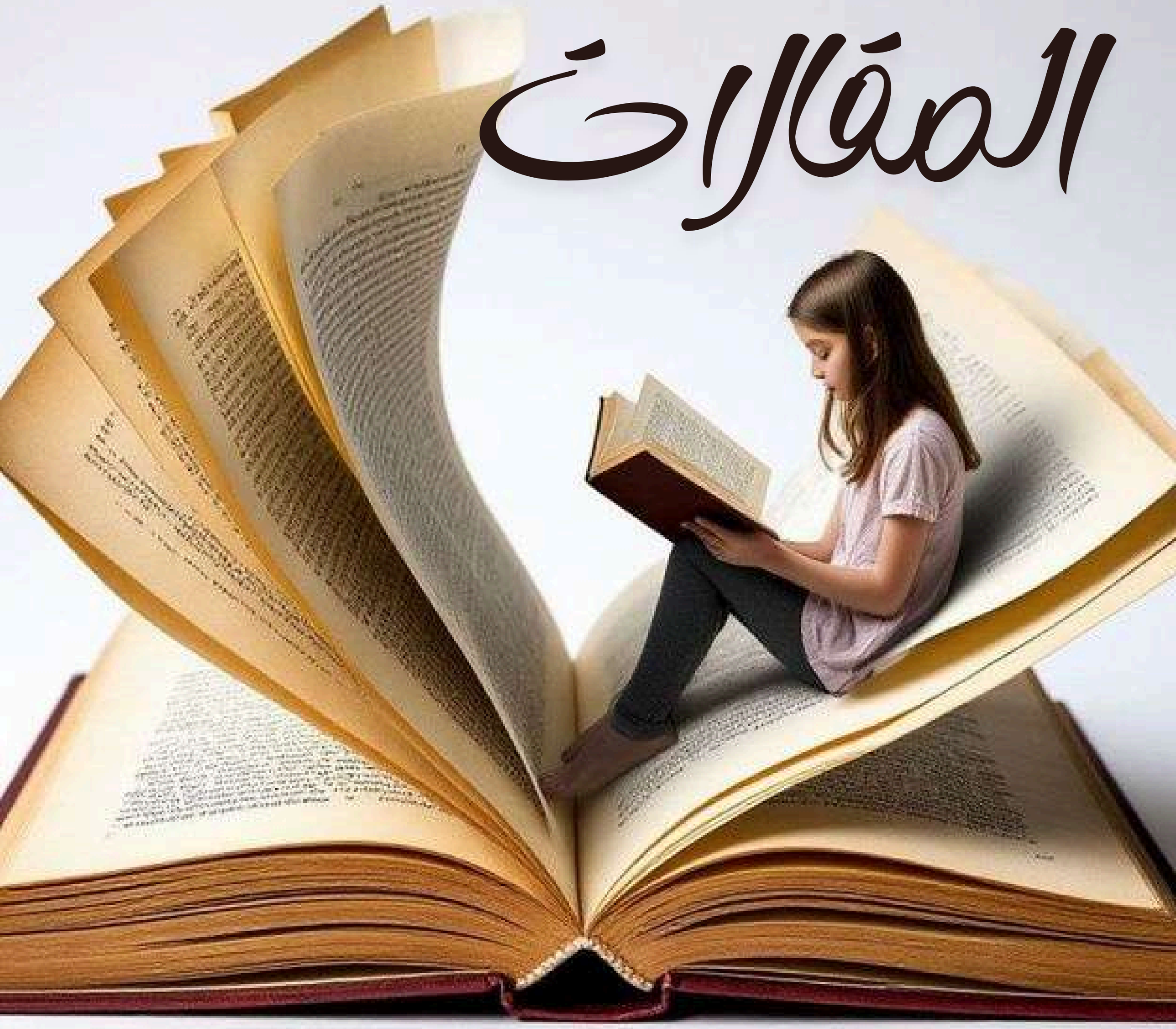
فوائد نـحـوية:

(خماس)

معدولة عن «خمسة خمسة» ممنوعة من الصرف ، وتعرب حالا ، ويستوي فيها المذكّر والمؤنّث ، نحو : «دخل الطلاّب الصفّ خماس خماس». أي خمسة خمسة.

(«خماس» : الأولى حال منصوبة بالفتحة الظاهرة ، «خماس» الثانية توكيد منصوب بالفتحة).

المقالات



الكتابة بين التحوّل والألم:

الكتابة بين التحوّل والألم:

ليست الكتابة فعلاً هادئًا كما يبدو للعين من الخارج؛ إنها زلزال داخلي، حركة خفية في أعماق الروح، حيث تتكسر طبقات الصمت وتخرج الكلمات مثل شرارات من احتكاك الوعي بالوجع. فكل نص يولد من منطقة ما بين التحول والألم، من تلك اللحظة التي يشعر فيها الإنسان أن داخله يتغير، وأن شيئًا ما لم يعد كما كان.

الألم هو أول المعلمين في طريق الكتابة. ليس لأنه جميل، بل لأنه صادق. فحين يمر القلب بتجربة عميقة — خسارة، حنين، خوف، أو حتى دهشة مفاجئة — تبدأ اللغة بالبحث عن شكلٍ جديدٍ لها. عندها تتحول الكلمات من حروفٍ عادية إلى كائنات نابضة، تحمل أثر التجربة ورائحتها وحرارتها.

في لحظة الكتابة، لا يكون الكاتبُ مجرد راوٍ للأحداث، بل شاهدًا على تحولات نفسه. كل جملة يكتبها تشبه خطوة داخل متاهة من الأسئلة: من أنا الآن؟ ماذا تغيّر في داخلي؟ ولماذا تبدو الأشياء من حولي مختلفة؟

وهكذا يصبح النص مرآة دقيقة، لا تعكس العالم الخارجي فحسب، بل تكشف التصدعات الصغيرة في الروح.

التحول الذي تصنعه الكتابة ليس صاخبًا؛ إنه يحدث ببطء، مثل تشكل الضوء في الفجر. يبدأ الكاتب بنصٍّ صغير، لكنه يكتشف مع الوقت أن الكلمات تعيد تشكيله هو أيضًا. فكل تجربة مكتوبة تترك أثرًا في داخله، كأن اللغة تنحت إنسانًا جديدًا من بقايا إنسان قديم.

لهذا كانت الكتابة دائمًا قريبة من الألم؛ لأن الألم يفتح الباب أمام الإدراك العميق. إنه يجبر الإنسان على النظر إلى داخله بصدق، وعلى مواجهة ما كان يتجنبه طويلاً. ومن هذه المواجهة تولد النصوص الأكثر حياة، تلك التي يشعر القارئ أنها لا تُقرأ فقط، بل تُحَسّ.

وفي النهاية، تبقى الكتابة رحلة بين ظلال التجربة ونور المعنى؛ رحلة يتحول فيها الألم إلى لغة، واللغة إلى فهم أعمق للحياة. وربما لهذا السبب يظل الكاتب يكتب، لا لأنه يريد أن يشرح العالم، بل لأنه يحاول أن يفهمه... وأن يفهم نفسه معه.

سرديات الكتابة بين الاعتراف والتخييل:

إعداد: رابعة عمر

الكتابة هي واحدة من أعمق وأغنى وسائل التعبير عن الذات والواقع. عبر التاريخ، تطورت الكتابة من مجرد وسيلة تواصل إلى أداة فنية تحمل في طياتها العديد من الأبعاد النفسية والاجتماعية والفكرية. أحد المفاهيم الأساسية التي تطرأ في الأدب المعاصر هو العلاقة بين "الاعتراف" و"التخييل" في الكتابة. هل الكتابة وسيلة للاعتراف بالذات؟ أم أنها ساحة لإطلاق الخيال والتحرر من القيود؟ في هذا المقال، سنتناول هذه الثنائية بين الاعتراف والتخييل، وكيف يمكن للكتابة أن تجمع بينهما، أو توازن بينهما، أو حتى تتناقض معهما.

1. مفهوم الاعتراف في الكتابة:

الاعتراف في الكتابة يمكن أن يعني أكثر من مجرد التعبير عن فكرة أو شعور. إنه عملية تكشف فيها الذات عن أسرارها، أحزانها، أفراحها، وأدق التفاصيل التي قد تكون مكبوتة في أعماق الكاتب. في الأدب المعاصر، قد لا يكون الاعتراف محصورًا في تقديم حقيقة شخصية فقط، بل يمكن أن يكون بمثابة تفريغ نفسي أو مسعى للفهم والتواصل مع الآخر.

يتخذ الاعتراف في الكتابة العديد من الأشكال: من السيرة الذاتية إلى الروايات التي تستند إلى أحداث واقعية. في هذا النوع من الكتابة، يظهر الكاتب ليس كراوٍ مستقل، بل ككائن إنساني يعبر عن نفسه من خلال مواقف وأحداث حقيقية أو موهومة. التعرية النفسية، واستخدام ضمير المتكلم (أنا)، هي من الأدوات التي تعزز هذا التوجه. فالكاتب يصبح "شاهدًا" على نفسه وعلى مجريات الأحداث التي يرويها.

2. مفهوم التخييل في الكتابة:

على النقيض من الاعتراف، يمثل التخييل في الكتابة حرية كاملة. إنه فضاء يتجاوز الواقع ويخلق عوالم جديدة تمامًا، تندمج فيها الرمزية والأسطورة، والمستقبل والماضي، ليعيد تكوين التجارب البشرية في أشكال متعددة. التخييل لا يقتصر على "خلق" قصص وهمية، بل يمتد ليشمل إعادة تشكيل الواقع بطرق قد تكون أكثر تعبيرًا عن الحقيقة الذاتية للكاتب أو المجتمع. من خلال التخييل، يمكن للأديب أن يسرد ما لا يمكن قوله في الواقع، أو أن يتجاوز الحواجز التي قد تفرضها الموانع الثقافية أو السياسية. الرواية الخيالية، أو الفانتازيا، تصبح وسيلة لتأملات أعمق حول الواقع المعيش أو حول مشاعر الإنسان.

3. التقاطع بين الاعتراف والتخييل:

في العديد من الأعمال الأدبية، لا يتم الفصل بين الاعتراف والتخييل بوضوح. قد يتداخل الاعتراف مع التخييل ليخلق مساحة معقدة وغنية من التعبير. على سبيل المثال، قد يستخدم الكاتب تفاصيل واقعية مستمدة من حياته الشخصية لكنه يدمجها في سياق خيالي يعكس تجارب شخصية أو اجتماعية بعيدة عن الواقع.

مثال على ذلك هو الأدب الذي يجمع بين السير الذاتية والخيال، مثلما فعل بعض كتّاب الأدب ما بعد الحداثة الذين أخذوا من حياتهم الشخصية نقطة انطلاق لمخيلة واسعة. يكتبون عن أنفسهم بشكل جزئي، لكنهم لا يتوقفون عند سرد حقائق حياتهم بل يتجاوزونها إلى أماكن أخرى أكثر غموضًا أو دراماتيكية. هذا التداخل بين الحقيقة والخيال يضيف طبقات متعددة من المعنى للنص ويجعل القارئ في حالة تساؤل مستمرة: هل هذا ما حدث حقًا؟ أم أن الكاتب يعيد تشكيل الواقع بإبداعه الخاص؟

4. لماذا يختار الكتاب التخييل أو الاعتراف؟

الاختيار بين الاعتراف والتخييل قد يرتبط بعدد من العوامل:

الهدف الأدبي: قد يختار الكاتب التخييل إذا كان يسعى لإيصال رسالة فلسفية أو اجتماعية تتجاوز الواقع الملموس، أو إذا كان يريد أن يبني عالماً جديدًا يعبر عن رؤية معينة. أما إذا كان الهدف هو التأثير النفسي أو الإنساني المباشر، فقد يكون الاعتراف هو الخيار الأمثل.

المحيط الاجتماعي: في بعض المجتمعات أو الفترات التاريخية، قد يكون الاعتراف محاطًا بالكثير من المحاذير. لذلك، يلجأ الكتاب إلى التخييل كمخرج من هذه القيود. في هذا السياق، يصبح التخييل وسيلة للتعبير عن ما لا يمكن البوح به علنًا.

الأسلوب الفني: بعض الكتاب قد يفضلون أسلوب "الاعتراف" لأسباب فنية، لأنهم يجدون أن الكتابة الشخصية أكثر إيلامًا وواقعية، وبالتالي أكثر تأثيرًا. بينما آخرون يفضلون استخدام الخيال باعتباره وسيلة لإضفاء قيمة فنية جديدة على الواقع.

5. الأدب باعتباره مجالًا للتحرر:
سواء أكان الاعتراف أم التخييل هو السمة الغالبة في النص الأدبي، يمكن اعتبار الكتابة عمومًا مجالًا للتحرر. فالكتابة تتيح للكاتب مساحة لتجسيد الذات والأفكار والأحداث وفقًا لرؤيته الخاصة. في هذا الإطار، سواء كان الاعتراف أو التخييل هو ما يسود في الكتابة، فإن الأدب يشكل وسيلة للتحرر من القوانين الاجتماعية والسياسية والوجدانية.

6. الأمثلة الأدبية:
الأدب الواقعي: كتّاب مثل ماركيز في "مئة عام من العزلة" و فيرجينيا وولف في "السيدة دالوي" قد جمعوا بين التخييل العميق والاعترافات الذاتية. وقدموا روايات مليئة بالمشاعر والأحداث التي يمكن أن تكون مستوحاة من الواقع لكنها محاطة بعوالم خيالية.
الأدب الذاتي: مثل رواية "الاعترافات" لجان جاك روسو، التي تمثل إقرارًا من الكاتب بحياته الشخصية والإنسانية، حيث يكشف عن عواطفه وتجارب حياته بأقصى درجات الصدق. هذه النوعية من الكتابة تعتمد على الاعتراف الصريح بالذات والألم الشخصي.

خاتمة:
الكتابة بين الاعتراف والتخييل ليست مجرد مقارنة بين نوعين مختلفين من الأدب، بل هي عملية تداخل معقدة تسمح للكاتب بالتعبير عن ذاته في أبعاد جديدة وغير محدودة. هذا التوازن بين الحقيقة والخيال، بين الذات والمجتمع، بين الماضي والمستقبل، هو ما يجعل الأدب مجالًا خصبًا للبحث عن الحقيقة الإنسانية، أيا كانت

الأدب كمساحة مقاومة صامتة: حين تصبح الكلمة درعاً

مقالات

في المجتمعات التي تواجه القمع أو التهميش، لا يعود الأدب مجرد ترف جمالي، بل يتحول إلى "مقاومة صامتة" (Silent Resistance). هذه المقاومة لا تستخدم السلاح، بل تستخدم الاستعارة والتخييل لإعادة امتلاك الحقيقة.

آليات المقاومة الصامتة في النص:

اللجوء للرمز والرمزية: عندما يضيق فضاء الحرية، يلجأ الكاتب لـ "لغة الاستعارة". بدلاً من انتقاد السلطة مباشرة، يتم نقد "النسق" عبر حكايات فانتازية أو تاريخية (مثل رواية "مزرعة الحيوان" لأورويل)، مما يجعل النص حمال أوجه؛ يقرأه القارئ الواعي كمنشور ثوري، ويراه الرقيب مجرد قصة خيالية.أدب الهامش: المقاومة هنا تكمن في تسليط الضوء على الشخصيات التي يحاول التاريخ الرسمي طمسها. كتابة رواية عن "عامل بسيط" أو "امرأة مهمشة" هي فعل مقاومة ضد السرديات الكبرى التي تحتفي بالأقوياء فقط.كسر الصمت بالذاكرة: الأدب يقاوم "النسيان". تدوين المآسي الشخصية والجماعية يحول الفقد من حدث عابر إلى وثيقة أبدية، وهنا يصبح الحفاظ على الذاكرة هو أسمى أشكال المقاومة.

"إن الكتابة في حد ذاتها هي احتجاج ضد الموت وضد المحو؛ إنها المحاولة المستمرة لقول 'لا' في وجه الصمت المفروض."

التدوين الشخصي بوصفه كتابة للهوية: صناعة الذات عبر الحرف

مع صعود الوسائط الرقمية والمنصات الشخصية، لم يعد التدوين مجرد مذكرات يومية، بل استحال مختبراً لصناعة الهوية (Identity Construction).

كيف يبني التدوين هويتنا؟

الاعتراف والتحرر: التدوين يسمح للفرد بالخروج من "الأنا" المحبوسة إلى "الأنا" المعلنة. من خلال تحويل المشاعر المبعثرة إلى جمل منظمة، يبدأ المدوّن في فهم ذاته وترميمها.

الهوية كعملية مستمرة (On-going Process): الهوية في التدوين ليست جامدة؛ المدوّن يعيد اختراع نفسه مع كل تدوينة جديدة. هو يختار ما يظهره وما يخفيه، وبذلك يمارس سلطة "التحرير" على حياته الخاصة.

التشبيك مع "الآخر": التدوين يخرج الهوية من حيزها الفردي إلى الحيز الجماعي. حين يقرأ الآخرون تدويناتك، يحدث نوع من "المرآة التقابلية"؛ تكتشف هويتك من خلال ردود فعل الآخرين ومشاركتهم لذات التجارب، مما يخلق هوية "انتماء" لدوائر فكرية معينة.

مواجهة التنميط: التدوين الشخصي يمنح الأفراد القدرة على تعريف أنفسهم بعيداً عن القوالب الجاهزة (الدين، العرق، المهنة). المدوّن يقول: "أنا ما أكتبه، لستُ ما تراه عيناك فقط".

ما بين حب الكتابة وفروقات تفسيرات معناه:

أزاهر عبدالعزيز

جميعًا مررنا بتلك اللحظة التي تساءلنا فيها عن معنى الكتابة وماذا تعنيه لنا؟
هل نحن نكتب لأن عقولنا مزدحمة؟ أم لأن لدينا حبًا خالص لذلك القلم؟ أم أننا نمضي الوقت بها؟

لا يمكن لأي فرد رؤية الفروقات بين حب الكتابة واستهلاك الوقت بها، إلا إذا كان متعمق في فهم جذورها. فهناك فرق خفي لا تراه العيون، بين من يكتب ليملأ فراغ ساعاته، ومن يكتب لأن في صدره نهرًا زاخرًا بلكلمات لا تهدأ إلا إذا نثرها على ذلك البياض. كلاهما يمسك بالقلم، وكلاهما ينقش نفس الكلمات والمعاني، لكن بين الفعلين مسافة ميلين، مثل من يسير في حديقة بهرولة بطيئة ليمضي الوقت، ومن يغرس أشجار هذه الحديقة ليورث ظلالها لأجيال الغد.

تمضية الوقت بالكتابة فعل عابر؛ يولد من مللٍ طارئ، أو فراغٍ ثقيل، فيكون القلم وسيلةً لقتل الساعات الرتيبة. الكلمات هنا تكون خفيفة الوزن وجميلة المعنى، لكنها لا تتشبث بالروح ولا تترك أثرًا عميقً فيه. فهي كأحاديث المساء العابرة؛ جميلة ورقيقة ما دامت تسير خلف بعضها بانتظام، ثم تتلاشى حين ينفض الجمع.

أما عشق الكتابة فشيء آخر؛ هو همس صغير خافض، ورفرفة شاحبة تسكن القلب، حديثها لا يطلب الإذن، ولا يطرق الباب ليعبر من خلال العقل. بل يرتجل بسكون من أوتار القلب ويسكن الأوراق ليجسد ما يختلج الروح، كحاجة الشجرة إلى الضوء، أو كحاجة البحر إلى المد والجزر. من عشق الكتابة لم يكتب لأن لديه وقتًا، بل لأن لديه مشاعر فائضة لا يحتمله وهن الجسد. يكتب لأنه سيختنق إذا لم يقلل من ذلك الضغط، ولأن الحروف عنده ليست سوى حيوات لمشاعر عدة، وخلاصه الوحيد.

الذي يمضي وقته بالكتابة يستطيع أن يتركها متى شاء هو؛ أما الذي يحبها، فلا تتركه هي. ترافقه في الطريق، وتهمس له في الضجيج، وتوقظه على فكرةٍ تطرق بحياء في عتمات الليل حيث السكون. تصبح الكتابة جزءًا من هويته، لا مهارةً يتقنها فحسب. هي مرآته حين يضيع، وملاذه حين يضطرب، وصوته حين يعجز عن البوح.

تمضية الوقت بالكتابة قد تملأ صفحة، أما حب وعشق الكتابة فيملأ حياة بأكملها.
ليست العبرة بعدد الصفحات التي نكتبها، بل بمدى ما تنبض به قلوبنا ونحن نكتب. فالكتابة التي تسكن القلب تبقى كما يبقي الصخر، ولو كانت جملة واحدة.
العبر ليست في أيهما أفضل، بل في أي طريق يسلكه قلبك.

الإيمان أساس نهضة الإنسان

أحمد سليمان أبكر

إنّ أوّل هدف يجب أن يعيه الإنسان من خلقه هو تحقيق معرفة الله سبحانه وتعالى التي حتمًا ستتم من خلال استشراف آفاق الكون واستكشاف أسراره وما أبدعه الخالق فيه، مع استقراء سريع لما احتواه الفضاء الكوني من مجرّات ونجوم فضلًا عمّا بينهما من عجائب تتعدّى قدرة الإنسان بالكشف الحسّي عنها، كلّ هذا وغيره من عجائب الله في الكون يُعطي دلالةً على أنّ خلق الإنسان وراءه غايةً عظيمةً، يمكن تلخيصها في الإيمان بالله وعبادته سبحانه وتعالى.

وفي سبيل تسهيل مهمّة معرفته على البشرية فقد رفع سبحانه وتعالى منزلتها عن حدود الأكل والشرب والتناسل التي تشترك فيها مع الحيوانات، بل أرادها أعلى شأنًا وأقدر عقلًا على الإدراك، وقد جعل كثيرًا من المخلوقات الأخرى ابتداءً من النجوم والأقمار والأرض وما فيها من بحار وجبال وكائنات تشكّل توازنًا ضروريًا لاستمرار حياة الإنسان وضمان أداء مهمّته. وقد أودع فيه إحساسًا روحيًا من شأنه أن يقود خطاه إلى الصراط المستقيم في باب توحيد الله وعبادته، وتحقيقًا لثبات سلامة هذه الفطرة من الزلل أو الخلل، فقد أيّده سبحانه وتعالى بالرسل والأنبياء ليبيّنوا له طرق العبادة وسُبل النجاة، ومنهج الحقّ. ولقد تجلّى إكرام الله للبشر بأن منحهم العقل، بل جعل العقل السليم مناط التكليف، وإذا رُفع التكليف بسبب القصر أو جنون رُفعت المساءلة والحساب. إذن بعد أن يعي الإنسان الهدف من خلقه وهو تحقيق معرفته بالله سبحانه وتعالى، يكون إيمانه بالله هو البداية الحقيقية لنهضته المنشودة، في كافة مجالات الحياة وضروبها.

ولعل المؤرخ جوزف توينبي صاحب «موسوعة دراسة التاريخ» قد أصاب كبد الحقيقة بقوله: "إن الإنسان القديم كان ينظر إلى الأرض كآلهة معبودة وكانت كل مظاهر الطبيعة على الأرض وما حولها آلهة عند الإنسان القديم..ولم يكن ذلك الإنسان قادر على تسخير موارد الطبيعة لخدمته كون كان يعاني من تلك الحالة النفسية".

ثم جاءت عقيدة التوحيد التي قضت على الاعتقاد بألوهية الأرض ومظاهر الطبيعة وأوضحت للإنسان أن كل شيء من مخلوقات الله سبحانه وتعالى.. وبذلك توفرت الحالة النفسية التي تسمح للإنسان بتسخير الطبيعة واستغلالها.

ومن هذا المنطلق وجد الإنسان المسلم نفسه في سلام كامل مع حقائق
الحياة وقوانينها العلمية دون تعارض بين أي منها فكلها تصدر عن ذات واحدة ولا يأتيها الباطل من بين اليدين أو الخلف.

وبذا في كنف الدين ولدت العقلية العلمية وازدهرت حتى تجاوزت حدود الجزيرة العربية في صدر الإسلام إلى كل بقاع الدنيا خاصة أوروبا. وكان جراءها إحداث هذه النهضة الحضارية الماثلة في عالم اليوم.

إن تفاصيل خطة التنمية والانعاش والتعامل بين الإنسان وأخيه الإنسان من جهة وتعامله مع الطبيعة من جهة أخرى هو يمثل قضاياه الظرفية وهذا قدره ولكنه في بحثه عن الحلول عليه أن يصطحب هدى القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، فالنظام السياسي يقوم على الشورى واحترام الحقوق الأساسية، والبناء الاقتصادي يستقر على قاعدة أن المال مال الله، ويترتب على ذلك أن لا يكون دولة بين الأغنياء أو تستبد به طبقة دون غيرها. إن الناس شركاء في ثلاثة «الماء والنار والكلأ». وهذه دعوى للكسب الحلال وحرب على الربا والاستغلال والاكتناز والاحتكار والثراء الحرام. وفي ظل ذلك يتم التوزيع العادل للثروة. وتقوم ركائزه الاجتماعية على الأسرة القائمة على الزواج المشروع وما يفرضه من مسئوليات الرعاية والتوجيه والتربية وعلى مرافق الزكاة والتكامل الاجتماعي. وفي السياسات الدولية يحترم مبادئ السيادة القومية والمواثيق الدولية والسلام العالمي. وهو دعوة مفتوحة للعبقرية الإنسانية أن تسهم من خلال إعمال الفكر والتدبر في آيات الكون وآفاقه لتطور العلوم وإسعاد البشرية. وحرصًا على حماية هذا البنيان لابد من إحاطته بمؤسسة عقابية عادلة رادعة تضع الحدود في مستوى الجرم دون طغيان.

وختامًا وبهذه النظرة المتكاملة أعلاه تدور دواليب الحياة من المسجد إلى البيت، ومن الجامعة إلى المجتمع، ومن الحقل إلى المصنع، ومن المتجر إلى المصرف، ومن المرفق العام إلى الخاص ومن الحاكم إلى المحكوم، ومن الخلوة إلى الشارع العريض ومن الفرد إلى الجماعة ومن القضايا المحلية إلى الدولية وكل ذلك في إطار منهج واحد معلوم غايته توحيد الله وعبادته سبحانه بلا خلل أو تضارب.

مقدمة في علم الصيدلية الرمضانية الإكلينيكية:

خالد جودة أحمد

بحث الدواء الإيماني لداء "نحافة الروح"

في لقطات سينمائية كوميدية لطيفة للفنان/ أحمد حلمي صارت أيقونة لمحبي الطعام الشديد والشهر الفضيل، في فيلم (إكس لارج)، والصائم قد صلي الفجر ثم استشعر العطش فورًا، رغم أنه مضي يأكل سحورًا هائلاً.

والحقيقة أن مثل هذه الحالة تعد مؤشرًا لمرض (نحافة الروح)، لذلك يمكن أن نطلق سراح هذا التساؤل القلق: الضعف في الأرواح أم في الأجسام؟!، فكلنا يعلم كيف تبدل حال أغلب المسلمين في رمضان -إلا من رحم ربي- فتحول شهر الصيام إلي شهر الطعام، وتحول شهر التهجد والقيام إلي شهر سهرات التلفاز وفي خيام الشيشة، والتضحية بالأوقات الثمينة، وتحول شهر البر والإحسان والاقتصاد إلي شهر الإسراف الشديد، وهكذا. ولا أقصد التقريع، فكلنا ذلك الإنسان، وانا أول الناس، إنما هي تذكرة حتي يساعدنا رمضان "الطبيب" علي اجتياز هوة هذا الصراع بين عادات ومقتضيات نفس وسلوك معيب وبين الجديد الإيماني الدوائي (الروح الرمضاني).

يقدم الباحث "علي الجندي" ملمحًا ذكيًا حول هذا الصراع العتيد: (من العجيب أن الإنسان قد يخرج أحيانا صباحًا إلي عمله دون أن يذوق طعامًا ويظل طول النهار تقريبًا دون أن يذوق طعامًا وقد يكتفي ببعض أقداح القهوة والشاي، ولكن في رمضان يتناول وجبتين كاملتين أحدهما قرب انبلاج الصبح، ولا يكاد يأتي عليه الضحى حتى يحس بالجوع فإن حان وقت الإفطار انتظره علي أحر من الجمر، فمعني ذلك أن ضعفنا في ضعف أرواح لا ضعف أجسام)، وقد وجدت هذا الأمر في أكثر من أثر، يتحدث كاتب صحافي معروف، قائلًا: (أنا –والعياذ بالله من كلمة أنا- أكون في حال يصعب علي الكافر وأنا صائم، حيث أفقد القدرة علي العمل والتفاعل (..) ربما لأنني من الذين لا يتحملون الجوع، وإن كنت لست أكولاً، وربما يرجع الأمر إلي فكرة المنع في حد ذاتها هي السبب، فقد جاء رمضان في عز الشتاء الزمهرير، ولم أكن أظمأ أو أجوع، ومع هذا كنت في نفس الحالة).

ويتحدث د. عبد المحسن صالح عن ظواهر نحافة الروح وداله الرئيس الشغف الهائل بالطعام في رمضان، رغم أن المقصود العكس، يقول بتصرف: (ماُ يصرف علي الطعام والشراب في شهر رمضان يفوق مثيله في أي شهر آخر .. ربما بضعفين أو ثلاثة .. والغريب أن هذا يحدث في شهر مبارك من سماته عدم الإسراف في مال وطعام وشراب، فنحن نأكل في شهر رمضان أكثر مما نأكل في أي شهر آخر، وهذه مفارقة تستحق وقفة تأمل وتدبر).

بالتالي هناك حالة مرضية تصيب الروح، وينجم عنها مضاعفات وآثار صعبة، من أهمها نحافة الروح، وإصابتها بمرض خطير قد يقضي عليها، فالروح مسجاة في سرير الدنيا تعاني من هزال قتال، تلتقط أنفاسها من ثقب أبرة لاهثة، يضج صدرها كالطبل الهائل بالألم، ومن عجب انه رغم هذا الشان المرضي الخطير، لا تجد الأرواح من يعني بتغذيها تغذية صحية، وإلتماس الدواء لها، من ذكر وأذكار، وآيات واعتبار، وتأمل ودعاء، وتدبر في صنع الله وتبتل، وصدقات وصلوات، وإيصال صلات أرحام ممزقة، وترك للحرص والخوف، إلي آخره من هذه العلاجات الشافية.

ومن هنا تنبع أهمية علم الصيدلة الرمضانية السريرية، والصيدلي السريري تطوير طبي مهم، وتأسيس علمي بصير، فهو خبير الأدوية و هو الأدري بالأمور الدقيقة الخاصة بها مثل: كيفية حساب الجرعات, تعديل الجرعات، تداخلات الأدوية مع بعضها، كيفية تحضير أدوية معينة، تولي الصيدلي هذه المهام يوفر علي الطبيب عمل كثير، ويجعله يتفرغ أكثر للأستماع إلي المرضي، و التركيز علي مهامه الأصليه فى تشخيص المرض. ووجود الصيدلي ضمن الفريق الطبي يتيح توفير معلومات عن الأدوية المختلفة و بدائلها، ويكون الصيدلي مصدر المعلومات السهل الوصول إليه بالنسبة للمريض للإجابة علي استفساراته عن جرعة الدواء، وميعاد أخذه، وغيرها من تساؤلات المرضى، كما يحدث تعظيم الفائدة من استخدام الأدوية عن طريق إعطاء أنسب جرعة لكل مريض فى الوقت المناسب وبالطريقة المناسبة.

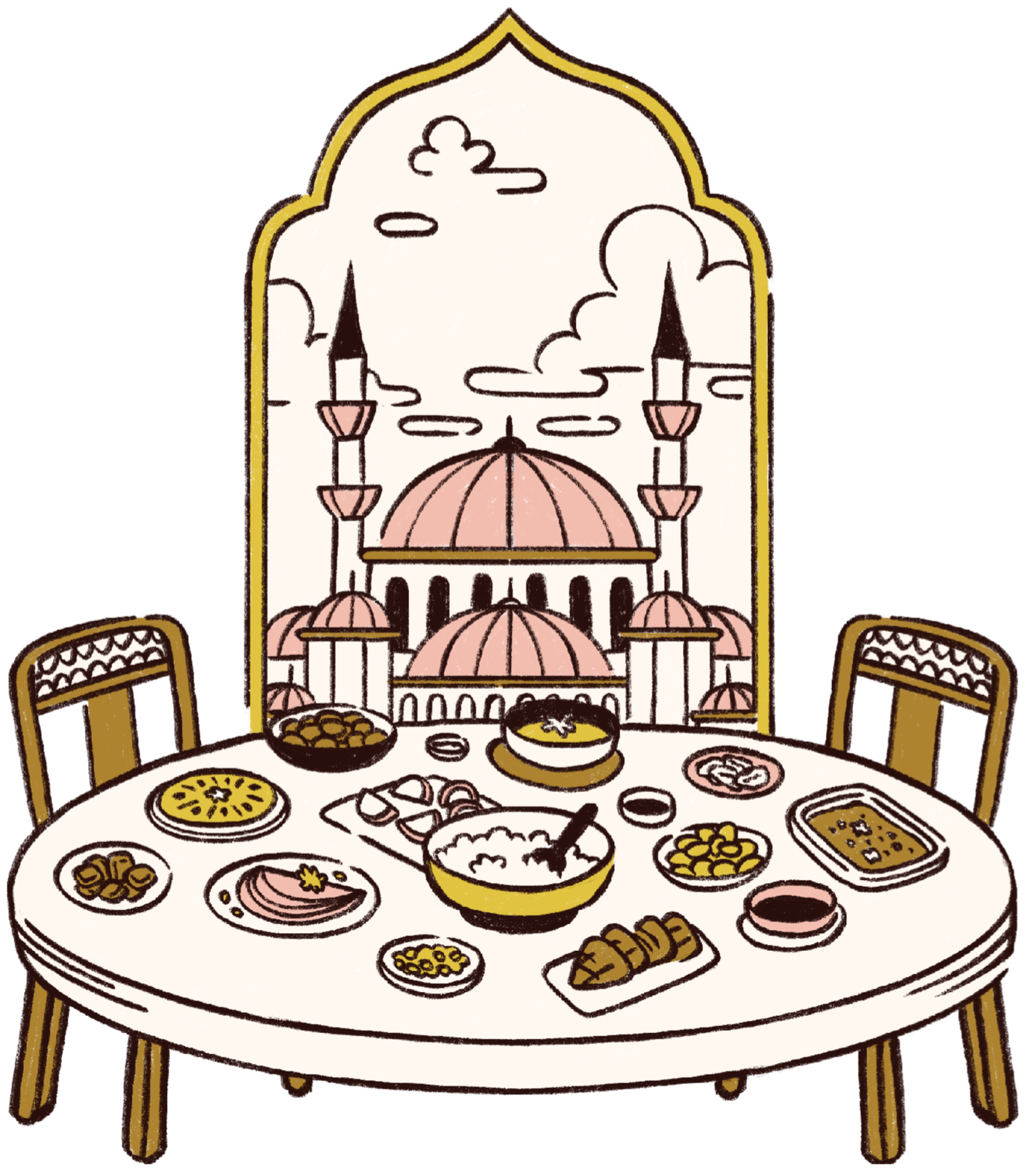
وشهر رمضان الكريم هكذا يؤسس صيدلة للروح المسجاة سريريًا والضعيفة أشد الضعف، يقدم لها أدوية ناجزة، في جرعات مكثفة تنقذها من التردي الصحي الخطير بعد أن أهملها صاحبها في العلاج حتي أفضي بها إلي هذا الضعف المترع، هذه الجرعات المكثفة من صيام وقيام وذكر وصدقات وتلاوة قرآن والتحفيز إليها بالنصوص الشريفة،

والتآزر بينها، وتشكيل الصوبة الإيمانية ذات الأنفاس النقية، والتي تم تعقيمها من مردة الشياطين، وملوثات الأرواح، هذا جميعه يقدم طوق نجاة لأرواح نحيفة تكاد تقضي مرضًا وضعفًا.

والتشخيص للحالة والتي تؤسس سبل العلاج الرمضاني قدمه الزاهد "ابن مسروق الطوسي" عندما قال: (المؤمن يقوي بذكر الله .. والمنافق يقوي بالأكل)، وفي الرواية الشيقة لأحمد بهجت (مذكرات صائم) يصف كيف اجتاحت الكآبة الأرواح، يقول: (كيف يتسع قلب في حجم قبضة اليد لأحزان في رحابة الأفق)، وفي موضع آخر يقول: (الألم المادي في القلب يزيد، والكآبة لم ترحل وإنما تنتشر. فشل أطباء الجسد، ولم يبق غير أطباء الروح)، ونعود مرة أخر للعلامة الأديب د. عبد المحسن صالح، حيث يتحدث عن قوائم الطعام في رمضان، معقبًا عن الحكمة العظيمة الكائنة في هذا الشهر الكريم، يقول بتصرف: (فهو شهر الانضباط الديني والنفسي والبدني، ليعمق في الإنسان جذور الإيمان، عن طريق كبح شهوات، يراقب الناس فيها ربهم، وفي الوقت ذاته يراقبون أجهزتهم الحية التي ظلت تشتغل بغير هوادة طوال عام كامل، وأين لها أن تأخذ "هدنة" تريحها من عناء متواصل)، فوصفة دوائية من لون: تلاوة القرآن الكريم وقراءة السنة المطهرة والسيرة الشريفة، ومدارسة هذه العلوم، وإقامة أمسيات رمضانية نبيلة، ... إلى آخره من صنوف الدواء الرمضاني تنقذ الروح المحتضرة من خطر الفناء.

يقول أيضا د. عبدالمحسن صالح عن الدواء الارمضاني: (كل هذا غذاء للروح والعقل، وكلما ازددت من هذا الغذاء وجدت فيه نهمًا لا تشبع منه النفس أبدًا، ذلك أن عقولنا تسطيع أن "تهضم" أكداسًا من فوق أكداس من العلم النافع، وبه تتسع المدارك، وتسمو المعارف، وتتفتح العقول علي المزيد، دون أن تصيبها تخمة أو عسر أو ما شابه ذلك). وقرأت في كتاب طبي علمي معنون (الصيام ... الغذاء الأمثل)، من تأليف د. آلان كوت الحائز علي درجة الدكتوراة في التغذية أن الصوم يجعلك أكفأ ذهنيًا وجسديًا، ويشحذ الحواس، ويقوي الإرادة، ويمنحك صفاء روحيًا.

نفعنا الله تعالي بمركبات الدواء الإيمانية، وأصلح شان أرواحنا في شهرنا المبارك الكريم، وكل عام وحضراتكم بصحة وعافية وخير.



قدح زينب
مقالات عن الفلكلور السوداني

زينب محمد بخيت

بركات رمضان... بين (عواسة) (الابري) وخم الرماد

لطالما كانت عادات رمضان في السودان أكثر من مجرد طقوس موسمية هي موروثات حية تتناقلها الأجيال كما تورث الحكمة أو كما تُسلم رسالة أمانة من يد إلى يد.

في كل بيت سوداني يبدأ الاستنفار قبل أن يعلن هلال الشهر حضوره تجهيزات الخيرات ترتيب الأواني تخزين (المواد التموينية) رائحة (الزريع) التي تملأ المكان إيذانا بقدوم ضيف كريم.

لكن المشهد الأجمل يبقى في ساحة النساء صانعات البركة وحارسات الطقس الشعبي العريق،تبدأ الحكاية بـ(عواسة) الآبري أو كما يعرف بـ الحلو مر ذلك الشراب الرمضاني السوداني العريق الذي لا يكتمل الشهر بدونه تتجمع النساء في بيت إحداهن كل واحدة حسب يومها تدعو الأخريات فتتحول العواسة من مهمة منزلية إلى احتفال جماعي الأيادي تتشابك فوق العجين والنار تشتعل تحت الصاج ، الضحكات تعلو أكثر من ألسنة اللهب.

ليس الابري وحده ما يصنع في تلك اللحظات بل تصنع الألفة وتتجدد العلاقات،ترسم ملامح المطايبه والعفو عما فات وتنسج الحكايات بالمحبه.

بعد الفراغ من العواسة يترك الرماد كما هو ساكنا شاهدا على دفء ذلك اللقاء لا يُخمَد فورا ولا يبعثر بل يترك ليوم معلوم،قبل حلول الصيام بيوم تجتمع النسوة مرة أخرى لكن هذه المرة بطعامهن كل واحدة تأتي بما تيسر فيقمن وليمة صغيرة يتشاركن اللقمة كما يتشاركن الضحكة وهمسات هناك وسط الثرثرة التي لا تنتهي والذكريات التي تروى وكأنها حدثت بالأمس يقمن بـ(خم الرماد).

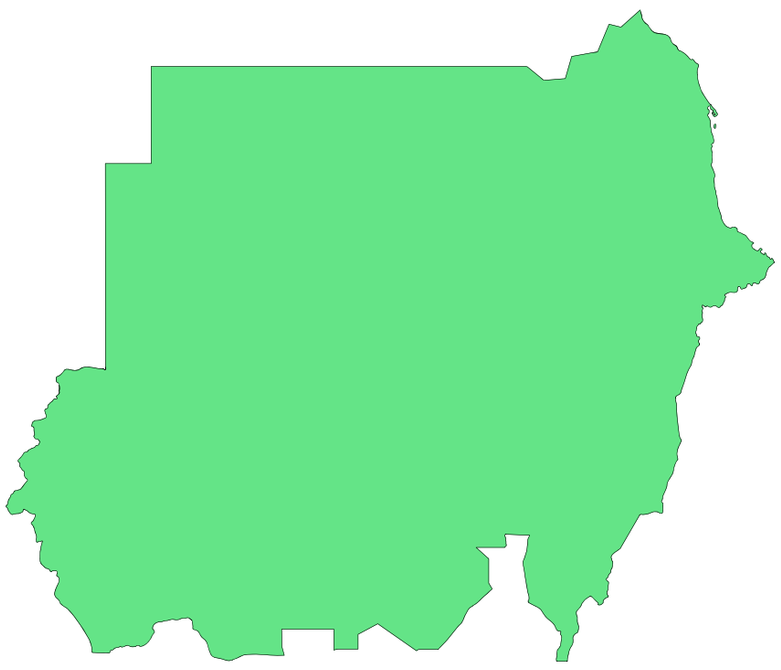
والامر ليس مجرد تنظيف لمخلفات نار بل هو إعلان رمزي بأن زمن التحضير قد اكتمل

وأن الشهر الفضيل أصبح على الأبواب.

هكذا بين عواسة الآبري وخم الرماد تتجلى بركات رمضان في الفلكلور السوداني ليست البركة في الطعام وحده بل في الجماعة في التعاون في الحضور المشترك الذي يجعل من الشهر مناسبة للروح قبل الجسد.

رمضان في السودان لا يبدأ بالأذان فقط بل يبدأ من تلك النار الأولى...

ومن رماد يُخمّ بمحبة.



يوم المرأة العالمي
تحية تقدير لكل امرأة:

في الثامن من مارس من كل عام يحتفل العالم بـ اليوم العالمي للمرأة، وهو يوم يرمز إلى تقدير إنجازات المرأة في مختلف مجالات الحياة، وإلى التأكيد على دورها في بناء المجتمعات وصناعة المستقبل. وقد بدأ هذا اليوم يأخذ طابعًا عالميًا منذ اعتماده من قبل الأمم المتحدة عام 1975، ليصبح مناسبة للاعتراف بجهود النساء وإسهاماتهن في ميادين العلم والثقافة والعمل الإنساني.

لم تكن مسيرة المرأة عبر التاريخ سهلة، فقد واجهت تحديات عديدة في سبيل إثبات حضورها ومكانتها، لكنها استطاعت بالصبر والعمل والإبداع أن تكون شريكًا أساسيًا في تقدم المجتمعات. واليوم نجد المرأة فاعلة في مجالات الأدب والفكر والعلوم والقيادة، تسهم بعطائها في صياغة واقع أكثر توازنًا وإنصافًا.

إن الاحتفاء بالمرأة لا يقتصر على يوم واحد في السنة، بل هو تقدير دائم لدورها في الأسرة والمجتمع، ولقدرتها على العطاء والتجدد والإلهام. فالمرأة هي الأم والمربية والمبدعة، وهي أيضًا الصوت الذي يزرع الأمل ويصنع التغيير.

وفي هذه المناسبة، تتقدم مجلة أنفاس الحروف بأصدق التهاني لكل امرأة، متمنية لها مزيدًا من النجاح والتقدير، وأن تبقى كلماتها وأحلامها وأعمالها مصدر إلهام يضيء دروب الحياة.

كل عام والمرأة في العالم العربي والعالم كله بخير،

وكل عام وهي رمز القوة والعطاء والجمال الإنساني.

شخصيات سودانية أدبية

ملكة الدار محمد عبد الله:
رائدة السرد ونبض الهوية السودانية

تُعد ملكة الدار محمد عبد الله (1920 - 1969) أيقونة لا يمكن تجاوزها عند الحديث عن الريادة النسائية في الأدب السوداني؛ فهي لم تكن مجرد كاتبة، بل كانت "صوت الانطلاقة" الذي كسر حاجز الصمت في بيئة كانت تهيمن عليها الأقلام الرجالية بالكامل.

1. النشأة والتكوين: بين التعليم والوعي المبكر

ولدت ملكة الدار في مدينة الأبيض بوسط السودان، وهي نشأة أثرت بعمق في مخيلتها الأدبية. تلقت تعليمها في وقت كان تعليم المرأة فيه تحدياً مجتمعياً، وتخرجت من "كلية تدريب المعلمات" بأم درمان عام 1934. هذا التكوين الأكاديمي جعل منها مربية أجيال قبل أن تكون قاصة، حيث عملت في سلك التعليم في عدة مدن سودانية، مما أتاح لها فرصة نادرة لمعاينة تفاصيل حياة المرأة السودانية في الريف والحضر على حد سواء.

2. "الفراغ العريض": مانيفستو الرواية النسائية

رغم أن ملكة الدار كتبت القصة القصيرة وفازت بجوائز (مثل قصتها الشهيرة "حكيم القرية" عام 1947)، إلا أن روايتها "الفراغ العريض" تظل هي حجر الزاوية في مشروعها الأدبي.

ثورية الموعد: كتبت الرواية في الخمسينيات ونُشرت بعد وفاتها عام 1969، لتكون أول رواية نسائية سودانية ناضجة فنياً.

المضمون: لم تكن الرواية مجرد حكاية عاطفية، بل كانت تشريحاً دقيقاً لـ "الفراغ" الذي تعيشه المرأة السودانية بين جدران المنزل والقيود الاجتماعية. تناولت بجرأة قضايا مثل تعليم البنات، الزواج التقليدي، والموازنة بين الواجب الأسري والطموح الذاتي.

الأسلوب: تميزت بلغة واقعية رصينة، استطاعت من خلالها نقل النفس السوداني الخالص، وصورت الصراع بين جيل الآباء المتمسك بالتقاليد وجيل الأبناء التواق للتغيير.

3. الأدب كمساحة للمقاومة الاجتماعية

في سياق حديثنا السابق عن "الأدب كمساحة مقاومة صامتة"، نجد أن ملكة الدار طبقت هذا المفهوم ببراعة:

المقاومة بالوعي: قاومت التهميش ليس بالصراخ، بل برسم شخصيات نسائية قوية، متعلمة، ومدركة لحقوقها.

4. الإرث والتأثير

لم تترك ملكة الدار خلفها كتباً فحسب، بل تركت "طريقاً معبداً". بفضل جرأتها، تشجعت أجيال لاحقة من الكاتبات السودانيات (أمثال فاطمة السنوسي، وبثينة خضر مكي) على اقتحام عالم الرواية. لقد أثبتت أن المرأة السودانية قادرة على صياغة "مشروع فكري" متكامل يجمع بين الفن والقضية.

يمكن القول إن ملكة الدار كانت تمارس "التدوين الروائي للهوية"؛ فهي لم تكتب عن شخصيات متخيلة بقدر ما كانت تدون "هوية الأنثى السودانية" في مرحلة ما قبل وما بعد الاستقلال، محولةً القلق الشخصي إلى قضية عامة.

"رحلت ملكة الدار في أوج عطائها، لكن 'الفراغ العريض' الذي تركته في جسد الأدب السوداني، سرعان ما امتلأ بكلماتها التي لا تزال تلهم الباحثين عن الحقيقة والحرية."

ننتظر أجوبتكم لأسئلة العدد السابق:

من يسبق الآخر في الكتابة: التجربة أم اللغة؟

وتابعوا أعداد كُتيب أنفاس رمضان

ورمضانكم مبارك

أنفاس الحروف

أنفاس الحروف

لأن الإبداع يستحق نافذة

انتظرونا في العدد
القادم بإذن الله