الطبعة الأولى

يسلميات

يسلم الديني

2025

إذا كنت لستَ مستعداً للحقيقة أنصحك بأن لا تقلب هذه

الصفحة أعد الكتاب حيث كان، وانتقِ كتاباً آخر

لماذا قلبت الصفحة؟!

ما زال بإمكانك التراجع

هل أنت متأكد ؟ !

أتعرف ماهو أسوأ من الموت؟ !

إنّها الحقيقة التي تنتظرك بالداخل

النجـاة

ولأنني لم أكن أعرف كيف أنجو،

دلّني الله على مخرج لم أره،

داخل نفسي.

نجوتُ...

لكنني لم أعد أصدق أحدًا.

ولم أعد أضحك من قلبي.

نجوت،

لكن شيئًا فيَّ

بقي تحت الأنقاض.

تعلمتُ أن لا أشرح كثيرًا،

فمن يفهمك... لا يحتاج دليلًا،

ومن لا يفهمك... لن يُقنعه شيء.

نجوت لأنني صمتُّ،

لأنني لم أجب،

ولأنني لم أركض خلف من ركلني.

كنت أظن أن الله سيغيّرني،

فغيّر مَن حولي.

ثم علّمني أن النجاة... أن تبقى كما أنت، رغمهم.

أردتُ أن أُشفى،

فأعطاني الله ألمًا آخر

كي أنسى ما قبله.

ما قيل لي: اصبر، ستمر.

ما لم يُقال لي: ستمر... فوقك.

أنا لا أكتب لأُشفى،

بل لأعترف أنني ما زلت أنزف،

بطريقة مرتبة.

الغياب

لم يكن الغياب فُرقة...
كان طعنة لا أحد رآها.
كان صمتًا يشبه النسيان... لكنه مؤلم أكثر.
قالوا: الوقت ينسّي.
لكن الوقت فقط يعلّمك
كيف تُخفي وجعك بطريقة لبقة.
كل الذين غابوا،
أخذوا جزءًا من قلبي...
ولم يرسلوا أي اعتذار.
أشتاق أحيانًا...
لكنني لا أرجع.
ليس كبرياءً،
بل لأنني تعلمت كيف أعيش بنصف قلب.
الغياب علّمني أنني كنت وحدي...
حتى وأنا مع الآخرين.

لا أحد يرحل فجأة،

الغياب يأتي على مراحل:

نظرة باردة،

كلمة ناقصة،

وظهرٌ مُدار.

أصعب غياب؟

حين يغيب الذي بداخلك.

فتبتسم... وأنت ميت من الداخل.

الغياب لا يقاس بالأيام...

بل بعدد المرات التي تمنيتَ لو أنك لم تعرفهم أصلًا.

الغياب يُربّي فيك عادة التأقلم...

لكن التأقلم لا يعني الشفاء.

وأسوأ الغياب،

هو غيابك عن نفسك... وأنت حاضر في حياة الآخرين كظل فقط.

الصمت

الصمت ليس ضعفًا...

بل اختيار ثقيل،

يأتي حين تصبح كل الكلمات ضئيلة أمام ما تشعر به.

الصمت لا يعني أنك بخير،

ولا يعني أنك استسلمت.

أحيانًا هو آخر ما تبقّى من كرامتك...

وأحيانًا، هو محاولتك الأخيرة لأن لا تجرح أحدًا بكلامك.

في لحظات معينة،

يصبح الكلام ترفًا،

ويغدو الصمت لغة الذين تعبوا من الشرح،

وتعبوا من التبرير... وتعبوا من الخذلان.

الصمت ليس هدوءًا...

بل صراخٌ داخليّ، من نوع لا يسمعه سواك.

كنتُ أتكلم كثيرًا... إلى أن تعبت.

فصرت أصمت،

وكل ما بداخلي... يصرخ.

الصمت علّمني كيف أنجو،

كيف أكون بعيدًا... حتى وأنا هنا.

لا تصدق الهادئين،

فهم فقط تعبوا من تفسير الأشياء التي لا تُفهم.

كثيرة هي الكلمات التي لم أقلها،

ليس لأنها لا تُقال،

بل لأنهم لا يستحقون سماعها.

في كل مرة التزمت الصمت...

أنقذت نفسي من جرح جديد.

الصمت أحيانًا ليس نُبلًا،

بل خيبة كبيرة... لا صوت لها.

تعلمت أن الصمت لا يعني السلام،

بل يعني: لم يعُد لديَّ طاقة للشرح،

ولا رغبة في الإقناع،

ولا وقت لأُعيد ترتيب جراحي أمام أحد.

الخذلان

الخذلان لا يأتي من غريب،

بل ممن منحتهم قلبك، ووقتك، وصدقك... فتركوها خلفهم كما تُترك الأشياء القديمة.

الخذلان شعور صامت...

كأن أحدهم سحب منك الأمان دون أن يُخبرك.

يبدأ بنظرة... ثم ببرود... ثم بانسحابٍ لا يُعلن.

الخذلان لا يكسر القلب فحسب...

بل يكسر إحساسك بمن تكون.

لم يؤذني رحيلهم،

بل الطريقة التي رحلوا بها...

كأنني لا أستحق حتى التوضيح.

الخذلان لا يُؤلمك فجأة،

بل يتسلل إليك...

كلّما تذكرت كيف كنت صادقًا مع من لم يكن يرَك أصلًا.

سقطتُ من عيني...

قبل أن أسقط من أعينهم.

كل الذين خذلوني...

كانوا يعلمون تمامًا ماذا يفعلون،

لكنهم لم يهتموا.

الخذلان لا يُنسى،

هو ذلك الطعم المرّ الذي يعود في كل مرة تثق فيها بأحد جديد.

أكثر ما يؤلم في الخذلان...

أنك لا تعرف كيف تدافع عن نفسك،

ولا ضد من.

تعلمت أن لا أنتظر أحدًا...

لأن الذين كنت أعدّهم ملجأ،

كانوا أول من تركني في العراء.

لا أحد يخذلك فجأة،

بل يتدرّج في التغيّب،

في التجاهل،

في قسوة الردّ،

حتى تنتهي وحدك... دون وداع.

لم أكرههم...

فقط فقدت القدرة على أن أحبّهم بنفس الطهارة

الأولى.

الخذلان لا يُعلّمك القسوة،

بل يعلمك كيف تُخفي الطيبة... في مكانٍ لا يصل إليه أحد.

بعضهم لم يخذلك...

بل كشف لك عن وجهه الحقيقي.

أنا لا ألومهم،

بل ألوم نفسي...

لأني كنت أراهم أكبر من حقيقتهم.

أحيانًا يكون الخذلان رسالة من الله،

تقول لك:

"هؤلاء ليسوا لك... وإن طال المدى بينهم وبين قلبك."

البُعد

البُعد لا يُقاس بالكيلومترات...

بل بعدد اللحظات التي كنتَ فيها بحاجة لأحد، فلم يكن هناك.

البُعد لا يحتاج سفرًا...

يكفي أن ترى مَن تحبّه أمامك، لكنه غائب عنك في كل شيء.

البُعد الحقيقي...

هو أن يتحول القرب إلى عادة،

والحديث إلى مجاملة،

والاهتمام إلى عبء.

أحيانًا لا يُبعدنا الزمن...

بل يُبعدنا الإهمال،

وقلة السؤال،

وتجاهل التفاصيل الصغيرة التي كانت تعني الكثير.

والأقسى من البُعد؟

أن تبقى أنت على القرب...

ولا يشعر بك أحد

لم تكن بيننا مسافات،

لكن البُعد كان يسكن كل شيء.

أحادثه...

فلا يسمع.

أقترب...

فلا يشعر.

أحبّه...

ولا يصل إليه شيء.

قربه لم يكن كافيًا،

لأني كنت أفتقده حتى وهو بجانبي.

البُعد لا يعني الغياب،

بل يعني أن يراك أحدهم...

وكأنك لا شيء.

أحيانًا نبتعد ونحن صامتون،

ليس لأننا لا نحب،

بل لأننا تعبنا من أن نُشرح أنفسنا.

لم أعد أعاتب...

فمن اعتدت أن يكون قريبًا،

إن ابتعد... فلن يعود كما كان.

نحن لا نُجيد الرحيل...

لكننا نُجبر عليه،

حين يصبح القرب مؤلمًا أكثر من البُعد.

بعض القلوب لا تبعد عنك...

هي فقط تعبت من انتظار المقابل.

الوحدة

هي المسافة بينك وبين كلّ شيء،

حين لا يراك أحدٌ كما أنت،

ولا تسمعك الأرواح كما تقول.

تجلس على حافة العالم، تتأمل صمتك وكأنك تتفاوض معه.

وكل ما حولك يزداد ازدحامًا... إلا قلبك، يزداد فراغًا.

الوحدة ليست أن تجلس وحيدًا،

بل أن تكون بين الجميع... وتشعر أنك لا تنتمي لأي أحد.

هي شعورٌ خفي،

لا يُرى، ولا يُفسَّر،

كأنك تهمس للعالم كله... ولا أحد يسمعك.

في الوحدة، يتكاثر الصوت في رأسك...

وتقلّ الكلمات الخارجة منك.

تضحك مع الناس، وتبكي داخلك دون سبب واضح.

وأحيانًا، تصبح الوحدة ملاذًا...

بعد أن خذلك القرب،

وجفّ فيك ماء الحديث،

وصار الأمان حلمًا قديمًا.

أنا لا أخاف الوحدة...

أنا فقط أخاف أن أعتادها.

الوحدة علّمتني أنني كافٍ،

حتى وإن لم يُكملني أحد.

يحدث أن تكون محاطًا بالجميع...

لكنك تشعر أن لا أحد يفهمك حقًا.

الوحدة ليست غياب الناس،

بل غياب من يُنصت لقلبك حين تتكلم بصمت.

أحيانًا أفضل الوحدة،

فهي لا تجرح،

ولا تخذل،

ولا ترحل فجأة.

الوحدة لا تُخبرك أنها قاتلة،

بل تجلس بجانبك...
حتى تُصبح صديقتك المقرّبة.

في الوحدة...
أكتشفني،
أرمم كُسوري،
وأكتب كأن أحدًا سيقرأني يومًا.
بعض الوِحدة، شفاء.
وبعضها... سجن لا يُرى قضبانه.

النضج

النضج لا يعني أن تُصبح أكثر صمتًا فقط،

بل أن تفهم متى تتكلّم، ومتى تمضي، ومتى تُسامح...
ومتى تُغلق الباب بهدوء.

النضج هو أن تُدرك أن بعض المعارك لا تستحق
السيوف،

وأن راحة بالك... أغلى من إثباتك لأي شيء.

هو أن تتغير دون ضجيج،

أن تخسر دون أن تنهار،

أن تتقبّل الحقيقة كما هي... حتى لو لم تكن كما تُريد.

النضج لا يُشعرك بالفخر...

بل يُثقلك بالوعي،

وتلك أحيانًا لعنة لا يراها الآخرون.

كبرتُ...

فلم أعد أبحث عن التبرير،

ولا عن الإنصاف...

ولا عن بقاء من لا يُريد البقاء.

النضج جعلني أفهم...

أن بعض الردود،

هي أن تصمت تمامًا.

لم أعُد أجادل،

ولم أعُد أشرح،

ولم أعُد أعتذر عن فهمي المختلف للحياة.

تعلمت أن أختار راحتي...

ولو خسرني الجميع.

النضج؟

هو أن تمضي... دون أن تترك خلفك شيئًا مكسورًا،

ولا تنتظر أحدًا ليعود ليُصلح ما أفسده.

أنا لا أتغيّر...

أنا فقط أنضج،

وأُعيد ترتيب قلبي... وفق التجارب.

لم أعُد أرى في الناس ما كنت أراه،

ربما لأن نضجي أزال غشاوة التعلّق.

السلام

هو لحظةٌ تنام فيها الحروب داخلك،

وتضع روحك رأسها على كتف الطمأنينة.

لا يهم من ربح ومن خسر... المهم أن قلبك أخيرًا توقف عن القتال.

وتعلّمت أن أعمق الانتصارات... أن تترك السيف أرضًا.

السلام لا يعني أن حياتك خالية من الألم،

بل أنك لم تعُد تُقاوم كل شيء... ولم تعُد تُرهق نفسك في ما لا يُمكنك تغييره.

السلام هو أن تنام وضميرك مرتاح،

أن تُسامح من أجل قلبك،

أن تختار السكوت... لأن الجدال يُفسد روحك.

السلام ليس مكانًا تصل إليه،

بل حالة داخلية...

تُشبه أن تتنفس بعد بكاء طويل.

أجمل ما في السلام،

أنه يُشعرك أنك لست بحاجة إلى أحد ليفهمك،

فأنت أخيرًا... فهمت نفسك.

وجدت السلام...

حين توقفت عن مطاردة من لا يبقون.

السلام؟

هو أن لا تُجبر قلبك على الاستمرار... في علاقة منهكة.

كلما خففت من التوقعات،

اقتربت خطوة من السلام.

لا شيء يُشبه راحة البال،

حين تدرك أنك لست مسؤولًا عن إنقاذ كل أحد.

السلام ليس في أن تُقنعهم بك،

بل في أن تعرف قيمتك... دون أن يراها أحد.

كل الأشياء التي سامحتُ من أجلها،

لم تُعد لي شيئًا...

لكنها أعادتني إليّ.

السلام ليس نسيانًا،

بل تصالح مع الذاكرة... دون ألم.

بلغتُ السلام،

حين تعبت من كل شيء...

فاخترتني.

الإنطفاء

هو حين تُطفئ الأيام ما كنت تظنه شعلةً أبدية،

وحين يصير الدفء ذكرى بعيدة لا تكفي لتدفئة أصابعك.

تجلس أمام نفسك، لا نور ولا ظل...

فقط رماد يروي الحكاية.

وتدرك أن بعض النهايات لا تصدر صوتًا...

بل تنهار بصمت.

الانطفاء ليس موت الروح،

بل لحظة الصمت التي تعلن أن شيئًا بداخلك قد توقف عن الوميض.

هو ذاك الشعور العميق بأنك لم تعد تحترق كما في السابق،

وأن النيران التي كانت تلهب قلبك،

صارت رمادًا هادئًا لا ينبض.

الانطفاء هو نهاية مرحلة،

لكنها ليست نهاية الطريق...

هو بداية هدوء جديد... ربما أكثر حزنًا، وربما أكثر صفاء.

في الانطفاء... تتعلم أن لا كل شيء يُعاد إشعاله،

وأن بعض الأضواء... لا تعود لتضيء مجددًا.

أحسست بنفسي تنطفئ،

ليس لأنني ضعفت،

بل لأنني انتهيت من القتال.

الانطفاء ليس هزيمة،

بل سلام مؤلم مع الحقيقة.

كانت النيران بداخلي تهبّ نارًا...

والآن، هي فقط رماد.

لا أحتاج لأن أضيء كل الأماكن،

يكفيني أن أضيء لنفسي.

حين ينطفئ القلب،

تكون الكلمات أقل،

والصمت أكثر.

الانطفاء علمني أن أقبل النهاية،

وألا أتمسك بما لم يعد ينبض.

ربما في الانطفاء، يولد صمت جديد،

وصوت مختلف... للحياة.

البعث

من تحت الركام تنبت الحروف من جديد،

وتتنفّس الأرواح التي ظنّت أن الليل آخر ما ستراه.

تمتد الجذور نحو الضوء كأنها تعرف

الطريق بلا خريطة،

وتعود الحكاية لتُكتب... بحبرٍ لم يجف بعد.

البعث ليس مجرد عودة بعد السكون،

بل هو لحظة النهوض من رماد الانطفاء،

حين تُعيد بناء نفسك من جديد،

بخطوات هادئة، متأنية، لكنها واثقة.

البعث هو إعلان الحياة بعد موت داخلي،

هو صوت القلب حين يقول:

"لا يزال فيَّ نورٌ يُنير الطريق."

ليس كل من انهار قد مات،

فالبعض يبعث أضعاف ما كان،

لأنه تعلّم من الألم، وصقلته التجارب.

البعث بداية للحكاية التي لم تكتمل،

صفحة جديدة تُكتب بحبر الصبر والإرادة.

وقفتُ من بين الرماد،

لم أكن كالماضي،

كنت أقوى، أهدأ، وأعمق.

البعث ليس رجوعًا لما كان،

بل خلق جديد،

لروحٍ لم تعرف الاستسلام.

أضاء قلبي من جديد، ليس بنار الحماسة،

بل بنور الحكمة.

ليس المهم كم مرة سقطت، بل كم مرة قمت.

البعث هو الحياة،

حين نختار أن نكون أكثر من مجرد صدى.

لم أعد أنا الأمس،

بل أنا الذي يصنع الغد.

البعث لا ينتهي... فهو رحلة مستمرة

في قلب كل إنسان.

الانتصار

الانتصار ليس فقط في الوصول إلى القمة،
بل في الشجاعة التي أبديتها لتخطي العقبات،
في القدرة على الاستمرار رغم كل الصعاب.
هو شعور داخلي عميق،
حين تدرك أن كل جرح وكل تعب لم يذهب سدى،
بل كان جزءًا من رحلة صنعتك.
الانتصار هو أن تعانق نفسك بامتنان،
وتقف بفخر أمام مرآة الحياة،
تقول: أنا هنا، أنا قوي، وأنا لم أستسلم.
انتصرت...
ليس لأنني لم أسقط،
بل لأنني وقفت بعد كل سقوط.
الانتصار هو أن ترى نفسك في أعين من شكك بك،
وتقول لهم: أنا ما زلت هنا.
لم يكن الطريق سهلاً،

لكن قلبي كان أكبر من كل العوائق.
في الانتصار،
لا تبحث عن تهليل الآخرين،
بل عن سلامك الداخلي.
كل دمعة كنت أخفيها،
صنعت مني هذا الانتصار.
أنا الذي اخترت النهوض،
وأنا الذي كتبت نهاية قصتي.
انتصاري ليس نهاية،
بل بداية فصل جديد.
انتصاري ليس صخبًا
في الساحات،
بل هدوء ينبع من أعماق جرحٍ
قديم.
هو النبض الذي لا يموت،
هو صوت قلبي الذي ظلّ يهمس:
"قم... حتى وإن تعبت."

الاستمرارية

كخطوةٍ تعرف وجهتها حتى في العتمة،
وكجدول ماء يشقّ الصخر ليصل إلى النهر.
تمضي الحكاية بلا توقف، لا يرهقها تعاقب الفصول،
وكأن الزمن نفسه يتعلّم السير على خطاك.
الاستمرارية ليست فقط في المضي قدمًا،
بل في القدرة على الثبات حين تعصف بك الرياح،
أن تحافظ على شرارة الأمل حتى وسط الظلام.
هي القوة التي تُبقيك واقفًا،
حين تنهار حولك كل الأسباب،
وتجد نفسك تُعيد المحاولة... بلا كلل.
الاستمرارية هي الصبر الجميل،
الذي يُثمر رغم قسوة الأيام،
ويُعلّمك أن لا نهاية لرحلة الحياة.
في وجه الريح،
وقفتُ... لا أبرح مكاني.

كلما حاولت العواصف إطاحتي،
تعلّمت كيف أكون الجذور.
لم أختَر السكون،
بل اخترت أن أكون استمرارًا.
حين تشتد الظلمة،
تعلّمت أن أضيء بنفسي.
الاستمرارية ليست مجرد فعل،
هي وعد قلبي أن لا ييأس.
الاستمرارية ليست
هبةً تمنحها الأيام،
بل عزيمة تُشعلها في أعماقك،
هي أن تمضي رغم ثقل الجروح،
وأن تزرع ضوءًا في
دروب السواد،
كأنك تقول للحياة: لستُ هاربًا.
الاستمرارية ليست فقط
أن لا تتوقف،

بل أن تُحيي ذاتك في كل مرة تموت فيها،

أن تتعلم من الهزيمة،

فتعود أكثر صلابة،

أن تحمل في قلبك نورًا لا يخبو مهما طال الليل،

كأنك تقول للزمن: لا تقتلني، فأنا أُحب الحياة.

الحرية

حين تكسِر قيودك، لا تحرر فقط جسدك،
بل تخرج من زنزانة نفسك.
الحرية ليست فقط التحرر من القيود،
بل هي الانعتاق من أسر الخوف والشك،
أن تتجرأ أن تكون أنت، بلا تزييف ولا قناع.
هي أن تنطق الحقيقة رغم الصمت،
أن تختار ذاتك وسط أصوات العالم،
وأن تعيش صدقًا مع نفسك،
بلا خوف من الرفض أو الجرح.
حررتُ روحي من سجون الظنون،
فطارت بلا قيود، بلا ألم.
الحرية ليست مجرد كلمة،
هي فعل يتكرر في صمت القلب.
أنا الذي اخترت أن أكون،
لا الذي ينتظر إذن الحياة.

حين تنطق بالصدق،

تولد حرًا...لا يُقهر.

في الحرية وجدتُ السلام،

وفي السلام وجدتُ نفسي.

لا حرية بلا صمتِ الجراح،

ولا نورٌ يشرق من بعدِ ظلام.

أن تكونَ أنت،

هو انقلابُ قلبٍ على قيودِ الزمان.

حين تكسرُ الصمت، تولدُ حراً،

كطيرٍ لا يُقيدُهُ قفص.

ليسَ الهروبُ من القيود،

بل الرقصُ معها،

حتى يُصبح الألمُ حريةً.

الحريةُ ليست وعداً،

هي سيرةُ الروحِ

تُكتبُ في صمتِ الانتصار.

الحلم

في لحظات الوحدة،

حيث يظن القلب أن العالم أغلَق أبوابه،

يُولد الحلم كهمسة رقيقة،

تُعيد للروح نسمة الحياة.

الحلم ليس هروبًا من الواقع،

بل نبع قوة لا ينضب،

يمنحنا القدرة على الصمود، ويزرع

فينا بذور التغيير،

هو ذلك الضوء الذي نراه في نهاية النفق،

هو الوعد الصامت بأن الغد سيكون مختلفًا.

الحلم

هو ذلك السر الذي يربط بين اليوم والمستقبل،

هو الخيط الرفيع

الذي يمسك بأيدينا حين تتهاوى الأقدام،

لا يكفي أن نحلم فقط، بل علينا

أن نحافظ عليه حيًا،

نعطيه الوقت والرعاية،

حتى يتحول إلى حقيقة ملموسة.

هو صوت القلب الذي لا يمل من الدعوة، ونور العين

الذي لا يغيب رغم الظلام،

وهو الإرادة التي لا تستسلم رغم الخيبات.

في صمت الليل، يهمس الحلم،

يحتضن الجراح، ويُشعل الهمم.

و شجرةٌ في قلب العاصفة،

تقاوم الريح، وترفع الأغصان.

لا تسألني عن طريقه،

فهو يرسم نفسه حين نُؤمن.

الحلم ليس نقطة النهاية،

بل بداية لا تنتهي.

هو ذاك الصوت الخافت،

الذي يدعوك للسير،

حين يتوقف الجميع.

الرحيل

في لحظة يختلط فيها الوداع بالرجاء،
يبدأ الرحيل، ليس كخسارة، بل كفتح لأبواب جديدة،
هو الانفصال عن ماضٍ ثقيل،
حيث تتلاشى ظلال الأحزان،
وينبع في القلب شوق جديد للحياة.
الرحيل لا يعني النهاية، بل هو بداية لرحلة أخرى،
رحلة تتطلب شجاعة لتوديع ما عهدناه،
وصبرًا على المجهول القادم،
هو امتلاك القوة للابتعاد، للنمو، للتجدد.
في الرحيل حكايات كثيرة تُروى،
حكايات عن النفس التي ترفض البقاء في أسر الخوف،
وتنطلق نحو فضاء أوسع،
تبحث فيه عن ذاتها الحقيقية، تبدأ من جديد،
بكل ما حملته من أحلام وآلام،
وتكسر قيود الأمس،

لتكتشف عوالم جديدة من الأمل والسكينة.

رحيلٌ ليس وداعًا،

بل خطوةٌ نحو أفقٍ جديد،

تترك خلفها ظلال الأمس،

وتحمل بين يديها بذور الغد.

هو انفصالٌ عن ألمٍ عتيق،

وعناقٌ للحياة في وجوهها المختلفة،

حين يغادر القلب ما يثقل كاهله،

ويبحث عن ذاته في الأفق البعيد.

الرحيل ليس هروبًا،

بل استسلامٌ للضرورة،

وشجاعةٌ تفتح أبوابًا مغلقة،

تُعيد بناء الروح من جديد.

هو فجرٌ يولد من بين أنقاض الماضي،

يضيء دروبنا بصمتٍ عميق،

ويُعلّمنا أن الحياة تستحق العيش،

بكل ما فيها من رحيلٍ ولقاء.

البدايات

في كل نهاية، هناك بداية جديدة تخبئها الأقدار،

هي اللحظة التي نتعلم فيها كيف نُعيد بناء أنفسنا من رماد الماضي،

حين تصبح التجارب دروسًا، والآلام جسرًا نحو النور،

تتفتح أمامنا أبواب لم نكن نجرؤ على الاقتراب منها من قبل.

البدايات ليست فقط لحظات، بل هي حالات روحية،

حيث نختار أن نبدأ من جديد بلا خوف أو تردد،

نكتب فصول حياتنا بحبر الإيمان والإرادة،

نُعيد اكتشاف ذواتنا ونمنحها فرصة للنمو والتجدد.

في البدايات يكمن السحر،

فرصة لنقول وداعًا لأحزان الأمس،

ونرحب بأمل الغد،

نعانق المستقبل بأيدينا،

ونصبح نحن القادة الحقيقيين لرحلتنا.

البداياتُ أجنحةٌ تفتحها الروحُ في الصباحِ،
تحملُنا بعيدًا عن ظلالِ الأمسِ الثقيلةِ.
هي زهورٌ تنمو على حطامِ الأمس،
تعانقُ الشمسَ رغم العواصفِ والرياحِ.
في بدايةِ كل يومٍ جديدٍ،
تكمنُ فرصةٌ للحياةِ أن تُولدَ من جديد.
نحنُ البداياتُ،
وكلُ لحظةٍ نختارُ فيها النهوضَ، هي ميلادُنا الحقيقي.
البداياتُ صمتٌ يسبقُ انفجارَ النورِ في القلبِ،
هي تنفسُ الروحِ حين تستيقظُ من سباتها الطويلِ.
في ثناياها يكمنُ السرُّ القديمُ،
الذي لا يفهمه إلا من جُرِح وعايش الألمَ.
البداياتُ هي صدى الحلمِ الذي لم يمت،
وهمسةُ القدرِ التي تدعونا للنهوضِ من جديد.
هي لحظةُ انكسارٍ تتحولُ إلى جناحٍ يطيرُ،
يحملنا فوق صخورِ الشكِّ والألمِ،
حيث الشمسُ لا تغربُ أبدًا.

السكينة

السكينة ليست غياب الضوضاء، بل حضنٌ
للروح في زحمة الحياة،
هي ذاك السلام العميق الذي لا يخضع
لرياح الاضطراب،
نورٌ داخلي يضيء أركان القلب
حتى حين يغلق العالم أبوابه،
حيث تتوقف فيه صراعات النفس، وينجلي
فيه كل ما يؤلم،
تتراجع فيه الهموم، فلا تصبح إلا همساتٍ بعيدة،
تعود الروح لتتنفس، تتسامح مع ما كان،
وتفتح ذراعيها للغد بحب، بلا خوف ولا تردد.
السكينة هي ثورة داخلية،
قوة ناعمة تُعيد ترتيب الفوضى،
تنبت في القلب شجيرات من هدوء لا يُقهر،
تُعلمنا كيف نكون أحرارًا، رغم كل ما نمر به،

هي مكانٌ نُحب أن نعود إليه دائماً،

بلا شروط، بلا صراعات، بلا ضجيج.

السكينةُ ليست صمتًا،

بل نغمةٌ خافتةٌ تهمسُ لنا بالعيشِ،

تحتَ سقفِ السماءِ، بينَ ظلالِ الشجرِ،

تأخذُنا بعيدًا عن صخبِ الأيامِ.

هي ماءٌ صافٍ في قلبِ الصحراءِ،

ينسابُ برفقٍ، يرطبُ جذورَ الروحِ العطشى.

حينَ تهدأُ الأفكارُ، وتلينُ العواصفُ،

يولدُ فينا النورُ،

نورٌ لا يعرفُ الغروبَ أبدًا.

السكينةُ هي بيتُنا،

حيثُ نستطيعُ أن نكونَ نحنْ،

بلا أقنعةٍ، بلا خوفٍ، بلا جروحٍ تنزفُ.

صوتٌ خافتٌ يوقظُ القلبَ من عتمةِ الفوضى.

هي النورُ الذي يشرقُ داخلَ الظلامِ،

ظلٌ باردٌ تحتَ شمسِ الألمِ.

حين تهدأُ العواصفُ في داخلنا،

نجدُ السكينةَ،

ونعودُ لنبضِ الحياةِ بأمانٍ وصدقٍ.

هي المكانُ الذي لا يصلُ إليه الخوفُ،

ولا تغربُ عنه الشمسُ أبدًا.

النور

النور ليس مجرد شعاع يقطع الظلام،
بل هو حضور يتغلغل في أعماق النفس،
ينير زوايا العتمة التي نكتمها في صمت،
هو بصيص أمل يولد في قلب اليأس،
ينعش الروح ويمنحها القوة على المضي قدماً،
هو ذاك الشعور الذي يوقظ فينا الرغبة في الحياة،
في النور نكتشف الحقيقة بلا مواربة،
ونحيا بلا أقنعة أو زيف،
ينبثق النور من داخلنا حين نجرؤ على مواجهة مخاوفنا،
حين نختار أن نكون نحن، بكل ضعفنا وقوتنا،
هو بداية الطريق، ولا نهاية له.
النورُ همسُ القلبِ في ليالي الظلامِ،
يُشرقُ خجلاً، بينَ خُطى الأملِ.
هو الفجرُ الذي لا يكلُّ من التكرارِ،

يُحيي الأرواحَ الراكدةَ، ويزرعُ الأمانَ في العيونِ.
حين ينبثقُ من داخلنا،
يُبددُ ظلالَ الخوفِ والضياعِ،
ويُعلمنا كيف نحبُّ الحياةَ بصدقٍ جديدٍ.
النورُ هو نحن، حين نختارُ أن نكون،
حين نُضيءُ دروبَنا بأناملِ الحقيقةِ والصفاءِ.
النورُ لا يصرخُ ليُسمَع،
بل يهمسُ بليونةِ الفجرِ الخجولِ،
يُنسجُ من خيوطِ الصمتِ قماشةَ الحياةِ الجديدةِ.
هو لحظةُ انبعاثِ الروحِ من بين رمادِ الألمِ،
رائحةُ الياسمينِ في حقلِ القلوبِ العطشى.
في النورِ تذوبُ القيودُ الثقيلةُ،
وتتراقصُ الأرواحُ بحُريةٍ تامةٍ،
كأنها فراشاتٌ تحلقُ بلا خوفٍ ولا حدودٍ.
هو بدايةُ قصةٍ لا تُكتبُ على الورقِ،
بل تُرسمُ في القلوبِ،
بألوانِ الإيمانِ والصبرِ والصفاءِ.

الوصل

كغصنٍ عاد ليعانق جذره بعد ريحٍ طويلة،
وكنداءٍ وجد صوته الضائع في صدور الآخرين.
تلتقي الأرواح كما يلتقي النهر بالبحر،
ويصبح الغياب مجرّد جسرٍ إلى اللقاء.
الوصل هو نبض الروح حين تلتقي بالأحبة،
هو ذاك الشعور الدافئ الذي يشق عتمة الغربة،
يربط بين القلوب رغم المسافات،
يبني جسوراً من الحنين والتواصل،
حين نفقد الوصل، تشتتنا الرياح، ونغرق في
صمت الوحدة،
أما حين يعود، تصبح الدنيا مليئة بالألوان،
تصير الكلمات نبضاً، واللحظات عناقاً،
الوصل هو الحياة بأبهى صورها،
هو إعلان أن لا شيء يفصلنا عن من نحب،
بل هناك دائماً طريق يعيدنا إلى بعضنا.

الوصلُ نسمةٌ دافئةٌ في ليالي الغربة،
تُعيدُ الحياةَ إلى جفونِ العشاقِ المتعبةِ.
هو النهرُ الذي يلتقي فيه القلبُ بالقلوبِ،
يُغسلُ الغربةَ ويُحيي الذكرياتِ القديمةِ.
حين يعودُ الوصلُ،
تَزهرُ الأزهارُ في صحراءِ الروحِ،
وتُصبحُ الحياةُ أغنيةَ لقاءٍ بلا نهايةٍ.
الوصلُ هو نحنُ،
حين نَشعرُ أننا نعودُ إلى أمانِ الذاتِ،
وأن هناكَ من ينتظرُنا،
بابتسامةِ حُبٍ لا تذبلُ.
الوصلُ ليس فقط لقاءَ الأجسادِ،
بل تلاقحُ الأرواحِ في فضاءِ الوجدِ،
حيثُ الكلماتُ تغدو نسماتٍ تهمسُ في أذنِ القلبِ.
هو البحرُ الذي يجمعُ أنهارَ الشوقِ،
تتدفقُ فيه الذكرياتُ وتسبحُ بلا حدودٍ،
كأنّها سفنٌ تعودُ إلى موانئ الأمانِ.

في الوصلِ نُولدُ من جديدٍ،

نغسلُ جراحَ الفراقِ بدموعِ اللقاءِ،

ونكتبُ حكاياتٍ لا تُنسى على صفحاتِ الزمنِ.

هو وطنُ القلبِ الذي لا يرحلُ،

حيثُ يجدُ كلُ غريبٍ دفءَ الأحبةِ،

ويمضي في دروبِ الحياةِ

بقلبٍ مليءٍ بالأملِ والسكينةِ.

العودة

تعود خطواتك رغم كل ما جرحك وشتت،

كأنّ الطريق نفسه يهمس لك: "لا زلت هنا، أنت لم تغب".

تجد في الأماكن القديمة نبضًا جديدًا ينبثق،

ويُخبرك بأن الرحلة الحقيقية تبدأ حين تعود.

العودة ليست فقط عودة إلى مكان،

بل هي عودة إلى الذات،

إلى جوهرٍ نسيناه في زحمة الحياة،

هي الرحلة التي نعود فيها لنلتقط شظايا الروح،

ونعيد ترتيب الفوضى داخلنا،

حين نعود، نعيد اكتشاف الحب والسلام،

نفتح أبواب القلب المغلقة،

ونقبل ماضينا بكل ما فيه،

فالعودة هي بداية جديدة،

حيث ينمو الأمل من رحم التجارب،

وتصبح الحياة قصيدة تُروى بأحلى الكلمات.
العودةُ ليست رجوعاً إلى الأمكنةِ فقط،
بل هي عودةُ القلبِ إلى ذاتهِ،
إلى مرآةِ الحُلمِ التي كُسرتْ.
هي زفيرٌ عميقٌ بعدَ طولِ انتظارٍ،
همسُ نسمةٍ تلامسُ وجدانَ الروحِ.
حين نعودُ،
تتفتحُ الأبوابُ المغلقةُ،
وتُضيءُ قناديلُ الصبرِ والحنينِ.
العودةُ هي القصيدةُ التي لم تُكتبْ،
ولكنها تُحكى في صمتِ القلبِ وعينيه.
العودةُ ليست خطوَةً على ترابٍ ماضي،
بل نسمةٌ تهبُّ على نافذةِ الروحِ،
تُعيدُ ترتيبَ الحكاياتِ التي تاهتْ بينَ السنينِ.
هي صوتُ الصمتِ الذي ينبضُ داخلَنا،
وهمسُ المطرِ حين يلامسُ وجدانَ الأرضِ العطشى.
في العودةِ، نجدُ أنفسنا من جديدٍ،

كأولِ زهرةٍ تفتحتْ بعدَ بردِ الشتاءِ،
نستنشقُ الحياةَ بنفَسٍ ملؤهُ الصفاءُ.
هي الرحلةُ التي لا تنتهي،
حيثُ اللقاءُ أبديٌّ،
والحبُّ يكتبُنا من جديدٍ،
بأحرفِ النقاءِ والصدقِ.

النبض

النبض هو صوت الحياة في عروقنا،
هو الإيقاع الخفي الذي يحركنا رغم الصمت،
حين نشعر بالنبض، نشعر بوجودنا الحقيقي،
هو ذاك الشعور الذي يوقظ القلب،
ويذكرنا بأننا أحياء، رغم كل جراحنا،
النبض هو لغة الروح، تنبثق منها الأحلام،
تسري في عروقنا كالأنهار،
تنقل بيننا الطاقة والأمل،
في كل نبضة نولد من جديد،
نستطيع أن نكتب قصة وجودنا،
ونرسم طريقنا نحو الغد.
النبضُ همسُ الحياةِ في صمتِ الجسدِ،
إيقاعٌ خفيٌ يرقصُ بينَ الأهدابِ.
هو النهرُ الذي لا يتوقفُ عن الجريانِ،
يحملُ أسرارَ الروحِ ويزرعُ فينا الأملَ.

حين نسمعُ النبضَ،

نشعرُ بأننا ما زلنا هنا،

نحلمُ، نحبُ، ونُقاومُ.

النبضُ هو أننا ما زلنا نعيشُ،

بكل ما فينا من قوةٍ وضعفٍ،

هو صوتُ الوجودِ الخالدِ فينا.

النبضُ...

ليس فقط خفقةً بين الضلوع،

بل قصيدةٌ خجلى تُرتَّلُ بصمتٍ في معابدِ القلب.

هو اعترافُ الجسدِ بأنه ما زالَ يؤمنُ بالحياة،

وأن خلفَ التعبِ حبًا لم يمت،

وخلفَ كلِّ وجعٍ... انتظارٌ نقيّ.

النبضُ هو ما يُبقي الذاكرةَ حيّة،

حتى حين يخذلنا الكلام،

وتهربُ الأحضانُ، ويبردُ الرفاقُ.

هو اليدُ التي تربّتُ على كتفِ الوحدة،

وهمسةُ العيونِ التي تقول:

"ما زلتُ أحبُّك... رغم كل شيء."

النبضُ...

حارسُ الحنينِ حين ننسى الطرقات،

وصوتُ الأمسِ وهو يهمسُ:

"ما زلتُ هنا، لم أغادرْ."

هو لحنُ الأرواحِ التي تعبثْ من الصراخ،

فاختارت أن تحيا بهدوءِ النبضِ،

لا تُجاهر، لا تبرر،

لكنها تحبُّ... بصمتٍ شريف.

النبضُ لا يخونُ،

هو أولُ من يثورُ إذا ما انكسر القلبُ،

وآخرُ من يغادرُ إن قررنا الرحيلَ.

هو وعدٌ داخليٌّ أن ما زال في العمرِ ما يُعاش،

وفي الحكايةِ فصولٌ لم تُكتب بعد،

وفي القلبِ... مَن يستحقُّ أن يُحبّ.

الانكسار

الانكسار ليس نهاية القوة، بل بداية الفهم.

حين ننكسر، تتكسر فينا الأوهام،

تسقط الأقنعة، ويظهر جوهرنا كما هو، بلا رتوش.

الانكسار يعلمنا كيف ننهض من الداخل،

وكيف لا نتكئ على أحد إلا الله،

هو ذاك الشعور الثقيل الذي ينحتنا من جديد،

يصقلنا بالحزن، ويمنحنا وعياً لم نعرفه من قبل.

في لحظة الانكسار، نكون أقرب ما نكون لقلوبنا،

نسمع صوت الحقيقة بوضوح،

فنبدأ في إعادة تعريف أنفسنا من الداخل.

الانكسارُ...

ليسَ كسرًا في ضلعٍ،

بل صدعٌ في الروحِ لا يُرممُهُ الوقتُ،

ولا تُخيطُهُ الأماني.

هو لحظةُ سقوطِ الضوءِ عن الجبين،
حينَ تكتشفُ أن المرايا لم تكن تعكسُك،
بل تعكسُ من أردتَ أن تكونه.

الانكسارُ...
يكتبُك من جديد، بحروفٍ متعبة،
لكنها أكثرُ صدقًا،
أقربُ إلى قلبك... من نفسك.
وفي كل شظيةٍ سقطت منك،
ولد شيءٌ أكثر نقاءً،
فانكسرْ إن شئت،
لكن لا تنسَ أن تنمو... من الداخل.

الانكسارُ...
هو أن تهمسَ جروحُك بأصواتٍ لم تعتدها،
وأن تُطالعَ نفسك في المرآةِ،
فتراها بكاءً مؤجّلاً، لا يشبهك.

هو أن تقفَ على حافةِ العمرِ،

تبحثُ عنك فيك،

فلا تجدَ سوى أطيافٍ مرّت،

وأمنياتٍ عرجاء... ما اكتملت.

الانكسارُ...

لا يحتاجُ ضوضاء،

يكفيه أن يسرقَ منك ليلك،

ويُبقي قلبك متكوّرًا في زاويةٍ منسية.

لكن...

من رحمِ هذا الانكسار،

يخرج صوتٌ خافتٌ يقول:

"ما زلتُ هنا،

وإن انكسر الضوءُ... فالنور بداخلي لا يموت."

الحنين

كوشمٍ محفور في أعماق القلب،

كصدى صوت غائب لا يفارق الذاكرة.

ينساب بهدوء بين نبضات الزمن،

يُوقظ ما ظننت أنه رحل إلى الأبد.

الحنين هو العودة المستحيلة...

التي نحملها في قلوبنا كل يوم.

هو تلك الطرق التي مشيناها بأقدامنا، ثم عدنا إليها بقلوبنا.

الحنين لا يسألنا إن كنا أقوياء، بل يطرق بابنا فجأة،

في لحظة صمت... أو عند سماع نغمة عابرة،

أو حتى حين نشم عطراً نعرفه من زمن آخر.

إنه البكاء الصامت لأيامٍ كنا فيها أبسط،

وأصدق، وأقرب إلى الحياة كما كانت.

الحنين لا يعترف بالمنطق،

ولا يخضع للزمن،

هو نبضة من الماضي تسري في الحاضر،

تجعلنا نشتاق لمن كنا،

ولمن كانوا معنا،

ولما لم نستطع الاحتفاظ به.

الحنينُ...

ليسَ أن تتذكّر،

بل أن يُوجِعك التذكّر،

أن تعودَ إليكَ من نافذةِ حلمٍ قديمٍ،

فتبكي على كتفِ لا أحد.

الحنينُ هو أن تسمعَ اسمه...

ولا تنطقه،

أن تمرّ بجانبِ الذكرى...

وتخفض عينيك،

كأنك خنتَ الوفاء بمجرد التذكُّر.

هو قلبُك حين يتعطّل عن النسيان،

ويُصرّ أن يعودَ إلى التفاصيل الصغيرة،

إلى الصوت، والضحكة، وظلّ اللقاء.

الحنينُ...

هو كل ما لم نُكمله،

كل من لم نُخبره بما نشعر،

وكل ما ضاعَ...

وظلّ فينا حيًّا.

الاحتواء

الاحتواء ليس حضور الجسد فقط،
بل حضور الروح في لحظة الانهيار.
هو أن يفهمك أحدهم دون أن تنطق،
أن يشعر بثقل قلبك، فيربّت عليه بلا أسئلة.
الاحتواء لا يُقاس بالكلمات، بل بالصمت الذي يُريح،
وباليد التي لا تُمسكك لتقودك، بل لتقول:
"أنا هنا، لا تمشِ وحدك."
هو طمأنينة لا تفرض نفسها،
بل تحضر كأنها جزء منك،
كأنها الوطن حين تتعب أرواحنا من الترحال.
الاحتواء هو أعمق أشكال الحب،
وأشدّها هدوءًا،
وأصدقها... في زمن الضجيج.
الاحتواء...
ليس أن تقول: "أنا معك"،

بل أن تُثبتها حين يسقط العالمُ كله من حولي،

وتبقى أنت كأنك آخر حائطٍ لم يهتز.

هو حضنٌ لا يُشترط أن يُلمس،

ونظرةٌ تقول ما عجز عنه العمر.

هو أن تفهمني...

حين لا أفهم نفسي.

الاحتواءُ...

هو أن تكونَ ظِلِّي حين أخاف الضوء،

وصوتي حين تتكسر حروفي،

ويدي حين أهربُ من يدي.

ليس كلُّ من أحبّ... احتوى،

فالاحتواءُ فنُّ الصمتِ في زمن الضجيج،

وحنانٌ لا يسألك لماذا،

بل يفتح لك قلبه... ويسكنك فيه.

الاحتواء...

هو أن لا تُضيء لي طريقي،

بل أن تمشيه معي، ولو أطفأت الحياةُ كل مصابيحها.

هو أن تُمسك حزني بيدك،

وكأنك تعتذر له بدلًا عني.

هو أن تغلق خلفي أبواب العالم،

وتفتح لي صدرك... وكأنه نافذة النجاة.

الانتظار

الانتظار... لا يعني فقط الوقوف على عتبة الوقت،

بل يعني أن تُرهقك اللحظة التي لا تأتي،

أن تُراهن بقلبك على زمنٍ قد لا يعود،

وأن تُغنّي في داخلك لأحدهم: "ما زلتُ هنا، وإن طال الغياب."

الانتظار ليس دائمًا رجاء،

أحيانًا يكون اختبارًا لصبرك،

وأحيانًا يكون مرآةً لضعفك،

تسأل فيها: "أما زال يستحق؟"

هو الشعور بأنك ممتلئ بشيء لم يكتمل،

تعيش التفاصيل وحدك،

وتشعر أن الأيام كلها مؤجلة... حتى إشعارٍ لا يأتي.

الانتظار...

هو أن تُنصتَ لخطى لا تأتي،

أن تزرع الوقت في راحة يدك،

وتسقيه بالحنين... فلا ينبت.

هو أن تُحادث الصمت كل مساء،

وتكتب رسائل لا تُرسل،

وتُحبّ شخصًا... لا يعلم أنك تحترق.

الانتظارُ...

أن تكون في منتصف الحكاية،

وفي كل لحظة انتظار، يكبر قلبك حزنًا،

وتصغر أنت... حتى لا تبقى منك سوى نبضة تقول:

"لو كنت تعلم كم أنت حاضر في غيابك."

الانتظار...

أن تظلّ تجهّز اللقاء في خيالك، وتحضّر الكلام،

ثم تنام كل ليلة على صوت الباب... ولم يُطرَق.

هو أن تشيخ مشاعرك قبل عمرك،

لأنك علّقتها في زمنٍ لا يتحرك.

الانتظارُ...

هو البكاء بصوتٍ داخلي،

وكتابة رسائل لا يمحوها الحبر... بل الزمن.

الخدر

ليس غياب الشعور، بل هو سكونٌ داخليٌ

يخفي وجعًا لم يعد يُحتمل.

هو ذلك الجدار الذي يبنيه القلب ليحمي نفسه من الألم المتكرر،

حتى تتحول الأحاسيس إلى رماد بارد لا تذرفه العين، ولا يملؤه القلب.

الخدر ليس موت العاطفة، بل بقاءها في سكونٍ مؤلم،

كأنك تراقب الحياة من خلف زجاج شفاف،

ترى، تسمع، لكن لا تلمس.

هو المسافة التي تُفرض بينك وبين نفسك،

حين تُغلق أبواب القلب ولا تفتحها إلا نادرًا،

في لحظة ضعفٍ تُسمى صدفة،

تعيد فيها الاتصال بخيوط الحياة رغم برودتها.

هو الغياب الذي لا يُرى،

هو الصمت الذي يُكتم الصوت،

هو الجدار الذي يحول بيني وبين نبضاتي.

هو أن تُحب، ولا تشعر،

أن تتألم، ولا تبكي،

أن تمشي وسط عاصفة، وكأنك حجر لا يتحرك.

هو الرحيل داخل الذات،

هو صدى الوجع الذي لا ينتهي،

هو قلبٌ مسجونٌ في عزلته،

ينتظر أن يُوقَظ.

الخدر...

أن تُلامس الأشياء،

لكن لا تلمسك هي.

أن يُقال لك كلامٌ جميل...

ولا يحرّك فيك ساكنًا.

أن تضحك... فقط لأنك تعوّدت أن تضحك،

لا لأن هناك ما يستحق.

الخدر... أن يصبح البكاء رفاهية،

وأن تصبح المشاعر ضوضاء... تفضّل أن تنطفئ.

التيه

ليس أن تضيع الطريق، بل أن تضيع فيك.

أن تعرف كل الأماكن... إلا وجهتك،

وأن تحمل خريطة العمر، لكن بلا بوصلة شعور.

التيه لا يحدث فجأة،

بل يتسلل على مهل، حين تبدأ بفقدان الإحساس

بالأشياء التي كانت تُشعلك.

حين تصبح التفاصيل التي كنت تحبها... مجرد عادات لا توقظ قلبك.

هو أن تبحث في عيون الآخرين عن ملامحك،

وأن تقرأ نفسك في رسائل قديمة... ولا تتعرف عليك.

التيه أن تسأل نفسك: "هل ما زلت أنا؟"

ولا تسمع جوابًا.

التيه...

أن تمشي في اتجاه كل شيء،

ولا تصل إلى شيء.

أن تناديك الحياة،

ولا تلتفت... لأنك لا تعلم من يناديك.

هو أن تتكئ على كتف لا تعرفه،

وتحكي قصة لا تذكر بدايتها،

وتبكي... ولا تدري في أي سطر من الحكاية انهرت.

أن يكون داخلك وطنٌ لا تقوى على دخوله،

وغربةٌ تسكنك... حتى وأنت بين أحبّتك.

التيه...

أن تصحو من نومك ولا تنتبه في أي حياةٍ أنت،

أن ترتب نهارك بعادةٍ لا روح فيها،

وتنام ليلك بقلبٍ لا يشعر بالفراغ ولا الامتلاء.

أن تسمع اسمك...

ولا تلتفت،

أن يُقال "أنت بخير؟"

فتضحك... لأنك نسيت كيف يكون الوجع واضحًا.

التيه... أن تحيا بنصفك الباقي،

بعد أن ضاع النصف الذي كان يعرف الطريق.

الارتواء

هو أن تمتلئ بعد ظمأٍ طويل، لا للماء، بل للمعنى.

أن تجد شيئًا – أو شخصًا – يعيد ترتيب جفافك الداخلي،

أن تمسّك كلمة فتُبعث فيك الحياة،

أو يحضنك صمت... فينبت فيك الهدوء.

الارتواء ليس كثيرًا، بل كافٍ.

هو لحظة شعورٍ خفيف،

لكنه عميق بما يكفي ليوقظك من سباتٍ عاطفي.

الارتواء أن تتلقّى ما كنت تُعطيه دائمًا،

أن تجد يدًا لا تطلب منك، بل تمنحك...

أن تروي قلبك لا بفيض الكلام، بل بحضور لا يشبه الغياب.

هو عناقٌ لا يُقال...

وكلمة "أنا هنا" دون أن تُنطق.

هو كوب ماءٍ في فمِ قلبٍ عطشان،

هو نظرة تُطفئ اشتعالك،

هو يدٌ تمسك بك... لا لتمنعك من السقوط،

بل لتقول لك: "لن تسقط وأنا هنا."

الارتواء...

أن يكتبك أحدهم كما حلمت أن تُكتب،

ويقرؤك كما لو كنت قصيدةً من مطر.

الارتواء...

هو أن تلمس قلبك من جديد،

كأنك تفتح نافذة بعد شتاء طويل،

يُدخل ضوءًا دافئًا يذيب جليد الوحدة.

هو أن تسمع صمتًا لا يخيف،

بل يهمس بأمانٍ دفين،

كأن الزمن توقف للحظة... لتُخبرك أنك بخير.

الارتواء...

هو لحظة الولادة الثانية،

حين تتنفس الحياة بكل أجزائك،

وتشعر بأنك لم تكن يومًا وحيدًا.

النبع

هو المعجزة التي لا تحتاج إلى تصفيق،

يتفجر بصمت، لكنه يروي أرواحًا لا تُعد.

النبع يشبه أول لحظة صفاء بعد فوضى،

وأول دمع نقي بعد قسوة طويلة.

هو الدليل على أن العطاء لا يحتاج إلى إعلان،

وأن في الأعماق كنوزًا لا يراها إلا من عطش بصدق.

النبع الحقيقي...

لا يجف، لأنه لا يرتبط بالمطر،

بل بقلب لا يزال ينبض رغم كل ما مرّ.

النبع...

ذلك القلب الذي لا يتوقف عن البكاء

لكن دموعه... ماءٌ يُحيي من بعد عطش.

في وجه الصخر يولد،

لا يصرخ... لا يحتج...

بل يشق دربه، ويواصل الجريان.

النبع...

يشبه أنثى تُحبّ بصمت،

تعطي بلا شرط،

وتظلّ تنتظر من لا يجيء.

هو الحب حين لا يُقال،

والعطاء حين لا يُطلب،

والنقاء حين يتساقط من بين يديك، دون أن تشعر بثقله.

النبع...

ليس ماءً فقط،

بل ذاكرةُ الأرض حين تبكي من شدّة الامتلاء.

هو شريانٌ لا تراه،

لكنه يسقي أشجارًا فيك لم تزهر بعد.

هو أوفى من كل وعود البشر،

ينبثق كل يوم...

حتى لو مرّ عليه ألف خذلان.

هو الحنين في أكثر صوره نقاءً،

يعود إليك كلما نسيت أنك كنت عطشانًا ذات يوم.

الهامش

هو ذاك المكان الذي لا يراه أحد،
لكنّ فيه تسكن القصص الأكثر صدقًا.
يبدو كظلّ لا يُلتفت له،
لكنه في الحقيقة...
مأوى لمن تعبوا من ضوء المنتصف،
ملجأ للذين لا يصرخون، بل يكتبون بصمت.
في الهامش تُولد الحكايات التي خُذلت،
والكلمات التي لم تُقال،
والأسماء التي لم تُكرم.
الهامش لا يعني الضعف...
بل هو المساحة التي تحفظ التواضع،
وتُخبئ فيها الأرواح العمقية،
التي لا تبحث عن تصفيق... بل عن صدق
الهامش... ليس عارًا، بل شرف النبلاء
الذين مرّوا في الحياة... ولم يُحدثوا ضجيجًا.

في الهامش...
جلستُ أنا وكل من خذلهم الضوء،
نكتب على أطراف القصائد،
ونضحك بصوت لا يسمعه أحد.
هو أن تحب دون أن تُذكر،
أن تعطي دون أن تُصفق،
أن تكون في المشهد... دون أن تكون بطلًا.
أجمل القصائد تبدأ من الحافة،
وأصدق الحكايات، لا تُروى في الصفحة الأولى.
الهامش...
هو الوعد الذي لم يُكتب،
والرسالة التي ضاعت بين البريد والنسيان.
في الهامش،
رسمتك آلاف المرات،
لكنني لم أملك جرأة اللون.
هو مساحة نقية
لمن خافوا أن يُكسروا في المنتصف.

العتب

ليس شكوى، بل رجاء مغلّف بالحب.

هو الصيغة المهذبة للحزن،

حين لا نريد أن نخسر، لكننا تأذينا بما يكفي.

العتب لا يُقال إلا لمن نحب،

فالغرباء لا نستنزف مشاعرنا عليهم،

ولا نضع قلوبنا على طاولاتهم الفارغة.

العتب يعني أنك كنت تنتظر،

أنك منحت وقتًا، وأنك راهنت... وخسرت قليلًا.

لكنه أيضًا علامة على أن العلاقة لم تمت بعد،

وأن في القلب مساحة للمسامحة، لو عادوا صادقين.

العتب لا يُقال بصوتٍ عالٍ،

بل يُلمح...

يُكتب في نظرة، أو يُلقى في جملة مقتضبة،

ثم يُسكت، ليبقى في الذاكرة مثل سؤالٍ لا جواب له.

هو الحرف الذي يتيمّم قبل أن يُلامسك،

والكلمة التي تخاف أن تُفقدك.

أنا لا أعاتبك لأنني غاضب،

بل لأني ما زلت أراك جديرًا بالبقاء.

العتب...

دمعة مؤجلة،

وصوت مبحوح بين الحب والكبرياء.

في كل مرة أعاتبك...

أختبر ما تبقّى فيك مني،

وأكتشف كم منّي قد غادرك بصمت.

هو أن تطرق الباب بقلبك،

وتخشى ألا يُفتح.

هو أن تقول: "أين كنت؟"

وفي داخلك: "كم اشتقت إليك."

العتب...

بقايا حنينٍ لم يجد مكانه،

وأسئلةٌ لا تُراد لها إجابة،

بل تُقال فقط... لتخفف الوجع.

لا يُعاتب البعيد،

ولا الغريب،

العتب لا يسكن إلا في دفء القريبين،

الذين ما زلنا نرجوهم رغم الخذلان.

الممر

كظلالٍ تمتدّ بين ضوءين متباعدين،
كطريق لا يُرى إلا عندما تخطو بثقة في الظلام.
يحمل بين ثناياه أسرارًا لا تبوح بها الجدران،
ويهمس بأن كل خطوة تقربك من ذاتك المخبأة.
الممر...
ليس غاية، بل عبور.
مكان لا يقيم فيه أحد، لكننا جميعًا نمرّ منه.
الممر هو الانتقال من حالٍ إلى حال،
من بابٍ أُغلق، إلى أفقٍ لا يزال ضبابه كثيفًا.
نصادف فيه وجوهًا لا تعود،
ونترك فيه نسخًا قديمة منّا لا تصلح للاستمرار.
في الممر...
نخاف، نتردد، نشتاق، ثم نمضي...
كأننا نرتّب أنفسنا بصمت قبل الوصول.
الممرّ لا يلتفت، ولا ينتظر،

لكنه يُشكّلنا من الداخل،

بقدر ما تُشكّلنا محطات العمر.

ليس وجهة، بل اعترافٌ بأن البدايات تحتاج عبورًا مؤلمًا.

مشيت فيه وحدي،

لا الباب الذي خلفي يحنّ،

ولا الباب الذي أمامي يعد بشيء.

الممر...

هو صوت خطواتك حين لا يسمعك أحد،

هو صدى قلبك يتردد بين الرحيل والتريّث.

في الممر فقدتُ ظلي،

وفيه أيضاً... وجدتني أخفّ قليلًا من الأحمال.

الممر... ذاكرة مؤقتة،

لكنه يُدخلك إلى فصلك الجديد...

حتى لو لم تكن مستعدًا بعد.

كأنك تعبر من نفسك... إلى نسخة لا تعرفها بعد.

لا تودّع، ولا تستقبل... فقط تمضي.

الظلّ

هو صورتك التي تعرفك دون أن تسألك.

حين خفتَ أن يراك النور...

الظلّ جلس بجانبك، ولم يقل شيئًا.

الظلّ لا يخونك،

هو الوحيد الذي يرافقك حين يرحل الجميع.

الظلّ...

رفيق الصامتين،

وذاكرة من ضوءٍ خافت لا يُؤذي.

هو الحكاية التي تهمس بها الأضواء ولا تسمعها.

هو صدى الروح حين تُخفي وجوهها عن العالم.

حين تغرب الشمس،

ينساب الظلّ مثل ذكرى قديمة،

يرتدي وجوهًا متعددة لكنه لا يفقد جوهره.

الظلّ...

ليس غيابًا للضوء،

بل رفيق الوجود الذي يظل ساكنًا رغم التغير.

في لحظات الانكسار،

يحتضننا الظلّ بصمت،

يذكرنا أننا أكثر من مجرد ألوان على جدار.

الظلّ...

صديقُ الأرواح المنكسرة،

وكاتبُ الخيبات في دفتر الزمن.

حين يرحل الجميع،

يبقى الظلّ،

يرافقنا في عتمة القلب، بلا شكوى ولا انتظار.

الظلّ...

هو المرآة التي تعكس ما لا نستطيع قوله،

وصمت القلب حين يغدو الكلام ثقلاً.

وفي النهاية، يبقى الظلّ... قصة لا تُروى، إلا لمن عرفوا الصمت.

الوهم

حين تهمس الرياح بأسرار لا وجود لها،
ترقص أمامك ظلالٌ تُلبسها ألوان الحقيقة.
تظنّ أنك تمسكها بيديك، فتتبخّر بين الأصابع،
ويبقى القلب أسيرًا لصدى الوهم البعيد.
هو القصر الذي نبنيه فوق رمال الفرح الزائل،
حيث تتراقص الصور أمام أعيننا فتبدو حقيقة، رغم هشاشتها.
الوهم يُغري القلب بالراحة المؤقتة،
ويزرع في النفس زهورًا من سراب،
تذبل عند أول نسمة واقعية.
هو البسمة التي تخدع الحزن،
والصوت الذي يُسمع بلا معنى.
لكن الوهم أيضًا...
هو رحلة اكتشاف الذات،
حين تُسقط الأقنعة وتواجه الحقيقة.

الوهم...

هو ظلال حلمٍ يلوح بعيدًا،

يبقى جميلًا ما دام بعيدًا.

نلهو مع صورٍ من خيالنا،

وننسى أن الحقيقة تجرحنا حين نقترب.

الوهم صديقٌ خادع،

يحتضننا بلطفٍ، ثم يتركنا نسقط في الهاوية.

لكن، أحيانًا...

يُعلمنا كيف نحب ما ليس لنا،

ونتوقّع ما لن يأتي.

الوهم...

رائحةُ زهرةٍ لا تثمر،

تغري الناظر فتُعمي البصر.

هو نهرٌ جافّ،

نسير فيه ظنًا بالماء،

فتُترك أقدامنا تخبط الحجر.

الوهم...

هو قصيدةٌ بلا كلمات،

وصورة تُشبه الحقيقة لكن بلا روح.

نحن أسرى الحكايات التي ننسجها،

ونُحبُّ وهمًا كان... أو ربما لم يكن.

الغربة

هي الصمت الذي لا يعرفه أحد،
حين تمشي بين جدران ليست لك،
تبحث عن نفسك في عيون لا تفهمك.
الغربة ليست فقط بعد المكان، بل بعد الروح،
وحسرة القلب على دفء لم يعد موجودًا.
هي ذاك الشعور بأنك ظل في بلدك،
وأنت الغريب في كل زاوية.
الغربة...
هي رحلة بلا نهاية،
تتقاطع فيها الذكريات مع الألم،
ولا تجد سوى صدى نفسك.
كأنك ورقة ذابلة في عاصفة الزمن،
تتساقط بلا صوت، ولا أحد يلتقطها.
هي وطنٌ في القلب لا يراه الآخرون،
وشوقٌ يمزق الصدر بصمت قاتل.

الغربة...

هي سرٌّ لا يُحكى،

تُخبّئه في زوايا الروح وحدها.

حين تترك مكانك،

تترك جزءًا منك يتوه في الفراغ،

ويصبح الحنين ذاكرةً لا تُنسى.

هي ذلك الوجع الصامت،

الذي لا يسمعه إلا القلب المتعب.

في الغربة،

تتلوّى الأرواح كأغصان شجرةٍ عارية،

تبحث عن ماء لا يأتي.

الغربة...

هي نداءٌ بلا رد،

وصدى صمت في وادٍ لا نهاية له.

وفي لحظات الوحدة،

تُصبح الغربة وطنًا،

لكن وطنًا بلا عنوان.

الصفاء

هو ذلك البحر الهادئ الذي لا تعكر مياهه ريح،
هو قلبٌ خالٍ من القلق، وعقلٌ صافٍ من الضجيج.
الصفاء ليس فقط غياب الضوضاء،
بل هو حضور السلام في أعماق النفس،
حين تلتقي مع ذاتك بلا أقنعة، بلا أوهام.
هو ذاك الفجر الذي يشع نورًا داخليًا،
يُبدد ظلال الشك والخوف،
ويملأ الروح بحيوية لا تُقاوم.
الصفاء هو النقاء الذي نبحث عنه في خضم الفوضى،
يُعلمنا كيف نكون صامتين حين يتحدث العالم،
وكيف نستمع حين يُغلق كل شيء.
هو نهرٌ صامتٌ يجري تحت جسر الأحزان،
يحمل في أعماقه أسرار السماء والهدوء.
هو زهرةٌ تتفتح في بستان القلب،
لا تهتم للعواصف، بل تزداد بهاءً مع كل قطرة مطر.

الصفاء...

ليس فراغًا، بل امتلاءٌ بسلامٍ داخلي،

يُضيء الظلمة دون ضجيج أو ضوء.

حين تكون وحدك مع الصفاء،

تجد أن العالم أبسط مما ظننت،

وأن الروح قادرة على التحليق بلا أجنحة.

هو لحظةٌ تهبّ فيها نسمةُ روحك،

فتذوب كل الضغائن والأوهام.

هو صوتُ قلبٍ يعرف أن يغفر،

ويحتضن الحياة بكل ما فيها من جمالٍ وألم.

في حضرة الصفاء، تُولد الكلمات بلا عناء،

ويصبح الصمت أغنى من ألف نداء.

ختامًا،

الصفاء ليس هدفًا بعيدًا،

بل هو رحلةٌ تبدأ بخطوة داخل نفسك،

حيث تنقشع السحب،

وينبثق نورُ السلام الأبدي.

الرجاء

هو شعاع خافت ينير دروب الظلام،
هو الأمل المتجدد في قلوبنا رغم الألم والجراح.
ليس مجرد حلم بعيد،
بل هو الإيمان بأن الغد يحمل الخير،
وأن الصبر مفتاح الفرج.
الرجاء هو ذلك الصوت الداخلي،
الذي يدعونا للمضي قدمًا،
حتى وإن كانت الخطوات ثقيلة.
في كل نبضة قلب، ينمو الرجاء،
وينسج لنا خيوط الأمل التي تحفظنا من الانكسار.
كزهرةٍ صغيرة تنبت بين شقوق الصخر،
تقاوم القسوة، وتعلن للحياة انتصارها.
هو نغمةٌ خافتة في ليلٍ مظلم،
تُخبرنا بأن الفجر قادم لا محالة.
الرجاء...

ليس فقط انتظارًا،

بل عملٌ متجدد وحياةٌ تُزهر في قلب العواصف.

في رجائنا،

نجد القوة للوقوف من جديد،

ونحلم بأن نزرع السلام في أرض الغدر.

هو نورٌ في قلب الظلام،

يدفعنا لأن نُضيء دروبنا رغم العتمة.

هو نبض الحياة في صمت الأيام،

وحلمٌ يزهر في كل فجر جديد.

في حضرة الرجاء،

تصمت كل الأصوات التي تحاول كسرنا،

ونصبح أقوى، أكثر صلابة، وأكثر إيمانًا.

ختامًا،

الرجاء ليس نهاية الانتظار، بل بداية الطريق،

حيث تنمو بذور الأمل،

وتُثمر ثمار الإصرار،

في حديقة الروح التي لا تموت.

الوهج

نحنُ نُشعل النار في أعماقنا،

نرتعش بين ظلال النور والظلام،

نحمل في صدورنا وهجًا لا يُخمد،

ونحن نعرف أن كل شُعلة تبدأ من شرارة صغيرة.

الوهج...

هو ذاك الضوء الخافت الذي ينبعث من أعماق الروح،

يحترق بصمتٍ لكنه لا ينطفئ.

ليس مجرد نارٍ تشتعل،

بل حرارةٌ خفية تحركنا نحو الحياة،

تدفعنا لنكون أكثر وضوحًا، أكثر حضورًا.

الوهج هو الأثر الذي نتركه،

حتى بعد أن يختفي النور،

هو الشمعة التي تضيء دروب الآخرين.

في كل لحظة ضعف،

الوهج هو القوة التي تعيدنا إلى المسار،

تذكرنا بأن في داخلنا نورًا لا يموت.

الوهج...

هو نبضُ الضوء الذي يهرب من بين الأصابع،

يرقص على أطراف الظلال،

يُعلن بداية النهاية، ونهاية البداية.

هو وهج القمر في سماء الليل،

يهمس للنجوم عن سرّ الخلود،

ويعانق الصمت في لحظة صفاء مطلقة.

الوهج...

ليس فقط شعلة تتأجج،

بل وعدٌ صامت بأننا ما زلنا هنا،

نقاوم، نحب، ونستمر.

حين يتوهج قلبك،

تصبح الحياة لوحة من ألوانٍ متوهجة،

حيث يصنع الضوء قصائد لا تُنسى.

الوهج...

هو الحكاية التي تروى في صمت القلوب،

ويضيء دروب العابرين في ظلمة الأيام.

هو النور الذي لا يخبو،

حتى وإن خفتت ألسنة الشموع،

يبقى شعاعه حاضرًا في عمق الروح.

الوهج...

يعلّمنا أن نكون أكثر من مجرد ظل،

أن نترك بصمة ضوء رغم كل الظلال.

ختامًا،

الوهج ليس مجرد لمعانٍ عابر،

بل هو نبض الحياة المتجدد،

وعدٌ بالحياة رغم كل الجراح،

وشهادة على أن نورنا لا يمكن أن يُطفأ.

الأنين

كأنني أتنفس وجعًا لا يُرى،
كأنني أُسافر بين صمتٍ يصرخ في داخلي،
كأنني أزور ذكرياتٍ تنزف بلا توقف،
وأجد في أنيني لغة لا يفهمها إلا قلبي.
الأنين...
هو صدى الألم الخفي في زوايا القلب،
همسة لا يسمعها إلا من تألم وفهم.
ليس مجرد صوتٍ عابر،
بل لغة الروح التي تبحث عن خلاص،
وترسل نداءها في صمتٍ مدوٍ.
الأنين هو ذاك الحبل الرقيق،
الذي يربط بين الحزن والأمل،
بين الألم والشفاء.
في عمق الأنين،
تنبع القوة التي تدفعنا للمضي،

لنجد السلام وسط العواصف.

هو صوت الريح التي تعانق الأشجار في ليلٍ بارد،
يُهمس بأسرار الوجع،
ويغني لحن الحزن بلا كلمات.
هو نداء الروح المكسورة،
تتلوه أصداء الوحدة في صمت بعيد.
الأنين...
ليس فقط صوت الألم،
بل صوت الانتظار،
وصوت الأمل الذي ينبض في الأعماق.
حين يعلو الأنين،
تصبح النفس مرآة للآهات،
ولكنها في ذات الوقت،
بوابة للحياة من جديد.
في صمت الأنين تكمن قصص لا تُروى،
قصصُ القلب الذي احتمل الألم بصمت،

وصبر على جراح لم يجد من يداويها.

لكن في كل أنينٍ،
هناك نبضةٌ خفية من القوة،
تهمس لنا بأن الحياة تستمر،
وأن الألم مهما كان ثقيلاً،
هو جزء من رحلة النضوج والصفاء.

ختامًا،
الأنين ليس نهاية الحكاية،
بل بداية الفهم العميق،
ومعانقة الحقيقة التي تصنع من وجعنا قوة،
ومن صمتنا صوتًا يُسمع في أرجاء الروح.

الدهشة

حين علت الدهشة وجوهنا بلا استعداد،
كأنّ الأرض انفجرت بألوان لم نرها من قبل،
وتركتنا نرتعش بين العجب والخوف والفرح.
الدهشة...
تلك اللحظة التي تقف فيها الحياة
على أطراف أصابعها،
وتفتح عينيك على مشهد لم تتوقعه.
هي الشرارة الأولى لليقظة،
والصمت المذهول بين سؤالٍ وجواب،
حين تكتشف أن العالم أوسع مما ظننت،
وأن الشعور يمكن أن يكون أعمق من الكلمات.
الدهشة لا تُفتعل،
إنها تولد من صدق التجربة،
ومن حُسن الظن بما لا يُفهم فورًا.
في الدهشة،

نكشف عن الطفل المختبئ فينا،
الذي ما زال يُحسن الاندهاش من لون السماء،
ومن رعشة اللقاء الأول.
الدهشة...
طفلةٌ تقف على حافة العمر، تصفّق للغيوم،
وتبكي من جمال لا تملك له تفسيرًا.
هي رعشة في طرف العين،
حين يسرقك مشهدٌ لم ترتب له قلبك،
وتفاجأ بأنك حيّ أكثر مما كنت تظن.
الدهشة...
قبلة غير متوقعة،
وصوتٌ ناعم في منتصف صخب،
وشيء صغير جدًا... لكن فيه الحياة كلها.
حين نفقد الدهشة،
نصير كبارًا جدًا على الفرح، وغرباء عن البدايات.
الدهشة لا تُروى...
هي تُعاش، ثم تترك فينا أثرًا لا يُنسى.

تشويش

كل شيء صار مختلطًا...
الأصوات في الخارج تضجّ،
والأفكار في الداخل تتصادم.
لا نعرف لمن نستمع... أو لماذا نسمع.
كل فكرة تُولد ومعها نقيضها،
كل شعور نعيشه...
ونحن نشكّ في صدقه.
القلوب باتت تُحسن التردد،
والعقول صارت تُتقن التشكيك.
نُحب... ونخشى أن نُخذل.
نقترب... ثم نركض بعيدًا دون سبب.
نُصلي... ونشعر أننا لا نُسمع.
نسعى خلف أحلام لا نعرف إن كانت لنا أصلًا.
كل شيء بات "نصف شيء".
حتى نحن... صرنا أنصاف بشر،

في نصف حياة... داخل ضوضاء كاملة.

كلما اقتربت من وضوحك...

صرخ فيك الداخل: **"عد للخلف!"**

كأن الوضوح صار تهمة... والتشويش أمان.

أُحبك، لكن قلبي يطلب تأجيل الحب.

أثق بك، لكن عقلي يعقد معي صفقة شك.

أنا معك... وضدك،

أنا مع نفسي...

لكنني لا أفهمها.

في رأسي ألف صوت...

وأنا أبحث عن صمتي الوحيد.

وفي قلبي... فوضى تُجيد ارتداء الهدوء.

الانعتاق

ليس مجرد كلمة تُقال،

بل هو لحظة تمزق فيها القيود،

وتحرر فيها النفس من أسوار الخوف.

هو ذاك الصمت الذي يلي العاصفة،

حين تفتح أبواب الروح،

وتطلق الطيور لتحلق بلا سقف.

الانعتاق يعني أن تعود إلى نفسك،

أكثر حريةً، وأكثر حكمة،

أكثر جرأة على الحلم،

وأقل تعلقًا بما لا يُخدمك.

في الانعتاق، يولد الإنسان من جديد،

ويبدأ رحلة لا تنتهي مع السلام.

الانعتاق...

هو ذاك الفجر الذي يُحطم ظلال القيود،

ويُعلن بداية حلمٍ بلا موانع.

هو الصرخة الهادئة في أعماق الصمت،
حين تودع ما كان يُثقل كاهلك،
وتأخذ بيد نفسك نحو السماء.

الانعتاق...
هو التحرر من كل ما يُكبل الروح،
والقدرة على الطيران،
حتى وإن لم يكن للجناحين وزن.
حين تنعتق،
تغدو الحياة موسيقى بلا سلاسل،
والقلب يرقص في حريته المديدة.
الانعتاق هو أن تُحرر روحك،
وتُضيء طريقك،
فتصير أنتَ النور في عتمتك.

تجليات

أهكذا تشرق الحقيقة في لحظات صمتنا،
تتسلل خفية بين ثنايا القلب المرهف،
تتبدى بألوان لا نراها إلا حين نغلق الأبواب،
فتتجلّى الروح بصفاء لا يعرفه إلا العاشقون.
هي لحظاتُ الحقائق التي تشرق فجأةً في ظلمة الفكر،
تُزيح الغشاوة عن عيني القلب،
وتكشف عن ما كان مستورًا خلف ستار الزمن.
هي الضوء الخافت الذي ينبثق من أعماق الروح،
يُحول الألم إلى دروس، والظلام إلى بصائر.
في كل تجلٍّ،
يُولد الإنسان من جديد،
ويرى ذاته بألوانٍ أوسع، وأفكارٍ أعمق،
تتجاوز حدود الممكن والمألوف.
التجليات ليست كلمات تُقال،
بل أفعالٌ تُحسّ، وصمتٌ يتحدث، وأملٌ لا يموت.

تتسرب التجليات كالنسيم الخفيف،
تلامس القلب دون استئذان،
تُذكي نار الفهم في أعماقنا.
هي الأثر الذي تتركه الأشعة الأولى للشمس،
على صفحة ظلال الليل،
تُبشّر ببداياتٍ لم تُروَ بعد.
التجليات...
قصصٌ تُحكى بلا كلمات،
وألحانٌ تُعزف على أوتار الوجدان،
تشعر بها قبل أن تُدركها.
هي لحظة السكون التي تسبق الانفجار،
حيث يفتح العقل أبوابه على مصراعيه،
لينساب النور ويتغلغل إلى أعماق الوعي.
تلك اللحظة التي تعرف فيها،
أنك لم تكن وحدك أبدًا،
وأن في داخلك عالمًا لا يُحدّ،
ينتظر أن يُكتشف.

أفق

في المكان المزدحم، حيث تصرخ الأرواح بلا صوت،
يبقى الأفق ذلك السر الذي لا يراه إلا القليلون،
يمتد بعيدًا، هادئًا، كدعوة صامتة للرحيل،
ويراقب من يعانقون الخوف،
كيف يبنون أحلامهم في العتمة.
الأفق...
ليس مجرد خطٍ يلتقي فيه السماء بالأرض،
بل هو وعدٌ بلا نهاية،
يدعونا لأن نحلم بلا حدود.
هو المكان الذي تلتقي فيه رغبات القلب مع آمال العقل،
حيث تبدأ الرحلة رغم كل الصعاب،
وتتجلى في كل صباح فرصة جديدة للحياة.
الأفق هو ذلك الحلم الذي لا يموت،
والنور الذي يشتعل في ظلمة اليأس،
ليذكرنا أننا، مهما ابتعدنا،

دائمًا هناك مكان جديد لنصل إليه.

الأفق...

هو القصيدة التي تكتبها السماء بلا نهاية،

حيث تتراقص الألوان بلا قيود،

وتهمس الرياح بأسرار الوجود.

هو صوت الأمل في صمت الليل،

ونبض القلب حين يلتقط أنفاسه الأخيرة،

ليبدأ من جديد رحلة البحث عن الذات.

في الأفق، تلتقي الأحلام بالواقع،

فتولد قصص لا تُروى إلا للقلوب الصادقة،

التي تؤمن بأن النهاية ليست سوى بداية أخرى.

في الأفق، لا تكمن النهاية،

بل تكمن بداياتٌ لا تنتهي،

وأحلامٌ تتجدد مع كل شروق شمس.

الأفق ليس فقط مكانًا نراه،

بل هو حالة نعيشها،

ونحن نخطو بثبات نحو غدٍ أجمل.

سرمد

هو ذلك الحضور الذي لا ينطفئ،
ذو الجذور العميقة في زمن لا يُقاس بالساعات
أو الأيام،
بل بمدى خلود الفكرة وحيوية الروح.
هو ذلك النهر الجاري بلا نهاية،
يحمل في تدفقه أسرار الحياة،
ويمتد عبر الأزمنة كرمز للدوام والثبات.
في السرمد، لا تكمن قوة فقط في الاستمرارية،
بل في القدرة على التجدد والابتكار،
في قلب كل لحظة،
يولد الأبد من جديد.

السرمد، كلمة تنبض بعمق الوجود،
ترسم خطوطًا لا تنتهي على صفحة الزمن،
تدعونا لنعيش لحظات لا تفنى،

حيث لا يعلو عليها سوى نبض الحياة ذاته.
هو سر من أسرار الكون،
ذاك الذي لا يخضع للموت أو الفناء،
بل يتغلغل في كل خلية وكل حلم،
مبقيًا لنا الأمل في استمرارية لا تعرف حدودًا.
في السرمد، نلتقي بجذورنا وسمائنا،
بذاك الأزل الذي يحمل في طياته سر الوجود،
ويذكرنا بأننا جزء من قصة أكبر،
تتجدد عبر الأزمان.
السرمد ليس مجرد فكرة عابرة،
بل هو روح ترفض الانطفاء،
تعيش فينا عبر الزمن،
تمنحنا القدرة على التجدد والولادة من جديد،
حتى عندما تبدو الأبواب موصدة،
يبقى السرمد شعلة لا تنطفئ تضيء دروبنا.

المرح

هو ذلك الفضاء الرحب حيث تتلاقى الحياة بكل ألوانها،
حيث تتفتح الزهور بعد عواصف الشتاء،
وينتشي القلب بأنغام الطبيعة المتجددة.
هو لحظة السلام بين الاضطراب،
وحيث يجد الإنسان نفسه في حضن الأرض،
يرى الأفق اللامتناهي،
ويشعر بأن كل شيء ممكن،
كل حلم قابل للتحقق.

في المِرْح، تنمو بذور الأمل،
وتسكن الروح في سلام،
ليبدأ الإنسان من جديد،
بقوةٍ وحنان لا يُقاسان.
المِرْح صفحة جديدة من الحياة،
حيث يلتقي الماضي بالحاضر في رقصة هادئة،

وفيه تنبض الأرض بأغاني الخصب والوفرة.
هو ذلك المساحة التي تأخذنا بعيدًا
عن صخب الأيام،
تغمرنا بحنانها وتعانق وجداننا،
لتعود بنا إلى جوهر وجودنا الحقيقي.
في المِرْج، نكتشف أننا جزء من دورة لا تنتهي،
حيث تتجدد الأرواح،
وتولد الأحلام من رحم السلام.
في المِرْج تلتقي القلوب بهدوء،
وتتنفس الأرواح حرية الانطلاق،
حينها ندرك أن السلام ليس غياب العاصفة،
بل هو حضور الطمأنينة وسطها،
فنزرع بذور الأمل ونرويها باليقين،
ليصبح كل مِرْج في حياتنا
لوحةً تتنفس حياةً جديدةً،
تتفتح فيها أزهارنا وتشرق شمسنا من جديد.

الوِداد

ذلك الشعور العميق الذي ينبع من القلب،
كأنه نهر هادئ يسري بين ضفاف الروح،
يغمرنا بدفء المحبة وصفاء الإخلاص.
هو الرابط الخفي الذي يجمع بين النفوس،
في وقت تشح فيه الكلمات،
تظل المشاعر صادقة، صافية بلا حدود،
كأنها زهرة لا تذبل مهما علت الرياح.
الوِداد يمنحنا القوة لنحب بلا شروط،
لنعطي بلا انتظار،
ونحتضن الحياة بكل ما فيها من جمال وألم.
الوِداد، نغمة الحنان الخالدة،
حين يتكلم القلب بلسان الصمت،
وترتسم على الوجوه ابتسامات من نور.
هو ذاك الشعور الذي لا يخبو،
لا يذوي مهما تبدلت الأحوال،

ويبقى فينا، راسخًا كجذر الشجرة،

يتغذى من الرحمة والصدق والوفاء.

في الوِداد، نجد أنفسنا،

ونعانق لحظات الصفاء،

كأننا نطير بعيدًا عن كل جفاء.

الوِداد ليس مجرد كلمة،

بل هو نبض الحياة وروحها،

هو ذاك الشعور الذي يجعلنا نرتقي فوق الذات،

ونحلق بأجنحة المحبة والإخلاص.

حين نعيش بالوداد،

نتحول إلى بشر أفضل،

نزرع الخير وننشر السلام،

ونحن نعلم أن أعظم قوة في الكون

هي تلك التي تنبع من القلب الصادق.

الوِدادُ بستانٌ لا يذبلُ،

يزرعُ في القلوبِ نورَ المحبةِ والصفاءِ،

وينسجُ لنا جسرًا إلى السلامِ الأبدي.

الغُصن

يتمايل في الريح كأنه يحمل أعباء السماء،
لكنّه لا ينكسر رغم العواصف واللّهيب،
يظل الغصن رسالة صبرٍ من الطبيعة،
يُعلّمنا كيف نرتجف، ثم نثبت في وجه الريح.
الغُصن...
هو الامتداد الرقيق للحياة،
يميل مع الريح ولا ينكسر،
يحمل الورق، والزهور، وأحيانًا الثمار،
لكنه يظل في ظِلّ الجذع، لا يطلب شيئًا لنفسه.
هو رمز القوة الهادئة،
الذي يفهم أن المرونة ليست ضعفًا،
وأن الثبات أحيانًا لا يكون في الصلابة،
بل في القابلية للانحناء دون أن نُقلَع.
الغُصن يشبهنا حين نتمايل مع هموم الحياة،
لكننا لا نُخلع من جذورنا،

ولا نفقد اتصالنا بالسماء.
الغُصن لا يصرخ... لكنه يقول كل شيء.
يرقص في العاصفة دون ضجيج،
ويحمل الحياة على كتفيه كما لو أنه لا يتعب.

تعلّمتُ من الغُصن أن ألين حين يجب،
وأن أُزهِر في صمت،
وأن أُخفي ألمي في ظلّ أخضر لا يذبل.
الغُصن هو الحلم الذي تمسّكه الريح،
لكنه لا يسقط،
هو الأمل المتدلّي من شجرةٍ لم تيأس.
الغُصن لا يحتجُّ على الظل،
لكنه يحلمُ بالشمسِ في صمتٍ نبيل.
كلما اشتدّت الرياح...
علّمني الغُصنُ أن الانحناء لا يعني السقوط،
وأن البقاء ليس دائمًا صاخبًا.
الغُصن لا يغادر الشجرة،

لكنه يُصافح الفصول كلها،

وينبثُ حتى حين تُعاقبه السماء بالصقيع.

هو صورة القلب النقي...

ينكسر داخله ألف مرة،

ويظل يمنح الورق ظلّه.

الغُصنُ ليس إلا درسًا في الحياة،

ينحني لكنه لا ينكسر،

ويُزهِر حتى حين يُوجِعه العراء.

نَدبة

هي علامة لا تنزف، لكنها تتكلم.

بقايا معركةٍ لم تُعلن تفاصيلها،

وصوتٌ مكتومٌ لصراخٍ مرَّ من هنا.

الندبة ليست تشوّهًا، بل توقيع الحياة علينا،

شهادة نجاةٍ من ألمٍ لم يُفصَح عنه،

ومن لحظةٍ أرادت كسرنا... لكننا عبرناها واقفين.

أحيانًا، نخجل من ندوبنا،

لكنها تُخبرنا أننا عشنا بصدق،

وأننا قاومنا، ووقعنا، وقمنا من جديد.

الندبة لا تحتاج إلى تبرير،

فالجمال ليس في المظهر وحده،

بل في التاريخ الذي نحمله على أجسادنا وأرواحنا.

الندبة... ليست قبيحة،

بل صادقة...

كأنها توقيع الخيبة على الجلد.

أُخفي ندبتي عن المرايا...

لكنها تظهر كلّما اقترب أحد من قلبي.

الجميل في الندبة...

أنها لا تنزف، لكنها لا تنسى،

تمامًا كقلبي بعدك.

الندبة ليست نهاية،

بل بداية لفصلٍ منّي لم يفهمه أحد.

كل ندبةٍ على جسدي...

هي سطرٌ في روايةٍ لم أكتبها،

لكنّ الحياةَ كتبتها عليَّ بحبرٍ موجوع.

في كل ندبة...

شيءٌ من دمعة،

وشيءٌ من انتصارٍ صامت.

الندبة لا تُنسى، لا لأنها مؤلمة،

بل لأنها دليل أن القلبَ مرَّ من النار...

وخرج وفيه حياة.

تَشظّي

التشظّي... ليس فقط أن ينكسر الشيء،
بل أن ينقسم القلبُ إلى جهاتٍ متباعدة،
أن تبقى الروح متماسكة في الظاهر،
لكنّ داخلها... فتات لا يُلملم.
التشظّي هو أن تتوزع في الذكريات،
أن لا تعرف أين تبدأ ذاتك... وأين انتهيت.
هو أن تمشي بكامل صمتك،
بين حطام المشاعر التي لم تكتمل،
والأحلام التي انكسرت قبل أن تُولد.
نحن لا نتشظّى دفعةً واحدة،
بل على مراحل... في كل مرة نخسر فيها أنفسنا،
وفي كل مرة نكتم فيها وجعًا لا نعرف له اسمًا.

تشظّيتُ...
حين قلتُ لا شيء بي،

وكان بي... كل شيءٍ موجوع.

أنا لستُ محطمًا...

أنا فقط لم أعد كما كنت.

في كل تشظٍّ...

قطعةٌ منّي تبحث عن وطنٍ يشبهني.

تشظّيتُ من صمتٍ لم يُسمَع،

ومن حبٍّ لم يُكمَل،

ومن وجعٍ كنتُ أبتسمُ معه كي لا أنهار.

لسنا متكسرين... نحن فقط تشظّينا بصمت.

وكلّ شظية فينا، تحمل حكايةً لم تُقال.

لكننا... رغم ذلك، لا زلنا نضيء.

في التشظّي، يكمن جمالٌ غامض،

فكل قطعةٍ من القلب المكسور،

تروي قصة صمودٍ، وولادةٍ جديدة.

نحنُ لا نُمحى بالانكسار،

بل نصبح أقوى، حين نختار أن نضيء من داخل الشظايا.

ارتباك

نحن لا نرتبك حين نُفكّر،

بل حين نشعر أكثر مما ينبغي.

الارتباك لا يأتي من جهلنا بالخطوة التالية،

بل من تردد القلب بين صوتين،

وارتعاشة النفس أمام قرارين.

الارتباك ليس ضعفًا، بل ازدحام في

الإدراك، ضجيج في الداخل، حين تتداخل

الحقيقة مع الظن، والعقل مع العاطفة.

نرتبك لأننا لا نعرف هل ما نشعر به حقيقي

أم مبالغ فيه، هل يجب أن نمضي أم نتوقف، نواجه أم ننسحب.

في الارتباك، كل شيء يتداخل: التفاصيل

الصغيرة تبدو أكبر، والقرارات البسيطة تتحول إلى معارك داخلية.

هو علامة أن القلب لم يجد مرساه، وأنك

عالق بين ما تريده وما تظنه صوابًا.

هو لحظة تهتز فيها الثقة، لا لأنك فقدت الطريق، بل لأنك رأيت طرقًا كثيرة ولم تعد تؤمن أن أيًّا منها سيقودك إلى السلام.

الارتباك...

أن تقف في منتصف الطريق، وتخاف أن تكون كل الجهات خيبة.

أن تسأل قلبك: هل تمضي؟

فيردّ عليك صامتًا...

ثم يعتذر متأخرًا عن الإجابة.

الارتباك...

أن تُمسك بيد الشعور، وتطلب من العقل التفسير،

فيخبرك أن العاطفة لا تُترجم، بل تُعاش.

الارتباك...

أن يكون فيك ألف وضوح،

لكن الغيمَ يصرّ أن يسكن عينيك.

وفي لحظات الارتباك...

أكثر ما نحتاجه ليس من يدلّنا على الطريق،

بل من يُمسك بنا بلطف ويهمس:

"لا بأس إن تأخرت... المهم أن تصل وأنت تُشبه قلبك لا خوفك."

أحيانًا، نكتشف أن ارتباكنا لم يكن إلا صرخة داخلية تطلب احتضانًا،

لا قرارًا... ولا مخرجًا.

في النهاية...

الارتباك لا يُعاب،

فهو دليل على أن الإنسان لا يزال يُفكّر، لا يزال يخشى الخطأ،

لا يزال يحمل في داخله حياة حقيقية،

حياة تتألم من الاحتمالات،

وتبحث عن يقين واحد...

يُشبهها.

الفراغ

ليس دائمًا ما يُثقلنا هو الامتلاء...
أحيانًا يكون الفراغ هو الجرح الذي لا يُرى،
مكانٌ لا يحمل شيئًا، لكنه يسحب كل شيء منك.
فراغ المشاعر، فراغ العلاقات، فراغ الإيمان،
كلها ثقوب سوداء تبتلعك دون أن تصدر صوتًا.
تضحك، لكن لا صدى لضحكتك داخلك،
تتحدث، ولا شيء فيك يسمعك.
الفراغ لا يعني أنك لا تملك،
بل يعني أنك فقدت ما كان يملؤك حقًا.
أجلسُ إلى نفسي
كأنني جالسٌ في غُرفةٍ هجرها الأثاث والعمر والهواء.
لا شيء فيَّ... إلا صدى الخطى التي لم تأتِ.
كل من مرّ بي تركني... وأخذ معه شيئًا لا يُعوّض.
أحاول أن أملأ الفراغ بداخلي بكلامٍ كثير...
فأزداد صمتًا.

وأمنحه ضحكاتٍ مستعارة...

فأزداد وجعًا.

أضع على الجرح وردًا...

فتنبت فيه أشواك الذكرى.

الفراغ ليس عيبًا في المكان،

بل هو خيانة الوقت حين ينسى أن يُقيم فينا،

هو الفرصة التي تأخرت،

والشخص الذي لم يأتِ،

والأمل الذي لم ينتهي.

في الفراغ، لا أحد يطرق بابك،

ولا رسالة تخبرك بأنك ما زلت في ذاكرة أحد،

ولا ظلّ يمتد من صوتٍ كان يسكنك...

كل شيء ساكن، حتى أنفاسك لا تسمعها،

وكأن الحياة قررت أن تمضي... بدونك.

الفراغ لا يعني غياب الآخرين فقط،

بل غيابك أنت... عن نفسك.

فإذا وجدت نفسك، امتلأ كل شيء... حتى الصمت.

الصدى

ليس كل صوتٍ يُسمَع... يبقى.

لكن الصدى؟

هو ذلك البُكاء المؤجل،

الذي يعود إلينا من حوافّ الكلام المنسي.

الصدى ليس فقط تكرارًا للصوت،

بل هو بقايا الشعور التي لم تجد طريقها للخروج،

هو حديث القلب حين يخلو المكان،

وتردده جدران الماضي في وجه الحاضر.

أحيانًا... نظن أننا انتهينا من وجعٍ ما،

لكن الصدى يُخبرنا أننا ما زلنا عالقين هناك،

حيث أول وجع، وأول خيبة، وأول وداع.

ما أصعب أن تهمس،

فيسمعك الصدى... لا أحد سواه.

أن تنادي اسمًا،

فيردّ عليك الفراغ... كأنه يعرفك جيدًا.

أن تكتب رسالةً،

فتعود إليك... دون عنوان، دون رد، دون حياة.

الصدى ليس تكرارًا،

بل ذاكرةٌ تُصرّ أن تعيدك للموجع... مرة، ومرتين.

الصدى لا يخدع...

بل يكشف من الذي ما زال ساكنًا فيك.

هو صوتك حين تظن أنك صمتَّ...

لكن حزنك كان أبلغ منك.

الصدى لا يموت،

هو نجمٌ صغير في سماء القلب المظلم،

يتلألأ كلما حاولنا نسيان ما كنا عليه.

هو العابر بين الذكرى والوجدان،

يرسم حدود الألم على جدار الروح،

ويرتجف حين نجرؤ على الاقتراب من الحقيقة.

لكن في هذا الارتجاف تكمن الحياة،

وفي الصدى تكمن الرسالة... أن لا نُنسى.

الصدى هو الأثر الذي نتركه بعد أن نرحل،

وهو الجسر بين ما كان وما يمكن أن يكون.

لذلك، لا تخف من صوت صدى نفسك،

فهو خير معلمٍ في مدرسة التجارب.

مرافئ

في زحمة التيه، نبحث عن مرافئ لا تشبه اليابسة...

بل تشبه حضنًا يُنصت دون أن يسأل،

تشبه صمتًا يحتوينا حين يعجز اللسان عن البوح.

المرافئ ليست دائمًا أماكن...

أحيانًا تكون شخصًا، أو لحظة دفء، أو دمعة صدق.

نرسو إليها مُثقلين بما جرفته الأيام،

فنفرغ الحنين والتعب، ونرمم ما تبقى فينا من نبض.

كل مرفأ صادق، يربّي في القلب فكرة العودة،

ويُقنعنا أن لا عيب في الانكسار، ما دمنا نجد من يُلملمنا.

كنتُ أظن أن البحر لا يهدأ...

حتى وجدتُك،

فهدأ الموج في صدري.

كلما رست ملامحك على شواطئي،

أيقنتُ أنني لستُ تائهًا...

كنتُ فقط أفتقد مرفأً يشبهك.

أخبئني فيك كغيمة أنهكها المطر...

فأنت المرفأ الأخير...

وكل ما قبلك... مجرّد محطات انتظار.

ليست كل السفن تُبحر بحثًا عن وطن...

بعضها تفرّ فقط من الغرق،

وبعضها ترسو في مرافئ لا تُشبه البحر،

بل تُشبه الدعاء حين يخنقك الليل.

المرافئ الحقيقية لا ترفع أعلامًا،

ولا تُطلق صفارات الوصول،

هي أهدأ من السلام...

وأصدق من الوعود.

وحين نجد المرفأ الذي يُشبهنا،

لا نسأل كم ابتعدنا،

بل نحمد الله أننا وصلنا.

في نهاية الرحلة،

لا نبحث عن مرافئ تعجبنا،

بل عن مرافئ تحتملنا.

نُدرك أن العودة لا تعني الرجوع للمكان،

بل السكون في قلبٍ يفهمك دون أن تشرح.

وكل مرفأ نرتاح إليه...

هو حكاية نجاة نكتبها بصمت.

النداء

حين تصمت الضوضاء من حولك،
وتظن أن كل شيء انتهى...
ينبثق من داخلك نداءٌ خافت، لا يشبه أي
صوت سمعته من قبل.
إنه ليس كلامًا، بل شعورٌ عارٍ من الحروف.
نداءٌ يأخذك إلى ذاتك التي هجرتها
طويلًا، إلى معنى كنت تفرُّ منه في زحمة الحياة.
الروح لا تنادي إلا حين تُهمل، ولا تهمس
إلا حين تُغلق كل الأبواب الأخرى.
نداء الروح هو تلك الرغبة الغامضة في السكون،
في البكاء بلا سبب، في أن تُطفئ العالم
وتجلس مع نفسك بصدق.
هو اشتياقك لله دون أن تدري، واحتياجك
للسلام دون أن تعرف اسمه.

هو توق الصحوة بعد سبات طويل، وتنهيدة الشوق لمنزلك الأصلي: النور.

أنا لا أسمع صوتي.. بل أسمعني

حين أخلع ضجيجهم.. وأرتدي أنيني

أصغي لنداءٍ يأتي من عُمق روحي،

كأنه الله يربّت على قلبي ويقول: "عُد إليّ.."

نداءُ الروحِ لا يُكتب بالحبر،

ولا يُقالُ على مِنبر.

هو رجفةٌ في منتصفِ الغياب،

رسالةٌ لا يرسلُها سِوى الله... وتصلُك دون بريد.

أنا حين أضعتُ خارطتي،

لم أجدها في كتبِ الفلاسفة،

بل وجدتُها حين بكيتُ على سجادتي...

وسمعتُ الروح تهمس: "كنتُ معك، لكنك نسيتَ الطريق."

في زمنٍ تُقاس فيه القلوب بعدد الإعجابات،

يبقى نداء الروح هو اليقين الوحيد الذي لا يخدع.

حين تهمس روحك... اسمع.

فذلك الصوت، وحده، لا يكذب.

نداءُ الروحِ لا يُقال... بل يُرتَجف.

يأتيكَ في لحظةِ صمتٍ طويلةٍ بين ضوضاء العالم.

كأنّ أنفاسك تعترف بشيءٍ لم تقله،

وعيناك تبكيان شوقًا لمكانٍ لم تذهب إليه بعد.

كأنّ الله يهمس داخلك:

"عد إليّ... فقد تعبتَ من البعد."

وهُنا فقط... يبدأ الشفاء.

الانتفاضة

الانتفاضة ليست فقط صوت الغضب

أو الثورة الظاهرة، بل هي

الشرارة الخفية التي تولد في أعماق الروح قبل أن تُعلن وجودها للعالم.

هي لحظة لا تعود فيها تقبل أن تكون حبيس القيود،

ترفض السكوت عن الألم، وتُعلن بداية جديدة من داخلك.

في الانتفاضة، تتحول مشاعر

الوجع والاحتقان إلى طاقة

تتدفق، تزلزل أسوار الخوف والضعف، وتدفعك

إلى التحرر من كل ما كان يثقل كاهلك.

هي الفجر الذي ينبثق من عتمة طويلة،

حيث يعود الإنسان ليجد نفسه، لا كما يريد الآخرون، بل كما يريد هو حقًا.

في صمت قلبي انفجرت،

وخرجت كطوفانٍ لم يعرف الحدود.

أطلقت ألواني في سماء أعمق،

هتفتُ بلا صوت، لكن السماء سمعت.

انتفاضتي ليست ضجيجًا،

بل صرخة الربيع في جسدي،

حيث يبدأ كل شيء من جديد،

حيث تلد الروح من جديد.

لم أعد أقبل أن أكون أسير الصمت،

فصمت الروح أحيانًا أشد وقعًا من الصراخ.

انتفاضتي هي كسر السلاسل التي لم ترها عيني،

وحرق الطرقات التي ملّ فيها قلبي أن يمشي.

تحت رماد الألم، يولد الحلم جديدًا،

وبين أنقاض الخوف، تزهر قوةٌ لم أعرفها من قبل.

الانتفاضة ليست فقط لحظة غضب،

بل هي ميلاد جديد للذات،

تفتح الأبواب المغلقة على أمل وحياة.

هي الهمسة التي تكسر صمت القلوب،

والشعلة التي تضيء الدروب المظلمة،

ففي كل انتفاضة، يولد إنسانٌ جديد.

ترسُّب

الترسُّب هو ذاك الشعور الذي لا يكبر
فجأة، بل يتراكم بهدوء في أعماقنا،
مثل قطرات ماء تغرز في الصخور حتى تشقها.
هو الذكريات، الهموم، الأحلام المُهملة، وكل
ما نُخفيه خلف ابتسامة، لكنّه لا يذهب.
في الترسب، تصبح المشاعر أعمق
وأكثر تعقيداً، فهي ليست صراخًا ولا صمتًا،
بل هي مساحة بينهما، حيث لا تُقال
الكلمات، ولا تُنسى اللحظات.
إنها رواية النفس المتكررة، والصدى الذي
لا ينتهي، والوشاح الخفيف الذي يحيط بالقلب.
ترسّبٌ يصنعنا، يُعذبنا، ويُعلّمنا أن القوة
ليست في الظهور، بل في الثبات رغم كل شيء.
ترسّب الوجع في عينيك،
كأنه ماء لا ينتهي،

يغسل الذاكرة، لكنه يترك أثرًا...

أنا ذلك الأثر،

وأنت الماء،

ولا نهاية لنا.

كل يوم يمرُّ كقطرة ماء،

تُضاف إلى بحرٍ من الصمت والذكريات،

تُترسّب بين ثنايا القلب،

تُخفي وجعًا لا يرى،

ونورًا لم يُكتشف بعد،

كأننا نصنع من التراب لحنًا لا يموت.

الترسّب هو ذاك الأثر الذي يبقى،

حين تغادر الكلمات،

ويبقى الصمت يروي قصصًا،

لا نرويها لأحد،

لكنها تشكلنا،

وتخلق فينا سرّ الحياة.

الترسُّب ليس مجرد بقايا الماضي،

بل هو حضور خفي ينسج تفاصيل الحاضر،

يُعلمنا أن القوة تكمن في الصبر،

والجمال في التفاصيل

الصغيرة التي لا تُرى،

وفي كل قطرة ترسّبت، هناك قصة تستحق

أن تُروى،

وهكذا نبقى...

نتكوّن ببطء، لكننا لا ننكسر.

انطلاق

الانطلاق ليس فقط فعل الحركة،

بل هو قرار داخلي، شجاع ومُتجدد.

هو تلك اللحظة التي ترفض

فيها البقاء في مكانك، التي

تختار فيها التحرر من القيود، وتعلن بداية صفحة

جديدة في حياتك.

في الانطلاق، تصنع من الألم دافعًا،

ومن الفشل درسًا، ومن الخوف

وقودًا للمضي قدمًا.

هو النداء الذي يوقظ الأحلام ويشعلها،

ليصبح الإنسان أكثر قوة وصلابة وإصرارًا.

الانطلاق هو بداية رحلة لا تنتهي،

رحلة تتجدد فيها الروح،

وتحلق فيها الآمال بلا حدود.

انطلقتُ من قيد الألم،

وتركتُ خلفي ظلال الخوف،
سرتُ بلا خريطة،
لكنّ قلبي كان بوصلة الطريق،
في كل خطوة، يولد حلمٌ جديد،
وأنا هنا، أكتب بداية لا تنتهي.
انطلقتُ من صمتٍ عميق،
من أسرار الليل المظلم،
أحملتُ قلبي المرهف،
وخطوتُ نحو فجرٍ لم يُكتب بعد.
لم تكن الطريق ممهدة،
لكن في كل عثرةٍ أزهرتُ،
وفي كل سقوطٍ نهضتُ،
لأكون كالنجم الذي لا يهدأ،
يضيء لنفسه قبل أن ينير للآخرين.
الانطلاق هو لحظة انفصال،
حيث تلتقي الإرادة بالرجاء،
وتولد روحٌ جديدة بين الأنقاض،

حينها فقط ندرك أن النهاية ليست سوى بداية،

وأن كل رحلة تبدأ بخطوة شجاعة...

فهل أنت مستعد لأن تنطلق؟

تمثيل

نحن جيلٌ يُجيد ارتداء الأقنعة...

حتى بتنا ننسى شكل وجوهنا الحقيقية.

نضحك في وجه العالم،

وننهار بصمت حين نغلق الأبواب.

نتكلّم بذكاء،

لكننا نبكي كالأطفال في سرّنا.

نتظاهر بالقوة...

لأننا نعلم أن لا أحد سينقذنا إن انكسرنا.

المجتمع علّمنا أن الحزن لا يليق بالشجعان،

وأن البوح ضعف...

فاخترنا الصمت،

واعتدنا أن نُمثّل أن كل شيء بخير،

حتى صدّقنا الكذبة نحن أنفسنا.

كل ما فيّ مبتسم...

إلا قلبي،

فهو يحتضر بابتسامة مدروسة.

أنا ممثل بارع في حفلة من الزيف،

أصفّق لنفسي حين لا يُصفق لي أحد،

وأمشي بثقةٍ لا يراها أحد،

لكنني منهار... بكل لغات الانهيار.

كلما أردت أن أقول "أنا موجوع"،

قلت بدلاً منها: "أنا مشغول".

تعوّدتُ أن أبدو بخير،

حتى صرت لا أعرف:

هل أنا بخير فعلًا؟ أم فقط أجيد التمثيل؟

في زمننا هذا،

لم نُدرّب على الصدق كما يجب،

دُرّبنا على الصمود، على الأقنعة، على الإيجابية الزائفة.

لكن القلوب يا صديقي لا تُخدع، فهي تعرف تمامًا...

من يعيش لأجل التمثيل،

ومن يُمثّل ليعيش.

تمزّق

ليس دائمًا نُكسر دفعة واحدة،

أحيانًا نتمزّق على مهل...

بكلمة، بنظرة، بتجاهل، بصمت.

نكون بكامل حضورنا في الخارج،

لكن شيئًا في الداخل ينفلت منا،

يتشقق... دون أن يُسمع له صوت.

نحاول أن نبدو متماسكين،

لكن الحقيقة؟ نحن نتفتت كل يوم،

أرواحنا أصبحت مثل ورقٍ قديم...

كلما لامسته يد الحياة، تمزّق أكثر.

ما أقسى أن تكون ممزّقًا ولا يراك أحد،

وما أوجع أن لا تملك حتى القوة لتشرح:

"أنا لست بخير".:

أنا لا أُجيد الحزن،

لكنني أُجيد التمزّق بصمتٍ فخم.

أبدو لك طبيعيًا،

لكن روحي تتدلّى من خيطٍ رفيع.

أُصافح الحياة بيدي،

وفي قلبي مئة انكماشةٍ لا تُرى.

أنا لست قويًا كما تظن،

أنا فقط محترف تمثيل،

يمزّق حزنه بخيطٍ من المجاملة.

كل "أنا بخير" أقولها...

هي خيط آخر ينقطع منّي.

في كل تمزّق داخلي،

جزء منّا يُولد بشكل مختلف... أو لا يُولد أبدًا.

نعود من التمزّق أبطأ، أهدأ، أقل حماسًا...

لكن أكثر فهمًا، وأكثر صدقًا مع أنفسنا.

اختناق

أحيانًا لا نختنق بسبب قلّة الهواء،
بل من كثرته... حين لا نجد فيه من يَفهمنا.
نَجلس بين الناس، نتحدّث، نضحك،
لكن بداخلنا شخصٌ يصرخ...
ولا أحد يسمعه.
نتنفس، لكن النفس لا يصل.
نعيش، لكن الحياة لا تسكن فينا.
نختنق من كلمات لم تُقال،
من مشاعر لم نجرؤ على إخراجها،
من أحلام بقيت عالقة في صدورنا
مثل غصة لا تُبلع.
أختنق...
وليس هناك يد تربت،
ولا صدر يُفهم،
ولا كتف يليق بالبكاء عليه.

أختنق منّي...

من كلّ مرّة قلت فيها "أنا بخير"،

وأنا لست بخير حتى في صمتي.

أنا لست بحاجة لأحدٍ يُنقذني...

أنا فقط أحتاج أحدًا يلاحظ أنني أغرق.

الاختناق لا يأتي من ضيق المكان،

بل من اتّساع الصمت بينك وبين من تحب،

من تراكم المشاعر التي لم تجد من تُقال له،

من العيش بين الوجوه... دون أن يشعر بك أحد.

تزييف

صرنا نعيش في مشهد كبير...
كل من فيه يُجيد دوره جيدًا.
العاشق يُحب ليُنسى،
والصديق يبتسم ليُخفي،
والقريب يضحك ليُخدع،
حتى الطيب... بدأ يشكّ في نواياه.

كل شيء حولنا أصبح مزيفًا:
الوعود، المشاعر، الأحاديث، وحتى الأحضان.
صرنا نخاف أن نصدق أحدهم،
أن نرتاح لأحدهم،
أن نفتح القلب لمن يُتقن فن "الخداع بلُطف".
أنا لا أريد الكثير...
فقط شخصًا يقول الحقيقة ولو كانت مؤلمة.
فالعُمر قصير لأُضيّعه في قراءة نصوص مزيفة.

لقد مللت من "كيف حالك؟"
التي لا يقصدها أحد.
ومن "أنا معك" التي تُقال وتُنسى بعد ساعة.

كلهم يقولون "لا تقلق"...
لكن لا أحد يبقى حين أقلق فعلًا.
في عالمٍ كلّه يتزيّف...
تصبح الصراحة جريمة،
والوفاء سذاجة،
والنقاء ضعفًا يُستغل.

ولكنك حين تبقى حقيقيًّا وسط الزيف،
فأنت المعجزة الوحيدة الباقية في هذا العالم.

تكابر

كم مرة قلت: "أنا بخير"...

وأنت تنزف من الداخل؟

كم مرة ضحكت عاليًا...

وقلبك يختنق بصوتٍ مكتوم؟

التكابر ليس قوة،

بل محاولة مستميتة لحماية ما تبقّى منك.

تُخفي احتياجك... لأنك خُذلت.

وتُخفي وجعك... لأنك خجلت من البوح به.

تُحادث الناس كأنك لم تتأذَّ أبدًا،

تُصافحهم بيدٍ ثابتة...

لكنها ترتجف كلّ ليلة حين تنفرد بك.

أكبر أكذوبة في حياتي...

"أنا أقوى مما تتصور".

قلتها كثيرًا،

حتى صدقني الجميع...

إلا أنا.

أُكابر... لأنني تعبت من أن أُفهم.

أُكابر... لأن الطيب حين يبوح، يُستهان به.

أُكابر...

لأني حين بكيت مرة،

لم يُمسك أحدٌ دمعتي.

التكابر ليس صلابة،

بل جدار هشّ نبنيه من الخوف، من الخذلان، من الوحدة.

لكن مهما طال الصمت...

القلب يعرف الحقيقة.

ويعلم أن من يُكابر أكثر،

هو من أحبّ بصدق، وتوجّع بصمت.

شتات

لم أعد أعرف أين أقف...
فكل أرضٍ تقف عليها مشاعري، تهتز.
وكل قرارٍ أتمسك به، يتبدّد.
أنا هنا... لكن قلبي هناك، وذاكرتي عالقة في الأمس.
لم أعد أُجيد لملمة نفسي.
كلما حاولت، وجدتها قد تبعثرت من جديد.
أفكاري متشابكة، مشاعري متضاربة،
وأنا تائهٌ بين "ماذا كنت؟" و"ماذا أصبحت؟"

هذا الشتات ليس في المكان فقط،
بل في الانتماء، في الإحساس،
في العلاقة بيني وبيني.
كلما حاولت أن أكون كما كنت،
وجدت شيئًا منّي ناقصًا.
الشتات ليس دائمًا أن تُضيع طريقك،

أحيانًا أن تُضيّع ذاتك...

وأنت تعرف الطريق تمامًا.

أبحث عن نفسي في الأحاديث،

في الطرقات،

في الأشياء التي كانت تشبهني،

لكنني لم أعُد أشبه شيئًا.

في كل مرة أقول "سأبدأ من جديد"،

أفشل في تحديد من أين، أو من أنا.

فالشتات لا يُشفى بالمكان...

بل بإعادة لمّ الذات من بين كل ما فقدته.

نسيان

النسيان لا يأتي حين نطلبه،
ولا يرحل حين نحتاجه.
نُقنع أنفسنا أننا تجاوزنا،
لكن شيئًا صغيرًا – صورة، صوت، رائحة –
كفيلٌ بإسقاط كل ما بنيناه.

نقول "نسيت"،
لكن القلب يحتفظ بالنسخة الأصلية لكل لحظة،
لكل وجع، لكل وداع.

نضحك مع الآخرين،
لكن نُحدّق في المجهول...
وكأننا ننتظر شيئًا من الماضي لا يعود.
قالوا لي: انسَ،
فقلت: لو كان النسيان يُؤمر...

لكان أسهل من التنفس.

كل شيء نسيته...

إلا تلك اللحظة التي انهار فيها قلبي،

وبقيتُ أعتذر له في صمتٍ لا يسمعه أحد.

أنا لا أُعاني من التذكّر،

بل من العيش مع التفاصيل كأنها تحدث الآن.

النسيان لا يُشترى،

ولا يُمنح كهدية،

بل هو معركة مع الذاكرة...

نخسرها كلما حاولنا أن نُقنع أنفسنا أننا فزنا.

الصراع

الصراع الحقيقي...
ليس دائمًا بينك وبين الناس،
بل بينك... وبين نفسك التي تُرهقك بالأسئلة،
ولا تمنحك إجابة.
تصحو كل صباح
وأنت تجهل في أي جهة تقف:
هل تُكمل رغم التعب؟
أم تتوقف رغم أن شيئًا فيك يصرخ "تابع"؟
تضحك رغم الانكسار،
تُواسي رغم الاحتياج،
وتحب رغم الخذلان...
وتقول: أنا بخير، وأنت تحترق.
الصراع ليس في المواقف،
بل في الداخل...
في المناطق التي لا يراها أحد.

أنا لا أعيش بسلام...

أعيش بصراخٍ داخلي لا يسمعه أحد.

بين عقلٍ يُقنعني أن أنسى،

وقلبٍ لا يزال يتذكّر كل التفاصيل.

أنا في صراع مع "نفسي التي تشتاق"،

ونفسي التي "تُجبر نفسها على النسيان".

وأُقاتل كل يوم...

لأبدو طبيعيًّا في عالم لا يهمه من يموت بصمت.

الصراع لا يعني الضعف،

بل أنك لا تزال تحاول... رغم كل ما فُقد.

وأنك ترفض أن تستسلم،

حتى لو كنت تنهار من الداخل.

فالصراع ليس هزيمة...

بل محاولة نبيلة للثبات على شفير الانهيار.

الضياع

ليس أن تغيب... بل أن تكون حاضرًا بلا حضور.

أن تمشي بخطى ثابتة... إلى اللاشيء.

أن تضحك لأنهم يضحكون... وتبكي لأن لا أحد يشعر

أن تُحدّق طويلًا في السماء،

تبحث عن إجابة،

ولا تعرف ما كان السؤال.

أن تكتب كثيرًا...

لأنك لا تملك من تحكي له شيئًا.

أن تشعر بأنك غريب...

حتى في وطنك، وحتى بين ملامحك.

هو أن تنسى لماذا بدأت... وتخاف أن تعود.

هو أن تُطفئ كل شموعك،

ثم تكتشف أنك لا تعرف كيف تُضيء من جديد.

هو أن تشتاق...

ولا تدري لمن.

أن تحنّ...

ولا تدري إلى أين.

أن تحب صوتك في الصمت،

لأنك تعبت من شرح لا يُفهم.

الضياع؟

أن تفتقد الله... وتخاف أن تقولها.

لكنك تعرف...

أن من أضاع نفسه،

يستطيع أن يجدها،

إذا مشى باتجاه النور... لا الناس.

فمن ضاع،

قد يكون أقرب من الجميع... إلى الطريق.

ضعتُ يا أنا...

ولم أعد أعرف أيّنا تاه في الآخر...

أأنتِ التي كنتِ في قلبي؟

أم أن قلبي ضاع فيكِ؟

كل الطرق تؤدّي إليّ...

لكنّي لا أصل.

أحمل خارطة عمري...

ولا أجد فيها اسمي.

أعرف وجه الوطن...

لكنّي صرت غريبًا في ملامحه.

أشرب القهوة كل صباح...

لا لأفيق، بل لأتذكّر أني ما زلتُ أتنفّس.

أضحك في وجه المرآة...

لأخدع من فيها...

ثم أبكي لأصدق من أنا.

قالوا: "ما ضاع منكَ سيعود..."

ولم يقولوا:

"كيف تعود لمن لا يعرف الطريق؟"

أكتب لأظلّ على قيد الحياة،

وأُمزّق ما كتبت...

لأظلّ على قيد الجنون.

أحبّني أحيانًا...

وأكره كلّ مرّة أخون فيها نفسي بالصمت.

الضياع؟

هو أن تقول "أنا بخير"،

ويكون الجواب الوحيد الذي لا تصدّقه.

هو أن يكون الله أقرب إليك من نفسك،

لكنّك أضعت نفسك قبل أن تصل إليه.

الانتماء

أفتّش عن انتماءٍ لا يربطني بأحد،
بل يُعيدني إليّ.
أبحث عن حضنٍ لا يُشبه أحدًا،
عن ركنٍ لا يسألني من أين جئت...
ولا لماذا تغيّرت.
الانتماء؟
ليس وطنًا من حجر،
ولا بيتًا من جدران،
ولا قلبًا يمتلئ بك... حين يريد،
ويتركك... حين يُشفى.
الانتماء؟
أن تجد ذاتك في مكانٍ لا يرفض وجعك،
ولا يُنكر خوفك،
ولا يستهزئ بحنينك.
أن تُصلّي...

وتشعر أنك في حضرة من يفهمك بلا تفسير.

أن تبكي...

ولا تُسأل: لماذا بكيت؟

أن تصمت...

ولا يُظن بك السوء.

أن تكون كما أنت...

دون أن يُعاد تشكيلك لتُرضيهم.

أنا من الذين لم يعودوا يطلبون شيئًا من أحد،

سوى أن يُترَك لهم حقّ التعب.

لم أعد أفتّش عن وطنٍ يحتويني،

بل عن قلبٍ لا يطردني عند أول اختلاف.

أحنّ كثيرًا لأماكن لم أزرها،

وأشتاق لأشخاص لم ألتقِهم،

وأبكي على تفاصيل لا يعرفها سواي.

لأنني منذ زمن...

أعيش بلا انتماء،

وأتظاهر أنني بخير.

الوجع

ليس ألم الجسد،

بل صراخ القلب حين لا يسمعه أحد.

الوجع؟

أن تبتسم...

وقلبك يتفتّت في الداخل.

أن تقول "لا بأس"...

وكلّك بأس.

أن تصير خبيرًا في دفن خيباتك،

حتى دون أن تُقيم لها عزاء.

الوجع؟

هو أن تتعلّق بشخصٍ كأنك نجاة،

ثم يتركك كأنك عبء.

أن تمنح كلّك...

ثم تُحاسب لأنك أعطيت كثيرًا.

أن تبني على الكلمات وطنًا،

ثم تُنفى منه بصمتٍ بارد.

لم أكُن عاشقًا... بل ضحيّة توقٍ للحنان.

لم أكُن دراميًا... بل مرآة لما لم يُحتمل في داخلي.

الوجع؟

أن تشتاق لمن يعرف كل تفاصيلك،

ثم يُعاملك كغريب.

أن تشتكي الله وجعك في سجدة،

ثم تخرج من الصلاة أخفّ،

لكن لا أحد يرى كم قاتلت لتبقى واقفًا.

تعلّمنا أن نكون أقوياء،

لكننا لم نتعلّم كيف نبوح.

فصرنا نبتسم كثيرًا،

وننزف في السرّ أكثر.

الوجع الحقيقي؟

حين تشتاق لذاتك القديمة...

ولا تدري إن كانت ماتت، أم فقط هجرتك.

الحقيقة:

شيء لا يُقال... بل يُوجع.

لا يُصدّق... بل يُكسر.

لا يُناسب الجميع... لأنه لا يُجامل أحدًا.

الحقيقة؟

أنك لست بخير،

لكنك تقول "أنا تمام" لأن لا أحد لديه وقت ليسمع التفاصيل.

أنك تعبت... من كل شيء،

حتى من التظاهر أنك لم تتعب.

الحقيقة؟

أن الكلمات تُنقذنا أحيانًا...

ثم تقتلنا حين لا نجد من يفهمها.

أننا نبحث عن الحب،

ولا نعرف كيف نحتفظ به.

أننا نرتّب مشاعرنا كي تُعجبهم،

ثم نضيع نحن في التنسيق.

أن أقرب الناس... قد يكونوا أبعدهم عن قلبك.

وأن من تعرفهم من سنين... لا يفهمونك كما فهمك غريبٌ مرةً واحدة.

أنك كلما نضجت... صغُر عالمك.

قلّت كلماتك.

وابتعدت عن الذين يستهلكون طاقتك في اللاشيء.

الحقيقة؟

أنك ما زلت تحنّ لطفولتك،

لأنها كانت آخر مرة شعرت فيها بالأمان دون شروط.

وأنك الآن...

تبحث عن نفسك في كل شيء:

في الطرق، في الدعاء، في العيون،

وتخاف أنك لن تجدها أبدًا.

الحقيقة؟

أن الحقيقة وجع،

لكنّها أيضًا الخلاص.

المسافة

ليست بين جسدين...
بل بين قلبين لم يعودا يلتقيان.
قد يكون الشخص بقربك...
لكنك لا تصل إليه.
وقد يبعد آلاف الكيلومترات...
لكنك تشعر به في أنفاسك.
المسافة؟
أن تتحدّث... ولا يُفهم ما تقوله.
أن تشتاق... ولا يُفتح لك الباب.
أن تنظر في عينيه...
وتشعر أن كل الطرق أُغلقت دونك.
المسافة ليست في الأقدام...
بل في الفُهوم.
أن تشعر أن كلماتك تسقط من فمه دون أن تلامس قلبه.
أن تقول "أنا هنا"،

ولا أحد يلتفت.

المسافة؟

هي حين تتغير أنت... ويبقى في ذهنهم نسخة قديمة منك.

فيعاتبونك لأنك لم تعد كما كنت،

ولا يسألون: كم مرّة كسرتك الأيام لتتغير؟

أقسى المسافات...

حين تبتعد عن نفسك.

تعيش في جلدٍ لا يشبهك،

وتضحك بوجهٍ لا تملكه.

المسافة؟

هي أن تكتب رسالة طويلة... ثم تمحوها،

لأنك تذكرت أنهم لم يعودوا يقرأونك.

وأحيانًا...

تخلق المسافة لتُنقذ ما تبقّى منك.

لأن القرب الذي يُطفئك...

أبعد من أي غياب.

الاختباء

أحيانًا...

لا نختبئ خوفًا،

بل لأننا تعبنا من الوقوف تحت الضوء،

ولم يرنا أحد.

أن تعود إلى نفسك...

لأن العالم لم يفهمك كما أردت.

أن تُغلق بابك، لا كُرهًا للعالم،

بل حبًا لسلامك.

أنا لا أهرب،

أنا فقط أبحث عن زاوية لا يُحاكمني فيها أحد.

أنا لا أتهرّب من المواجهة،

أنا فقط سئمتُ أن أشرح كلّ مرّة

أن قلبي ليس كما يظنّونه.

الاختباء؟

أن تُطفئ هاتفك،

وترتاح... لأن لا أحد سأل.

أن تغيب أسبوعًا... ولا تُحدث فارقًا.

أن تبكي كثيرًا في صمت،

ولا يلاحظ أحد انتفاخ عينيك.

أن تختبئ خلف "أنا بخير"،

وتكتب ألف رسالة لم تُرسَل.

أن تمحو وجودك تدريجيًا،

وتراقب... إن كان أحدهم سيلاحظ اختفاءك.

الاختباء؟

أن تجد الله في خلوتك،

وتشعر أنه الوحيد الذي يعلم كم وجعًا خبّأته بين ضلوعك.

أن تُغمض عينيك في الصلاة،

وتبكي كل الأشياء التي لم تستطع قولها لأحد.

نعم... أختبئ.

لأني حين كنت في المنتصف، تمزّقت بين من أنا...

ومن أرادوني أن أكونه.

الحيرة

الحيرة؟

ليست سؤالًا بلا جواب،

بل ألف جواب... لا يُشبهك.

أن تقف في منتصف كل شيء،

ولا تعرف إلى أي جهة تُميل قلبك.

أن تنظر إلى اليمين... فتخاف،

وإلى اليسار... فتتردد،

وتبقى واقفًا...

كأنك لا تملك قدمًا ولا قرارًا.

هي أن تُحبّ من لا تدري إن كان يشعر،

وتبتعد عن من لا تدري إن كنت تستطيع أن تُحبّه.

أن تشتاق... ولا تجرؤ،

أن تقترب... ولا تقدر،

أن تتألم... ولا تُظهِر.

أن تُصلّي استخارة،

ثم تنهض وقلبك أكثر تشتّتًا.

أن تقول "يا رب دلّني"،

وتشعر أن كل الطرق ما زالت مغلقة.

أن تنام...

وفي قلبك ساحة معركة.

تصرخ فيك كل الأصوات،

وتُرعبك كل الاحتمالات.

أن تعيش يومك كأنك بخير،

وفي داخلك ألف حوار...

وألف احتمال... وألف لو.

أن لا تدري أتبقى أم ترحل.

أن لا تدري أتخسر أم تنتظر.

أن تُراهن على قلبك...

وتخاف أن يكون الخاسر الوحيد.

وفي الحيرة... أشد ما يؤلم،

أن لا يكون هناك من يقول لك:

"لا تفكّر، أنا هنا... مهما كان القرار".

الانعزال

ليس هروبًا...

بل راحة في عالمٍ لا يفهمك.

أن تترك خلفك ضجيج الناس،

وتختار صمت الروح.

أن تجلس مع نفسك،

فتجد فيها صديقًا وحيدًا،

لا يخون، ولا يترك.

هو فسحة للألم كي يتنفّس،

ومساحة للوجع كي يهدأ.

ليس انكسارًا،

بل استراحة قبل العودة.

في الانعزال،

تكتشف أنك لست وحيدًا...

بل مع نفسك التي طالما أغفلتها.

تقرأ أفكارك،

تحاور قلبك،

وتعود لتعرف من أنت حقًا.

الانعزال؟

هو خلوة،

حين لا يريد فيها أحد شيئًا منك.

هو فرصة...

لتلمس حقيقة وجودك.

لكن الانعزال...

ليس نهاية القصة،

بل بداية فصل جديد.

الإنعزال...

ليس مجرد مكان تذهب إليه،

بل حالة تشغلك عن العالم وعن نفسك أحيانًا.

حين تنعزل، لا تختفي فقط من أعين الناس،

بل تختفي من صوتك، من أفكارك، من مشاعرك.

تبدأ تراقب نفسك من بعيد،

كأنك غريب في جسدك،

تشاهدك... ولا تعرف كيف تعود.

الإنعزال؟

هو قفصٌ من ذهب،

لا ترى فيه النور،

ولا تسمع فيه إلا دقات قلبك التي تئن.

هو لحظة تسأل فيها نفسك:

هل أنا بحاجة للآخرين،

أم أنني بحاجة لأن أجد نفسي من جديد؟

في الإنزال،

تولد الحقيقة الصامتة،

وتولد أيضًا الأحلام التي تنام في العتمة.

ولكن أحيانًا...

تصبح العزلة سجنًا بلا مفتاح،

محرقة للروح،

ومرآة لما تهرب منه.

الإنعزال...

هو صديقك الذي يحضنك بلا كلمات،

لكنّه أيضًا خصمك الذي يكشف ضعفك بلا رحمة.

وفي أعماق الإنزال،

هناك بصيصٌ صغير من أمل،

يهمس لك:

"ليس كل من ضلّ... لم يُخلق للضياع".

لغز

أنا لستُ واضحًا...
ولا غامضًا بما يكفي للهروب.
أنا بين بين،
كأنني حكاية لم تُكتمل،
أو سطرٌ نُسي في منتصف القصيدة.
نعم، لأنني لا أُشبه ما يقولونه عني،
ولا حتى ما أظنه أنا عن نفسي.
أضحك...
لأنني أتقنت الدور،
وأبكي... لأنني فقدت المعنى.

أنا السؤال الذي لا إجابة له،
أنا الوجه الذي لا يُشبه صورته في عيون الآخرين.
أنا الشعور المُركّب...
الذي لا يُترجم بأي لغة.

في داخلي غرفة مُغلقة،

فيها أوراق لم تُقرأ،

وأحاديث لم تُقَل،

ومرآة لا أعكس فيها سوى قلقي.

أنا لغز...

لا لأنني أعقّد نفسي،

بل لأن الذين حاولوا فهمي...

كانوا يبحثون عن النسخة التي تُريحهم،

لا التي تُشبهني.

في كل مرة أردت أن أكون واضحًا،

فهموني كما يشاؤون،

لا كما أنا.

وأحيانًا...

أحب كوني لغزًا،

لأن الذين يُحبّون الألغاز...

لا يملّون بسهولة.

رُكام

أنا لست كما كنت...

ولا كما يظنّون.

أنا ما تبقّى من أشياء تهدّمت...

وصارت رُكامًا لا يُفرَز.

رُكام؟

نعم...

رُكام من مشاعر لم تجد من يحتويها،

من أحلام نُسيت في الزحام،

من خيبات تراكَمت حتى صارت وزنًا لا يُرى... لكنه يُثقِل.

أنا ذلك البيت الذي سكنه الأمل،

ثم غادره فجأة...

دون أن يُغلق الأبواب.

أنا الذي كان ينهض كل مرة،

حتى تعلّم أن السقوط أحيانًا... أرحم من المحاولة.

رُكام من "لا بأس" كُتبت مرارًا،

حتى أصبحت جدارًا بيني وبين الحقيقة.

رُكام من رسائل لم تُرسل،

ونظرات لم تُفهَم،

وأحلام تمّ تأجيلها حتى ماتت من الانتظار.

هل تعرف شعور أن تُصبح ثقيلًا على قلبك؟

أن تشعر أن كل ما فيك...

قد تهدّم بهدوء،

لكن لا أحد لاحظ صوت الانهيار.

أنا لا أطلب من يُرمّم،

ولا أرجو من يُنقذ،

كل ما أريده...

أن لا يُبنى فوق هذا الرُكام كذبة جديدة.

لأنني أخاف...

أن أنسى كيف كنت،

وأتعلّم فقط كيف أبدو.

قد أبدو رُكامًا الآن،

لكن لا تنخدع بالهدم...

فبعض الأنقاض تُخفي تحتها بذور حياة.

قد خُذلت...

لكنّي لم أمت.

قد انكسرت...

لكنّي لست عاجزًا عن الترميم.

من تحت الركام،

لا تنهض الجدران فقط...

بل تنهض القلوب،

وتتعلم كيف تُحِب نفسها ولو كانت مليئة بالندوب.

من تحت الركام،

تولد الحكايات الأصدق،

وتُكتب البدايات التي لا تتبع أحدًا...

ولا تُشبه أحدًا.

أنا لست النهاية...

أنا فاصلٌ صامت بين فوضى أمس،

وانبلاج غدٍ يشبهني أكثر.

سيأتي الوقت...

الذي أرتّب فيه بقاياي بهدوء،

وأقول لنفسي:

"ما دمت هنا...

فلم ينتهِ شيء بعد."

الامل

الأمل؟

هو ذاك الخيط الرفيع...

الذي نتمسك به حين ينقطع كل شيء.

هو الصوت الخافت في صدرك،

الذي يقول لك همسًا:

"ما زال بإمكانك المحاولة، حتى لو سقطت ألف مرة."

الأمل؟

أن تفتح نافذتك،

حتى لو كانت السماء تمطر حزنًا.

أن تزرع حلمًا في أرضٍ قاحلة،

لأنك تؤمن أن الله لا يُخيب من وثق.

أنا لا أكتب لأبهر أحدًا،

بل لأُرمّم شيئًا مني بالكلمات.

ولا أبتسم دائمًا لأنني بخير،

بل لأن الأمل... طريقتي في المقاومة.

الأمل؟

أن تمشي في طريقٍ لا ترى نهايته،

لكنك تثق أن النور ينتظرك في آخره.

أن تتعب، أن تبكي، أن تسقط،

ثم تقوم...

وكأنك لم تُكسر من قبل.

في الأمل...

لا نحتاج إلى معجزة،

بل إلى قلبٍ يُصدّق أن الله قادر.

فلا تُطفئ النور داخلك،

ولو أحاطتك العتمة من كل جهة.

ولا تُكذّب قلبك حين يقول لك:

"غدًا سيكون أفضل."

لأن الأمل...

ليس كلمة.

بل حياة تُخلق كل يوم،

في صدور من لم يستسلموا.

تردد

تردّدي؟

ليس ضعفًا...

بل لأنني تعبت من دفع ثمن القرارات.

كل مرّة قلت فيها "سأفعل"،

كان في الجهة المقابلة شيء ينتظر ليكسرني.

التردّد؟

هو أن تعرف الطريق...

لكنك تتوقف كل لحظة لتسأل قلبك:

"هل أنا مستعد؟ هل أنا بخير؟ هل هذا ما أريد؟"

أنا لست متقلبًا...

أنا فقط رجلٌ عرف أن الثبات قد يوجع أحيانًا أكثر من الانسحاب.

تردّدي؟

هو ندبة من ماضٍ قاسٍ...

علّمني أن لا أركض خلف كل ما يلمع.

هو صراع داخلي...

بين ما أريده، وما أستحقه، وما أخافه.

التردّد؟

هو أن تكتب رسالة،

وتقرأها عشر مرات،

ثم تمحوها...

لأنك لا تعرف إن كان الوقت مناسبًا، أو القلب المقابل حيًّا.

أن تبقى واقفًا على بابٍ،

لا تدخل... ولا ترحل.

لأن كليهما مؤلم.

تعبتُ من الوقوف بين "نعم" و"لا"،

بين أن أبدأ... أو أن أنسحب،

بين خوفي من الفقد...

ورغبتي في النجاة.

لكنني أخيرًا فهمت:

أنّ القرار لا يكون واضحًا دائمًا،

وأن القلب لا يملك بوصلة، بل ذاكرة...

تخشى تكرار الألم.

وفي كل تردّدٍ عشته،

كنت أقترب من نفسي دون أن أدري.

لا بأس أن تتردد، أن تتأخر،

أن تتوقف قليلًا لتلتقط أنفاسك.

لا بأس أن تقول:

"لا أعلم بعد... لكنني سأعرف حين أكون مستعدًا."

وفي النهاية...

لم أندم على تردّدي،

بل ندمتُ فقط...

حين استعجلتُ في لحظةٍ لم أكن جاهزًا لها.

وهكذا...

من بين كل الحيرة،

ومن بين كل الأبواب التي لم أفتحها...

وجدت بابي أخيرًا.

وفتحتني.

السقوط

سقطت، نعم.

لكنها لم تكن الهزيمة التي حسبوها.

كانت استراحة صادقة من كل الأكاذيب التي صدّقتها عن نفسي.

كلما سقطت...

اقتربت من حقيقتي أكثر.

أصبحت أعرف من أنا دونهم،

ودون الحاجة لتصفيق أحد.

لم يكن سقوطي علامة ضعف،

بل لحظة قوة...

حين اخترت أن أُعيد ترتيب قلبي من جديد.

سقطت،

فأدركت أن الأرض لا تقتل،

بل تُربّي فيك جذورًا أعمق.

أن الانكسار لا يعني النهاية،

بل بداية لا تشبه أحدًا... إلاك.

في كل سقطة،

كنت أترك شيئًا لا يشبهني،

وأحمل شيئًا جديدًا يشبهني أكثر.

السقوط؟

كان النعمة التي تَنكّرَتْ في هيئة خيبة،

لأعود إنسانًا نقيًا من كل ما لا يستحقني.

وها أنا...

أبدأ من جديد،

بخطوة واحدة،

بثقة واحدة،

وبقلبٍ تعلّم ألا يُصدّق كل ما يُقال له... حتى لو كان من نفسه.

لن أخاف السقوط بعد اليوم،

فمن عرف الأرض جيدًا...

لا تزعجه العثرات القادمة.

سقطتُ،

فأدركت أن بعض البدايات...

تولد من قلب الانهيار.

لم أنهض كما كنت،

بل نهضتُ لأكون كما أريد.

ومن سقط مرة،

يعرف جيدًا كيف يطير بلا خوف.

الصمود

الصمود ليس فقط أن تقف في وجه العواصف،

بل أن تكون الجذر الذي تشبث بالأرض رغم كل الرياح.

هو ذاك الوميض الخافت في قلب الظلام،

الذي لا ينطفئ مهما غطى الليل سكونه.

الصمود...

هو أن تظلّ واقفًا حين ينهار كل شيء حولك،

أن تحافظ على شموخك، حتى لو كسرتك الحياة.

هو أن تتعلم كيف تقول "لا" للألم،

وكيف تزرع أملًا في رُكام اليأس.

الصمود هو لغة الروح التي لا تُفهم إلا بصمتها،

هو القوة التي تولد من رحم المعاناة،

هو صوت القلب الذي يصرخ:

"أنا هنا، ولن أرحل."

في الصمود،

لا مكان للخوف،

ولا للانكسار،

فهو اختراق الجدار بصمت،

ونمو زهرة وسط الخراب.

في الصمود تكمن الحياة،

حيث لا يُقاس النجاح بعدد السقطات،

بل بقدرتنا على النهوض،

بجرأة القلب،

بصبر الروح،

وبنور الأمل الذي لا ينطفئ.

فلنصمد،

ليس لأن الطريق سهل،

بل لأننا أبطال قصتنا،

ونحن من نكتب النهاية.

النمو

النمو...

ليس فقط أن تترك الماضي خلفك،

بل أن تسمح لجذورك أن تغوص أعمق في تراب الذات.

هو أن تفتّح برعمك وسط الرياح،

وترقص على أنغام التحدّي،

حتى وإن كانت القلوب حولك متجمّدة.

النمو؟

هو أن تعرف أن كل ألم...

هو دعوة للانطلاق،

وأن كل سقوط...

هو فرصة لتصبح أقوى.

النمو هو سرّ الحياة التي لا تنضب،

هو اللغة التي تتحدث بها الروح عندما تسكت الأفواه.

هو أن تزرع شجرة في قلب الصحراء،

وتصبر حتى يأتي المطر.

في النمو،
تعرف معنى الصبر الحقيقي،
وتفهم كيف يتحوّل الضعف إلى قوة،
والخوف إلى شجاعة.
النمو...
ليس فقط في صمت البراعم التي تفتح،
بل في العواء الذي يصدره الشتاء قبل الرحيل.
هو صوت الأرض التي تُعلن ولادة جديدة،
حتى وإن حملت رياح التغيير برودة القلوب.
هو أن تُصبح أنت الطائر الذي يكسر قفصه،
وينطلق فوق السماء دون خوف من السقوط.
هو أن تحوّل جراحك إلى أجنحة،
ويصبح ألمك رسالة، لا عبء.
وفي النهاية،
النمو ليس هدفًا بحد ذاته،

بل رحلة مستمرة،

تعرف فيها كيف تعانق الألم،

وكيف تبني من الركام قلاعًا.

النمو هو الصبر في صمت الليل،

والشجاعة في مواجهة الفجر.

هو تلك اللحظة التي تقول فيها:

"أنا هنا،

وأنا أكبر مما كنتُ عليه بالأمس."

يسلميات

في صمتِ الليلِ،

تُغرسُ زهورُ الوجعِ في صدري،

لا تُزهرُ كما ينبغي،

ولا تذبلُ كما تنتظرون.

أمشي في طرقاتِ العمرِ،

حاملاً وجعي،

كأني حملتُ البحر في كفيّ،

أو نقشتُ وجهي على حجرٍ لا ينسى.

يسلميةُ الروحِ،

هي أن تعيشَ الألمَ بصدقٍ،

تقبّلَ كسرَ القلب،

وتسكنَ العتمة،

وترى فيها نورًا لا يعرفه النائمون.

في ظلال الصمتِ،

تنبضُ الذكرياتُ كنبعٍ لا يجف،

تُسقي قلبًا جريحًا،

يريد أن يُسامح،

ولكن لا يجد من يسمعه.

أحببتُ أن أكونَ نسمة،

تسري بين أوراقكَ،

تُهمسُ لك:

"لا تخف من وجعك،

فهو الجسر الذي يعبر بك إلى ذاتٍ جديدة."

يسلميةُ الألمِ،

هي أن تعانقُ الوحدة،

كأنها أُمٌ حانية،

تُعلّمك كيف تحيا،

حتى لو غابَ عنها الجميع.

وكلما ناديتُ قلبي،

قال لي:

"يا من لم يجد نفسه بعد...

كن كالريح،

تعانق كل شيء،

ولا تُمسك بأي شيء."

الخاتمة

لا تنتهي الحكايات حين تُطوى الصفحات،

بل تبدأ في مكانٍ أعمق... حيث تسكنك الكلمات، لا حيث تقرأها.

"يسلميات" لم تكن طقسًا عابرًا،

بل كانت نبضًا صادقًا خرج من قلبٍ لم يعرف إلا أن يكتب حين يعجز عن القول،

وحين تنكمش الدنيا... وتتّسع الكتابة.

في هذه الصفحات، تنفّست أحلامٌ ذابلة،

وتمايلت ذكرياتٌ كانت على وشك النسيان،

وامتزجت ابتسامات خجولة بدموع خفيّة،

وكنتَ أنت... القارئ والموجوع، الشاهد والمرويّ،

الذي قرأ كأنّه يُداوي نفسه دون أن يعلم.

لا شيء في هذا الكتاب كان مجرّد حروف،

كل سطرٍ هنا عاش حياةً،

وكل فراغٍ بين السطور كان صوتًا لا يُكتب.

فإن أوصلتك "يسلميات" إلى ذاتك...

فقد أدّت رسالتها.

وإن أيقظت فيك شعورًا خافتًا كنت تظنه مات...

فاعلم أن بعض ما يُكتب، لا يُكتب عبثًا.

هذه ليست النهاية،

بل مجرّد...

سكون ما قبل الاندهاش القادم.

يسلم الديني