

بَيْنَ السُّجُودِ وَالتَّعَاْفِي

تَأَلِيفُ: نَيْفِ عَلِي





اسم الكتاب: بين السجود والتعافي

تأليف: نياف علي

تصميم الغلاف وتنسيقه: فاطمة

فتوح

سنة النشر: 2026

© جميع الحقوق محفوظة للمؤلفة،

ولا يُسمح بنسخ أي جزءٍ من هذا

الكتاب أو إعادة نشره دون إذنٍ

مسبق منها.





الإهداء

الى كل روح اتعبتها هموم السنين ،،
الى الروح الصبورة ومازالت مستمرة حتى

تصل ،،

الى روح لم تلجأ يوماً إلا لله ،،
للروح التي أبدعت بإخفاء اوجاعها خلف
ابتسامات لم تخرج من قلبها،،
الى الروح التي انهكتها مرارة الطريق
لكن تريد الوصول بقوة الله،،
لكل روح لم تقنط من رحمة الله بها،،
لكل من ساهم في الوصول إلى خالقه
بقلب سليم بعيد عن خبث الناس والحياة





المقدمة

لكل بداية نهاية

نعم صحيح أن الحزن هو ضيف وثقيل جدا
على قلوبنا، لكن لاننسى أنه سيذهب عنا

بصبر من الله وقوة، فالحزن مهما طال
فطريقه الى الزوال، سيزول بتقربك من

الله ودعائك المتكرر له

إن الله يسمعك ويراك ويحب عباده التي

تلح له بالدعاء

اصبر وستنال وستجبر وستفرح

إن الله لن يترك عباده الضعفاء

وتأكيداً لكلامي

قال الله في كتابه العزيز من بعد بسم الله

"قالا لا تخافا إني معكما اسمع وارى "





انا ومرآتي

انظر الى نفسي وارى شكلي يتغير ملامحي تغدو
في تعب كبير ، لكن مهما تغيرت ملامحي أرى داخلي
مليء بالحب للناس ومليء بالإنسانية،
مهما تأذيت لن اتغير يوماً بسبب الناس أو بسبب
جروحهم لي،

كل مرة أرى فيها نفسي اقول سبحان الذي خلق
داخلي صبر طويل لاينتهي، وموعظة تنقذني دائماً
عندما ارى نفسي في مشاكل تحتاط بقلبي،
في بعض الأحيان أتساءل هل أنا حقاً بخير ؟
هل أنا على مايرام ؟

انظر لجميع الذين حولي واقول بصمت يعتله حب كبير
الحمد لله الذي جعلهم بخير ليطمئن قلبي ،
رغم الاذى والجروح التي اتتني من معظم الناس
القريبة مني الا أنني لا اريدهم أن يُجرحوا كما فعلوا
بي





رغم اخفائي لجروحي والآمي ادّعي دائماً اني بخير كي
لاينظر لي احدهم بشفقة او كمية الغدر التي تأتي من
أحد فتحت له قلبه وتحديث عن اهاتي،
فكلاً منا لديه لحظات انكسار وخوف يحتل قلبه من الناس،
وشعور الخداع من اقرب الناس، ولاسيما خوفنا من دخول
أي شخص حياتنا،
لذلك الايمان يمنحنا قوة لمواجهة تحديات الحياة بكل ثقة
وامل،

حين تزرع السعادة في قلب إنسان
سيأتي من يزرعها في قلبك
فالدينا كما تقدم لها تقدم لك
وما تزرعه اليوم تحصده غداً،
وكما شبه البعض الدنيا ك دولاب سيأتي دورك في الخير
الذي تقدمه او الشر الذي تقدمه عاجلاً أم آجلاً
اسعى لاسعاد نفسك وارضي خالقك كي تصل إلى خالقك
بقلب سليم بعيد عن خبث الناس
فالإنسان خُلِقَ ضعيفاً تكسره كلمة وتقويه كلمة
وها أنا اقف امام نفسي صامدة بعد انكساري وقلّة
حيلتي وتعبي الذي رافقني لمدة طويلة
انا الآن أرى نفسي مختلفة تماماً عن التي كُسرت من قبل
في كسري تعلمت أن الحزن ضيف ثقيل سيذهب عاجلاً أم
آجلاً

لذلك تيقن بالله والجأ إلى خالقك





(أن بعد الصبر فرجاً)

كُن على يقين أن الله لا يضعك في

ضيقة إلا ليفتح لك باباً أوسع

فنحن البشر نعلم كثيراً الاحلام خلقت كي تتحقق، وهذا لايعني
أننا إذا حلمنا ولم نحقق ما نريد أن لانعلم مرة أخرى ، لربما تكون
بداية الخير والسعادة لقلوبنا ،

في بعض الأحيان تمر بضيقة لم تعد قادر على فهم الحياة. وكأنك
في بطن الحوت ، ذاك الوقت تهزمك دموعك بشدة وتحرق قلبك
اوجاع لا تريد إظهارها ، فتخفيها خلف ضحكات مزيفة،،

لقد مررت بهذا لعالم باصعب شعور لقد فشلت في تقديم
اختباراتي ليس إهمال مني لكن شاء القدر وفشلت ، تدمرت كلياً
لم اعد اطيق أن ارى أحد وأشعر بأن العيون تلاحقني وتقول اني
فاشلة ، وبعد فترة من التعب البكاء والمرض عدت لوعيي ورشدي
و بدأت من جديد وساسعى لتحقيق هدفي ولن استسلم حتى
اصل أعلم جيداً أنني أستطيع لوصول لذلك لن استسلم

كن متيقناً أن الخير دائماً هو الذي كُتب لك

لربما أراد الله أن يسمع صوتك وانت تدعوه،

جميعنا نسعى لغاياتنا دون السؤال كيف ومتى وماذا

متى تحققت متى طلبنا

كيف تحققت كيف سعينا لاجلها

ماذا فعلنا كي نتحقق

اصبر واسعى ستنال

فقد ثق بالله ثقة مطلقة وسترى كيف تغدو حياتك مليئة

بالطمأنينة السعادة الراحة الحب والحنان والحنان

توكل واسكن إلى الذي لا يضيع عنده شيء





فوضى ، ضجيج ، صراع داخلي ، صداع ، تعب ، ،

استياء ، ، ،

لكن (لَا تَحْزَنُ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا)

كُنْ عَلَىٰ يَقِينٍ أَنَّ اللَّهَ لَا يَضَعُكَ فِي

ضَيْقٍ إِلَّا لِيَفْتَحَ لَكَ بَابًا أَوْسَعَ

فنحن البشر نحلم كثيراً الاحلام خُلقت كي تتحقق،

وهذا لايعني أننا إذا حلمنا ولم نحقق مانريد أن

لأنحلم مرة أخرى ، لربما تكون بداية الخير والسعادة

لقلوبنا ،

في بعض الأحيان تمر بضيق لم تعد قادر على فهم

الحياة. وكأنك في بطن الحوت ، ذاك الوقت تهزمك

دموعك بشدة وتحرق قلبك اوجاع لاتريد إظهارها

لكن تيقن واصبر واصطر و اسكن إلى خالق الكون

فهو لن ينسى تلك الدموع

وتأكد الحزن لو كان للحزن موعود لتمنيت جميع

الناس إلغاءه

اما عن الخيبة والإرهاق التي تسكن الروح والقلب

لكانوا تمنوا الطيبون الموت قبل لقيائها





الـحزن لو كان للـحزن موعود
لـتمنيت جميع الناس إـلـغاءه
أما عن الخيبة التي تسكن الروح
والقلب

لـكانوا تمنوا الطيبون الموت
قبل لـقياها
ويا ليتني متُّ ولم أـحيا وكأني
ميتة

وسلامٌ على تلك الروح حتى
تروح إلى خالقها





"الجروح التي لا تُشفى"

كلما كانت الخيبة من اقرب الناس لك كلما
كان الجرح وآلام اعمق واصعب , تلك الجروح
التي لن تشفيها سنين الحياة , الغدر ذلك
الذي يحفر داخل قلبك إلى يوم مماتك , لذلك
عليك أن تكون مستعد الغدر دائماً حتى من
اقرب الناس لك وخصوصاً الذين يتظاهرون
لك بالحب الزائد

لذلك ليس من الضروري ابداء آرائنا تجاه كل
شيء,,, فبعض الأحيان الاحتفاظ بالرأي
لذواتنا أفضل من مشاركته الغير

فآراؤنا مجرد أفكار وليست حقائق

واستجابة الآخرين لسماع الرأي تختلف من
شخص لآخر





لا تحزن

لربما أراد الله أن يسمع صوتك

وانت تدعوه

جميعنا نسعى لغاياتنا دون

السؤال كيف ومتى وماذا

متى تحققت متى طلبنا

كيف تحققت كيف سعينا لاجلها

ماذا فعلنا كي نتحقق

اصبر واسعى ستنال





فوضى كبيرة يتلوها هدوء عظيم
كيف، ولماذا ياترى؟
لان الانسان منذ نشأته خُلق ضعيفاً
تكسره كلمة وتجبره كلمة،
إن الكلمة من انسان عابرٍ تجبر خاطره،
فكيف إذا الله هو الذي جبر خاطره،
حينها ستشعر أن الله يحن عليك بأسعد
الاشياء لقلبك حينما كنت تراها
مستحيلة، لذلك توكل عليه وحده واعبر
إليه بقلب سليم





إخفاء اوجاعنا هذا صبرٌ من الله،
فاخفاء الوجد لا يأتي بالسهولة، إنما بعد
اوجاع كسرت قلب الإنسان وصدّمت دفعته
لعدم الثقة بالناس، واوجاع كتمها داخل
روحه حتى تأكد أنه لن يرى ويسمع كتمانها
الا الله،

أغلبنا نرى أن الكتمان قاتل ومؤذي، فنحن
البشر نكتم ليس من اوجاعنا فقط بل من
أشخاص لم يتفهمونا، هنا حتماً ستعرف
أن الله الوحيد الذي يسمعك ويراك وانت
في أشد الحاجة لتبرح ما بداخلك، ولن
يسمعك الا هو هو الذي سيحتضن حزنك
ويمحو الآمك ويجبر قلبك ويحول ضعفك
إلى قوة وسيمسح دمعتك،
فاصبر واصطبر





ينظرون إلينا وكأننا ذات قلوبٍ قاسية، يرموننا
بكلامٍ وحشيٍّ يصعب على المرء تحمله أو تجاوزه.
يتجاهلون نجاحاتنا وينظرون إلى نقاط ضعفنا
وفشلنا وساعات يأسنا، وينكرون كل جميل
ويحطموننا أمام الجميع لكي تصغر قدراً أمام
أعينهم.

يظنون أننا إن لم نذرف الدمع أمامهم فنحن
مجردون من المشاعر والأحاسيس، ولا يعرفون ما
نحمله في داخلنا من كتمانٍ لألمنا واحزاننا.
وفي النهاية، نحن من وصلنا إلى أحلامنا،
وكلامهم الجارح كنا نداويه بالصبر وقوة من الله
والأمل والاستمرار وزيادة الإصرار على الوصول.
أصبحنا أكثر راحة، ومأجورين على صبرنا وتعبننا،
ننظر إلى العالم بكل سعادة وفخر من بعد صبرنا
وتوفيق الله لنا،

بينما هم أصبحوا ينظرون إلينا وإلى إنجازاتنا بكل
حقِّ وكيد.





تعب الروح ليس أمراً هيناً بل هو عند الله
عظيم جداً، فالعزلة ليست مرض وإنما
هروب من عالم مزيف يتساقط منه سموه
لقلوب قاسية، العزلة هي الوطن للارواح
المتعبة،

لكن لماذا؟؟

لان في عزلتك لن تجد من يسمعك الا الله
ولن تستجيب بدعائك الا لله
ولن تطلب المساعدة والمناجاة الا من الله
هنا ستعرف لماذا العزلة أشد راحة
وسكينة.

فكم هو مؤلم أن تنهار من الداخل وتبقى
الابتسامة مرافقة وجهك وكأنك لم تحزن
يوماً.

كل التعب ستمحوه كلمة واحدة فقط
إن الله معنا ويسمعنا ويرانا ويجبرنا
لذلك لاتحزن





وإن تَوَلَّكَ اللهُ كفاك ..

ولو سِرَّتْ الطَّرِيقَ دون أحد ولو تساقطت بقيَّة
الأوراق واشتدَّت رياح الخذلان وراحَ مَنْ كان مَعَكَ
وبقيتَ بلا كُتِفٍ اعتدَّتْ وُجوده وغابَ دفء قلبِ
ضَمِّكَ يوماً ويدي امتدَّتْ إليك بلا وَجَلٍ

الله معك حين يَغيبُ الجَميعَ ولولا يقين الإنسان بما
أعدَّ ما استعدَّ ولا ثبَّتت بالحياة له قَدَمٌ

من يبني نفسه للآخرة تهونُ عليه مصاعب الدنيا
مهما بلغت قسوتها وزادت شدَّتها هي دُنيا وعزاء
أهل الجرح أنَّهم يأنسو بالله يحتمون بكهفِ
الكفاية سلوانة نفوسهم أنَّ الشَّدائد مدرسة
ودروس واعلم أنَّ الإيمان لا يخذل أهله والإخلاص
يصنع منك جبلاً ما إن مرَّ عليه بلاءٌ جذَّر في الأرض
الوتد





خطوة أمل

ماذا لو كانت كل خطوة تخطوها بدايةً
لحياةٍ أخرى فيها الكثير من الخير
والسعادة؟

أن تصنع أثرك أينما حلت ووطئت، وأن
تكون بذرة خيرٍ لك ولكل من عرفت ورأيت.
أن تمنح الأمل لكل يائس وحزين، وأن
تكون له الماء والضوء الذي يعيده
للعيش من جديد من بعد يقينه بالله.
لا تستهن بفعلٍ أو كلمةٍ صغيرة، فأنت لا
تعلم مدى تأثيرها في قلب غيرك.
اختر كلماتك بعناية؛ فقد تزهر في القلب
وتسعده، أو تكون قاتلةً له ولروحه.
وامضِ نحو الأمل والاستمرار، وفي كل
خطوة امنح حبًا لكل من قابلته يومًا.
وتأكد أن الله لن ينسى ماتعمل به





وتظنُّ أنها النهاية،

وفجأةً،

يصلح الله كل شيء!

وتظنُّ أن القصة انتهت،

ثم يُغيِّر الله كل شيء،

ويعيد ترتيب المشاهد،

لأنه الله وحده القادر على قلب

الموازين !

في اللحظة التي تشعر فيها أن كل

شيء يعاكس رغباتك!

تذكر قوله تعالى:

لَا تَدْرِي

لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا

يجبر قلبك وخاطرك



غالباً الدنيا تضيقُ بي شيئاً فشيئاً ،

كلّ ما أريده يبتعد ..

شخصٌ تعلّقت به ، حلمٌ بنيتُ عليه أيامي ،

حتى الأماكن التي كنتُ ألوذ بها ..

تتلاشى ، تصمت ، تمضي ، ترحل

الضغوط تزداد ، والرُّوح مُتعبة ومنكسرة ،

وضعيفة ،

والأفكارُ لا تهدأ ،

تملاً وتنهش رأسي حتى لا يعودَ فيه متسع

لي أنا ،

ثم ماذا ؟

ثم اتذكر واثق أن الله ملجأي بعد الضعف

وسندي بعد التعب

وجبري بعد انكساري

هو الذي لن يتركني مهما ابتعدوا عني الناس

وأتذكر قوله تعالى :

واصبر لحكم ربِّك فإنك بأعيننا

إن الله يدبر الأمر من السماء اليك لما الحزن

والله يريد اليك الخير



اصعب مرحلة يقف على عتابها الإنسان هو
الإفلاس اللغوي ،
كيف وماهو ؟؟

هو الذي يعجز فيه الإنسان عن مابداخله رغم
أن المشاعر تفيض داخل روحه ،
كيف؟ عندما تجد نفسك في حيرة من أمرك
تجد نفسك دون جدولة أو جدوى من امرك
تسعى لكل مايحاول التخفيف عنك لكنك
لاتصل الا بقوة الله وسلك طريق الهدى ،
لماذا ؟

لان الروح إذا لجأت اطمأنت هنا ستدرك معنى
هذه الكلمات ومن هي عظيمة
حتى جبرت قلبك وخاطرك واتعظت وتيقنت أن
الله معك ويرافق قلبك
وتذكر دائماً
أطنانٌ من التعب،
تمحوها فكرة فطمئنة؛

{ وَ أَنْ سَعِيَهُ سَوْفَ يُرَى . }





حينما غابتُ الأيدي من حولي،
كان الله هو الحصنُ والمأوى،
يغمر قلبي بالطمأنينة وفؤادي من
خِذلانِ الأصدقاء ومرارةِ غدرِ الأحبةِ
هو ملجأِي الَّذِي لا يتزعزعُ،
وهو الَّذِي الجأُ إليه كطفلة هاربة من

ظلم الايام

وكُلِّ ما أمَلِكُ في هذا الوُجُودِ، لان الله
يحب العبد الَّذِي يلج بالدعاء له، هو الله
الَّذِي مهما تحدثت له وأخبرته عن
اوجاعك سيعيد قلبك بالجبران والحنان
والطمأنينة

اسكن إليه في هدوء الليل

ادعوه بقلب صادق صافي

وتذكر هذه الاية :

قال استجيبت دعوتكما





"حين يُحبك الله ، يُغلق في
وجهك أبوابًا ظننت أنها الخير
كله ، ثم يفتح لك أبوابًا ما
كنت تجرؤ أن تحلم بها. ويأخذ
منك شيئًا لتدرك أن التعلق به
وحده هو النجاة ، ويمنعك من
شيء تحبه ، ليعطيك ما هو
خيرٌ لك في دينك ودنياك
والتعلق والحب الدائم هو حب
الله فقط





(أن بعد الصبر فرجاً)

كُن على يقين أن الله لا يضعك في

ضيقة إلا ليفتح لك باباً أوسع

فنحن البشر نحلم كثيراً الاحلام خُلقت كي تتحقق،

وهذا لايعني أننا إذا حلمنا ولم نحقق مانريد أن لانحلم

مرة أخرى ، لربما تكون بداية الخير والسعادة لقلوبنا ،

في بعض الأحيان تمر بضيقة لم تعد قادر على فهم

الحياة. وكأنك في بطن الحوت ، ذاك الوقت تهزمك

دموعك بشدة وتحرق قلبك اوجاع لاتريد

إظهارها ، فتخفيها خلف ضحكات مزيفة،،

لقد مررت بهذا لعالم باصعب شعور لقد فشلت في

تقديم اختباراتي ليس إهمال مني لكن شاء القدر

وفشلت ،تدمرت كلياً لم اعد اطيع أن ارى أحد وأشعر

بأن العيون تلاحقني وتقول اني فاشلة ،وبعد فترة

من التعب البكاء والمرض عدت لوعيي ورشدي و بدأت

من جديد وساسعى لتحقيق هدفي ولن استسلم

حتى اصل أعلم جيداً أنني أستطيع لوصول لذلك لن

استسلم

كن متيقناً أن الخير دائماً لك مكتوب اصبر وستنال





لاتحزن أن الله معنا

إن الله يضع بكل انسان نقاط ضعف تميزه عن غيره فنحن المؤنثات خلقنا ضعيفات وحنونات بعض الأحيان تضيق بي الدنيا أشعر لامهرب لي وكأنني في بطن الحوت وكأنني اعيش حياة فوضوية لاأجيد ترتيبها أو جدولتها ، لقد مررت بموقف كنت به في أشد لحظات حزني وكأنني لاستطيع التحدث وعاجزة تعبير عن مدى حزني واستيائي من لدنيا ، كنت اتحدى ذاتي في الصمود أمام الناس لأنني لا أريد أن ينظر لي احد نظرة الشفقة أو التعاطف ، اخفي حزني واستيائي خلف ابتسامة مزيفة تُقطع أوردة قلبي لكنني حاولت وسعيت إلى أن اتخطى حزني فالحياة لاتقبل الضعفاء تجاوزت بصعوبة لكن الحمد لله تمكنت وساندت نفسي بعد تعب وضيقة ومرض لكن في النهاية انتصرت





(الحنان نهاية الإنسان)

نحن البشر عبارة عن كتلة من المشاعر
بعضنا لا يعرف كيف التعامل مع مشاعره
فطيبته الزائدة تخونه

في مواقف تحتاج الى ان يكون كالصخر
لاحزين

لقد أخذ الحزن من قلبي مكان بل أخذ قلبي
كله

في احدى فتراتي مررت بضيقه لا يعلمها الا
الله ..

بكيت , مرضت , تأذيت , جعلت من نفسي
انثى هادئة لا يستطيع احد يرى حزنها , رغم
حزني إلا أنني بقيت صامدة لانتظر من
الناس نظرة اليأس والحزن علي , جعلت من
ذاتي مرآة لا تظهر للناس الا مظاهرهم ,
رغم كل حزني عدت لقوتي واستعدت
طاقتي وبدأت من جديد

إياكم وإظهار ضعفكم فالضعف نهاية كل
حنون ومعطاء





الْحَزَنُ قَدْ يَحْتَلُّ قَلْبَكَ لِفَتْرَاتٍ لَا تَسْتَطِيعُ

تَخْطِيهِ

الْحَزَنُ عِنْدَمَا يَحْتَلُّ الْقَلْبَ لَا يَكُونُ لَهُ عِلَاجٌ سِوَا

الْوَحْدَةِ

، تَجْتَمِعُ بِالْحَزَنِ كُلُّ مَا هُوَ قَاسٍ عَلَى قَلْبِكَ

أَوَّلَا الْوَحْدَةَ الْاِكْتِنَابِ

الانعزال عن العالم ، ترى نفسك بعيون

الناس حزين ، تكره أن تقابل أحد أو يراك

الناس

تتأذى تمرض تبكي دون أن يشعر أحد ، يأخذ

الْحَزَنُ مِنْ حَيَاتِكَ أَعْوَامًا دُونَ أَنْ تَشْعُرَ ، تَشْعُرُ

أَنَّكَ فِي بَطْنِ الْحَوْتِ مِنَ الضَّيْقَةِ وَمِنَ الْحَزَنِ

لَا تَسْتَطِيعُ الْبُوحَ بِمَا هُوَ بِقَلْبِكَ لِأَحَدٍ كَيْ لَا

ترى بعيناه نظرة الحزن عليك

تستسلم للحزن وتقف عاجزاً عن الكلام

وكأنك وحيداً في هذا العالم





الحزن الذي يسلب الروح من الجسد
ويقطع الشرايين من شدة الالم ، تعجز
في لحظة ما عن وصف ما تمر به من
حزن وألم ، تقف في لحظة صمت عاجز
تماماً عن شرح ما بداخلك تود الهروب
من حالتك التعيسة اليأسة التي لاتريد
من أحد رؤيتك بها

تشعر بالتوتر الهدوء خارجاً والضجيج
داخل روحك ، تسعى لان يعبر يومك
بهدوء وسلام لاكثر ، تنام من شدة
التفكير المرهق ، ولايمكنك حتى أن
تشعر بالسلام الداخلي ، تشعر بفقدان
الاستمتاع بالحياة وكأن الحياة رمادية
تلك اللحظات أشد قسوة في الدنيا





فراشتي ايتها الانثى
من يستطيع أن يمزق قلبك يارقية
ياملهممة الابداع
اياك وان تضعفي بسبب أناس لم
يُقدروا وجودك ولم يحترموا قلبك
الذي لامثيل له

اعلمي جيداً أن الثقة ثمينة وان
تمنحها لشخص وقد كسرها فهو قد
خسرک للابد

يارقية يازهرتي اياك وان تحزني
على فراق أشخاص ليسوا من
مستواك
دمت بخير يا فراشتي





إِنِّي عَلَىٰ يَقِينٍ تَامٍ
بِأَنَّي سَاجِدٌ ضَالَّتِي
وَسَتَسْتَقِيمُ خُطَوَاتِي بَعْدَ تِيهِ طَوِيلٍ
سَيُرَمُّ قَلْبِي بَعْدَ انْطِفَائِهِ
وَسَيَعُودُ نَابِضاً كَطْفَلٍ جَدِيدٍ
سَأَبْلُغُ أَحْلَامِي الْمُؤَجَّلَةَ
وَأَرَىٰ نَفْسِي حَيْثُ تَمَنِّيْتُ يَوْمًا أَنْ أَكُونَ
سَأَهْدَأُ، وَأَطْمَئِنُّ، وَأَلْمَسُ دَعَوَاتِي
الْمُتَكَرِّرَةَ

وَحِينَهَا لَنْ تَتَسَعَّ عُرْفَتِي لِجَنَاحِيَّ ..
فَاللَّهُمَّ اجْعَلْنِي فَتَاةً صَالِحَةً ذَاتَ خُلُقٍ
وَدِينٍ وَصَحْبَةٍ صَالِحَةٍ
اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي..صَالِحَةً..مُصَلِحَةً..
تَقِيَةً..نَقِيَةً





ليس التفاؤل أن تُنكر العتمة،
بل أن تؤمن بأن النور موجود... حتى وإن
لم تره بعد.

الحكمة ليست في أن تبتسم دائماً،
بل في أن تختار النور ولو كنت محاطاً
بالخذلان.

فبعض الأمل لا يُمنح... بل يُؤمن به رغم كل
شيء.

والقلوب التي لم تنكر الفرح بعد العثرات ،
هي وحدها التي تستحق أن تُنادى
بالحياة ..

فاليطمأن قلبك واسكن إلى خالقك
"فإن لك رباً يدبر الأمر من السماء إلى
الأرض

وهو الذي يدبر لك الخير افضل وأعظم
مما تدبره لنفسك





لا يَتَسَاوَى عِنْدَ اللَّهِ مُبْتَلَىٰ مَضْغُوطٌ نَفْسِيًّا،
وَمُكْتَتَبٌ يَجُرُّ نَفْسَهُ جَرًّا إِلَى الْعِبَادَةِ،
وَيُحَاوِلُ التَّعَايِشَ وَسَطَ حَيَاةٍ مُرْهَقَةٍ
نَفْسِيًّا...

بِمَنْ يَذْهَبُ إِلَى مِحْرَابِ عِبَادَتِهِ مُنَعَمًا هَادِنًا.
لَنْ يَتَسَاوِيَ أَبَدًا!

فليطمئن قلبك...

يَكْفِيكَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا يُخْفِيهِ صَدْرُكَ مِنْ
أَلَمٍ،

وَاللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ: مَاجُورٌ، مَاجُورٌ،
مَاجُورٌ.

اثْبُتْ، فَقَدْ ثَبَتَ أَجْرُكَ عِنْدَ اللَّهِ

وردد دائماً هذا الدعاء فكان رسولنا صلى
الله عليه وسلم إن ضاقت دنياه يقول :
"ياحي يا قيوم برحمتك استغيث أصلح لي
شأني كله ولا تكلني الى نفسي طرفة عين

"

ادعوا لانفسكم بالصلاح والهدايا





وتظنُّ أنها النهاية،
وفجأةً،
يصلح الله كل شيء!

وتظنُّ أن القصة انتهت،
ثم يُغيِّر الله كل شيء،
ويعيد ترتيب المشاهد،
لأنه الله!

في اللحظة التي تشعر فيها أن كل شيء يعاكس
رغباتك؛
تذكر قوله تعالى:

لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا

كن من أولئك الذين يتركون كل شيء في يد الله ..
فإن الله لم يترك من لجأ إليه
لن يترك من دعاه سراً وعلانية
لن يترك من يدعوه في كي حين
اتعلم لماذا ؟
لأنه الله القادر على كل شيء





أنا وأنتِ وأنتِ

من نحن ؟

كلنا خُلِقنا من آدم وحواء

هل أنتِ هارب من الجنة

أم انتِ ملاكاً

لا والف لا

كلنا خُلِقنا من ادم وحواء

لكن مالذي يجعلنا نختلف عن غيرنا ؟

طاعة الرحمن، طريق الحق، صلاح

القلب

كل هذه الصفات تجعلك اكثر اختلافاً

وتميزاً واخلاقاً

فكلنا إلى الله سنعود

فل نجعل قلوبنا سليمة متيقنة بالله

سبحانه





كان هنالك فتاة تروي قصتها
تقول : تقدم لي شاب لكن جميع
من حوله أخبروه انني معقدة
ولن يجدي نفعاً معي لكن جوابه
جعلني استمر معه لنهاية حياتنا
قال لهم أنا معقد وهي معقدة
نعقد عقدة ونريها على

العقيدة

فما اجمل صلاح القلب وهدايا
الرحمن لقلوبنا وعقولنا
ليس كل ما يقال هو الظاهر
فجوهرنا قلوبنا وليست

مظاهرنا

وان الله يعلم ماتخفيه القلوب

والنوايا





كل شيء سيرحل حتى انت ...
لربما الدنيا تقسو عليك، وتظن
انك لوحدك غالباً، لكن ثق
بكلامي لن يدوم ذلك، لا يوجد
حزن مستمر ولا ضيق باقٍ،
رب العالمين شايف وعارف
تعبك وشقاك وعناك، لكنه
سيفرح قلبك ويجبر خاطرك
وأعظم مما تفكر به انت،
فالمسألة تحتاج صبراً ودعاء
وتيقن الخير في القادم دمننا
برعاية خالقنا





هناك أخطاء لا تُصلحها كلمة
آسف ...!!! هناك كذبة لا تغتفر
هناك جرح ... لا تشفيها الأيام ولا
السنين هناك لحظة ... بدلت
أماكن في القلب لن تعود يوماً كما
كانت صحيح أن قلوبنا كبيرة
وحنونة

و لكن ... لا تستهينوا بحجم أخطائكم
لها ...!!! فالبحر لا يحمل السفينة إن
ثقت

اتمنى ان تصل الفكرة

"وتذكر "

احياناً ..عليك الإكتفاء بنفسك ليس
كرهاً في من حولك .. بل رفقا بروحك
وقلبك منهم ..





على عتبة الانهيار

أقف هناك حائرةً بين الألم
والخذلان، لا أعرف بمَ أبدأ أولاً.
لا أستطيع التمييز بينهما أو
التفرقة،

هل الألم سابق الخذلان؟
أم الخذلان سابق الألم؟
لا يهمّ الترتيب، فكلاهما قضية
علي في مرحلة من ايام عمري،
لكن هناك طرق يجب ان
تسلكها بمفردك لا اصدقاء، لا
عائلة، ولا حتى شريك، فقط أنت





الفقد

هذا ما تركه خلفنا الشخص الراحل، الذي
لطالما كان جزءًا من حياتنا وتركنا في حيرة من
أمرنا، فراغ، حزن، وانكسار وهلاك الروح.
نضحك مع بعضنا اليوم، وغدًا لم أره، أسأل عنه:
أين هو؟

يقولون: في مكان أفضل، هو في مكان
أفضل، وأنا هنا بمفردي، أحاول أن أعتاد غيابه،
لكن الأماكن ما زالت تحفظ صوته، والذكريات
تأتي دون استئذان.

كل شيء لم يبدُ كما كان، أمرّ بجانب الأشياء
التي كان يحبها فأشعر أن الفراغ أكبر من أن
يُحتمل، وكأن جزءًا مني رحل معه ولم يعد.
لكن ثقتي بربي جعلتني أتيقن أن فقيد روحي
بمكان أفضل من هذه الدنيا





لقد تعبت، تعبت حقًا، لم أعد أحتمل، نفذ

صبري وخارت قواي كلها.

أتعبني ذلك الصمت الذي يعتري قلبي

وروحني وكل جوارحي، تعبت من البكاء

بصمت دون أن يعرف بي احد، أريد أن

أبكي كطفلٍ رضيع يحتاج حنان امه، أن

أصرخ بقدر ألمي وهمي، أريد أن أخرج

من ذاك الوجع المدفون في عمق قلبي

وروحني، ذاك الكمّ الهائل من اليأس

والخوف والصمت، فقد أنهكني وقتلني،

الصمت هو مقبرة الأرواح النقية

لانه بكل سهولة الأشخاص الأتقياء

حساسون لدرجة أن هنالك كلمة واحدة

قادرة على جرحهم، وجعلهم لا يثقون

بالناس





الحياة

الحياة ثقيلة جداً على قلوب الناس،

لكن من الذي يهونها علينا؟

من الذي سيجعلها رحلة خفيفة صالحة؟

من الذي سيجعل الحياة رفيقة بنا وقلوبنا؟

الحياة رحلة قصيرة ستنتهي والباقية فيها

أعمالنا أعمالنا فقط وسنأجر عليها

إما ان نكون فيها وندخل جنات الخلد التي تنسينا

ما قد اتعبنا في هذه الدنيا

وإما أن نتعاقب بما فعلنا وندخل النار التي لا

مخرج منها

..

عليكم ايها الناس ان تتقوا الله وتعودا إليه بقلب

سليم

اسجدوا واقربوا وتصدقوا

ففي كتاب الله العزيز قيل

"اقترب للناس حسابهم وهم في غفلة"

إن وعد الله اتٍ لامحالة

يجب علينا الاستعداد لهذا اليوم بالعكس الصالح

الذي ينجينا من نار جهنم

ويجعلنا في نعيم دائم





عندما سألني أحدهم هل انتِ

حزينة؟؟

كيف احزن وخالق الكون قال "كي تقرر

عينها ولا تحزن"

رأيتُ آثارَ رحمتهِ في كُلِّ شُؤُونِ

حَيَاتِي، مَا عَادَتِ يَدِي خَائِبَةً يَوْمًا،

يُعْطِينِي قَبْلَ السُّؤَالِ،

وَ يَجُودُ عَلَيَّ بِأَكْثَرِ مِمَّا سَأَلْتُ ..

لَسْتُ أَهْلًا لِيُبَلِّغَنِي رَحْمَتَهُ وَ لَكِنَّ

رَحْمَتَهُ أَهْلًا لِيُبَلِّغَنِي، فَلَا تَقْطَعْهَا

عَنِّي لَحْظَةً يَا ذَا الْعَطَاءِ وَالْجُودِ





رضا النفس نعمة عظيمة

لا يمكن لكل الحصول

عليها..

حينما نقتنع بأن ما كتب الله

لنا هو الأفضل، ونعمل ما

يرضى الله سنشعر برضى

وسعادة وراحة قلب وهدوء

عقل، وسيكنة وطمأنينة

في حياتنا.





لا تقلقي

عندما تصلين في سنك الى عمر العشرين وحواجبك بنفس
الرسمه الذي خلقك بها الله وفي وجهك براءة في زمن
يتفنن فيه برسم الحواجب

لا تقلقي

عندما يقال عنك أنك انطوائية وغير مبالية وفاترة المشاعر و
أنت في زمن يتنافس فيه عن من تريد أن تعرض مفاتن
جسمها أكثر

لا تقلقي

حين تكونين فتاة تضحكين مثل الأطفال و في داخلك تفكير
ناضج مهما كبرتي لم تتلوثي بتفكير من يحيطون بك

لا تقلقي

عندما تسمعي انتقادات على أنك نكدية أو معقدة و أنت
تعرفين أين حدود غيرك تبدأ وأين تنتهي

أنتِ بالذات لا يجب أن تقلقي لأنه لو كانت أميرة في
هذا الزمن فستكون انتِ وفي يوم من الأيام ستقفي بين
يدي رب الكل وحينها ستعرفي كم كنت بنعمة كبيرة

مادمتي فتاه صالحه لاتقلقي ابدا





لا تحزن، إن الله معنا

في لحظة كان فيها الخطر يحيط بالنبي ﷺ
وصاحبه أبو بكر رضي الله عنه، قال أبو بكر بقلق:
* "لو نظر أحدهم تحت قدميه لرآنا يا رسول الله."*
فأجابه النبي ﷺ بكل يقين وثقة:
"يا أبا بكر، ما ظنك باثنين الله ثالثهما؟"

- درس عظيم في التوكل.
- لحظة تُعلّمنا أن الطمأنينة لا تأتي من الظروف،
بل من الثقة بالله
- مهما ضاقت الدنيا، هناك دائماً رحمة تحيط بنا،
وهناك دائماً يدُ إلهية تحرسنا

اجعل يقينك بالله أكبر من خوفك، وثقتك به
أعمق من كل ظلمة تمر بها.

عَلَى ثِقَةٍ بِوَعْدِ اللَّهِ عِشْنَا
بِلا يَأْسٍ... وَمَا زِلْنَا نَعِيشُ!.





"في أعماق الألم أتعافى"

ما بين الألم والصمت تعلّمتُ أن أكون ملجئ
نفسي الخاص، ليس لأنني لا أحتاج أحداً، بل
لأن بعض الأوجاع لا تُقال.
مع الوقت أدركتُ أن الشفاء لا يأتي دائماً
من الخارج، بل يبدأ حين أنصت لنفسي،
أحتوي ضعفي، وأمنح قلبي ما كان يبحث عنه
في الآخرين، لم أعد أهرب من ألمي، بل
أصبحت أتعلم كيف أعيشه بهدوء، وكيف
أنهض بعده دون أن أنكسر.
وأن أداوي نفسي بالصبر، بالكلمات التي
أكتبها، وكنْتُ أدري أن كل ما يؤلمني الآن،
سيمر يوماً ما، وربما لن أشفى تماماً، لكنني
بالتأكيد سوف أصبحت أقوى مما كنت عليه
من قبل وكان ذلك بعد صبر طويل وعناء من
الروح





ألم الفراق

الفراق هو أبشع واصعب شعور يمر

على الإنسان ..

لكن لماذا؟

لانه يأخذ منا ما هو غالٍ على قلوبنا
وأرواحنا مخلفاً لنا اوجاع والآلام التي
لاتنسى،

ويتركنا في صمت يتغلب علينا لانملك

القوة لردعه والوقوف أمامه ..

ويبقى الحل الأنسب لنا هو الصبر

الصبر ثم الصمت





دع قلبك من ترهات الدنيا،
ووَخِّدْهُ لخالقك،
وادعه ليلاً ونهاراً، تُستجب
دعوتك ما دمت تدعوه بقلبٍ
صَادِقٍ يسعى لرضاه
وتذكر أن الله لا يخب من دعاه
لا يخب من لجأ إليه بقلب ممتلئ
بالإيمان والصبر وطاعة الرحمن
عليك السعي للوصول إلى
خالقك بقلب سليم بعيد عن
ترهات الدنيا





التسليم اعترافاً قديماً بأن القلب لا يُشفى حين يُصارع
القدر، بل حين يتعلّم أن يهدأ في حضرته ويصمت، ليس كل
ما يؤلمك جاء ليكسر، ولا كل ما يُغلق أمامك جاء ليُقصيك
بعض الانكسارات ليست نهايات، بل إعادة ترتيب وتنسيق
خفية لشيء فيك كان يميل دون أن تدري فإله لا ينتزع من
قلبك شيئاً إلا ليُخفّف عنك ثقله حين يطول عليك حملة
نحن نرنا لكن الرؤية عندنا قصيرة، ولأن الحكمة تُدار من
مكان لا تبلغه دهشة الأسئلة، فتبكي النفس ظناً أنها
حُذلت وخابت، ثم تمضي الأيام لِتُثبت أنها أنقذت دون أن
تفهم كيف ومتى، المؤمن ليس من لا ينكسر، بل من لا
يسمح للكسر أن يكون النهاية هو الذي يسقط، ثم يضع
كسره بين يدي الله لا بين أنياب اليأس، فيخرج من ألمه لا
أكثر قوة فقط بل أكثر طمأنينة وهدوء وسكينة
وراحة، وفي التسليم سرٌّ لا يُقال، لكنه يُعاش:
أن تُدرك أن تأخير الفرح ليس حرماناً، وأن انكسار الطريق
ليس ضياعاً، وأن ما ظننته فقداً ربما كان نجاتاً من فقدٍ
أعمق لك، فاهداً وتوكل والجاً إليه وحده خالق الأرض
والسماء
وتذكر أن هدوء القلب والروح من تدبير الله لك ولقلبك





الطمع الذي يجبر الإنسان على
نسيان عزة نفسه حباً بالكثرة
وليس حباً بالشبع
وها بعد ذلك التعب سيحصد
بذور طمعه سقوط حلمه بعد
جمعه

وكان لا بُد من الصبر، ليس لأننا
نُتقنه،

ولا لأننا سعيينا نحوه،
بل لأننا لم نجد شيئاً سواه
نتعلل به،

ولم نجد من مقرب نحمي به
أنفسنا

من الجنون واليأس إلا به





خُلقت لآكون صالحة

أمسكتُ التاجَ بيدي، لا للتفاخر، بل لأتذكرَ بأنني أنا
مَنْ صنعتُ نفسي حين سلكت طريق الهدى.
وصلت إلى ما أريد، ليس دعمٌ صديقٍ ولا وقفَةٌ عابِرٍ،
بل بتوفيق الله لي ودعوتي الصادقة.
لم أنتظرُ أحدًا ليمنحني القوة، بل كانت القوة معي
حين تأكدت أن الله لن يتركني وحيدة، ووضعتُ تاجي
على رأسي.

فلستُ بحاجةٍ إلى أحدٍ يرفعني، بل رفعت رأسي
بإيقيني أن لاشيء في الحياة يستحق التضحية في
سبيله إلا الله.

ولم أُخلق لأنتظر أن يُعطيني أحدٌ قيمةً، فأنا زرعتها
حتى أزهرتُ كرامةً وعِزَّةً نفس.

وليس التاجُ ما يصنعُ الملكة، بل روحها وخُلُقها.
فأنا لا أتوَجُّ، أنا أتوَجُّ نفسي بنفسي.

أرفعُ رأسي شامخةً لأنني أنا مَنْ اخترتُ أن أكون
قويةً بقوة الله لاني على يقين بأن الله لن يترك
قلبي يوماً واعلم أن الخير في أيامي قادم مهما
تأخر





كلاً منا لديه نقص فالكمال لله

وحده

أحياناً نرى ماينقصى عند من لا

يملك حق رعايته

لذلك رب العالمين قد قال

العمال والبنون زينة الحياة

الدنيا

اما عن الحب فالحب لا يأتي

بالعمال ولا بالجمال بل بصفاء

القلوب ونقاء الأرواح

والثقة بالاختيار





نتعلق بالأمل حتى لو كان خيلاً
نُحيكه من ضوء الشمس،
مادام الأمل موجود فالأيادي
سوف تقود الى عالم منير
مليء بتحقيق الأحلام
والآمنيات والرغبات التي
نسعى للحصول عليها
والوصول إليها، لاتستسلم
حتى لو كان الأمل خلف
القضبان، اجعل روحك ممتلئة
بحب الوصول .
طالما سعيت ستصل يوماً





ليس كل ما نراه الواقع
وليس كل ما نسمعه هو الحقيقة
أحياناً نضطر إلى إخفاء أوجاعنا..
لسنا جميعنا كاملين فالكمال لله فقط ...
ولسنا جميعنا حياتنا مثالية كلاً
منا لديه نقص ..

أحياناً نضطر لاختلاق الأعذار ليش لأننا لا نريد التكلم
لكن لأننا قد تعبنا ونحن نبحث عن أحد نتكلم له
أوجاعنا

لكن من هذا الذي سيخفي سرّك؟
من الذي سيسمعك دون يتعب من حديثك؟
من الذي سيجد لك الحلول ؟
من سيقف معك إلى أن ترتاح ؟
لا عائلتك ولا أصدقائك ولا أي شخص في حياتك
الوحيد الذي يقف معك وستجده معك كل مرة تدعوه
بها وستجده مستجيب لدعائك
هو الله وحده

هو الذي قال " اني قريب مجيب "
هو الذي لن يتركك مهما تركك من حولك
لا تلجأ لغيره
فهو الذي لن يغدرك ولن يتركك وحيداً يوماً





ماذا الآن

هل يأسست؟

هل تعبتي؟

لا تريد أن تكمل هذه الحياة؟

تشعر أن الإرهاق احتل قلبك وروحك.

تحاول أن تغير من نفسك ولكنك حزين

هون على نفسك ودع الأمر للمدبر

العالى

هو الذى قال

"لاتخافا إني معكما اسمع وارى "

هي فترة وستمضي

هي فترة وسترى العوض والدهشة

سترى إن عوض الله يدهش القلوب

ويجعل العقول منذهلة من شدة

جمال العطاء

هي فترة وتمضي





تساؤل ماذا لو تحدثت

القبور؟؟

لاخبرتنا عن تفاهة الحياة وأن

لقاء الله اجمل وأنه اللقاء

الابدي الذي لامثيل له ولن

يكون شيء اجمل منه، وان

نسعى لكسب اخرتنا وان الدنيا

فانية والبقاء للاخرة فقط





النصيب

كل ما هو في الحياة نصيب مقدر لنا من السماء..

مرضنا نصيب ،

وجود أشخاص في حياتنا نصيب ،

الحب نصيب،

الزواج نصيب،

ما هو القرار؟؟

القرار أن تختار بنفسك ما هو الخير لك

فإما أن تختار طريق مستقيم بعيد عن المعاصي

وإما أن تسلك طريق جائر"مائل عن الاستقامة "

وتقع بالمعاصي

القرار عندما تختار من الذي يكمل معك

من هم اصدقائك

عندما تمرض وتقرر أن تتعلاج ،،

عندما تجد أشخاص في حياتك وتريد الحفاظ

عليهم،،

هنا القرار فقط





النقاء

اجمل سرقة هي سرقة القلوب
بطيب الاخلاق، بالمعاملة الحسنة،
بصدق الشعور، بالحب المتبادل،
فالفراشة رغم جمالها حشرة ،
الصبارة رغم قساوتها زهرة ،
فلا تحكم على الناس من
مظهرهم ،،
بل على ما تحتويه قلوبهم ،
على جواهر روحهم





"على سبيل الطمأنينة، ومن باب
بث الراحة والسرور والإطمئنان
على قلبك، أردت أن أقول لك لا
تُرهِق عقلك في التفكير في
كيفية التدبير، أمر الله نافذ لا
محاله، ولو كانت كل الطرق
مُغلقة، وكل الأمور ليست
مُيسَّرة، وكل الأسباب توحى
بالعكس، ما يريد الله يكن،
فتفائل وتوقع خيرًا"

فالثقة اساس السعادة





التعلق بشيء فاني

اهتمامنا شديد جداً في هذه الدنيا إن
كان "عالم ، بروفيسور ، دكتور ،
مهندس ، محامي ،،،،،"
لكن السؤال هنا ماذا أعددتنا للآخرة دارنا
الباقية ومستقرنا ؟
هذا هو السؤال الذي سيغير طريقك
هو الذي يجعلك تستقيم
ماذا أعددت للقاء الله؟

وتذكر

" كن من تكون فالיום تمشي وغداً
مدفون "
وستتسابق اعمالك إلى محاسبتك أمام
خالقك





لنتأمل معاً حقيقتنا...

عندما تموت تأكد أن الدنيا لن تحزن عليك ..

حركة العالم ستستمر ..

وظيفتك سيأخذها غيرك .. واموالك ستذهب للورثة ..

وانت الذي ستحاسب على كل شي فعلته على كل صغيرة وكبيرة ..

لذلك لا يغرك مالك، نسبك، منصبك، عملك، اولادك،

فما اتفه الدنيا وماجمل مانحن مقبلون عليه ،

فيا ايها الحي الآن اعلم أن الحزن عليك سيكون على ثلاثة مراحل ..

الناس الذين يعرفونك سطحياً سيقولون رحمه الله

اصدقائك سيحزنون عليك ساعات، ايام ولربما اسبوع ،

ثم يعودون إلى حديثهم بل وضحكاتهم ...

الحزن الأكبر سيكون في البيت سيحزن عليك اهك اسابيع ، شهور

ولربما سنوات، ثم يضعونك في ارشيف الذكريات

انتهت قصتك بين الناس والدنيا..

وبدأت قصتك الحقيقية وهي الآخرة التي هي باقية ولن تزول ..

لقد زال عنك المال والجمال لقد فارقتك الدور والولد والصحة

والقصور والزوج ..

ولم يتبقى معك الا عملك ..

والسؤال هنا هل انت مستعد لهذا اليوم؟؟

هذه حقيقتك التي ستعيشها عاجلاً أم آجلاً

نصيحتي لك واعتبرها رسالة من الله اليك لتعود اليه

احرص ثم احرص ثم احرص

على الفرائض ، العمل الصالح ، بر الوالدين ، صدقة السر، صلاة الليل ،

حسن الخلق ،

لعلك تنجوووو





لا تتوقع أنك بالضرورة ستستقبل
بالورود والأحضان عندما تتميز في
شيء ، أو تنجح ، وتبرز في مجال ..
فالنفوس بعضها قد تتألم بسبب
ذلك..

وحينها توقع أي شيء يحصل لك ،
قطيعة شخص قريب ، أذى من زميل ،
وبحث عن عثراتك وأخطاءك ..
هذه ضريبة ربما تدفعها بسبب ما
قمت به ، هيبئ نفسك لها..

فالناس هم عبارة عن
إذا سمعوا عنك شراً أذاعوه
وإذا سمعوا عنك خيراً اخفوه
وإذا لم يسمعوا عنك شيئاً اخترعوه





التقرب من الله

عندما تقترب أكثر من الله ستجد
الراحة والسعادة في أيام عمرك
تنهمر أكثر من ماء المطر
ستجد الأمان والاستقرار مستقر
روحك

والسلام محاط قلبك وجسدك
ستجد الخير وكأنه كله لك وخلق
لا اجلك

ستجد نفسك مطمئن البال والروح
والقلب

ستهون عليك متاعب الدنيا
وردد دائماً

فاللهم ردنا اليك رداً جميلاً
واصلحنا كي نستحق جنتك





حياتنا

لنتأمل أنا وانت معاً ايها الحي الآن
لو كانت حياتنا مليئة بالراحة
مليئة بالمال وكل ما تريده موجود عندك
مالذي ستسعى إليه ؟
كيف ستؤجر على صبرك ؟
كيف ستنال جزات تعبك ؟
كيف سترى تعبك بعد المنال ؟
كيف ستحصد ثمرة تعبك وصبرك وجهدك وسعيك ؟
كيف؟

الدنيا لم تُخلق لنتراح بها
بل نحن المخلوقون للسعي بها
للوصول إلى ما نريد
للأجر بعد التعب
والمنال بعد الصبر
والفرح بعد الدموع
والطمأنينة بعد الخوف
هكذا ستؤجر على ما تقدمه من سعي وجهاد
هذه هي الدنيا هي الدار الأعمال
والآخرة دار الراحة والأمان
اسعى لها قبل أن يفوت الأوان وتندم على كل شي قدمته
يداك
ووتمنى لو تعود ساعة واحدة إلى هذه الدنيا لتعمل عملاً
صالحاً واحداً





الندم

الندم هو عدو الإنسان يأتي كضيف ثقيل
تستنكره على نفسك
تندم على فوات فرض فاتك أو صلاة تركتها أو
قد غفلت عن إرضاء والديك أو ندمك لترك القرآن..

تندم على أشياء قد فعلتها
أو أشخاص تعرفت عليهم
أو ذنب قد فعلته مع شخص لا يستحقه..
كيف تشعر أن الندم يحاوط روحك
الندم يأتي متأخراً لكن لماذا؟
لكي نستيقظ من غفلتنا ،
نعود إلى أساسنا
نرى أننا قد تركنا ما هو فرض علينا ،،
أو اذينا ما هو ليس لنا حق عليه

الندم يأكل الإنسان وينهش الروح ويغلق الصدر
ويبعث التشاؤم في الروح
لذلك احرص على أن لا تفعل ماتندم عليه في
وقت لاحق





لم أعد أريد شيئاً ..

أريد فقط أن يتوقف هذا القلب

عن الحرب التي لا يفهم سببها ولا حتى وجودها .

تعبتُ من البقاء واقفة

بينما شيءٌ داخلي يسقط كل يوم الف مرة ،

ومن مواجهة الحياة وكأني لا أنكسر أبداً كالحديد

الصلب .

أريد هدوءًا صادقًا صافياً..

مساحة أتنفس فيها دون خوف وقلق وصعوبة،

وليلةً أنام فيها دون أن يوقظني تفكير وقلق زائد .

كبرتُ أكثر مما يليق بعمرِي الذي لا يتجاوز العشرينات،

أرهقني القلق والتفكير المفرط ،

وأتعبتني محاولاتي الدائمة لأن أبدو بخير وبأفضل حال .

لم أعد أريد من أحدٍ شيئاً ولا أريد أحداً،

أريد فقط حياة خالية من الخذلان والخيانة والخباثة

والخداع،

أيًّا كان الطريق الذي أمشيهِ .

أريد أياً خفيفة مليئة بالطمأنينة والهدوء ..

وصوتاً داخلياً يقول لي :

لقد نجوتِ من أصعب ما مرتِ به يا قوية

هذا الذي أسعى اليه





تساؤل دائما يدور في عقلي وقلبي

هل حقًا العالم متوحش أم أنا طفولية أكثر من اللازم؟
هل حقًا الصمت عن حقي عادي أم أنا لست قوية؟
هل حقًا الظلم قوة شخصية أم أنا بريئة؟
هل حقًا الغدر أمرٌ عادي أم أنا حساسة أكثر من اللازم؟
هل حقًا، هل حقًا، هل حقًا ... أم أنا لست طبيعية؟
أصبح العالم عند ما تقول فيه "حقًا" يراك غريبًا، وعند ما
تزيّف الحقيقة يراك "فاهمًا ومتحضرًا ومتثقّفًا وواعيًا"،
فهل حقًا نحن غرباء ام طيبتنا الزائدة والمفرطة هي
غباء من أنفسنا
ام هذه هي حياتنا

هل حقا سيأتي يوم نفهم فيه لماذا نحن عُدرنا
وكُسرنا وخذلنا
وبقينا صامتين
ام لن يأتي هذا اليوم
وسنموت ولا نعلم اسباب الأشخاص الذين قد قاموا
بتمزيق أرواحنا





حين تُزهر الروح وتتفتح القلوب بالتفاؤل والوفاء
والنقاء

يُنبت الله الورد في صدرك وروحك ، ويجعل الأنس
والسكينة مصاحبين لك في طريقك ، فيتورد داخلك
لشدة الفرح والسعادة، ويُزهر كل شيء حولك
وكأنك الندى للورد. لا يمكن لشيء أن يُفسد توهج
روحك ولمعانك وضياء قلبك.

شعورٌ عظيم بأنك لن تذبل او تهزم، وأن كل شيء
حولك يمر كنسمةٍ تُبهبج الروح وتنير القلب، وأن
تُحلّق في سماوات السعادة كطائر حر لن يمسك
جناحيه سجان الحزن ، وأن تملأ كلَّ روحٍ تمرُّ بشيءٍ
يعيد لها اتزانها وسعادتها وطمأنينتها ..
أن تُزهر تعيد بهجة روحك وروعة ازدهارك،
وانتعاشك. أن تكون كغيمةٍ مليئةٍ بالمطر في سماء
أرضٍ قاحلة ، صافي النية، مرتاحاً نفسياً، ومُزهِراً!
حتى إذا مررتَ بمكانٍ أنبت الوردَ من بعدك
حينها سيطلق عليك

انت الذي يقال عنك اينما حلت ووطئت تنثر الورد "
إن كان بوجود الرء أو دونها





انها حياة واحدة ستعيشها كيف ما كانت حالتك

إن كنت مريضاً

متعباً

يأساً

مرهق

حزين

مكتأب

سعيد

ستعيشها عاجلاً أم آجلاً

لن تتوقف الحياة لحزنك ولن تتوقف لوقفك

الذي سيمضي معك ودونك هو عمرك ستمضي

ايامك وكأنها لا أمل منها

عش يومك بكل ما هو جميل

لربما تحزن تتعب تمرض ترهق لكن كل هذا

مأجور عليه

وستحصد ماتزرع

وستلقى المنال بعد التعب





نصيحة لروحك

الحياة لا تمنحنا دروسًا مجانيّة أو دون
مقابل ، فكلّ وجع فيها يحمل شهادة
نُضج ووعي ونضج ، وكلّ عثرة تُعلّمنا
كيف نخطو بثبات في طريق
مستقيم ، فلا أمل يولد من غير ألم
وتعب وإرهاق وسعي وجهد، ولا نجاح
يتحقق دون فشل وكسر
وتذكر أن بعد كل نجاح عظيم كسر
حطم الروح وبدأت بالنجاح
وان الفشل ليس نهاية
بل هو اجمل بداية لتحقيق أهدافك
وامنياتك
وهو السبيل لوصولك إلى ماتريد





الحياة أوجعتني

مررت بمواقف أتعبتني كثيرًا وارهقت
قلبي وجسدي، كنت أمشي ولا أعلم هل
بعد هذا جبر أو نبقى هكذا نمشي بلا
نهاية أو معرفة مانمضي اليه، أعرف كل
شي له نهاية حتى حياتنا لها نهاية
ورحيل وكل شي له نهاية سواء كانت
جميلة أم عكس ذلك. يجب علينا مهما
يأسنا أن نتحمل وننهض ونمشي مجددًا
ولكن بعزيمة وليس بضعف، نمشي بثقة
أنه من أعطانا النظر لنشوف الضوء قادر
أن يخرجنا من ضيق الليل للفرج.
لا تيأس مهما صار وأنت تمضي في
طريق يوصلك لرضى لله فالنهاية
ترضيك أنت.





سألت الفرّح هل سيأتي يوماً
وتطرق بابي وتستقر حياتي
وتكون صديقي الذي
لا يفارقني
أجابني ببسمة
اثقين بالله أجبت بثقة
وسعادة تعتلي روحي وقلبي
نعم
فقال الخير آتٍ دمتِ واثقة بمن
خلقنا جميعاً





يتعافى المؤمن القوي بالإيمان
يتعافى المؤمنُ القويُّ بالسعي لا بالوصول،
وبالخطواتِ الصادقةِ التي يمشيها نحو غايته، لا
بالنهاياتِ التي قد تتأخر يتعافى حين يُدرك أنَّ
الله لا يُضيعُ تعبًا صادقًا وساعيا متعبا، ولا دمعَةً
اختفيت وراء ابتسامة، ولا تعب المحاولة

اتعلم لماذا كل هذا

ليصنع منه إنسانًا أصلبَ روحًا، ويرفع درجاته
يتعافى المؤمنُ مع كلِّ عثرةٍ تصيبه، لأنَّه يرى فيما
يراه الناس سقوطًا درسًا جديدًا، ويرى في الألم
تهذيبًا، وفي التأخير حكمةً، وفي الخسارة بابًا
لنعمةٍ لم تأتِ بعد فإذا ضاقت به الأيام، اتسع
يقينُه، وإذا أظلمت حوله الدروب، أضاء في داخله
نورُ التوكلِ، وإذا تكسرت أحلامه على صخور
الواقع، جمع شتاتها وصنع منها سلماً يصعد به
من جديد





امنيات سنال بعد صبر طويل
لا تزالُ أمنيّاتي عالقةً، وفي كلِّ يومٍ يصيبني
اليأسُ لعدمِ تحقيقها، ولعجزِي أيضًا.
يتمنّي الإنسانُ أشياءً لا ينالها إلا بعد معاناةٍ
وتعبٍ وصبرٍ لسنواتٍ عديدةٍ، وكلُّ يومٍ أتخيّلُ
أمنيّاتي أمامي، وأتخيّلُ ردّةَ فعلي عند رؤيةِ
أمنيّاتي التي تمنّيّتها سنينَ طويلةٍ، وصبرتُ من
أجلها، والسعادةُ التي ستأتيّني، ودموعي التي
ستنهطلُ على خديّ فرحًا بتحقيقِ أمنيّاتي.
في ذلك اليوم سأكونُ أسعدَ إنسانةٍ، لأنني
أعلمُ جيدًا كم عانيت، وكم صبرت، وكم تحقّلت،
وكم حاولت، وكم تعبت، وكم بكيت.
أنا واثقةٌ ثقةً لا يخالطها شكٌّ بأنّ اليومَ الذي
أرى فيه أمنيّاتي أمامي سيأتي، اللهمّ ذلك
اليوم الذي أقولُ فيه:
لقد نلت بعد صبري





صمتٌ نابض بقلب صادق

الجميل أن ما في القلب لا يرى ولا يُعرف، فلا تُحاسب عليه، والأجمل أن الله يعلم ما فيه وعلى ماذا يحتوي. لست مُجبرًا على تبرير أو توضيح نواياك أو مافي بالك، ومن حولك ليس من شأنهم الاطلاع على ما بداخلك ومعرفة اسرارك؛ أفراحًا كانت أم أوجاعًا ام حنينًا أو شوقًا. أنت وحدك ستعيش ذلك انت وقلبك وروحك ، إن كان حلواً أو مُرّاً، وستجرّع الألم وحدك يا صاحبي. اعلم أن ما فيك يكفيك، وأن زوايا قلبك قد صارت أعمق وأكثر صمتًا... لكنها ما زالت تنبض بالحياة، وتُخفي بين طيّاتها أملاً لا يزول





وفي الختام

السعي اساس الوصول
والسقوط هو بداية الأشياء الجميلة
ولاننسى أن الإيمان يمنحنا قوة اعظم
واجمل
والثقة بالله والصبر هما منال الدنيا
واجعل اعمالك الصالحة هي نجاتك يوم
القيامة
واجعل أعظم اعمالك هي صلاة قيام
الليل
واجعل القرآن ربيع قلبك
دع قلبك من ترهات الدنيا
واهتم باعمال الآخرة





النهاية...



في هذا الكتاب، قصصٌ تحمّل بين
سطورها الحزن والإيمان...
لكن برأيكم، مَنْ سينتصر؟
أهو الحزن، أم أنّ الإيمان سيكون أقوى،
ويهزمُ كلّ هذا الألم؟

