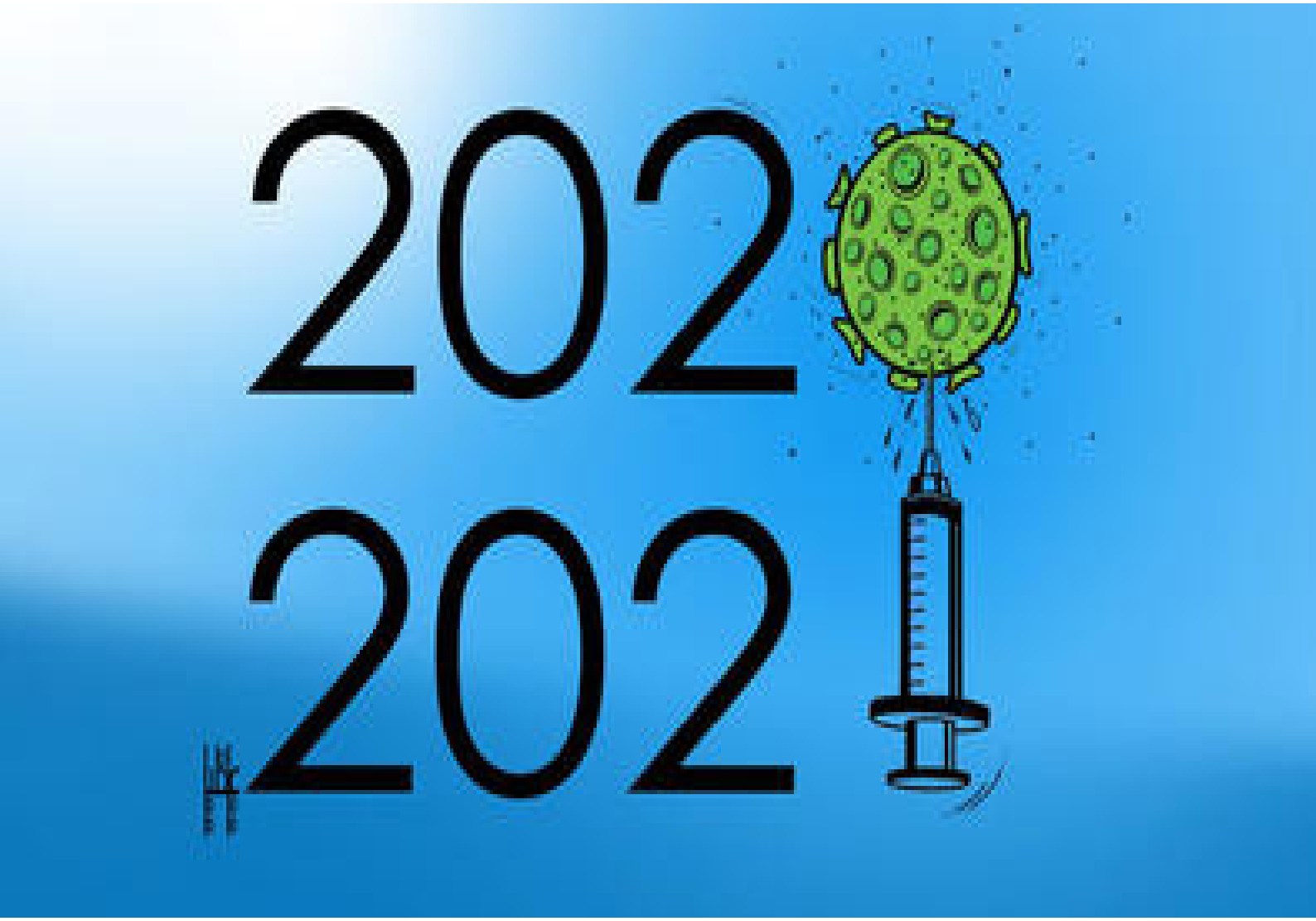
العدد
55

صحيفة إنسان
صحافة حرّة وإعلام هادف لكلّ إنسان



اقرأ في العدد 55 من صحيفة إنسان:

٢٠٢٠ عام لن تنساه البشرية!
بقلم : مصطفى طه باشا 3

لست على ما يرام!
بقلم : رهام المالكي 4

خطة عشرة في واحد
بقلم : بدرية الظنحاني 5

عام خالٍ من البدع
بقلم : فرح الخاصكي 12

دثروني - سقف الوطن!
بقلم : ريم الخش 14

المداواة بالطبيعة
بقلم : شيخة الخزيمي 18

والعديد من المواضيع المفيدة والقيّمة

العدد 55

صحافة حرّة وإعلام هادف لكلّ إنسان تاريخ 01 - 01 - 2021

أسرة صحيفة إنسان

المدير العام ورئيس التحرير : أ. مصطفى طه باشا

كُتاب السعودية

أ. ابتسام آل بصمة
أ. الهنوف الشامي
أ. مروة الدوسري
أ. نورة عبد الله
أ. زيد الحربي
أ. مشاعل القرني
أ. صالح الكناني
أ. هبة صالح رزق
أ. وفاء آل منصور
أ. ريهام المالكي
أ. نعيمة محمد

كُتاب سورية

د. ريم سليمان الخش
أ. نصرة الأعرج
أ. إلهام ناصر
أ. إيمان هاشم
أ. بيان حلبية
أ. هادي حاج قاسم
أ. نغم الجوجو
أ. محمد العلي
أ. عبد القادر زرنيخ
أ. إيمان داراني
أ. العنود الأحمد

كُتاب العراق

د. فرح الخاصكي - أ. عذراء أمين - أ. تبارك مكي - أ. تبارك الوائلي - أ. مينا راضي
أ. رسل السراي - أ. ياسمين خضير - أ. فاطمة حسين - أ. خلود الحسناوي - أ. نور عبد علي

كُتاب سلطنة عمان

أ. زينب البوسعيدي - أ. جمال الأغبري

كُتاب ليبيا

أ. ساجدة الأثرم - أ. سمية كوري - أ. أمينة سوغي

كُتاب مصر

أ. هبة أبو زيد

كُتاب اليمن

أ. ليلى محمد - أ. آلاء عقيل

كُتاب فلسطين

أ. خولة الرغمات - أ. رشا بشير

كُتاب الإمارات

أ. بدرية الظنحاني - أ. نوف الحضرمي - أ.شيخة الخزيمي

كُتاب الجزائر

أ. منار بوحلوفة

للمشاركة عبر الإيميل insan.magazasi@gmail.com

٢٠٢٠ رقم لن تنساه البشريّة!

" مصطفى طه باشا

عام ٢٠٢٠ لن يُنسى, وسيبقى محفور في كل جدار وشارع في الكرة الأرضية, فهو يُعادل عشرات الأعوام, فقد حمل في طياته مرارة, حزن, ألم, مرض, خوف, ورعب لكلّ البشريّة. عانى العالم في عام ٢٠٢٠ من خوف ورعب؛ بسبب الوباء الذي خيّم على البشرية جمعاء, وقلب نظام الحياة ودبّ الرعب في قلوب ملايين البشر, بالإضافة لأخذه أرواح مئات الآلاف منه, فقد كان العام مليء بالخوف والتوتر, والضيق المعنوي والمادي لكلّ البشر, فأغلب البشر فقدوا بعض محبيهم جراء فيروس كورونا, والبعض الآخر عانى من ويلات الخوف, والبعض عانى ماديًا بسبب الخسائر الاقتصادية, وتدهور قطاعات السياحة والعمل والصناعة والتجارة, نتيجة هذا الوباء الذي فرض نفسه سيدًا على الكرة الأرضية وتلاعب بها كيفما شاء. ولكن عام ٢٠٢٠ أعاد للبشر بعض العادات التي كادت أن تفقد حياتها, نتيجة التطور والحداثة والتكنولوجيا, فقد شعر البشر ببعضهم, ووحدتهم قضية واحدة وجعلتهم يزيلوا الأحقاد وحب السيطرة فيما بينهم, وأجبرتهم على الالتقاء مجددًا في بيوتهم بعد أن كانوا كالغرباء بسبب عصر السرعة والتكنولوجيا والانترنت, الذي قضى على التواصل الواقعي, وخاصة داخل البيوت بين الأهل والأحبة, هذا العام حمل بعض الأشياء الإيجابية والكثير من الأمور السلبية, ورغم ذلك مضى وأصبح تاريخ لن تنساه البشرية. ودعنا عام كان أشبه بميت, لا حياة به فلم نشعر بطعم الحياة (حلوها ومرّها) بل انقضى وانتهى ونحن نحلم بالراحة والخلاص, من الخوف والتوتر الذي ساد هذا العام وسيطر علينا وعلى حياتنا, فهل سيكون العام ٢٠٢١ عام نجد به الراحة والأمان المعنوي والاستقرار النفسي, أم سيكون عام أشد رعبًا وخوفًا من العام الفائت؟

الإعلام في حياتنا (١)

" ساجدة الأثرم

نعيش اليوم في عالم متداخل ، يصفه البعض بالقرية الصغيرة بفضل شبكات الإنترنت التي سهلت التواصل السريع بين الناس ، الإنترنت الذي أصبح جزء لا يتجزأ من يومنا والبعض يعتبره كل حياته، خاصة السوشال ميديا .
أثرت السوشال ميديا والإعلام بصفة عامة على حياتنا ومنظومتنا الثقافية والقيمية ، وأصبح الإعلام هو المتحكم الأكبر فيها ونتج عن ذلك ذوبان القيم المختلفة لكل منظومة حضارية لتبرز بذلك منظومة الإعلام الثقافية والقيمية والتي تتعارض مع كثير من المنظومات لعدم استنادها على أسس سليمة للفطرة ، لتصبح هي منظومة العالم أجمع وهي من تتحكم فيه وفي معاييره ، فأصبحنا نعيش في عالم متفكك لا يقوى على العيش في الواقع .
المجتمعات تُبنى بأفرادها ، والإعلام يتعامل مع الفرد على أنه مادة خام ليشكله في القالب الذي يريد ويسيره في الاتجاه الذي يريد وفق منظومة تم تشكيلها بما يتناسب مع أهواء ومعايير ثقافة ما ..
تلك القولبة التي يحاول الإعلام بشتى صوره أن يضعنا فيها هي عملية مستمرة وبطيئة المفعول إلا أنها حتمية النتيجة مالم تُقابل بالتمحيص والنقد البنّاء وعدم استقبال كل ما جاء منها بعقول ساهمة .
الإعلام سلاح ذو حدين ، إما أن يسخره الإنسان لخدمته فيرقى به وبمجتمعه ، أو أن يسخرنا هو لخدمته فيكون شر نقمة علينا ، فيتوجب الحذر من سلطة الإعلام الشبه مطلقة علينا وعلى مفاهيمنا للأشياء ، وأن ندرك أن منظومته الجديدة قد لا تتوافق كثيراً مع قيمنا ومعتقداتنا .!

لست على ما يُرام!

" رهام المالكي

لم أصرخ أو أبكي أو اذرف دموعي لم أحادث صديقي المقرب وابوح له ، لم اضرب الجدران واحطم الاشياء ، لم انتف شعري او أقضم أظافري ، لم اتقيأ او اشعر بالدوار او اخوض في نوبة صراع ، لم يغمى علي او اتضوّر جوعاً ، لم اشعر مطلقا بوعكة تمر علي حتى انني اصبحت لا اشعر بقلبي ان كان ينبض ام لا ، بقيت على سريري دون حراك وتمنيّت لو استعطت ابقى هكذا دون ان ترمش عيني ، بقيت على هذا الحال ليس بيدي حيلة لتخطّي هذه الايام واستمرارها كنت أشعر دوماً بأنني قوية وكان بالأجدر أن ذلك سبب ما أنا به الآن ، من المفترض انا اعترف بضعفي أمام سيل من المواقف التي قاومت فيها واقنعت نفسي بقدرتي على تخطيها أرق أصابني دون مبرر ربما أتت لحظة التنازل عن القوة التي طالما تظاهرت بها, تظاهرت بالضحك والسعادة في حين قلبي كان ينزف ويبكي دون الاعتراف بذلك.
من المؤلم أن أحادث المقربين لوجهي لي التوبيخ بأن الحياة ليست للضعيف وإنما للأقوياء دون إدراكهم صعوبة ما أمر به بالأمس اصابني حدث مؤلم وكنت ابحث جاثية عن شخص استطيع محادثته عن ما اصابني حينها اكتشفت اني منذ زمن اصبحت وحيدة رغم كثرة من حولي بقلبي تساؤلات ليس لها نهاية ، لست بخيرٍ مطلقاً ولكنني يا الله مازلت اقاوم حتى انني مررت بأصعب اللحظات بمفردي حتى ظن الجميع أنني بخير وعلى مايرام لم بعد لي رغبة في شي سوى ان اصلح الخراب الذي بيني وبين الله دون وسوسة الشيطان والتراجع رغم أني كتبت الكثير إلا أني لم استطع وصف مابداخلي بدقة، في مرحلة عمرية لي ايقنت انني لم يعد بوسعي مشاركة شخصاً ما احلامي ، توقفت عن الجدال اثناء حديثهم ، توقفت عن الشجار عندما يحتل الدمع عيني ، تخليت الاقتباس من اوراقي وكتبي عن كلماتي المفضلة لهم ، أصبحت منهكة لا سعيدة ولاحزينة اتجاوز كل مايؤذيني بصمت وهدوء حتى أن جميع من يراني يظن بأني لم اتعثر يوماً ، أصبحت أخاف من لحظاتي الجميلة خوفتً يفوق لحظاتي السيئة آمنوا أن الشروق ليس للشمس فقط ، أنا أيضاً ستشرق محدداً وتشرق أحلامي وأيامي المقبلة مليئة بالرحب والسعادة «مؤمنة بذلك رغم حزني»

خطة ١٠ في ١

" بدرية الظنحاني

حين تقرأ العنوان تتساءل ماذا تقصد الكاتبة ! حين تخطط لحياتك تحتاج دافع لتنفيذها تحتاج اشخاص لتشجيعك .. يحبطنا تحدي واذا واجهتنا عقبة نراه جبل عملاق مليء بالصخرات التي تعيقنا للوصول الى القمة كثرت مشاعر الخوف والقلق والتوتر بسبب جائحة كوفيد -١٩ ٢٠٢٠ عام القوة والتميز عام التخطي والانجاز خطط عشر سنوات انجزت بفضل الله في عام واحد فقط عام التحدي والانجاز عام مليء بالتحديات مليء بالصعوبات ورغم صعوبته الا انه ساعدنا إلى الوصول إلى القمة. نعم استطعنا تسلق الجبال وجعلنا عقبة الصخرات وسيلة لتخطينا المسافات نحو الاعلى ،٢٠٢٠ عام عشناه رغم مره الا اننا ذقنا حلاوة النجاح، صنعت منا شخصية تدير الأزمات، صنعت منا اسرة تزرع زهور الامل في انحاء المنزل ،عرفنا قيمة العائلة الكبيرة قيمة الوصال وقيمة وجودنا بالقرب من بعض اكتشفنا اطباعنا وصرنا نتقن الحوار مع بعضنا ، صارت الصحة اغلى مانملكه ، غيرنا عادتنا في الطعام ، عرفنا معنى الهدوء والسكينة في صلاتنا وسجودنا، التأمل والاختلاء بالنفس، عرفنا الامن والامان ،قدرنا تعب المعلم ،امانة الطبيب، جهد الشرطة في توفير الاستقرار، استوعبنا أثر العطاء ومايتركه في النفس اقبلنا على عام جديد شمسه يعطينا الضياء فهمنا الرسالة الحقيقة، عام ٢٠٢١ كانت فرصة لكل فرد استطاع استخدام فكره وذكاءه في ادارة التحديات والازمات في تحقيق أهدافه هنيئا لكل شخص انجز وتميز ووصل الى درجات أعلى فالوعي والتميز .. شكرًا عام ٢٠٢٠ وأهلاً ٢٠٢١ نستقبلك بكل حب وبكل أمل ونرحب بالمزيد من فرص النجاح.

هل من شبيه لروحي؟

" إلهام ناصر

الساعة تشير إلى الثالثة فجراً، ها قد رميت برأسي مجدداً على وسادتي المبللة بالدموع من ليلة البارحة، و بدأت أفكاري تتخبط في رأسي، أشعر بفراغٍ كبير و كأن روحي قد قررت أن تبتر جزءاً منها، أشعر و كأني لا أميل لأحد و لا أعني لأحدٍ من الناس أي شيء، أعتقد أني قد جربت أيضاً على أن أكون في عالمهم ، ماذا لو كان بإمكان أحدٍ أن يدخل لجوفي، و يطفأ البركان الذي يفور كلما بدأت بالنعاس، ليمسح على قلبي إلى أن أغفو، ليمسك روحي قبل أن تتلاشى و يقنعها بجمالها الداخلي، ثم يخرج للعالم و يخبرهم من أنا، ليشرح لهم عن كوني عاشقة للعادات الطفولية، عن تعلقي الشديد بمن أحب و خوفي من فقدانهم، عن كرهي العميق لمن يطعن بكلامه صدري، لمن يبعث الألم في مشاعري كلما ارتفع صوته نحوي، عن غيرتي المفرطة التي قد تصل بي لحد الموت، فهل من أحد يشبهني أم أنني حقاً وحيدةٌ في عالمكم؟!

عادات وقناعات يجب كسرها

" ابتسام آل بصمة

ما أجمل أن تكون حياتنا قرارات ، والأجمل منها عندما يكون القرار (تغيير الذات) ، فطالما نحن نمر بمحطات حياتنا المختلفه، يواجهنا من يُملي علينا مبادئه وقناعاته ونحن نستقبلها ونمارسها ، ونكبر وتكبر معنا على أنها حقائق لاتتغير .. فهل الإنسان سجين لعاداته وقناعاته التي أعتاد عليها !! أم يستطيع أن يُغير ويرسم حياته من جديد ؟ حقيقةً .. أن الجواب يعتمد على الإنسان ذاته وعلى مدى وعيه وقوة إرادته . والعادات والقناعات الخاطئه قد تصبح قواعد حياتيه إذا لم تُكسر وتتغير للأفضل ومن هذه القواعد ... أنه عندما تقرر التغيير فلابد أن يكون التغيير في كل شيءٍ أو أن تقف وتُحبط ، وهذه قاعدة خاطئه .. وإنما أجعل التغيير من مبدأ {Baby Steps} أبدأ بخطوات صغيره حتى نقطة الهدف . لوم الذات وجلدها وإنما كن مُدرباً لها .. فتعامل معها برفق دربها على نقاط القوة من مهارات وقدرات فعززها واستثمرها .. ونقاط الضعف التي تتخلص منها . أن تعيش بين ذكريات الماضي وأحلام المستقبل ، فما الماضي إلا مقدمة لحياتك تنطلق منه لإنجازاتك في المستقبل . لايوجد وقت مثالي وحياة مثاليه ، فلا تنتظر الظروف والوقت المناسب حتى تبدأ تحقيق أهدافك .. بل أبدأ الآن . والداك المسؤولان عما أنت عليه الآن ، لاتستمر بتقديم الأعذار .. بل أصبحت مسؤول عن نفسك . الجمود الفكري وعدم المرونه مع المواقف والأحداث ، بل تعلم أن المرونه النفسيه والفكريه إدارة للذات . أكسر عادة التردد والقلق .. فأنت أشبه بالكرسي الهزاز لن تصل أبداً . أن تنتظر التحفيز الخارجي .. أبدل الإنتظار بأن تشعل شمعة بداخلك تحفز بها طاقتك متى شئت . رسالة للسلبيين والمحبطين ... لايستطيع أحد أن يتحكم بمشاعري إلا بأذني . أكسر قواعد أساليب التربيه الخاطئه .. فالتربية علم وفن واستثمار .. تعلم مبادئه {إِنَّ اللّهَ لاَ يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُواْ مَا بِأَنْفُسِهِمْ} فطريق التغيير يبدأ من العالم الداخلي .

انتماء وهوية

" منار بوحلوفة

يا مجد عانقتك حين لفيتني، ويا نور غمرت بلعق لذاتك، حياة كنت وانتماء صنعت داخل طياتك، أيا لغة الضاد ومالي، مالي أغوث في شعابك ورحابك، لغة القرآن وفي ليلة القدر ثبتت قوتك، وعلى أطراف الكلمات أتأمل الغابرين منك وفيكِ وعلى تفاصيلك، هيام يغزوني بمتعارفك وشواردك. أيا فخرا أسمو لتربعٍ على أطراف لساني حروفك. أما للغات والحروف حويت وضممت لصدرك، وها نحن نتمرغ في خيراتك وأبجديتك. متنفس، مرتع، وأرض للأمراء كنتِ يا عربيتي.

عـام الفـزع!

“ ليلى محمد

لا أحد يعرف مزحة الغياب ولا كيف ستُداويها ، لن ينجح الطبيب في دس القليل من الفرح منه كما فعلت أنا و فشلت ،ولن يفلح الكاتب في كتابة رواية ظلامنا الصامتة لُيحرك شخصياتها الحزينة كدُمى تغزل من وجه الغياب أملاً واهياً ،لن يمتص أرقاً أكل بريق عينيها. لن يتثاءب هذا الحزن ليبتلع أوجاعنا دُفعة واحدة ، الذكريات تزحف من تحت ذاكرتنا كلعنة وظيفتها فقط تجديد الوجع كلما أوهمناها أننا نتعافى ، لا أحد يستطيع احتضاننا كلما زارتنا رعشة الخوف أو تنهدنا تنهيدة ارتدت إلينا كطعنة ، لا أحد يفقه معنى الرحيل كنبينا أيوب ، ولا أحد يشعر بالحزن أكثر من أم موسى على وليدها ، ها نحن نُعانق الوحدة مع أنفسنا خوفاً من التعفن ، و نُعانق دموعنا كل ليلة لنواسي بها أذاننا الجائعة لأصواتهم و كأن هناك من مزق حبالنا الصوتية كي يجعل الصوت فقط يصرخ داخل الجسد المسكون بالفوضى „ لم تكن الغنائم إلا عُزلة و انصهار و بقايا حُطام .. حديث الفقد لا صوت له , لأنسج لك لونه و أُطرز لك صوته ، يُشبه أعمى يصفُ لأبكم لون السماء ، كخائف يُقرع باب رجلاً أصم ، كعمياء تُجيد بأصابعها عزف الأسود والأبيض من البيانو دون أن تفهم شكله ، كقلب من تعلق بالمساجد ببلدة لا يُرفع فيها الآذان ، كبالونة تحاول إبرة مصافحتها ، كلغم تحت أقدام طفل .. أيُجدي الفقد ؟ من أدخل من في دوامة الحزن ، من يكذب على الآخر هل كان النهار إخوة يوسف كي نُكذِب الليل و نُصدقه ؟ أم أن القمر قضم دفء النهار بأسنانه ؟. ماذا إن صُلبت أرواحنا بمشنقة الفقد؟. ومن سيواري سوأة أحدنا؟.هل فهمتم ما يأكل أرواحنا؟. هناك لحظه واحده قادرة أن تكون أقوى ما اتكأت عليه و أثمن ما ملكت و أحب ما تريد الحفاظ عليه .. وحين تفقده تتلاشى كحبة الثلج الكبيرة في بركة ماء..

مـاذا لـو؟

“ نغم الجوجو

عندما نعيش على أرضٍ يموت فيها البشر من السّبغ و البرد وعدم القدرة على تأمين مأوىً ، فمرحباً بك أنت في أرض الظّلم والمقابر . عندما ترى أطفالاً يجلسون على قارعة الطريق ويتفننون في أساليب التّسول مع أنّ مكانهمُ الأصلي في أحضان والديهم و على مقاعد العلم... فمرحباً بجيلٍ جاهلٍ لا يفقه من الحياة سوى التّشرد و الفقر . عندماً تجد أنّ اختلاف الآراء أصبح تهمةً يُعاقب عليها والجملة الشّهيرة التي تقول أنّ « الاختلاف لا يُفسد للود قضية» شعارٌ ورديٌ يُردد وترى بعده أنّ الودّ جالسٌ في زاوية ساحة المناقشة يشهق باكياً من آثار الاعتداءات اللفظية أو الفعلية لمجرد رفض الاختلاف ... فمرحباً بك في زمن تحول الاختلاف إلى الخلاف. عندما يصبح الفساد حِرفةً شائعةً يتباهى صاحبها بأنّه قادرٌ على فعلها و تدليس الحقائق ونهب الأرزاق تحت مسمّى (الذّكاء) ... فمرحباً بك في عالم الأغبياء المتذاكون. عندما ترى أنّ الأشخاص الغير المناسبين في الأماكن غير المناسبة لهم ومع ذلك يرتدون أنف التّكبر والتعجرف وكأن هذا المكان ملكٌ لسلالتهم و يصبّون قلة فهمهم و عجزهم على من يحتاجون أن يأخذوا حاجتهم منهم ليس لأنّهم يستحقون مكان عملهم بل لأنّه لا سبيل إلى نزعهم عن العرش الذي يعتلونه بغير حق .... فمرحباً بك أنت في أرض الفشل. عندما يصبح الدين طقوساً وتقاليداً رجعيةً يمارسها المنغلقون عن العالم ، والتفتح يعني البعد عن الدين و الغرق في مبادئٍ مزيفةٍ لا أصل لها .... فمرحباً بك في أرض الجحيم . ولكن ... ماذا لو تعلمنا أن نزيح غبار الفقر عن البشر ونمد لهم يداً من نور لتنتشلهم من ظُلمتهم .. ماذا لو تعلمنا بناء الإنسان بدلاً من تدميره وهدمه ، وأن نُدخِل الفرح إلى ملامحه البائسة ... ماذا لو تعلمنا تقبل الآخر و استقبال آرائه بقلبٍ مفتوحٍ وابتسامةٍ صادقةٍ بدلاً من تأنيبه و تكسير آماله وعزة نفسه ... ماذا لو كنا نحارب كلّ من يحاول تجاوز القيم والحقوق و استلاب الإرادات بدلاً من الخضوع له والاستسلام لكيده .... ماذا لو طالبنا بتحسين تقويم النّاس و زجّ كلّ من يتشبث بمكان ليس من حقه خارج منظومة البشر إلى حين معرفته صفات البشر الحقيقية ... ماذا لو تعلمنا الدّين القويم والنّهج الصّحيح وطبقناه بما أنّه شامل لكلّ جوانب الحياة ، وكان تفتحنا مُمَثلاً بعقولنا و قدرتنا على فهم الكون من حولنا ... والسؤال الأهم ؛ ماذا لو كنّا بشراً ؟ ماذا لو كنت إنساناً؟

الاختلاف لا يعني المقاطعة !

" وفاء آل منصور

أصبحت النفوس عليلة والقلوب سجينة خلف أهوائها ومطامعها الشخصية.. البعض يثور ويغضب لإثبات ذاته على حساب غيره وملاحقته كي يجعل من المخالف له نسخة مكررة منه في كل شيء.. يطالبون الآخرين بأن يصبحوا طبق الأصل من شخصياتهم وحتى ذائقتهم وميولهم سواءً الأدبية أو العلمية.. اختلاف الذائقة لا يعني المقاطعة وعدم الارتباط بالآخر، لأنه اختلف معنا في وجهة نظره أو ميوله الشخصية، قد نرى البعض يشنّ الهجمات ويعلن الحرب على أقرب الناس بسبب اختلافات بسيطة في الميول والأهداف والذائقة الذاتية لهذا الشخص المناقض له.. كل إنسان له كينونته وهويته وحتى ذائقته الفردية التي تمثل شخصيته بجميع أبعادها ومحاورها.. فالاختلاف موجود والتناقض في القناعات أيضاً له وجوده في محيطنا.. فالتعصب الفكري والسجالات الجدلية بين الأطراف هي نبض الحياة وعبيرها، لأنها الطريقة الوحيدة لفهم الشخصيات من حولنا، فلو سلمنا وأقنعنا أنفسنا بنظرية التغيير والاختلاف في مشاعرنا وأحاسيسنا وكل شيء في حياتنا وحياة غيرنا فلن نستاءَ من اختيارات وانطباعات الآخرين ووجهات نظرهم، بل سنتفهم عقليتهم ونتدارسها في داخلنا بتقبل وتفهم أكثر.. فنحن كائنات معقدة بعض الشيء ومختلفة عن الكائنات الأخرى، ولا أحد يشبه الآخر، فاختلافنا أحياناً قد لا يزيدنا إلا تكاملاً.. يقول (غاندي) «الاختلاف في الرأي ينبغي ألا يؤدي إلى العداء، وإلا لكنت أنا وزوجتي من ألد الأعداء».. لتكن آذاننا صاغية لآراء الآخرين بدون تهميش وازدراء لأقوالهم ووجهات نظرهم، ولتبق أرواحنا متواصلة يسكنها الحب ويعمرها الوفاء.

تحبه حبًا جزيلًا

" العنود الأحمد

تحبه حبًا جزيلًا ولها قلبًا رقيقًا وبسيطا فتفرحه أغنية ما سمعتها وهي ممسكة بيده وكلماته البسيطة قادرة على صنع السعادات العارمة بقلبها ،فالصباح ليس بصباح أن لما تتلقى صباح الخير منه، والأغاني ليست بتلك الروعة أن لم تكن منه ولم يهديها أيا منها، والقصائد لا تحرك بمشاعرها ساكنا إذا جرت على السنة الجميع ولم يرتلها بصوته، وأخبار هذا العالم ليست بتلك الأهمية أذ لم يخبرها بما يحدث حولها ويكونا نقاشا فتصبح الانتخابات محور اهتمامها ،وتصبح أحداث هذا العالم مهمة يصبح هذا العالم عالما حينما يتحدث عنه، والاوقات كلها مناسبة إذا كانت ستلتقيه فالثالثة فجرا تشبه الثامنة صباحا ولا شتان بينهما، فالشمس تكون حيث يكون ،حيث يكون تشرق الشمس وتظهر النجوم صباحا ويسطع نور القمر حيث يكون تكون المعجزات، يضحك قلبها بانزلاق الابتسامة على وجهه، تطفو الافراح على سطح روحها المبهجة، هالتها الفرحة تشع نورا لا شيء قادر على كبح تلك المشاعر والسعادة التي لا تسع روحها فتنتشر على أرجاء وجهها ذو الملامح الدمشقية البديعة المكرمة الرقيقة، حيثما يحط تحط الطمأنينة والسرور والفرح، تصبح الحياة مثالية بل أكثر من هذا، تصبح الحياة نموذجية خيالية خالية من التعب وحده الملموس والمحسوس في هذه الحياة الكاملة، حياة بدأت بالتقائها به وامتدت على سنوات عمرها ، أصبح هو العالم والسنوات والأسابيع والأيام والساعات والدقائق والثواني، أصبحت به أحادية اللغة تتحدث به وتكتب به ،أصبح لغة تخص قلبها بشوارد ومتن لغة كاملة تعبر بها عن ما في روحها من عاطفة ومهجة في نفسها، لغة يجهلها الجميع ويعيها قلبها، أحب الأسماء أسمها إذا ناداها به، صوته الذي يحط على مسمعها بإيقاعه البسيط وكلماته الهادئة كتهويدة هادئة تجذب خيالها وروحها معا صوته العذب يملأها بالرضا فيعيدها طفلة.

المصافحة اللامعة

" نورة عبد الله آل قراد

غادرتني ذات يومٍ فظل الجسدُ خامداً, ذهبت في دجىً من الليل ولم تخبرني عن لحظات ذلك الذهاب ولا عن وجهته ابتعدت آلافٍ من مسافات القياسات الزمنية المختلفة لم تحدَد لي زمناً معيناً واحترمت لها تلك الخصوصيةِ في زمن الكشف المظهرِ كل شيٍ للعلن اخذت في الطواف بما الفت ذات يومٍ الوجودَ فيه . ذهبت الى عالمٍ لا أدرك عنه شيئاً وهي تأنسُ بأدق تفاصيله . اخذت بالابتعاد حتى وصلت إلى منتهىٰ ذلك المكان حيثُ بدأت في كبحِ جماحِ سرعتها وغضِ بصر نزوتها . استرجعت هناك ما كادت معي ان تغفل عنهُ . واجرت تلك المقابلةِ الساخنةِ بالقربِ من خط استوائها وابرزت مآثرِ وجودها وصفت وتصفت من آلمِ هبوطها وعلمت أن لابقاء لها في ماتعلم انه ملجأ وجودها! اخذ الجسدُ هنا في الدخول برعشاتِ سُكر ذلك الفُراق الذي لم يحن وقته الأصل ، واخذ هامداً دون حِراكٍ يرتقب وعلى امل اللقاء! وعندما آن أوان العودة وتسللها من اقصى نِقاط ذلك المكانِ الذي أعاد إلهامها وشحنِ طاقاتها وإيقاظِ ماخُمِدَ من مزايا جمالها وإبداع وصفها وصقل لمعان جوهرها . اكتسبت من ذلك الصعود مالم يكن بحسبان ذلك الجسد . الذي ادرك انه لاحول ولاقوة له دون وجودها. هرعت خوفاً من انتهاء مدتها الزمنية حول خطها المعهود عليها . بدا العدُ التنازلي واخذت تلك النبضات الحائرة بينها وبين الجسد بالخفقان . وامتزج تردد كلٍ منهما بالآخر إلى أن وصلت واتصلت بذلك الجسد الخامد ووقعت تلك المصافحةِ اللامعةِ .. لمع سطوعِ نجمها فأنار خطاً مستقيما من نورِ وبهجةِ ذلك اللقاء . مصافحةٍ لابد من وجودِ العهد بها تعاهدٍ بينهما على ان لايُخل أحدٍ منهما بما أُسدي إليه من مهامٍ ولا يستهين بتلك الرسالةِ الساميةِ التي الصقت كلٍ منهما بالآخر إنه لقاء الروح بالجسد ! وانتعاش كلٍ منهما والوفاء بالعهدِ الذي اوجدت من اجلهِ. واتمام تلك المهمةِ على اكمل واشملِ الأحوال . رسالةٍ ربانيةٍ سامية مضمونها الإيمان الصادقِ بالحب لوجودنا عبيداً للواحدِ المعبودِ . واتخاذ مكارم الأخلاق متممةٍ لتلك الرسالة فينتجُ مزيجاً جميلاً من الحبِ والسلامِ يندرجُ بين ذراته التراحمِ والتآلفِ . فيصبحُ كلٍ منا مدركاً انه لافرق بيننا بني البشر وجدنا من روحٍ وجسد يجبُ ان لاينغمس اي منا في اهوائه . وعلينا بنسجِ حبلِ ذلك الوصالِ بين مكان الروحِ ونقطةِ المصافحةِ مع الجسد فيدرك الجسد هنا انه يمرض . ويشيخُ ويموت . اما الروحُ فلها ذلك الينبوع الذي تتغذا منه كلما اقتربت من الوصل مع الله اللانهائي فتصل بذلك الجسد الى القوة الروحية التي تحررهُ من الآثام والمعاصي .. قال تعالى (وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُم مِّنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا)

كل شيء يأتي متأخرًا لا طعم له!

" ياسمين خضير

الحُبّ، الاهتمام، الاشتياق، وَحتىٰ كلماتُ التبريكات والمُعايدة! ماذا أفعل بِكلامك بَعد مرور تِلكَ الأيام، ماذا ينفعني حُبّك بعد أن كرهتُ الحُبّ! ماذا أفعل بِحديثك الذي كُنْتُ أنتظرهُ بِكُل لهفة وأتىٰ متأخرا! كما يقولون (كُل شيء بوقته حلو) وأنا اقول أن مَرَّ الوَقتُ عَلَيْه أصبحَ مُرّ... لاتجعل الدُنْيا ومَشَاغِلها تسرقك مِن العَيش بِسلام وَحُبّ، أسرق أنتَ لحظاتٌ مِن الزَمَن وأسعد بِها مَن تُحب، لاتنتظر الوَقت المُناسب، مُحْتَمل أنهُ لا يَأتي مِنَ الأساس!، حينها فقط تُدْرِك معنىٰ النَدم وَالحَسرة... أن أردتَ قول أحبك قُلها وإن أحسَستْ بأن هُناكَ كلام داخِلك تكلم ولا تكتُّم أبدًا، أن أشتقت لِشخص أتصل بِهِ علىٰ الفور، أن سمعت أن أحد أحبابك ميلادهُ اليوم اترك ما بَيْنَ يديك وَخذ لهُ وردة وَأذهب لِتحتفل بِهِ، لاتعلم كَم سَيفرحهُ ذَلِك، أشياء بسيطة تقلُّب الحزن لِسعادة، وَتُعطي للحَبيبَ حياة، أزرع البسمةُ علىٰ وجوه مَن تُحب، وإن لَمْ تستطع ازرعها في قلُبهم بِكلامك واهتمامك بِهُم، وَتذكر أن كُلّ شيء يُترك لِفترة يَصبح مُنتهي الصلاحية فَلا تتأخر.

مسلسل حياة

" هبة صالح رزق

إذا كنت ترى أن الحياة غلبتك بقوة أحداثها وأخذتك أعاصيرها بعيداً عن موطن الراحة فلم تعد تتنفس الفرح ولا جدوى لأي مقترح فدعني أهمس لك بشئ اجعله نصب عينيك وهو (لست وحدك) من يعاني ويتألم فبعض بقايا الأمس جارحة ولحظات اليوم عند البعض قاهرة وهناك نفوس لقادم مجهول على الدوام ساخطة. (فلست وحدك) تذكرها ليطمئن قلبك وليسترح بالك بأنّ كلنا نعيش جزء من مرارتها وقد تذوقنا بعضاً من خيباتها لكن تذكر لسنا جميعاً مجتهدين لخلود أثرنا فيها فكن أنت من هؤلاء القلّة الذين لهم دندنة خاصة في مسلسل يومياتهم وسيناريوهات عظيمة خلف كواليس قلوبهم. تعلموا وأدركوا وآمنوا بأن الله سخر لهم الكون كله وهو عدل في قضائه وأقداره عليهم فلن يكلف أنفسهم مالا طاقة لهم وهم بقدرته ومشيئته قادرون على استيعاب كل مايحدث لهم. إنّهم يعيشون حياتهم راضيين بالمقسوم ولم ولن يستسلموا لتلك الهموم فثقافتهم ذات شأن وكل شئ في معادلة الحياة عندهم بقيمة ووزن. ماكتبته لكم ليس مجرد بوح بل واقع أعيشه معكم وحياة أجاريها مثلكم وأقدار وجب علي وعليكم الرضا بيها والعمل بما شُرع لنا فيها. فحان الوقت لكي ننزع عن قلوبنا وشاح الحزن ونُحيي يومنا بالتفاؤل ونجعل لحظتنا ترى النور متوكلين على من يقول في أمرنا كن فيكون. وأخيراً لنبتسم فمجرد ابتسامة قد تُغيّر بعضاً من مشاعرنا نحو بهجة وسرور و وأثرٍ في القلوب يدوم.

عام جديد, أنت جديد

" زيد الحربي

حركة عقارب الساعة لا تنتج الحياة، إنها حركة عقلك, ارم أي كلام خلف ظهرك وسر إلى الأمام تجاهل السلاح المصوب ضدك لا تلقي لهُ بال هذا يجب أن يمنحك القوة ،كل لسان يرتفع ضدك الله سوف يعاقبه, هذا وقتي. حقيقة الأمر مع الجميع هنا يمر التغير لا تخجل من شيء أبداً ،الجميع يريد ان يصبح الأعلى لا أحد يريد ان يبقى كما هو، هنا يجب مع العام الجديد ان اغير نفسي للأفضل ولكن العام الجديد الذي اطمح فيه ان اكون الأفضل ولن ادع عادات الماضي تمنعني لي الوصول للأفضل سنة جديدة أنا جديد يجب أن أتغير يجب أن أطور من نفسي وذاتي يجب أن أحصل على الشغف حتى أكون الأفضل لأني أريد شخص جديد بسنة جديدة بعقل جديد وجسماً جديد، ساحة المعركة الحقيقة هي العقل توقف عن تفكير ما يقوله الناس عنك، لن يتم هزيمتك عن ما يقولونه عنك، لا شيء يعيق طموحك، لا مرضك ،ولا فقرك وبعد مساعدة الله ستحصل على ما تريد, ما أحاول الوصول له عزيزي القارئ: لا تسحب تلك الفوضى الى السنة الجديدة. الهدف: لديك قوة بداخلك إذا علمت أن ما أنت فيه لن يدوم طويلًا، فلا يعني ذلك أن الأمر لا يستحقّ الجهد والعناء والعمل للوصول إلى ما تريد.

قضايا اجتماعية

كيف ممكن للحب أن ينسحب بهذه السهولة!

" مايا الطاهر

بين العديد من الأحاسيس والهول الكبير من المشاعر المتخبطة، توجد زاوية على اليسار معطرة بعبق النقاء والإخلاص، هي مكمن تفوح منه المحبة الأصيلة، تشردُ من دقاته لمسات الدفء، تتزاحم منه طعم الاكتفاء، فكيف لركنٍ صغيرة أن يُحكِم السيطرة على وعي إنسانٍ ناضج؟ فهو «الحب» يدخل فيدمر مراكز الواقع والمنطق، يدخل فتتراكض الحروف وتتساقط عن وصف ما يضج به الداخل، يسلب خيط العقل ليعجز عن إخاطة حروف عدة، يسحب الخوف ويضاعفه ليحوله إلى قلق، أرق، واهتمام، يجعلك أخر اهتمامات نفسك، فما أن باشر بالدخول فما لك غير الصمت والجلوس، هو ومضُ الفرح والنشاط، إنارة للصدر والتنفس، نور إضاءة للعينين، يدخل فيحولك إلى آلي المشاعر، يجعلك تسير من خارطة كبدك، يدخل ويلقيكَ في حفرة ذاتك، تُكبل وتُقذف في طيات نفسك بين حروف عقلك التائهة، لكن هل يمكن أن يضيق الصدر؟ أن تتكحل العينين بالسواد حدادًا على الحب ومنه؟ هل من الممكن أن تُعدَم بسبب الحب؟ أن تترك نفسك له ثم يتخلى عنك؟ هل من الممكن للحب أن ينسحب بهذه السهولة ويستبدل بالكره؟ فما بال العقل المنساب، والمشاعر المنهكة، ما بال الكلمات والفوضى والهدوء، فأين يذهب من أضله الحب وخانهُ؟ في الأصل كيف للحب أن يخون؟ كيف له أن يتحول إلى انقباضات عديدة؛ خوفًا من المواجهة والفقد؟ فإن كان الحب هزيلاً يخشى المواجهة فمن سيقوى على المجابهة؟ فقد تم ترك روحٍ رغم استمرار الحياة فيها، قد بقيت العيون معلقة تتطاير بين الكحل والإنارة، قد تزين الصدر في الزهور المهزولة منها والنشطة، فقد أضل الحب الطريق وبقيت ندوبه المشتتة ... فأي لمسة ستُغير هذه الحرب؟ أي نَفسٍ سيُخرج كم هذا الهواء المحترق؟ فقد زُج داخل متاهة ليبحث عن عقله ويختاره أو يحفرُ في أحشائه بحثًا عن قلبه ليختاره ويعيد خطواته السابقة، فكيف ممكن للمشاعر أن تتخبط إلى هذا الحد؟ كيف ممكن أن تعجز عن نفسها ومنها؟ فأين يذهب من أتعبه قلبه؟ من سُجِنَ بين مشاعره وتلونت عيناه بالضياع؟ فهل من واعٍ قادر على مداواة قلبٍ أنهكه الخذلان؟ هل من أحد قادر على مسح الأحاسيس والذكريات؟ فبعد مضي وقتٍ بعد معارك عدة، بعد الجلوس والإبحار، أعتقد أن حروفي هذه ستبقى مهجورة عن ملاقاةِ إجاباتٍ لها، فكيف حَقًّا للحب أن يكره؟

الدين السياسي٢

" فاطمة حسين

كفانا دمار وحروب الا يمكن أن نتصافح في ما بيننا ولو لبضع سنوات.؟؟ ماذا لو نتطلع لثقافة الشعوب وتميزها والارتقاء بواقعها الثقافي؟!!! سنجد بأن مكوناتها الأساسية هي العناصر التي من شأنها تنشئ ثقافة مميزة للأفراد بأسلوب مُتفرد للعيش بطريقة تحفظ الأمن والسلام لأفراد الشعب ولعل من أهم تلك المكونات هي احترام الآراء والرموز والقيم والأعراف التي تحفظ كرامة الأنسان فمن المعيب أن يعيش مجتمع وهو متقاتل فيما بينهُ لأجل موضوع عقائدي أو موضوع رأي عام أو اختلاف في الثقافة أو الديانة. اما الموضوع العقائدي فليس من المربح أن يتشاجر أبناء الشعب الواحد لأجل اختلافهم على أمرٍ بدأ وأنتهى قبل تاريخ ولادتهم بآلاف السنوات. ومن المخجل أيضاً أن يتقاتل أبناء الشعب الواحد لأجل الآراء فالمجتمعات الراقية والشعوب المتحضرة تحترم بل وتتقبل اختلاف الآراء وتجعل منها أمر مميز فإذا أرادت الشعوب أن تقتل التخلف الحضاري فيجب عليها أولاً وأخيراً أن تتقبل جميع الاختلافات التي تتميز بها. من المحزن أن ترى الديانات تختلف فيما بينها لأجل أخذ منطقها المرجعي للتعايش الديني فالإسلام بعظمتهُ أمر بتقبل كُل الديانات السماوية وأن يكون التعامل معها وفق مبدأ الاحترام والتعايش الإنساني. لذا نحنُ نستطيع أن نأخذ بيد الانعتاق لشعبنا ومجتمعاتنا من هاوية الانحطاط والانحلال الذي يتبنى تحطيم شعوبنا بشرط أن نتقبل الاختلافات بطريقة سمحة و ودودة ومُحِبة فيما بيننا وهذا ليس بصعب بل يحتاج تكاتفنا أيمكن لنا أن نتكاتف لنعش بسلام؟ ولو لمرة واحدة فقط. . وفي الأخير .. الأغبياء والمتخلفين فقط هم من يُخمنون ويثقون بآرائهم كامل الثقة والدراية بل ويحاولون أثباتها واقناع الناس بها حتى وأن كانت هي أراء مغالطة للمنطق فهم من يحاولون أعدالها وأن اعترفت لهم بأخطائهم سيقولون لكَ «أنتَ من تُحاول طمس حُرية المنطق» فنحنُ مُنذ أن خلقنا آراءنا واقعية وصحيحة وقد ورثناها أباً عن جد... اما المتحضرين فهم من يتقبلون الاختلافات العائدة لنمط الحياة في كل تطور يحصل للمجتمعات المعاصرة بشرط التمسك بآلية الحفاظ على حضارتهِ الراقية المرتكزة على الأعراف الأخلاقية والدينية لهُ.

عام خالٍ من البدع

" فرح الخاصكي

في هذا العام الممتلئ بالمفاجآت و الترقب ، أصبح الجميع أكثر لهفة و ترقبا لبدء عام جديد ، بداية متفائلة بعام أكثر راحة و أمانا ، أو لنهاية تطيرا من عام ثقلت موازينه السيئة .. لقد اعتدنا أن نحمل الأمنيات جميعها ، المتأخرة و المستجدة ، بين كفينا ، ننتظر عقارب الساعة الثلاث أن تتحد لتغير رقما واحدا ، هو العناق الثلاثي الذي يقلب روزنامات العالم جميعا على اختلاف توقيتها ، نقلب معه صفحة جديدة في أعمارنا التي تنفذ ، لنخطو خطوة واحدة ننقل فيها كل ما يهمنا من عام لآخر ، و قد نحمل بين طياتها أوجاعا صنعت في قلوبنا وهنا نظن أنه قد يتلاشى مع تغير الأرقام المدونة ! في بداية العام التي تزداد ألقا ، فتزدان المدن بألوان و إضاءات مبهجة فتنتقل كاميرات الإعلام لنقل الاحتفالات بين العواصم التي تتنافس و تباهي بزينتها .. و في الاتجاه الآخر ، تلك الفئة التي تتربص بكل ما يحدث لتطلق وابلا من الأحكام و إقامة الحدود ، لتعطي لنفسها الحق في التقاضي و فرض الألقاب ، إنه تنافس من نوع آخر ، رداء جديد ارتأى أصحابه أن يجلسوا من خلف شاشاتهم ليغردوا ، و لا ندري أي حال يرتدون ! البدعة هي الاسم الذي يطلق على كل شيء مستحدث بحسن أو ضلالة ، لكننا لم نعد نرى من الابتداع إلا ذلك الموجه بزيف باسم الدين ، و كأنهم يوجهونه لاغتيال نقاء السريرة ، و حسن النوايا ! أولئك الذين أبدعوا في ابتداع الأحكام ، الذين جعلوا من أنفسهم شرطة تهرع للقبض على لصوص الفرح و السعادة ، الذين لم يروا من المآسي شيئا ، و فضلوا ارتداء نظاراتهم الشمسية و الاستلقاء على الشواطئ الأوروبية و الأمريكية ، تفضلوا علينا بإطلاق وابل من الأحكام المبتدعة التي تضيق خناق الحياة حول أعناقنا ، في حين أرخوها كثيرا حول أعناقهم ، فنسوا فيم يجب أن يطلقوا زقزقاتهم تلك ! إن المعايدة ببدء عام جديد ، أو تهنئة الأديان الأخرى بأعيادها لا يتنافى مع قيمنا و مبادئنا ، بل إنه يوطد من نبلها و إنسانيتها المبنية على الخلق و السلام ، في حين أن مد اليد للمصافحة و الاحتفال على مائدة أقيمت على بيع القضايا و نحرها و شرب نخب أصحابها الذين يقتلون و يتألمون ، الذين يموتون من شدة الجوع و من فقر الفرح ، الذين كانت رائحة دمائهم أشد فتكا من شجرة الميلاد الجميلة ، و أشد ثقلا في الميزان لو كانوا يعلمون ! لأننا تخبطنا بين عالم مليء بالبدع و بين آخر يغطى بلون أسود عنوانه مكتوب باللون الأحمر و بالخط العريض ١٨+ ، محرم رؤيته لأنه يشهر سيفه في القلوب ، يصفع الضمائر ، و يشوه الصور التي تعودت أعينهم على مغازلتها ، فضلوا أن يبقى بعيدا عن الأنظار و الأبصار ، فينامو قريري العين دون أن يلوثوا مزاجاتهم بأصوات و صور مؤذية ! في العام الجديد الذي نتمنى أن يكون خاليا من البدع ، مكتظا بالسرور و الفرح ، سنغمض أعيننا ، و سنوشوش الودع بأحلامنا ، و سنعلق على الشجر أمنياتنا ، و سنحمل كل شيء إلى الله في قلوبنا و دعواتنا .. كل عام و أنتم بخير

تمرد الحب!

" أمينة سوغي

على كؤوس فاتنات
و تمرد العاشقين علي الحب فارحين
أستورد الورد من أرض الياسمين و عبق الحائرين
أبقي و الباقي في يقين الساجدين
باللون الأزرق و الأحمر تختلط السماوات بالحب
و ينتشر السلام في أرض العارفين
أرض الوجود السارحين
لا أرتدي ذا الوجهين إنما أعترم نفسي بذات النفس
و أبقي علي ذم الفارهين الهائمين
عجزت عن الهوي وشح العشق
و هال المطر بانهمار
و ذا الكلم هجر الرقيق و القلب منغمر
سود الغرابيب صحيح منبثق
و بالصخرة و الأخضر عليها مفترق
إذا الحب طرق بابا و صوت الهمس منغمس
فكيف تتغزل الكلمات بالحروف ؟
و ينتشر العشق والسلام ..

الهاربة (٣)

" خولة الرغمات

-في الصباح . إنني أعبث بالشريط الطبي اللاصق على سبابتي، الشريط رطب.. تبلل عندما كنت أغسل فنجان القهوة هذا الصباح . يبدو الآن رطباً، وسخاً، رغم أنّه كان نظيفاً هذا الصباح، لا أُريد نزعه لأن الجرح عميق. كان نيمار خارج البيت عندما استيقظت، فكرت في الاستفادة من غيابهُ ؛لِكي أعدَّ لنفسي شريحة لحمٍ مع صلصة البصل الأحمر وطبقٌ من السلطة الخضراء، وجبةٌ صحيّةٌ لذيذةٌ! جرحتُ قمة إصبعي عندما كنت أقطعُ البصل، لا بدَّ أنّني ذهبت إلى الحمّام لتنظيف الجرح ،ثم مضيت لأستلقي قليلاً، كانت لارا نائمةً طيلة هذا الوقت، ثم نسيت كلَّ شيءٍ عن المطبخ ؛لأنني استيقظت قُرابة الساعة العاشرة والنصف، فسمعت صوت نيمار يحدّث نفسه. كان يقول إنّه شيء مقّزز أن أترك المكان على تلك الحالة. صعد نيمار إلى الطابق العلوي ليراني ،أستطيع سماع وقع أقدامه على الدرجات.. يهتف باسمي.. قرع الباب بلطف، ثم فتحه قليلاً. مال برأسه جانباً ثم سألني إن كنت بخير اعتذرت من غير أن أعرف عمَّ كنت أعتذر. قال نيمار إن كلّ شيء على ما يرام، لكن يجب أن أقوم بشيء من التنظيف ..يتقدمني إلى المطبخ ،المطبخ في حالة فوضى شاملة، أطباق وكؤوس مكوّمة قرب المجلى، وأغلفة كرتون لمأكولات جاهزة.. متناثرة حول سلة القمامة، وكان على لوح التقطيع قطرات من الدم، وكانت الغرفة تفوح برائحة اللحم النيء. لا تزال شريحة اللحم موجودة على طاولة المطبخ.. بدأ لونها يصير رمادياً...أقف عند الباب أما هو فيستند إلى طاولة المطبخ قبالتي طاوياً ذراعيه أمام صدره. يسألني: «ماذا أستطيع أن أفعل من أجلك؟». لم أجب عليه.. فيهزُّ برأسه ،ثم يصعد إلى غرفة لارا.

كلمة السلام!

" خلود الحسناوي

صُلبنا أمام الشمس وكل الخليقة شهود .. وحمامةٌ بيضاء تُسائلني : أين وطني ؟ صار الموت خلاصا للجميع أبحث عن الدفء .. في عينكَ .. حين يتملكني مرض الشتاء .. كل الخناجر يمكنها طعن الزهور .. كيف الخلاص من الخطايا ؟؟ نحتاج نبيا ، مخلصا ، معجزة الطفل النبي .. لم يأتي بجيش ولم يحارب .. كان سلاحه كلمة السلام ، البراءة ، والمحبة رسالة نحتاجها .. الغفران ، بها نستلهم نعمة الحياة .. حينما تدق الثانية عشر .. سيولد العالم من جديد .. بين العين والعين دمك ذاك الذي يسري في الشرايين .

كوني صحابية!

" سمية كوري

ثم إن من البداهة ألا تنتظري أن يطرق الحب بابك بطريقة غير مرغوبة فيها، كأن يعترف لك احدهم بمدى انجذابه بك، وتقارب افكاركما من بعض، أو حتى ثقافتك السخية، وملامحك السجية، ويحك يا جميلتي فالرجال جلهم يجيدون خلق عبارات الكاذبة، ينسجون كلماتهم من دون أي مراعاة، ولا خشية من مشاعرك التي تهبت في حين الذي تعرفين فيها الحقيقة، اعلمي جيداً بأن استهلاك مشاعرك الطاهرة في غير اوانها هي مذلة لك، وانتقاص من فخامتك، ثم انك لست بمنتهية الصلاحية، ولا أنثى دونية، انت انثى مخملية، وردية الخصال، عفيفة لا تنخرط في مزابل أشباه الرجال، ، ذرة مصونة، فراشة برية، منطقية وجدية لاتهزها عاطفة ولا يؤرقها شيئ سوى أحلامها المقدسة، انت مثيرة للجدل لذلك لا ترضي ان تستهيني بذاتك من اجل عابر سبيل . فلنجاهد أنا وأنتِ وكل نون النسوة على هذا الكويكب، فلنجاهد حتى نجعل الحلال هي الوسيلة الطاهرة لجمع المحبين، ولم شمل الطيبين, دعينا نكون إناث مريمية، فاطمية، بالأصح كوني صحابية.

دثروني - سقف الوطن!

" ريم سليمان الخش

دثروني بخيبتي ودمائي
واندبوني تهيئا لرثائي
دثروني فحبكم كان وهما
كم تعامى عن محنتي وشقائي
* * *

أيّ حبٍ وسقفكم قد تهاوى
فوق قلبي يقضّه في انتشاءِ
لاجتراحٍ وحرقةٍ واغترابٍ
قد رمتني أخوة الأعداءِ
* * *

أي ذكرى وخنجر الحقد يحكي
عن شظايا ومتعة الإدماءِ ؟
عن قلوبٍ تقطّعت دون ذنبٍ
كم تمنّت نقاوة الأجواءِ
* * *

زهرُ بيتي سنابلي وانتمائي
كل زادي فريسةٌ للهباءِ
أي حبٍ وطعنكم في عروقي
وعروش تقتات من أبنائي
* * *

كفنوني بمهجة الكره منكم
وارقصوا الآن بهجةً لفنائي
فوق قبري سينبت الدمع زهرا
سوف يهدي قلوبكم للوفاءِ.

عابرون على وهم المحبين

" رسل السراي

الأشخاص المخفيون عن الجميع ، اين يرحلون؟ أعمق مستويات الألم هو من الأشخاص الذين لا نتكلم عنهم للآخرين ، لكننا ضاجين بهم في كل ركن من اجسادنا، وذاكرتنا، والمشاعر، وكل ماعداهم مجرد وهم يجثو على قارعة ايامنا بملل متخاذل دونهم، لم يكونوا مجرد اشخاص ،ولم نسهر الليالي عبثاً لهم ، فلماذا نصبح على اشياء وهم وخالية منهم وماذكر سابقاً فقط ما آ يلازمنا دونهم ، كمشهداً محذوف من فلم، كـ رسالة ممسوحة من الطرفين ،كـ اغنية سمعناها صدفةً عند سائق «التكسي» ،كـ عابر مر على طريقنا واخذت ابتسامته بقايا قلوبنا ، كـ اماكن تذكرنا بهم رغم أننا لم نلتقي معهم هناك، كـ حديث عابر وهيمن الحنين عندما مر أحداً يحمل اسمهم، لكننا مع كل هذا نعود الى البيت خالين مما ذكر ،نعود وحيدين الى السرير ، نعود وكأنهم لم يكونوا معنا يوماً هل هم «عابرون علىّ وهُم المحبين» أن نبحث عنهم في عتمة الليالي بضجة الاخرون وفوضاهم ، ولانجد منهم شيء ماذا يكلف صوتهم؟ وكم يكلفُ اللقاء بهم على ضفاف «دجلة الحبيبة» يعز على الذاكرة حينما تمرون وتسكنون بها ولا تستطع ان تكون بذات القربِ منكم ، ربما اغاني البعد ،والفقد كاذبة ،لاتظاهي مانشعر بِهِ منهم، وأين الأقدار منا لماذا تكون صامتةً هكذا كأننا هوامش على أسوارها، كأننا لم نكن يوماً أحباباً لهم، يعتقد الآخرون من العامة أن كلمة «غرباء» هي مصطلح يطلق على الناس الذين لانعرفهم على العابرين، على الذين تجمعنا معهم احاديث قليلة ، على عامة الناس السطحيين بقائمة الحياة ، لكن الحقيقة اغرب منهم هم «الاحباب» بعد الفراق لايجمعهم سلامٌ ،ولاطرقات ،ولا حديثٌ عابر،ولا أغنية نبادل بها الحديث!! ربما اختصرها «رائد جورج « «ذكرياتج تسكن بكلبي الحزين، والحزين صعبة يلگالة دوه» ياس خضر»مرينا بيكم حمد» هيثم يوسف»حنيت الك» إسماعيل الفروجي»شمعنى انتِ» فؤاد سالم»موبدينا» محمد عبد الجبار» تانيتكم» قاسم السلطان» أسالي عني الليالي» حاتم العراقي» وحشتو العيون» مهند محسن «محتاج اطير ويه الهوى» جميع هذهِ الأغاني «للحنين، والانتظار، والحزن « لكنها لم تكن كافية لأوجاعنا، ولا كوابيس هذهِ الايام الخالية منهم ومنا ، فلم نكن يوماً من دونهم الا سرابٌ ولم يكونوا يوماً الا وهمٌ .

لم أعد أعرف من أنا؟

" جمال الأغبري

تهت مع الوقت وتعثرت..
وسقطت في دوامة لا تنتهي..
عشت قبل ذلك
أخطو خطوتي..
لم أكترث أبدا ويومي
صابح ماسء..
أعش فيه ومستقبلي
مع الوقت يمضي..
لم أستعد له وأنا
عنه غائب شارد..
هكذا كنت واصفا لحالتي..
لكنني عندماتيقنت دنيتي..
صرت لم أعرف من انا..
وما طريق حياتي
الذي ارتسم..
كيف سأكمل مسيرتي؟؟
وإلى أين سيقودني استهتاري؟؟
ربما تتضح الرؤيا أمامي..
أو أنها بالعتمة تأخذ ألواني..
كيف أستعيد بريق عالمي؟؟
ماذا فعلت؟ ماذا صنعت؟؟
ماذا عملت لغد
يكمل لوحتي؟؟
كل هذا وما بداخلي من
أحزان لا زالت تنزف..
تجرني وتتركني تارة
ثم تأتي مهرولة..
زاحفة طالبة لي دائما..
ربما صدر يالعريض أعجبها.
أو حضني الدافئ يستهويها..
أو وسامتي ولون بشرتي
الأسمر يسحرها..
أو ربما طول صبري وقدرتي
على كتم سري يجذبها..
هذه حياتي والوقت
من حولي ينفذ..
لا حيلة، ولا قوة
تستطيع انتشال جثتي..
مهما فعلت فإنني في
مستنقع وحل أعش..
لذلك لا زلت تائها غير حاضر..
ولم أعد أعرف نفسي من أنا..

ملكة

لفتة أدبية

" هبة أبو زيد

أنا أكبر طفلة في العالم
أنا ملكة قلبك وعيونك
تحيينى بنظره أو همسه
فيدق القلب كمجنونك
وأنا من قبلك لم أحيا
وحياتى قبلك أوهام
اسمعها أغنيه كاظم
احياها بمنظر أفلام
أو أهرب من هذا العالم
أو حتى أكلم أصنام
أنا فى عينيك لم أكبر
وبين يديك لن أكبر
إن ضاع العمر وشاب الشعر
فلن تغدر ولن أغدر

بين القصائد العابرة..

" عبد القادر زرنيخ

بين القصائد العابرة على دروب السكوت
أرسم إنسانيتي بلا وطن بلا روح تحيا بهوية
بين الفصول العابرة أكتب الإنسانية بوهم على صدور المنابر
فلا إنسانية أنصفتني ولا دموع الوطن
بين الحروف العابرة أبحث عن حريتي الزائفة
فلا شريعة تأويني ولاحتى الكتب المارقة
من أنا بين الذوات العابرة لا أعلم الذات من السافرة
سأبقى بحروفي كالمقدام وإن كان البقاء للوجوه الزائفة
بين الحدود العابرة ألملم ذاتي من الشتات الذي لا تعيه العابرة
أكتب الإنسانية بدفاتري لعلي أجد روحها المسامحةبين الأوطان العابرة
أبحث عن هويتي الممزقة أمام القوارب المفككة
أبحث عن قلادتي على الصدور العارية الممزقة
أين هويتي بين الشعارات المنمقة أين أمجادي بين النداءات العابرة
هو المجد لمرآتنا ونحن تحت الخبز ننتظر بين الكتب العابرة
أبحث عن كل العناوين الصامتة عن الكلمات الواهمة
لعل الوهم ينصت لجوارحي فأنا من إنسانية مشردة
بين الأقلام العابرة أجمع الحبر من دمي فقصيدتي من جرح الغد
ألملم الحروف من الكبد فحروفي برياحها متعبة بين العصور العابرة
أبحث عن التاريخ كي أخبره بطيورنا المكسرة
فلاجناح يحميها ولا عش الإنسانية المظللة
من أنا والتاريخ أمامي دواة ومقلمة
أنا الشمس وإن طال ليل الغيوم بالمقلمة بين الأرصف المتعبة
أبحث الإنسانية العابرة أرسم الأرواح المتعبة
بين الخواطر العابرة وهمس الحروف الساهرة
أنتظر ولادتي بين رسالة تمجدني وأخرى تبتهل بين الدفاتر العابرة
أقرأ الخلود خلودي والوطن بين الحروف قصيدتي
أنا المعذب خارج الحدود كعصفور مزقت أعشاشه
بين الحريات العابرة أبحث عن حقي بإنسانيتي بين الرجال والصغار
لعلي أبكي كطفل الثامنة وأضحك كرجل الخامسة
فلم أر رجل الثلاثين ولا حتى الأرقام من كبريائها
بين الحدود العابرة أبحث عن حياة لا تقيدني بفقر يمزقني
ولا قيد يكسر أقلامي بين الخيول المتعبة
فهويتي حمراء بين الألوان المرهقة

يا قلب ماذا؟

" صالح الكناني

كل القلوب .. تعلمت فينا الدجل
يا قلبُ ماذا .. ثم ماذا نحتمل ؟
لم يختلفْ .. ظنٌ وشكٌ زائفٌ
عن واقعٍ متصدعٍ .. سئم العمل
توفي الوعود وعودها .. لكنها ..
حسب الذي .. لليدِّ أغدق بالقُبَل
قد قيل .. من جدَّ وجد ..
فما وجد قد قيل ..
من زرع حصد .. فما حصد
قد قيل .. قُم للأرضِ ..
فابني سماءها كي تلمس الغيمَ ..
فيهطلُ بالبَرَد قد قيل ..
في زمنٍ .. يقدِّسُ عِلمهُ
فتعلَّم الأطفالُ .. أن لا يأس في الأمل
لكننا .. وكما لنا .. قد قيل ..
لا شيء لنا إلا الذي يرضى به ..
ربُّ العمل فاعمل كما شئت ..
فإنك واقعٌ في سجن من تعمل له ..
وبلا كلل كل القلوب ..
تعلمت فينا الدجل يا قلبُ ماذا ..
ثم ماذا .. نحتمل ؟

لبنان الفراغ

ريما شهاب

منذ عدّة أيام وأنا أفكر بشيء غريب « كيف أستطيع أن أحمي ذاكرتي وذكرياتي من الاندثار في ظلّ كل ما أعيشه اليوم» حتى إنّي أريد جداً الاحتفاظ بذكرياتي الحزينة والصعبة فهي جزء مني أحبه بقدر ذكرياتي السعيدة وربما أكون أكثر تحيزاً لها وتقديراً لأن الحزن والصعاب هي دافع أساسي للتفكر والبحث في الذات وما حولها، لنقل إنها السبب الأكبر بما أنت عليه اليوم. ربما ما جعل هذه الفكرة تشغل حيّزاً من وقتي هو شعوري بالتغيرات الكثيرة والسريعة التي عشناها ولا زلنا نعيشها في آخر سنة. الأحداث باتت غريبة ومزعجة وتشعرك بانقلاب سريع لكلّ ما فيك، لنقل أنها سنة لا تشبه شيئا مما عشته طوال الأربعين سنة الماضية. لقد اجتمعت الضغوطات علينا، بداية من الثورة المحقة على هذا النظام المهترئ مروراً بجائحة كورونا فالانهيار الاقتصادي وصولا إلى الانفجار الكبير في ٤ آب، استيعاب مخلفات كلّ ما نعيشه اليوم ليس بالسهل على أي كائن حي ويصيب الأرواح قبل الأجساد في العمق. صحيح أن الحياة في لبنان لم تكن يوماً سهلة وبسيطة وكنا كمن يحيا بين حربين الأولى صاخبة والأخرى باردة، ولم نختبر حياة الأمان والسلام إلا لأيام قليلة وربما إن سألت اللبناني ما طموحك في الحياة سيجيبك حتماً « الرحيل إلى مكان يؤمن لي ولعائلتي الطمأنينة للغد»، رغم كل شيء ذكر هنا كنا أفضل من الآن. ما أشعر به اليوم ليس « عدم الأمان « الذي يشعره كل مواطن هنا في هذه البلاد «الشرخ أوسطية». أنا بتّ أشعر بتراكم غريب داخلي بشيء يشبه «الفراغ « وأخاف من أن يمتد هذا الفراغ إلى ذاكرتي وذكرياتي ويجردني منها ومنّي. شتان ما بين لبنان ما قبل العام ٢٠٢٠ ولبنان ما بعده.

هل سنصبح دمى بشرية؟ (١)

آلاء عقيل

هل فكرت مسبقًا إلى أي مدى يسعى العقل البشري للوصول والتطور بالتكنلوجيا؟ هل تخضع التطورات البشرية لمسائلات أخلاقية بشرية وانسانية؟ أم أن التطور التكنلوجي الآلي طغى على الحس الإنساني البشري؟ منذ فترات قريبة يكشف رائد الأعمال العبقري ايلون ماسك عن تطور تقني لم يسبق له مطلقا، وهو عبارة عن شريحة تُزرع في الدماغ ويتم التحكم بها لاسلكيًا عن طريق حاسوب أو جهاز يمكن من خلاله برمجة مجموعة أوامر لتنفّذها الخلايا في الدماغ عن طريق تحفيز شحنات بعض الناقلات العصبية المطلوبة. كما هو معروف فإن هذه الشريحة ستُحدث نقلة في مفهوم التكنلوجيا كونه سينتقل من مجرد معين جانبي وخارجي للإنسان إلى جزء مادي داخل العقل البشري. من الجدير بالذكر أن اسهامات هذه الشريحة سيكون بارزا في المجال الطبي والصحي من الحياة البشرية على وجه الخصوص، فبواسطتها يمكن معالجة أمراض مختلفة كالصمم والشلل والارتعاش وضعف الذاكرة وغيرها من المشكلات وكذلك المشكلات الصحية النفسية كالاكتئاب والتوتر والقلق وغيرها. فبهذه الشريحة بمجرد ما تشعر بالحزن مثلا، يمكنك أن تعطي أمر للشريحة من الحاسوب المعرّف لها لتحفيز الناقلات العصبية المسؤولة عن زيادة افراز هرمون الدوبامين وانتهى الأمر. لوله يبدو الأمر جنونيا وخياليا جدا ولكن الأسئلة التي يجب أن نسألها بهذا الصدد، ما الآثار المترتبة على الأخطاء المحتملة لهذه الشريحة في العقل البشري؟ هل هناك ضمان تام بأن هذه الشريحة مستبعدة تماما عن أي تدخل سلبي وعواقب أي عطل داخلي أو خارجي؟ ماذا لو تم اختراقها واللعب ببرمجياتها؟

المداواة بالطبيعة

" شيخة الخزيمي

إن جرعة يومية ولو قليلة من مصادقة الطبيعة واحتضانها كفيلة على تهدئة وتحسين نفوسنا واسترخاء أجسادنا ، لأننا في الأصل نشأنا فيها بصفتنا بشراً، جميعنا يعلم بالغريزة الفطرية التي تدفعنا باحتضان الطبيعة بالاستجمام بجمال وألوان النباتات والأشجار والجبال ، والاستمتاع برائحة التربة الرطبة والورود الزاهية والتغني بأصوات العصافير المزقزقة واستنشاق الهواء العليل المريح . من منا لايحل السكون في نفسه عندما يجلس على شاطيء البحر مستمتعاً باستمرار قوته وبصوت الأمواج الهادئة ؟ أو من منا لا يهتدي بمتعة الجمال عندما يحدق ناظريه إلى السماء مستمتعاً بصفائها وحلاوة غيومها وبروعة اتساعها ؟ تعميق علاقتنا بالطبيعة لا يشترط خروجنا لنزهات إلى حدائق مجهزة بمعدات كامله ولا يشترط كذلك خروجنا إلى شاطيء بحر أو إلى رحلة برية ، بل يتم ببساطة في جلوسنا في أحضان الطبيعة ولو في حدائق منازلنا المتواضعة لبضع من الوقت أو بتأمل جمال الطبيعة من حولنا، مع وعي ذواتنا بحضور عقولنا والارتقاء بها فوق الفكر العادي بقوة الاتصال بالمكان لتذوق جمال الطبيعة بكل أنواعها مع استشعار إبداع الخالق وجمال المخلوقات . ومما لاشك فيه إن الوقت النوعي الذي نمضيه في تذوق جمال الطبيعة يمثل علاجاً فاعلاً قوياً ضد التوترات السامة التي نتعرض لها في حياتنا ، إنها حقيقة علمية ، نفسية ، اجتماعي ، صحية ، ثبتتها لنا عقولنا وأنظار أعيننا عندما عانقنا جمال الطبيعة بمناظرها وشم روائحها اللطيفة والتأمل بروعتها واستنشاق هواءها والتعظيم لخالقها جل شأنه . إن التطبيب بالطبيعة بعد إثراء إجهاد العمل وإدمان الأجهزة الرقمية والضغوطات الدراسية الشديدة ، وتأثر الأدمغه بالكآبه بين الجدران المغلقة ، يعتبر علاج سهل بلا تكاليف مادية وهوعلاج التفاعل مع الطبيعة . ما أجمل ملامسة الأرض مشياً حافياً على الأقدام ، فيها تنشيط وتحفيز للمراكز الحيوية ، وتخليص من الشحنات السلبية والتوتر والإجهاد . ماذا لو دعمنا مراكزنا الصحية بمساحات مرتبطه بالطبيعة تمثل عيادات صحية تساعد في استشفاء المرضى وإسعاد الأطباء . يامن تقرأ.. في غاية الأهمية في قاموس سياسة الصحة العامة يعتبر من أولويات حياتنا ضرورة الارتماء دائماً في أحضان الطبيعة ولو بجرعات قليلة نمارس فيها قوة الاتصال بجمال الطبيعة وتذوقها .

معنى الشّجاعة

" مشاعل القرني

الشجاعة ليست علمٍ يدرّس
ولا فن ويُرى على لوحاتِ فنان
ولا حتى شيئا يُلبس وتغطى به الأبدان
الشجاعة صفة لابد التحلي بها
فهي القوة والجرأة في سبيل السلام
من تحلّى بها صنع لنفسه درعاً لايُهزم
ومن تصّنع الشجاعة فسيخسر قليلاً
أما من تخلى عنها فهو حتماً مهزوم
وللذل والضعف سيكون .
الشجاعة أقامت أقوام وأقوام
وأماتت أضعاف ماقاموا..
كان شجاعاً قوياً ودرعه لم يُهزم قط
وهزيمته الوحيدة عندما قرر دون وعي
أن يغرق ولم يجد من ينقذه.
لأنه وببساطة لم يغرق إلا بعينيها
وعند حبها خسر كل المعارك التي خاضها وأثبت
فيها شجاعته. كان شُجاعاً بحق ولكن ليس بقلبه..