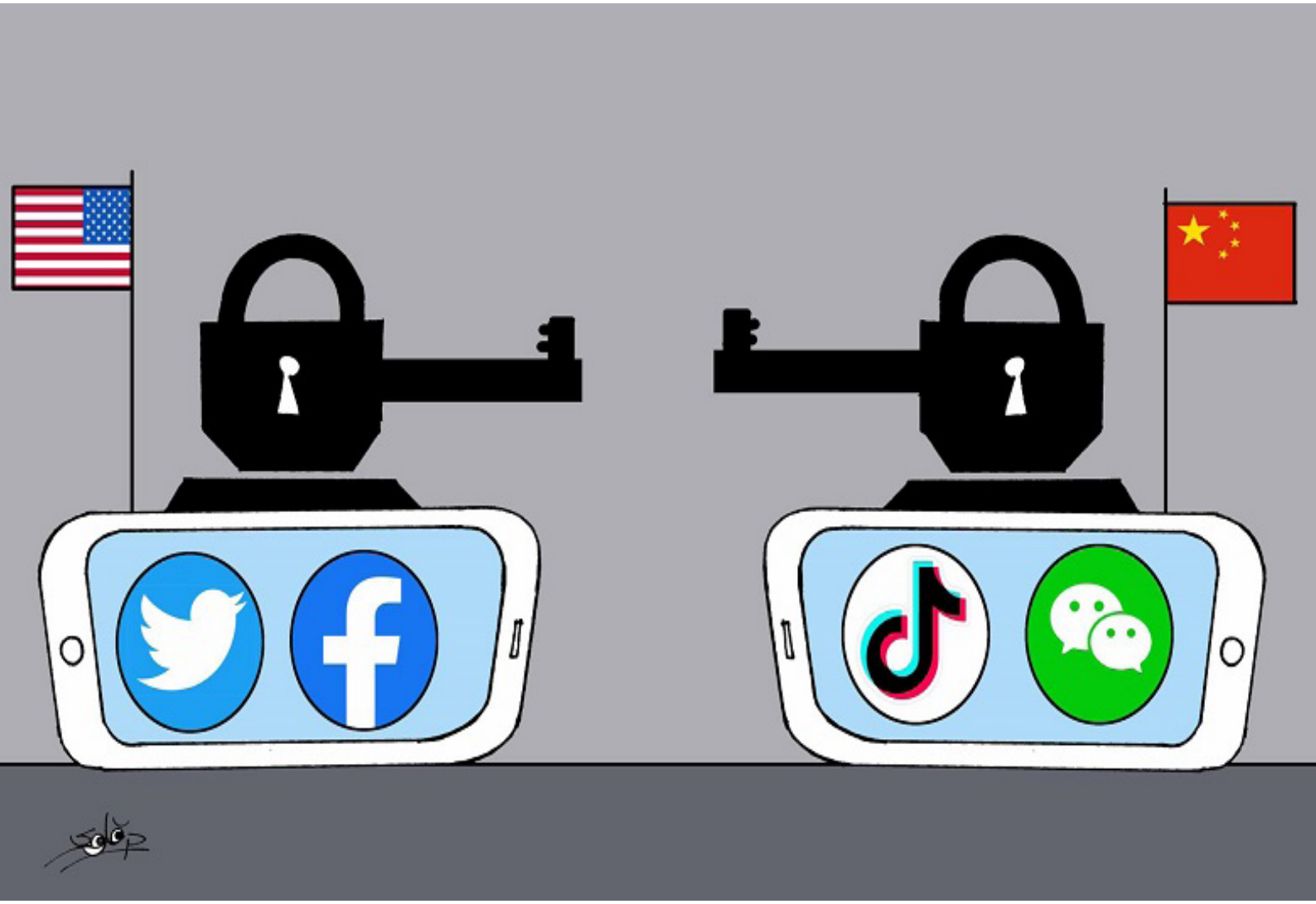
العدد
52

صحيفة إنسان
صحافة حرّة وإعلام هادف لكلّ إنسان



اقرأ في العدد 52 من صحيفة إنسان:

مساعدة الآخرين استغلال أم فطرة؟
بقلم : مصطفى طه باشا 3

جحيم حتى الانتحار
بقلم : نصرة الأعرج 4

الثقافة الإبداعية
بقلم : نوف الحضرمي 5

الهروب من الكوكب!
بقلم : فرح الخاصكي 12

ربحت وصال الحب
بقلم : ريم الخش 14

السلام الداخلي لتحقيق السعادة
بقلم : شيخة الخزيمي 18

والعديد من المواضيع المفيدة والقيّمة

أسرة صحيفة إنسان

المدير العام ورئيس التحرير : أ. مصطفى طه باشا

كُتاب السعودية

أ. زينب الجهني
أ. الهنوف الشامي
أ. مروة الدوسري
أ. نورة عبد الله
أ. ريم ساكو
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. سارة فراس
أ. رسل السراي - أ. عائشة الأديب - أ. فاطمة حسين - أ. خلود الحسناوي - أ. نور عبد علي

كُتاب ليبيا

أ. دعاء الشيخي - أ. سالمة عبد الله

كُتاب مصر

أ. هبة أبوزيد - أ. جنة بدوي - أ. آية محمد حلمي

كُتاب سلطنة عمان

أ. جمال الأغبري

كُتاب اليمن

أ. ليلى محمد - أ. آلاء عقيل

كُتاب فلسطين

أ. ندى دخل الله - 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

كلمة العدد

مساعدة الآخرين .. استغلال أم فطرة خيّرة؟

" مصطفى طه باشا

تعوّد مجتمعنا على أخذ المواقف بنية سيئة وتحليلها بشكل سلبي، وخاصة في مسألة مساعدة الناس وقضاء حوائجهم، فالله تعالى خلق البشر وصنّفهم في درجات متفاوتة فيما بينهم، فالبعض رزقهم كل شيء، من مال وبنون وترك البعض الآخر بحاجة البعض، كي يسود التكافل الاجتماعي والمودة والرحمة بين البشر.

مجتمعنا حوّل هذه المفاهيم لعوائق وحفر سلبية سادت في عقول الناس، وسيطرت على تفكيرهم فأصبحت مساعدة الناس وقضاء حاجتهم من ضمن المصالح وسادت عبارات مثل « لا يَتذكرني إلا عند حاجته » « فلان مصلحجي « لو عدنا لزمن الأجداد وحتى ما قبل الإسلام، لوجدنا نفس المواقف ولكن بمفاهيم مختلفة، فمساعدة وقضاء حاجة الناس، كانت ضمن شيم الرجال الكرام، وتدل على أصالة من يقوم بها وكانوا يتسابقون لإغاثة وتلبية حاجات الناس، أما اليوم فقد اختفت هذه المنافسة وتلاشت هذه المفاهيم والقيم وبقيت حبر على ورق، وساد مجتمعنا الخمول والتكاسل من ناحية التضامن والتكافل الاجتماعي، وقد تتعدى في بعض الأحيان لوصف من يقوم بمساعدة الناس وقضاء حاجاتهم بالغبي والساذج وسهل الاستغلال، وأنه على نياته - بمعنى أنه يسهل استغلاله - متناسين الفطرة البشرية الخيّرة التي جُبل عليها الإنسان، في حب الخير ومساعدة الناس.

مجتمعنا بحاجة لإعادة برمجة مفاهيمه الفاسدة والسلبية التي سيطرت على كل مناحي الحياة، فلو تحررنا من السلبية والفساد الفكري، لاستطعنا المُضي للأمام بشكل أسرع، ولتركنا خلفنا قواعد وأرضية راسخة ومتينة، لا يمكن هدمها ومحوها بسهولة.

فعل الخير وخاصة مساعدة الآخرين ليس غباء ولا سذاجة، هو من ضمن عادات وقيم العرب والإسلام، لذلك يجب إحياء هذه العادات ومحاولة بثها في مجتمعنا الحالي، عن طريق برامج ونشاطات ومشاريع، وفي كل المجالات وخاصة في المناهج الدراسية والمنابر الإعلامية، لأن مجتمعنا يعاني من التفكك الاجتماعي والتدهور القيمي، وهذا أمر خطير في المجتمع ويجب تدارك هذا الأمر.

جميع المجتمعات في الكرة الأرضية; عندها ثوابت لا يمكن اختراقها، فهل سنستطيع بهمّة شبابنا وخبراتنا، إعادة مجتمعنا إلى ثوابته الخيّرة، أم سيبقى مجتمعنا يعاني من الخمول والتفكك الاجتماعي؟

جحيم حتى الانتحار

" نصرة الأعرج

سنظل نتذكر ذلك اليوم الذي قررت فيه نهاية حياتها، عندما فكرت جديا في الانتحار بعدما رأت أن المستقبل الذي ينتظرها ساقط بكل معانيه وان الحياة جحيم ، وانه لا يمكنها العيش بها كسيدة ذات قرار أو ام اطفال هم جزء من خلاياها فأنكروا لها حتى وجودهم قربها لتقرر فيما بعد اعطاء ظهرها للعالم كله وإغلاق باب العتمة والظلم ولتهرب من مجتمع ذكوري قاس ولتضع حد لهذا العذاب حافرة قبرها بسم تجرعته بكل إصرار معلنة الرحيل عن هذا الواقع متجاهلة ما اقترفت يداها من جرم بحق نفسها وأطفالها الذين هم بأمس الحاجة لها كل وقت. ميساء الامرأة السورية التي انهت حياتها انتحار تضاف إلى قائمة الملايين من النساء اللواتي وضعت حد لحياتهن نتيجة التعنيف الذكوري الذي كان يحاصرها فتكون في النهاية مذنبة قاتلة لنفسها كالبقيات فهل العنف يجعل من المرء شخص مغيب يركله الموت لمصيدة فقدان العقل والتفكير فيمتلك قرار بقتل نفسه؟ ولماذا يحدث ذلك ؟ وكيف هنا للقضية أن تناقش ؟ وما الذي دفع ميساء وغيرها بارتكاب فعل آثم كهذا ؟ لماذا إلى الآن لم تأخذ تلك القضايا على محمل الجد ؟ ولماذا كل قضية تكون ضحيتها أنثى تغيب ويصب اللوم عليها وتقذف بالسنة حادة من متدين بان الانتحار حرام ومن منتقم وحاقد بأنها فاجرة ومن المجتمع بأنها انهت حياتها لأسباب يصنعها فيلصقها لها لانه مجتمع قزم ولما تلك القضايا الى الآن لم تخرج من صفحاتها للنور فيكون القاتل هو المحرض بغض النظر عن جنسه الضحية فميساء مجرمة قاتلة لنفسها ومذنبة لكن من دفعها لارتكاب هكذا فعل مرعب رغم يقينها بعواقب فعلتها امام الله أليس هذا ما يستدعي الوقوف عنده والتقصي عن تلك القضية بكل جوانبها وعن القضايا المماثلة لها لماذا إلى الآن لم تضع واحدة من تلك القضايا على طاولة النقاش . او ليس هذا اجحاف وتهميش واهمال وعنف للمرأة !!! فلتنصفوا قاتلي أنفسهم

وأد البنات

" الهنوف الشامي

كانت بالجاهلية توأد البنات حتى جاء الإسلام وحرم وأدهن عن المغيرة بن شعبة قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((إن الله حرم عليكم عقوق الأمهات ووأد البنات...)) قال النووي: «وأما وأد البنات فهو دفنهنَّ في حياتهن فيمُتن تحت التراب، وهو من الكبائر الموبقات؛ لأنه قتل نفس بغير حق، ويتضمن أيضًا قطيعة الرحم، وإنما اقتصر على البنات لأنه المعتاد الذي كانت الجاهلية تفعله» وأد البنات رغم تحريمه إلا انه لازال في الوقت الحاضر موجود أخذ شكلاً آخر، وهو أسقاط الحامل لحملها بعد أن تعرف بأنها حامل ببنت عن طريق الكشف بواسطة السونار. حيث انتشر في بعض المناطق التي يتم فيها تفضيل الأطفال الذكور عن الإناث، وهناك مجتمعات لاتزال توجد بها هذه الظاهرة مثل جمهورية الصين الشعبية وباكستان والهند، وتطور عندهم الوأد واصبحت تجهض وترمى بعد معرفة جنس المولد بأنه انثى أو تهمل ولا ننسى الجريمة التي هزت الهند الزوج الذي هاجم زوجته وشق بطنها لمعرفة جنس المولد مما أدى إلى إصابتها بجروح خطيرة ومقتل جنينها ، وحبس زوجها حيث أن الزوج كان يريد جنس ذكر ولايريدها انثى وكانت بينهما مشاجرات سابقة بسبب هذا الموضوع وقال شقيقها جولو سينج إن الاعتداء وقع بسبب رغبة الزوج في معرفة جنس الجنين، وللزوجين خمس بنات. ووفقا للتقرير الذي ذكرتها بي بي سي العربية أعده صندوق السكان التابع للأمم المتحدة أن ٤٦ مليون بنت اختفت في الهند في السنوات الخمسين الماضية. وتشهد الهند قتل ٤٦ ألف أنثى كل عام بطريق الإهمال المتعمد للمواليد الإناث عقب الولادة. وورد في تقرير حكومي صادر عام ٢٠١٨ أن الرغبة في إنجاب مولود ذكر أدى لإهمال ٢١ مليون مولود أنثى . وورد في التقرير الصادر عن وزارة المالية أن الأزواج يستمرون في المحاولة حتى إنجاب مولود ذكر. وهل سيدركون الأباء أن الله وحدة يخلق مافي الأرحام وأن البنات هن المؤنسات هل سيعطون الانثى حقها في المعيشة والعلم أم انها ستنتهك حقوقها.

الثقافة الإبداعية

“ نوف الحضرمي

درة مكنونة بالشغف والحلم كن زاهد بفكرك لتبدع وتفنن في طريقة إرسال اطباق من افكارك على وجهه كامل ومبسط جدا أفكارك اولا تطبع في عقلك وبعد ذلك تعجن في الفرن الإبداعي وتخبز الافكار وتظهر بطريقة رائدة وتمنح المفكرين فكر ناضج بأسلوب ابتكاري, تذكر أي فكرة تطرحها في عقلك ستبدأ رحلتك الاولى من هنا من نقطة البداية لتصل إلى اللا مستحيل وينطلق حلمك وشغفك. كيف سوف تبدع وأنت لا تحرك القطعة الموجودة في عقلك بتمعن جرب وحاول تحريك افكارك لتصل الى نقطة اللا مستحيل ابدأ صباحك بنمط جديد, بأفكار واسعة امتحن قدراتك واصل إلى طريقك وكن متأكد فكرتك اسلوب عالمي ومحفز ولا تستهين اي فكرة تخطر في بالك من خلال القراءة والكتابة سوف تخطر في بالك مشاريع رائدة وتبدأ بمشروع مربح ذو فكر إبداعي, الطريقة الأولى عندما تقرأ كتاب في مجال الادب والفنون الإبداعية بالطبع سيأتي ذلك الطبق المغطى بالأفكار هنا يحتاج منك ان تزيل الشوائب الغير ضرورية وتنطلق بفكرة عالمية مثال قرأت رواية تدور احداثها عن الطابع الأثري وكيفية محافظة على المقتنيات التراثية من هنا سوف تخلق لنفسك بيئة روحانية بالإبداعات المعتقة برائحة الطموح والشغف.

فلتأتـــي!

“ إلهام ناصر

وصلت المقهى في الساعة الخامسة إلا ربع، ف أنا أعرفك كم أنت دقيقٌ في مواعيدك، تصل في كل مرة في السادسة تماماً دون أن تتأخر لدقيقة واحدة ولهذا قررت هذه المرة مفاجئتك بانتظاري لك على عكس ما يحدث كل مرة، سأطلب قطعتين من الحلوى كالعادة و كوبين من القهوة واحدة بدون سكر و الأخرى حلوة لي، أممم أو سأستجيب لتنبيهاتك الدائمة بسبب وضعي للكثير من السكر و سأطلبها هذه المرة بدون سكر مثلك. و سأطلب من النادل ان يدير المذيع لنستمع لأغنيتنا المفضلة... هههه لقد أنهيت قطعتي الثالثة للتو دون أن أشعر، و يبدو أنني سأطلب أخرى، لابد أن تأتي قبل أن ألتهم الرابعة.. ولكن الهدوء عم فجأة هنا، و النادل أعتذر عن تقديم طلب آخر بسبب اغلاق المطبخ. تبًا! الساعة تشير للعاشرة مساءً، كيف لم أنتبه! لبست معطفي، طلبت سيارة الأجرة و انصرفت .. يا ترى أعساك وصلت للمقهى الآن بعدما رحلت أنا! ستتصل لي بالتأكيد إن وصلت أليس كذلك؟ أو لربما ستشاركني أحلامي كما كل مرة لتعتذر عن غيابك..لا يهم المهم أن تأتي.. كيف ما كان، أين ما كان فلتأتي..

أيا ليالي الهوان!

" منار بوحلوفة

أيا ليل الهوان متى يحين وقت انقشاعك؛ ويا فجر القوة نشتاق لطلوع نهارك، ويا أمة قلبت لغين ألف إبائك وتسمر جندك لوقع تحول خاء لقاف في فخرك، وعلى وقع حاء نقر أعدائك تشرب متصنع الود من مائك ودمائك، أيا ليالي الملاح آن لسفننا ان ترسو بمينائك، ويا غيمة الأمل ننتظر هطول امطارك، ويا بسمة الشفق متى يطل نورك، وعلى صفحات المزابل نأسى لتسجيل اسمائك وبماء الخنوع وضادها عرفت حروفك، آسفة والتأسف ممتعض، باكية والبكاء ملوح، من وقع باء الخيرات وبعثرة حروف الآمال، وبخيوط الحرير وقع عقدكم والراء ميم وقاف كما تشاء انتقاءاتك، بابتسامة الحضر والبدو ولعين يتسنى استبدال بائك. تعلن الابجدية تمردها على قاعدتك، هذا ما يحدث بعد منفى علماؤك في لجج السراب الطارق لآخر حرفين من اسمك والفار من ابجدية صديقتك. مهلا فحتى الأبجدية بجملتي اعلنت انها مع فلسطين.

سُقطرى النهاية السرمدية!

" ليلى محمد

بقعة مُباركة ، جزيرة ثائرة ، ناعمة المخمل ، تُرابية اللون ، ساحرة السُياح و ملهمة النساء و أحلام الساسة.. تشع هالتها في ظلمة الليل و تحمل في كفها الرقيق صفحة الماء الصافي تتحرك بتموجاتها ،، حظها العاثر جعلها تنفرد بحُلتها ،، تستقبل البدر ليلاً بألوانها الفاتنة لتُراقصة خلسة في وحدتها لتبُث اهاتها أمام انبثاقه ، يتيمة بين أهلها تنتظر الشروق لتواري حُزنها ، تُطيل هدوئها و تنهار مع جواري الماء ، فتستيقظ مجدداً لعل أقداماً تطء شاطئها و تُنقذها من ضغط المُركبات العربية التي احتلت جغرافيتها و شوهت ملامح زُرقتها ، فآلم المُخاض ارخى قواها و لم تجد حولها ما تتمسك به لتهز جذعها و تحمي حقها في أحشائها ... س: سُلبت عُذريتها - ق : قُتلت روحها - ط : طُبع على جذعها الحزن- ر : راق دم الأخوين غدراً - ى : نهايتها .. كُسرت قدميها و أصبحت بركة خُتم على نهايتها « نحو النسيان » سقطرى مات جنينها في رحِمها، أما هيّ فحالتها حرِجة ، و فضلت أن تترك طفلها معلقاً بالحبل السري أملاً في نجاته معها.

فراغ ممل

" هادي حاج قاسم

فراغ ممل وصمت قاتل.... اجلس وحيداً على سريري في الساعة الرابعة صباحاً... وأسرد في خيالي لأغوص في عالم الماضي ... محاولاً الابتعاد عن الواقع المر المحيط بنا الذي يحمل أفكاراً معشعشةً في رؤوسنا.... الذي لم يعلمنا إلا ثقافة القتل .. قتل الأرواح.... قتل الإبداع ....قتل الشغف.... الواقع المليء بالحروب والهدم... بالصراخ والويلات..... والأحزان ..والأوجاع.... اعلم يا عزيزي أن ألم الروح أصعب من ألم الجسد.... بدنك سليم ومعافى....وروحك تائهة... في متاهات الحياة وسراديب الخداع والنفاق... محبطة .... من سريرك الذي تغفى عليه ... من المنبه الذي يزعجك صباحاً ... من صوت عقارب الساعة .... من صوت السيارات.... ومن غبار الطريق .... من كذب الصديق .... من غدر الرفيق ... ستبقى تصارعك الحياة ، وتتماوج بك الأقدار حتى تفقد من عينيك البريق .... حينها تغادر روحك الجسد... إلى عالم آخر.... ويفنى هذا الجسد الذي لطالما أصابك الغرور لأجله.... لاجل ثيابك ... رائحتك ... صفاتك الجمالية ... وحتى غرائزك التي كنت لاهثاً خلفها.... ستفنى.... ويزول معها هذا الجسد.... لذلك أحسن التصرف.. فلن يتبقى إلا جميل ما صنعت... ولاتقسى .. ولا تسيئ .. ولا تأذي ... ولا تكسر القلوب.... فقلوب البشر تحمل آلام لايطيق على حملها الجبال... تواضع ... فكلنا راحلون... ولن يبقى إلا جميل ماصنعنا.

حبل سري واهي

" تبارك مكي

رباط الأم لاينقطع لأنها الحياة بحد ذاتها. الأم هي العطاء. تبث فينا الروح بإبتسامتها.. تمنح الشفاء من مرضنا بسهرها تزيل عنا الهموم بعناقها.. تزرع لنا الورود في طريقنا بدعاها.. الأمل أم..... قطرة بيضاء تحيل بسوادنا عالم ملون... الأمان أم .. بستاني تتخلص من كل الأشواك في طرقاتنا... الحياة أم.. تمنح لنا ماكان يجب أن يكون لها... السكينة أم... تقبل بنا بكل عيوبنا... الراحة أم ... تمتص كل أوجاعنا... الماضي أم.. تسطر كل الذكريات عنا... الحاضر أم... تخصص كل الوقت لنا.. المستقبل أم.. تضيء لناالمخرج وكأنها الفرج بذاته... الإنجاز أم.. تقطع من ماتبقى من كيانها ليكون متاح للاستخدام.. القوة أم.. تبدد سلطان الهم وكأنه لم يكن.. كل شيء أم... لأن الأم هي كل الوجود.

اطلق العنان

" عذراء أمين

اطلق العنان لمشاعرك .. اطلق العنان لحريتك ..اطلق العنان لخيالك.. اطلق العنان لأحلامك .. اطلق العنان لنفسك .. اطلق العنان لإبداعك .. اطلق العنان لأهدافك. عش حياتك تنفس انسى كل شيء يؤلمك هذهِ الحياة واحده ملك لك وحدك لا شيء يقيدها كن لنفسك كل شيء لاشيء يستحق ان ترهق نفسك لأجلهُ ضع يدك على قلبك تحسس نبضك واصمت برهة ومن ثم حلق اطوي صفحات امسك لا تكبت شعورك عش كما يمليه عليك احساسك فليس هناك ما يستدعي الوقوف.. الزمن يمضي.. كن أسرع منه. تحرر واقفز لامس الغيوم .. وحلق في الفضاء .. وتأمل .. وعندما تجد نفسك عاجزاً عن الحركة.. وترى انك مقيد بدنياك.. أغمض عينيك من جديد.. تأمل.. ابتسم.. واضحك.

أحبــك

" العنود الأحمد

كتبتُ لك قصيدة تشبهُك تماماً قصيدة نثرتُ بها كامل عواطفي، قصيدة نفضت كل ما بي من شعور ملأتها من شطرها الأول حتى الأخير حباً، رصصتُ بها كُل كلمات الامتنان والمودة والغرام والعشق والهيام علها تصف لك كم أنا سعيدة بك وقلبي فرح بجوارك، كتبتُ لك أنك طوق النجاة وأنك الشخص الوحيد الذي دفعني لحب نفسي وحب الحياة وحبه ، وأنك المغفرة عن الأيام المُذنبة والقاسية ، كتبتُ كم كان قدومك مُشرق ،كتبتُ عن وفرة حظي لأني ظفرتُ بقلب رجلاً مثلك، وانغمستُ بخيالي أكثر فكتبتُ كم الحديث معك مُمتع وأنهُ أشبهُ باحتضان غيمة ،والنظر إليك يبعث المسرات ويُغرق قلبي بالارتياح، ويملئ نفسي بالبهجة والانشراح والسرور، كتبتُ عن تأثيرك عن الكم الهائل من السعادة الذي أتى معك، كتبتُ بكامل شغفي ،كتبتُ أنك الوحيد الذي يجعلني أصطفي الكلمات لأصفه وحدك من يجعلني في ضياع بين الثمانية والعشرين حرفاً باحثة عن كلمة صادقة تصف ما أشعر به تجاهه، أكتب فأشطب ثم أكون على مقربة من الكلمة التي ستغزل شعوري فأرى بأنها أقل مما أشعر به، صغيرة جداً عما أسره في قلبي، وأنك بداخلي أكبر من الكلمات والقصائد أكبر من الحُب والشغف، وأن الذي بداخلي تعجز أن تصفه اللغة ، و أنك لغتي التي لا نهاية لأبجديتها لا حدود لمعانيها ومرادفاتها لغتي التي لم ولن يفهمها أحد ،كتبتُ أن الذي بداخلي خالصاً لك وان قلبي مُنفرد بك، وان ما أشعر به أخاذ لم ولن يشعر به أحد قبلي ولا بعدي ، كتبتُ أن الذي بداخلي شعور مغاير لا يشبه الحُب الشائع بين الناس وأن الذي بداخلي خلقتهُ نظرتُك الأولى وحديثك الأول ، وان الذي بداخلي عاطفة لم تمر على قلب أحداً في هذا العالم الفسيح، شيئاً يخُص قلبي، و وصفت بها قلبُك الرقيق ورحمتُك التي تحوف قلبي ومغفرتُك الدائمة، وصفت بزوغ ابتسامتك في مطلع وجهك البهي وشُروق الحياة من خلالها وأنك حياة لقلبي كتبتُ أنك المنشود دائماً بكل ما أكتب وما سأكتب وأنك دائماً تطوف بين قلمي وما يدور في عقلي ويتجسد على هيئة كلمات على ورقتي وأنك مُلهمي وأني وأخيراً أُحبك بشدة.

المنصات التعليمية في الأزمة الكورونية!

" وفاء آل منصور

اختلفت وتيرة أيامنا وانقلبت رأساً على عقب لم تكن في حسبان الزمن ولا حتى بوصلته سبحان من غير الحال إلى حال مغاير تماماً بعد أن كانت أيامنا البسيطة والعادية من وجهةٍ نظر البعض تمر مروراً روتينياً قاتلاً لا يشوبه تغيير سوى ساعات النوم والاستيقاظ.. أصبحنا مع هذه الأزمة والجائحة الكورونية الغير متوقعة ولو في أحلامنا نسير عكس التيار تماماً لا الصباح صباحات الأمس النشيطة المشرقة للطلاب والموظفين ولا الليل ليل الاستكنان والنوم الطويل .. كل شيئاً حولنا أصبح بالمقلوب ودائرة الكون تعبر نشاطاً جوياً عاتياً يضج بالمقاومة لكل هذه التغيرات فأصبح البعض يخالفها ولايصدقها، والبعض الآخر جعل منها مسرحية هزلية غير مدرك عواقبها، والبعض الآخر يقف في المنتصف عالقاً بين مدٍ وجزرٍ وكأنه أستسلم لهذه الظروف الاستثنائية ولم يحرك ساكناً تاركاً أمواج الزمن تبحر به في جميع الاتجاهات. ما نمر به مع أبنائنا من خلال المنصات التعليمية أشبه بالمشتتات من خلال تركيزهم ألكترونياً لكل ما يدور حولهم من جلبة عائلية، ومشاركات الطلاب المتقطعة لسوء اتصال الأنترنت عند الأغلبية،، هنا نجد الوقت مهدر مابين التركيز والفهم، ومابين ركل الشجارات من حولهم، وبين اثبات الوجود بمشاركات ركيكة بعيدة عن صلب الموضوع المهم أن يتم تدوين أسمي في سجل الحضور ومن بعدها أعود مسرعاً للسرير .. لتصرخ المنصة بمن فيها من أساتذة وطلاب من كثرة البلبلة والاستهجان بها ،، يدخلونها وهم في قرارة أنفسهم في وضعية اللعب والسخرية .. نحن شعباً غير متحضر إلا للأشياء التي نريدها كالألعاب الألكترونية ومواقع التواصل التي تعج بالمثالية وكأن الكل مميزاً ومبدعاً إلكترونياً بينما الواقع مبكي ومضحك في آن واحد وتسوده السلبية المطلقة. لم نتعود على مثل هذه الأمور من قبل والتحضير لها ،، لو كانت المواد من قبل هذه الأزمة مقسمة مابين الحضور للصرح التعليمي وبين التعليم الألكتروني لكانت الأمور أسهل بكثير مما نحن عليه الآن ،، نحتاج لوقت لنعتاد ثم لنصدق مايحدث ثم للتعايش مع الحدث.. فقد أصبح التعليم منهكاً وشائكاً على كل أطراف المجتمع بدأً من الأهل ولكافة القطاعات الحكومية والخاصة .. فإن لم نستشعر جمال ماضينا الدراسي في هذه الأيام الصعبة لن يكون بمقدورنا العودة بروحٍ حماسية بعد هذه الأزمة الكورونية .. أتمنى أن تزول الغمة وتعود الدراسة من منابرها المعتادة وتعود الحياة لوتيرتها وخط سيرها المعتاد الجميل السلس ، والأخذ بهذه الشهور والأيام بعين الاعتبار والتعلم منها للمضي قُدماً نحو التعليم الأفضل والحياة الأسهل.

لا شـــيء!

" مشاعل القرني

هناك شعور لايُوصف ولا يُحكى لأن الإحساس به ووصفه يتطلب الكثير الذي نعجز عنه، وجلّ ما أعرفه أن ذاك الشعور ليس جيداً بل هو أمرّ من المرّ نفسه واسوأ بكثير. يأكل كل مابقي منا لنعيش يؤلم ولكن لا يحق لنا التشكي فهو ذاك الشي الذي لانعرف كيف نحكيه أو نوصفه وعندما يكن السؤال مابك؟ تكن الإجابة: لاشي نشعر بالكثير ولكن لانستطيع البوح فنحن لانعرف حقاً مابنا!! لنسميه (بلا شيء) .

لحظة من فضلك!

" نورة عبد الله

نسيحُ في جميع ارجاء الكون بترددانا وموجاتٍ نُطلقها في كل الأنحاء . . يقفُ فكري عاجزاً عندما أريدُ أن أصف موقفٍ ما حصل لي أو مقابلةٍ أو سفرٍ أو غير ذلك من أمور الحياةِ الجارية التي لاتتوقف الا بتوقف دقات نبض قلوبنا عجزي هنا عن شرح مايسمى ب اللحظة .. تعريف و معنى اللحظة في معجم المعاني الجامع اللحظة: «الوقت اليسير بمقدار لحظة العين» اللحظة التي تحصل معنا في ماسبق أن ذكرته كيف لي أن استرسل في وصفها ،، هي ذلك الزمان الذي يحصل لي في مكانٍ ما ام هي ذلك الوقت المحدد الذي ينقضي بجمال احداثه، أو ما سوأها لربما يكون لها علاقةً بتلك المسماة بالصدفة التي لاأومن بوجودها ! عندما أقابل شخصاً ما اريد ان اتحدث إليه أقول لحظة من فضلك عندما أسافر واستمتع أقول عشت أجمل اللحظات !. أمُر بساعة من الوقت تشير مثلاً الى الساعة الحادية عشر واحدى عشر دقيقه (١١:١١) أقول هذه اللحظه لن تتكرر بهذا الرقم الا بعد مضي اثنا عشر ساعة

اكونُ هنا دخلت في مجال قياس الزمن وترددات دقائق الأوقات وعندما احكي لحظات عن سعادتي فإني اصفُ شيئاً يختص بأمور حياتي ونأتي لقول «عشت أسوء لحظات الفقد» دخلت هنا في ترددات سالبة من الوقت قد لاأتوقُ لذكرها . وقد يكون في حياتي «اللحظه العظمى» التي تغير مجرى الحياة كاملة لدي !! الحياه محدودة بالأبعاد الثلاثة الا وهي الطول ؛ العرض ؛ الارتفاع . فهل غاب هنا في اللحظه البعد الزمني الذي يعتبر هو الحاضر والماضي والمستقبل أُحب ان اذكر هذه الايه هنا قال تعالى((إِنَّ رَبَّكُمُ ٱللَّهُ ٱلَّذِى خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ فِى سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ ٱسْتَوَىٰ عَلَى ٱلْعَرْشِ يُدَبِّرُ ٱلْأَمْرَ مَا مِن شَفِيعٍ إِلَّا مِنۢ بَعْدِ إِذْنِهِۦ ذَٰلِكُمُ ٱللَّهُ رَبُّكُمْ فَٱعْبُدُوهُ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ)) ذُكر الزمن أو اللحظات التي خلق الله تعالى الكون بها وتفيد بأن خلق العرش متقدم في الزمن عن السموات والأرض أي أن تلك اللحظات في الستة الأيام قد سبقها خلق العرش العظيم جل من قدر وخلق الكون بقدرٍ وأوجد لحظاتِ الزمان مقدرة كلاً بحسب تردده ...

ليلة بكى فيها القمر!

" آية محمد حلمي

فأصبحت دجاجير الليلِ مُصاحبة سِتار أحمر اللون، يوصف كم الألم والوجع الذي مر بي في هذه الليلة.. ليلة عاصفة، باردة جعلت كل أطرافي في حالة ساكنة، فبكيتُ فبكي القمر على بُكائي.. فهذا الفراق جعلني أتوه في دوامةِ الذكريات، فهنا كنت أضحك معه وهنا كنت أكتب له قصائد تُعبر عن عشقي وحبي له، وأتذكر عندما كان يضمني لإشتياقه لي، وأتذكر حين قال لي أول مرة أحُبك على ضوءِ القمر، فظللت أبكي حتي أهتزت الجبال لتمطر السماء بأمطار كشلالِ دموعي... فصرخت بألم فضرب الرعد السماء كأنه يصرخ على صراخي أوكأنه يغطي بصوته دقات قلبي التي تتسارع كأنها تهرُب من واقع سيدمِرها، سيقتُلها بخنجر سام، وحينها سأحتاج إلي إنعاش من عِبقه من عِناقه لي ولكن أين هو؟! فلِكل داءٍ دواء ولكن للأسف هو دوائي ولكن قد أنتهي كما سأنتهي الأن في ليلة فارقَت النبضاتُ من قلبي.

مواصفات حياة أحلامك

" ريم ساكو

نعم كما قرأت معي العنوان مواصفات حياة أحلامك!! البعض المتورط في أمور وأفكار لم تكن له يد لزرعها بداخله ولكن بعد النضج يتوه ويفشل في كيفية التخلص منها. البعض فعليا سلّم حياته لوالديه والمعالجين الروحانيين والمدربين المتكاثرين حولنا. ولكن حين تسأله مالهدف؟! يجيبك... أريد فهم نفسي وكيفية تخطيط حياتي والوصول لأعمق نقطة بداخل روحي. حسنا.. ربما البعض فعلا يجد صعوبة كبيرة في معرفة نفسه وفهم ذاته والتخطيط السليم لحياته وأهدافه. ولكن المصيبة هي مع الأشخاص التائهين... من يهربون عمدًا عن رؤية حياتهم تنهار أمامهم ويقفون ساكنين. لا يحركهم سوى نجاح الآخرين.. يستفزهم تقدم من حولهم ويجعلون الأمر سباق من يصل يقطع شريط الحياة على الآخرين. وفي الداخل هو تائه ساقط تالف.. لأنه ربط نفسه بالآخرين فلا يستطيع أن يعيش ويحيا بحرية. هذا الشخص حين تسأله ماهي مواصفات حياته يتوه والبعض يجيبك بسؤال مفاداه ماهي مواصفاتك أنت؟! لسبب واحد فقط.. أن يستقي من بئرك أجوبة تعينه على منافستك جوابيًا. من الرائع حين نرى الجانب الجميل من حياتنا ونركز عليه تركيز كبير. لأن الجانب هذا خلق لنا ومن أجل أن يميزنا عن الآخرين ونحيا بهدوء وسلام. مواصفات حياة أحلامك لا تقل عن مواصفات فتاة أحلامك أو رجل أحلامك أو منزلك أو أبنائك. البعض حصر الأحلام في أمور معينة مثل المال والزواج والمنزل والسيارة والذرية وهذا حسن بل هو الحياة ولكن حياتك الحقيقية هل هي كما تريد أنت أم كما يريد الآخرين؟! هل حياتك هي حقيقتك أم سباق تحاول الفوز فيه على من أقنعت نفسك أنهم منافسيك؟! الحياة لن تعطيك جوائز سوى ما كتبه الله لك شئت أم أبيت... فلا ترهق نفسك بمحاولة قطف ما لا يناسبك فقط حتى تشعر بالفوز على الآخرين. فالنجاح الحقيقي والفوز المريح حين تقوى في مواجهة ضعف عدم قناعتك وتواجه مشاكل المقارنة والدونية التي تصيبك بالذعر كل ما سمعت عن شخص ناجح أو طموح. لأن التقليد متعب لك والآخرين هذه حقيقتهم لذلك الفوز حتى وإن تاخروا في اللحاق بك فهو حليفهم لأنهم هم أهدافهم وأهدافهم هم.

تطوير الذات

لغات أخرى

" مروة الدوسري

كلنا في داخلنا ذلك الهاجس الهامس الذي يتمنى علاقة عاطفيه جميلة نشعر فيها بمشاعرنا الدافئة الدفينه ومع تجاربنا الكثيره ندخل في علاقات ويخرج منها الطرفين نادمين حيث كل واحد منهم يشعر انه اعطى ولم يأخذ حتى انقضى اغلب الحب في قلبه لكن ذلك يحدث في كل العلاقات ليس فقط بين المحبين يحدث ايضا بين الوالدين والأبناء وبين الأصدقاء وبين كل الأطراف في العلاقات يشعرون انهم يعطون ولايأخذون لكن السبب ليس في العطاء او الأخذ إنما في لغتنا للحب تختلف من شخص لآخر دعني اخبرك ان للحب والمشاعر لغه خاصة مختلفه عن الكلام وكل واحد فينا يقدم لغته للآخر ويسرف في نوع واحد والطرف الثاني لايفهم هذه اللغه هوله لغة خاصه مختلفه وكأنهم اجتمعوا وتحدثوا احدهم بلغة روسيه واخر بلغة صينيه لايتفاهمون ابدا حتى يخيب أملهم ويظنون ان لاوجود للحب لكن لنجد حل لهذه المعضله علينا ان نتعرف على لغة حبنا ومايلامس ومشاعرنا وماهو السلوك الذي يملئ قلبنا بالحب هل هو اللمس او التواصل المستمر او الرعايه والعنايه او المشاركة في كل شيء لحظات الحياه هل تعرف على نفسك جيدا ثم اخبر شريكك بذلك ان هذا التصرف المطلوب و هو مايملأ قلبك دفء وحب واسأله عن لغته الخاصه به بدل ان تعامله بسلوك لايشبعه ولايفهمه تعرف على نفسك ابحث عن لغتك تعلمها اتقنها اخبر بها كل من حولك ستتغير أجواء العلاقات ستكون سهله وواضحة وسعيدة ومحبه.

تراتيل الانفصال مقدسة!

" رسل السراي

أحببتكِ كأخر أنسان بقي على كوكب الأرض....
أحببتُ عشوائيتي في الحديثِ معكِ دون قيود.....
أحببتكِ كـ النذور الغاليةِ للرب ... أحببتُ بعثرتي أمامكِ
وتعدد شخصيتي وانا بكامل حريتي... أحببتكِ حتىٰ أحبني
الغرباء من دون موعدً... أِما بعد يا «حزن النهايات»
هذا أنا اقف كما يقف المسافر في مطار الغرب يبكي
داخله دماً على الطائره التي أتت بهِ من بلاده
نعم هذا أخر شي لهُ من الوطنِ هل يبكي؟
ويقول لهم أعيدوني الى احضان والدتهُ ..ليسخر منه الجميع!
نعم هذه هي مدينة الغربة حيث هاجرت روحي الى بلادً
لا أعلمُ ماذا أفعلُ بها! كأن لغتهم لم تعد مفهومةً لي، أطالع
في البنيات، ضحكاتهم ،شغف أرواحهم، دهشةُ العيون، الالفةُ
بينهم ماذا حصل لي؟ صديقي البائس توقف عن السؤال عنكِ
ظناً منهُ أنني نسيتكِ، لايعلم أنني أعيش بقلق مفرط كما لو
انني محكوم اعدام وتأخر موعد أعدامه! صرتُ ساكن، أكثر
هدوء، غاضب جداً ، مصقول كـ التمثال في متحف هجرهُ
السياح، ذات مره غلبني الاشتياق أدخلت رقمكِ في الهاتف
كانت هناك عباره بجانبه «أخر ظهور من مدةً طويله»
بهذه الجملة أحييتي مراسيم اعدامي،
لم يكلفكِ موتي شيئاً ، أهرب من كثرة رسائلهم لايهمني
كثرة اتصالاتهم ، أبحث عنك في كل سهوً وكل ضياعً
ولا أجد اله رسماً لكِ قد أستوطن عيني
لولا هذا الرسم لكنتُ نسيتكِ! صعوبة أن لا أستطيع
أخبار أحداً بهذا الشعور ، لطاما أردتُ اخبارك فقط!
صدى أبوابكِ التي اقفلتها في وجهي لايزال صداها
يرن في مسامعي! مآ فائدة يدي ولم تعد تلمس يداكِ
مافائدة حواسي أذا لم تنشغل بكِ مآ فائدة العطور
والثياب الجديده وأنتِ غائبة عالق أنا في غربتي وذكراكِ ...

حضارة الشّعوب

" فاطمة حسين

لاختلاف، الحروب، الأعمار، الازدهار، سعادة البلدان، حب الشعوب في ما بينهم. وكل مافي الحياة مكرر لذا يجب علينا اختيار تلك الأشياء المكررة وأن نجعلها مميزة. نحنُ لسنا أول من استوطن أرضا مدمرة أونحن لسنا اول من استوطن أرضاً معمرة ودمرناها بأيدينا؛كون الكلام نظري لايعني أنهُ خطأ اوبلا فائدة، كل الكلام النظري هو أنبعاث من تفكير دقيق هذا ليس هراء بل هذهِ وظيفة الكلام والتفكير فهو حقيقة كل هؤلاء الذين يقتلون بعضهم البعض بأسم الاسلام أو العدالة الاجتماعية. أو الوحدة الوطنية هو إدعاء لا الاسلام ضاع ولاأنتشر. ولا الوطن سقط ولانهض. ولا العدالة الاجتماعية والوحدة الوطنية تحققت ولاغابت لاهنا ولافي أي مكان من الدنيا ، نحن نقتل ونصلب من أجل ماذا؟ من أجل الدين!!! الجميع قتل بحجة أن هذا هو الدين الأسلامي نحن لانفكر بأن الدين الذي يوهمنا بقتل وكُره بعضنا البعض هو دين سياسي، وليس إسلامي. الأمور تحدث حين يحين وقتها وحين تتوفر أسبابها، لاحين ينذر الناس حياتهم وحياة غيرهم للتضحية بقضايا كبرى لأجل تحقيق العدالة الاجتماعية الإسلامية أو بقضايا تاريخية كبرى قد اندثرت،الله هو العادل وهو من يحقق العدل، وليس قتل بعضنا البعض وحقدنا وكراهيتنا لبعضنا البعض ستأتي بهذا الغرض.لذا كفانا كراهية لبعضنا. كفانا دمار وحروب الا يمكن أن نتصافح في ما بيننا ولو لبضع سنوات.؟؟ الا يمكن لنا أن نكف عن سفك الدماء وتناثر الأحلام مع الأجساد .؟؟؟. فلو نتطلع لثقافة الشعوب وتميزها والارتقاء بواقعها الثقافي لنجد بأن مكوناتها الأساسية هي العناصر التي من شأنها تنشئ ثقافة مميزة للأفراد بأسلوب متفرد 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 ان يتشاجر أبناء الشعب الواحد لأجل اختلافهم على أمر بدأ وانتهى 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 يتنبى تحطيم شعوبنا بشرط أن نتقبل الاختلافات بطريقة سمحة. و دودة ومحبة فيمابيننا وهذا ليس يصعب بل يحتاج تكاتفنا أيمكن لنا أن نكاتف لنعش بسلام؟ ولو لمرة واحدة فقط. . وفي الاخير. الاغبياء والمتخلفين فقط هم من يخمنون ويثقون بأرائهم كامل الثقة والدراية بل ويحاولون أثباتها واقناع الناس بها حتى وأن كانت هي أراء مغالطة للمنطق فهم من يحاولون اعدالها وان اعترفت لهم باخطائهم سيقولون لكَ «أنتَ من تحاول طمس حرية المنطق» فنحن منذ أن خلقنا أراءنا 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.

الهروب من الكوكب

" فرح الخاصكي

يزداد إيقاع الأحداث ، تتزايد و تتسارع بشكل ملحوظ ، الجميع يتألم بشكل غريب ، يحملون بين أيديهم حقائب مكتظة ، يحتضنونها بشكل مهووس ، كلهم يملكون تلك الحقائب ، يتشبثون بها بشكل مبالغ فيه .. كانوا يركضون بفزع في كل صوب ، عيونهم متورمة و وقع دموعهم يحتل رقعة الصوت في ذلك المكان ، و لكثرة البكائين فقد اكتسب المكان رائحة تشبه رائحة البحر مالحة رطبة و مزبدة ، و لا تدري سببا كافيا لذلك ، المشهد كان مثيرا للحيرة و الدهشة معا ، كان ظاهرا أنهم يبحثون عن شيء ما ، كانت أرواحهم المتعبة تطارده فكانت أجسادهم تطيعهم دون أدنى تردد .. قرأت في اليوم التالي ، عن قوم كهؤلاء الذين رأيتهم ، يحملون ذات المواصفات البائسة ، قيل أنهم يستمرون بما يفعلونه حتى يجد كل واحد منهم الوسادة التي تناسبه ، الوسادة القادرة على امتصاص سيول الدمع المتتالية دون أن تغرق ، أن تتحمل ثقل الوجع الذي يحملونه دون أن تتذمر أو تبتئس ، كلهم يبحثون و شحة في الوسائد تطاردهم برعب شديد .. أثارتني الحكاية و أثارت في نفسي خوض نقاش ثرثار مع صديقتي التي هاتفتها مسرعة لأخبرها بدهشة بالغة ، حدثتها عنهم ، فلم تتوفه بشيء حتى ظننت أن الاتصال قد انقطع ، لكنها ردت أخيرا فقالت لي: «جهزي حقيبتك و سأحضر حقيبتي و لنلتقي في طرف الكوكب» .. التقينا في المكان و الوقت المحددين ، فقالت : « هم يبحثون عنا ، نحن تلك الوسائد التي تتألم فلا تتكلم ، التي لا تبكي أبدا فيبكي الجميع على أكتافها ، التي تنفض همومها كل ليلة لتلتقي بهموم الآخرين و أحلامهم المعذبة ، لقد أحسنا صنعا لهم و أسهبنا في ابتلاع وجبات الألم بالنيابة عنهم فأصابتنا التخمة ، و أسأنا لأنفسنا كثيرا ، هيا فلنذهب ... » سألتها : «إلى أين؟ » أمسكت بيدي و نظرت في عيني بجدية لم أعهدها فيها من قبل ، و قالت : « فلنهرب من هذا الكوكب ! » .

بتر الأحلام!

" جنة بدوي

تلك الأحلام المبتورة من قِبل العادات الغوغائية التي تعتبر أما لنا تغتصب من كل شخص يخالفها انفلت ماموث عملاق يهطل عليه مطر الآمال الخفيف كالبكاء ليرشق الرمال الناعمة بعذوبة على جزيرة الأحلام بينما ضوء الشمس يميل بدلال حتى أتت غيوم البؤس تداعب الجدران السوداء الآيلة للسقوط التي تكونت هنا و هناك نتيجة الصدمات المتتالية لتمتص ألوان الطيف و تتعانق في الهوة السوداء مكونة فجوة زمنية اعتابها ملوثة بالدماء و سعف نخيل معلق عليه رؤوس الشهداء و بعض النساء الممزقة صدورهن و أشلائهن تربط بينها بعض الأوردة النازفة الطازجة نتيجة الاعتداء و شجر يظلل الأفق من بعيد كأنه سحاب عنابي اللون أوراقه أطفال ضحايا الخطف و شهوة الذئاب و صيحات غريبة أشبه بمخالب تقبض على الأكتاف بينما الأمل يلوح بيده المبتورة لطائر المستقبل الباسط لجناحيه النازفان تتسارع الأنفاس و أصيب الضمير بالافلاس على صفحة الحياة نحن كلمات يلتقمها الظلام و ينهش بها رنين البلاغة السافلة الحادة المتصاعدة لاختراق آذاننا, لنستيقظ من بربخ الواقع العطب.

رسالة إلى والدي

" إيمان هاشم

الليل هادئ جداً ... صديقي الذي أحبه وأنتظر قدومه كل يوم .. النجوم لامعة والقمر لا وجود له ... وتلك النسمات التي تداعب وجنتي قد حركت فيّ مشاعر شوق وحنين تعتصر قلبي في كل يوم وأحاول جاهدة أن أمضي دونهم ف في الغربة عليك أن تقسو على نفسك كي تتابع المسير ... ولكن اليوم أنا ضعيفة حد الهشاشة ... والاشتياق دق باب ذكرياتي بقوة ودخل دون إذن .. السنين الكثيرة التي تمضي دونكما قد أتعبتني وأيام كثيرة لا أعرف إن كان في عدّها ما يوهمني بيوم اللقاء .. ست وعشرون عاماً منذ أن أبصرت النور أول مرة وصوت أبي يؤذن في أذني ورائحة أمي التي تعرفت عليها من أول عناق .. ثماني عشر عاماً هو ما عشته معكما في بيتنا البعيد جداً والتي لا شك قد تغيرت ملامحه كثيراً منذ آخر وداع .. ما مضى وما سيبقى من عمري سأظل أعيشه على ذكريات تلك السنين .. والديّ كنت أتمنى أن أزوركما في كل يوم أن أتناول معكما الطعام الذي تحبون وأساعدكما في كل ما تحتاجونه كما كنت أفعل دوماً ... أتمنى أن تلعب ابنتي معكما أن تركض نحوكما تختبئ كي لا أراها وأوبخها بعدما أكلت السكاكر والحلويات التي ابتعاوها لها ... أن تلوح بيدها صباحاً مودعة أبيها على باب بيتكما .. أن أنام في غرفتي غير آبهة بما سأفعله بقية اليوم فهناك من يهتم بصغيرتي ويعد الطعام اللذيذ الذي سأستيقظ على رائحته .. أن ألجئ لكما في ضعفي وأن أركض إليكما في فرحي .. أن تشاركوني لحظات العمر التي لن تتكرر إلا بوجودكما .. لن أطيل عليكما أكثر لأني أخشى عليكما من دمعة نزلت بسببي .. والديّ العزيزان أحبكما بقدر ما وجد حب في هذه الدنيا وأدعو الله ليلاً يعقبه نهاراً أن أراكما قبل أن يكون للموت نصيب من عمركما ...

صمت!

" خلود الحسناوي

طلقتُ الحديث لأجلكِ .. ولأجل
عينكِ تآلفت مع صمتي ..
طال انتظاري خلف أبواب ، تمنيتُ لو لحظة ان تُفتح ..
يابنت من كان بسوح الوغى بطلاً..
ردّي عليَّ بعض العقل الذي كانا ..
جِنِي على هالكٍ صبٍ شغوفٍ ..
يشكو الهوى والصد أترابا ..
يابنت ذاك الشيخ قد آسرتِ لي لباً فهل
لي.. منه ببعض العقل عِرفانا ؟!..
قد ضاع مني الهدى وظللتُ .. لا بيتا الوذ به ،
لم أُبقِ عنوانا .. طال انتظاري لردٍ او مخاطبة ..
هل ذاك في عيبٍ من الخُلق..
أم ذاك الدلالُ الذي فيكِ سلوانا..
جَنَّ الجنون لدي فهل منكِ لي كلمة ؟..
بعد التمرد والهذيان من عطشٍ
تسولتُ في درب الهوى طمعاً ..
بِرَدٍ على كلماتي ولو بال أه أحيانًا .. مخبولٌ ، بكِ .. ربما..
ربما أنا مجنونٌ ، بك .. ربما ، أيٌّ منها تستدرُّ العطف
إحسانًا.. قد جائني ردٌ بـ النعمِ مابال ذاك النعمُ ؟ ..
هل على مجنونٍ ومخبول بلا وعي عَنيتِ ؟!..
أم على ماذا تقول البلا، يا صمتَ عيناها ..
أشكوكِ الى ماجِنِ الشعر نزاراً .. وجْدي وصمتُكِ..
الذي قد كسَّر في الأضلاع ما شاءا .. وشبت بها براكينٌ
ونيرانا .. لا .. بل سأشكوكِ لربِّ الحبِ والهوى ..
ذاك الذي ماضاع عنده حقٌ .. ولاظلماً ، قد طال عدوانا .

ربحت وصال الحب!

ريم سليمان الخش

ربحتُ وصال الحب حققتُ منيتي
وأثمان هذا الوصل ثوبُ منيتي
أحنّ إلى خلّي حنيني لطينتي
كما حزمة الأخشاب حنّت لرجعةِ
أنا منك فلترجع غصونا لجذعها
وإنْ شئت أحرقها فحرقي مسرتي
ربحتُ قبيل الموت قربا وقبلةً
وكانت له نفسي وفاء لبيعتي
ويا نفس صوني الخلّ كوني فداءه
فجوهر هذا العمر عهدُ الأحبة
*
وماأطلب الأكفان إلا ثيابه
لعلي بها أحيا إذا الريحُ هبّتِ
لقد حانت الزلفى بأيدٍ حبيبةٍ
إذا لامست جيدي أحلّت لمهجتي
ثملتَ من النشوى وأدمنت سكرتي
وياخنجر الأحباب عجل بطعنة
فراقٌ من الأبدان والموت برزخٌ
وروحٌ لهم تهفو طوافا تجلّتِ
وفي عالم الأرواح لابعد نصطلي
ولادمعةٌ حيرى تسيلُ بحرقة
وماكلّ مايبدو لعيني حقيقةٌ
ولكنّ رؤيا الروح كنْهُ حقيقتي
*
أنا منه في دمعٍ وفي ناي وحشة
وفي خمرة الكأس المليئ بنشوةٍ
وفي بعض أعقاب السجائر بعدما
تفانت على فيه الحبيب برقةِ
وددتُ بأن أفنى رمادا كمثلها
وقد ذاقني تبغا شهيا بلذة
لهيبا غدا قلبي ولاسحبَ حوله
فدخن ولا تخشَ احتراقي ولوعتي
ولاتبقِ إلا الروح فيك حبيسة
فبادر الى قتلي وبارك مودتي

دعوة للتحضر

محمد العلي

أماط الآن عن وجه لثامه
وأسمعنا بلا خجل كلامه

وقال بأننا نحيا بجهل
فعلمنا التحضر و احترامه

وأنّا قد ورثنا دون علم
مفاهيم التخلف أو ظلامه

وحملنا مآسي العصر قسراً
وبعد الأمن عنا وانعدامه

وألمح في الكلام الى بلاد
بلا دين وتنعم بالسلامة

وحدثنا عن الإرهاب ظلما
وجرد كي يقاومه حسامه

وهدد من يخالف باجتثاث
ووجه نحو قامتنا سهامه

فقد آن الأوان لنا كشعب
عريق في التخلف والبهامه

بأن نصحو ونترك كل زيف
وأفكار نتيجتها الندامه

وأفتانا بأن الدين سمح
ويوصي بالخضوع إلى الزعامة

تمهل سيدي إني سقيم
وأحتاج الحداثة والفهامة

أيأمر دينا بالموت قهراً
ويأمر أن نهرول كالنعامة

تمهل أنت لي سند وذخر
وأنت أبو الجلالة والفخامة

أما تدري حبيب الشعب أنا
رضعنا من طفولتنا الكرامة

دنيا جميلة (٢)

" جمال الأغبري

سحرني صوتها.. وفي عالم الخيال ساقني..
جعلني لا أوقن من أنا..
ولماذا سلبتني كل أحاسيسي..
وكل المشاعر لها صارت.. حاورتها كثيرا..
وتعبت يدي من كتابة رسائلي..
شدني كلامها.. ووحدتها وعزلتها..
لم تكن مع الناس في وفاق..
كانت شديدة الاحساس رقيقة الانكسار..
لذلك لم أعلم كيف ساقني القدر لها..
ولماذا حصل الوفاق والاتفاق..
ولماذا كل هذا الانجذاب فيما بيننا..
ونحن لا نعرف من نكون..
ولم نتقابل ولا نعلم كيف هو وهي..
هل للقلب كل هذا الاحساس؟؟ والتقارب
والشعور بالاطمئنان.. كأننا نتعارف..
وبالتوافق قد صرنا هكذا منجذبين..
بعدها جلست مع نفسي ليلا أحادثها..
أقصد نفسي والحوارات تشتد بيننا..
تارة أعاتبها.. وتارة أخرى أوافقها..
ماذا فعلت بي يا نفسي..
هل صحيح ما جرى.. أم أنني
أحلم وسأستيقظ من أجمل
الأحلام.. هكذا دار الحوار بيننا..
ألا يكفي ما حصل لي من قصص في الغرام..
بالحب كنت مخلصا لكنني بالصد
والهجران أقابل.. أرجعتني يا
نفسي عشر من السنين ومثلها..
وخمس كذلك عشت فيها مراهقا..
عشت الغرام في أبهى الحلل..
وانجرحت بعدما هجرتني من عشقتها..
زمان مضى.. وحب مع الوقت اختفى..
عشت المراهقة وقصصها المتبعثرة..
ومن بعدها قصتين لا
يحلو الحديث عنهما..
نزوتين عابرتين وقاسمتين للظهر والهوى..

عيناها اللوزيتان!

" سالمة عبد الله

ذات مساءٍ صيفي
قابلتُها في العاصمة
سكنت الضوضاء فجأة
عند دخولها للمطعم
وصرت لا أرى من الناس إلاها
عيناها اللوزيتان سحرتني
وحجابها و مظهرها العفيف
جعلني أختلس إليها النظر خلسة
وضعت العديد من السيناريوهات
عني أنا و هي
و كيف سأبتديء الحديث معها
هل أعرض عليها الذهاب في نزهة ؟
كم هي فكرة سخيفة !
هل أكتب لها رسالة وأضعها على مقعدها ؟ بالتأكيد لا !
حسنا، سأنتظرها و أحدثها بجرأة عنا !
نعم هذا ما سأفعل ...
و عندما وقفت من على مقعدها
تنوي الرحيل من مكان لقاءنا
انعقد لساني و جمدت أطرافي
و وجدت نفسي أخبيء وجهي
جريدة كانت قد وضعها القارسون أمامي
غادرت و غادر معها جزءا من كياني
لم تبق سوى صورتها في مخيلتي
و عيناها اللوزيتان !

الوهم

" هبة أبو زيد

عذرا يا حبي لاتحزن
فوجودك وهم
سكين غائراً في قلبي
و اعيش الوجع بلا فهم
عصفور طائر الى قلبي
اطلقه و ان طال العمر
فوجودك وهم كوجودي
اطلقني كي ارعى حدودي
ارجع لي قصة ميلادي
و خريطة حبي و صمودي
حبك يغمرني يحصيني
اغصان غرامك تشقيني
ولقلبك قلبي يأخذني
للطعن لضرب السكين
اه من وجع يعصرني
اقتل لي وجعي اقتلني
اه من شوق يحاصرني
اقتل لي شوقي اقتلني
أه من اه اكتمها
و اعيش الوهم فيقتلني

تعبنا من الأمل..

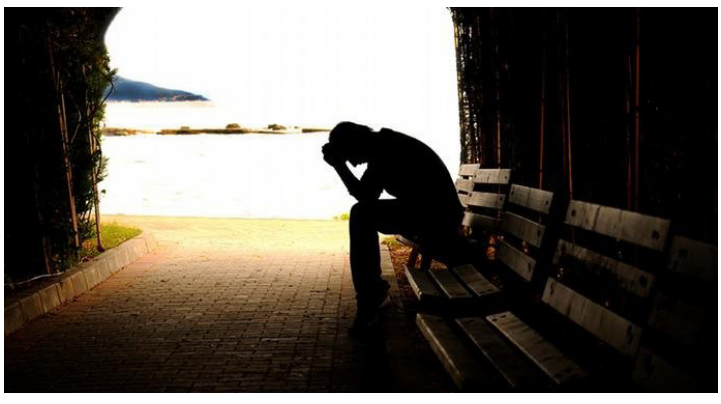
" عبد القادر زرنيخ

تعبنا من الأمل.. تعبنا من المعاني أمام جرح الكلمات
هذه الآمال تحاصرني كشبح يعتلي المفردات
هذا الأمل يزملني بظلال العبارات
قد طالت الدروب بي فعذرا
أيتها المسافات تعبنا من الأمل
أينتظرني داخل الأقلام كمحطة تاهت بها الرواد
أم أنتظره أمام الدفاتر أرسم لغة العشاق
هذا الأمل يقيدني كمسافة تاهت بها المسافات
حارت الذات من ظلالي فعذرا
أيتها الأقلام تعبنا من الأمل
تعبنا من لغة الانتظار إذ الدقائق تبكي
تعبنا من كل اللحظات إذ الأوقات ترثي ساعاتها
تعبنا من كل الحسابات
فعذرا أيتها الحروف أمام لقاءاتي
تعبنا من الأمل تعبنا من إنسانية تاهت بها الأقدار
تعبنا من روح لم تعرف يوما سعادة الأغراب
عذرا أيتها الغربة لم أر بك غير سجن بلا سجان
عذرا أيها السجن قد مالت الجدران تعبنا من الأمل
تعبنا من كل حرف لا يعرف اللغة و لا الخيار
عذرا أيتها الأبجدية فقدري قصيدة بلا أوزان
تعبنا من الأيام أمام ظروفها الهوجاء
عذرا أيتها الفصول فربيعنا بلا أقدار
تعبنا من الأمل وهل يطيق الأمل أن يحيا بلا أوصال
قطعت دروبنا فمابقي إلا قلم بلا أشعار
عذرا أيتها القصيدة فعباراتي
بلا لحن يعزف للوطن اللقاء
عذرا أيتها الآمال أنا رجل بلا وطن فلا أعي المسافات
أنا رجل بلا محطة فقد نسيت الانتظار

أَلِفتُ الحزن!

" صالح الكناني

ألفتُ الحزنَ حتى لم يعدْ بهِ ألمُ
وركبتُ الهمَ حتى راقَ ليَ الهمُّ
وأرَّقتُ عيني حتى رقَّت محاجرها
وجفاهما النوم فلم يطب لهما نومُ
وتوزعَ الوجعُ في أرجاء خاصرتي
فتسللت أصداؤهُ فتوجَّعَ العظمُ
فتمزقت أربطةٌ وتباهى لها عصبٌ
في كل ما يهتزُّ لهُ من وقعها الجسمُ
فباتت تلازمني دهرًا ولا ملاذ سوى
تَقَبُّلُ الأمرَ وجعلُ صراخهِ كَتِمُ
صادقتُ آلامي وأحزاني حتى لم
يعد في شكوتي لله لا حزنٌ ولا ألمُ



طاعون الشّر (١)

" نور حسين عبد علي

مصطلح الشر يُقصد به الأخلاقيات الجوانب السلبية في تفكير بني البشر وسلوكهم ويقصد به أولئك الذين يكممون صراع ضميرهم الحي ويعمدون إلى نشر الخراب، الشر في المجتمع الغربي يعتبر نوعا من أنواع مؤشرات الجريمة والقسوة والجبروت والتعفن الأخلاقي المنحط، يتمثل هناك من يظهر شره في السلوك الجنسي. أو في الإجهاض نوعا من الشر من جهة أخرى أن الشر كيان ثابت نابع في ملكات الإنسان هناك من يرى الشر نابع من الطينة البشرية وهناك من الشر نابع من الطبيعة والكون كالكوارث... الشر عند الفلاسفة رأي أفلاطون أن هناك طرق عدة لعمل الخير غير أن هناك طرق لاتحصى لعمل الشر أما عند(برنارد غارث) يرى أن منع الشر أهم من دفع الخير بواسطة صياغة قوانين أخلاقية وقواعد سلوكية، أما الشر في نظر الدين تنظر الديانات إلى الإنسان بإعتبار أن الشر يكمن في طياتَّ بذوره وأهم الخصال التي تعزز الشر (عزة النفس والأنانية) وهما يعتبران ميلا سلبيا وفي تقاليد آخرى يعتبر الإنسان خير في طبعه غير أن طرق الشر تغويه وتبعده عن المسار السديد، حيث يستمد الشر سلطته التي تقوى كل يوم أكثر من الجشع والغضب والكره. ما ورد في الذكر الحكيم عن الشر قوله تعالى:١ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدِينَ فِيهَا أُولَئِكَ هُمْ شَرُّ الْبَرِيَّةِ ﴿٦ البينة﴾ ٢إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الَّذِينَ كَفَرُوا فَهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ ﴿٥٥ الأنفال﴾ ٣وَنَبْلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴿٣٥ الأنبياء﴾

تطوّر مُهلك!

" آلاء عقيل

في عصر التكنلوجيا وأوج التقدم التقني، سعى الإنسان لتطوير العلم ليصل به إلى أقصى استفادة ممكنة. من أحدث ما توصلت إليه الدراسات العلمية، هي تقنية متقدمة جدا تخدم مجالات الهندسة الجينية. هذه التقنية تسمى بتقنية كريسبر وهي ببساطة عملية يمكن من خلالها تغيير التركيب الجيني للمخلوق والتعديل عليه بإضافة صفات وراثية جديدة أو حذف بعضها من الشريط الجيني. تطلعات العلماء هي ألا يقتصر استخدام هذه التقنية على النباتات والحيوانات بل على البشر أيضا كونها ستساهم في القضاء على الكثير من الأمراض المستعصية على البشر اليوم كالسرطان والإيدز والملاريا. ولكن ماذا عن عواقبها المحتملة؟ في الحقيقة، بمجرد حدوث خلل بسيط في الشريط الجيني أثناء التعديل عليه من الممكن أن يسبب عاهات أخرى للجنين، والكارثة أن هذه العاهات ستستمر بالانتقال للأجيال القادمة. في تجربة لعالم صيني يدعى هيه جيانكوي قام فيها بتعديل جيني لبويضة فتاتين ليكسبهما مناعة مستقبلية ضد فيروس الإيدز ولكن أتضح فيما بعد أنه أخطأ في قطع جينية من شريطهما الوراثي وبالتالي سبَّب احتمال لتواجد عاهات دائمة أو أمراض جديدة لهاتين الفتاتين. العواقب لن تنتهي بالمجال الصحي، بل تمتد للجانب الإنساني لتطرح بُعدها الاجتماعي. هذه التقنية ستصبح متاحة بالدرجة الأولى للطبقات الغنية من المجتمع والتي لديها القدرة على دفع تكاليف إجرائها على عكس الطبقات الفقيرة. وهذا سينتج عنه فرق طبقي أكبر، فبينما يستطيع الأغنياء من جعل اجيالهم أكثر جمالا وقوة وذكاء وبالتالي أكثر سلطة ونفوذ في المجتمع وسيكون الفقراء أكثر ضعفًا وقبحًا وفقرًا وكنتيجة حتمية أقل سلطة ونفوذ وتمتع بموارد الحياة وفرصها من جميع الجوانب. ثانيًا من البُعد الحربي. هذه التقنية يمكن أن تستخدم في الحروب البيولوجية بمجرد تغيير التركيب الجيني لحشرة ما كالبعوضة وحقنها بشريط جيني يحمل صفات تفتك بالبشر عندما تسلع فقط. ويمكننا أن نتوقع بناء على الحروب القائمة الآن تحت مختلف الأسباب كيف ستؤدي هذه التقنية إلى فتك مجموعة كبيرة من البشر بوقت قليل جدًا. ثالثًا من الجانب البيئي. يمكن لهذه التقنية أن تساهم في الحد من التكاثر لمختلف الأنواع. وبالتالي يؤدي إلى انقراض النوع الأصلي. مثلا، من الممكن نسخ صفات النحل الوراثية للبعوض حتى نحد من انتشار هذه الحشرة المؤذية. لكن هل القضاء على النوع الأصلي لأي كائن لن يؤثر على التوازن البيئي؟! هذا بالإضافة إلى أن عملية الاستنساخ في هذه المخلوقات قد يسبب نتائج عكسية وكارثية. سفرت تجربة تهجين النحل الأوروبي مع نحل جنوب أفريقيا، عن إنتاج «النحل القاتل»، وكان هذا التهجين خطأ أرتكبه عالم الأحياء «وارويك كير»، الذي رغب في إنتاج نوع قادر على إعطاء مزيد من العسل، لكن العملية فشلت وأدت إلى ولادة نحل قادر على قتل الإنسان. أخيرًا، الإعلام سيساهم في تأثير هذه التقنية سلبًا على المتجمع. فعندما يروج لصفات شكلية بعينها ويطلق عليها بالمثالية، ستتأثر الشعوب لتجعل ملامح اطفالها بنفس الهيئة. وعندها سيختلف التنوع الوراثي للصفات الشكلية وقد يصل الأمر لأن نصبح نسخ متشابهة تسير على الأرض! وهذا بدوره يعكس صورة غير سليمة عن الفطرة والطبيعة الإنسانية المتميزة بالتنوع والاختلاف والذي يكون التطابق فيه ذو طفرة سلبية. كل هذه الآثار والأبعاد تضع الفلسفة الأخلاقية بالصورة والواجهة للبشرية الإنسانية. ماهي حدود الحرية في التطور البشري الإنساني؟ وماهي تنبؤات الفلسفة تجاه عواقب تطورات مماثلة، هل سنصل للمرحة التي يكون المرء فيها من جلب نهايته بنفسه!

السلام الداخلي .. لتحقيق السعادة

" شيخة الخزيمي

دخولنا الألفيه القادمه .. واستشرافنا للمستقبل .. بأن القادم دائما وأبداً أجمل بإذن الله بحوله وقوته .. محطات الحياه بعقباتها وفرصها الجميله لن نحسن استثمارها والتعامل معها الا بتحقق السلام الداخلي في أعماقنا وأرواحنا وشخصنا وفكرنا ومشاعرنا ..بيقين معنى الدعاء باللهم أنت السلام ومنك السلام تباركت يا ذا الجلال والاكرام ، فسبحانه هو السلام الكامل من كل نقص ، والسلامة والعافيه والخير كلها من الله الكريم وهو سبحانه من يمد عباده بالسلام وهو الاطمئنان ومقره القلب والروح وينعكس على الفكر والسلوك والمشاعر .

كثرت في الآونه الأخيره اتجاه الاشخاص برفع شعارات السعادة سواء كانت السعادة الشخصيه أو الأسرية أوالوظيفية أو المجتمعية ، كيف لنا أن نرفعها شعاراً يعتني بالسعادة جهرياً ولا تتواجد فينا جوهرياً ، كيف لنا أن ندعي السعادة ولاننشرها لمن حولنا ، كيف لا نتمنى الخير لغيرنا وكيف لا نفرح بفرح من حولنا ، إذاً مفهوم السعادة في ذواتنا لم يكتمل ، فلنعي تماماً لابد من أن ندرك كيف لنا أن نحقق سلاماً داخليا في أعماقنا ، كل الخسائر يمكن تعويضها، لكن أكبر خسارة لا يمكن أن تعوض هي ضياع السلام الداخلي للنفس، وفقدان الأمل في غدٍ مشرق، وفي رحمة الله تعالى التي وسعت كل شيء. حين يفقد المرء سلامه الداخلي، وإطمئنانه وهدوءه النفسي لا يستطيع الإستمتاع بيومه، ولا الإنجاز فيه، بل قد يؤثر ذلك في غده أيضاً. إنّ الذين تنبض قلوبهم بالسلام الداخلي والرضا وتشع بالأمل ليسوا أكثر الناس ثراء أو أوفرهم حظاً لكنهم أولئك الذين يثقون ثقة مطلقة برعاية الله لهم، ويؤمنون بقضاء الله وقدره، فيكونون كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : «عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله خير إن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له وإن أصابته سراء شكر فكان خيراً له».

إنّ الأمل في تحقيق آمالنا هو العمل بقدر المستطاع ، ثمّ الانتظار المملوء باليقين بالله وحسن الظن في أن ما نرغب فيه سيحدث بإذن الله مهما طال الزمان، فقط لاتستعجل وتحلى بالصبر الجميل واخلص النية والعمل لوجه الله الكريم ، وثق تماماً بأنه سيكرمك سيرزقك سيعطيك فوق ماتتوقع وستشعر بعدها كم من وقتٍ ضيعناه في دوامة القلق والخوف العميق .. كما أفادته لنا بعض الدراسات حول مخاوفنا وقلقنا في الحياة تشكل٩٥ ٪ مخاوف وهميه و٥٪ الباقيه هي مخاوف بسيطه ممكن أن نتجاوزها أو نحلها فقط تحتاج لوقت ومهارة ايجاد الحلول وتنفيذها .

من خلال مامر به من ظروف يوميه وضغوط ، نفقد السلام الداخلي أحياناً وهذه هي طبيعة البشر ، ولإعادة ترميم قلوبنا واتزان نفوسنا فلابد من تطبيق عدة قواعد تكون سبباً لإعادة الاطمئنان النفسي لذواتنا سأتطرق للقواعد الأساسيه المهمه والتي يرتكز عليها تحقيق السلام الداخلي ، وسأترك لكم القواعد الثانوية لاختياركم الشخصي وهي كثيره من عالمكم المزهر بالعطايا الجميله . وتتمثل أهم القواعد في تحقيق السلام الداخلي في الجانب الروحي والعقلي والجسدي هي:

- (الجانب الروحي) حسن علاقتنا بالله عزوجل بحسن عبادتنا وطاعتنا له والأنس بقربه والإمتنان بممارسة الشكر لله على نعمه التي لاتعدولاتحصى اللهم إنا نعوذ بك من زوال نعمتك وتحول عافيتك وفجاءت نقمتك ، ، ونعيش بحب وسلام كبير لمن حولنا من الأشخاص الذين كان لهم الدور الايجابي في حب الحياة وإلتماس السعادة والإبتعاد عن الكره والأنانيه .

- (الجانب العقلي) التخلص من الأفكار السلبيه والتركيز على الأفكار الإيجابيه واعتبارها هي مصابيح سعادتي وانطلاقاتي في حياتي ، مثلاً أعيش بقانون الوفرة لا الندرة بأن هذا العالم يتسع للجميع ونجاح الآخرين لايشكل خطراً على نجاحي ، وأن الماضي السيء ليس ظلاماً وإنما خبره وتجربه جعلتني أكثر صلابة وقوة كن كالمصور المحترف الذي يلتقط أجمل زاويه وإن لم يكن المكان رائع ، لاتدقق كثيراً يقول الإمام أحمد بن حنبل : (تسعة أعشار حسن الخلق التغافل) لايوجد شخص كامل ولاتحلل كثيراً إن الذين حللوا الألماس وجدوه فحما ، اصنع رساله لك في الحياة وانطلق بتنفيذ أهدافك ولاتضعف أبداً حتى لو بدأت بتنفيذ جزء بسيط منها انجاز الجزء البسيط بإستمرار يصبح إنجازاً كبيراً.

- (الجانب الجسدي) صادق الطبيعة ، اهتم بالزرع والحيوانات الأليفه ، مارس الرياضة ، احرص على العطاء الجميل وكن مسارعا فيه ،اهتم بغذاءك الصحي والعنايه الشخصيه لذاتك ، حافظ على الاسترخاء ، عاداتك الصغيره الإيجابية سر نجاحك في الحياة ، نوع علاقاتك وهواياتك ، صادق الإيجابين المتفاءلين ، عش اللحظه واستمتع بها .

يامن تقرأ قبل كل هذا أحب نفسك كثيراًودللها ،السعادة طاقة أنت من تصنعها وتولدها في نفسك وتنشرها فيمن حولك ، وبالتالي مثلت الشخص السعيد يعيش في أسره سعيده ويعمل في بيئة عمل سعيده ساهم في بناء المجتمع السعيد .