

كتاب جامع  
لابداعات الكاتبات

بإشراف

إشراف : ساسبيل رضوان



# \* مقدمة :

بقلم : سلسبيل رضوان

لاداعي لقلب الصفحة وتجاوز المقدمات كالعادة ..  
المقدمات مهمة ؛ لاتقلبي صفحة أي شيء يعترض  
طريقك .. إن كانت صفحة فاقرئيها ؛ وإن كانت مشكلة  
فحليها ؛ وإن كان جرحا فعالجيهِ ..التجاوز وقلب  
الصفحات مضر أحيانا - بل في غالب الأحيان - ؛ ويجعل  
الشخص يتراجع عشرات الخطوات من أجل الإعادة ؛  
وفهم بقية الطريق ..

.....

-المقدمات مهمة جدا -

## \* إهداء :

بقلم : سلسبيل رضوان

\*لنفسى المختلفة ..أحبك جدا

\*لمن وضع في كل ثقته وغرس في القوة؛ أبي  
وما أدراك ما أبي .

\*لمن أكدت لي أنني سأبقى مختلفة؛ قوية  
وجميلة دائما؛ أمي الحبيبة .

\*لكل من أحبهم ..أخي ؛ صديقاتي ؛ ولكل من  
منحني ذكري أو لحظة تعلمت منها درسا أو  
عبرة ..أنا ممتنة لكم .

\*لكل المبدعات اللواتي شاركن في هذا الكتاب ..  
أحبكن بلاسمي .. دام نبض أقلامكن يامبدعات .



## تفكير مختلف (الجزء الأول)

### بقلم: سلسبيل رضوان

جميلتي ..

اعلمي أن السعادة لا ترتبط بوزن الأشياء ولا حجمها .. السعادة  
تكمن فيما يعنيه الأمر لنا ؛ وما يكنه من معنى ..  
عشت أشياء جميلة وبسيطة في صفري ؛ لكنها رغم بساطتها  
تفمرني سعادة وبهجة ؛ أشعر في تلك اللحظات أن سعادتي لا  
تسع الدنيا بأكملها ..

كانت أفضل نفمة لي هي صوت أبي يفتح باب المنزل بعد  
عودته من العمل ؛ كنت أعشق رائحة التراب بعد هطول المطر ؛  
ولازلت موقنة أن رائحة خبز أمي أيام الشتاء الباردة هي  
الأفضل ؛ وأنا متأكدة أنه لا شيء يمنحني السعادة أكثر من  
جلوسي مع عائلتي نتبادل أطراف الحديث والضحك معا ..  
جميلتي .. حافظي على كل هذا وكوني على يقين أن السعادة لا  
ترتبط بالشيء بقدر ما ترتبط بما يكنه من معنى .

## تفكير مختلف (الجزء الثاني)

### بقلم: سلسبيل رضوان

جميلتي .. أو لنغير المصطلح ولنقل قويتي ..  
لازلت حتى الآن مصرة على رأيي .. القوة ليست في التشبه  
بالذكور ؛ ليست قصة شعر قصير أو مشية مترفعة ولا لباسا  
رياضيا أو صوتا مرتفعا وضحكات ساخرة ..  
القوة تكمن في ذلك الموجود أيسر صدرك ؛ إن للقوة معنى آخر  
تماما ؛ ليست جسدا مفتول العضلات ولا قامة منتصبة ..  
إنها القدرة على مواجهة الصعاب وتحمل العقبات والصبر  
على النكبات و المطبات .. القوة تكمن في كبح النفس عن  
الهوى من أجل تعويضات الله المذهلة الرائعة ؛ في الابتسام  
رغم الخلفية الملبدة و المتاعب والمشقات ؛ في تقبل النفس  
كما هي وحبها بعيوبها ؛ بالابتعاد عن فلاتر السناپ شات و  
تقبل الصورة العادية لوجهك ؛ بثوره ونقاطه السوداء  
واللهالات أسفل عينيك ..



## تفكير مختلف (الجزء الثالث)

### بقلم: سلسبيل رضوان

لنغير المصطلح مرة ثانية ولنقل ذكيتي ..  
المجد للذكيات .. أظن أن الجمال أمر جيد كونه يلفت  
العيون لفترة من الزمن لكنه ذو تأثير مؤقت وسريع  
وقد فقد بريقه بالنسبة إلي منذ زمن ..  
أظن أننا لو قمنا بتجربة إجتماعية لقياس نسبة  
السعادة المتحصل عليها بعد قول جملة " أنت  
جميلة " و " أنت ذكية " لعدة فتيات سنجد أن  
معظمهن - إذا لم نقل كلهن - سيسعدن بالأولى  
أضعافا مضاعفة مقارنة بالثانية .. وهذا أمر مؤسف  
فعلا ..

لو زرنا في بناتنا منذ الصغر أهمية أن تكون ذكية  
ومبدعة لتبني مجتمعا صالحا ؛ مفكرا ومبدعا لكان  
مجتمعنا الآن يمتلك النوابغ من المبتكرات و  
العالمات ..

## تفكير مختلف (الجزء الرابع)

### بقلم: سلسبيل رضوان

معظم فتياتنا يعدن إلى المنزل قائلات : "أمي .. فلانة إشترت كذا وكذا وأصبحت أجمل مني .. " لم أر في حياتي كلها فتاة عادت إلى المنزل قائلة : "إن نار التنافس والحماس تشعل صدري لأن زميلتي أتت بفكرة جديدة أو حلت تمرينا صعبا بكل ذكاء وسهولة .." وهنا يكمن الفرق ؛ ولذلك فإن فتاة ذكية أهم و أفضل من فتاة جميلة كما يقال ..

ولنصح فكرة الجمال معا ..

فتاة جميلة .. ولنقل جمال حقيقي ؛ ماهو ؟ ههنا نأتي بقول فرنسيس سكوت فيترجيرالد: "..كانت جميلة؛ لكن ليس كفتيات المجلات .. كانت جميلة لأنها ترى الأمور بشكل مختلف ؛ كانت جميلة بسبب عينيها التي تتألق عندما تتحدث عن شيء تحبه؛ كانت جميلة بسبب قدرتها على جعل الآخرين يبتسمون حتى وهي حزينة ؛ لم يكن جمالها ينبع من أي جمال خارجي مؤقت .. كان جمالها ينبع من أعماق روحها ..."

وهاهو المعنى .. فلنركز على قوله جملة بجملة .. "كانت جميلة بسبب قدرتها على جعل الآخرين يبتسمون " وههنا نعود إلى اسم كتابنا ..أي أنها بلسم الحزن ؛جميلة أليس كذلك؟! ..جميلة بعلاجها لحزن الآخرين وقوية لأنها تفعل ذلك رغم حزنها ..



## تفكير مختلف (الجزء الخامس)

### بقلم: سلسبيل رضوان

"لم يكن جمالها ينبع من أي جمال خارجي مؤقت " وهذا ما تحدثت عنه سابقا ..الجمال الشكلي مؤقت سواء لصاحبه أو للناظر ؛ فالعمر كما قيل "هادم للجمال" و العين "دائمة لا مالى لها" ... "كان جمالها ينبع من أعماق روحها " وهنا المفزى والمفيد ..تجدين العديد من النساء المتوسطات الجمال يعشن حياة السعادة والرضى ؛ولو ذكر اسمهن لكان الجميع يشيد بهن ؛ لماذا ؟ بكل بساطة لأن روحهن طاهرة وجميلة ..ولتأتي الأخباريات ممن خسرن عشرات الساعات عند صالونات الحلاقة و صالات الرياضة ومحلات أفخم الماركات العالمية لتقلن "إنها تمتلك حضا رائعا" ..عزيزتي ..هذا ليس حضا ..بل "إنها الروح النقية" .. حلوتي ..كوني على يقين أن كل شيء يحدث لسبب ؛ لو أجبنا يوما عن السؤال المطروح "لماذا خلقت؟ ولماذا أنا في هذا المكان بالذات ؟ ومانفعي ؟ لكان لحياة الكثيرين منا معنى ؛ ولما شغلنا وقتنا بسفاسف الأمور ؛ ولما أهدرنا كلماتنا في إغتياب الناس ونشر عيوبهم...



## تفكير مختلف (الجزء السادس)

### بقلم: سلسبيل رضوان

كوني على يقين عزيزتي ؛ أن الحياة جميلة  
بحلوها ومرها فلا لذة للطعم الحلو دون  
المالح .. والواقع أجمل بكثير من مواقع التواصل  
الاجتماعي ؛ ما قيمة كل المتابعين من حولك في  
هذه المواقع و الواقع يفتقر إلى ربحهم ؛ ما فائدة  
كل الحب والود على الفضاءات الإلكترونية  
والحقيقة صحراء قاحلة لا ود فيها ولا محبة ؟ ..  
صغيرتي أو أختي أو حتى خالتي أو لنقل حتى لو  
وصلتي لعمر جدتي .. العمر عدد لا غير ؛ لا عمر  
لتوقف النجاحات والأحلام .. احلمي وحققي الحلم  
ولتكن طريق تحقيقه ممهدة بالورود .. لا  
تهتمي لرأي الآخرين فرأي الناس لا يطعم الخبز

## تفكير مختلف (الجزء السابع)

### بقلم: سلسبيل رضوان

أرسمي السعادة بينما يحفر الآخرون الحفر ؛ واستمتعي بالحياة بينما الآخرون يكون على الأطلال .. استغلي كل لحظة في حياتك ؛ مري بالأيام ولا تجعلها تمر بك .. علمي أولادك أن الصحون الجديدة ليست للضيوف بل هي لهم أولاً ؛ حضري لهم حلوى نجاحهم بكل حب و فرح ؛ واجعليهم يشاركون في صنعها لتكون لذتها لذتين .. صبيحة العيد أخبريهم أن كعك العيد من أجلاهم أولاً ؛ وأن الكعك جميل الشكل لهم وليس المحترق منه .. أخبريهم بإيجابياتهم واجعليهم السند الوحيد لأنفسهم وقت الشدة ..

أخبري إبتك أن الزواج ليس غاية ؛ بل الغاية الأسمى منه هي تربية أبناء صالحين وواعين ؛ أخبريها أن عليها تحقيق أحلامها لتبني بعدها مجتمعا واعيا ؛ اجعليها ممتنة لكل من يبذل شيئا من أجلاها ؛ علميها أن اللابكات و صور البروفایل الملفتة للنظر لا تعبر عن سمو صاحبته ؛ وأن قيمة المرأة بدينها وأخلاقها وعلمها وقدرتها على التحدي ومواجهة الصعاب ؛ أخبريها أن كل هدية بسيطة مصنوعة يدويا أفضل بكثير من تلك الهدية الفخمة ؛ فهي تجمع حبا وعملا صادقا وجهدا مبذولا ...



## سجادة السمو (الجزء الأول)

### بقلم: رميساء ساري

الخطأ... السقوط... البكاء... الندم...

كلمات حزن.. كما يعتبرها البعض...

أما بالنسبة لي... لا

معناها بقاموسي : نقاط قوة.. بداية جديدة...عبرة من

أجل الأفضل... اساس انطلاق و بروز...

كلنا إنسان ذو مشاعر وأحاسيس... كلنا نحزن.. ونبكي حتى

الغفيان... كلنا نتحطم عند صدمة ما

كلنا نفس الشيء... أما بعد؟! .. أما بعد كل هذا؟!!

ماذا هناك؟! هل نستمر بحياتنا التعيسة مع ذلك الحزن؟!..

هل نبقى بزاوية غرفة يسكنها الظلام!...

هل نترك حاضرنا ومستقبلنا؟!.. هل نموت ونحن أحياء!!..

بسبب مرحلة مؤلمة؟!.. بالطبع لا..

## سجادة السمو (الجزء الثاني)

### بقلم : رميساء ساري

أهدانا الله سبحانه وتعالى هدية في هيئة جسد.. لنحافظ عليها؛  
لنسعدها؛ لنعطيها كل ما هو رائع في هذه الدنيا المازة...  
لنتمسك بذلك الخطأ؛ بذلك الحادث؛ بذلك السقوط... بتلك الدمعة...  
ونبسطها فراشا يعلو بنا... نأخذ صحيح الخطأ ونجعله سندا نرتكز  
عليه... لنخطو درجات السُفُو...  
لنضع مبتفاننا... طموحاتنا... آمالنا... وننقشها على سلم الرُقي...  
نجعل مسارنا على ذلك السلم لا غير...  
نصعد درجة بدرجة؛ سنعرقلنا بعض الأمور... بالتأكيد.. لكن لن نأبه  
لها؛ سنواصل الصعود.. مع ذلك التحدي المرسوخ باعماقنا.. لن  
نستسلم أبدا... بفضل زهرة الأمل التي زرعتها ذلك الوجد سابقا  
حتى أصبح بستان أمل...  
ها نحن نقترب... ها قد مسكنا نور الوصول..  
ها نحن في القفة... مبتفاننا أصبح حاضرنا...  
طموحاتنا نحتظنها براحة ايدينا... ها قد نلنا الفوز بالتحدي...  
ونبتسم عند النظر للوراء...  
خطأ!! هه أصبح مجرد ذكرى لا أكثر...  
<>والقادم أفضل يا ذن الله <>



## فلتكلمي المشوار عزيزتي

### بقلم: سعاد قاري

الدنيا لا تتوقف عند أي شخص حبيبي .. لا تتوقف عند الحلم  
أبدا عزيزتي .إن غدرك وحوش كاسرة تغلبي عليهم  
بايمانك ؛وثقي بعدالة الرحمان جميلتي .. ارتقي وتفاءلي  
خيرا حلوتي ؛أكملي درب الحياة بأمل وحلم وعزم  
صغيرتي .لا تتعثري بحجر الحياة رفيقتي .. فما هم البشر إلا  
أن يروك مكسورة صديقتي ..

ابتعدي عن الانتقام ولا تفكري بما فعلوا بك ؛ولا تحاولي  
استخراج الآلام عزيزتي ..

تيقني مادمت واقفة ستكملين سبيل الحياة و ستشعلين نار  
الامل وردتي .. ابتسمي ولا تحبسي شخصيتك في حجرة  
مظلمة فهذا مبتغاهم يا زهرتي .أحسني إليهم كلما  
قدموا إساءة لك؛ واصبري على أذاهم فهذا ما أوصانا عليه  
الاسلام نجمتي .. ليس جبنا أو غباء أن تصبري بل لأنك اشرف  
وأعلى من تصرفاتهم .

## فلتكلمي المشوار عزيزتي

### بقلم: سعاد قاري

الدنيا لا تتوقف عند أي شخص حبيبي .. لا تتوقف عند الحلم  
أبدا عزيزتي .إن غدرك وحوش كاسرة تغلبي عليهم  
بايمانك ؛وثقي بعدالة الرحمان جميلتي .. ارتقي وتفاءلي  
خيرا حلوتي ؛أكملي درب الحياة بأمل وحلم وعزم  
صغيرتي .لا تتعشري بحجر الحياة رفيقتي .. فما هم البشر إلا  
أن يروك مكسورة صديقتي ..

ابتعدي عن الانتقام ولا تفكري بما فعلوا بك ؛ولا تحاولي  
استخراج الآلام عزيزتي ..

تيقني مادمت واقفة ستكملين سبيل الحياة و ستشعلين نار  
الامل وردتي .. ابتسمي ولا تحبسي شخصيتك في حجرة  
مظلمة فهذا مبتغاهم يا زهرتي .أحسني إليهم كلما  
قدموا إساءة لك؛ واصبري على أذاهم فهذا ما أوصانا عليه  
الاسلام نجمتي .. ليس جبنا أو غباء أن تصبري بل لأنك اشرف  
وأعلى من تصرفاتهم .



## القوة مفتاح النجاح (الجزء الأول)

### بقلم : خولة هدام

يتلقى الانسان في حياته نحو هذا العالم الذي يلفه العديد من الصعوبات والازمات التي تضعفه وتجعله غير قادر على مواجهة تحديات الحياة، فالاشخاص الأقوياء يستطيعون المثابرة؛ لأنهم يبحثون عن مواطن القوة بداخلهم ويجدون ان الفشل درس قاس.. ولكننا يجب أن نتعلم منه ونكتسب القوة؛ لا ان ينهي حياتنا ونياأس وتكون النهاية محزنة.. فالعزيمة تستطيع فتح أبواب الحياة.. هناك من يظن أن القوة في رفع الصوت وإجراج الآخرين أمام الناس و المخاصمة وكثرة العتاب وهذا خطأ؛ لأن القوة تكمن في القدرة على المناقشة بهدوء واحترام؛ إضافة إلى الشعور بالآخرين والعفو عنهم؛ والتحلي بسماحة القلب..

## القوة مفتاح النجاح (الجزء الأول)

### بقلم : خولة هدام

يتلقى الانسان في حياته نحو هذا العالم الذي يلفه العديد من الصعوبات والازمات التي تضعفه وتجعله غير قادر على مواجهة تحديات الحياة، فالاشخاص الأقوياء يستطيعون المثابرة؛ لأنهم يبحثون عن مواطن القوة بداخلهم ويجدون ان الفشل درس قاس.. ولكننا يجب أن نتعلم منه ونكتسب القوة؛ لا ان ينهي حياتنا ونياأس وتكون النهاية محزنة.. فالعزيمة تستطيع فتح أبواب الحياة.. هناك من يظن أن القوة في رفع الصوت وإجراج الآخرين أمام الناس و المخاصمة وكثرة العتاب وهذا خطأ؛ لأن القوة تكمن في القدرة على المناقشة بهدوء واحترام؛ إضافة إلى الشعور بالآخرين والعفو عنهم؛ والتحلي بسماحة القلب..



## القوة مفتاح النجاح (الجزء الثاني)

### بقلم : خولة هدام

فالقوة تجعل الفرد واثقا من نفسه وقدراته وبالتالي تزيد عفته وتواضعه؛ فلا يتواضع إلا من كان واثقا من نفسه؛ ولا يتكبر إلا من كان عالما بنقصه... والقوة تعني أن تدوس على وجعك وتمشي مبتسما واثقا من نفسك أمام كل من ينتظر سقوطك وأن تكون في قمة صمودك عندما يعتقد الكثيرون أنك سقطت .

هناك العديد من الأسرار تزيد القوة الداخلية لكل شخص:

-السر الاول (الإدراك والمعرفة): فالشعور بالمتعة واللام يسير

حياتنا .. فكيف نتحكم بهذين الشعورين لصالحنا ؟

يكون ذلك باستخدام الرابط.. أي ربط الألم بالأشياء التي نريد تجنبها والتوقف عنها ونربط المتعة بالأشياء التي نرغب في فعلها لتحفيزنا؛ إضافة إلى تغيير أسئلتنا وجعلها أكثر إيجابية، فبدلا من السؤال لم أنا تعيسة؟ ليكن السؤال: ما الشيء الذي يمكن أن أفعله لأصبح سعيدة؟

-السر الثاني (قوة الايمان): الايمان بالله، الايمان بالذات، و الايمان

بالآخر.

الايمان والاعتقاد: فالاعتقاد بقدرتك يجعلك تشعر أنه بإمكانك أن

تحقق أحلامك ؛ والايمان ينقلك إلى هناك..

## القوة مفتاح النجاح (الجزء الثالث )

### بقلم: ذولة هدام

الاعتقاد يتعامل مع ما هو ممكن والإيمان مع العمل يتعامل مع المستحيل و يحول الحلم إلى حقيقة، إن الاعتقاد يسيطر على أفكارنا بينما يضعنا الإيمان على عتبة العمل.. الاعتقاد يأتي أولاً ولكن الإيمان المطلق يتبعه، ولذلك فإن الإيمان الحقيقي يفضي إلى العمل.

-السر الثالث(قوة الحب):المكونات الأساسية الثلاث لقوة الحب(التسامح، الحب، العطاء)هناك مظاهر خاطئة حول التسامح بأنه يعني الضعف و تقبل الألم من قبل الطرف الآخر والنسيان...

عملية التسامح تحتوي على(الإدراك؛ إتخاذ القرار).

-السر الرابع(قوة التركيز):إذا أردنا النجاح في أي شيء في الحياة يجب أن نركز اهتمامنا على الفكرة التي نعمل عليها.. فالتركيز هو بداية القوة؛ وبهذه القوة يستطيع أي رجل عادي تحقيق نتائج مبهرة؛ وهذا الأخير هو الأساس في أي نجاح وغيابه كذلك هو السبب الرئيسي في أي فشل؛ لأن هناك احتياجات أساسية خمسة تؤثر على

تركيزنا(الفيزيولوجية، العاطفية، النفسية، العقلية، الروحية)15-



## القوة مفتاح النجاح (الجزء الرابع)

### بقلم : خولة هدام

-السر الخامس (قوة السلام الداخلي): إذ لابد للفرد أن يعيش السلام مع نفسه أولاً.. ومن أسباب السلام الداخلي: الإيمان، الصلاة، التسامح، محبة الآخرين، العطاء، الصيام، الصمت، الخلوة بالنفس؛ التأمل.

-السر السادس (قوة القرار): سيكتشف الإنسان عاجلاً أم آجلاً أنه هو المسؤول عن تهذيب روحه و توجيه حياته. والقوة الأساسية تكمن في قوة القلب و نقاءه، لأنه هو من يسير سائر جسد الكائن الحي فإذا صلح صلح الجسد كله وإذا فسد فسد الجسد كله، فحين يسألونك عن جهاد النفس الحقيقي أخبرهم أن أصدق جهاد هو قدرتك على ان تبقي هذا القلب صالحا و صافيا بعد كل الإنكسارات والهزائم ؛ وكأنك مازالت في الصفحة الأولى في السطر الأول من مشوار العمر.. وهنا تكمن القوة الحقيقية.

## غرفة الأحلام (الجزء الأول)

### بقلم : سلسبيل حموم

في غرفة مغلقة بالجدران ، كانت تعيش فتاة حسناء تدعى أميرة ، بنت وحيدة في الثانية عشر ربيعا ، بين ليلة و ضحاها وجدت نفسها بدون مأوى و لا مادة بعد حادث مأساوي لوالديها حيث أصبحت مشوللين ، و هنا تقع في حيرة ، هل أذهب و أعمل لأجلب قوتا أو أعتني بوالداي أو أدرس لإمتحاناتي ؟..

لم تجد سوى وسيلة للعيش؛ و هي العمل في المنازل لأجل إقتناء منزل و كذلك إيدخار الأموال لدراستها و علاج أبويها ..



## غرفة الأحلام (الجزء الثاني)

### بقلم : سلسبيل حموم

بدأت في البحث عن عمل يتناسب مع توقيت دراستها ، لتجد عجوزا وحيدة تخلت عنها كل عائلتها و تعيش في بيت كبير ، تحبها و تعتني بكل عائلتها. رتبت البنت مصالحتها و عادت إلى دراستها لتجد كل من معها يستهزء بحالها قولا:

" جاءت العاملة" ، لم تهتم لكلام أي شخص و أكملت مشوارها ، وإذا بها خرجت لتجد شابا يتحرش بها و يقلل قيمتها ، تذهب باكية إلى غرفتها لتجد تلك العجوز وقد خصصت لها غرفة مليئة بصور حلمها ، ذهبت مسرعة إليها ، لتفمض عيناها و تعيش وسط تلك الأحلام هروبا من الواقع المتنمر ، في يوم كان إستثنائيا لم ترض أميرة الذهاب إلى المدرسة نظرا لقسوة الكلام الذي يزداد يوما تلو الآخر فتلك الغرفة المغلقة كانت مكان عيشها لا غير ، بعد تنالي المحاولات ذهبت لتجد مسابقة محلية لتصميم الملابس للشبان والتي كانت تمثل موهبة لها ، لتذهب و تسجل بها ، و تبدأ بتصميماتها ، وقد كانت تساعدنا صاحبة البيت لأنها تعرف أناسا هناك ، جاء اليوم الحاسم لتفاجيء الجميع بروعة عملها بالرغم من قلة الإمكانيات إضافة إلى قصر الوقت ، و تفوز بالمرتبة الأولى و تحصل على مبلغ من النقود أعانها على شراء منزل صغير يأويها ..

## غرفة الأحلام (الجزء الثالث)

### بقلم : سلسبيل حموم

وقد أصبحت تقبض مبلغ شهريا يساعدها على علاج والديها..وقد كان عملها بسيطا يتمثل في ارسال التصميمات شهريا عبر إيميل ..  
بعد معرفة حالها أعانها مدير الشركة وأهداها مكانا لتفتح به محلا يعرض تصاميمها ، و بالرغم من صفر سنها إلا أنها نجحت في هذا المجال و أصبح عملها الأتقن و الأطلب في المنطقة ، وواصلت العمل لتعالج والديها و يتعافيا ليفتخرا بإبنتهما أشد الإفتخار .

الحال ليس دائما فاليوم لك و غدا عليك ، لذلك لا تسخر من إنسان فداخله نار.. و من لم يرض بحاله وحب عليه الصبر؛ فالصبر مفتاح الفرج و الله لا ينسى عبدا ؛ فهو سبحانه يرزقه أي رزق و ليس شرطا أن يكون مالا فقط .



## غرفة الأحلام (الجزء الرابع)

### بقلم : سلسبيل حموم

قد تعترضك جرائم في طريقك تستهدف  
أخذ طموحاتك معها ، لكن لا  
تستسلم .. لربما القادم اجمل ؛ سيكون مليئا  
بالتفاؤلات ، لذلك دوما لا تيأس و اجعل  
صمودك مرصادا يخجل كل العالم من  
مواجهته ، لأن بذرة من الصعاب تنتج شجرة  
من ثمار القوة والصمود، لذلك فلنكن  
الأفضل و نتعلم من إختباراتنا لأنها قد تنير  
دربنا يوما..

ابتسم واترك الدنيا مارة (الجزء الأول)

## بقلم: منى بوشريط

\* اكسر قيود الفشل... فكر في النجاح لا  
سواه... أطلق ذلك الوحش الذي بداخلك  
وتحدى العالم... بإبداعاتك... بروعتك... وكل ما  
فيك من جميل

\* اكسر جدران احزانك... ابتسم... اضحك... استمتع  
بحياتك... واستمر في تحقيق أحلامك... بدون  
مستحيل...

\* اكسر تلك الخيبة التي بقلبك... لا تيأس أبداً...  
كن كالجبل الصامد الذي لا يعرف  
المستحيل... بل يتحدى المستحيل... وجه  
مسارك نحو المستقبل الأفضل... لا غير.



## ابتسم واترك الدنيا مارة (الجزء الثاني)

### بقلم: منى بوشريط

\* لا تستهين بنفسك ... ولا تقل ليس لي أي قيمة...  
أنت إنسان مخلوق بكرامة... ومن يوم ولدت وأنت غالي... لا  
تقل كسروني... حطموني... حتى يمتلك الإحباط ... لا وألف  
لا.

قل أنا قادر وسأواصل لقمة الجبل العالي...  
ابدأ صفحة جديدة مع نفسك... وأكتب حكاية إنسان ثان  
بداخله إرادة؛ إصرار؛ عزيمة؛ ومتحدٍ للصعوبات ...  
\* ازرع في قلبك ورود الأمل والتفاؤل... كشروق شميس  
صافية... ليعرفك الناس يا عالي القدرات...  
كن غريباً لسلب و للايجاب  
عش كما يروق لك ... اسرق من وقتك الراحل...  
عش لنفسك... لسعادتك...  
ابتعد عن الملل... فالوقت يمضي.. والعمر واحد...  
والحياة راحلة... فعشها كما تريد أنت... فأنت أنت لست بالغير  
كن غريباً واثقاً من نفسك ... إجعل كل ما يخصك عظيم .

## لا تتأثر بما يقولون

### بقلم : سعاد قاري

أثروا عليك بأفكارهم الساذجة.. أعلم ..

قالوا: انت متخلفة تركت هواياتها ومغامراتها .. قالوا أنت جبانة  
تهابين الخروج في الليالي المظلمة .. قالوا الكثير يا وردة . لكنهم  
لا يعلمون بأن مبادئك وشرفك لا يسمحون .

اخلاقك ترفض أن تتكلمي مع الغريب بل وألا تصافحيه .

اخلاقك ترفض القهقهات بين الرجال؛ و مبادئك ترفض لبس  
المكشوف بينهم .

إنها ترفض أن تسمع الغناء وأن تشاركيه مع الغير.. أخلاقك ترفض  
أن تقول كلام السوء والفواحش لأنها ببساطة مستوحاة من  
الإسلام ...

أخلاقك عارضت أفعالهم وتصرفاتهم فصرت أنت الساذجة  
المتخلفة الجبانة ..

لكنني أقولها وأكررها.. افتخري بنفسك ؛ لا تتخلي عن مبادئك؛ و  
أكملي في الحفاظ على شرفك .. تأكدي على الرغم من أنوفهم  
ستبقين سامية راقية .. فلا تتأثري.



## الأمل بكل بساطة (الجزء الأول)

### بقلم: رميساء ساري

إذا نظرت بعين التفاؤل إلى الوجود...

لرأيت الجمال شائعا في

كل ذراته...\*

— حياة بلا أمل... —

أهي

حياة!!!...

يعيشها صاحبها بتشائم.. بوحدة...

بإكتئاب...

لا يذوق بنة الحياة... يرى الجانب

المظلم لا سواه...

°° الابتعاد\_الاختباء\_البكاء\_الحزن...°°

تلك هي حالاته...

^ حياة بلا نور، بلا روح، بلا فرح... ^

^ حياة بألم، بملل، بعجز... ^

أهي حياة...؟؟!!!

## الأمل بكل بساطة (الجزء الثاني)

### بقلم: زميساء ساري

..حياة بأمل...؛

شخص متفائل... يرى الفرصة في كل صعوبة،  
عكس المتشائم يرى الصعوبة في كل فرصة...  
يملك صاحبها الابتسامة.. الفرح... الاكتفاء...  
يجعل من الحزن فرح بكل بساطة.. بقوله:  
" ان كأسى مملوءة إلى نصفها..."

عكس الآخر ليقول ان نصف كأس فارغة..."  
- لون حياتك بألوان التفاءل و السعادة...  
نولد بلوحة بيضاء ناصعة...  
فمنا من يحافظ على نقائها و صفائها...  
ومنا من يحولها إلى سواد داكن...  
\*رغم وجود الشر؛ المشاكل؛ الفشل...  
\*هناك الخير؛ الحل؛ النجاح... \*  
\*وبالرغم من وجود قساوة الواقع...  
\*هناك زهرة الأمل... \*

< والقادم افضل بإذن الله >



## انطلقى أيتها الفتاة

### بقلم : سعاد قاري

ابتسمي.. تشجعي.. وبكل عزم انطلقى وإياكي أن تتوقفي؛ فإن  
كنت أيتها الأنثى في الوجود حية فلا بد أن تتحركي..  
أكملي المشوار ولا تترددي .. إذا ما فشلت مرة فستحطمين ..  
قاتلي مادام سلاح العلم معك؛ وإذا طفى عليك كابوس الخوف  
والألم انهضي..

انهضي.. قاتلي وبارزي مادمت تملكين هدفا. أسرعى؛ غامري؛  
وضعي لنفسك مكانا بين النجوم لترتقي .  
لا تستح مادمت بحجابك وعفتك.. لا تستح مادمت متأكدة من  
مبادئك.. تعلمي وعلمي.. افهمي وادرسى.. ومن ثم جربي  
وانصحي..

لا تقولي لا أستطيع بل إنزعي حرف "لا" من قاموسك.. أنت عنصر  
فعال في هذا المجتمع ولا يقوم المجتمع من دونك.. تعلمي  
ولكن تواضعي أرشدي الغير وأنصحي.. لكن احرصي ألا تفضحي؛  
ساعدي الناس.. تأملي وابتسمي فأنت تستحقين الخير حبيبتى ..

الإيجابية والتفاؤل سر السعادة  
الدائمة (الجزء الأول)

**بقلم: خولة هدام**

التفاؤل هو الامل الدائم بالايجابيات وبتحقيق أمر ما، فهو يبعث الطاقة الايجابية بالنفس، التي تعزز قدراتنا على مواجهة التحديات والتقدم نحو تحقيق الاهداف و تدعيم روح الفرد والاصرار.

يمكن القول ان العقلية الايجابية او التفكير الايجابي يعني مواجهة تحديات الحياة الصعبة بنظرة ايجابية، هذا لا يعني بالضرورة تجنب الاشياء السيئة او تجاهلها.. بدلا من ذلك يجب الاستفادة من المواقف السيئة ومحاولة رؤية الافضل في الاشخاص الآخرين، وعرض نفسك و قدراتك بشكل ايجابي وذلك هو الميل الى التركيز على الجانب المشرق و توقع نتائج جيدة والتعامل مع التحديات بنظرة إصرار وهذا ما يطور التفكير الايجابي حيث يتعلق الأمر بدمج كل من الإيجابية والسلبية في وجهة نظرك واختيار ان تظل متفائلا بشكل عام.



الإيجابية والتفاؤل سر  
السعادة الدائمة (الجزء الثاني)

بقلم: خولة هدام

وهذا الأخير يمكن له أن يزيد من العمر ويقلل من معدلات الاكتئاب ويحسن حالتك النفسية والجسدية، ويحمي القلب والوعية الدموية ويساعد على بناء مهارات المواجهة أثناء اوقات التحدي. كما وضح لنا الله تعالى في كتابه أن الذي يتأمل آيات القرآن الكريم يجدها مليئة بالتفاؤل بل وتعلمنا كيف ننظر الى الحياة نظرة ايجابية فلا مكان لليأس في حياة المؤمن لدرجة ان القرآن اعتبر الذي ييأس من رحمة الله كافرا لقوله تعالى: \*وليتيأسوا من روح الله انه لا ييأس من روح الله الا القوم الكافرون\*.

الانسان الاكثر ايجابية وتفاؤلا هو الانسان الذي تجد حياته أكثر حيوية، وحتى تحصل على العقلية الايجابية في الحياة نقترح لك هذه النصائح التي يجب العمل بها والحفاظ عليها:

- ابدأ يومك بتأكيدات ايجابية: الساعة الاولى من كل صباح هي التي توجه بقية ساعات يومك، اعمل على ملئها وانت واعي بالحب والتفاؤل والامل والثقة والفرح والشجاعة والاطمئنان والسعادة.

- اختلط بالاشخاص الايجابيين لانهم سيأثرون في افكارك وعقلك وسلوكياتك وستتحول لشخص ايجابي بشكل لا ارادي ثم ستبدأ بالتأثير في الآخرين.

الإيجابية والتفاؤل سر  
السعادة الدائمة (الجزء الثالث)

**بقلم: خولة هدام**

- أضف جرعة من الايجابية والتفاؤل لكل لحظة من لحظات حياتك لترتقي انت ومن حولك.
- حاول دائما أن تكون ايجابي، لأن التفكير بشكل ايجابي مفيد جدا لصحتك الجسدية والنفسية.
- ركز على الاشياء الجيدة مهما كانت صغيرة.
- حول حالات الفشل الى دروس وتعلم منها.
- ابحث عن الاصدقاء والزملاء الايجابيين لدعمك وتشجيعك.
- عد النعم التي لديك مهما كان عددها مع التركيز على الأشياء الجيدة في حياتك مهما كانت تبدو صغيرة او تافهة، سوف تساعدك على التفاؤل وتخرج من عقلك السلبيات.
- ابتسم وكن بشوشا تجعل الوضع أفضل.
- استمع الى الموسيقى المتفائلة التي تحبها، واقرأ الكتب التي تحتوي على التفاؤل ولو كان ضئيلا يبعث داخلك التفاؤل.
- كلما اتسعت مساحة الايجابية والتفاؤل في عينيك، كلما رأيت نعيمان لا يبصره إلا من أحسن الظن بالله.



## لترتدي الحجاب من غير خوف

### بقلم: سعاد قاري

علمت بحبك للحجاب أيتها الانثى ؛وعلمت أن  
هناك العديد ممن أبوا الرضى ..فكم تعذبت  
لأنك اخترت الستر في الحياة..اكملني حبيبتى  
على الرغم من الصعوبات في لبس الحجاب ..  
فلم تخلقي للبس ما يأمرون به يا وردة..  
إرتد الحجاب وتعلمي وأطلقى العنان  
لمخيلتك.. تزيني بالعفو وقت الشدة ولا تصغ  
للعقول الجبابة التي لاتزال ترى المرأة مجرد  
جثة ..

المرأة شخص ..فكر..عقل ..هويات يا إخوة .  
قد اخترت الحجاب لترتديه يا درة فلا تتنازلي  
عن المعركة يا حرة ..

## ولدت من رحم المعاناة (الجزء الأول)

### بقلم: سندس غناني

عجزت ألفاظ لساني عن البوح بما

يختلج صدري

أنين على أنين جفف دموع عيني

بين شتاء قلبي و ربيع وجهي

ما بالك أيها السراب تعذب فؤادي

ألم تكتفي بحرقني فأتيت تدوس

على رمادي

أفلا ترى أنني غادرت المعركة و

رميت سيفي

أجئت طالبا صفحي

أم يهمك أن ترى آثار ذبحي

لن يجدي العفو و التنحي

لا تحاول ان أردت نصحي

أيتها الآهات كفي وغادري جوفي

طيف اصبح جل احساسني



ولدت من رحم المعاناة (الجزء الثاني)

## بقلم : سندس غناني

أظننت ان هذا كلامي؟؟!!  
لا يا صديقي هذه أماني  
فالآن وجدت ضالتي و انتشلتني ربي  
الى ما هو فيه خيري  
لكن.....

ليس كل عابر ناسي  
و ليس كل جرح هاني  
لم أنس لعدم اكتراثي  
بل أنسى حفاظا على أحلامي  
هاقد انجلت غيوم شتائي  
و بزغت شمس ربيعي  
بالرغم ما مر بي  
ها أنا أبحر بسفينتي من جديد و أرفع شراع وجداني  
و أعزف سنفونية أمالي  
بلحن راق لجمالي  
هيهات أيها القلب البالي  
قلب كان في ماض زماني  
فأنا الآن الطموح عنواني  
سيكتب النجاح نفسه بين طياتي..

ولدت من رحم المعاناة (الجزء الثالث)

## بقلم : سندس غناني

عاهدت نفسي ثانية بالمضي  
فقد اتخذت من التحدي نبراس طريقي  
و علقت الاصرار نيشان على كتفي...

في آخر المطاف اوجه رسالتي الى كل  
من اتخذ نقطة معينة نهاية. أقول لا لا  
فالحظة التي تظن أنها النهاية سيخلق  
الله لك شيء ليكون بداية افضل  
فالنهاية الوحيدة التي ليس لها بداية هي  
الموت

فلا تياس فقط قل يارب ابشر بالعطاء



# شعلة تحترق

## بقلم: شيراز تاجر

أعلم أنك تتعذب، أنك تبكي كل ليلة على حياتك، التي لم تسر كما  
تمنيت، أعرف هذا الشعور جيدا... الأمر أشبه بإبتلاع قطعة زجاج؛  
قلبك ينزف؛ خيوط النياط تتقطع رويدا رويدا. و لظلام ينزل أشرعته  
عليك... تشعر أن الجميع ضدك؛ لا أحد يفهمك ولا أحد تسند عليه.  
بالعكس.. الجميع يلقي عليك اللوم؛ لكن صدقني يا صديقي.. لن  
يساعدك أحد.. ستبقى على هذه الحالة ان بقيت تنتظر من أحدهم  
أن يأتي إليك ويقول لك: ... هيا قم أنا بجانبك! ..

لا يوجد شيء من هذا القبيل.. عليك أن تضمد جراحك سريعا  
وتنهض لإكمال المعركة، الوقت يمر وفرص النجاح تتكرر كل يوم  
أمام عينيك.

أترك الماضي اللعين وراءك.. إدفن أحزانك وأغرس على قبرها  
"زهور أقحوان" حتى تستخلص منها ما يلزمك للمضي قدما.. أكسر  
القواعد، أعد ترتيب حياتك.. تذكر أن الله لا يغير من قوم حتى  
يغيروا ما بأنفسهم. ومن راهن على فشلك في الأمس راهن  
على ابتسامته في الفد.

## ثغرات الفؤاد (الجزء الأول)

### بقلم: ياسمينه بسكري

نسيتكم وأدرت ظهر قلبي، وأنا أمضي في طريق  
معاكس لكم، أنا وأنتم خطان متوازيان، لا يمكن أن  
يلقتيا أبدا..

إن الأيام لا تتكرر ولا تعاد، لقد لفظت آخر أحلامي بكم  
حين لفظت قلوبكم، وإني بكيت خلفكم كثيرا حتى  
إقتنعت بموتكم، أنا لا أستطيع إعادةكم إلى الحياة  
في قلبي بعد أن إخترتم الموت فيه، رحيلكم جعلني  
أعرف نفسي، وأكتشف أشياء جميلة عنها، وعرفت أن  
الحياة لا تتوقف على رحيلكم...

لقد أعدت ترميم جدران نفسي بعد رحيلكم، وأزلت آثار  
بصماتكم من أعماق قلبي ؛ حرصت على تنظيف  
المساحات الملوثة التي ورثتها منكم .



## ثغرات الفؤاد (الجزء الثاني)

بقلم: ياسمينه بسكري

لقد أغلقت كل محطات الإنتظار خلفكم، وخلعت  
رداء الشوق إليكم في الزحام عن ظلالكم  
وعطركم... صلاحيتكم إنتهت وإنّ النبض في قلبي  
ليس بنبضكم، لقد أجهضتكم في لحظات غيابكم.  
إن لكل إحساس زمانا، ولكل حلم زمان ولكل حزن  
زمان، رحيلكم كان لدي أجمل كنز.  
لقد اكتفيت بالانطواء والعزلة، ولدت الكثير من  
الآلام في سراييني بفضلكم، عرفت نفسي ومن  
أكون.. و بفضلكم انتصرت؛ فرحيلكم أفضل هبة  
ربانية حصلت عليها، فأنا لا أقبل الخائنين على  
مملكتي...

## الله المستعان (الجزء الأول)

### بقلم : سحاب نايت شعبان

عندما جربنا وعشنا المرارة والظلم والبؤس  
لا أحد وقف معنا ولا أحد أحس بنا..  
إستعنا بالليل وظلمه ؛لكي نبكي ونشكو و نفرغ  
ما في قلوبنا ..  
ظننا أنه لا أحد يسمعنا ؛وكنا نقول: لماذا أنا ؟  
لماذا يحدث معي هكذا؟..  
ولكن كل إنسان ابتلاه الله ؛ لست أنت فقط..  
لكن في لحظة ما نتذكر أن الله معنا وأنه هو  
الذي يسمعنا ..-رب العرش العظيم-  
الله لا اله الا هو الحي القيوم لا تأخذه سنة ولا  
نوم ،كما نتذكر شيئاً مهما وهو قول الله عزوجل  
أن بعد العسر يسرا...  
بعد كل ضيق فرج ..نعم... لأن الله معنا ..لأن الله  
عزوجل يحب عبده الذي يدعوه و يلجأ إليه..



## الله المستعان (الجزء الثاني)

### بقلم: سحاب نايت شعبان

لا خوف ولا يأس مع الله؛ سيكون لنا غد أجمل إن شاء الله..  
سيكون مليئًا بالأشياء الجميلة؛ فقط توكلوا على الله؛  
وكونوا مع الصابرين الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إن لله  
وإن إليه راجعون..

- صبرا جميلا - دعونا إذا أصابنا إبتلاء نستعين بالله ونوكل  
أمورنا إليه؛ ولانشكو أحزاننا لأحد لأنهم عاجلا أم آجلا  
يتعبون من شكوانا ويتركوننا..إلا الله سبحانه وتعالى يحب  
عبده الذي لا يشكو همه لأحد إلا إليه؛ ويتقرب إليه بالصلاة  
والدعاء ..

ستتغير أقدراننا إلى الأجل وستشفى أسقامنا؛ ويذهب حزننا  
وتعود فرحتنا ويذهب الفم وكل شيء قبيح ويعوض بأشياء  
الجميلة تسعدنا..

هذا كله لأننا استعنا بالله وصبرنا وتوكلنا عليه؛  
والحمد لله على كل شيء؛ وصل اللهم وسلم وبارك على  
حبيبنا وشفيعنا يوم القيامة؛ يوم يقول كل الناس: "نفسى  
نفسى" إلا هو صلى الله عليه وسلم: "أمّتي أمّتي". -38-

# الضمير

## بقلم: نفيسة زروال

كيف نسأل الضمير و بالحق قد كفناه.. وسط حفرة مظلمة و في  
القلب دفناه..

كيف نسأل الضمير ونحن أعجز من ذلك..

إن كان نور الحق يبكي في الظلام الحالِك..

لن يسمعنا الضمير.. لن يلتفت إلينا

و حتى إن سمعنا فهو لا يرد علينا..

لأن الروح فينا لم تعد منارة للحق .. أجسامنا طليقة و الروح  
تحت الرق..

لأن القلب فينا أصبح كالأرض البور..

لا دمع يسقيه كي تنمو به الزهور..

الضمير..

إستيقظ يا ضمير ..

إستيقظ من نوم الغفلة.. لا يفرنك الشيطان .. و لا لهو الدنيا..

نحن في هذه الدنيا ضيوف.. و نحن نعيش من أجل الإستعداد

للحياه القادمة..

يجب أن نعرف أن بعد الحياه موت... و بعد الموت بعث... و بعد

البعث حساب؛ فجنة أو نار؛

أيها الضمير اصح ..



## اصنع حظك بنفسك (الجزء الأول)

### بقلم: حورية منصور

العديد منا من يصدق بأن هذا العالم يسير بالحظ و ينسون بأن هناك شيء اسمه القضاء و القدر؛ فالله سبحانه و تعالى عادل بين خلقه ولا يميز (جلالته) بين الشخص و الآخر ، فراحت شائعة الحظ بيننا و بين الجيل و الآخر؛ بحيث في كل بيت تجد بأن الآباء و الأمهات يعلمون صفارهم بأن العالم يسير بالحظ .

و بسبب شائعة الحظ راح مستقبل العديد من الفنانين ذوي الهوايات التي منحهم الله إياها ولم يكتشفوا ذلك الكنز الذي لديهم؛ و ينتظرون أن يطرق عليهم الحظ الباب ليقول لهم بأنهم ربحوا جوائز تجعلهم يعيشون الحياة المخملية التي دائما ما يحلمون بها ...

## اصنع حظك بنفسك (الجزء الثاني)

### بقلم: حورية منصور

ولكن ذلك الشيء لن يتحقق أبدا بانتظارك للحظ أو بإقناع ذاتك و عقلك الباطني بأنك بدون حظ . ببساطة أنت تصنع حظك بنفسك و تصبح ما تريده بإقناعك التام لعقلك الباطني و هو هبة أخرى وهبها الله لك؛ فعليك حمده وشكره كثيرا ، فهذا بحد ذاته حظ !!

العقل الباطن لا يمكنه التمييز بين الحقيقة والخيال بحيث يمكنك أن تصبح ما تقوله لنفسك و ما تؤمن به ، و يجب أن نتعلم اتباع طريقنا الخاص و أن نستمع إلى مرشدنا الداخلي ، و نتعلم أن نثق في أننا نعرف ما هو الأفضل لنا ، واثقين بالله و منصتين إلى صوتنا الداخلي ، فالتغيير الحقيقي يبدأ بالنظرة المختلفة لما نعيشه و من ثم الإرادة و بذلك تكون لنا القدرة على البدء في تحقيق مشروع حياتنا ..



## الحياة لحظة (الجزء الأول)

### بقلم : عفاف شني

الحياة لحظة... فعشها كما هي لا تتصنع ولا تتخذر..  
لا تتحايل ولا تهرب من الواقع... فقط واجه وتأكد أنه  
مهما كان مرا سيمر.

إلى كل إنسان يحلم ويتمنى ويعمل ويجتهد.. إستمرو  
وسيرى الله عملك ويسدد خطاك... لك ألف وسام يا  
محارب الأسقام ومواصل الدروب... وهناك من هو  
في صمت ملتجئ يحارب ويحاول ويحاول... تأكد يا  
جميل ان الله لن يخيبك؛ قد يحرمك ولكن ليعطيك...  
أنت إنجاز وحتى أن لم يحالفك الحظ هاته المرة ؛  
فليست كل الإنجازات ترى... فأحيانا يكون الإنجاز هو  
الاستمرار في المحاولة في الوقت الذي قلبك يريد  
وعقلك يرفض ..لأجل مبتغيات لا يؤمن بها غيرك ولا  
يراه جل من حولك بزاويتك...

## الحياة لحظة (الجزء الثاني)

### بقلم : عفاف شني

ولكن تأكد أنك عظيم حقا حتى وإن لم ير العالم ذلك...  
فليست كل الإنجازات ترى وتقدر.. المهم أن تشع ذاتك فخرا  
بإنجازات وحروب خضتها بفض النظر عن نتيجتها يا بطل  
توجه إلى الله فهو جبار؛ وابتعد عن الناس فهم حصار نار...  
ثق بنفسك حتى وإن كان الكل ضدك إستدر للخلف وستكون  
القائد... واصل حاول حارب؛جاهد فلا شيء مستحيل... كن  
الأقوى وانتظر الأفضل... كن بناءا ولا تكن مهديما؛ أرسم  
البسمة وهب للمنطفئ من روحك بسمة.. فيوما ما تفدو في  
صقيع شتاء وانت في صيف يهب الله لك ملدنه روحا وطييفا  
يعيد لك جميل ما صنعت... كن جميلا ترى الجمال وتمتع و  
واصل درب الكفاح.



## رضى النفس قوة (الجزء الأول)

### بقلم : نهاد زربية

كانت فتاة ذات شخف وحلم ؛ تحب الناس و تحب الحياة .. تبذل قصارى جهدها لتصل لما تريده ولتبلغ العلى لترضى نفسها ، بعد مرور سنين أشبه بالخيال تتحطم الفتاة لكون مبتفأها لم تصل إليه ، فأصبحت شاردة الذهن ، كثيرة السهر ، قلقة طول العام ، إلى أن جاءت تلك الليلة أو بالأحرى لحظة الفرج ؛ أين أومأت الفتاة ووضعت رأسها على سجادتها وبكت من كثرة قهرتها ؛ وناجت ربها لاسعاد قلبها ..

## رضى النفس قوة (الجزء الثاني)

### بقلم: نهاد زربية

ومن تلك الليلة .. تمر اللحظات ويأتي وعد الله بالحق فتفتح أبواب الأمل .. أوليس اعظم شعور في الدنيا أن تشعر أنك محبوب عند الله ؟! .. نعم كذلك تلك الفتاة أحست بذلك الشعور ؛ ولكن كيف شعرت ؟ كيف ؟ .. من عدة ليالي وهي تفكر في حل لمشكلتها التي واجهتها حديثا وإذا بالحل يأتيها لباب البيت ؛ أليس هذا عظيما ! .. كلما أرادت أمرا إلا ورأته محققا ، كلما فكرت مجرد تفكير في شيء وجدت البريق أمامها وعين الصواب تتبعها في كل مكان .. صحيح أن الفتاة لم تصل لها تصبو إليه ، لكنها متيقنة في قرارة نفسها أنها وصلت لأكثر مما كانت تتمنى وأجمل مما كانت تنتظر .. رحمة من عند الله ، لذا عزيزتي أنت .. نعم أنت يا من في قلبك شفف .. إفتحي عينيك لما يوجد حولك ؛ وأمعني النظر لربما ترين شغفا آخر لم تعلميه من قبل وتيقني أن ما أرادته الله لكي أنقى وأدلى وأجمل مما تريدينه لنفسك ..



## لكي تنجح (الجزء الأول)

### بقلم: صليحة شاحب

الحياة مليئة بالأشياء الجميلة التي نحب أن نجربها ولكن ليس بالشيء الهين الذي يمكن الحصول عليه بسهولة؛ أجملها أن تصنع من نفسك إنسانا ناجحا؛ فهذا الطريق يسلكه الكثيرون لكن جلهم يعودون منه لوجود بعض العقبات التي لا يستطيعون مواجهتها ومنهم من يكملون؛ وبذلك يحققون إنتصارا عظيما حتى كتبت أسمائهم من ذهب ولا زالت خالدة إلى يومنا هذا..

لكل نجاح نقطة بداية، فالطبيب الناجح قد توفي أحد أعز الناس عليه بسبب خطأ طبي أو مرض لا يوجد له دواء؛ والمدرس الجيد هو الذي تعلم على يد أستاذ محترف وغيرهم الناجحين؛ نعم فمن يريد بلوغ النجاح عليه أن يمتلك بداية قوية توصله إلى هدفه؛ فالبداية قد تستمددها من واقعك ولعلها عند بعضهم تكون مؤلمة او قدوة شخص معين؛ كان في يوم ما ناجحا أو تريد شيئا جديدا ينفعك وينفع مجتمعتك، وعلى صياغ هذا الكلام توباك حين قالت له والدته: "إن لم تتمكن من إيجاد شيء تعيش لأجله فاعثر على شيء تموت من أجله" ..



## لكي تنجح (الجزء الثاني)

### بقلم: صليحة شاحب

الثقة بالنفس، في الكثير من الأحيان نجد أشخاصا غير واثقين من أي خطوة يخطوها لعدة اسباب ولعل أقوى سبب هو إحاطتنا بأناس سلبيين ينتقدوننا في كل شيء يثبطون من قدراتنا ومواهبنا والمؤسف في ذلك هم إما فرد من عائلتك أو بصفة كاملة تقريبا أو أصدقائك بغض النظر عن الأشخاص الذين ييفضونك..

إن وجود هؤلاء الأشخاص في حياتنا يجعل أحدنا ضعيفا في أن يثق بنفسه . يصبح مترددا في قراراته ونتيجة لهذا الفعل نراه مثلا عند الإجابة على سؤال معين في إمتحان ما رغم معرفة الإجابة الصحيحة إلى أننا نغيرها، فدعم نفسك دائما بأنك إنسان ناجح يمكن أن يغير العالم بطريقة ما أو بفكرة جديدة ،جدد ثقتك بنفسك جيدا ولا تجعل من كلام الناس يآثر عليك ؛قاومه مهما كانت صفة الشخص الذي يخاطبك "الثقة بالنفس ليست الإعتقاد أن الجميع سيعجب بك ،بل الثقة بالنفس هي إعتقادك أن اعجاب الناس أو عدمه لن يؤثر على شخصك".حتى أن الكاتب والمتحدث الأمريكي توني روبرنز قال: "كل شخص ناجح التقيته قال لي (حياتي بدأت عندما وثقت في نفسي)".



## لكي تنجح (الجزء الثالث)

### بقلم: صليحة شاحب

الإرادة والعزيمة تجعل المستحيل حقيقة: اسأل  
العظماء كيف أصبحوا عظماء؛ نعم فكل من العزيمة  
والإرادة هما ركيزتا النجاح الحقيقي فلا يمكن أن  
نفسر تحقيق حلم بدون وجودهما معا.  
العمل ، من زرع حصد ومن سار على الدرب وصل عبارة  
لطالما ترددت على مسامعنا من قبل أساتذتنا  
ومعلمينا في الحياة فقد خلقنا لكي نعمل ونكد؛ لكي  
نستمر في العيش و نحقق آمالنا وطموحاتنا ونبلغ  
المراتب العليا فلكي تنجح عليك بالعمل؛ فحلمك  
وخطتك ستبقى عبارات من حبر المكتوبة فوق الورق  
الموضوع على مكتبك فسارع وسابق الزمن والمكان  
لتحقيقهم .

# خاتمة

بقلم : سلسبيل رضوان

يقال أنه "عندما تنحني لتكتب ؛ يقترب عقلك من قلبك كثيرا" ؛ وهذا ما رأيتُه مجسدا في موضوع كل مبدعة من المبدعات المشاركات في هذا الكتاب... كانت فكري من هذا الكتاب الإلكتروني هي محاولة تجسيد كاتبات مبدعات على أرض الواقع ؛ كاتبات بشغف وإحساس ؛ بعيدا عن كل الشهرة المزيفة .. أردت أن يكون الإنطلاقة الأولى واللبنة الأساسية في سبيل بداية مشواركن في الكتابة ؛ أو سكة من سكة النجاح في هذا العالم الواسع ... صحيح أنه بسيط ؛ وصفحاته لاتشبه صفحات الكتب العالمية المشهورة ؛ ولم ينشر في أشهر دور النشر ولم تطبع نسخ منه ؛ لكن الأهم من كل هذا هو أنه يجسد مبادرات ؛ أحاسيس صادقة وأفكارا بريئة ..



# خاتمة

بقلم: سلسبيل رضوان

كل كاتبة شاركت في هذا الكتاب فهي من الآن كاتبة ؛ وأنا أقر بإبداعها وأشهد بذلك ؛ أتمنى مستقبلا أن أراكن كاتبات مبدعات ؛ يشيد الجميع بكتاباتكن ؛ وسأكون سعيدة جدا لو كان لاسم كتابنا الجامع "بلاسم" نصيب من الذكر .. إجعلن هدفكن من الكتابة هو نقل إحساس ؛ تغيير فكرة للأفضل ؛ تصحيح مفهوم خاطئ .. لايهم عدد من قرأ رواياتكن أو كتاباتكن .. الأهم هو عدد من سيستمتع بها ويتذكرها و يعمل بها... تذكرن هذا جيدا .  
وبالنسبة لفلان الكتاب و صفحاته والشهادات كذلك فهي من تصميمي الخاص ؛ وأتمنى أن تعجبكن ؛ كما يمكنكن نشر الكتاب وتقديمه لصديقاتكن ؛ فأنا أنتظر رأي الجميع فيه .

# خاتمة

بقلم :سلسبيل رضوان

أخيرا...شكرا جزيلًا لكن : رميساء ساري ؛سعاد  
قاري ؛خولة هدام ؛ سلسبيل حموم ؛ منى  
بوشريط ؛ سندس غناني ؛ياسمينه بسكري ؛  
شيراز تاجر ؛سحاب نايت شعبان ؛نفيسة زروال ؛  
حورية منصور؛ عفاف شني ؛ نهاد زربية ؛  
صليحة شاحب .

فخورة بكن ..دام نبض أقلامكن ...واصلن  
الكتابة ؛ فلاخوف على امرأة تكتب .  
وكما كنت ولازلت أقول : "إن لم تكتب  
بإحساس صادق ؛ فلا داعي لاهداف حبر قلمك"  
تحياتي ..سلسبيل رضوان .



# الفهرس

30-- لتترتدي الحجاب من غير خوف

(سعاد قاري)

31--33 ولدت من رحم المعاناة

(سندس غنائي)

34-- شعلة تحترق (شيراز تاجر)

35--36 ثغرات الفؤاد (ياسمينه

بسكري)

37--38 الله المستعان (سحاب نايت

شعبان)

39-- الضمير (نفيسه زروال)

40--41 اصنع حظك بنفسك (حورية

منصور)

42--43 الحياة لحظة (عفاف شني)

44--45 رضى النفس قوة (نيهاد زريبة)

46--48 لكي تنجح (صليحة شاحب)

49--51 خاتمة (سلسبيل رضوان)

52-- الفهرس

1-- مقدمة (سلسبيل رضوان)

2-- إهداء (سلسبيل رضوان)

3--9 تفكير مختلف (سلسبيل رضوان)

10--11 سجادة السمو(رميساء ساري)

12-- فلتكلمي المشوار عزيزتي (سعاد

قاري)

13--16 القوة مفتاح النجاح (خولة

هدام)

17--20 غرفة الأحلام (سلسبيل حموم)

21--22 إبتسم واترك الدنيا مارة (منى

بوشريط)

23-- لا تتأثر بما يقولون (سعاد قاري)

24--25 الأمل بكل بساطة (رميساء

ساري)

26-- إنطلقى أيتها الفتاة (سعاد

قاري)

27--29 الإيجابية والتفاؤل سر السعادة

الدائمة (خولة هدام)