

بيوت مطمئنة 11

كلام بنات

د. عادل بن عبدالله الجبار

ح

دار الحضارة للنشر والتوزيع ، ١٤٣٣هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

العبد الجبار، عادل عبدالله

كلام بنات. / عادل عبدالله العبد الجبار - الرياض ١٤٣٣هـ

٢٠٦ص؛ ١٩ × ٢١ سم (بيوت مطمئنة ١١)

ردمك: ٧-١٨٢-٥٠٦-٦٠٣-٩٧٨

١- المرأة في الإسلام ٢- الوعظ والإرشاد ٣- التربية الإسلامية

أ. العنوان ب. السلسلة

ديوي ٢١٩،١ ١٤٣٣/٧٥٨٣

رقم الإيداع: ١٤٣٣/٧٥٨٣

ردمك: ٧-١٨٢-٥٠٦-٦٠٣-٩٧٨

حقوق الطبع محفوظة

الطبعة الأولى

١٤٣٤هـ / ٢٠١٣م

دار الحضارة للنشر والتوزيع

ص.ب ١٠٢٨٢٣ الرياض ١١٦٨٥

هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٣ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤

المستودع تلفون: ٢٤١٦١٣٩ فاكس: ٢٤٢٢٥٢٨

الرقم الموحد: ٩٢٠٠٠٠٩٠٨





المقدمة

الحمد لله القائل في كتابه العزيز: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ﴾ ، والصلاة والسلام على سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ..

أما بعد:

كلام بنات .. أهميات أبوية .. عبارات أخوية، جُمل سُطرت لأجل أغلى فئة على قلوبنا ..

كلام بنات .. منهنَّ ولهنَّ في خضم تجارب الحياة التي لا تنتهي ..
كم أتمنى أن تنال إعجاب بناتي الغاليات، وأن تحوز على رضاهنَّ لتكون سفينة نجاة لهن في بحر الفتيات الواسع.

والدكم

عادل العبدالجبار





الإعجاب

ذاك السرُّ المجهول الذي ينفذ إلى قلب الفتاة وعاطفتها فيتغلب على اختيارها وانفعالاتها ، سهّل ذلك فترة المراهقة وسحرها ، فالطالبة في الابتدائي المتفوقة ، وفي المتوسط المثالية ، وفي الثانوي المجدة أو المشاغبة وما تلبث أن تكون المعجبة المحبة . فما معنى الشعور المفاجئ من زميلة لزميلة أخرى حتى تعلقت الطالبة بمثلها أو بمعلمتها تأنس لسماع صوتها والجلوس معها فلا تكاد تفارقها إلا نادراً .



من أجل الحب تهرب الفتيات

الحب ما أقدسها كلمة، وما أعذبها نغماً، وما أروعها عالماً ترتع في أرجائه قلوب المحبين. إنه شعور فياض من فتاة لأخرى تعلقت بها فأنست لسماع صوتها والجلوس إليها وإن طال الوقت، تفرح لحضورها، وتحزن لغيابها فتغار عليها من كل شيء حتى من نفسها فلها تقدم الهدية وتكتب الرسالة وتنظم القصيدة..



فلم هندي

يؤسفني منظر الفتاة وهي تعيش قصة حب مع شاب ثلاث سنوات وهي لا تعرف من هو ؟ ومن يكون ؟ تعيش أجمل الليالي مع وهم وتستيقظ بكذب وتكره الأكل والشرب والاجتماعات باسم الحب.. إلخ من المشاهد الدراماتيكية التي يموت في آخر البطل.



الأمل

لكل منا ماضيه الحزين : رحيل.. جرح.. وحدة مرض.. عدو.. خيانة ولكن! هل سألت نفسك إلى متى..؟ ازرعى الأمل ، اكسري بوابة اليأس.. لا تكوني أسيرة الماضي.. جدي حياتك.. أمعني النظر في جماليات نفسك.. سابقي بكل ما هو مثير للأمل.. أعطي لكل شيء عنوانه واتركي لك بصمة في خطواتك.. لكل منا ماضٍ فلا أمل من غير ابتسامة ولا عطاء من غير عزيمة....



أسرار الكلمة

- أعمق كلمة النفس.
- أطول كلمة الأبدية.
- أقوى كلمة الحق.
- أوسع كلمة الصدق.
- أرق كلمة الحب.
- أعز كلمة الأمل.
- أسرع كلمة الوقت.
- أقرب كلمة الواقع.
- أفضل كلمة المساواة.
- أعم كلمة العاطفة.
- أحسن كلمة الوفاء.
- أقسى كلمة القسوة.

- أدوم كلمة الذكرى .
- أعلى كلمة الأم .
- أبهج كلمة النجاح .
- أقرب كلمة الآن .
- أقبح كلمة الخطأ .
- أجمل كلمة التوبة .
- أحلى كلمة السلام .
- آخر كلمة الموت .



الشوق

الشعور بالشوق إحساس جميل عندما تفتقدين عزيزة أو غالية فهي في الوقت نفسه تفقدك.. ولكن قمة الحزن واليأس أن نفتقد أناساً لا يعلمون بمشاعرنا ولا يعيرونها اهتماماً.. فهنا تكمن مشكلة الشوق !! لا تيأسي فلا بد للإنسان أن يلقي أحبابه ولو بعد طول انتظار.



الحب من طرف واحد

بعضهم نحبهم لكن لا تقترب منهم ، فهم في البعد أحلى وأرقى وأعلى لكن لا نجد صدى الحب في قلوبهم فننهار ونتخبط في حكايات فاشلة ، لا نكرههم ولا ننساهم ولا نحب سواهم ، نبيكهم بعد كل محاولة فاشلة ونعود.....



عقارب الحب

هذا النوع من العقارب من أشد أنواع العقارب خطورة عليك ؛ لشدة التصاقه بك وبجلمك ، ولسعته إن لم تقتلك دمرتك. وهذا النوع من العقارب يتخصص في الحلم والإحساس فإن كنت كتلة من الحلم والإحساس فإن لسعته تُنهيك تماماً وقد تتجاهل سريان سمومه فيك وتحتمل الآلام وتزداد التصاقاً به ؛ لأنك وصلت إلى مرحلة متقدمة من إدمانه.



الدموع عشرة

- الدموع العظيمة هي دموع الانتصار.
- الدموع البريئة دموع الأطفال.
- الدموع المؤثرة دموع التوبة.
- الدموع الرقيقة دموع المرأة.
- الدموع الجميلة دموع الوفاء.
- الدموع الحزينة دموع العزاء.
- الدموع السعيدة دموع النجاح.
- الدموع القاسية دموع الألم.
- الدموع المعبرة دموع الندم.
- الدموع المخادعة دموع التماسيح.....



الموتى بيننا

ليس الموت فقط أن تكوني جثة هامدة قد فارقتها الحياة فتوقف قلبها عن النبض إنما هناك عدة معاني لهذه الكلمة. ليس بالضرورة أن تلفظي أنفاسك وتغمضي عينيك ويتوقف قلبك ويتوقف جسدك عن الحركة كي يقال عنك : ميتة فبيننا الكثير من الموتى يتحركون يتحدثون يأكلون يشربون يضحكون يلعبون لكنهم موتى يمارسون الحياة بلا حياة.....



تجربتي المريرة

عندما تكتمين أخطاء غيرك ؛ خوفاً عليهم ووفاء منك لهم تصطدمين بأن أخطاءهم.. تُشترت بين الناس على أنها.. أخطاءك أنت..!! وهم الظاهرون من الخطأ. كم يهللون بقدمك ويستبشرون ولكن بعد خروجك مباشرة يؤكل لحمك رغم ريحه الطيب !



طريق الحب

شاب يحب فتاة.. فتاة تحب شاب النتيجة أنهما يحبان بعضهما.. هناك من يحاربون الكون من أجل الحب بل يفكرون بالهروب هم وأحبائهم !! كم من قصة حب كانت نهايتها مفرحة لكن كم من نهاية حب دام سنوات انتهى بالبكاء والعيول وندب الحظ ! هل هناك حب صادق هذه الأيام ؟ أم انه مجرد وسيله قذرة... للوصول للهدف الشيطاني ؟ كثيرة هي الأسئلة وقليلة هي الأدلة.



من يشفي جروحي؟

أحياناً وسط صخب الحياة وسط الهموم والأحزان وسط آهات تخنق العبرات وسط الجروح والآلام نمتلئ بالجروح ونحاول خنق العبرات حينها نحتاج لأحد يشفي لنا هذه الجروح والأحزان ، نحاول بأنفسنا فلا نستطيع وغيرنا يساعدنا فلا يستطيع ، أغلقت الأبواب إلا باب ربي من إليه كل حبي! هل تسمعون و تشعرون ؟ هل تفهمون وتعلمون؟ بيد الله ربي خالقي من يشفي جروحي سوى مالك روعي.



أصوات

للحنين صوت ، وللحزن صوت ، وللفراق صوت ، وللفرح صوت ، وللقاء صوت ، وللوداع صوت ، وللسقوط صوت ، وللانكسار صوت ، وللهزيمة صوت ، وللانتصار صوت. وحده الموت يأتي ويمضي بلا صوت.....



وهم

أحبيبتك جداً لدرجة أنني بكيت خلفك بشدة ؛ ظناً مني أن دموعي ستجرفك نحوي. كنت واهمة وأدركت بعد ليال من البكاء المر أن من ترحل به رياح الواقع لا تعود به بحور الحنين أبداً.. يؤلمني أنني عشت سنة ونصف معاناة عاطفية مع شاب لا أعرفه وشخصية مجهولة لكن صدق الله ولكنكم فتنتم أنفسكم



جميل وأجمل

نعم جميل.. أن تختلف في وجهات النظر بينك وبين الآخرين ونبين أساس الاختلاف ويحتد النقاش ويطول ويقول كل منكم وجهة نظره لكن الأجمل.. أن مهما اختلفتم. يظل بينكم الحب والاحترام لأن الاختلاف في الرأي لا يفسد للود قضية .



إلى يائسة

نعم... ضاع عنك الأمل وتمزق منك الحلم وغرقت الأمانى والتطلعات في محيطات المستحيل ، لن تعود إليك البسمة إلا بعد أن تكوني كالشمس تشرق كل يوم ، تشرق بأمل جديد ترحل وتعود بأمر ربها ، وليست كالشمعة التي إذا ذابت لن تعود لكن هل الحل في القنوط والله معك ؟ صدقيني الحل كله عندك ربك وخالك.....



رائع وأروع

- رائع شعورك بسعادة الآخرين والأروع كونك سبباً في سعادتهم.
- رائع رد جميل الوالدين عليك الأروع إبداعك في برهما وإسعادهما.....



نعمة الألم

: الألم ليس مذمومًا دائمًا ولا مكروهاً أبداً، فقد يكون خيراً للعبد أن يتألم. إن الدعاء يأتي مع الألم، والتسبيح الصادق يصاحب الألم. لا تجزع من الألم ولا تخف من المعاناة، فربما

كانت قوة لك ومتاعاً إلى حين، فإنك إن تعش مشبوب الفؤاد محروق الجوى ملذوع النفس، أرق وأصفى من أن تعيش بارد المشاعر فاتر المهمة خامد النفس .



مأساة وغباء

مأساة أن تصبحي كما الأعمى يتكى على كتف شخص غريب لا يعلم كيف سيكون نهاية الطريق الذي سيوصله إليه !



غباء

عندما تكونين ضعيفة يستغلك غيرك لشهواته وأنت عاجزة أن تقولي (لا).....



سلة المهملات

جمال قلوب فتياتنا تكمن.. في أحاسيسها.. في مشاعرها في إنسانيتها.. في مشاعرها فماذا لو تجردت القلوب من كل جمالها ! أيعقل أن نحتفظ بها !؟ أم نتخذ قراراً صائباً بالتخلص منها؟ يؤلني نظرة الفتيات للحياة بمنظار فتاة مراهقة تصنع قرارها عاطفة جياشة وحب وهمي.....



حتمًا إنه اليأس

أن تتخلى عن جميع أحلامك وطموحاتك.. وآمالك.. التي قطعتي فيها مسافة طويلة ثم تعودين أدراجك للوراء بعد مرحلة شاقة جدًا لمجرد أنك لم تستطعي... تحقيق هدف واحد فقط.. كنت قد خططت له !



جروح غائرة

- ما أصعب أن تبكي بلا دموع !
- وما أصعب أن تذهبي بلا رجوع !
- وما أصعب أن تشعرى بالضيق وكأن المكان من حولك يضيق !
- ما أصعب أن تعيشي داخل نفسك وحيدة بلا صديقة.. بلا رفيقة ! تعانين من جرح لا يطيب ، جرح عميق ، جرح عنيد ، جرح لا يداويه أي طبيب. الراحة في الالتزام ، والسعادة في الاستقامة.



إحباط

عندما تتعاملي مع صديقاتك ومن تحبين باللطف والحسنى واللين والإخوة وترد عليهن بالكلام اللبق والمؤدب يردون عليك هات من الآخر أنت تبي شي قمة الإحباط.....



دموع الفتيات

تاھت الفتاة في زحمة الحياة ، فقد أهملت دموعها المتساقطة ، و نسيت صرخاتها المتكررة ، و أغضت أحزانها المكبوتة ، فتزاحم الھم في صدرها ، و كبر الألم في جسمها حتى مزقها ، فذهبت المسكينة تبحث عن حزن يتفقد ألھا ، و صدر يتسع لھومھا ، و عقل يرشدها في حيرتها فشكت إلى من لا يستحق الشكاية ، فسقطت برمتها يوم أن أرادت أن لا تسقط دمعته و تأملت دھراً يوم أن أرادت من يتحسس ألھا يوماً. فلماذا هذا السقوط ؟ ولماذا هذا الانحراف والانجراف ؟ إنه فقدان الحنان ، والتباعد بين الوالدين.



الھب العفیف

إذا كان الھب كلمات فلن أسكت أبداً... وإذا كان الھب مبارزة شنت السيوف والرماح.. وإذا كان الھب أشعاراً وقصائد سيرى الورق مني الويل ، فيا زمن أمتعنا بالھب العفیف ولو ثوان معدودات بصراحة... الھب العشقي أنانية اثنين.....



كل أنثى امرأة لكن ليس كل امرأة أنثى

حقيقة منطقية لا جدال فيها ، الأنثى امرأة بلا مقاييس فهي ليست ملكة جمال !! فملكة جمال العالم قد تكون أجمل وأكمل جسم في العالم لكنها ليست أنثى. إن الأنوثة موهبة وسر... يولد مع امرأة ما فيجعلها كالمغناطيس تشد إليها الرجال تماماً مثل ملكة النحل عندما تطير وتطلق عطرھا الأنثوي فيتسابق إليها ذكور النحل لكن الرجل يبحث عن الأنثى بالحلال فقط.



يوم القيامة

إنه اليوم الطويل، إنه خمسين ألف سنة، إنه اليوم الذي ستدنو فيه الشمس من رؤوس العباد، فكيف النجاة يومئذ؟ تخيلي هذا.. الشمس فوق الرؤوس بشبر، و العرق يتصبب من الخلائق، و يختلف مقدار العرق من شخص إلى آخر و لكن؟! يوجد أناس ممنعون في رحمة الله، هل تريدون معرفتهم؟ بل وأبشرك أكثر؟ ممكن أن تكوني منهم في الحديث : سبعة يظلهم الله تحت ظل عرشه منهم : شاب نشأ في طاعة الله



مدارس تحفيظ القرآن

إلى كل من ترجو الطريق ، وتاهت في الصحراء الحزن، ها قد لاحت لك من بعيد رايات الأمل والبشرى بالنجاة ، اسمعي منادي الحق يهتف في مدارس التحفيظ النسائية. فإن رغبت فينا أتيناك وإن ناديتنا سمعناك ، وإن عزمت على قربنا أدبيناك ، وإن ذرفت الدمع من أجلنا فيا بشراك اغرسي نخلة العزائم وارويها بدموع نادمة تنعمي بالثمار والغنائم هيا تقدمي لا تتواني وانطلقى فغيرك قد بدأ المسير منذ سنين فتيات.



أسرارها

بنيتي... لا حياء في الدين وطلب الحكم الشرعي في خصوصياتك وأسرارك لكن تأكدي من سؤال الثقة من المستشارين ولا تثقي بأي أحد مهما كان ولو كان معروفاً أو مشهوراً فهنا كخط أحمر لا يحق للمستشار والفتيات أن يتجاوزوه مهما كانت كثرة الاتصالات ولو باسم الدعوة أو

الرقية الشرعية أو تعبير الأحلام واللبية بالإشارة تفهم فانتبهي لنفسك واسألني المولى ألا يفتنك ولا يفتن بك... آسف للصراحة.



العيون لا تكذب

العيون بنظراتها صادقة لا تعرف الكذب كاللسان فأحياناً يكون الكلام متناقضاً وغير صادق مع مشاعر الإنسان الحقيقية فقد ظهر الحلو ونخفي المرّ، ونقول شيء ونخفي آخر لكن العيون على خلاف ذلك تعبر بصدق عن الروع إذا ملأ قلوبنا أو الحزن إذا غمر نفوسنا فالعيون تفرح فيكاد الفرح يقفز منها فالعيون ستبقى فتنة الناظرين، وبوح الحالمين، ودنيا العاشقين، إنها فيض معانٍ لا نهاية له في شكلها وصفائها.



يكفي

أن تكون الفتاة جميلة في مظهرها وثيابها ومكياجها ولبس الموضة وحسب! لكي تكون جذابة في نظر من حولها من القريبات والصديقات وبنات الأهل والزميلات، فالروح المرحة وحب الآخرين وخفة الدم والاهتمام بالناس لدى تحيبتهم والسلام عليهم كلها أشياء لها وزن وأهمية في نظر من حولك...



الوفاء

ديمومة الحب بالوفاء التذكر والشوق والحرقة.

أعراض الوفاء : الوفاء بالوعد سر من أسرار الحب من لا يفي بوعدده لا معنى لحيته

القليل من الوفاء يجلب الكثير من المودة



علمتني الحياة

أن لا أركع عند حدوث اليأس وأن أستمد من مولاي القوة وأن أنهض من جديد ؛ لكي أرى الحياة بأجمل صورة. أن أزرع الأمل من جديد وأن أقول في نفسي : إن أولئك الذين تركوك وقد أحببتهم وهؤلاء الذين تنكروا لك بأبشع ما يكون نكران الجميل ونسيان المحبة هؤلاء وأولئك لا يستحقون منك وقفة ذكرى ولا جرح ألم فامض في حياتك غير أبهة بهم هكذا علمتني الحياة.



الدموع

صديقة الإنسان عندما تتوه الكلمات وتخفق عباراتي حروف قلبي فيكيف عن الوصف والتعبير فتملاً الحيرة محياه ورقتي فتسأل السطور أين تاهت الكلمات؟! وفجأة؟؟ ترسوا دمعتي فيما بين السطور لتفسر كل التساؤلات؟؟ دمعتي التي تحمل أفراحي وأحزاني في آن واحد فكم ذرفت تلك الدموع من شدة الفرح الذي لا أتذكره منذ زمن بعيد وكم ذرفت من شدة الحزن....



بداية دمعة

أول دمعة تسقطها عين الإنسان في الحياة هي في أول لحظة يخرج بها إلى الدنيا مما يقال أنه يذرف هذه الدمعة بسبب خروجه من وسع رحم أمه إلى ضيق الدنيا وانتقاله من الراحة إلى الشقاء وهكذا ثم تتوالى دموع عين ذلك البريء إما لتعبر عن جوعه أو عطشه أو مرضه أو حاجته للنوم وتمضي الأيام وكلما كبر الإنسان زاد معنى تلك الدمعة إلى أن تصبح يوماً من الأيام كالجمر تحرق قلب صاحبها.



معاناة معاكسة

لا أعرف لمن تكوني يا حروفي لمن تكوني أيتها الكلمات لمن يكتب القلم لمن تبكي السطور ولمن يدق القلب لمن تقلب الصفحات لمن تملأ الأوراق هل الحياة تستحق العناء؟ هل القلب يستحق الدموع؟ أم الأيدي أطفأت أمام عيني الشموع أم القلوب لا ترحم وهي الجانية وأسباب كل الجروح.. المعاكسات دمرت راحتي وأقلقت عيشتي وأصبحت أشرب من ماء الماء البحر لا يزيدني إلا عطشاً يا ربي خلصني منها يا رحيم



الليالي المظلمة

إننا أحياناً قد نعتاد الحزن حتى يصبح جزءاً منا ونصير جزءاً منه.. وفي بعض الأحيان نعتاد عين الإنسان على بعض الألوان.. ويفقد القدرة على أن يرى غيرها.. ولو أنه حاول أن يرى ما حوله لأكتشف أن اللون الأسود جميل.. ولكن الأبيض أجمل منه.. وأن لون السماء الرمادي يحرك المشاعر والخيال! ولكن لون السماء أصفى في زرقته.. فابحثي عن الصفاء ولو كان لحظة..

! وابحثي عن الوفاء ولو كان متعباً وشاقاً وأن حولنا وجوهاً كثيرة يمكن أن تضییء في ظلام أيامنا شمعة.. فابحثي عن قلب يمنحك الضوء.. ولا تتركي نفسك رهينة لأحزان الليالي المظلمة.. وتمسكي بخيوط الشمس حتى ولو كانت بعيدة.. ولا تتركي قلبك ومشاعرك وأيامك لأشياء ضاع زمانها! إذا لم تجدي من يسعدك فحاولي أن تسعدي نفسك.. وإذا لم تجدي من يضيء لك قنديلاً.. فلا تبحتي عن آخر أطفاله! وإذا لم تجدي من يغرس في أيامك وردة.. فلا تسعي لمن غرس في قلبك سهماً ومضى...!! وننسى أن في الحياة أشياء كثيرة يمكن أن تسعدنا..



وجهة نظر

في حياة كل واحدة منا إنسانة تحبها ومتعلقة بها ولا تستطيع أن تتخيل حياتها بدونها ، وفي ذاكرة كل واحدة منا صورة لشخصية التقت بها وأعجبت بها وأحببتها ولا تملك نسيانها، وفي قلب كل واحدة منا نقش بحروف تفوق الذهب والألماس قيمة لاسم من وجدت فيها الحب والحنان والبئر الأمين للأسرار هذه الإنسانية أو هذه الشخصية التي فازت بهذه المساحة من حبنا واهتمامنا قد تكون أما أو أختاً أو معلمة ومهما كانت فإنها ريحانة القلب.



الصدقة

لا تقاس بكم هدية أو كم سنة ظلت معي، بل كم مرة نصحتني.. وكم مرة وقفت معي وعاونتني، فكم من فتاتين عاشتا وتربيتا معاً ولكن أي منهما لم تكن للأخرى الصديقة الصدوقة.. وكم من فتاتين لم تتعارفا إلا منذ زمن قصير، ولكن صداقتهما أعمق من أن تقاس ويضرب بها المثل.....

الروج

يكفي من بين زحمة الأنواع والمراكات للماكياج.. تتوه المراهقات والشابات الصغيرات. ونصيحة حقيقية يؤكدها لك جميع خبراء التجميل.. أكتفي بالروج فقط في مقتبل حياتك واختاري من بين ألوانه ما يحلو لك. فأنت من تضيفين الجمال للحياة بشقاوتك وبرائحتك ونضارة ملامحك. فلا توجد زهرة تتزين أو وردة تضع المساحيق أكتفي بالروج صباحاً أو عند الخروج مع صديقاتك. ويمكنك في المناسبات إضافة القليل من أحمر الخدود.



الصدقة.. الصدقة..

ينبوعُ فوائده.. ومجموع محامد تجنيها الفتاة منها ومن أهمها الشخصية وهي تمر في أجمل أيام العمر وأخرجها.. فمن تجالس الفتاة في هذه المرحلة؟ وما آمالها؟ وما غايتها؟ وما أهدافها؟ وما أمانيتها؟ صديقك كنزك وحق الكنز أن يكون ثميناً وما أكثر الصديقات لكن ما أقل الصدقات الناصحات!!؟



الصديقة الصالحة

هي المتميزة في كل شيء لا تغضب غضباً يستنفر من حولها، ولا تتعمد الأخطاء إذا تحدثت إليك أصغيت إليها وإن أطالت، متروية، كثيرة الصفح، تحب المجاملة بصورة معتدلة. خلوقة، هادئة الطبع حسنة السلوك سالمة النية، طيبة القلب، عزيزة النفس، كريمة الخلق، راجحة العقل، جادة فيما تقول، تدقق في العبارات وتنتقي الحرف والكلمة والجملة المناسبة، مستقيمة، محبوبة، فهي عبير الندى وكفى.

الصديقة السيئة

هي الضعيفة في نفسها ومع غيرها مهذارة، مغرورة، قوالة، مغتابة، مرائية، متملقة، حائرة القوى، متدنية الأخلاق، سخّابة، مزاجية، متسخطة لا تضحك إلا تصنعاً كسلانة، خاملة، شاردة الفكر، تائه السلوك، مهزومة الشخصية، سليطة اللسان، كذوبة، تجارية أخلاقها متوترة أعصابها، مسرفة في إطراء نفسها ومدح أعمالها ... ،



الصديقة الاجتماعية

هي الضحوة التي تمزح أغلب أوقاتها، فيأنس بها من حولها، غزيرة ثقافتها، جميل تعليقها تصوغ النكتة بأسلوب طريف يضحك من حولها طويلاً بلا تكلف ولا صعوبة لتبقى صورتها في الذاكرة غالباً تجتمع من حولها أكثر الصديقات فيها تبدأ الحفلات والمناسبات ودائماً يتردد الاستفسار والسؤال عن حضورها ومجيئها؟ فأكهة الفصل وتفاحة المجلس، الكل يحرص على الجلوس بقربها فهي القيادية لهن.



أسطورة الحب

الحب أسطورة تعجز البشرية عن إدراكها إلا لمن صدق في نطقها ومعناها الحب يقرأ والحب يسمع. والحب يخاطبنا ونخاطبه ويسعدنا ونسعدده وهو عطرًا وهمسًا نشعر بسعادته إذا صدقناه في أقوالنا وأفعالنا بالحب تصبح الحياة جميلة لكي نحقق أهدافًا قد رسمناها.....



البويات

ظاهرة جديدة وفدت إلينا عبر الفضائيات ووسائل الإعلام التي بدأت تغزونا في عقر دارنا تلك هي التصرفات في بعض الفتيات يتشبهن فيها برجال والتي أطلق عليها البعض ظاهرة (الفتات المترجلة) أو (البوية) وبالرغم من أن هذه النوعية قلة إلا أن تسليط الضوء عليها قد يجعلها تموت هذه الظاهرة منتشرة كثيرة في المدارس حيث تأتي الفتات بلباس يشبه لباس الرجل وترتدي الأحذية الرجالية، وغير قصة الشعر التي تشبه إلى حد كبير الرجال وقد يطلق بعض الفتيات على بعض أسماء رجال وهي تؤثر إلى حد كبير في مستويات الطالبات فأغلب هؤلاء هم المندورات أو مفصولات وتذكر إحدى المشرفات في المرحلة الثانوية أن بعض الفتيات من هذه الفئة مظلومات إلى حد كبير فهي إما عاشت وسط مجموعة من الإخوان ولم تجد نفسها إلى رجل مثلهم ولكن هذا لا يكون عذر لها ؛؛ لأنها تستطيع أن تكون بنوته أكثر من أن تكون رجل.

كثر الحديث في الآونة الأخيرة عن ظاهرة العنف بين الفتيات، وتغير الصورة التقليدية للفتاة التي تتميز بالرقة والأنوثة والهدوء، حيث برز نموذج الفتاة المترجلة التي تتعامل بعنف وبشدة مع زميلاتها والمجتمع، وقد أكدت الدراسات الاجتماعية أن نسبة كبيرة من الفتيات يملن إلى العنف والشدة، وأن ذلك يرجع إلى الأسرة والبيئة التي تعيش فيها الفتاة، ويرجع أيضا للمجتمع الذي توجد فيه نساء الله لهن الهداية..



الضرب وسيلة العاجز

الضرب أسلوب من أساليب التربية، بشرط أن يكون وفق الشريعة الإسلامية وهدى الرسول الذي رسمه لنا لكن متى نلجأ إليه؟! إذا ضاقت بنا السبل ونفذت كل الأساليب لجأنا

إليه دون تهور ووفقاً لشروطه وقوانينه.. أما المربون الذين يعتمدون عليه دائماً. فهو دليل على عجزهم وفقدهم الشديد لفن الحديث وأصول الحوار السليم، وعدم القدرة على الإقناع واستعجالهم للنتائج التي لن يحققوا منها شيئاً سوى سلبيات تلحق به



الفكرة الصغيرة

تكبر انظري حولك عمارات، مشاريع، منازل، مؤسسات، مدارس وجامعات كل هذا كان صغيراً يوماً ما، ثم كبر وكبر، حتى صار كبيراً وأفكارك كذلك تكون صغيرة، ثم تكبر مع الأيام وتصبح عظيمة!! إذا ما آمنت بها وجاهدت لتحقيقها.....



مُخطئة أنت

- مُخطئة أنت أن تكرهي كل الورود لأنك جُرحت بشوكة واحدة منها.
- مُخطئة أنت أن تتخلي عن جميع أحلامك لأن واحداً منها لم يتحقق.
- مُخطئة أنت أن تتركي الدعاء لأن دعوة من دعواتك لم تُستجب.
- مُخطئة أنت أن تتخلي عن جميع مشاريعك لأن واحداً منها قد فشل.



لن تنتهي الحياة

غلط أن تُدين وتحكم على كل أصدقائك لأن واحداً منهم قد خانك أو ترمي كل فرصك للسعادة لأنك لم تنجح في محاولتك الأولى أتمنى بينما أنت ماضٍ في سبيلك أن لا تستسلم

لجنونك أرجو أن تتذكر دوماً أن فرصاً أخرى ستأتي قريباً وأصدقاء مخلصين سيظهرون في حياتك وأن الله تعالى سيمنحك قوة جديدة لذا كُن مثابراً، مصمماً على البحث عن السعادة كل يوم كن مُصراً، لا تستسلم للفشل مطلقاً.



الأحلام والآمال

أريدك أن تملكي الأحلام والآمال وتحكيميها وتجعليهما هدفاً تسعين لتحقيقه يخفف لك طول المسافة وبعد الطريق ويكون بلسماً لك حينما تسقطين في الدرب وتتعبين من المسير. يكون ماء يروي ظمأك حينما تشعرين بالألم والمشقة أثناء الطريق يكون الدافع والبلسم والحلو والحقيقة ولا أن يكون السم والمر والوهم والسراب. واصبري فإن الله معك هي الأحلام تملكنا وتأسرنا هي الأوهام تبيننا ولا نبنيها.



قلوب لا تستحق

هناك قلوب لا تستحق مجرد التفكير بما فعلوا بنا فهم لا يستحقون ذلك فقط يجب علينا أن نرميهم من قلوبنا كما نرمي النفايات في حاوية المهملات (أكرمكم الله).



قلب ماكر

قلب يحاول بشتى الطرق التخلص منك يبحث عن أي شيء تريد أن تطيل معه الجلوس وهو يهرب دوماً دوماً دوماً يمسكك على كل كلمة حتى يزعل منك كي يتخلص منك وأنت بدورك

تحاول جاهداً أن يسامحك على كلمة أو فعل قمتم به عن غير قصد أو كلمه فسرها كما يريد هذا الشخص لا يستحق الدموع لأن قلبه من حجر.



قلب حاقد

قلب لا يحب لك الخير لا يحب أن يراك سعيد لا يرتاح حتى يحول بسمتك إلى دمه وسرورك إلى عبوس لا يرتاح حتى يقرب الناس القريبين منك إليه لا يرتاح حتى يكون أفضل منك في كل شيء لديه أصدقاء وأحباء ومع ذلك لا يحب أن يرى الناس تحبك يحاول سلب كل من يحبونك لا تحزن على الذي يفعله فهو قلب لا يحمل ذرة إحساس...



قلب كاذب

قلب تكون معه أسعد الناس تسعد معه كثيراً يسمعك أجمل الكلام وببساطة بالنهاية ينكشف بأن كل ما قيل كذب وبأن الأيام السعيدة أيضاً كانت أيام كاذبة لا تحزن فالقلب الكاذب لا يستحق البكاء عليه.



قلب تافه

قلب في طبل الأيام يرمي عليك ((نغزات)) تجرحك بين فيها بأنك ولا شيء بحياته يحاول أن يبين لك بأنه أفضل منك في كل شيء وبأنك لن تستطيع الوصول إليه مهما حصل إذا اقترب منك شخص قريب عليه يكرهك كرهاً شديداً ويحاول أن يجرحك وينزف قلبك بحركاته

مع الشخص الذي صار قريباً منك لا تبكي عليه فهو إن لم يكن يرى أنك أفضل منه في كل شيء فلن يفعل كل ذلك لانحزن لأنه قلب تافه.



حب الفتاة

إن الفتاة قبل الحب شيء وعند الحب كل شيء لكنها بعد الحب لا شيء فالحب مثل أي لعبة يمارسها اثنان في نهايته أحدهما يريح والآخر يخسر فلا تضيعي نفسك بحب وهمي وتعلق عاطفي نهايته لا شيء ولو كانت أكذوبة الزواج... ذالحب ليس سلعة رخيصة نساوم بها كما نريد الحب لا يقال له سحابة صيف وتعدي الحب لا نصفه بفصل من الفصول الأربعة الحب ليس ورقة شجرًا ساقطة ولا دمعة عابرة ولا أحلام ضائعة بل الحب الفطري هو ميل الرجل إلى المرأة بالحلل وهو رباط الزواج المقدس لذا جرى التنبيه...



بنيتي

يا من تملك الحزن قلبها وكتم الهمّ نفسها وضيق صدرها فتكدت بها الأحوال وأظلمت أمامها الآمال فضاقت عليها الحياة على سعتها وضاقت بها نفسها وأيامها وساعتها وأنفاسها ! لا تحزني.. فما الحزن للأكدار علاج.. لا تيأسي فاليأس يعكر المزاج.. والأمل قد لاح من كل فج بل فجاج ! لا تحزني.. فالبلوى تمحيص.. والمصيبة بإذن الله اختبار.. والنازلة امتحان.. وعند الامتحان يعز المرء أو يهان !.



احذري

من الخيال الجامح كما تحذرين من التشاؤم المفرط، وكوني وسطاً، وزواجي بين الخيال والواقع، فلا تتوقعي أنك ستغيرين الكون من حولك بقدراتك المحدودة، فما أنتِ إلا جزء من آلة تساهم في إحداث التغيير..



البدء بالسلام

سهم يصيب سويداء القلب ليقع فريسة بين يديك لكن أحسن التسديد ببسط الوجه والبشاشة، وحرارة اللقاء وشد الكف على الكف، وهو أجر وغنيمة فخيرهم الذي يبدأ بالسلام، قال عمر الندي: (خرجت مع ابن عمر فما لقي صغيراً ولا كبيراً إلا سلم عليه)، وقال الحسن البصري (المصافحة تزيد في المودة) والنبي صلى الله عليه وسلم يقول : لا تحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تلقى أخاك بوجه طليق.



طريق النجاح

إن أول طريق للنجاح في الحياة هو نجاحك في إدارة ذاتك والتعامل مع نفسك بفاعلية. وال فشل في إدارة الذات يؤدي غالباً إلى الفشل في الحياة عموماً وتذكري أن في كل واحدة منا صفات ضعف وصفات قوة، وأنتِ أعلم الناس بحقيقة نفسك، فأنتِ وحدك التي تستطيعين توجيه ما تملكين من صفات القوة لنجاح حياتك، وتناهي عن نقاط الضعف في شخصيتك.



يا من تبحثين عن طريق التوبة

يا من تحرقكِ لوعة ذنبكِ يا من تبحثين عن يعينكِ على التوبة يا من لم تقنطي من رحمة ربك الرحيم الودود يا من استشعرتِ قول خالقكِ لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعا.



العلاقات المحرمة

شاب وفتاة اجتمعا على معصية الله بستار الحب اللعين وبعد أن تعددت لقاءاتهما وتخوفا من الناس ولم يخافا رب الناس؛ اتفقا أن يتقابلا بعيدا عن المدينة فاتفقا على أن يذهبا إلى مكان لا يراهما فيه الناس. فأراد الشاب أن يطمئنهما فقال لها: مكان لا يرانا فيه الناس؟ والله لآخذك إلى مكان (ثم تبرأ منه لسانه) قال لها والله لآخذك إلى مكان لا يرانا فيه الله استخفيا من الناس وهموا بما نهاهم الله عنه فإذا بمداهمة ليست تأخذ الأجساد، ولكن مداهمة تأخذ الأرواح أخذ الله روحه، وأوقف الله قلبه، وشل جوارحه، فخر الشاب ميتاً... وما كان من الفتاة إلا أن أصيبت بصاعقة من السماء وذهلت من هذا الموقف، وما شعرت بنفسها وخرجت أمام الناس وهي تقول في دهشة (يقول ما يشوفه أخذ روحه يقول ما يشوفه أخذ روحه) سبحانك ربي ما أحلمك سبحانك ربي ما أعظمك تسترنا ونعصاك.



لا تصدقي

أن زواجاً سوف يتم عن طريق مكالمات هاتفية عابثة، ولو تم فإن مصيره إلى الضياع والفضل والشك والندم.

لا تصدقي

أن شاباً مهما تظاهر بالصدق والإخلاص يحترم فتاة تخون أهلها وتحادثه عبر الهاتف أو تتصل به أو تخرج معه مهما أظهر لها من الحب وألان لها من القول، فهو إنما يفعل ذلك لأغراض دنيئة لا تخفى على عاقل.



بنيتي احذري

ما يردده أدياء التقدم وما يسمى بتحرير المرأة من أنه لا بد من الحب قبل الزواج، فالحب الحقيقي لا يكون إلا بعد الزواج وما سواه فهو في الغالب حب مزييف، مؤسس على أوهام وأكاذيب لمجرد الاستمتاع وقضاء الوطر ثم لا يلبث أن ينهار فتتكشف الحقائق ويظهر المستور.



تذكري بنيتي

ملك الموت إذا جاء لقبض روحك بالاستعداد للأخرة بالتوبة النصوح والأعمال الصالحة فإنك لا تدريين متى يهجم عليك واعلمي وفقك الله أن باب التوبة مفتوح للتائبين، فإن كنت قد ألمت بشيء من الذنوب فبادري بالتوبة النصوح قبل أن يغلِق الباب ويعلوك التراب فلا ينفع الندم حينئذ....



غريبة

هي بحق فعلا غريبة هذا ما كانت تقوله كل فتيات المدرسة هذا ما كان شائعا بينهن فعلا هي غريبة عنهن و يا لها من غربة فلم تكن تمضي أوقاتها في مشاهدة الأفلام و الأغاني بل كانت ترى البرامج المفيدة فلم تكن تقرأ ما يخل بالآداب و يخدش يل بجرح الحياء بل كان قرأنها هو نبضها فهي لم تكن تعرف هذا و تكلم ذاك و تنتقل من شاب لآخر بل كان قلبها ملكا لربها فهي لم تكن تلبس ما يثير و يبرز ولا يغطي بل كان حجابها شرعيا...



قلوبنا معكم

نقولها لضحايا الامتحانات وأسيرات الاختبارات لحظات فرح لحظات قلق لحظات حزن لحظات توتر لحظات راحة يومياتك مع الامتحانات لا تنسى.. فهي مزيج بين الهم والوهم والنعاس واليقظة ما تحلوا الأشغال إلا في أيامها ولا يكبس النوم عليك إلا في ليلا ونهارها وكأنها أيام مرض وحمى.. المهم قلوبنا معكم.



قلبي لمن؟؟

إن القلب هو الكنز الذي يبحث عن يملكه إن المشاعر والحب الدفين أنوار تتلألأ في الغلس وينابيع متفجرة في الصحارى ما أطول لحظات الانتظار تمر ثقيلة لكنها تصل ننتظر لتولد المفاجأة قلوب المحبين في جلسة سمو ومصارحة قلبي لمن؟؟ ،



الحب

حرفان ح ب الحاء تدل على العمق بعد أن تخرج الحاء من الحلق تنتهي إلى الشفة فيطبق عليها الباء فالمحب يطبق على حبيبه في قلبه والحب نتيجة المشاعر فبداية الحب شعور يجول في الصدر وارتياح ثم يتبعه الميل هل الحب قصري أم اختياري ؟ بدايته اختياري ونهايته قصري والوقاية خير من العلاج،...



خلل المشاعر

فالفتاة التي لا تعمل ولا تقدم أي شيء يذكر لأهلها ومجتمعها هي فتاة تعاني من خلل في المشاعر وينتج عن هذا الفراغ الانحراف غالباً فالشباب والفراغ والجدة مفسدة للمرء أي مفسدة فكثير من الفتيات تحمل شعار (معاً لنحرق الأوقات) مع أن دليل اتزان المشاعر التخطيط وتحديد الأهداف.



الغضب السريع والانفعال

وإصدار أحكام والتلفظ بألفاظ وممارسة تصرفات هوجاء كرد فعل لموقف عابر أو خطأ غير متعمد علامة واضحة على اضطراب المشاعر نجد كثير من الفتيات تندفع بقوة نحو شخص ما فتحب بقوة أو العكس تكره بقوة وكل ذلك لكلمات تسمعها وهذا خطأ شائع.



بعض الفتيات

عندها تتوقع في المشاعر ما تكلم إلا فلانة وما تمشي لا معها فهذا يعني أنها تعاني من اضطراب المشاعر بسبب تمركزها في شخص بعينه مع أن الواجب أ تعطي كل إنسان حقه وليكن قلبها أوسع من الفضاء يسع الجميع فإذا توفرت فيك الصفات السابقة فأنت رائعة قد وصلتني إلى القمة في النضج العاطفي.



الحرمان من العاطفة

نحن نعيش في بيئة صحراوية تصحرت معها مشاعر الناس وهذا خطأ فالكثير لا تجد الكلمة الحانية من أمها وتفقد العبارات الجميلة في محيط أسرتها فتبحث عن من يشبع عندها هذه الرغبة.

بنيتي: لا تنتظري أمك كي تضمك وتمسح على رأس بل كوني أنت المبادرة ؛ لأنك عندما تقبلينها تأخذين منها عاطفة تشبع احتياجك فلا تنتظري أن تكون هي المبادرة.



حب الدنيا

نحن نريد كل شيء في الدنيا ما الفائدة إذا أخذنا الدنيا بحلالها وحرامها ثم جئنا يوم القيامة صفر اليدين؟ اصبري اصبري اصبري إنما هي ساعة ويأتيك العطاء من رب كريم شكور.....



الحب الحقيقي

هو الحب الذي إذا فقدته لم تفقدي شيئاً وهو الحب الذي لا يمكن أن ينقص بالجفاء ولا يزيد بالوصال هو الحب في الله الذي ينفك في الدنيا وفي العرصات وبعد دخول الجنة أما الحب الذي يقلق راحتك ويسبب لك الهموم ويزيد من الآلام فهذا نوع من العشق المحرم.



حبّ كبير

سوء تفاهم دائم ، خلافات كثيرة هي العلاقة بين الأم وابنتها ليست دائماً سيلاً من العواطف الإيجابية. والمودة والحب والحنان الأم تشكو والبنت تعاند والكل يدور بحلقة مفرغة قناة بجوال تساعدك في إعادة التوازن إلى هذه العلاقة الثمينة الغالية لتحيي أمك بشكل أفضل وتحببها بشكل شرعي واجب عليك.



إن الأم تشعر دائماً بالقلق على ابنتها

الأمر مزعج لكنه طبيعي. ككل الأمهات، تقوم أمك بأفضل ما يمكنها من أجلك. تريدك أن تحققي ما لم تحقّقه هي وتحلم لك بمستقبل باهر. تتعذّب حين تصدّينها، لكنها تتفهّم أنك تفعلين ذلك لتعيشي حياتك وأنتك تحبّينها على رغم كل شيء. ترغب في أن تستقلي في حياتك وفي الوقت نفسه تعري أنّك ما زلت بحاجة إليها. آخر ما تريده هو أن تعاني. تحبّك بطريقة خاطئة وأكثر من اللزوم أحياناً.



علاقتك بالأم

افهمي طبيعة علاقتك بأمك وذلك بالتفكير بكل ما قدّمته لك أمك واعتري في ان بعضه كان في مصلحتك.

اسألني نفسك عن الأمور التي عجزت عن إعطائها لك وعمّا ينقصك اليوم. ما الذي يجعل علاقتكما معقدة؟ لماذا تشعرين أحياناً بعدم الارتياح؟ أمك تحبّك بطريقة خاطئة وأكثر من اللزوم أحياناً بسبب تجاربها الخاصة، لكنها جاهزة دائماً لمساعدتك وفي اليوم الذي تصبحين فيه أمّاً، ستفهمين مدى صعوبة أن تكوني أمّاً صالحة بما يكفي



اقبلي مشاعرك

اقبلي مشاعرك تجاه أمك ولا تحمليها ذنب ما يحصل معك ولا تغضبي في وجهها. لك كلّ الحق في التعبير عن مشاعرك، لكن إدراك المشاعر التي تحملينها لها سيريحك كثيراً ولا تنتظري منها أكثر ممّا تستطيع تقديمه فلقد فعلت كلّ ما تستطيع من أجلك. حان الوقت لتتعلّقي وتفهمي أنها عاجزة عن تقديم المزيد.



سر الأم

لا تشبه العلاقة بين الأم وابنتها الحكايات الخيالية في الواقع، نحن نعيش في مناخ من المزايدة العاطفية لدرجة إن الأم تشعر بأنها مجبرة على أن تكون طيبة بشكل مثالي. بالتالي، تقدّم الأم الكثير لابنتها وتغمرها بفائض من المشاعر الطيبة ختاماً، حافظي على أسرارك

لنفسك وخاصة إذا كانت أمك تبالغ في التدخل في حياتك وتسدي إليك النصائح من دون أن تطلبها لا تشعرى بالذنب تجاهها. إنها حياتك لا حياتها نبض.



كُن الوردة!.. ولا تكن أشواكها!..

كُن الوردة!.. عندما تفرح وأنت صغير، وتقبل خدي والديك، وتنثر العبير!.. ولا تكن أشوكها، عندما تنظر إليهما وهما عاجزين، وأنت قادر وكبير!..... كُن الوردة!.. التي تزين باب الدار، وتنثر الزهور في كل مكان، وتلم شمل القريب والجار!.. ولا تكن أشواكها، وتجرح من كان لك بلسما لجروحك، ولا تكن أبدا غدارا!..

كُن الوردة!.. التي تغرس بأرض خصبة، ومن غبار الطلع تنبت زهرة!.. ولا تكن أشواكها، وتظلم أطفالا هم عطر الحياة، ولا تكن جبارا!

كُن الوردة!.. التي تفرح البشر بكل هبة نسيم، وتنعش الروح، وتزيل الهم بالابتسام!.. ولا تكن أشواكها، تنثر بقدمك الشر، وتشعل بالقلوب مواقد من نار!..

كُن الوردة!.. التي تعطينا شرابا حلو المذاق، وماء عذبا، تطيب له الأطباق!.. ولا تكن أشواكها، تجحد للنعمة دون أخلاق، وللذيلة تكن سباقا!

كُن الوردة!.. التي تزرع الحب في القلوب، وتكن خير هدية لكل العشاق!.. ولا تكن أشواكها، التي إن لمست تدمي الأيادي والقلوب!..

وأخيرا!.. كُن الوردة!.. كُن الوردة التي تنعش القلوب دائما، بعطرها ولونها ونعومتها!.. ولا تكن أشواكها، مهما طغت عليك الدنيا وجارت... وداعا مدرستي وداعا معلماتي وداعا صديقات تركت قلبي بينكم فاحفظوه.



علبة ألوان

الدنيا علبة ألوان ونحن أقلامها الملونة بعض البنات،
عندما تزينهم في عينك، وترمم تصدعات صورهم في قلبك، وتغمض عينيك بقوه كي لا
يسقطوا منها وتغض بصرك عن عيوبهم كي يبقوا جميلين.. كنت تود الاحتفاظ بهم بقدر
استطاعتك ولكنك عبثاً تحاول.. وتفشل.



بعض البنات

لو كان بيدك لجمعت كل ورود الأرض ووضعتها في طريقهن فمثلهن لا يجب أن يخطو إلا
على الورد!

بعض البنات: عندما تحاولين نسيانهن قد تحرق كل ما قد يذكرك بهن صورهن رسائلهن
هداياهن، لعلك تنسيهن ولكن يستحيل أن تمتد نيرانك إلى داخلك حيث يسكن حبك وأشواقك!
بعض البنات: لديهن القدرة على تحطيمك وإعادة تشكيلك من جديد، فقط لأنهن يحبين
أن يروك في شكل جديد كل مرة، أما عواطفك المنهكة فكن على يقين من أنهن لا يباليون بها أبداً!
بعض البنات: يراودك إحساس بأن كل لحظة تجمعك بهن هي آخر لحظة، فتمسك بهن
وبها سبب هذا الإحساس هو أنك ترفض الاختيار بينهن وبين اللحظة فالجمع بينهما مستحيل!



الأرواح الطاهرة

تشعر بامتنان عميق نحوها لأنك.. معها لا تشعر بدونية، وفي ذات الحين لا تشعر بسيادية.. لم ينظروا إليك.. نظرة حقد، ولا نظرة حسد أبداً.. لم يرمقوك بغضب.. وما حاولوا أذيتك في حين.. بل العكس.. فهم (يحتوونك) بكل دفء الكون.. ومن جذب روحك.. يصنعون جنة الأمل.. تشعر بأن (صدق) الدنيا كلها في أفئدتهم.. ف. ليرضى عنهم الله في الدنيا والآخرة.



من آداب الاعتذار

لا تتردد في أن تتأسف لمن أخطأت في حقه و انظر لعينيه وأنت تنطق بكلمات الاعتذار ليقرأها في عينيك وهو يسمعها بأذنيه !..... من آداب المعاملة لا تحكم على شخص من أقربائه فقط فالإنسان لم يختر والديه فما بالك بأقربائه ؟!..... من آداب الحديث عندما لا تريد الإجابة على سؤال فابتسم للسائل قائلاً : هل تعتقد أنه فعلاً من المهم إن تعرف ذلك ؟.



الأرواح الطفولية

كالأطفال تماماً حتى لو بلغوا الستين من العمر ابتساماتهم ونكاتهم وفضولهم تصرفاتهم وحياتهم وألوانهم لا تملك إلا أن تعشقهم كما تعشق الأطفال لأنهم أعجز عن الوصف ربما تشعر اتجاههم بامتنان لأنك معهم تستطيع إفراح المجال لطفولتك المكبوتة بحرية تامة وهم تترك (هموم) عالم الكبار لأن أكثر ما يريحك أن إسعادهم سهل وحبهم لك صادق...



الأرواح الدافئة

لا تملك أمامهم إلا الحب فتُحبهم هم، و تحب قريهم و أصواتهم و جمالهم.. تود لو
تقديهم بروحك.. و تود لو تستطيع انتزاع كل آلامهم حتى (أنايتك) تحبهم و تبقى تدعو و
تدعو و تدعو أن تجتمع بهم في جنات النعيم فهم (رفاق خير).....



الأرواح الساخنة

لا تكاد تجد بين حروفها رضاءً و أملاً اقترابك منها كفيل بزرع (اكتئاب) العالم كله
فيك.. لا يرضيهم شيء.. ولا يروقهم شيء.. ولا يكتفون بذلك.. بل يحاولون جعلك ترى الدنيا
بنظرتهم (السوداوية).. ف.ابتعد عنهم.. وابتعد.. ثم ابتعد.



الأرواح المشفقة

يجيدون فن الإشفاق.. يشاطرونك البكاء إذا بكيت.. لكنهم في الفرح لا يستطيعون اقتسام
سعادتك معك.. فهم يُفضلون أن تحتفظ بها لوحدهك.. أولئك.. لهم (قيمة) بين مشاعرنا فهم..
عكازنا عندما نصاب بعجز.. فليرحمهم الرحمن.



من آداب الحب

إذا أحببت شخصا فاذهب إليه وقل إنك تحبه. إلا إذا كنت لا تعني ما تقول فعلا ! لأنه
سيعرف الحقيقة بمجرد النظر في عينيك !!!!!!!



الأرواح المحترمة

فلا تستطيع أن تقف أمامهم إلا ببزة عسكرية رافعاً يديك بالتحية أنت ممتن لهم.. وأنت تحبهم.. لكنهم.. قد لا يقدرون ظرفك، وقد يُشعرونك برعب هائل، وحيناً وبدون قصد يُبنون بداخلك قلاع من الفشل والإحباط فتخبو شمعتك، والسبب (هُم).



قلوب مقفلة

تلك التي أغلقها الكثير ظناً منهم أن انعدام المشاعر مصدر قوة وكبرياء وان الإنسان بلا قلب بلا جروح وبلا ألم لكنهم نسوا أنه بلا ألم.. لا وجود للسعادة....



القلوب الميتة

هي التي لا تنبض أوردتها بالحب.. ولا يتدفق الدم للشرايين حناناً بل أضحت ميتة.. بلا ضمير.. بلا مشاعر.. لا تشعر بمن حولها أعمتها الأنانية.. فقدت الضمير الحي،...



قلوب حاقدة

تحقد القلوب.. وتشتعل جمرًا.. وتغدو كالحطب تأكلها نيرانها لكنهم نسوا أن نار الحقد لا تحرق إلا صاحبها...

قلوب الزجاج

قد تخذشها كلمة..حرف..أو حتى همسة..أولئك الذين وثقوا بالناس من حولهم..
وسلموهم قلوبهم لكنهم نسوا أن الزجاج إذا انكسر !!...لا يُصلح....



قلوبنا

مصدر المشاعر والعواطف..مركز الإنسانية..جوهر البشرية..كتلة مشاعر..نبع عواطف..
فلنستغله بحب..ولنملأه بالود..ولنتعود على السماح.. لتغدو قلوبنا جوهرة..بلون الزمرد
شفافة.. نقية..صافية لامعة..مصقولة..ثمينة.. لنستحق لقب الإنسانية.



فتاة بلا اتزان

تذكري أن جمال الفتاة الحقيقي في روحها وليس في ملامحها ورشاقتها ، فاحذري قسوة
القلب واعتمدي على الرقة والحنان في أصغر تصرفاتك ، فلا تتكلمي دائماً إلا بحذر وفكري في
عبارتك قبل أن تتلفظي بها ، وحذار الصوت العالي. ابترسمي دائماً فابتسامتك مصدر سعادة
لن حولك ولو كان غير قريب فلا تضغطي على نفسك وترهقيها لإسعاد الآخرين مهما كنت
صاحبة تلك الروح الجميلة.



الهدوء الجذاب

بعض الفتيات لا تتكلم كثيراً ولا تكاد تسمع صوتها في المجالس والتجمعات، بل لوراقتها لرأيتها لا يتحرك منها إلا رأسها وعيناها، وقد يتحرك فمها أحياناً ولكن بالتبسم... لا بالكلام!! ومع ذلك يحبها الناس ويأمنون بمجالستها فهل أنت منهن؟



قال بعض الحكماء :

إذا جالست الجهال فأنصت لهم وإذا جالست العلماء فأنصت لهم.. فإن في إنصاتك للجهال زيادة في الحلم، وإن في إنصاتك للعلماء زيادة في العلم.. إذا لتكوني مستمعة ماهرة أنصتي وهزي رأسك متابعة... تفاعلي بتعابير وجهك.. وانظري إلى أثر ذلك فيمن يتكلم معك.. سواء كان كبيراً أو صغيراً.. فبراعتنا في الاستماع إلى الآخرين... تجعلهم بارعين في محبتنا والاستئناس بنا.



ابكي يا عين

لا تترددي في البكاء عند المواقف والأحداث المؤسفة فهي الوسيلة الوحيدة والمشروعة اجتماعياً ، فالدموع تقلل التوتر وتطهر العيون من البكتيريا والجراثيم العالقة بها. كبت المشاعر وحبس الدموع يسببان التسمم وذلك لانحباس المواد والمركبات المؤذية داخل أنسجة الجسم .



لكل من يجرح ويأبى أن يُجرح

أتساءل لم نجرح ولا نداوي جراحاتهم..؟ تملكون قلوباً تنبض ألا تخافون من أن تُجرح..
لم آل إلينا الحال لأن نتناسى من حولنا؟! أهي أنانية الذات؟! أم أننا لا نتحمل الألم؟! ولم نحن
فقط من لا يحتمل الآلام ومن حولنا رغباً عنهم يحتملون.. قد تكون دعاية وقد تكون كلمه
سقطت في غير محلها الإعرابي تترك ب النفس أثرا كبيراً..



الضربة القاضية لحب الشباب

ضعي الثلج على البثور الكبيرة المنتفخة وستزول مع الصباح.



أغبي البنات

- أغبي البنات : هي التي تثق بالرجل من أول كلمة حب براقه ومن أول نظرة دفاقة.
- أغبي البنات : هي التي تعطي أسرارها لرجل تعرفت عليه في هذه اللحظة !
- أغبي البنات : هي التي تعطي أرقامها وعنوانها لشاب سمعت منه كلمة (أحبك).
- أغبي البنات: هي التي تلتقي مع عشيقها ! في أحد الأماكن العامة على أمل الزواج بها.
- أغبي البنات : هي التي تظهر مفاتها للشباب حتى تلفت النظر إليها.
- أغبي البنات : هي التي تبيع عفتها وشرفها بلذة لا خير فيها ، بلذة بعدها النار.
- أغبي البنات : هي التي تثق بالشاب من أول ما يرسل لها رسالة على الخاص ، يقول لها
: أريد أن أعرف وتبادلته نفس الشعور...

- أغبى البنات : هي التي بمجرد التعرف على الشاب ترسل له صورها وتسمح بكل شيء باسم الحب.

- أغبى البنات : هي التي عصت ربها وأطاعت شيطانها.



عندما تكون البنت هادئة

فإن ملايين من الأفكار تدور في مخيلتها البنت ، إذا لم تعارض فهي تفكر بعمق ، عندما تنظر إليك الفتاة بعيون مليئة بالأسئلة فهي تتساءل..كم من الوقت ستضل إلى جانبها عندما تجيب الفتاة ب(أنا بخير) بعد بضع دقائق لن تكون بخير أبداً بصراحة. بنيتي، كم أنت كتومة من أحب الناس لك وثرثارة لأبعد الناس عنك .



كلمة وعبارة

أين ذهبت ؟ ومن أين جئت ؟ تصدر من والدك أو أخوك وكونك لا تخرجين إلا بإذن لا بأس به ففي الحديث : (أن فاطمة بنت رسول الله صلى الله عليه وسلم سألتها يوماً : (من أين أقبلت ؟) قالت : (أتيت من أهل ذاك البيت أعزيهم) وهي من ؟ ولم تغضب من سؤال أبيها صلى الله عليه وسلم ، فالفتاة يجب أن تحاط بسياج من العناية والتوجيه .



البنات

اسمٌ مميز في عالم الوالدين أنتِ أعرف به مني.. فمحببة العائلة للطفل دون الطفلة عادات لها آلامها التي قتلت آمالها.. جاء عمرو بن العاص زائراً معاوية بن أبي سفيان - رضي الله عنهما - فوجد عنده بنتاً صغيرة وكان يلاعبها فقال : من هذه ؟ قال: بُنَيَّتِي عائشة تفاحة القلب .



فتاة

نحن نريدها..النشيطة المثابرة.. الواقعية في مناقشتها.. المنطقية في قولها.. اللبقة في حديثها.. الهادئة في طباعها.. الحسنة في سلوكها.. العاقلة في انفعالاتها ومشاعرها.. الذكيّة القادرة على نقد الأفكار الهابطة وهي من تعيش في عصر أصبحت فيه الرذيلة عالميّة رائجة لها نجومها ومؤسساتها وإعلامها تقف أمام الطوفان بشموخ الالتزام وقوّة الإيمان .



طفولتك

عوداً حميداً إلى عالم (الطفلة الصغيرة) التي عشتِ دقائقها وساعاتها وأيامها وشهورها وأعوامها ، انظري إلى تلك الطفلة الصغيرة من حولك. كم تنعشك ضحكتها ! وتحاصرِك بسورٍ من الورد والرياحين أسئلتها ! تسبح في عالم صافٍ وبريء كصفاء قلبها وبراعة ابتسامتها هذه (الطفلة الصغيرة) الجمانة في أصدق معانيها لا تكذب.. لا تنافق.. لا تحقد... لا تزيّف مشاعرها، ولا تتصنّع في انفعالاتها وعواطفها.



إنك محبوبة

عبارة أبعثها إلى روح كل فتاة ، فقد أحبك الشارع الحكيم وأنزلك منازل علياء فحماك بشريعته وحرسك بدينه وجمّلك بطاعته ، ولقد اهتمّ الإسلام بك من حيث نفسك وحاجتك ووليدة و طفلة، شابة و زوجة، أمًا و جدة، حاضرة و غائبة، حية و ميتة، ولم يجعلك في مقام هوان أبداً كما لا يكتمل إيمان مؤمن حتى يقوم بحقوقك و واجباتك.



الأم

كلمة طالما رددتها الألسنة وهفت إليها القلوب. ما حال من فقدتها لا سمح الله بطلاق أو وفاة ؟ حينها تعيش الطالبة بلا أم حياة مليئة بالمصاعب والهموم والأحزان.. كيف لا.. وقد ماتت زهرة المنزل ولم يبق من ذكراها سوى عبق ريحانها وذبلت معاني المحبة ولم يبق من ابتساماتها سوى الدموع وعجيبة هذه الحياة.. اجتماع ووداع.. ولقاء و فراق.. فهنئاً لمن مد الله في عمر أمها باباً من أبواب الجنة مفتوحاً.



الصلاة

دعيني أجعل أمامك ورقة صغيرة أكتب فيها كلمة أتمنى ألا تنشغلي عنها مهما كان الأمر ، والشاغل فهي بوابة الاطمئنان وطريق السعادة.. الصلاة.. كلمة جميلة وأثر مبارك لمن حافظت عليها فهي الراحة من هموم الدنيا وتعبها ونصبها ، الصلاة الأمل والشمعة المضيئة في نفوس المؤمنات والماء الذي يسقي عطش الظامئات .

الصلاة : منورة للقلب، مبيضة للوجه، منشطة للجوارح، جالبة للرزق، رافعة للظلم،

قائمة للشهوة، حافظة للنعمة، منزلة للرحمة، كاشفة للغمة، تكفر السيئة، تزيد الحسنة، ترفع الدرجة، تدفع الفتنة، تعين على البر والتقوى، تعالج النفس من الحسد والهلع.. وأعظم من ذلك استجابة لأمر الله ووصية رسوله صلى الله عليه وسلم في مرض موته حين قال : الصلاة..
الصلاة



ضعف كبير

أقرب القريبات لا يحق لها معرفة أسرارك لتتصادى مع الأسف الفتاة في ذكر دقائق يومها ، فذهبت ونمت ولبست وجئت وقلت وعملت ، عبارات لا يجوز بثها شرعاً ولا ذوقاً فضلاً عن أسرار المنزل والأهل ، تدخل في النهي تبعاً بل حتى رأيها في زميلاتها ومعلماتها حقه الكتمان. عفواً بث السر إلى فلانة لا يقدم شيئاً ولا يؤخره بل يوقع الفتاة في حرج مع غيرها ، فالصمت عبادة من غير عناء وزينة من غير حلي..



العاطفة

تعيش الفتاة في بعد بلوغها سن الخامسة عشرة سنة قمة العاطفة بأنواعها المختلفة حُباً وكرهية احتراماً وإعجاباً صداقةً واحتقاراً. قد بدأت العاطفة لديها بحب والديها إذ كانت طفلة لتكبر وتكبر معها مجالات عاطفتها ، فالفتاة بالفطرة تحب الدين والصدق والشرف وتكره الرذيلة والاستبداد قال صلى الله عليه وسلم : كل مولود يولد على الفطرة ..



الفتاة بعد البلوغ

تحب الفتاة بعد البلوغ التعبير بكلمة (أنا) : فأنا أحب، وأنا أكره، وأنا جئت، وأنا سافرت، وأنا وأنا وبعبارة موجزة (أنا) ، لوحة رائعة مليئة بالألوان والأشكال المختلفة ؛ إرضاءً لعواطفها الجميلة التي تزداد جمالاً ورونقاً وبهاء بالطاعة والإيمان ، فلا مجال لعاطفة سيئة تقود المراهقة إلى المزالق من الإعجاب والتصرفات الخاطئة فتلهث وراء محبوبتها حيناً وتبكي أحياناً وتحزن مرة وتقلق مرّاتٍ كثيرة. فلماذا؟..



الزواج

حلمٌ جميل، كم يداعب الفتاة في خيالها، ويتنقل بين أفكارها وأحلام اليقظة تتقدمها (الزوج) ، ملكٌ تنتظره الفتاة ليجعلها أميرةً في مملكة صغيرة وكأنّ الدنيا بين يديها.. إنه معين من أنهار المحبة الصادقة وعبقٌ من رياحين ملؤها كسوف الرّاحة.. فهي الجمّانة في قلب زوجها، صبرت لتناله وإن طال المسير، جاهدت لأجله وإن تراجع الكثيرات لتكون مربية الأجيال وأم الشهداء والأبطال .



الزواج

يعني للفتاة التفكير الواسع والخيال الشارد في تصاميم الفساتين وألوان الأقمشة وأفخم موديلات الذهب وما الهدايا ؟ وما نوعها ؟ ومتى تكون لحظة دخول هذا العالم المحبوب ؟ وأجمل من بحر خيالها ونهر تفكيرها قوله تعالى : (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجاً لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودةً ورحمةً إن في ذلك لآياتٍ لقوم يتفكرون)...



لا تكوني مغرورة

كالعنكبوت التي تظن أنها تنسج حريراً وهو أضعف البيوت ، ولا حسودة تشق نفسها ؛ كي تتظاهر بأنها غير مهتمة في شيء ولا مسرفة ، تذيب شمعة كاملة في التفتيش عن عود كبريت ضائع بل كوني حكيمة تحضر كل وعودها على نحاس فلا تنساها وسعيدة بالتزامها وصلاتها وبرها لوالديها.



الفتاة ليست لكل رجل

بل هي لرجل واحد هو زوجها الذي يبحث عنها وكأنها لؤلؤة مكنونة شق على الشاب الحصول عليها ؛ لأنَّ اللآلئ الثمينة تكمن في أعماق البحار ومن يطلبها يصارع الأمواج لأجلها وكما قيل : من يطلب الجواهر يدفع أعلى الأثمان .



الطب

حلمٌ يراود ذهن الفتاة وتفكيرها منذ المرحلة الثانوية وتتمنى أن يقال لها دكتورة أو طبيبة ، لكن مهنة الطب تحتاج إلى تضحيات وتبعات. هل وقفت عندها الفتاة ؟؟ نريدك طبيبة ملتزمة بأخلاقها وحجابها تسير في ممرات المستشفى والكل يقدرها ويحترمها ، فلا مجال لمخاطبة الرجال والاحتكاك بهم بحجابٍ مهذب وضحكات تدوي وزينة واضحة ونقابٍ فاضح ويدين مكشوفتين....

الحجاب

إيمانٌ وطهارة، عفةٌ وستر، حياءٌ يبعث على الفضيلة، تميّزٌ لك عما سواك والتميز من صميم أخلاق المؤمنات، فبه حماية الأعراض والسلامة من الفتن. فكم جميلٌ منظر الطالبة وهي ترتدي عباؤها بحشمة خالية من النقوش والزينة طاعةً لله عز وجل قال تعالى : (يا أيها النبي قل لأزواجك وبناتك ونساء المؤمنين يدنين عليهن من جلابيبهن ذلك أدنى أن يعرفن فلا يؤذين)..



الفتاة الملتزمة

تعاني من الفراغ كما يعاني غيرها وتشكو من تأجج الشهوة كما يشتكي الفتيات إلا أنها لا تنهار أمامها بل تتجاوزها بالعلو إلى قمة العفة والتسامي فلا مجال للدوافع الغريزية والحيل الشيطانية : (والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا) فهي كالأنبياء في الأسوة وكالسلف الصالح في الأتباع.



التقليد الغربي

الكثير من الفتيات يقعن في تناقضات عجيبة غريبة فرضها التقليد الغربي. فما لنا نرى الفتاة تتابع آخر الموديلات في ملابسها وأناقيتها وجمالها بل وتظهر به أمام الصديقات والزميلات ؟ وفي صورة أخرى نرى الفتاة لها عباوتان وغطاءان : عباءة وغطاء محتشم للمدرسة وعباءة فرنسية ونقاب لما بعدها .

قال أحد كبار الماسونية

(امرأة متبرجة واحدة أشد على المسلمين من ١٠٠٠ مدفع) فهل ترضى الفتاة أن تكون سبباً لوقوع الشاب في الحرام فكانت وسيلة من وسائل الشيطان وجندية من جنوده ! فالعاقلة.. لا تتبع الجنة والشرف بثمن بخس وفي الحديث : (كل أمتي يدخلون الجنة إلا من أبى. قالوا: (من يأبى؟) . قال : من أطاعني دخل الجنة ومن عصاني فقد أبى)...



من المستفيد؟

- من رفع الفتاة للعبادة عن ثيابها الضيقة لتبدو تنورتها أو بنطالها محددًا جسمها؟! من المستفيد.
- من لبس قصير الكم ليظهر الذراع والعضد والكتف وربما النحر والصدر أثناء استعراض البضاعة في المحل؟! من لبس الحذاء بأنواعه بلا شراب ساتر؟! من الذهب للسوق متبرجة متعطرة لوحدها مع السائق وقد وضعت اللثام البوابة القاتلة للفضيلة...
- من ارتداء آخر موديلات العبادة المطرزة أو المخصرة أو الكاب تكون زينة تحتاج إلى حجاب؟! من إظهار اليمين أمام الباعة لترى عطرها المميز وساعتها الجديدة وجواهرها النفيسة وقماشها المناسب لتدخل معه في جدال وعيناه على يديها وساعديها وهما في غاية الاستسلام؟! من المستفيد؟ من المستفيد؟.. يطول بنا ذكر مشاهد نتيجتها الحتمية للتبرج المحرم والسفور الممقوت..

الفتاة المسلمة

أنموذجٌ فريد من نوعه فهي لا تبحث عن الموضة والأزياء إذ إنها في قلب أهلها تزداد حسناً وجمالاً في كل يوم ، فهي تحمل نفساً صافيةً قد قرّت عينها بطاعة ربها ، فالهمُّ عندها المنافسة على الطاعة لله في كل وقت وحين فهي جوهرةٌ يزينها الإيمان ويجمّلها العفاف لتذهب للسوق وقت الضرورة محتشمةً باللباس الساتر لا تتحدث مع الباعة باللين وما أن تنتهي حتى تخرج بسرعة فهي العاقلة العارفة بما يدور حولها .



القلق ظاهرةٌ مشاهدة

تعاني الفتاة فيها من صعوبة التركيز واتخاذ القرار وجمع المعلومات ، فتصاب بالارتباك الشديد في مواقف كثيرة فتسمى بالقلق الذي يظهر كثيراً بشكلٍ ممزوج بالمشاعر والأحاسيس الداخلية بأعراض ظاهرة : كأن تنظر للمستقبل بتشاؤم ، أو التفریط في واجبات مطالبة بها ويظهر جلياً قبيل الامتحانات والزواج ، فتتوتر الفتاة وتقلق بنسبة متفاوتة حتى ينسحب على مسار حياتها وهنا تكبر المشكلة ..



المؤمنون أقل قلقاً

كان رسول الله يعجبه الفأل ، فعلامٌ تقلق وهي تعمل للنجاح ؟ وحينها تشعر الفتاة بالقوة الداخلية فلا تقتل أعمالها باسم الخوف من المستقبل بل شغل أوقات الفراغ العلاج الفاعل للقلق ، فالراحة البدنية لا تجلب إلا التفكير والهمم والحزن والقلق ، ومن لم تشغل نفسها أشغلتها فالمشغولة لا تقلق.

خير ما يعين على دفع القلق

المحافظة على الصلوات في أوقاتها والمحافظة على أذكار الصباح والمساء ، فهو حصن المسلمة والحارس لها والسلاح الفعّال في مواجهته مصاعب الحياة وأحداثها ، فما مضى فات والمستقبل غيب وللطالبة الساعة التي تعيشها وهي حقاً بين ثلاثة أيام : اليوم الماضي الذي يحزنها ، واليوم القادم الذي يقلقها ، واليوم الحاضر الذي يطمئنهما فمهما اتسع الخيال عند الفتاة فلن يصبح حقيقة.



الصراحة أم المجاملة

تتباهى كثيرٌ من الفتيات بقدرتهنّ الفائقة على الصراحة الجارحة دون حياءٍ ، فلا تهتم بجرح مشاعر وأحاسيس غيرها لتتنصرف عنها الزميلات وتعلل فعلها بأن الصراحة راحة وأنها تدفع ثمن صراحتها غالباً بلا ضوابط وحدود ، وحينئذ تكون ردود الفعل عكسية فتؤدي إلى باب مغلق وطريق مسدود ، وأشد من ذلك إذا ما كانت المصراحة من طرفٍ واحد بينما الأخرى تعيش عالم المجاملة.

بنيتي الصريحة ، الصراحة بين الفتيات مرّة وقد تكون سهماً وسماً في آن واحد ربما ارتد عليك في شغاف قلبك فيقتلك ، فأنت وإن كنت صريحة إلا أنك تملكين قلباً رقيقاً ومعاملةً ملؤها الرقة واللطافة ، فليس من المعقول أن تقابلي غيرك بالصراحة بلا ضوابط وتتناسي لو كنت مكانها. لا تقوم الصداقة على أساس المصراحة التامة بل على أساس المناصحة الهادئة.



إلى الفتاة الصريحة

إنَّ غيرك من البنات تملك ذاكرةً أقوى من ذاكرة الحاسوب في امتلاك حصالة تجمع أخطاءك وهفواتك وأنتك تحمليين عوامل النقص والعيوب كما يحملها غيرك لكنهم سكتوا احتراماً للزمالة والصدقة عبر أرجاء الدنيا مع التأكيد على أنَّ الصراحة واجبة إذا كانت نصيحة في مخالفة أو معصية لكن باللين والإقناع والمناقشة والاستشهاد بالنصوص الشرعية بعد حفظها وفهمها لا بقذف الكلمات والعبارات.



جميل وقبيح

جميلٌ أن يقال للفتاة (صادقة) وقبيحٌ أن يقال لها (كاذبة) ، فالكذب جرحات مؤلمة شبه بالفخ يصعب التنبؤ بما بعده ، فالكذب الكذابة الكاذبة عبارات قاسية لا تقبل الفتاة أن توصف بها أو بحديثها بينما نرى انتشار الكذب بشكل واضح في محيط الفتيات حتى أبدعت ألسنتهن فيه . فكم من فتاة تكذب وتعلم أنها تكذب ومن تسمعها تعلم أنها تكذب !



كذب الخيال

وهذا أصعبها ولا تقوم به إلا من لها خيال واسع لتجعل من الخيال خيالاً ومن القصة قصة بلا تكلف ولا صعوبة في نسج تفاصيلها وأحداثها..



كذب الالتياس

تقع فيه الفتاة حينما تسمع قصةً أو حادثة فتحب روايتها لغيرها فتنسى تفاصيلها لتقع في حرجٍ لا يخرجها منها إلا الكذب.. وقد يحمرّ وجهها ويعرق جبينها خجلاً ممن حولها.



كذب الإدعاء

وهي المعجبة بنفسها لتبلغ الكمال الزائف فتدعي الصحة وهي المريضة وتدعي الغنى وهي فقيرة وتدعي الفرح وهي حزينة لتبدو أمام غيرها شيئاً غير حقيقتها..



كذب الأنانية

وتحملة الفتاة الحساسة التي تفقد الثقة بنفسها فلا تحب الخير لغيرها وترى الأقل منها أحسن حالاً فلربما رأت الفرح على وجه زميلاتها فبادرت إلى قتله بالكذب.



كذب الانتقام

الذي أشبهه (بكرة الثلج) تبدو صغيرة ثم ما تلبث أن تكبر لتكون جليداً يهلك من أمامه وتتصف به كثيراً (الفتاة الغيورة) التي تحمل مشاعر هشة تتأثر سريعاً لأقل انفعال.. كذب الدفاع وهو أكثر أنواع الكذب شيوعاً وخاصة في فترة المراهقة ، فالحق معها لكنها لا تستطيع الدخول في تفاصيل وأحداث هي في غنى عنه وإن كان الحق معها بينما إذا جلست إلى مجلس فضلت السكوت عن الحديث.

كذب التقليد

يفرض ذلك المجتمع الذي تعيشه الفتاة وكثيراً ما يكون موافقةً للجليسات ، فتناقص الفتيات في مجارة بعضهم لقتل الفراغ فيقعن في الغيبة بعد الكذب.



كذب العناد

حينما يتسلط الآخرون على الفتاة فتشعر بالمعاندة مع علمها أنه خلاف صالحها. فكم تتلذذ بالكذب مقابل غضب المتسلط عليها وتراه السلاح الوحيد لإشباع ما في نفسها ! ولو اتخذت أسلوب الحوار الهادئ مع مخالفتها لما لجئت إليه.



الكذب المزمّن

هي التي تحرق نفسها به قبل إحراق غيرها ليصبح الكذب صفة ملازمة لها ، فإذا ذكر اسمها تبادر للذهن سجايها القبيحة وهذا النوع أشدها وأخطرها.



الصديقة المحبة

تشاركك آلامك وأحزانك كما تشاركك أفراحك ، إذا بكيت ستضع كفيها تحت عينك لتتلقى دموعك دمة دمة ولن تسمح لها بالسقوط على الأرض ؛ لأنها تكون غالية عليه ، ستمسح دموعك بالتأكيد ولن تسمح لأي كائن بإراقة دموعك مرة أخرى فهي بالنسبة لها قطرات من

دم.



يقول العلماء

إذا أحسست برغبة في البكاء فلا تحبس دموعك، فإن كثيراً من الآلام والأحزان والغضب تسيل مع هذه الدموع. كما أن العلم يقول : إن دموع المرأة أسرع من دموع الرجل. فهي تتعلم البكاء قبل الرجل فتربية البنات تحتاج إلى قدر كبير من الحزم قد لا يحتاج إليه الصبي، لهذا فهي تبكي لأنها تعاقب أكثر مما يعاقب شقيقها.



أمي وأمك

مخلوقة ضعيفة تغلب عليها العاطفة الحانية ، جنديّة مجهولة في عالم الحياة المادي. هي جنديّة حيث لا جند، وحارسة حيث لا حرس، لها من قوة الجذب ومَلَكَة الاستعطاف ما تأخذ به لبّ الصبي والشرخ كلّه وتملك نياط العاطفة دقّها وجلّها، وتحل منه محل العضو من الجسد إنها تملك حق الرحمة والحنان، لكمالها ونضجها وهي أضعف خلق الله إنساناً إنها مخلوقة طيبة تسمى الأم فهل أنتِ بارة بها ؟



فهم خاطئ

من قالت : إن الصداقة تحسب بأعوام غلطانة ١٠٠% ، ولا تعرف الحقيقة. فالصداقة آلفه وتآلف بين الأرواح وشعور يجمع كل صديقة صديقتها فهي قرب وتقارب بين الأفكار والمشاعر فهنئاً لصداقة تعين على الخير والبر.

هناك من يحبك بجنون

ويسعى جاهداً لإصابتك بهذا الجنون ولا يستوعب رفضك لمشاعره بهذه السهولة ، فيحاصرك بسيل من المشاعر غير المرغوبة ويمارس عليك الغيرة غير المباحة ، فيكتفي بحبه لك ويحملك جميل هذا الحب ويجب لزاماً عليك أن تحبه وإلا نعتك بصفات مرفوضة إنسانياً.



ما الحب ؟

- الحب فرصة ليصبح الإنسان أفضل وأجمل وأرقى الحب ، ليس عاطفة ووجدانا فقط إنما هو طاقة وإنتاج.
- الحب هو أعظم مدرسة يتعلم كل عاشق فيها لغة لا تشبهها لغة أخرى .
- الحب مثل أي لعبة يمارسها اثنان في نهايتهما : أحدهما يربح والآخر يخسر.



إلى أي مدى أنت حساسة ؟

في عالم يبجل الحزم والصلابة لم يعد سهلاً على الإنسان أن يتمتع برهافة الحس. تعلمي كيفية التعايش مع رقة مشاعرك بعيداً عن المعاناة التي تسببها كل الحساسية المفرطة.



القلوب منازل

هناك من يسكن في أول القلب لمنزلته الكبيرة، وهناك من يسكن في أوسطه لغلايه وهناك من يسكن في آخره للحفاظ على ما تبقى من ذكريات فلنحكم عقولنا قبل مشاعرنا وأحاسيسنا يجب علينا ألا نتسرع في كلامنا وخاصة ممن دخلوا قلوبنا لا عقولنا.



متى استعبدتم الناس ؟

هناك قلوبٌ احترمتنا فأعجبنا بها، وهناك قلوبٌ أحببتنا فامتلكناها. وشتان بين الإعجاب والحب ولكن هل يحق لمن امتلك قلوبنا أن يملك عقولنا وأجسادنا ؟ لك الحق أن تحب شخصاً ولكن ليس لك الحق أن تمتلك عقله وذلك بأن تفسر كلامه بما تريد، وليس لك الحق أن تمتلك جوارحه بأن يكتب ما تريد أو يرد على من تريد يقول عمر بن الخطاب: متى استعبدتم الناس وقد ولدتهم أمهاتهم أحرارا.



مأساتك هي حزنك

وحزنك هو تلك المأساة حزين أنت يا قلبها المكبل بالهموم.. أنت أسير وحدك في سجن حكم عليك فيه بالإعدام بلا ذنب اقترفته... حائر وجل صامد مضطرب صراع يمزق جنباتك تعمقت في داخلك الجراح، كم من هفوات وزلات قد أضعفتك ؟! وكم من سقطات هزت كيانتك ؟! تبعثرت الهموم وتشتت الأفكار وما أظنها إلا اختبار، والدموع تروي جراحك فهل أضمد جراح قلبي أم يضمّد جراحي ؟! كلانا عليل فرحمك ربي بقلوب فتياتنا.

عندما يأسرنا الألم

لن نستطيع أن نذك قبودنا إلا بالألم فإن كنا فاقدين الأمل فلا حياة بعد الآن، فجميل أن نبتسم حتى ولو كانت دموعنا على وشك الأنهار وربما البحار، فالبكاء شفاء ورحمة للقلوب الحساسة.



فتيات الشوكولاتة

وجد أخصائيو النفس في جامعة (أيست أنجليا) أن الفتيات الهادئات يفضلن الشوكولاتة بجوز الهند، بينما تفضل الاجتماعيات والمرحات أنواع حلوى الفدج ويميلون للعمل أولاً ثم التفكير، فيما يحب الخجلى الشوكولاتة الحلوة والمرّة، بل إن من تحب الشوكولاتة بالمسكرات هي شخصية عملية وتميل للتفكير قبل العلم وقد تكون انطوائية، أما من تحب الشوكولاتة بالقهوة فهي شخصية مفكرة ومهتمة ولكنها تعتمد على الآخرين. وبينت دراسة سابقة حول نفس الموضوع أن الأشخاص الذين يختارون الشوكولاتة البيضاء الشكل يعانون على الأرجح من الضغط النفسي، بينما يعاني الأشخاص الذين يفضلون الشوكولاتة المربعة من نوبات صداع متكررة.



تكوين الفتاة

إن تكوين الفتاة يختلف عن تكوين الولد فهي عاطفية ومشاعرها جياشة ومتقلبة، وهي كثيراً ما تثور بسرعة وترضى بسرعة، وعلاقاتها الاجتماعية أكفأ من الولد وأقوى وتطبيقها لفهوم الصداقة والحب للصديقات أقوى أيضاً، ومن ذلك أنها تتشرب هموم صديقاتها

ومشاكلهن وتشاركهن الحزن والفرح، والفتاة لا ترى بأساً في إظهار ضعفها على شكل بكاء أو حزن شديد ثم إنها كثيراً ما تفتقر لوجود متنفس لها حتى يذهب ما بها.



توقفي قليلاً عن التسامح

كثيراً ما تتسامحين وتتساهلين في حقوقك مع الآخرين مما قد يتحول إلى عادة تجعل كل من حولك يستهينون بك وبمشاعرك. ابدئي من اليوم في وضع قائمة بالتصرفات التي تضايقك وتزعجك دون مراعاة لشعورك كصديقتك التي تحمّلك ما يفوق طاقتك وتلومك على كل الأخطاء، ارفض كل هذه التصرفات بوضوح وقرري تحسين وضعك ونظرة الناس لك وادفعيهم لاحترامك.



لا بد من التضحية

أنت لست الفتاة الخارقة التي تفعل كل شيء ولو كان مستحيلاً لذا لن تستطيعي القيام بكل شيء على أكمل وجه وكذلك لن تستطيعي إرضاء جميع الأطراف، فيجب عليك تدقيق النظر في علاقاتك بالآخرين والتفكير فيما يسبب لك ضغطاً عصبياً منها وخاصة الصديقة الغامضة التي لا يعجبها شي من تضحياتك، فحددي أولوياتك وحاولي إسقاط ما يستحيل معالجته ولو كانت أحب الناس إليك.



امنحي نفسك المساعدة

أحيطي نفسك بالصدقات اللواتي ترتاحين معهن وتشعرين أنهم حقاً يساعدونك على الأحاسيس الجيدة، ففي كثير من الأحوال تضغطين على نفسك ؛ لكي تقابلي أشخاصاً لا تحبينهم ولكنك لا ترغبين في جرح مشاعرهم فتؤذين نفسك بذلك. عليك بنيتي أن تفكري بأمانة وصدق وتختاري الأشخاص الذين يريحونك وتشعرين معهم بالاسترخاء وتحرصي على الالتقاء بهم وخاصة صديقات الدراسة لا الماسنجر والشات.



الألم

هكذا يبتدئ الألم دمة فبكاء.. خدشٌ ثم جرح.. وهكذا تنتهي السعادة فلا تستطيعين المضي إلى الأمام بجرح الماضي فتقفين في درب مسدود.. لا خيارات فيه فتعودين إلى الوراء ؛ لكي تفتحي كتاباً مليء بالمأسى والأحزان ثم تجدي طريقان للمضي.. فهل تختارين ((الكآبة)) أم تختارين ((الانتقام))؟!



أحياناً

أكره نفسي وأكره كل من حولي مهما كان قدر محبتي لهم، في بعض الأحيان أشعر وكأنني أزيد من ضخامة الأمور وهي صغيرة، وأحياناً أقول : إنني لم أكبرها إلا بسبب ما أشعر به من ضغوطات، ولكن بعد كل ما أشعر به من أحزان يبقى هناك شيء واحد.. شيء واحد فقط.. ابتهامة أمل للأيام القادمة فتاة محطمة.



الحلم

جميل هو الحلم حينما يزخرف بقطرات من أمل.. ومحزن هو الحلم إذا كان مرسوماً
برماد اليأس... جميل هو الحلم حينما يبهر في بساتين الطموح.. ومحزن هو الحلم حينما
يقبع في حدود السراب.. جميل هو الحلم بقدر جمال أرواح رسمت ذاك الحلم. إذا هيا بنا نلحق في
فضاء الأحلام ونقطف من هناك نجوم تضيء دروب واقعنا المرير، تحياتي لكم مطرزة بأحلام
بحجم السماء.



إلى الفتاة العاقبة!!

وقفت الأم الحنون ذات الستين عاماً أمام مرآتها وأطالت النظر في وجهها الذي عبثت به
تجاعيد الزمن وخطت عليه السنوات معاناة طويلة، كم حملتك على ذراعها وأروتك من حنانها
!؟ كم تعبت من أجلك ذاقت الحرمان تجرعت الألم!! لترسم البسمة على شفئك وتمسح
الدمع من عينك كل ما كبرت كبرت أمالها معك ترقرت الدموع في عيناها ثم تساقطت وماتت
كأحلامها التي ماتت .



ما أصعب أن تتكلم بلا صوت !

أن تحيا كي تنتظر الموت. ما أصعب أن تشعر بالسأم ! فترى كل من حولك عدم، ويسودك
إحساس الندم على إثم لا تعرفه وذنب لم تقترفه!



لبس الليل ثيابه السوداء

لبس الليل ثيابه السوداء.. ونور البدر يلعب في السماء.. وبدت النجوم تتلألأ في الليلة الظلماء.. رفعت يديها إلى السماء وأخذت تبتهل إلى الله بالدعاء أن يغفر ذنوبها ويفرح عنها مصابها، وانهمرت دموعها غزيرة من شدة البكاء داعية الله أن يقبل الرجاء، فدعوة لكل فتاة أن تشكو لربها ما بها ولو كان شيئاً كبيراً فليس له إلا هو عز وجل.



نجمات السماء

تلك نجمات السماء نجمة تبحث عنك أو تبحثين عنها فإن كانت نجمة حُب فلا تفرطي فيها أو صداقة فاحتويها، أو كانت نجمة ألم وفراق فعيشي معها لتواسيها وتواسيك، أو كانت نجمة حزن تبكيك قبل أن تبكيها واختارتك قبل أن تختارها، فأحياناً كثيرة الحزن يجلب السعادة، فهذه النجمات تساقطت أي منها التقطتم؟



صديقة المدرسة

حنين وقلب يحترق بداخلي شوقاً إليك تبعثرت كلماتي... تاهت حروفي... جف مداد قلبي!! أبحث عنك بين أوراقتي وبقايا أهاتي أراك في كل زاوية، وأسمع صوتك بكل ناحية، أركض كالمجنونة يميناً ويساراً. أمسك بكل كف عابرة، أنظري وجوه المارة بنظرات توصل لعلي ألمح طيفك لكن؟؟ تفشل كل محاولاتي ولا أجذك فيقتل حلمي اليأس وأعود أدراجي.



الدنيا ضيقة في وجهي

الحياة تريد من يسايرها بنظامها ويقاومها بقوة الإيمان والصبر وعدم الخضوع والقنوط واليأس ، هذه الحياة تريد إنساناً قادراً وصابراً على كل شيء. قد يقول بعضهم : الدنيا ضيقة في وجهي..!! ولو تأمل هذا القائل في نفسه قليلاً لوجد أن الضيق موجود بداخله ، فالدنيا لا تضيق بأحد ولا تدور على أحد والزمن هو الزمن..وقد يقول آخر : إن الدنيا لا تساوي حتى العيش فيها ولا يعلم أنه هو الذي لا يستحق العيش فيها.



ما أصعب !

أن تعيش داخل نفسك وحيداً بلا صديق بلا رفيق بلا حبيب ، تشعر أن الفرح بعيد ، تعاني من جرح لا يطيب ، جرح عميق ، جرح عنيد جرح لا يداويه طبيب. ما أصعب أن ترى النور ظلاماً. ما أصعب أن ترى السعادة أوهاماً وأنت وحيد حيران .



الدنيا

هي الأيام تعطينا دروساً وحكمًا ، وتزيد على أعمارنا عمراً ، وتهبنا خبرة لم يعشها بعض منا.. ربما تنكسر قلوبنا.. ربما يجعلنا إحساسنا نظير في السماء.. ربما تلازمنا السعادة ويبتعد عنا الشقاء ولكن.. لا تؤمن لها.. فهي لا تبقى على حال واحدة والله يقدرها كيفما يشاء .



الطفل الفقير

قلب طفل صغير ذنبه أنه ولد فقيراً فجعلته يطوف الشوارع بحثاً عن لقمة العيش ويحرم من التعليم والصحة والراحة ، ثقلت كاهله بالهموم وحرمته من الدمية التي يلهو بها ، فبات حزين العيون بائس الوجه. وجعلت آخر مترفاً لا هم له سوى اللعب والنوم ثم الأكل !!! غريبة هي الأيام ومع هذا نقول بقلب مؤمن : قدّر الله وما شاء فعل



هي الأيام

تريحنا تنسينا متاعبنا تبعدنا عن أحبائنا ، ثم تعذبنا فنذهب إليهم ونعتذر ، نصبح كماء البحر فترة في حالة جزر وأخرى في مد ، نأتي إليهم حينما نحتاجهم ونذهب حينما نتوقف حاجتنا ولكنهم بانتظارنا هناك حيث كانوا ، نفس الحب يسكنهم لا يتزحزح من مكانه ، فهو حب أبدي لأنه حب في الله.



أكثر ما يضحكني

هو لنكن أصدقاء.. بعد أن كنا عشاقاً.. من المستحيل أن نكون أصدقاء بعد أن كنا عشاقاً.. الصداقة بعد الحب تشبه الاحتضار.. ما أتعس البشر وما أتفه مجاملاتهم.. وصدق الله ولكنكم فتنتم أنفسكم



هي الأيام

- هي الأيام تجعلك تسهو وتلهو لا هم لك سواهم ولا هم لهم سواك ، ثم تجبرك على الابتعاد عنهم فتنغير كلياً ، تصبح شخصاً آخر وترفض غيرهم فهو أعلى عليك من الروح إلى الروح وربك يكون بعون جميع فتياتنا الحساسات.
- هي الأيام فلا تجعلها صديقتك فتخونك ولا تجعلها عدوك فتغرر بك. اجعل نفسك كعابر سبيل تمر بها واعمل عمل المسافر حتى تأمن شرها واحذر منها فهي خداعة مأكرة.. رغم حلاوتها.



رحمة الله

- أتمنى أن لا يرى أحد منكم لحظة حزن أو ضيق في حياته ، ولكن عندما تأتي هذه اللحظة يتوقع الإنسان أن الحياة قد توقفت وتفقده جميع الأشياء معناها ، وتتوقف ساعة الزمن وتظلم الدنيا في أعيننا وتسكن الكآبة أرواحنا ، وبالتدرج تتجلى رحمة الله وتسيطر نعمة النسيان على روح الإنسان وتبدأ الأشياء تتلون في أعيننا من جديد ثم تجرفنا دوامة الحياة لتعيدنا إلى الدنيا من جديد.



قلوب

- قلبٌ جاحد : أنصحك بعدم تكرار الاتصال به ؛ كي لا يُصطدم وفاقوك بغدره ونكرانه.
- قلبٌ كاذب : أنصحك بعدم تكرار الاتصال به ؛ كي لا تُصفع نيتك البيضاء الخالصة بكذبة.

- قلبُ منافق : أنصحك بعدم تكرار الاتصال به ؛ كي لا تهتز مشاعرك ببشاعة مراوغته وحيلته.
- قلبُ حقود : أنصحك بعدم تكرار الاتصال به ؛ كي لا تتأثر طبيبتك بتجهمه وسخطه .



الأمل

ما أجملها من كلمة مشرقة مضيئة عندما أرددها أشعر وكأنني على قمم الجبال أرتقي الأمل ، كلمة حروفها قليلة معانيها كثيرة. الأمل كم أحيأ من قلوب يائسة وأعاد الحياة لنفوس بائسة ! الأمل يصطحبني أينما ذهبت وعلى أي حال كنت ، يجاورني ويلاحقني وكأنه ظلي. الأمل شجرة مظلة أغصانها طويلة تصافح السماء فتبدو جميلة. إذن لا تستسلمي للحياة.



لكل منا قلب يتألم وقلب يفرح

ومن خلال وجود هذه الأحاسيس يتكون بعدها اثنان.. مُزعج.. أو غيره أحياناً لا تكون مزعجة.. رغم جمال هذا الإحساس.. إلا أنه يعني لهذا الإنسان الكثير والكثير فاسأل المولى دائماً وأبداً الخيرة في حياتك .



أحياناً

نخفي أي شيء عن الناس والناس ينتظرون بأعينهم دائماً ولديهم عقول مثلنا تماماً. هناك من ينتظرك لتقول كلمة وهناك من يصطاد أخطاءك وهناك من يتبعك ويتحسس خطواتك

وأين مكانك لتكتشف وكأنك مطلوب أمنياً وينتظرك متى تقول أي حرف..! لتجد هذه السيرة على كل لسان يتحدث بها. ويتناقلها كأخبار (أهم الأنباء) وهؤلاء الناس متواجدون في أي مكان وكل منعطف وممر ، ويجب أن نحذر وعدم البوح بمشاعرنا أو أي شيء من أسرارنا.



عندما تكون القلوب كالجنة

تحلق في سمائها أجمل الصفات التي تتسم بها نعشق أو ربما نصادق بحقيقة ويكل ما أوتينا من قوة.. حتى أن تصل إلى التضحية بالكثير... فلا مجال لمغامرات عاطفية طائشة.. تشوش العقول وتسهر الليالي وتفقد الشرف والجاه.



من القريبة إلى قلبك ؟

كثيرة هن الصديقات والزميلات لكن من القريبة إلى قلبك ؟! ومن التي إذا تذكرت طيف خيالها اشتقت لها ؟؟ مهما طرحنا من تساؤلات لا بد أنه سيكون هناك فراق.. ولحظة قصيرة.. ولكن تبقى الذكرى تلملمها.. بشتى حالاتها.. وفي كل نظرة.. أو كلمة.. انتهت بها.. وكيف كانت..



صافحيني بقلبك قبل مصافحة يدك

إلى روحك السامية بتواضعك لأخواتك المؤمنات... إن كثيراً من الأخوات تلقي عليك السلام فتشعرك بالحرب لا بالسلام.. فعيونها جاحظة... وصوتها جاف.. ووجهها عابس.. وأنفها شامخ.. ثم تقول : السلام عليكم.. لا يا أخية ، ما هكذا يلقي السلام !!) تعلمي قبل

السلام ديباجة السلام .



ما أروع!

ما أروع العطاء عندما تخالطه روح الإخلاص ! وما أجمل أن تُعطي في عالم أصبح الجفاء والجحود سمة له اليوم ! العطاء لغة توافق كل العقول وروعة تعشقها النفوس ، عالم لا يعيشه الكثيرون وفن لا يتقنه إلا القليل... فيا من أعطيتني من وقتك الكثير. يا أصدق قلب ، أحبته ويا أجمل روح عرفتها ، شكراً لقلبك الكبير شكراً لنهر عطائك الوفير شكراً لك على كل شيء وبحجم كل شيء..



بعد الفراق

- تبقى هناك أشياء لا نملك لها نهاية.. إنها تلك الأشياء التي تعلن صرخة الميلاد مع اللفظة الأخيرة لأنفاس الحكاية.. وأول ما يهزمننا بعد الفراق.. لحظة حنين عابرة.. فنمارس الحنين مرغمين.. نُحنُ إلى أحاديث جميلة تقاسمها ذات يوم قلب مع قلب والحلم ثالثهما.....

- تبقى هناك أشياء كثيرة لا نملك لها نهاية.. أشياء نحتاج إليها وبشدة.. وأول ما نحتاج إليه بعد الفراق.. الدموع بها نغسل ما تراكم في أعماقنا من صدا الأيام. وبها نطهر جرحاً حُضِرَ بسيف الفراق فأوحى وقتل.. وبها نهزم الحنين.. وبها نخفف من وطأة الذكرى وبها... وبها... وبها...



الاعتذار

كلمة سهلة في معناها ولكن يراها الكثير من أصعب الكلمات التي تعجز النفس عن نطقها. فما أصعب أن تكسر النفس كبرياءها بالاعتذار! فهي تعني للكثير الكبرياء والكرامة وهي بالتأكيد تعني لي هذا ولكن حين يطفئ الحب وحين تطفئ مشاعر الأخوة على كل المشاعر.. أرى نفسي أسكب الاعتذار المصحوب بالخجل لأناس أحسستهم دون أن أراهم .



أمي الحبيبة

إن قلبي ليبدو وجلاً ولساني ليبدو خجلاً منك. إن كلامك كالورود التي أزين بها طريق حياتي والتي أخذها واشتمها في كل زمان ومكان. أمي ، والقلب خضع.. أمي ، والعين خشعت.. أمي ، والنبض وهن.. أمي ، والجسد ارتعش.. أمي ، والروح قد تعبت.. أمي ، وغاب الصوت في صحراء البعد.. أمي ، إن نبضات قلبي تنبض باسمك وتهتف بأعالي الصوت.



علمتني الحياة

- أن أشارك الناس في أحزانهم وأفراحهم.
- أن لا أكون حقوداً على من ظلمني.
- أن أنسى الذي دفعني بي إلى الوحل ولا أنسى الذي أخرجني منه.
- أن أحاول الضحك رغم قلبي المجروح وعيني اللتين لا تستطيعان التوقف عن إرسال الدموع.
- أن الحب موجود وأن التضحية سبيل لكسب القلوب.

- أن الابتسامة لا تدوم ولو كانت تدوم لما عرف الحزن .
- أن أرسم ابتسامة على وجه إنسان محروم.
- أن أمسح دمعة على عيني إنسان بريء.
- أن الذي يرحل عني لا يمكن أن يعود وإذا عاد فلن يكون كما كان.
- أن لا أفقد الأمل مهما كان خيطه بعيداً جداً.
- أن أصبر لأن الصبر مفتاح الفرج .



علمتني الليالي

- أن لا أسكب دمعة واحدة على شيء فات ولن يعود.
- أن لا أتمنى ما في يد غيري.
- أن لا أطلب المفقود حتى لا أفقد الموجود.
- أن السعادة ليست في امتلاك كل شيء ولكنها القناعة بأقل شيء.
- أن المغرور كطائر يرى الناس صغاراً و يروونه صغيراً.
- لا...!! لماذا...!! إذن...!!
- لا.. للحب الزائف ولبس الأقنعة. لماذا ؟ لأن الحب أكبر مما تتوقع. إذن كن حياً واحداً وقلباً واحداً.
- لا.. للنظر من حولك بنصف عين. لماذا ؟ لأنهم يملكون عينين. إذا انظر لهم بعين عادية.



الحب الجميل

: يوم يومان أسبوع أسبوعان. إلى متى ستبقى غائبا عني يا من أصبحت قطعة مني ؟ لماذا تفعل كل هذا بي ؟ لقد اشتقت لك كل يوم أنتظر على أمل لقاءك من جديد ونجدد بداخلنا الحب العتيق أرجوك أن لا تكون بحبك عنيدا وتناقض فطرتك التي فطرك الله عليها وهو الحب الحلال وترك العشق المحرم الذي يجلب الهموم والآهات والأحزان.



الكلمة الأخيرة

كان الجرح لحظة. أما الألم فهو بعمر الحياة ونمضي كل في طريق يتعثر بقيود الماضي ويظل للحزن الكلمة الأخيرة والاشتياق لتفاصيل صغيرة تدفعنا لابتسامة ممزوجة بحرارة.. كان الوداع مجرد لحظة.. ولكننا كنا أضعف من أن نواجهها وفضلنا الهرب منها إلى دائرة النسيان وكأنها حفرت في الذاكرة مجرد لحظة بلا أبطال.



جرح المشاعر

اللغة واحدة وشكل الحروف واحد والكلمات عربي وتركيب الجمل هو هو ومخارج الحروف ثابتة ، ولكن الاختلاف في القلوب ، في المشاعر. لو تخيلت أن كل شخص يحمل قلبك بداخله لكنت اخترت أرقى الكلمات وأجمل الهمسات ؛ كي لا تجرح قلبك. إليك يا من تجرح قلبا حنوناً لا يؤلمني جرحك أبداً ولا يتمزق وريدي كلما ذكرتك فجرحك يقويني.. مع أن ألمه يحييني... رغم موته...



هموم وحيدة

أشعر بوهن وتعب مرة واحدة.. أشعر بيبأس أشعر بأنني أختنق.. آه.. كم أشعر بالوحدة.. وحدة موحشة جداً.. لا أستطيع أن أحتمل أريد أن أستقر ويصبح لي كيان.. أن أصبح فتاة بمعنى الكلمة لها اهتماماتها المحببة لها.. تهتم بنفسها وتجد الوقت المتاح كي تهتم بنفسها.. لا أعلم ماذا أفعل.. لا أعلم.. لا أعلم.. يا رب.. يا رب.. يا رب ارحمني.. ويسر لي أمري .



قتلتني عزلتي في غرفتي لوحدي

فأنا أشعر بجسمي منهك والدنيا تدور حولي.. وللأسف لا يوجد حولي من يمد لي يد العون ويساعدني. أشعر بأنني أريد أموت كي أرتاح من ذلك العذاب ، وفي لحظات أخرى أشعر بأنني أريد أن أصل إلى الشاطئ ؛ لكي لا أصبح وحيدة بل أجد من يهتم بي ويغطيني حناناً وعطفًا وحبًا. أريد أن أنجو لا أريد أن أغرق ، لا أريد أن أظل تائهة. أريد بر الأمان وأن أجد هديتي في نهاية رحلتي وفي نهاية عذابي .



كوني بلا إحساس

عندما تبتلى بامرأة سليطة اللسان فتكون قريبة لك أو من أهلك ، حذار أن تحاورها في موضوع ما أو تطيل معها النقاش ، حتى لا تصطدم معها في الرأي وتفتح عليك نافذة مدفعها الرشاش، فتلقي من لسانها ما كنت تخشاه ولن تتفوه بغير القذائف والقنابل العنقودية..



عفوا لصراحتي

عندما تبتلئ بأم أو أب أنانيين ويجهلان الأصول السليمة في التربية الصحيحة وأهمية الشفقة والرحمة ، فحذار أن تعاملهما بالمثل ، أو أن تبدي لهم التأفف والكره لتلك التصرفات غير المسؤولة، حتى لا تخسر أجر الصابرين وثواب البارين الطائعين لرب العالمين.. وتلك منزلة تجعلك في الجنان مع الأنبياء والصالحين وأعلى من منزلة الملائكة أجمعين....



الأخ الحاقد

عندما يكون أخوك الشقيق أكبر حاسد لك وأكبر حاقد عليك لأنك ذو خلق رفيع وذو صفات حميدة، يتتبع عثراتك ويشوه صورتك عند القاضي والداني.. حذار أن تذكر حسنك أمامه ، أو أن تحصي نعم الله عليك في مجلسه ؛ حتى لا يموت قهراً أو تحرقه نار حسده وتصبر على مساوئه ، وترو في محادثته ، فلا بد للخير الذي زرعته أمك فيه وروته بلبنها أن ينبت في قلبه يوماً..



احذر اللئيم

إذا كنت ذا شيمة وتحب تقديم العون للآخرين قبل أن يطلبوا منك ذلك.. فحذار من أن تكون كذلك مع اللئيم ، فلا بد أن تتروى قبل فعل ذلك ، فإنه سيجعل عونك المستحب له فريضة في كل حين وبدل أن يشكرك سينكرها عليك بعد حين وسيقلبها إلى مذمة ترميك في الجحيم .



درجات الحب

الحب مزيج من المشاعر المختلفة مثل : الشعور بالأهمية والقبول والتفاهم والتدليل الاهتمام بالآخر، الاحتياج لغير الذات وأية مشاعر أخرى إيجابية يعيشها طرفان أو أكثر، لذا توجد مشاعر مختلفة للحب لتناسب مع كل حالة شعورية تنتاب الشخص عندما يمر بتجربته نظرية.



الحب الأجوف

لا يوجد فيه التقارب أو العاطفة لكن الالتزام فقط. وقد يتحول الحب القوي أحياناً (أي يتدهور) إلى هذا النوع الأجوف، ويتمثل هذا النوع في الزيجات المرتبة حيث تبدأ العلاقة بالالتزام ولكن لا يشترط استمراره بهذا الشكل.



الافتتان

ويتكون من العاطفة فقط وهو ما يطلق عليه الحب من أول نظرة لكن بدون تقارب أو التزام ومن الممكن أن يختفي فجأة .



الحب الرفاقى

هو ألفة والتزام، هذا النوع من الحب يوجد في الزيجات التي انقضت عليها عمر، حيث لا تكون هناك عاطفة بالمعنى المتعارف عليه وإنما تتحول إلى تعلق قوى بالطرف الآخر كالعلاقة التي توجد بين الأصدقاء وبين أفراد العائلة الواحدة..

الحب الأحمق

فيه عاطفة أو التزام لكن لا تقارب أو ألفة، ويتمثل في الزواج الذي يكون فيه الالتزام مُحفزاً بقدر كبير من العاطفة بدون وجود تأثير ثابت من الألفة... الحب الرومانسي هنا تندمج الألفة والعاطفة بشكل قوى (أي يحدث ارتباط عاطفي) كما في مرحلة الإعجاب.



الحب الاحتوائي (الاستهلاكي)

يجمع بين العناصر الثلاث في مثلث الحب، وهو أكثر أنواع الحب اكتمالاً، ويمثل العلاقة المتألية التي يناضل الأشخاص من أجل الوصول إليها.. والقليل الذي يصل. المحافظة على هذا النوع من الحب أصعب من تحقيقه، ولا بد من التعبير عنه لأنه من الممكن أن يتعرض للفساد أيضاً..



لا إكراه في الحب

ليس بإمكان أي شخص أن يجبر شخصاً آخر على حبه. فالحب لا يأتي بالإكراه. وكلما حاولنا فرض محبتنا على شخص آخر كلما ازداد عنا، وتكون النتيجة عكسية. وهذا يعني أن محاولتنا السيطرة على مشاعر وسلوك الطرف الآخر كلما أدركنا عبث ما نقوم به وحصدنا الألم والمرارة.



الفراغ الداخلي

إن كثيراً منا يشعر أحياناً بالفراغ أو الخواء العاطفي والقلق. وبعضنا يحاول ملء هذا الفراغ بالعمل والإنجاز وتطوير الذات. وبعضنا الآخر يرى أن إقامة علاقة عاطفية تحقق له السعادة الكاملة. والحقيقة الأكيدة هي أن شعورنا الداخلي بالفراغ ناتج عن عدم قدرتنا على حب أنفسنا وتقبل ذاتها كما هي. وهذا يعني أننا في حرب ضد طبيعتنا، ولن نحقق السعادة في الحب والنجاح في الحياة إلا إذا أحببنا أنفسنا أولاً .



أوقات صعبة

ظروفٌ أصعب ولحظات تكاد أن تكون الأمر في العالم ولكن مع البساطة تبقى الابتسامة.... دموعٌ صامتةٌ وعيونٌ تشكي الحال والرت يعود إلى الماضي وعين تغوص في الألم ولكن مع البساطة تبقى الابتسامة.... ظروفٌ قاهرة. وعيون تشكي من الألم وقلوب تنتظر أن تجتمع مع بعضها لتبحث عن الطرف الآخر ولكن...!! ما من جدوى في المقابل ولكن مع البساطة تبقى الابتسامة...



حاوي

أن تكوني دائماً أنيقة، وأن يكون لباسك منسقاً مع سنك ومركزك الاجتماعي، واعتزمي مهما كانت ميولك أن تحترمي جميع من تلتقيهم ، وأن تكوني رقيقه في حديثك معهم، ولا تنتقدي أحداً منهم، كما لا تحاولي أن تتدخل في شؤونهم الخاصة.

عيشي ليومك الذي أنت فيه

ولا تحاولي أن تعالجي مشاكل حياتك كلها في يوم واحد، إنك تستطيع أن تفعلي أشياء كثيرة خلال اليوم، إذا ركزت تفكيرك عليها، ولم توزعي فكرك في أحداث الماضي أو المستقبل.



التناسي

تمثيلية غبية نمارسها على الآخرين.. كي نثبت لهم أننا الأقوى والأقدر على النسيان. إنها تجربة بطيئة ومملة من أجل اختراع النسيان.. لكنها في معظم الأحيان.. تنجح!...



اخلعوا الأقنعة جميعها

فلم نعد بحاجة إلى قناع يستر أحزاننا وجروحنا.. ولنواجه العالم بوجهنا الحقيقي.. فقرة القوة.. أن تواجه الأشياء بوجهك الحقيقي وكن سعيداً والضحكة تملأ ثغرك الباسم وكن جميلاً ترى الوجود جميلاً...



إذا كان ماضيك أسود أو مؤلماً..:

فحاول أن تحذفه من تاريخك نهائياً.. وتنكر له قدر استطاعتك.. وعش بلا ماضٍ.. ولا تصدق أن الذي ليس له ماضي.. ليس له حاضر أو مستقبل أبداً فالحاضر والمستقبل يكونان أجمل وأفضل.. لو أنك تخلصت وأعلنت براءتك من ماضٍ سيء..



إذا كسرتك الأيام يوماً

فحاول أن ترمم نفسك بنفسك ولا تمنع نفسك من البكاء عند إحساسك برغبة البكاء ،
فقدرتك على البكاء نعمة يحسدك عليها أولئك الذين تكيهم.. ولا يشعرون!...



تقبل ملاحظات غيرك

من الجيد استقبال ملاحظات ونقد الآخرين برحابة صدر إذا صدرت عن أناس مخلصين لا يريدون سوى المساعدة الحقة ، وقد تصدر هذا الملاحظات من أناس حاقدين ولكن في الحالتين من المستحسن أن تتقبل ما يوجه إليك من ملاحظة أو نقد بابتسامة ومهما كان الثمن مع ما يفرضه ذلك من التحكم بالعقل والسيطرة على المشاعر.



التفكير بنفسية مرحة

عند التفكير في موضوع ما من الأفضل أن تكون نفسك مرحة وهادئة ليتسنى لك البت في الأمور بطريقة سلسة وغير معقدة. أما عندما تكون نفسك كئيبة فلا تحاول أن تحسم في أمر ما حتى لا يشوب النتيجة الخوف والقلق عليك بالاستشارة أخيراً ..



حين تغيب شمس أحلامكم لا تنتظروا شروق شمس جديدة

فقد تتأخر عليكم كثيراً.. وحاولوا أنتم أن تبحثوا عنها خلف غيوم الأيام كي لا تضيع سنواتكم في ظلمة الانتظار! لسبب ما.. خسرناهم.. ورحلوا فأظلمت الدنيا في أعين قلوبنا

وضاق الوجود بنا ونعلم جيداً أنهم لن يعودوا يوماً...



إظهار الإعجاب بوقته المناسب

إن كل إنسان يحب أن يتلقى المديح ولكن ليس إلى درجة النفاق ، فالإنسان يحتاج إلى المجاملة وإظهار الإعجاب الذي يجدد الثقة في النفس ، ولكن يفضل أن تظهر هذا الإعجاب في محلة بكلمة مخصصة في الوقت المناسب والطريقة المناسبة وأن لا نضهم غيرنا بالخطأ فيشعر أن الإعجاب سخريه به .



شعورك بالفرح

ما أجمل أن تتذوق قلوبنا طعم الفرح ! فالشعور بالفرح في هذا الزمان أصبح كالأمنية البعيدة نراها..ونترقبها بلهفة ونسعى جاهدين إلى الوصول إليها ومع هذا ففي معظم الحالات لا نصل إليها، وإذا ما وصلنا يوماً إلى شعور الفرح فإنه لا يدوم طويلاً ترى.. لماذا عمر الفرح كعمر الزهور فكلاهما يذبل سريعاً ؟



شعور بالأمل

ما أروع أن نحيا بالأمل ونمتلئ به ! فلولا الأمل لتشوهت المساحات البيضاء في داخلنا ، وفقدت مساحات الأرض الخضراء لونها في أعيننا ، وأصبح الحزن بلا نهاية وأصبح اليأس كالنار الثائرة تلتهم أحلامنا . ،

شعور بالحنين

آآآآه أيها الحنين كم من مرة طرقت مدائننا المظلمة ! وكم من مرة فتحت دفاترنا المغلقة ! وكم من مرة أيقظت نار الرماد الخامدة ! وكم من مرة جددت الصور في أعيننا ! وكم من مرة أعدتنا إلى أول الجرح وأول الألم وأول الضياع ! وكم من مرة باعتنا ! وكم من مرة هاجمتنا ! وكم من مرة هزمتنا ! وكم من مرة كسرتنا فأبكيتنا !



شعور بالصدقة

إحساس أكثر من رائع أن تمد يدك وتجد من يصافحك بحب ، وتفتح قلبك وتجد من ينصت إليك بصدق ، وتصرخ وتجد من يستقبل صرختك بإخلاص ، وتبكي فتجد من يجمع حبات دموعك بوفاء فالصدقة كالقناعة.. كنز لا يفنى.. بشرط أن لا تكون العملة مزيفة.



شعور بالحب

يقوم ببطولته رجل وامرأة يتقاسمان الأحلام والخيال والفرح والحزن ويبهران نحو المجهول ، وقد يكون هذا المجهول نهاية جميلة وقد يكون... مأساة وهو الغالب الأكثر.



شعورك بالظلم

احذروا الظلم فالظلم ظلمات يوم القيامة ، لونه أسود كالليل طعمه مر كالعقلم ، يحتسيه المظلوم قطرة قطرة ويدخل في متاهة من القهر والألم يتخبط فيها كالأعمى... ولا حيلة له

سوى..الدعاء ودعاء المظلوم ضربة القدر فهي الدعوة التي لا ترد يقول لها عز وجل وعزتي وجلالي لأنصرك ولو بعد حين...



كم هي حلوه الحياة !

وكم هي جميلة أن نبتسم... وقلوبنا مملئة بالهموم والغموم ! وما أجمل من هذا عندما ننظر إلى السماء وعيوننا مليئة بدموع الحزن واليأس ! نطلب من رب السموات والأرض أن ينزل إلينا الفرج القريب . ما أجملها والله !



الكلمة الجميلة

ما أروع أن تزرعي الكلمة الجميلة وتنثريها بين من تعيشين معهن، لتغني الأجر والمثوبة من عند الله... وتتوجين بالثناء العطر من الناس... الفوز الحقيقي، أن يضحك الله عن النار ويدخلك الجنة.. قال تعالى: فمن زحزح عن النار وأدخل الجنة فقد فاز....



اجعل من يراك يتمنى أن يكون مثلك

لا تحدثه عن الإيمان اجعله يستشعره من النور الذي يشع من وجهك.... لا تحدثه عن العقيدة اجعله يعتنقها بثباتك.... لا تحدثه عن العبادة اجعله يراها أمام عينيه.... لا تحدثه عن الأخلاق اجعله يحبها منك.... لا تحدثه عن الالتزام اجعله يتلذذ حلاوته من رؤيتك... لا تحدثه عن أن الأغاني حرام بل اجعله يرى إن حياتك بلا أغاني لها أحلى المعاني .

يا ربي اغفر لي وارحمني

أقبلت إليك تائبة فاقبل يا رب توبتي ، أدعوك يا الله أن تجعل القرآن ربيع صدري... ونوراً
يجلو همي... اللهم اجعل القرآن بصيرة لي أهدي به إلى سبيل الرشاد... ويسر اللهم حفظه في
الفؤاد... اللهم لك الحمد على نعمة بلوغ رمضان... تائبة من سماع الأغاني.



حب الأسواق

أخطر أنواع الحب.. بدايته خاطئة وأساس خاطئ وغرض خبيث هو لعب وتسليه ١٠٠٪
ونهايته دوماً وخيمة قاسية... تلاعب بالعواطف وعبث بالمشاعر من خلف كلمات الحب الوهمية
، يلعب الصوت الرقيق والقد الفتان دوره إذن هو ليس بحب...!!! بل رغبة مستترة بكلمة حب..
لتلقى القبول لدى الطرف الآخر يبدأ بملفات البلوتوث وينتهي بفضيحة وعار...



الحياة بداية ونهاية

بنيتي ، يقال : كل دمعة لها نهاية.. ونهاية أي دمعة بسمة.. ولكل بسمة نهاية.. ونهاية
البسمة دمعة !.. ولحن الحياة بداية ونهاية.. بسمة غالية ودمعة حارة... فلا تفرحي كثيراً...
ولا تحزني أكثر... فإذا أصابك أحدهما فنصيبك من الآخر قادم مع صفحات القدر التي كتبها
الله .



قلوب وقلوب

هناك قلوب تنبض بالمعصية فيهبها سماع أغنية وتبكي على انهزام فريق وتقطع أسي على فوات نصيبها من الدنيا ولو كان فستانا أو جهاز جوال ، لكن هناك قلوب تنبض بالخشوع واليقين تهزها أية فتطير شوقاً للطاعة أو تبكي معصية وقعت فيها أو تقطع أسي على نفسها المسكينة تختلف القلوب وإن تشابهت النبضات وما تسيل به أقلامنا يعبر عن ما ينبض في قلوبنا اللهم ثبت قلوبنا على طاعتك.



لا تحزني

لأن الحزن يريك الماء الزلال علقما والوردة حنظلة، والحديقة صحراء قاحلة ، فلا تنظري إلى صغر الخطيئة لكن انظري إلى عظمة من عصيته ؛ لأن الدنيا كماء البحر كلما ازدادت منه شرباً ازدادت عطشاً ، وتذكري أن الدنيا.. لو دامت لغيرك، ما آلت إليك.



كاذبة

من تقول أنها لا تتمنى وجود إنسان يحتضنها.. ويشعرها بالدفء في أعماقها.. وأنه يستطيع أن تعيش وحيدة.. باردة.. قاسية.. كاذبة من تقول : بأنها لا تتمنى وجود (أب) يحتضنها.. ويشعرها بأمان افتقدته.. يمسح دموعها يعالج آلامها.. يعانق وجعه.. لتصحو بعدها.. ولتصحو روحها ولتشعر بامتنان إلى كل من احتضن همها.. قلبها.. روحها.. جسدها.



لا تتعجبي

- لا تتعجبي حينما تنقلب المعادلة، فيصبح الكاذب صادقاً والصادق كاذباً، والأمين مخادعاً والمخادع أميناً، في زمن أصبح الكذب رايته.
- لا تتعجبي ممن يطالبك بحسن الظن وفي نفس الوقت هو أول من يسيء الظن في غيره دون أن يلتمس العذر لهم.... فقط اقرئي بصمت فزماننا زمن العجائب .



من حياة الفتيات

- ليس من الصعب أن تضحي من أجل صديقة، ولكن من الصعب أن تجدي الصديقة الذي تستحق التضحية
- عندما يمدح الناس واحدة، قليلون يصدقون ذلك وعندما يذمونها فالجميع يصدقون.
- لا يوجد فتاة فاشلة ولكن توجد فتاة بدأت من القاع وبقيت فيه.....



الصديقة الصدوقة

من تقبل عذرك وتسامحك إذا أخطأت وتسد مسدك في غيابك. الصديقة الحقيقية هي الصديقة التي تكون معك كما تكون وحدك لعلك تحاولين الوصول لها وقد لا تصلين ، فاعلمي أنك ستجدين في النهاية أروع مما كنت تحلمين به شخصية عزيزة وفيه بئر لكل أسرارك ؛ لتبني معها أقوى جسر لا تهدمه الرياح ، مهما كانت قوتها ستجدين في النهاية شخصاً يعينك يبكي لبكائك يمسح دموعك أخت تساندك تعاونك تحبك أكثر من نفسها...

حروف دافئة

- ذات معاني رائعة وكلمات كلها تنبض بالإحساس لقلوب تائهة و يا ليتها تجد في تلك الحروف ما تبحث عنه ، فإن لم تجد فعليها السلام. أترككم مع الحروف التي صاغتها القلوب :
- الأمل : ربما يتلاشى لكنه لا ينعدم.
 - الإخلاص : أجمل ما يتحلى به الإنسان.
 - الصراحة : راحة للقلوب.
 - الحقيقة : لؤلؤة تحتاج إلى غواص ماهر.
 - الفشل : صخور في عبير الواقع.
 - الحقد : لهب مشتعل في قلب الحاسد فيحوّله إلى رماد...



الهموم والأحزان

- لماذا جعلت الهموم والأحزان تتجراً على إنزال دمعتك في زمن أنت أحوج فيه إلى القوة..؟
- لماذا جعلتها تمسح ابتسامة تصبح رمزاً لك للتفاؤل والأمل ابتسامة تبين أنك مازلت سعيداً رغم قسوة الدنيا ومن فيها..؟
- لماذا لا تجعل الأحزان والهموم تبكي من جبروت ابتسامتك وكبرياء أملك لأنها لم تجد إلى قلبك مدخل..؟
- فعلام الحزن بنيّتي؟



هل تنتهي الحياة عندما نخطئ؟

.. بنييتي ، لأهمس في أذنك شيئاً.. قد يكون ارتكابك للأخطاء... هو بالضبط قدرك.. لتعلو.. لأنك لولاها.. لما عرفت ما تريد. لن تستطيعي أن تبني شخصيتك بسهولة وهدوء.. فقط من خلال الخبرة في المحاولات.. وارتكاب الأخطاء والمعاناة.. حينئذ تستطيع روحك أن تكون قوية.. أن تكون نظرتك المستقبلية واضحة... وتمتلكين طموحاً أكثر قوة.



من يستحق المسامحة

إن أول شخص يستحق أن نسامحه هو (أنفسنا)! فكم نرتكب الأخطاء ونتبع الأهواء، ثم نندم ومنتقم على أنفسنا بسبب هذه الزلات ! لقد حان الوقت أن تعفي عن نفسك.. أن تتجاوزي عن زلاتها ونقائصها.. وأن تكرميها بدمعة حارة تسكبها في محراب التوبة والعودة إلى الله عز وجل.. كلنا يخطئ ، فدعونا نسامح أنفسنا لأننا إذا سامحناها.. فتحنا لها المجال كي تعترف بخطئها وتتوب وترجع.. و لا ننسى (إن لنفسك عليك حقاً) .. حقها ليس فقط في إشباعها تغذية وراحة.. حقها في أن نحبها.. نسامحها.. ندفعها للخير....



عندما يتساقط الجمر

مع تكالب الأوضاع.. وتكاتف الأحداث.. وضغط المشاكل.. تتفجر في القلب براكين الحسرة.. وتسيل في الأعماق لظى الحزن والحرقة... فيصمت اللسان.. وتسيل الدموع كالجمر على الحدود... من دون قدرة على ردها... وبعدها....! تهدأ النفس بعد ذلك.. وتنطفئ نار الأعماق تاركة خلفها آثار الألم...! شعور غريب ينتابني عندما أسمع صوت من يبكي ولو كان طفلاً .

قلوبكم

مدينة جميلة نقيه. فحافظوا على نظافتها. ولا تفتحوا أبوابها إلا لأولئك الذين يستحقون نعم.. قلبكم الأبيض وطن.. وولمكم الأخضر مدينة فنظفوا طرقاتها من آثار أقدامهم.. إذا شعرت يوماً أو اكتشفتهم أنهم لا يستحقون!! واللبيب بالإشارة يفهم...



جميل

أن نحبهم إلى الأبد لكن الأجل أن يبادلونا هذا الحب إلى الأبد.. كي لا يتحول إحساسنا الجميل تجاههم إلى نوع من العذاب نمارسه على أنفسنا.. فالألم العظيم هو أن تحب إنساناً لا يحبك.. والألم الأعظم.. هو أن تحب إنساناً يحب سواك.. لأن إحساسك الجميل يتحول مع الوقت إلى زنزانة مظلمة تعيش فيها وحدك.. وتحلم فيها وحدك.. وقد تموت فيها وحدك.. ولا يشعر بك.. إلا أنت.



يوم كنا أطفالاً

صرخة أولى تعلق أفواها عند استنشاقنا لأول نسمة هواء هي دليل إننا موجودون ، هي دليل حياة لا نعرف من هذه الدنيا شيئاً بل لا نستطيع رؤية أي شيء ، هي أيامنا الأولى نعيشها بالقرب من أدم القلوب ، نبدأ لنبصر نبصر من حولنا ، تبدأ أعيننا تتابع كل ما تقع عليه ، لا يبيكيننا إلا الجوع والألم ثم بدأنا نكبر ونكبر.



همومنا في الطفولة

كنا نجري ونقفز ونلعب بكل براءة ، لا نعرف القلق ولا نحمل من الهموم شيئاً ، أكبر همومنا هي ألعابنا ، قد نبكي ونضحك في آن واحد قد تسكتنا قطعة حلوى أو لعبة نكبر ونكبر وتكبر مشكلاتنا نكبر وليتنا لم نكبر ، نغرق في هذه الدنيا ، نحمل من الهموم ما يثقل أكتافنا ، تختفي تلك الضحكات لتستبدل بأهات لمختلف الأوجاع ، هموم كثيرة لا نستطيع الفرار منها ، تلاحقنا حتى في أحلامنا .



على ماذا نضحك ؟

عندما نقولون : اضحك ومن ثم ستضحك لك الدنيا. على ماذا نضحك...؟ لا أرى إلا مواقف لا تستحق الضحك لتتقلب وتتحول هذه الضحكات إلى صرخات لا مسموعة ينزف دمع قلبها تارة وتارة تسمع ضحكات محشجة مبحوحة خرجت وكأنها مغصوبة على ذلك ، وهل عندما نضحك هل الدنيا هي من تراعي ضحكتنا ومن ثم تبتسم لأجل أن تجبر بخواطرنا...؟ أضح أن ننتظر الابتسامة من جماد أو شيء ليس له أحاسيس ولا شعور ولو كان بشراً...؟



حلاوة اللسان

لا تقاس حلاوة الإنسان بحلاوة اللسان. فكم من كلمات لطاف حسان يكمن بين حروفها سم ثعبان ! فنحن في زمن اختلط الحابل بالنابل ، في زمن صرنا نخاف الصدق ونصعد على أكتاف الكذب .



لا يقاس الحنان بالأحضان

هناك من يضمك بين أحضانه ويطعنك من الخلف بخنجر الخيانة والفرق شاسع ومدفون بين المُعلن والمكنون .



مفاهيم

- ليس الفخر بألا نسقط وإنما بأن ننهض كلما سقطنا.
- ليس شقاؤك في أن تكون أعمى بل شقاؤك أن تعجز عن احتمال العمى.
- الحب جحيم يُطاق.. والحياة بدون حب نعيم لا يُطاق.
- يهب الله كل طائر رزقه.. ولكنه لا يلقيه له في العش.
- كم أتمنى أن نشاهد الفتاة واثقة من نفسها صبيحة العيد مع أن القلق بدأ من الآن...



الحب في الله

جميع القلوب تتفرق إلا القلوب المتحابه في الله ، الحب في الله قلوب طاهرة وأخوة صادقة ، تجمعهم المودة والمحبة والأخوة في الله... حياتهم مطمئنة.. نباتها الصدق والإخلاص.. وماؤها التواصي بالحق... ومهما باعدت بينهم السنوات... يبقى التواصل.. بينهم.. بالدعاء من خالص القلب في ظهر الغيب.. فأهنئ كل من تحابوا في الله... فغير الحب في الله باطل....



درس في علم النفس

عندما تقابل شخصاً لأول مرة لا تبذل مجهوداً فوق المعتاد ولا تحاول أن تبسّم رغماً عنك ، ولا تحاول أن تتذاكى أو أن تكون مؤدّباً أكثر من اللازم ، وأن تتعامل مع الطرف الآخر باحترام زائد يكون على حساب احترامك لنفسك. كما أن الابتسامة تعكس الدفء وتظهر الثقة وتنشئ الألفة ، لكن حذار الابتسامة في الوقت غير الملائم فإنها تعكس الضعف وفقدان الثقة.



جسدك لا يعرف كيف يكذب

فبطريقة غير واعية يقوم جسدك بنقل أفكارك ومشاعرك من خلال الحركات التي تقوم بها ، فمن خلال بحث قام به البروفيسور البرت مبهديان بعنوان (حل شفرة التفاعل غير المنسجم) وجد أن الرسائل التي نعبّر عنها في حياتنا تمثل بالنسب التالية: ٥٥% لغة الجسد. ٣٨% نبرة الصوت. ٧% كلمات.



قمة القهر

عندما يتخلى أقرب الناس لك ويقترب منك أبعد الناس لك. فكم من الرحم سوف تفتقده ! وكم من القساوة سوف تنالك ! وربما تموتين في اليوم ألف مرة.. لكن رغماً عنك.. فلا تمنحي أسرارك لمن لا يستحق.



رضا الناس غاية لا تدرك

- ضحكت فقالوا: ألا تحتشمين.
 - بكيت فقالوا : ألا تبتسمين.
 - ابتسمت فقالوا : مغرورة.
 - عبست فقالوا : متكبرة.
 - صمت فقالوا : شخصيتها ضعيفة.
 - نطقت فقالوا : كثيرة الكلام.
 - عفوت فقالوا : خوافة
- صدقوني يا بنات لن تجدن أحداً راضياً عما تفعلنه إلا أن يكون صاحب مصلحة....



التفاؤل

يجعلك دائماً تنظرين إلى الأعلى ، فالفتيات المتفائلات هن أقدر الناس على العيش بسعادة وانسجام ، فهن على ربهن يتوكلن ، ولديهن رؤية متخصصة في كل ما هو ممتع ومفيد وكل ما هو جميل وبديع ، هن يرين النصف الممتلئ من الكأس ويملكن عيوناً كعيون النحل ، ترى كل ما هو جميل ، فكوني متفائلة فلن يفيدك الحزن .



تفاعل.. ثم تفاعل.. ثم تفاعل

فالدنيا جميلة ولا تظلمها بمنظارك القاتم ولتكن عينيك مثل عيون النحل ، وإياك أن تنظر للحياة بعين الذبابة التي لا ترى سوى الأشياء القبيحة همسة ، امض قدماً ودع التشاؤم للتعساء فالحياة أجمل بابتسامة عذبة وبروح تعشق الحياة وتذكر هناك من تُبقية أنفاسك حياً فدع قلبك نابضاً لأجله.



زهور الابتسامة

إن أجمل شيء في الوجود هي الابتسامة التي تشقّ طرقها وسط الدموع ؛ لأن مفتاح القلوب هي الابتسامة وسلاح الحياة العقل. كيف لا والابتسامة هي اللغة التي لا تحتاج إلى ترجمة ، وتذكري بنيتي إذا الحزن وقف في طريقك مرة فالفرح سيقف في طريقك مرات ومرات فلا داعي للقلق....



الفرح والحزن

إذا كان وجود الشوك في الورود يحزننا فإن وجود الورود وسط الشوك يفرحنا ، قد تنسى من يشاركك الضحك ولكنك لا تنسى من يشاركك البكاء ، فالذكرى دمة في عيون الحياة يمسخها من يشاء ويذرفها من يشاء ، فنبحث حولنا فلا نجد إلا الذكرى التي هي عزاء لقلوبنا الحزينة...



زهور السعادة

السعادة هي الشيء الوحيد الذي يمكن أن تقدّمه بدون أن تملكه السعادة ، هي أضخم رصيد يملكه الإنسان ولا يفقده ما دام حياً. اليوم السعيد هو الذي تسعد فيه غيرك وتسعى جاهداً لإسعاد الآخرين المعذبين فبعضهم ينشر السعادة أينما ذهب وبعضهم الآخر يخلفها وراءه إذا ذهب حتى اليوم ما عرفت في الأرض ثرياً استطاع أن يبتاع السعادة بثروته.



لا تستمع إلى ما يقال

خلف ظهرك وماذا يقولون عنك ، ولكن استمع إلى نفسك ! واكتفِ بنظرتك أنت إليها واحكم بالعدل والإنصاف ، فالناس أجناس والناس معادن ونفائس فيهم الغالي وفيهم الرخيص ومنهم من له بريق ألماس وصلابة الحديد وفيهم من يبهرك بلمعانه ، فلا داعي للقلق من كلام فلان وفلانة عنك .



سقوط الأقنعة

يخيّل إليّ أن عالم أنت أكبر حفلة تنكرية ، كل واحد منهم يرتدي القناع الذي يحب : قناع التقوى وقناع المحبة وقناع الثقافة وقناع الابتسامة والمرح ، أقنعة مزيفة رخيصة بعضها يخفي وجوهاً دميمة وقلوب مريضة ، وبمجرد أن نتعاش مع بعض وتدور بنا رحي الأيام حتى يظهر ذلك الوجه القبيح الدميم وتتساقط الأقنعة وتتهاوى المزيفات مهما كانت درجة إتقانها ومعدرة فهذه وجهة نظر...



أحيانا..

أحيانا تنتظر قدوم شخص من الماضي تنتظر أشباح من الذكريات تنتظر ملامح تأتي وهي من المستحيل أن تعود لك تبقى في أماكن الذكريات ساعات وساعات ويأتي الليل وتترك ذلك المكان بدون جدوى ولا تجد سوى بقايا من الدموع على خدك.. وأشباح من خيال ناس لم تكون تريدها أن تتحدث معك...

أحيانا تتعرف الفتاة على شاب عبر الجوال..أو النت.أو السوق فيخبرها بأنها الوحيدة التي يرتاح لها...ويثق بها.. يتلاعب بمشاعرها ويرمى عليها حبال حبه الكاذب ويخفض لها رأسه لأجل أن تمسح على رأسه وتمسح دموع عيونه وما أن تضع رأسها في أحضان ذلك الذئب حتى ينقض عليها كفريسة كان صعب الوصول لها في البداية وأصبحت الآن ضحية لغذاء شهوته... أحيانا تتمنى أن تعود إلى عالم الطفولة تتمنى أن تعيش إحساس الطفولة الذي لا يوجد فيها غدر وخيانة تعيش وتنام وأنت لا تخاف من غدا وتبكي وتمسح دموعك بيدك وأنت تبتسم.. وتضم أصدقائك إلى قلبك وأنت تضحك معهم.. وتلعب...وتلعب...وتلعب...بكل مشاعرك الصادقة و تمسك بيد أصدقائك وأنت تعدهم بان تكمل اللعبة غدا....



كم هي الأبواب في حياتك

كم هي الدهاليز والممرات في أيامك...!! ما أكثرها..!! بعضها مغلق..!! وبعضها مفتوح..!! أفتح ما شئت منها..!! وأغلق ما شئت..!! الأمر عائد إليك أنت وحدك..!! الفرح يمر من بين ثناياها..!! أو من خلفها..!! ألف آآه..!! أو ألف حزن..!! هذ الحياة مليئة بالمصاعب والأكدار... كم أتمنى أن تروق لكم الأقامة في قناتك (....،

ما أحوجنا ونحن نقاسي ونعاني

أن نطرق باب علام الغيوب.. غفار الذنوب.. فراج الكروب.. لم لا نطرق هذا الباب إلا في لحظات الأنكسار فقط...؟؟؟ ونتجاهله في لحظات السعادة والهناء...؟؟؟ أدعوك للأكثر من قول.. لا إله إلا أنت... سبحانك إني كنت من الظالمين .



باب الحزن عندما يخيم الحزن بكل صورته على سماءنا

عندما توصل الأبواب في وجوهنا...؟؟؟. عندما يغيب الموت من نحب...؟؟؟ لحظتها لم يتوقف عقلنا عن التفكير الايجابي...؟؟؟ لم يتوقف نبض قلبي وقلبك عن الشعور...؟؟؟ هنا يدور سؤال بداخلي... لم لحظات الحزن ترسخ في ذاكرتنا.. نتذكرها دوما...؟؟؟ ولحظات الفرح والسعادة... لا تدوم إلا لثواني معدودة...؟؟؟ محبتكم/نواره.



قلب أم

أبت في كل مره ترى فيها أولادها أن لا تمنحهم غير ابتسامتها، ترى في فرحهم (فرحها) وفي حزنهم حزنها.. دائماً ما كانت تحاول جاهدة، أن تحتويهم في أحشائها بطهر ومحبه، لتنسى نفسها وتنسى من حولها في احتوائها لهم.. كانت تسهر ليناوما، وتجوع ليأكلوا، وتبكي ليضحكوا.. وإلى ما لا نهاية من التضحيات لقلب هذه الأم ودي وقلب هذه الأم... احتراممي.. قلب يستحق التثبيت.



قلب الصديقة

أبى إلا أن يبقى الوفاء عطائه والود أكبر من أي شيء ليبقى لصديقه يد الحنان في مرضه والمواساة في ألمه وبسمة سعادة في أفراحه وأبى أن تكون محطات الدنيا مفرقة بينهم مهما كان.. لقلب هذه الصديقة شكر، وفخر... وتخليد في صميم الذات لهذا بلا شك يستحق قلبها التثبيت.



جميلة ولكن التي كانت دائما متفائلة واثقة من نفسها

واثقة بأن ربها لن يخيب أملها.. التي كانت دائما تدعوا ربها وهي موقنة الإجابة ولا تدع الشيطان يوسوس في أمر دعواتها لربها.. أريد أن أستعيد هذه الثقة بنفسي وأن أبعد الشيطان ووساوسه.. أريد أن أشعر بحياة سعيدة.. أريد أن أشعر بأني إنسان قبل أن أشعر بأني فتاة.. ،



جمال الحياة

جميل أن نعيش لكي نرسم ابتسامة ونمسح دموع ونخفف ألما ولأن الغد ينتظرنا والماضي قد رحل وقد تواعدنا مع أفق الفجر الجديد. جميل أن نعيش لنضع أيادينا على القلوب المجروحة ونمسح بأناملنا على رأس كل يتيم ونسمع صوت كل مظلوم فنواسيه...



حلم جميل

تحلمين بصديقة.. تستمع لك، تفهمك.. تضحك لكلماتك وتبكي لدموعك.. ويغدو حلمك أجمل عندما تكون هذه الصديقة هي أمك.. ويبقى حلمك بعيد عن الواقع، لأنك تفتقدين في

أمك دور الصديقة التي تحسن الاستماع إلى همومك، مشاكلك، آمالك ومشاعرك.. تفهم ما تقولينه وتتفاعل معه. دور لو عرفت الأم أهميته في تدعيم دورها الأول في الرعاية والتوجيه لانتهجته معك.. وحوّلت حلمك إلى حقيقة..



سلاح فتاك

الكلمة التي تنطلق من أفواهنا.. أحيانا تقتل كما تقتل الرصاصة المنطلقة من فوهة مسدس.. هل نذكر قبل أن نتحدث مع الآخرين ؟ هل ننتقي كلماتنا باهتمام عندما نكتب للآخرين.. عندما نعاتبهم... عندما نحبههم... عندما نحتج عليهم الكلمة سلاح خطير يجب أن نتعامل معها بكل عناية وحذر حتى لا نقتل أحدا ما.. أو تنسب له بضرر بالغ أو أعاقه نفسيه مزمنة..



حقيقة

كم من كلمة قالت لصاحبها دعني... لن نخسر شيئاً حين نقول كلمه جميله ونخسر كثيراً حين تفلت منا كلمه جارحه تحطم قلب وتؤذي نفس وتترك بصمه مؤلمه بالذاكرة.. ومخزون قاسي من الذكريات الحزينة.. نخسر إنسان ربما لن تعوضه لنا الحياة في الأيام القادمة نخسر قلب ربما لن نجد مثله فيما بعد.. نخسر راحة ضميرنا وراحة أنفسنا والكثير من حسناتنا كم نعم يقتل الصمت فينا من أشياء ولكن ما يقتله الكلام أكثر.



الفتاة الصامتة

الصمت، ما أجمل الصمت وما أجملها من لغة تحكي عما يجول بفكرنا نتكلم دون أن نتكلم إنها لغة لا تعي الكذب ولا تكذب أبداً الصمت، لغة أبجدياتها نحن وضعناها نسقنا تصويرها والإبداع في تمثيلها حركنا قواعدها وجعلناها سلام وراية بيضاء الصمت، لغة قد تكمن في شفه مستسلمة أو عيون متعمقة أو حركات لا يفقهها إلا لبيب



أنواع الصمت

قد يكون الصمت قرار... وقد يكون علاج أو عملية قتل بطيئة... ولكن من منا يستطيع فهم تلك اللغة الرائعة الصامتون تراهم ينسجون لأنفسهم خيالاً يسكنون به ولكنهم ليسوا بصامتين بل يتكلمون لغة الصمت مع أنفسهم قد تسمع همساتهم فتلك تخاطب الروح وتسكن الجسد وأخيراً ما الذي يجعلنا نرتدي الصمت؟ أي لحظة ضعف؟ وما الذي يجعلنا لا نجيب على سؤال ونستبدل الإجابة بالصمت الإجابة عندكم..



الفتاة الكبرى في أهلها

كثيرا ما تكون حساسة جداً فتعامل الغير برقة وشفافية، وتضرب نفسها ورأيها على الآخرين بخفة شديدة، كما أن الأخوات الكبار يمتازون بالجرأة والإقدام لكنهم نرجسيون بعض الشيء وخصوصاً في الأمور التي تتعلق بأغراضهم الخاصة. ومعظمهن عندهن حس فني ملموس

أمسك بيد من تحب يحكى أن فتاة صغيرة مع والدها العجوز كانا يعبران جسرا خاف الأب

الحنون على ابنته من السقوط لذلك قال لها حبيبتي أمسكي بيدي جيدا حتى لا تقعي في النهر فأجابت ابنته أباي أمسك أنت بيدي رد الأب هل هناك فرق ؟ كان جواب الفتاه سريعا أيضا : لو أمسكتُ أنا بيدك قد لا استطيع التماسك ومن الممكن أن تنفلت يدي فأسقط.. لكن لو أمسكتُ أنت بيدي فأنت لن تدعها تنفلت منك..أبدا

نحن نكتشف الجيد.فننبره به.. وقد ننحني له ونكتشف الرديء.وقد نجامله إذا كان يخدمنا لكن إن كل ما يدور في أذهاننا..وما يعتل في صدورنا ليس بالضرورة شيء يخضع للاكتشاف أحيانا يكون هذا الشيء خاضعا للتجاهل وتلك إحدى حقائق الإنسان المزدهم بالمتاعب وبالطموح معاً

الكل منا قد براء نفسه من الظلم.. لا إنه هو الظالم.. لا أنت الظالم.. لكن لا نختلط بين الظالم والمظلوم.. الظلم يوحي للنفس شيء قد كبس وجدانه.. وجرح فؤاده.. ولكن الظالم.. يوحي لنفسه الجبابة.. والكبرياء. والطيغان.. ومن دخل هذه العبارات الثقيلة على نفسه.. تجري هذه العبارات إلى فؤاده حتى يقسو قسوة الصخور المتراكمة.



لا تتوهمي كثيراً

الوهم لا يصلح كعلاج لاستئصال الحسرة وذلك أن بعض الناس يترك الذكرى والوفاء والحب جرحى في أعماقنا أو..لعلهم قتلى فمن الممكن أن نغلق على قلوبنا أبوابها من أجل أن نحافظ عليها.. ولكن لا بد لنا أن نسلم مفاتيحها من نحبهم ليحافظوا هم على أنفسنا إذا تعبت من الهم. !!

حياتنا لوحة فنية ألوانها القول وأشكالها العمل وإطارها العمر ورسامها نحن فإذا انقضت حياتنا اكتملت اللوحة و على قدر روعتها تكون قيمتها فإما أن تكون جميلة فتبقى معلقة

تستوقف المارين أو رديئة ترمى في أكوام المهملات حتى إذا قامت القيامة عرض كل إنسان لوحته وانتظر عاقبته فأبدع في لوحته فما زالت الفرشاة بيدك
يقال أن الصمت أبلغ لغات الكلام ويقال إذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب قيل الكثير عن الصمت.. والكثير منا يعانون من الصمت.. ولكن ماذا تفعل إذا كان الصمت طبعك عند الحزن والغضب..؟؟ عندما يسيء إليك عزيز لديك بكلمة أو تصرف.. فيلغ الصمت وتتجمد الحروف على شفئك.. وتتجعد الدموع في عينيك ماذا تفعلين؟



أسوأ نظرة

عندما ينظر إليك الناس على أنك متكبر متعالي عليهم ولكن حقيقتك ونقطة ضعفك أنك تخاف الاختلاط بهم خوفا من أية إساءة مقصودة أو غير مقصودة تقف أمامها عاجزا عن الرد..عندما تشعر بأن قلبك أصبح أضعف من أن يحتمل المزيد من الألم.. ممن حولك.. وأنت لا تعرف أن تتكلم عند الحزن والغضب.. ولا تعرف أن تلوم أو تعاتب... فماذا تفعلين؟



البكاء

البكاء لغة إنسانية ولا يفرق بين عالم أو جاهل غني أو فقير صغير أو كبير رجل أو امرأة شريف أو وضيع كل البشرية تستظل تحت ظلاله وتمارسه ضمن طقوسها الإنسانية لذا أحببت أن أطرح بعض التساؤلات حول دموعنا

١- هل دموعك كثيرة الانحدار من عينيك؟

٢- من تحبين أن يمسح دموعك؟

٣-دموع الفتاة ضعف أم عاطفة أم ماذا برائك؟

٤- ما هي الحالات التي لا يمكن أن تمر دون بكاء منك؟ أجيبني نفسك بنفسك

كثيرة هي أخطاؤنا نقع فيها دون أن نشعر تذبل ورود قلوبنا الطاهرة بسبب خطأ جنيناه بأيدينا بالتأكيد لا أستطيع إحصاءها لكنها محاولة مني لتذكيركم ببعضها كي لا نكرر أخطائنا ومن أهمها : أن تبدأ من حيث بدء الناس والواجب أن تبدأ من حيث انتهى الآخرون.. فاجعلها دائماً على بالك.



خطأ

أن ترى عيوب الآخرين وتحاول إصلاحها وتسبب فلان.. وتشتتم فلان.. وتطلق العنان للسانك ليجرح كيفما يشاء وتنسى عيوبك.. وتغضب على من يحاول إصلاحها. خطأ.. أن تفسح الطريق لليأس ليتسسل إلى قلبك.. رغم ما تملكه من عزيمة فلا يأس مع الحياة.. ولولا الأمل.. لما نبتت تلك الورود في وسط صحراء قاحلة



نبضة كبرياء

مقاومة جامحة للشعور الطبيعي التلقائي في داخلك ؛ لكيلا تخسر نفسك فيما بعد ولكن.. تظل المقاومة وحظر التجول للمشاعر الطبيعية مصدراً للألم.
نبضة حزن : الألم شعور رغم قساوته إلا أنه يترك لنا مجالاً للشعور بالسعادة حين نفتقدها... فمن لم يتذوق المرلن يتلذذ بحلاوة الشعور ولكن.. يظل الحزن مجالاً للهروب من كل شيء حتى من المواجهة للدموع.



نبضة وفاء

مبدأ ينبض بداخلك لا تستطيع التخلي عنه مهما باعدت في خطأك عن ذاتك لكن.. لا تبعد كثيراً في خطأك فقد تضيع الطريق يوماً مما دخل إلى قلبي.



أصعب شيء بالحياة

هو الوداع سواء أكان مؤقتاً أم دائماً فإنه يحمل بين طياته التعب والحسرة والفرغ الكبير.



عندما تغلق أبواب السعادة أمامنا

قد تفتح أبواب أخرى للسعادة ولكننا لا نشعر بها ؛ لأننا نمضي وقتنا في الحسرة على الأبواب المغلقة !!



الحياة

ما هي إلا صفحات نكتب بها ما نريد ، فبعضنا يكتب بأقلام اليأس والألم والانكسار ، وبعضنا الآخر يكتب بأقلام التفاؤل والفرح والأمل. لا تجعل صفحات حياتك ثابتة بل اقلبيها دائماً نحو الأفضل والأحسن لتجدي فيها التجدد وبريق الأمل ينير الدرب لك ولغيرك... فأنيري صفحات حياتك بشموع الأمل واطرحي صفحات الأحزان واليأس جانباً.



يجب أن تضع نفسك مكان الناس الآخرين

وإذا شعرت بالضيق في وضعك الجديد.. فاعلم أن الناس في هذا الوضع سيشعرون بالضيق أيضاً.. هنالك فرق كبير بين من يمسح دموعك وبين من يبعدك عن البكاء. عندما نعيش لذاتنا تبدو الحياة قصيرة وضئيلة، أما عندما نعيش لغيرنا.. فتُصبح الحياة طويلة وعميقة.



لا تركضي خلف المظاهر فقد تخدعك

ولا تركضي وراء الثروة فقد تتلاشى بسرعة ولكن اركض خلف من يعطيك الابتسامة.. فإنه سيقرب حزنك إلى سعادة دون مقابل، ما عرفت مثيلاً كالصابونة نكراناً للذات.. فهي تُذيب نفسها لتُزيل أوساخ الغير. لا تستطيع أن تضحكي وتكوني قاسية في نفس الوقت، فالنهاية دائماً مؤلمة حتى ولو كانت سعيدة.. وذلك فقط لأن اسمها نهاية.



الوداع

كلمة بسيطة جداً حين نطلقها ولكنها أليمة موجعة بالغة التأثير في نفوسنا. إلى متى تسير تلك الكلمة بحرية ؟ فظي القيود التي نحيطها بجمال اللقاء وعاشر من تعاشر، لا بد من الفراق.. صدّقوني لم أكن يوماً من هواة الحزن... لكن هذه هي الدنيا.. اجتماع وافتراق !



نور الأمل

من خلف نافذة اليأس ينبثق نور خفيف يضيء قلوبنا ، يسرق الحزن من شفاهنا ، يكفكف الدمع من أعيننا ، يرسم الابتسامة في أيامنا ، يحول الأسود إلى أبيض والألم إلى أمل. نحلق معه إلى دنيا الخيال ، نجد ذلك النور ينبثق في كل شيء حولنا.



عبرة

قد تحتاجين لساعة ؛ كي تُفضلي أحدهم.. ويوماً لتُحبي أحدهم، ولكنك قد تحتاجين إلى العمر كله ؛ كي تنسي أحدهم.



لا تترك نفسك رهينة

أحياناً يغرقنا الحزن حتى نعتاد عليه.. وننسى أن في الحياة أشياء كثيرة يمكن أن تسعدنا.. وأن حولنا وجوهاً كثيرة يمكن أن تضيء في ظلام أيامنا شمعة.. فابحث عن قلب يمنحك الضوء.. ولا تترك نفسك رهينة لأحزان الليالي المظلمة.



إذا لم تجد

- إذا لم تجد من يسعدك فحاول أن تسعد نفسك.
- إذا لم تجد من يضيء لك قنديلاً.. فلا تبحث عن آخر يطفئه.
- إذا لم تجد من يفرس في أيامك وردة.. فلا تسع لمن غرس في قلبك سهمًا ومضى.. ثم الدنيا مليئة بالذكريات الحلوة.. في عالم الفتيات الطيب.

الأصدقاء

من الممكن أن نغلق على أصدقائنا أبواب قلوبنا.. من أجل أن نحافظ عليهم.. ولكن لا بد لنا أن نسلمهم مفاتيحها.. ليحافظوا هم على أنفسنا.. فكم من فتاة جرحتها صديقتها.. بحركة غير مقصودة.. عاشت بعدها همًا وقلقًا وجحيمًا لا يطاق .



القوة

عندما نفقد الشيء نجعله ونرسمه خيالًا لا يُوصف.. ونعمم هذا الخيال في كل شيء حتى يصبح على شكل مسلمات لا فرار منها.. فالقوة أن تقولين ((لا)) في الوقت الذي يصر قلبك على أن يعذبك ويقول : نعم.



لو بحثت عن صديق فلم تجده

فتأكد أنك تبحث عنه لتأخذ منه شيئًا.. ولو بحثت عنه لتعطيه شيئًا لوجدته وبأسرع وقت.



بلا ذنب

تساوينا مع الكثير...أخلصنا.. ورضينا بالقليل ؛ لأجل أن ينعموا بالراحة غير طامعين بالشكر من أحد... لهم فقط وليس لبشرٍ آخر.. بلا سبب انقلبت الأحوال ومن دون سابق إنذار.. إذا ما الفرق بين النقاء والكُره..؟ فواحدة بواحدة... وكأن البادئ أظلم.



هل تعلمين ؟

هل تعلمين بأن هناك من يخبئ لك السُم في العسل.. يكرهك وبدون سبب ،، ويفرح فرحًا لا يوصف عندما تتألمين.. بسبب عض النفوس الحاقدة.. تحسُّدك حتى على نسمة الهواء التي تستنشقينها ، وهناك من يقوم بتخريب حديقتك التي طالما تعبت على ترتيبها.. وتسطيها بالورود ، لتراها بأجمل صورة..! لتتقلب.. إلى اللا شيء.. وكأنها صحراء.. لا ترى إلا أشياء ممزقة ومتطايرة لا تدل على أنها ورود.



همسة على الهامش

الحياة جميلة فعلاً.. بقدر الكم الهائل من السلبيات تبقى كذلك.. إيجابياتها قطرة ماء عذبة أو أقل.. في محيط مالح.. لتذوب وتختفي وكأنه لم يحصل شيء الحياة لا تبتسم أبداً.. ولا تضنّها ابتسمت لك في يوم إذا أحسست أنك مليء بالفرح والسعادة.



الحياة لم تتغير

فهي صبح ومساء.. وشتاء وصيف وخريف.. إلخ.. لم يتغير إلا أجناس البشر وطبائعهم.. وإذا ظننت أن الحياة ابتسمت لك في يوم.. وباتت هذا الابتسامة تُغنيك عن هذا السواد الذي يقبع خلف أسوار النفوس ، فاعلم أنه أنت من يبتسم لنفسك أولاً ولأجلك وليس الحياة.. وممن حولك القليلون فغالبًا ما يكونون هم الحياة بابتسامتها.



الوردة

إذا رأيت الوردة وقد سحرتك بلونها من أول نظرة.. فأنت تشاهد الدنيا بعين النحلة. أما إذا رأيت تلك الأشواك وقد جذبتك بحدتها متناسياً وجود الوردة.. فأنت تشاهد الدنيا بعين ذباب.



من جرحك يوماً.. قولي لهم جميعاً

إن الحياة ليست مجرد وجودهم.. وأن الأيام تمضي بهم أو بدونهم.. وأن الصدمات والمواقف زادتك قوة وتحملاً لما في الحياة.. من مشاق ومشاكل.. لا تقلقي.. لا تحزني.. وامضي في الطريق المعاكس لهم.



قولي لمن أهانك وشتمك

إنك لست عاجزة بأن تردي عليهم بالمثل... لكن إهاناتهم لك ما هي إلا دليل لصغر عقولهم وسفاهتهم.. وإن صمتك رافة بعقولهم الصغيرة وإنها لا تزيدك إلا حلماً... وإن جروحهم وطعناتهم لك زادتك قوة وخبرة في الحياة وتعلمت منها أهم دروسك.



لا تضيي كل أحلامك في شخص واحد

ولا تجعلي رحلة عمرك وجه شخص تحببته.. ولو كانت صديقة غالية.. مهما كانت صفاتها.. ولا تعتقدي أن نهاية الأشياء هي نهاية العالم، فليس الكون هو ما تراه عينك.. بل هو أكبر مما تتصورين، جمع كل المتناقضات.. فلا تحزني لأجل.. عاطفة لا حول لك فيها ولا قوة.

لا تسافري إلى الصحراء

لا تسافري إلى الصحراء بحثاً عن الأشجار الجميلة.. فلن تجدي في الصحراء غير الوحشة.. وبيوت الوحوش والذئاب.. وانظري إلى مئات الأشجار التي تحتويك بظلها.. وتسعدك بثمارها.. وتشجيك بأغانيتها لا حرمك الله صديقاتك الصدقات .



قل لمن هجرك

إن رحيلهم أيقظك من حلم جميل وسبات عميق وجعلك تكتشف أشياء أخرى حولك تستحق الحياة والعيش من أجلها ، وأن رحيلهم ليس نهاية العالم ، واشكرهم على أيامهم التي منحوك إياها بالماضي .



تعلم

- أن تضحك مع من معك وأن تشاركه ألمه ومعاناته.. عش معه وتعايش به عيشاً كبيراً.
 - أن تحتوي كل من يمر بك.
 - ألا تصرخ عندما يتأخر صديقك.
 - ألا تجزع حين تفقد شيئاً يخصك.
- تذكر أن كل شيء قد كان في لوحة القدر بإذن الله.. قبل أن تكون شخصاً من بين ملايين البشر.



كن قلباً وروحاً تمر بسلام على الدنيا

حتى يأتي يوم رحيلك.. إلى الآخرة.. فتجد من يبكي عليك من الأعماق.. لا من يبكي عليك.. بحكم العادات والتقاليد.. ولا تدري.. متى يكون الرحيل.. ربما يكون أقرب من شربة الماء.. أو أقرب من أنفاس الهواء.



كل فتاة بأبيها معجبة

جملة دائماً ما نسمعها وتتردد في مجتمعاتنا ، فغالباً ما يقال : البنت حبيبة أبيها والأب غالباً ما يميل ويحن للفتاة ؛ باعتباره سندها وأمانة يحملها على عاتقه حتى يجد لها الزوج الصالح والجيد الذي يسلمه إياها ليرعاها.. فكوني لأبيك خير فتاة.



لا تهرب من نفسك في الظلام

عد إلى النور واحضن عروقتك المفتوحة وجراحك التي أصبحت تحتاج لك أكثر.. أشعرها بوجودك.. وأشعر أنت بوجودها.. تعلم فن التسامح وعش بمنطق الهدوء.. لا تجعل قلبك مستودعاً للكره والحقد والحسد والظلام.. لا تنظر إلى من حولك بأكثر من ابتسامة تجتاز المسافات.. وتخترق حواجز الصراع.



مهما كان

مهما كان الأثم مريراً ومهما كان القادم مجهولاً.. افتحي عينك للأحلام والطموح.. فغدأ
يوم جديد.. وغدأ أنت إنسانة جديدة . هل على الدنيا أقبح من أن تنامي.. وصديقتك الغالية
تتن من جرحك؟! وتتوجع من كلماتك الجارحة التي ربما خرجت منك بغير قصد؟!



قد يخذلك

قد يخذلك من كان قريباً لك.. وقد ينساک من كان في يوم من الأيام عضيداً لك.. بل
قد يجرحك من كان يواسيك عند الملل.. وقد يخذلوك، قد يظلموك، قد يهجروك، قد
يحتقروك.. لا تحزني وقولي لهم: إن الأيام دوار.. والصدقة كنز الأوفياء.



قل لمن ظلمك

إن صاحب الحق هو المنتصر دائماً؛ لأن الله معه وإن ظلمه سينقلب جحيماً عليه.. فأنا
لست مثل مالك الحزين.. هذا الطائر العجيب الذي يغني أجمل ألحانه وهو ينزف.. فلا شيء
في الدنيا يستحق من دمك نقطة واحدة.



الحياة جميلة

إن الحياة يمكن أن تكون جميلة حتى في عز الأثم وفي وسط المعاناة.. ستجدين أن ابتسامة
رائعة تخرج من أعماقك.. تخرج من زحمة اليأس والمرارة.. تخرج من صميم الذات.. عندها
ستتذكرين كم أنت إنسانة رائعة .

صديقة غالية على قلبك

ادفع عمرك كاملاً لإحساس صادق وقلب يحتويك.. ولا تدفع منه لحظة في سبيل حبيب هارب.. أو قلب تخلق عنك بلا سبب إلا أن تكون صديقة غالية على قلبك.



لا تنظري

لا تنظري إلى الأوراق التي تغير لونها.. وبهتت حروفها.. وتاهت سطورها بين الألم والوحشة.. سوف تكتشف أن هذه السطور ليست أجمل ما كتبت.. وأن هذه الأوراق ليست آخر ما سطرت.. ويجب أن تفرقي بين من وضع سطورك في عينيه.. ومن ألقى بها للرياح.. لم تكن هذه السطور مجرد كلام جميل عابر.. ولكنها مشاعر قلب عاشها حرفاً حرفاً.. ونبض إنسان حملها حلمًا.. واكتوى بنارها ألمًا.



كوني فتاة أنانية ولكن بشكل إيجابي

الأنانية السلبية هي أن تختاري أن تقضي وقتك وطاقتك في أشياء تجلب لك السعادة، وأحياناً أن تتخذي قرارات مبنية على حاجاتك الشخصية وما تفضلين أنت، لا أن تتخذي قراراتك لترضي الآخرين.. واعرفي أنك كلما اخترت ما يناسبك فإن ذلك ينعكس على المحيطين بك إذ إنك ستكونين أكثر انفتاحاً وتفهماً كونك راضية عن نفسك وعمّا تفعلين.



حاولي أن تكوني طيبة بنفسك

وتذكري دائماً أنه لن يمسح دموعك سوى يدك.. ولن يهتم بنفسك مثلك.. فلا تنتظري عفوياً يخرج من مصباح علاء الدين السحري يحل مشكلاتك العاطفية.. ويقضي على أحزانك وهمومك.. بل عليك إجراء تغيير في نمط الحياة الاعتيادي وأن تكوني واقعية أكثر.. وتحدي نقاط ضعفك فتقويها.. وتعترفي بأخطائك فتصححها.. وستكون حياتك سعادة لا مثيل لها .



من يحبك

من يحبك لا يرضى بجرح مشاعرك أو يتسبب في سقوط دموع من عينيك ، وإن فعل فهو يسارع بالاعتذار بدون عناد أو تأخير. إن من يحبك يعطيك الثقة والأمان وإمكانية الاعتماد عليه تحت أي ظرف.



الأخت الوسطى

إنسانة عميقة التفكير وذكية لكنها من النوع الحساس والمزاجي المتقلب.. لديها ميول فنية يمكن استثمارها وتنميتها.. تحب التغيير وتكره الروتين ولديها طاقة متجددة قد تتسبب في إزعاج المحيطين بها أو تكون مصدراً لسعادتهم.



الفتاة الحساسة

رفيقة الطباع.. لينة في تعاملها مع الآخرين.. حساسة بدرجة كبيرة ويصعب إرضاؤها.. تملك إحساساً وشعوراً فنياً يظهر أثره على حياتها.. هي من النوع المرح وتحب الفرفشة والتنكيت وتنجذب للمرحين.. انصحها بالتروي والأناة قبل اتخاذ قراراتها التي تأتي متسرعة أحياناً.



نحن لسنا ملائكة حتى لا نخطئ

فإذا أخطأت فبادر بالتأسف لمن أخطأت في حقه ؛ لأن الله يرحم لكن الناس لا ترحم.. لكن إذا أخطأ الآخرون عليك فلتسامح، ولا تحاول أن تنتظر التأسف من الآخرين ؛ لأنهم إما أن يكونوا عزيزي النفس أو خجولين من التأسف .



أسف

قد تكون تعاستك بسبب شخص ظلمته أو أخطأت في حقه، فبادري وانظري من هذه أو هذا الذي تدمر حياتك بسبب ظلمك له، فكلمة آسف فيها خير بداخلها (أ: أنس، س: سرور، ف: فرح) فتخيل هي تأسف مع مزج من الكلمات الجميلة.



اشكر الذي آذاك

(أنا أعرف أنك لن تستطيع عمل ذلك دائماً) وتخيل أن المسكين أعطاك حسناته وسوف يحس أنك أقوى من أن تتضايق فسيفشل و ويذهب غضبان ؛ لأنه خسر الجولة معك. ما رأيك بهذه المصارعة؟ فأصحاب المبادئ يعيشون مئات السنين وأصحاب المصالح يموتون مئات المرات .

الحياة

أكبر مدرسة.. وأفضل مدرسة.. والذي لم يتعلم فستعلمه الحياة أعظم الدروس وأكبرها.. حياتنا تكون صعبة في أحيان كثيرة.. ونضعف لمواجهتها. ظروفنا تكون أقوى من أن نتحملها.. صدماتنا أكبر من أن نستوعبها.. وهذا ما يحدث مع الجميع وهذا واقعنا الذي لا مفر لنا منه.



فتاة الإتيكيت

استمعي للآخرين عندما يتحدثون معك، اتركي ما تقومين به وانظري إليهم واصغي لهم، لأنهم بحاجة إلى تركيزك معهم لدقائق وليس العمر كله.. قولي : نعم بصوت خافت.. الله يعطيك العافية.. حاولي الهدوء قدر الاستطاعة.. حتى استعمال المنديل له طريقة تميزك عن غيرك.. مع ابتسامة لا تفارق محياك .



تجربة والد

بنيتي ، عشت خمسين سنة مع أصدقاء وأحباب فنصحتني لك أن تعاشري صديقاتك معاشرة ، فإن أحببتهم حننٌ عليك وإن متَّ بكين عليك وعاملين ليس لأنهم كرماء بل لأنك أنتِ كريمة.



احتمال ومحتمل

- : أن يفرس أحدهم شوكاً في جسدك، وأن يفرس أنيابه في قلبك.
- محتمل جداً.. أن يضحك آخرون لأنك تبكي!! فترى دنياك شديدة القسوة..
- محتمل جداً.. أن يهاجمك عدوٌ بأنياب ضاربة في لحظة مباغتة !! فترى عالمك غابة متوحشة.
- بداخل كل قلب : هناك نبض...هناك إحساس...هناك صدق بعمق هذا الإحساس... يؤكد هذا الصدق ما نشعر به في هذه الحياة...عندما يبلغ الحب فينا مبلغه..وعندما نُسكن المُحب أعلى رتب القلب .



عندما

عندما يكون شاطئ البحر الحزين !! وعندما يكون موج البحر الجراح !! وعندما يكون البحر أملاً والقلب مركباً !! عندما يتحول المركب إلى ثكنة أوجاع يعتلي الجراح.. وعندما تكون الحياة عاصفةً بحرية !! تعصف بهذا المركب المسكين يميناً ويسرة !! لم تكن أمواجه الجريحة كافية لقتاله !! بل كانت تقف معها عاصفة.. تجتاح كل ما يقابلها على متنه الصغير.. كانت مشاعر فتياتنا الحزينة أولها.



لن لديها علاقات

من يحبك بشدة.. قد يخونك بشدة.. كثيرون يحبون ويعشقون.. وندرة هم من يستطيعون تحمل مغامرة الوفاء. من يخونك.. لا يعني بأنه لا يحبك.. ولكن يجب نفسه أكثر ! إلا حب

الزوجين فهو أمر مختلف.. فليس بين المحبين إلا المودة والرحمة والسكن... فطوبى للزوجين محبة يؤجرون عليها... فهما روحان بجسد واحد أو روح واحدة بجسدين.



لماذا لا نسامح؟

ولماذا تبقى المواقف السلبية ومشاعرنا المؤلمة حاضرة لفترة طويلة حتى بعد انتهاء الموقف السلبي؟ الغدر والخيانة وكل الجروح المؤلمة لكن لا أحد يسلم منها. فما الفرق بين يسامح والذي يبقى يدور في فلك المشاعر السلبية؟ لأننا ببساطة لا نعرف كيف نسامح وفي نفس الوقت نمنع الآخرين من الإساءة لنا.



التسامح فن

كيف تغفر للآخر بشرط أن لا تسمح له أن يكرر الإساءة إليك ، وليس كما يعلم بعض آبائنا أطفاله الخنوع والاستسلام مدعياً أنه يعلمهم العفو. التسامح - يا بنات - مهارة يمكن تعلمها في أي وقت من عمر الإنسان ولكنها دبلوماسية صعبة وذلك حين تصل إلى مرحلة من السلام الداخلي يمكنك من غسل ما بداخلك تجاه الآخر حتى دون أن تتواصل معه.. وهذا قد يكون صعباً على بعضنا .



أحياناً

نظن أننا ملكننا الدنيا بما فيها... فرحنا كثيراً وضحكنا أكثر.. لبت جميع مطالبنا.. صادفنا وصادقنا.. استمتعنا بكل ما نريد.. فهمنا الكثير وفهمونا.. تمنينا المستحيل دون بأس.. وصدقنا من أحبه قلبنا دون تردد.. ووثقنا دون خوف.. إلا هناك من يؤلمنا في دنيانا.. وينسينا كل ما استمتعنا به وملكناه .



أحزان وأوجاع

ثمة ألم يلاحقنا.. وحزن يلازمنا.. ونزف يبعثرنا.. هناك ثمة وجع في قلوبنا.. ودمع يحرق جفوننا.. هناك أحزان تخاف البقاء.. وأوجاع تخشى الثبات ودموع تشتاق من الجفاف.. وسؤال يتردد في خاطري!! ما بال تلك القلوب تتوجع والجفون تئن والنفوس تتألم!! أين المرح والفرح!! أين المتعة والأمل!! إنه الحنين لتلك النفوس الصادقة والقلوب المحبة... الافتقاد أمر ما يكون!!.. يفتك بالقلوب .



عندما نشعر بانكسار شديد

ويتملكنا القهر والغضب والخوف.. يصحبه ترقب.. نفكر بالهجرة!! لكن من نوع خاص.. هجرة من الخارج إلى الداخل.. من واقع موحش كئيب مليء بالأحزان.. إلى حلم وردي بهي خلاب يعطيك ما تحتاجه.. من حواس تعبر عنك.. إلى روحك التي تنام في صدرك... من جسد خارت قواه وتلاشت.. إلى قلب سرائره كلها بيضاء نقية أزالته كل الأحزان والأخطاء ولكن هذا لا يحدث إلا في عالم الأحلام الوردية.

الخيانة

آه من الخيانة التي لم أجد حتى الآن وصفاً لها فهي أكبر من الوصف وأعظم من كتاباتي ،
فهي ذلك الشعور القاسي والمؤلم الذي لا يشعر به إلا من ذاق مرارته وتجرّع من كأسه المسموم .
كيف لا وأنت تنظر إلى أحب الناس إلى قلبك ، مع غيرك يضحك ويبتسم ويفعل ويعامله كما
كان يعاملك ، حقاً أنني أستغرب كيف يستطيع أولئك البشر القيام بهذا الفعل الشنيع ؟



هل أخطأت بعدم ثقتي بمن حولي؟

أنا لست حساسة أو موسوسة.. كلا.. بل أخاف إعطاء ثقتي لمن لا يستحقها ؟ وتبدأ
التساؤلات ومعها تبدأ آلامك التي لا تنتهي ، كيف لا وقد طعنت بخنجر من نار أدمى لك قلبك
، وأحرق روحك ، وقتها تبدأ بتصديق من يقول لك : إن الحب ليس سوى ماضٍ لن يعود وأنه
أصبح مجرد ذكريات تمر ، وأماني يستحيل تحقيقها ، وأحلام وردية تحولت إلى كوابيس سوداء
قائمة .



روح هائمة

تمضي سنوات عمري.. تمضي ولا أدري.. تمضي حياتي أمامي ولا أدري ماذا أصير...
أحلامي تذهب لبعيد.. لتضيع في عالم كئيب.. موحش مخيف...حيث الأرواح الهائمة بلا
هدى.. التائهة بلا سبيل.. بلا مخرج.. بلا أمل في الرجوع أو الصمود... تبحث هنا تارة عن
شعاع ضوء يعطيها حياة.. وتارة هناك عن صوتٍ حنينٍ ينعشها من الشقاء..تبحث عن بصيص
أمل.. عن رائحة الهناء.. عن العودة للحياة.

ما أحلى سنين العمر التي مضت.. رغم كل ما فيها.. لا يعلق في ذاكرتنا إلا كل جميل وحبيب.. فمن منا يتذكر مآسي الأمس البعيد؟... أو يفتش عنها في دوايب الذاكرة؟؟ لا أحد ولكن من منا لا تتسارع الذكريات الجميلة إلى رأسه لترسم أجمل ابتسامة على وجهه؟؟ لا أحد يشعر بقيمة اليوم الذي يعيشه إلا عندما يمر.. وينتهي عندها يلتفت خلفه وينظر إليه بحسرة ؛ لأنه فات دون أن نستثمره.



أكره أن أكون

- أكره أن أكون مجرد صورة خالية من الأحاسيس.
- أكره أن أكون مجرد إنسانة مليئة بالنعاسة دفنتها الأحلام.
- أكره أن أكون مجرد عاشقة لحب زائف لا معنى له سوى الألم والذكريات.
- أكره أن أكون مجرد ورقة بلا عنوان يكاد لا يذكرها القارئون. إلى متى سأظل أكره؟ وهل سيتحول إلى حب؟



علموني

- علموني من أكون؟؟ فأنا بحاجة إلى أن أعرف.
- علموني كيف أحب؟؟ فأنا بحاجة لقلب دافئ حنون.
- علموني فأنا لست سوى عصفورة تجهل كيف تطير ولا تعرف إلى أين تذهب.. مسجونة في قفصي الصغير.
- علموني كيف سأصارع الأمواج؟؟ وكيف سأواجه ذلك العالم الكئيب المجهول.

- علموني كيف سيبقى قلبي حياً ؟
- علموني أسرار هذه الدنيا.
- علموني لأتخرج من مدرسة الحياة.



العطاء الجميل

جميل أن تعطي من يسألك ما هو بحاجة إليه ولكن أجمل من ذلك أن تعطي من لا يسألك وأنت تعرف حاجته... بعض البشر طبعه مقدر ومحشوم.. وبعض البشر عيب عليك احترامه.



إلى القمة يا نفسي

ففي القمة مكاني نفسي أنت صديقتي التي أحبها.. أتعامل معك بحب... أهمس إليك بحب.. وأسامرك بحب.. باختصار أعيش معك بكل حب ، لذا من واجبي نحوك كمحبة صادقة أن أسمو بك وأرفع من قدرك.. وأهندس شكل حياتنا معاً أنا وأنت.. لنسعد في كنف القمة.



ورقة الصدق

كم هي جميلة تلك الورقة.. التي يفتقرها بعضهم..! وبعضهم الآخر يتمناها ! الصدق في المشاعر.. الصدق في الحب.. الصدق في الحزن.. الصدق في الفرح.. الصدق في القول.. الصدق في العمل. أتمنى أن تنتشر هذه الورقة الصادقة.. وتسير العالم بنورها الساطع.. وتعيد للأشياء لونها البراق.

إلى القمة

كثر الحديث عن القلوب.. وكثر أكثر عن مصائد القلوب.. ولقد سأمت تكاليف هذا الحديث.. وبحثت عن حديث آخر أملأ به عطشي فلم أجد.. هذا العالم محتاج إلى قلب ونبض وحياء ومشاعر.. فكوني القلب لهذا العالم.. وأحبيه بعاطفتك ومشاعرك وعمره بفيض حنانك.. عندها فقط.. تصلين إلى القمة .



ورقة الوفاء

شيء رائع أن نعتاد في قولنا على كلمة الوفاء ولكن الأروع من ذلك أن نعيش هذه الكلمة بكل جوارحنا.. بقلوبنا.. بكل ما نملك ستصبح أحلى وأعذب.. كم هو جميل أن أشعر بوفاء صديق لي عندها... سأمتلك الدنيا وما فيها.



ورقة الأمل

ترى عندما نبني جسر الأمل.. على نهر اليأس هل يختفي الحزن؟.. بالطبع نعم.. فهناك أشخاص هم الأمل بذاته ولكن.. أين هم؟ هل طوتهم الدنيا بين صحافها.. أم أعجبت بهم وقررت أن تحتفظ بهم بين مقتنياتهما لكن صوت يهمس في أذني باستمرار أكاد أسمعهم يقول : ظلام الليل لن يطول.. وأنصت في كل صباح طيف في الأرجاء.. يقول: كلما زارنا طيف حب لا ينام.. زادنا أملاً لا يخشى الأيام.



ورقة الحنين

ما أعظم هذه الورقة ! شفاقة كالماء العذب الصافي.. معناها صدق الحب ، يندر تداول هذه الورقة بين بعضهم وبعضهم الآخر ، يغرق في حناياها.. كم هي رائعة دمعة سببها الحنين..! لأي شيء يستحق هذا الشعور النابع من صميم القلب.. لا أمتلك الكلمات التي تعبر عن هذه الورقة.



ورقة الكبرياء

تجذبني إلى مالکها بكل معنى الكلمة.. ويجذبني أكثر لحظة خروج عن هذا الكبرياء.. لتعبير صادق عما يسكن القلب.. بتصرف رائع أو بقول جميل أو بدمع صادق.. وكم يعجبني الشموخ لكن ليس إلى حد التعالي.



ورقة اليأس

ورقة ذات ملمس شفاف.. مع أنها غير محبوبة.. ولكن هي موجه تمر بها القلوب.. والجميل فيها أنها متواضعة.. فمع أنها تحتل القلب في بعض الأوقات.. إلا أنها تنحني أمام ضيف القلب المحبوب الأمل.. وترحل في الحال من غير مبررات.



ورقة التواضع

يا لجمال هذه الكلمة وعذوبتها..! أشعر بنور بريقها في سماء التكبر القاتمة.. كم كنت أخاف منظر تلك السماء.. أما الآن بعد احتلال هذه النجمة الساطعة منتصف السماء.. أشعر بانتشار كل ما هو جميل ورائع فيما تحت هذه السماء .

كلمات ومعانٍ

هناك كلمات لا نستخدمها بكثرة ولكنها تدل على معاني جميله أو مؤلمة في حياة الإنسان

لنرى ما الذي تعنيه هذه الكلمات:

- الذكريات : ينبوع نشرب منه كلما شعرنا بعطش الضراق.
- الابتسامه: سحابه أقف عليها لتطير بي إلى عالم الفرح.
- الأحلام : جسر يربط بين حلاوة الخيال ومرارة الواقع.
- الطموح : شجرة جذورها الأمل وساقها العمل وأوراقها الكفاح وثمارها النجاح.
- النسيان : غرفة مهجورة نرمي فيها كل ما لا نريد تذكره.



الحب

- الحب ليس بأن نعيش في أحلام الحالمين ، وآهات العاشقين ، فهذا ما عرف من الحب إلا قشوره ولم يتغلغل في بحوره أو يقرأ سطوره.
- الحب أن نعيش الخير بكل مدائنه وموائئه ، وأن نكره الشر بكل ألاميه وأكاذيبه.



دقيقة توزن بالذهب

عش.. وابتسم.. وسامح بقلب محب.. وحاول أن تعيش الحب بكل معانيه الدافئة وبكل بحوره الواسعة ، ولا تضيق رحابه ولا تغلق أبوابه ، ولا تستنكر أصحابه ، فدقيقة واحدة تعيشها وقد صفا قلبك على كل الناس ، وسما فيك الإحساس لهي دقيقة توزن بالذهب.

أفضل :

- الكلمة الطيبة تخرج من لسان محب وتستقر في قلب محب ، لهي أفضل من كل هدايا العالم.
- ولإنسان تشعر معه بالصدق.. وتطير معه في رحاب المودة فهو أفضل من كل ملايين البشر.
- وللحظة تحياها روحك تنبض بالخير لكل من حولك لهي لحظة تشفيك من كل أمراض القلق والحسد والوحدة.



الحياة

الحياة أوسع من أن نضيقتها بالهموم والدموع ، والقلوب أظهر من أن نلوثها بالكره والضعينة ، والحب أعظم من أن ندفنه باللوم والعتاب وسوء الظن.



الحب

الحب أن تعيش ظاهر القلب ، سليم الروح ، لا تكسر قلوب المحبين ، ولا تغدر بالطيبين ، ولا تتجاهل قلوب الأوفياء المقربين. أعزائي أقصد الحب ليس حب شخصين وإنما حب كل شي بالحياة.



الحلم

لمسة ساحرة تجعل الحياة أحلى وتبعث في القلب السرور وترسم طيفاً ذهبياً رائعاً ، لكن الأجل من هذا كله أن تتحقق هذه الأحلام وتصبح خطوطنا المتشابكة التي كنا نخطها عندما كنا صغاراً حقيقة ، ولكن هناك شيء مهم جداً يجب ألا ينساه الحالمون وهو احلم بالنجوم العالية ولكن لا تنس أن قدميك على الأرض . جميلة هذه الأوراق وستصبح أجمل عندما نعيشها مع من نحب ونشعر بها فيما حولنا وأن تداعب أوتار قلوبنا.



الفتاة

بطبيعتها وفطرتها تحب أن تلقى استحسان ومديح ممن حولها ، فإن حصلت على هذا من أقرب الناس لها كالأب والأم والأخ سيلقى ذلك الرضا في نفسها ويبعدها عن أبواب كثيرة وربما خاطئة هي بغنى عنها ، وأعتقد أن ذلك لن يكلف الأهل كثيراً من الوقت ، كما إنه لا يحتاج لكثير من الخبرة.. لكن يجب على الفتاة أن تساعد أهلها في ذلك.



يشهد التاريخ

أن كل من عاق أمه لم يرَ الخير والسعادة في حياته، كما يشهد التاريخ أن كل من أساء إلى أمه أساء إليه أبناؤه. أمي، حبيبتي ؛ ما أجمل سويعات قربك، وما أهنأني بك ، أدامك الله رحمة لنا وبركات ورضواناً. أما إذا انتقلت إلى جوار ربك فرحمة الله عليك ومغفرته تعمر حياتك الأخرى، وتملاً قبرك رَوْحاً وريحاناً وأنساً وبهجة ، فقد كنت لنا بلسماً وروحاً، كنت الغذاء والدواء.



النهاية أنت إنسانة

- تستطيعين أن تحبي جميع الناس ولكن لا تستطيعين أن تجبريهن على أن يحبوك.
- تستطيعين أن تظلمي وتجبيري وتتسلطي ولكن لا تستطيعين أن تكوني منصفة عادلة دائماً.
- تستطيعين أن تصفحي وأن تنسي ولكن لا تستطيعين أن تجبيري أحداً على مسامحتك.



هل تنتهي الصداقة بكلمة ؟

هل تفاجأت يوماً بكلمة من صديقة أدت إلى انتهاء هذه الصداقة ؟ هل من المعقول أن كلمة تنهي أجمل علاقة صداقة قد دامت لسنوات؟ هل الصداقة بروابطها المتينة متوقفة على كلمة ؟ كيف ذلك ؟ ألا يغفر له ماضيه معك ؟ سنوات قد مرّت بها أجمل لحظات بحياتكم سنوات عثتموها بحلوها ومرها ، هل ينتهي كل هذا بمجرد كلمة ؟ في لحظة غضب ندم عليها أسد الندم .

أين صديقتك الآن ؟

هل تجدونها كلما بحثت عنها ؟ ما هامش الصداقة في حياتك..؟ هل لك صديقات وفيات..؟ هل تذوقت طعم الصداقة ؟ ما طعمها في نفسك؟ هل تلونت بمذاق الوفاء أم بطعم الخيانة والغدر..؟ هل فعلاً يتعذر العثور على الخل الوفي؟! وماذا يعني لك القول الآتي :

فما أكثر الإخوان حين تعدهم ولكنهم في النائبات قليل



الأصدقاء كالمعادن

منهم النفيس ومنهم الرخيص. عندما قرأت هذا المثل تزامت في ذاكرتي صور كثيرة.. ومواقف متعددة ونماذج كثيرة من الأصدقاء.. ولن نستطيع التمييز بسهولة بينهم إلا بتذكر مواقفهم. وعندما تذكرتها هناك حقاً من مع اسمها في ذاكرتي كأنها سبيكة ذهبية ، وهناك من تخيلتها قطعة حديد صدئة ، وهناك من افتقدتها دون أن أكشف معدنها .



نفقد الكثير من الصديقات

لأننا نريدهن ذهباً خالصاً لا يلوهن بعض الغبار القابل للتنظيف! ونطلب منهن ونأخذ منهن ولا نقدم لهن شيئاً.. نتصيد الهفوات البسيطة ونسجل الملاحظات وكأننا نريد صديقة ملاكاً ! وفي نفس الوقت نتغاضى عن عيوبنا وتقصيرنا تجاههن.. رددن معي وبصوت عالٍ :

اللهم احفظ لي صديقتي الغالية !!



صديقاتك

- هناك صديقة طيبة القلب.. لكنها تكذب قليلاً.
 - وهناك صديقة كريمة ومخلصة لكنه جبانة.
 - وهناك صديقة عصبية لكنها طيبة القلب.
 - وهناك صديقة تعشق الضحكة والمزاح لكنها لا تقصد شيئاً سيئاً.
 - وهناك صديقة بخيلة لكنها مرحة وقلبها طيب.
 - وهناك صديقة لا تلتزم بمواعيدها لكنها صادقة.
 - وهناك.. وهناك.
- يجب أن لا نشترط الملائكية والمثالية في أصدقائنا ؛ لأنهم بشر مثلنا دتمم بود ومحبة.



أناني ولا يتقبل

فهناك من يحاكمك ويضيق عليك الخناق.. ويطلب منك تفسيراً لتصرف بريء.. وينتقد ويعاتب ويغضب ، وفي نفس الوقت لا يسمح لك بالانتقاد أو اللوم.. لأنه أناني ويتقبل الأخذ ولا يعطي ، وهذه النوعية من البشر مصيرها الوحدة والتفوق والانزواء ، وربما الإصابة بالكثير من الأمراض النفسية.



وجود الأصدقاء نعمة كبيرة

ويجب أن نحفظ هذه النعمة ونصونها ، وصيانتها تأتي بالتغاضي عن الهفوات والزلات البسيطة وتقبل العطاء مقابل الأخذ.. والتعامل الذكي مهم وحساس.. ومحاولة اكتساب قلوبهم.. أمر لا يتقنه إلا الأذكياء فكوني منهم.



اعلمي أنك إنسانة

ومن حقك أن تبترسي ومن حقك أيضاً أن تظل عينك جافتين من الدموع... لماذا جعلت الهموم والأحزان تتجراً على إنزال دمعك في زمن أنت أحوج فيه إلى القوة..؟... لماذا لا تجعلين الأحزان والهموم تبكي من جبروت ابتسامتك وكبرياء أملك.. لأنها لم تجد ولن تجد إلى قلبك مدخلاً.. فلماذا أنت حزينة..؟



لكي تكوني ملكة مهابة بين الناس

إياك أن تتكلمي في الأشياء إلا بعد أن تتأكدي من صحة المصدر.. وإذا جاءك أحد بنبأ فتبيني قبل أن تتهوري.. وإياك والشائعة.. لا تصدقي كل ما يقال ولا نصف ما تبصرين.. وإذا ابتلاك الله بعدو قاوميه بالإحسان إليه.. وادفعي بالتي هي أحسن.. فإن العداوة تنقلب حباً.



تجاهل الناس

- إذا هاجمك الناس وأنت على حق.. أو قذعوك بالنقد فافرح.. إنهم يقولون لك : أنت ناجحة ومؤثرة ، فالكلب الميت.. لا يُركل ! ولا يُرمى إلا الشجر المثمر !
- عندما تنتقدين أحداً.. فبعين النحل ، تعودى أن تبصرى..ولا تنظري للناس بعين الذباب.. فتعين على ما هو مستقذر.



الشكر والصدق

- تعودي.. أن تشكري.. اشكري الله ! يكفي أنك تمشين.. وتسمعين.. وتبصرين ! اشكري الله واشكري الناس.. فالله يزيد الشاكرين! والناس تحب الشخص الذي عندما تبذل له.. يقدر !. اكتشفت.. أن أعظم فضيلة في الحياة.. الصدق ! وأن الكذب وإن نجا صاحبه.. فالصدق أخلق ! بمن كان مثلك !



لا تحزني على ما في الحياة

- فما خلقنا فيها إلا لنمتحن ونبتلى.. حتى يرانا الله.. هل نصبر؟ لذلك... هوني عليك... ولا تتكدي ! وتأكدي بأن الفرج قريب.. فإذا اشتد سواد السحب.. فعما قليل ستمطر !. لا تتشكي ولا تتذمري.. كوني متفائلة.. مقبلة على الحياة.. اهربي من اليأسات والمتشائمات ! وإياك أن تجلسي معهن.



لا تبكي على الماضي

فيكفي أنه مضي.. فمن العبث أن نمسك نشارة الخشب.. وننشر !! انظري للغد..
استعدي.. شمّري !! كوني عزيزة.. وبنفسك افتخري ! فكما ترين نفسك سيراك الآخرون..
فإياك لنفسك يوماً أن تحقريها !! فأنت تكبرين حينما تريد أن تكبرين.. وأنت فقط من يقرر
أن تصغر نفسها.. وتقتل طموحاتها بيديها !



لا تكوني أحادية الرأي

فمن الجميل أن تؤثري وتتأثري !! لكن إياك أن تدوبي في رأي الآخرين... وإذا شعرت بأن
رأيك.. مع الحق.. فاثبتي عليه ولا تتأثري !



قومي

قومي ابحثي لك عمن يضمّد جروحك المستديمة.. أو ستكونين جسداً بلا روح.. تفوح
منك رائحة الحزين الأليم.. وستبقين مثقلة بالجروح الغائرة.. عندها ستموت كل الورود التي
في قلبك فلا تحزني ولا تيأسي، لأن هناك من سيمسح دموعك.. ويخفف آهاتك.. فقط ابحثي
عمن تلجئين إلى قلبها.. ابحثي عمن تخرج كلماتها بكل دفء وحنان، ابحثي عمن ستجدينها
عوناً لك لا عليك .



انتبهي

حينما يقع في قلب صديقتك نحوك شك.. دافعي عن نفسك.. وضحي.. برري! ولا تقولي:
إنها فضولية تدس أنفها في كل أمر.. هذه سمعتك ومستقبل حياتك.. لا تتركها بدون حساب
ومحاسبة .



شروط

اشتراط المثالية والوفاء الكامل والصفات الخارقة في طلب الأصدقاء قد يجرنا إلى صداقة
الكلاب والقطط كما يفعل أهل الغرب !! يصاب الإنسان بالدهشة إذا تجول في شوارعهم ورأى
الكثير منهم يحدث كلبه أو تحدث كلبتها في حديقة عامة وتضحكها وتشاركها الطعام وتقبلها
وأحياناً تحدثها بعصبية وتعاقبها ! والسبب أنانيتهم المفرطة وفقدانهم المقدرة على التواصل
الإنساني بسبب انتشار المادية.



ملكات الجمال

هل هن جميلات حقاً ؟؟ تصرخ غير مصدقة.. وهي تتلقى التهاني من كل جهة.. ثم
تتماسك وتتقدم بخطواتها مختالة، في فستانها الضيق العاري.. وقد حملت اسم وطنها ()
مع رقمها) في ورقة معلقة على صدرها.. سترت بعض ما لم يستره فستانها.. ثم تلتفت إلى
الجمهور لتقدم لهم ابتسامة.. وتقف بزهو و شموخ كاذب لترتدي تاج ملكية العالم.. ودموعها
تنهمر من الضحك لأول مرة لكن من داخلها تبكي ألف مرة.



من هي الجميلة ؟

نتكلم كثيراً عن جمال الروح.. وأنه هو الجمال الحقيقي..فما هذا الجمال ؟ جمال الروح ليس له معايير معينة، ولكنه شخصية الإنسان وطريقة تعامله مع الآخرين.. تكون المرأة جميلة الروح بالالتزام بالدين والأخلاق الحسنة والحياء.. بالتسامح والرضي والقناعة.. بالمحافظة على مشاعر الآخرين وبالكلمة الطيبة والابتسامة الحنونة.. بالأحاديث الممتعة والشيقة والثقافة.

كم من فتاة جميلة ولكنها سيئة السمعة تجاهر بالمعاصي.. خارجة عن حدود العفة والحياء..أو تخيلي فتاة جميلة ولكنها خسنة التصرفات عصبية. سيئة الخلق كثيرة العراك مع من حولها..أو تخيلي فتاة جميلة ولكنها متكبرة مغرورة تحتقر كل من أمامها وتستهزئ به وترى نفسها فوق الآخرين.. كل هذه الأمثلة.. تدلنا على معنى جمال الروح.. الجمال الحقيقي الذي يؤثر في النفس أكثر من غيره ويمكن لأي فتاة الحصول عليه.



الأمل

ذلك النبراس الذي لا ينطفئ ، ينبعث منه شعاع ينير قلوبنا ودروبنا لنستنير به في حياتنا...ذلك.. زورق النجاة...الذي يأخذنا.. من بحر الهموم، والأحزان إلى جزيرة الأمان، حيث هناك تشرق الشمس كل يوم ،وتشدهو العصافير بأعذب الألحان...وتتفتح الزهور وعبقها الفواح..الذي يفوح في الأرجاء ليبعث في النفس نشوةً وأنساً...وسعادة، تدوم وتسكن في القلوب.. بطاعة الرحمن.



للأسف

- الجميل في لحظة يتبدل إلى قبيح.
- الطيب يرمي القناع بكل جبروت، ويرينا وجهه القاسي.
- القوي الشهم مهزلة في الوقت العصيب، يتضح أنه أدنى من الجبان بكثير، والعكس بالعكس ولكن في النادر.
- القلوب التي ضحكت لها يوماً وعاملتها بالطيب وتوقعت أنهم منابع الخير.. تحمل بين طياتها.. حقدًا فضيحًا.



قمة المهزلة

عندما يقفون على القمة لينادوك أنت وحيدة بدون صديقة، نحن ملائكة الحب نحن المضحون و المظلومون.. للأسف أنهم مقنعون ذئاب في ثياب أناس.. لم يعد كل منا يكلل الآخر بورود الإخلاص.. الوفاء.. الإيثار.. الطيبة أصبحت الخيانة والغدر والكره والحقد عادة تخنق القلوب خنقاً.. لم يعد هناك حب أصيل.. لم نعد نقدر لمس تلك الجوهرة الغالية.. لقد باتت شبه منقرضة وسط زمننا العجيب.



الحب

شعور إنساني يحمل صاحبه على ميل قلبها لمن تحبها، والراحة بقربها والشوق لرؤيتها، والرغبة في الاطمئنان عليها، وهو أمر جبلي يحدث للإنسان دون إرادة منه، حيث يلقيه الله في القلب، فلا يملك سوى الميل لمن ألقى حبه في القلب. كيف تظهرين محبتك لأملك؟ لأبيك

؟ لأخيك ؟ ولأختك ؟ لصديقتك ؟ لمعلمتك ؟ .. أما أنك لا تعرفين الفرق بين الحب الحقيقي وحالات الإعجاب.



إذا وجد الحب

بين قلبين فإن مال الدنيا كله لا يعدله، وإلا فإنه لو كان يعدله لكان من الممكن أن يصنع الحب بالمال، فيكون المال وهو مخلوق لله، منازعاً له في أمر اختص به وهذا غير مستقيم، ولو أن الإنسان أنفق مال الدنيا كله على من يحبه لتأليف قلبه، فإنه لن يفلح في ذلك إلا إن شاء الله ذلك وخلق الحب في قلب من يهواه القلب، ولهذا كان الحب رزقاً عظيماً منه جل وعلا فلا داعي للقلق.



وإذا تجرد الحب من الحرام

بنيتي ، يجب أن يكون الحب رشيداً بعيداً عما يوقع في الحرام أو يجر إلى المعصية. وإذا تجرد الحب من الحرام أصبح أساساً للإيمان بالله، وصلة حميمة تربط المؤمنين ببعضهم والأزواج بزوجاتهم والآباء بأبنائهم والأخلاء ببعضهم، وكان الحب الصادق في الله طريقاً إلى الجنة، وكان المحبون الصادقون في ظل عرش الله يوم لا ظل إلا ظله.. فأبي حب يسبب الهموم والأحزان والقلق فهو عذاب وليس حباً عفيفاً.



ألم وأمل

كلاهما تحملان نفس الأحرف باختلاف الترتيب والمعنى.. أصفق بحرارة لتلك الشخصية التي أجدنا تقمصها.. نلبس ثوب الألم ونتفاخر به وكأنه من ثياب الجنة.. إلى متى ومشاعرنا تحتاج إلى ترميم!! نركب زوارق الأحزان ونجدف بمجاديف اليأس ونبحر حيث الظلام.



يخيل إلي

أن عالم الصداقة.. في المدرسة والجامعات.. أكبر حفلة تنكرية كل واحد منا يرتدي القناع الذي يحب ، قناع التقوى وقناع المحبة وقناع الثقافة وقناع الابتسامة والمرح ، أقنعة مزيفة رخيصة بعضها يخفي وجوهاً دميمة وقلوباً مريضة وبمجرد أن نتعاش مع بعض وتدور بنا رحي الأيام وتهب أعاصير الشتاء الباردة حتى يظهر ذلك الوجه القبيح الدميم وتتساقط الأقنعة ، وتهاوى المزيفات مهما كانت درجة إتقانها.



فكرة

- صاحب من شئت لكن لا تجامل أبداً .
- امدح من شئت لكن لا تبالغ أبداً.
- قاوم كما شئت لكن لا تستسلم أبداً.
- صم الدهر كله لكن لا تخبر أحداً.
- افرح كما شئت لكن لا تغضب أحداً.
- امزح كما شئت لكن لا تكذب أبداً.

عندما نظرت في قلوبهم

رأيت نفسي أميرة في قلعة حصينة.. وجدتي لؤلؤة ثمينة هم ملاذي في قسوة الزمن..
وظلي من هجير الشمس.. إنه قلب إخوتي .



دراسة جديدة

تشير دراسة جديدة ٢٠١١م إلى أن ٨٣٪ من الفتيات بين سن ١٥ . ٢٥ يختزلن في ذاكرتهن الكثير من الأمنيات والأحلام ويدركن أهمية التخطيط والسعي لتحقيقها، وأن ١٢٪ ليس لديهن أمنيات محددة، بينما تفضل ما نسبته تقريبا ٥٪ أن لا يشغلن أنفسهن بأحلام وأمنيات قد لا تتحقق فهي في نظرهن ضرب من الخيال الذي ليس له قيمة .



الحياة مملوءة بالتناقضات

بل أن الكون متناقض.. سماء وأرض.. شمس وقمر.. ليل ونهار.. نهر عذب وبحر مالح..
ولكن لهذا التناقض تناغم جميل كما هو حال تعلق الشاب بالفتاة.. على جل اختلافهما إلا
أنهما لا يستغنيان عن بعض ويبقى التناقض والاختلاف حلاوة العيش بينهما.. فأين التي
تفهم أن العلاقات المحرمة بينهما قمة التناقضات الطفولية ؟



أقلامنا

- أقلامنا دموع حينما يروي بها الحزين قصته المرة.. وأيامه الباكية.. ولياليه الحزينة المظلمة...
- أقلامنا.. ندى حينما تقع في يد حانية محبة.. ترسم خيوط الأمل أمام البائسين.. المحبطين.. وتمتد حبل النجاة لكل صاحب مشكله.. وتزرع في نفسه الأمل وحب الحياة.. من بعد اليأس.
- أقلامنا.. شهد حينما تخط بها المحبة الصادقة الوفية.. أذكى وأصدق العبارات.. لمن تحب في حياتها.
- أقلامنا.. مسك حينما تعطر الأسطر بآيات من كتاب وسنة رسوله الكريم.
- أقلامنا دواء.. حينما يرسم بها الناصح المحب.. خريطة الأمان.. والإيمان.. والطريق السليم.. لكل منحرف.
- أقلامنا.. دماء حينما تلطخ الأوراق.. بمأس.. وأحزان.. وجراح.. وظلم.



ما أصعب

ما أصعب أن تموت الأشياء الجميلة في عينيك البريئة.. وتغرق سفينة الأمل في شاطئ اليأس.. ويصبح الحرمان شرابك الدائم الذي اعتدت شربه حينها تكون إنساناً ميت المشاعر ومتبلد الإحساس. لا أدري لماذا لم أعد أرى للأشياء معاني كالسابق ؟!



لم أعد

- ألوان البالون المفرحة لم تعد تفرحني كالسابق ؛ لأن اللون الأسود طغى على ناظري.
- طعم القهوة المرة لا لم أعد أحس بمرارتها ؛ لأن مرارة الحياة أقوى طعمًا.
- برودة الثلجات لم أعد انتعش عندما تذوقها ؛ لأن البرد سكن عظامي وأصبح كل شيء باردًا.. أصبح كل شيء كالماء ليس له نكهة.. بل أصبح كل شي كالهواء ليس له رائحة.. لا أعلم هل عالمي تغير أم أنا من تغيرت!!



كانت أصغر الأشياء تفرحني

والآن أعظم الأشياء لم تعد تفرحني.. لكنني أعلم إنني لم أعد أتلذذ بشيء من الإحساس.. تساوى كل شي لدي.. لم يعد يهمني أي شيء.. انحرفت من كل شيء حتى من الشعور بالحزن ؛ لأنني اعتدته صار من ضمن عاداتي ولم يعد إحساسًا مريبًا والفرح لم أحسس به ؛ لأنني اعتدت أن يموت قبل أن يلد أو يموت في لحظة ميلاده.



ليس كل هذا

ليس هذا ما نريده لأنفسنا !! ليس هذا ما تتمناه قلوبنا!! ولم يكن ذلك ما حلمنا به ونحن نتعلم أبجديات الحياة !! إن هذا إلا دور اعتدنا القيام به.. المعادلة بسيطة.. لنجر تغييرًا بسيطًا في ترتيب الأحرف والمعنى في أنفسنا.. لنر كيف ستصبح حياتنا ب شيء من الأمل.



الدمعة قصّة طويلة !!

نراها تنحدر على الأوجان !! ساعة تحمل راحةٍ وأخرى تنفثُ ألماً !! وساعة تخذل كبرياء!!
نقيّة هي كدمعة فرح!! علقم هي كدمعة حزن!! وسامةٌ هي حينما تقتل عنفوان النفس!!.. لكل
دمعة لون !! ولكن ما أقساها حينما تكون حمراء بلون الدماء.. رأيتها وأحسستها وهي تنحدر في
ذلك الأخدود الذي حضرته بثقل أحزانها.



مشاعرنا هي دوماً من يقود أقلامنا

ليست هي من تقودها.. ظللناها بأن جعلناها أسيرة لآلامنا.. وعندما نشعر بلحظة سعادة
نحرمها حق المشاركة. تأملت كثيراً حال هذه الأقلام.. فجزعت من بكائها وعويلها.. فهمت منها
أنها تتوق للصمت.. ولكن هناك من يجبرها على الحديث.. وكل فتاة لا تعاند فطرتها وضعفها.



البنات كالتفاحات

لكل منهن لون، وشكل، ومذاق، وطعم، وطبع خاص.. لا توجد واحدة أجمل من الأخرى..
فلا الشقراء أجمل من السمراء.. ولا الطويلة أفضل من القصيرة ولا الرشيقة أفضل من
البدينة.. ولا صاحبة الشعر الحريري أفضل من الشعر المتموج ل؛ أن لكل منها من يفضلها
ويقدّر قيمتها ولكن الفرق بينهن في النظافة (الداخلية والظاهرية).



تذكري

أن للكون رباً لا تأخذه سنة ولا نوم.. يراك من حيث لا ترينه.. يعلم بخفايا النفوس.. يجيب دعوة المضطرة إذا دعت.. ودعوة المظلومة متى لجأت إليه.. فلا داعي للقلق.. فحقت سيصلك ولو بعد حين.



حينما تتعرض للخداع قل لنفسك

من فينا المخطئ.. من فينا الظالم ؟ فإن لم تكن ظالماً.. ولكن فقط مخدوعاً!!! فمن حقت أن تبكي قليلاً.. من جراء مرارة الخديعة.. ثم ابحث في الحياة.. ستجد المخلصين كثيرين والأوفياء كذلك.. والحب يبقى في النفوس الجميلة.. ويضيع من النفوس الرديئة فهل نحزن ؟



تتساءل

هل تنتظرين أم تبادرين بالانتقام؟ أم تكتفين بالكراهية والحققد على منابع الأذى؟ كيف تقاومين الشر وتحاربين الكراهية ؟ كيف وسلاحك الحب والنقاء والبراءة!! البقاء للأقوى أم للأصلح ؟ أم للأكثر طيبة ونقاء ؟؟ تستخلصين أنه.. لا توجد قاعدة لذلك!! ولكن قضي.. وتأملّي جيداً أن النسيان هو الحل الوحيد.



في كل الأحيان

تحسسي قلبك كل يوم ، لا تتركي عليه أي ذرات سوداء بفعل الأحقاد المدمرة ، حافظي عليه نظيفاً بريئاً. قد يعلمنا بعضهم أحياناً الكراهية وحب الانتقام فنصبح صورة طبق الأصل منهم! وحين نحاول العودة كما كنا نفشل ونكتشف موت الجمال فينا بأيدينا !!



ما أصعب!

- ما أصعب أن تبتمس ودموعك على وشك الانهيار!
- ما أصعب أن تضحك وداخلك جرح يصرخ!
- ما أصعب أن تحب شخص لا يعلم بحبك!
- ما أصعب أن تشاق لشخص وهو يخونك في غيابك!
- ما أصعب أن تحب شخص رغم كل ما فعله بك!
- ما أصعب أن تحاول نسيان من أحببت منذ الصغر!
- ما أصعب أن تندم وقد فات الأوان!
- ما أصعب أن تبني الأمل على شيء مجهول!
- ما أصعب أن تحب شخصاً ويأتي حاقد بكل سهولة ويفرق بينكم!
- ما أصعب أن ترى كل أحلامك تتحطم أمام عينك!
- ما أصعب أن تفقد شخصاً كان هو كل أحلامك!
- ما أصعب أن تتمنى الموت من شدة ما تحس به من ألم!
- ما أصعب أن يأتيك خبر موت من هو حياتك!
- ما أصعب أن يجبرك عدوك على شيء لم تكن تتصور فعله في حياتك.

محتمل جداً أن تضيع الحقيقة وسط الزحام وتجد ألف شاهد على أنك لست إنساناً ولست مجتهداً ولست مستحقاً من الحياة سوى التجاهل !! تحاول أن تقسم: أنا بريء.. أنا إنسان.. مكافح.. مثابر ولكن.. سيغلق الكثيرون عيونهم وقلوبهم وأذانهم ستعلق أقوالك في مشنقة الزيف.. ماذا تفعل إن ضاع حظك وحقك؟ وكيانك؟ واجتهادك؟



دمعة الألم

هي التي تتساقط عندما تتألم النفس ويسقم القلب بجرح سببتها لأيام أو الناس وبنزيف الألم نذرف معه دمع الألم.



دمعة الوجد

تتساقط عندما يعتل الجسم ولا نقوى على تحمل الوجد فنبكي معلنين عن أن هناك وجعاً، وأننا نريد العون والحب والشفقة.



دمعة الندم

دمعة جميلة من نفس زكية وضمير حي تتساقط عندما نستشعر حجم ذنوبنا ومعاصينا، عندما نحاسب أنفسنا ونرى أخطاءنا ونندم عليها.



دمعة الخشوع

هي التي تتساقط إجلالاً وتعظيماً للخالق عز وجل، ويا سعد العين صاحبة هذه الدمعة فهي عند الله عالية المقام محمودة معصومة ويهتز لها القلب والمشاعر والجسد ؛ إحساساً بعظمتها وقيمتها، ونعم الدمع دمع الخشوع والإيمان.



دمعة الهم

تتساقط عندما نعجز عن فهم ما يحدث لنا من مشكلات وسقطات في الحياة، تتساقط عندما تمثل الحياة عبئاً علينا، عندما تدير لنا الحياة وجهها الآخر فنذرف دمعاً نقول به : تعبنا منك أيتها الحياة .



دمعة الحنين

هذه الدمعة دمعة إحساس صادق، وهي من أصعب الدموع على النفس ، فعندما نحنُّ لمن نحب ولا نراه ويصعب لقاءه، تتساقط. عندما نفتقدك أيها الحبيب ويا أيها الصديق فعندما تضن الدنيا بلقائك نذرف دمعة شوق نطويك بها .



دمعة الفرح

دمعة مبهجة جميلة تتراقص في العين ويرقص معها القلب نذرفها من فرط سعادتنا عندما لا تتحمل قلوبنا الفرحة من عظمتها وتبقى هذه الدمعة هي الأجل، وليت كل الدمع دمع فرح.

دمعة الحزن

هي دمعة لا توصف بكلمات مهما كانت بلاغة القلم ، فهي دمعة سقم وألم ووهن وضعف بل أكبر من كل هذا ، وهذه الدمعة صاحبها مكلوم.



الغربة

ما الغربة..!؟ من المغتربة..!؟ هل عشتَ الغربة..!؟ الغربة الحقيقية عندما تجلسين وسط أهلِكَ وأصدقائِكَ وتكونين في نظرهم أنتِ الغريبة !! الغربة الحقيقية عندما تساعد هذا وتنقذ هذا وتضحى لأجل هذا وعندما تقع في أسطَح حفرة الكل منك بعيد!!



هَمِّي بين أضلاعي

عندما تبتسمين وتضحكين بأعلى صوتك وكل من حولك يظنك أسعد من في هذه الدنيا ولكن في أعماقك جروح وآلام لم يستطع حتى أقرب المقربين إليك ترجمتها!! مؤلم عندما تعيشين في زمن الكذب والخيانة وأنتِ الوفية والصادقة.. ليزداد ألمك المأ وحرقة.. عندما تترجم الطيبة غباء والحب مصلحة وأنتِ ضائعة بين تلك المصطلحات.



الإحساس البشع

أن تهبهم كل مساحات الثقة البيضاء وتمنحهم كل الأراضي الخضراء وتضع باقاتك الحمراء عند بابهم.. وتسهر لتقرأ أخبارهم فوق جبين القمر.. ثم تكتشف أنهم وضعوا اسمك

في قائمة الأغبياء بلا حدود !! فهذه حالتي مع صديقتي الغالية.. التي منحتها نفسي قبل
ثقتي.. آه كم هو إحساس بشع جداً !



الإحساس المزعج

أن تبوحي بسرك لصديقتك المقربة وتوصينها بأن تسجنه في قفص صدرها وتشرحين لها
أهمية المحافظة على الأمانة. وتنامين مطمئنة متخففة من همك وسرك.. ثم تستيقظين في
الصباح على صوت أسرارك تنطلق كالأغنية من أفواه الأخريات .



الإحساس المقرز

أن تنهش الذئاب لحمك وتفترس الكلاب قلبك وتحتسي الثعالب دمك وتتكسر عملية موتك
بين أنيابهم ومخالبتهم كلما رأيتهم.. ثم تكتشفين أنك كنت فريسة سهلة.. لحيوانات بشرية !



الإحساس المرهق

أن تختاري أرضاً طيبة وتغرسين فيها بذور النجاح وتسقينها بماء عينك.. وتسهرين عليها
بإصرار وإرادة.. وتمنحينها من وقتك وصحتك الكثير ثم لا تحصدين إلا الفشل بأنواعه !
فكوني على حذر...



الإحساس القاسي

أن تشتاقي إليهم بجنون وتحنين إلى وجودهم وأصواتهم بالجنون ذاته وتزورين أطلالهم في الخفاء.. وتتمنين أن يعود الزمان ليلة واحدة ؛ كي تتذوقي طعم الفرح في حضورهم ، لكنك تتراجعين كالمسوعة بعقارب الحنين حين تتذكر أن الزمان لن يعود.. أبداً .



الإحساس الممل

أن تقرئي لكاتب لا يكتب إلا عن نفسه.. وتنصتي لشاعر لا يشعر إلا لنفسه.. وتسمعي لمنشد لا يغرد إلا لنفسه.. وتلتقي بإنسانة لا ترى ولا تسمع ولا تحب إلا نفسها.. وما أكثرهن في صديقاتك .



كوني أنثى في كل شيء

بكل ما تحمله الكلمة، في حركاتك في كلامك وفي شكلك حتى وإن لم يكن شكلك يساعد ، حافظي على أنوثتك بالكلام الناعم والشكل الناعم والحركة الهادئة، اجعلي تصرفاتك تفيض أنوثة ونعومة فأنت بنوثة، وابتعدي عن الحركات الصبيانية والتقليعات الغريبة مثل قصات البوي التي تخالف ما فطرت عليه .



تألمتُ

- تألمتُ حينما خرجت من داري ولم أجد ما يؤويني حتى أقرب الناس أبغض قربي. حينها تعلمت أن بالفعل من غادر داره قل مقداره..!!
- تألمتُ حينما علقتُ فكري بتلك الحكمة التي تقولُ : إن القناعة كنزٌ لا يفنى.. ففنعت بالروتينية القاتلة ، حينها تعلمتُ أن القناعة كنزٌ لا ينفع.
- تألمتُ حينما ضحكت عندما ضحك البشر وبكيتُ حينما بكى البشر ولما التفتُ لزوايا عالمي لم أجد من يبكي من أجلي حينها تعلمتُ أن أفرح مع الناس وأن أحزن وحدي.
- تألمتُ حينما قدر لي أن أتبع كلام الأكبر مني سنًا رغم مساره المخطئ ووجدت أن ما أمضي عليه هو الخطأ ، فتعلمت أن لا أصدّق تلك المقولة التي تقول: أكبر منك بيوم أعلمُ منك بسنة.



الاعتذار

أحياناً نخطأ ولا نرى أننا قد أخطأنا.. وأحياناً أخرى قد نبتدئ في طريق الخطأ وأحياناً أخرى نشك أننا أخطأنا.. فالاعتذار هو ثاني لمساتنا السحرية.. لكل القلوب.. فما أجمل ذاك الذي يعتذر عن تقصيره.. وذاك الذي يعتذر عن خطئه.. وذاك الذي يعتذر لأنه ل ربما جرح قلباً.. أو أبكى عيناً.. فالاعتذار له صورته فقد يكون برسالة أو باعتراف تملؤه الدموع أو بكلمة واحدة أنا آسف.



الأصدقاء الأوفياء

لا يخذلونك أبداً عند الحاجة إليهم.. فهم أول من يدثر حاجتك ويسترها.. وهم أول من تلمحهم عينك عند انكسارك.. وأول من ينتشلونك عند غرقك بأحزانك.. يمنحونك أنفاسهم عند الاختناق.. يحولون أيامهم إلى طوق نجاة يلقونه إليك.



أصحاب القلوب البيضاء

حين يحبون يحبون بعنف ، وحين يخلصون يخلصون بعنف ، وحين يصدمون يصدمون بعنف ، وحين ينكسرون ينكسرون بعنف ، وحين يبذلون يبذلون بعنف ، وحين يبكون يبكون بعنف.



أنواع الدموع

- الدموع السعيدة : هي دموع النجاح والفرح.
- الدموع القاسية : هي دموع المظلومين ودموع الأثم ودموع الفجيعة.
- الدموع المعبرة : هي دموع الذكريات ودموع الشوق.
- الدموع المخادعة : هي دموع التماسيح.
- الدموع القتالة : هي دموع الأسى والحرمان.
- الدموع الرقيقة : هي دموع المرأة.
- الدموع العزيزة : هي دموع الرجل.
- الدموع الجافة : هي دموع النفاق والكذب.

ما أسهل

أن تذرِف عيونك الدموع ! ما أسهل أن تجرح أعلى إنسان ! ما أسهل أن تجرب الحب ! ولكن من الصعب أن تعيد تلك الدموع لعينيك.. مهما كان الدمع بألمه وعظمة إحساسه سيبقى البكاء هو علامة صحة النفس وسوائها وبه تطهر النفس وتحيا القلوب.



الدعاء

أظهر لمسة وأنقاها.. عندما ترفع الكفوف إلى السماء.. وتطلب من الله عز وجل لأخيك أو من تحبه.. أو من يجد ضائقة في حياته بالفرج.. تدعو له بظهر الغيب فتتلج صدره بذلك الدعاء.. فيكون كالبلسم للجروح الغائرة. الدعاء لا يكون فقط للصديقات المعجب بهن أو المعلمات وآسف لصراحتي.



قلب الأخ والأخت

جميل أن يكون لديك أخ أو أخت يملكان ذلك القلب الحنون.. قلب ينسيك أحزانك بمجرد الجلوس معه.. قلب لا يرضى على زعلك أبداً.. قلب تعلقت به أو بها منذ صغري.. وعشت معه أو معها فترة ليست بقصيرة.. ولكن هذا القلب اضطر إلى الإقلاع.. وبقي قلبي وحيداً في مطاره.



هل تنامين وأنت حزينة؟

عندما تنامين وأنت تتوسدين الحزن وتستنشقيه كالهواء يحوطك ويأسرك ويسجنك تتحطم أحلامك الواحد تلو الآخر ، وتموت الأمانى وتحضر كالكهل المثقل بالأمراض المستعصية الذي يتمنى الموت على انتظار الشفاء.. بنيتي ، قومي لمصلاك وانثري همومك وأحزانك بين يدي خالقك جل وعلا.. تنامين بعدها وأنت أكثر أمناً وراحة.



ما العيب؟

- ما العيب في أن تتكى على ذراع أقوى من ذراعك إن شعرت بالضعف والوهن؟
- ما العيب في أن تشكو إن شعرت بأن كثرة الصمت تقتلك وسبب في استمرارية حزنك في لحظات الألم والحزن المطلق دائماً نستبعد أن هناك من يستطيع مساعدتنا ونتصور أن همنا هو شيء فوق مستوى استيعاب البشر.



ما هذا التشاؤم؟

لا تبالغ في الاعتماد على نفسك.. فكلنا بشر قابلون للكسر في لحظات الحياة القاسية فالفولاذ ليس معدننا.. نحن في النهاية كتلة من المشاعر والعقل.. وفي حضرة المشاعر يغيب العقل.. لكن يضبط ذلك كله الخوف من الله.



ما أقسى الوحدة !

لا تجعلها رفيقتك فهي كالسم يسري بهدوء.. ولا يتركك إلا للأوجاع تفتتك بك بهدوء..
وكأنك مسلوب الإرادة.. فعندما استسلمت لها. أعلم كم هو صعب أن تفكر بعقلك عندما تحزن..
ولكن تذكر من يحبونك وحاول ألا تنظر إلى كل البشر على أنهم أعداؤك.. فالعالم مازال مليئاً
بالقلوب الجميلة المستعدة لنشر الحب والسلام على كل من يلجأ إليها.



البكاء

هو الوسيلة للهروب من الأحزان والواقع المرير... لذا تعلمت عندما أبكي أبحث عن زاوية
لا يراني فيها أحد ، وأبكي وأخرج عبرتي ثم أمسح دمعتي وأبتسم.



بعض الأحاسيس

اقتلها قبل أن تقتلك في مشوار الحياة ، يقف بنا قطار العمر في محطات كثيرة فنلتقي
بأناس مختلفين نصافح وجوههم نصافح أناملهم نصافح قلوبهم ومعهم نتذوق طعم البدايات
، بداية الفرح بداية الحلم بداية الحب بداية الغيرة بداية أشياء كثيرة أشياء ، بطعم السكر
وأشياء بمرارة المر.



للصداقة معاني كثيرة

يمكن التعبير عنها بالصور والكلمات والمعاني ولكن معناها لا يكتمل إلا بالإحساس وبالشعور به ، فلا يمكن للمرء أن يقرأ حروفاً وكلمات وجمالاً ونصوصاً دون أن يفهمها ، ولا يمكن للقلب أن يفهم حروفاً وكلمات وجمالاً ونصوصاً دون أن يعيشها لحظة بلحظة.. أسئلة كثيرة تبقى مطروحة حول الصداقة جوابها عندك فأجيبني نفسك بنفسك.



قلب أمي و أبي

مهما بلغت في وصفهما فقلمي يعجز عن التعبير عنهما.. ولو جمعت قواميس العالم جميعاً لأكتب عن حبي لهما لما أسعفتني.. ليس بيدي غير قول : اللهم لا تحرمني منهما.. واحفظهما.. وارزقني رضاها وبرهما يا رب.. ومن كان منهما ميتاً.. فاجمعني به في جنات الخلود.



الناس كالنوافذ ذات الزجاج الملون

تتألق وتشتع في النهار وعندما يحل الظلام يظهر جمالها الحقيقي ، يظهر فقط إذا كان هناك ضوء من الداخل بالفعل ، أرجو أن يعرف الإنسان حقيقة معدنه ويحاول إصلاحه قبل دخول قبره فيحاسب ، فقد يكون يحمل الجواهر الثمينة وهو لا يعرف ، وقد يحمل أرخص المعادن وهو لا يعرف ألماس..ذهب..فضة.. لؤلؤ.. زمرد.. مرجان.. ابحت عن نفسك وزنها قبل أن تفقد من تحب.



جميلة هذه الحياة

مسرحٌ كبير.. ويقف على خشبته الكثير.. وهم لأنفسهم الجمهور الغفير.. شيءٌ مثير!!!
 ،، جميلة هذه الحياة سؤال وجواب.. حسابٌ وعقاب.. يدخلونها من باب.. ويخرجون من ألف باب. جميلة هذه الحياة تضربُ على الرأس بالقلم.. وبلا كُتبٍ منها تتعلم.. أستاذها شيخٌ هرم..
 وطالبها طفلٌ بالأمس قد فطم.



قَمَمٌ مختلفة

- قَمَمَةُ الْجُنُونِ : أَنْ نُرَوِّضَ جُنُونََ الْجُنُونِ بِجُنُونٍ.
- قَمَمَةُ الْغَبَاءِ : التَّمَادِي فِي الْعَطَاءِ.
- قَمَمَةُ الْبِجَاحَةِ : أَنْ يَكُونَ شَعَارِنَا السَّمَاةَ.
- قَمَمَةُ السَّنَاجَةِ : عِنْدَمَا نَبْتَلِعُ طُعُونَهُمْ بِشَغَفٍ كَالدَّجَاجَةِ..!
- قَمَمَةُ الشَّجَاعَةِ : أَنْ.. تَتَجَاهَلَ.. مَا لَا.. تُحِبُّ.. سَمَاعَهُ..!
- قَمَمَةُ الشَّهَامَةِ : أَنْ.. يَكُونُ.. الْخَوْفُ.. فِي.. وَجْهِكَ.. عِلَامَةً.
- قَمَمَةُ الذِّكَاةِ : حِينَ.. تَهْزَمُ.. أَنْ.. تُمَثِّلُ.. الْبِكَاةِ..!
- قَمَمَةُ التَّعَاوُنِ وَالتَّفَانِي : أَنْ.. تَهْزِرَ أَسْكَ بِ.. نَعَمٍ.. وَقَلْبِكَ.. يَصْرُخُ.. بِ.. لَا..!



أنا

أنا ذكرى أصبحت طي النسيان.. أنا دفتر بلا عنوان.. أنا شجرة بلا أوراق.. أنا كتاب صفحاته من رماد.. أنا ربيع بلا ألوان.. أنا روح بلا جسد.. أنا حبر بلا ورق.. أنا كتابة على جدار النسيان.. أنا اسم تناثرت حروفه في الظلال.. أنا فارس بلا جواد.. أنا أمنية يستحيل تحقيقها.. أنا عنقود ليس له بداية ولا نهاية.. أنا وأنا وأنا.



سؤال

فتاة سألت صديقاتها الأربع ما أصعب شيء بالحياة من وجهة نظرك ؟

- الأولى : الموت هو أصعب شي في الحياة.
- الثانية : أن تبعدك الدنيا عن تحبين.
- الثالثة : أن لا تكوني مستعدة للآخرة.
- الرابعة : أن تعيشي وحيدة.
- ثم قالوا لها وأنت ما أصعب شيء بالنسبة لك ؟؟ فدمعت عيناها وقالت : أن أترك الصلاة أو لا أصليها في وقتها بدون عذر.



ما الذي يمنعك من الابتسامة ؟

ماذا ينقصك ؟ لماذا دائماً لا نتقبل حياتنا ؟ فسحر الابتسامة سرورها في جذبها للشخص المقابل ، مهما تمتلكك الهموم والتعب ومشقة الحياة.. فعليك أن تبتمس فهي تجديد للمامح وجهك.. فما أجمل أن نعيش حياتنا بالابتسامة ! سنعيش حياتنا بالأمل والتفاؤل والابتسامة بدلاً أن نعيشها بالحزن والعبوس والدموع.

الأمل

وردة تذبل حينما يقف اليأس أمامنا حاجزاً ليمنعنا من المواصلة فنستسلم له ونقف وقلوبنا مهمومة وحزينة على دروب الحياة وتتفتح من جديد حينما نجعلها تتفتح في أعماقنا ليفوح شذاها داخل أرواحنا فيعيد لها الأمل من جديد وتنمو وتكبر كلما زاد إيماننا وإصرارنا على المواصلة رغم كل الصعوبات.



لنجعل الأمل يسكن فينا

- ابترسمي لان لك رباً عظيماً.. لن يخيبك إذا سألته السعادة والهناء..
- ابترسمي لحاضرِك ولستقبلِك ولماضيكِ.
- ابترسمي.. حتى و لو كان قلبك ينعصر من الألم.. بل لو كنت في أشد حالات الألم والقهر..
- ابترسمي وودعي الأحزان والآلام... وعيشي حياتك بأمل ليس له حدود.
- ابترسمي يا حبيبة ف هناك أناس يحبونك ويريدون ابتسامتك..



هل وجدت في حياتك من يفهمك؟

هل يوجد في الحياة من يشعر بأحاسيسك ؟ يفهمك في كل أحوالك ! يحس بكل ما تحس فيه ، يفهمك ويتفهم كلماتك وأسلوبك على حقيقتها وصدقها دون أن يفهمها ويأخذها بالظن السيئ.. يترجم أحاسيسك ومشاعرك إلى كلمات ليعرف ما بك وماذا تريد ، يقدر ظروفك عندما تمرين بمنحنيات صعبة في الحياة وتشعر بأنك في حالة غير مستقرة فيقف جنبك بإحساسه الصادق ومشاعره النبيلة؟!!!

الزوجة الواثقة من نفسها

لا تسأل زوجها باستمرار إن كان يحبها أم لا، بل تتصرف وكأنها امرأة يصعب أن لا يحبها رجل، وأنها مثيرة وذكية، وحبوبة، وتثق في أنها تثير الحب، وأن زوجها معجب بها حتى وإن كانت متأكدة من أنه لا يحبها.



قلبي

سفينة صغيرة غارقة في فيضان الحزن.. قطعه تتعلق بطحالب الأمل ولكن سرعان ما تزول هذه الطحالب.. سرعان ما تتخلى عن قلبي الضعيف.. تتركه يسير طريقه بكل معاناة.. بل بكل حرمان.. وسط بحر لا يعرف ربان سفنه وبواخره وحتى الغواصات الرحمة أو يقظة الضمير، لا يعرفون سوى القهر والقانون الشرير.. أن البقاء للأقوى فقط أه.. يا ليتني لم أعرف الحساسية ومتاعبها التي لا تنتهي.



القلب الحب

قلب قرر أن يقاوم ضربات الزمان.. أن لا يقهر أمام الإذلال لمن يخدعونه بأروع كلمات لن يشرب كأس أجمل العبارات.. لأنه لن يساري أكذب المجاملات.. قلب تخلى عن قانون الموت وسبح لبر الأمان ليديرك الحنان النقي الصافي.. فهل تكون هذه نجاة أم أنها تكون وصمة عار عليه، فهذا هو قدره لا محال.. وكفى تلاعباً بالمشاعر والعواطف.



هذه الدنيا

تعطينا دروساً وحكماً..وتزيد على أعمارنا عمراً.. وتهبنا خبرة لم يعيشها بعضنا.. ربما تنكسر قلوبنا.. ربما يجعلنا أحياناً نظير في السماء.. ربما تلازمنا السعادة ويبتعد عنا الشقاء.. ولكن.. لا تأمن لها.. فهي عُدارة..



هي الأجازة

تريحنا تنسينا متاعبنا تبعدنا عن أحبابنا ثم تعذبنا فنذهب إليهم ونعتذر ، نصبح كماء البحر فترة في حالة جزر وأخرى في مد ، نأتي إليهم حينما نحتاجهم ونذهب حينما نتوقف حاجتنا ولكنهم بانتظارنا هناك حيث كانوا..! نفس الحب يسكنهم لا يتزحزح من مكانه فهو حب أبدي.



الطفولة

تجعلك تسهو وتلهو سعيداً بمن حولك ، لا هم لك سواهم ولا هم لهم سواك ، ثم تجبرك على الابتعاد عنهم فتتغير كلياً ، تصبح شخصاً آخر وترفض غيرهم فهو أعلى عليك من الروح إلى الروح.



الصراحة

لا يختلف اثنان أن الصراحة صفة أساسية من صفات الجاذبية فهي واجبة في التفكير مع النفس، وفي التفاوض مع غيرك.. عكس الفتاة ذات الوجهين، أو المحبة لذاتها والمشاكسة لغيرها. فهل ستكون برأيك.. جذابة؟ أم أنها تحرق نفسها بنفسها؟!؟



قلوب مضطربة

أول شعور يلف قلوبنا حينما نقررّ المواجهة يكون مؤلماً، نشعر باختناق ثمّ يتحوّل لغضب، ولو منعناه قد يتفجّر بشكل عبرات غير مبرّرة، وقد نعود ثانيةً لدوامة الكبت والتعليب، وعقولنا تستفزنا بلسان حالها الذي يقرر لنا: أن المشاعر هي السبب، فلماذا نعطيها مساحة أكبر من حجمها؟! الأمر ببساطة يكفي معه أن نفكر بعقولنا...



في أيام الحزن تبكين وتتألمين

وربما جلست وحيدة مقهورة.. وخاصة من تصرفات الصديقات.. مع أن الحزن يعلمك من هي صديقتك الوفية المستعدة دائماً لم يد العون لك وأنت في أعماق اليأس ولا تمل من تكرارك الشكوى.. فالحزن يعلم الكثير ولكن بقدر ما يفيدك يهدمك.. فهو سلاح ذو حدين وأنت تستطيعين أن تجعل منه سيفاً يقويك أو خنجرًا يقتلك.



علاج الإعجاب

لا يوجد في قلبي شيء يخصك سوى بلورة زجاجية مفرقة من الداخل.. إنها بالفعل جذابة و لكن العواصف التي تهب حولها.. وإن كنت تريدني مشاعرك.. صداقتك.. لحظاتك السعيدة معي.. فخذوها.. واجمعي أشلاءها المتناثرة حول ذلك الزجاج المهشم.. واحتملي الجراح.. وضمدي جراحك بنفسك.. فلم أعد أستطيع تضميدها لك.



براءة الطفولة

كنت أصرخ لما تأخذها؟ ولم يكن يجيب وأصرخ ثانية لما تأخذها دعها إنها ملكي ، ثم أبكي بشدة ولكن لم يعرني أدنى اهتمام..!! بكيت وبكيت ولاحتته وأنا أردد بصوت عال إنها ملكي اتركها يا حرامي ! ظننته حرامي ربما هو كذلك !. لم يساعدني أحد غير والداي و صديقتي الوحيدة على أن آخذ حقي منه، وأعيد ما سرقه مني. ولكن فات الأوان وانتهى كل شيء . إن انقطعت علاقاتك مع إحدى صديقاتك يوماً بسبب ظروف (لا قدر الله) فلا بد أن تمنحها حباً كبيراً وقلباً ينبض لهذا الكيان الشامخ الصداقة في رحلتك الجديدة ؛ لأنه لن تخلد سوى الذكرى الرائعة فقط لمن يستحقها وهي من أهل هذا الاستحقاق.. ومهما باعدتكم الأيام والأقدار لن تنسك هذه الصديقة أبداً فهي حتماً تستحق الحب وتستحق الذكرى الحلوة منك وعليك.. وستعودين له.



أمي

كم ارتشفت من بحر نصائحها ! وكم جريت في رحاب عطائها..! تعلمت منها الكثير وما زلت أتعلم الأكثر.. معها عشت أغلى أيامي، وبها عزفت أعذب ألحاني، ولها نظمت أجمل القوافي وكيف لا تكون كذلك وهي نتاج قلب أم رؤوم، فلا تنسي بنيتي قلباً ما زال يكن لك الود والاحترام مهما فرقت بيننا الأيام.



الحب يقرأ ويسمع

يخاطبنا ونخاطبه ويسعدنا ونسعدده عطراً وهمساً وروحاً.. نشعر بسعادته إذا صدقناه في أقوالنا وأفعالنا.. بالحب تصبح الحياة جميلة لكي نحقق أهدافاً قد رسمناها.. أما الحب الذي يهمننا ويقلقنا ويحزننا فهذا ليس حباً بل عبث ووهم .



حافظي على قلبك الرقيق

ولا تجرحيه بالحب فالحب أجمل بكثير مما تتوقعين.. الحب إحساس لا نستطيع أن نحيا بغيره ولكن هو لرجل واحد اختاره الله لك زوجاً لتحييه وتسعديه فلا حب سوى هذا الحب ، فلا تضعي برأسك لأفكار خاطئة عن الحب ولا تكثري من قراءة قصص أو روايات الحب ، فهذا يسهم في انخلاع الحياء منك ويحرضك على خوض التجربة المريرة.



من أقسى الأمور

أن تعري في إلا عيب الشباب وطرق الخداع لديهم ولا تتخيلي للحظة واحدة أنك أقوى منهم أو قادرة على أن تقلبي الأمور عليهم.. فلا تشوهي صورة الحب بمعاكسات وكلمات خرافية يتصيد الشباب قلوب الضعاف منكن.. كم من فتاة أمضت سنوات من الحب الوهمي مع شاب ليس عندها ١٪ أنه صادق حتى في معلوماته التي يقولها أو قصصه التي يرويها للفتاة المسكينة.



تقول عن زميلاتها

أتصل بهن ولا يتصلن بي وأسأل عنهن ولا يسألن عني! تواصلك نهر من الأخلاق جار فلا تحبسيه، والتمسي العذر ويسليك أن الأجر لك بحسن نيتك. كان صلى الله عليه وسلم يتفقد أصحابه وقال لمن سأله عن أفضل الأعمال : صل من قطعك، وأعط من حرملك



الفراق

- كلمة صعبة على الجميع تبقى بالقلب آهات وزفرات وبالعين دموع وعبرات وبالصدر للحزن خلجات وبالروح من البعد طعنات ، فتختنق الكلمات وتنهمر الدموع وتستنفض المشاعر و يتقيد الشوق.

- عدو المشاعر الأزلي الذي لا بد منه يلازمنا وإن أحببنا أشخاصا وعاشرناهم أياما شهورا سنوات ، فلا بد من الفراق هنا على شواطئ الدنيا الفانية...!!التقينا بأرواح ألفناها أحببناها لكن...؟؟ على ذلك الشاطئ فارقناه...!!الفراق أمر اعتدناه فكلما أحببنا أحدا فارقناه، وكلما اقتربنا من أحد ابتعدنا عنه ، فالفراق صعب لكن أيا كان الأمر فلا بد من الفراق.

أحص نعم الله عليك

بدلاً من أن تحصي همومك ومتاعبك اسأل نفسك دوماً : هل تستبدل مليون ريال بما تملك ؟ أتبيع عينيك مقابل بليون دولار ؟ وكم من الثمن ترى يكفيك مقابل يديك أو ساقيك أو جمالك أو بشرتك ؟ احسب ثروتك بنداً بنداً، ثم اجمع هذه البنود وسوف ترى أنها لا تقدر بثمن.. تريدون الصراحة : ما أقل ما نفكر فيما لدينا ! وما أكثر ما نفكر فيما ينقصنا !



كي تكون سعيداً

لا تهتم بتوافه الأمور ولا تجعل صغائر المشاكل تهدم سعادتك، ولا تسمح لنفسك بالثورة من أجل أشياء تافهة، ولا تعط الأمور أكثر مما تستحق، قدر قيمة الشيء، وأعط كل شيء حقه من الاهتمام.



الحب

هو الشعور بعلاقة شخصية دافئة، أو مشاعر من أعماق القلب، كما هو الحال بالنسبة لأحد الوالدين أو لأحد الأبناء أو لصديقة. ما الحب ؟ هو موضوع سطحي ، فأنا أشعر أنه لا يمكن أن يكون هناك تعريف حقيقي للحب، ولكن كل منا يحاول دوماً أن يعطيه تعريفه الخاص الذي يشعر به. ومن غير المعقول أن تحاكم شخصاً بسبب حبه لشخص آخر، لأن الأمر ليس بيده، فهو يعتمد على وجود أحاسيس صادقة ومشاعر في قلبك تجاه شخص ما.



العلاقة مع الآخرين

يهتم الإنسان بشكل كبير بعلاقته بالآخرين حوله، فهو جزء من عالمهم وهم عالمه، يريد أن تمنحه علاقته بهم كل شيء يحتاجه، لذا فأى شيء سلبي يمس علاقته بالآخرين يؤذنه نفسياً واجتماعياً ومن الظواهر التي تحيط بنا في هذا المجتمع الواسع انصياع شخص لآخر وهذا الانصياع يعني التحكم بهذا العلاقة الاجتماعية بحسب مزاجية شخص لا علاقة لنا به، الذي قد يكون في بعض الأحيان جحيماً لا يطاق.



هل أنت خجولة؟..

هل يحول الخجل بينك وبين تحقيق ما تريد؟ أيقظك ذلك ولا تعرفين سبباً له؟.. غالباً ما يمنع الخجل الشخص من الحصول على ما يريده، ويحول بينه وبين إظهار جميع إمكانياته، وهو مشكلة قد تلازم الشخص طيلة حياته إن لم يحاول التخلص منها وطبعاً هنا نحن لا نتكلم عن الحياء، فالحياء خلق المؤمن وله منزلة كبيرة وإنما نعني هنا الخجل الذي يعيق صاحبه عن التواصل مع الآخرين.



الخجل

لا يمكن تصور حجم المعاناة التي يشعر بها الأهل عندما يكون أحد أولادهم خجولاً، وقد يحتاجون لمساعدة ابنتهم، فإن كنت لا تعانين من الخجل، ولديك أخت تواجه هذه المشكلة فأنت أكثر الناس قدرة على مساعدتها في تجاوزها.. لأنك الأقرب لها سناً، وأنت مثلاً الأعلى، وبمثابة صديقة لها لا تخفي عنك شيئاً، وبالتالي فإن مسؤوليتك كبيرة في تقديم الحل لها.

سنوات مراهقتي

ما زلت أنظر إلى سنوات مراهقتي نظرة حب ووداد وما زلت أرى فيها المرحلة الذهبية الأولى من حياتي ، لقد كانت بحق سنواتي الممتعة الجميلة، والتي كنت أمتلك فيها أعلى طاقة بدنية، وأجمل صفاء ذهني وأطول وقت فراغ ، وفي هذه السن بدأت التخطيط لسنوات العمر القادمة، وفيها عرفت أيضاً أن حلمي الكبير هو القلم والمحبرة والريشة معاً، وفيها بدأت البناء.



الشخصية المغناطيسية أو الكاريزماتية

هي من الصفات الإيجابية التي إن تحليت بها وأدرجتها في مناهج حياتك فستكونين من زمرة الناجحين والمحبوبين ، فعاملي الآخرين كما تحبين أن يعاملوك وأشعري كل من تقابلينه بأنه مهم بغض النظر عن انطباعك عنه. بهذه الطريقة سوف تحوزين على إعجاب الجميع إضافة لابتعادك عن الجدل والنقاشات الحادة ولو كان الحق معك.

أنت جميلة فأحبي مظهرك : لست جميلة.. ابنة خالتي أجمل مني.. أريد أن أكون بيضاء.. لست بطويلة.. عبارات كثيرة ترددها الفتيات حين يبدأن بالمقارنة بينهن وبين صديقاتهن أو قريباتهن، ونقول لهؤلاء الفتيات : أحبن مظهركن كيفما كان فهو إبداع الخالق عز وجل ، ومن نعمه العظيمة أن جعل في كل فتاة جمالاً خاصاً بها يميزها بل وهناك من يرغب بهذا الجمال تحديداً دون سواه.



متى أعتذر؟

هل فكرت أن تعتذر يوماً أم أخذك الكبرياء وحب الذات ومنعك هذا كله من أن تعتذر لأعلى الناس عن خطأ فعلته تجاههم انتبهت له أم لم تنتبه وأخذتك الأيام والليالي ومررت ومعها قطار الزمان ووجدت نفسك بدأت تفقد عزيزاً وغالياً. لماذا ؟ لأنك لم تستطع أن تتفوق على نفسك وترفع سماعة الهاتف أو ترسل رسالة جوال لشخص أخطأت في حقه لكن تلاعب الشيطان به وقال : انتبه الاعتذار ضعف.



أنوثة الفتاة

تضيع أنوثة الفتاة إن علا صوتها.. أو أصبح خشناً فظاً أو أدمنت العبوس والانفعال أو تعاملت بعضلات مفتولة أو نطقت لفظاً قبيحاً أو فاحشاً أو تخلت عن الرحمة تجاه كائن ضعيف أو أدمنت الكراهية وفضلتها على الحب أو غلبت الانتقام على التسامح أو جهلت متى تتكلم .



لماذا لا تفهمك أمك؟

يمكن أن تكون أمك في الحياة رفيقة تثقين فيها ، أو شوكة تنغص عليك حياتك ، أو قاضياً جائراً ، أو رئيساً في العمل لا تنتهي مطالبه ، أو مستشارة لك ذات ذوق رفيع في الموضة ، أو صديقة حكيمة ، أو عدواً هدفه أحياناً التأكد من أنك لن تبترسمي بعد اليوم. وربما لهذا السبب لا تتصرفين بشكل صحيح... فأنت ساحرة ، و صامتة ، ودائمة الشكوى .



قلق وبلاء

إلى كل من أصابها هم وقلق وبلاء أو مشكلة أسرية أو اجتماعية.. أو معاناة عاطفية.. عليك بالصلاة فإن لم يكن وقت صلاة فريضة.. فتوضئي وصلي ركعتين سنة الوضوء.. واسجدي لله بكل خضوع.. ستشعرين بعدها بجلاء الهم بإذن الله.. فالصلاة راحة وطمأنينة : (يأيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة).



ليس عيباً

- ليس عيباً إن لم تمتلك رقة الحديث وعذوبة اللسان وإقناع الآخرين بما نريد ، ولكن العيب كل العيب أن يكون الكذب والخداع والنفاق هي طباعك.
- ليس عيباً إن لم تحققي كل أهدافك المنشودة ، ولكن العيب كل العيب أن لا تحاولي وتستسلمي ولا تستفيدي من التجارب السابقة.
- ليس عيباً أن تزل قدمك فتسقطين من القمة إلى الحضيض ، ولكن العيب كل العيب أن تدهشك السقطة فتظلمين حيث أنت دون أن تحاولي الصعود.
- ليس عيباً أن تكوني فقيرة وأسرتك محتاجة وحينها أغلق الفجر كل الأبواب في وجهك ، ولكن العيب كل العيب أن تكوني صغيرة في نفسك حقيرة لا حساب للعزة والكرامة في نفسك.



الألم

- الألم الكبير يجعلنا كباراً.
- الألم الصامت مميت جداً.
- ألم النفس أشد من ألم الجسد.

الحزن

- يأكل الصداً الحديد ، وتأكل الأحزان الفؤاد.
- لا يوجد حزن مهما عظم لا يخففه الزمن.
- القلب المملوء حزناً يصعب حمله ، تماماً كالكأس الطافحة.
- من لم يكن له نظر بعيد ، فلا بد أن يكون له حزن قريب.
- الأحزان كالكنز الثمين ، لا تظهره إلا للأصدقاء.
- أشد الأحزان هو أن تذكر أيام السرور والهناء عندما تكون في أشد حالات التعاسة والشقاء.



المحبة

- الحب يرينا من فتنة الحياة ما لا يرينا غيره ، فالحب قبل الزواج رواية ، وبعد الزواج تاريخ.
- الحب هو أن نضع سعادتنا في سعادة شخص آخر فإذا كان نقياً من كل شائبة ، أمكن له أن يصنع المستحيل
- الحب الحقيقي لا يطفئه حرمان ولا يقتله فراق ولا تقضي عليه أي محاولة للهرب منه ، لأن الطرف الآخر شاخصاً في الوجدان فاللقياس الحقيقي للحب هو الاستمرار.



خواطر فتاة

- التفاؤل نوع من أنواع السعادة يمنحك هدوء الأعصاب في أرح الأوقات.
- القلب النظيف لا يتسع إلا لحبيب واحد يكون بعد الزواج.
- لا تنتظر ابتسامة الآخرين لتكون لطيفاً معهم.
- لا تكن أصعب ما في الحياة وأسهل ما فيها بل كن الحياة بكل معانيها.



مرايا النفوس

نطالعُ مرايا النفوس عبر الصفحات مرايا الحقيقة، بما تحمله من مشاعر مهمشة، وأفكار دفيئة وأول ما يطالعنا فيها هو الحزن.. تنطقه الكلمات، عبر بوح وجداني رقيق شفيف! ذلك الحزن الذي ينسج خيوطه بمهارة حولهن فيقتل شفافية البسمة، ويحرمانا رؤية الضحكة الصافية، ومصافحة السعادة المنتظرة ويعزل الفتاة في إطار من الوحدة، ويغمر قلبها بالألم والوحشة.



بيد الفتاة

بيد الفتاة أن تمسح الآلام، وبعاطفتها تبدد الأوهام وبجلسة بوح وصراحة تكتشف المشكلات، وبوعيتها تحلها ليحل الفرح بديلاً. وكم نسمع عن الهوة السحيقة التي تفصل الأمهات عن مشكلات الفتيات، فكثيراً ما تلتزم الفتاة الصمت حين تفقد الحزن الدافئ الذي يحتويها، ولا تجد لها ملاذاً سوى القلم والورقة .



الفتاة

تجد الفتاة أن بياض الورقة أنقى من كل قلب ، وسكون القلم وحركاته بمثابة همسات ترفع العباء.. وكالبلمس السحري تخفي الآلام والأوجاع.. لكنها لا تلبث فتكتشف أن كل ذلك ما هو إلا مسكن فقط والمشكلة ما تزال قائمة دون حلول.



أحلام اليقظة

هذا الشيء الجميل الذي يحيل العالم جنة خضراء لكن اتخاذها أحلام وسيلة للهروب من الواقع ومشكلاته حتى تصبح عادة الفتاة ، فهذا شيء خطير ومؤلم، وتجعل الفتاة غير قادرة على مواجهة الحياة والتعامل مع مشكلات الحياة اليومية ، فتصاب بالإحباط وال فشل. ومن أسباب هذه الظاهرة الفراغ فليس هناك ما يشغل الفتاة فتبدأ بالسرحان مع الأفكار والعيش مع الأحلام فترة طويلة.



أجمل ما في الحياة

- أن تعلي جداراً.. وتبنى إنساناً.. و تزرع قيماً.. وتحصد فعلاً طيباً عطراً.
- أن تفعل و تعطى و تشارك و تعبر وتقول وتتقدم وتتغير.
- ألا تهابها.. وألا تعتزلها.. وألا تجعلها تنتصر عليك.. بل أن تنتصر عليها.
- أن تحدد نفسك فيها وأشخاصك.. و أوراقك وأفكارك.
- أن تدب الحياة في أوصالك وأطرافك و دقات قلبك وشرابينك ومسامك.
- أجمل ما في الحياة هو أن ترغب في الحياة ولا تستهين بها.

- وأن تحترمها لا أن تهينها.. وأن تستفيد بها لا أن تهدرها.
- أن تسأل نفسك عن سرها و سرِك.. عن سبب وجودها ووجودك.. وعن معناها وجدواها ورؤياها.
- أن تؤمن بالله.. و تؤمن بالحياة.. و تؤمن بنفسك.. و من حولك.. و بذاتك و قدراتك.
- أجمل ما في الحياة أن تفكر فيها وتتأملها وتتعرف ما لها وما عليها.
- أجمل ما في الحياة أن تدرك فيها أحلامك و تستحضر حاضرك و تستقدم مستقبلك.
- أجمل ما في الحياة أن يكون لك أهل وشريك وحبیب وبيت ومكان ودفء وحنان.



كوني غامضة تزاداي قوة وجاذبية

السكوت من ذهب مقولة تكررهما كثيرات ، لكن لو أدركت الفتاة قيمتها ومعناها لتسلحت بها في كل تصرفاتها وتعاملاتها مع الآخرين ، وأحرزت نجاحاً ووطدت واحتراماً بينها وبين الطرف الآخر ، ففي أحدث دراسة اجتماعيه تؤكد أن الفتاة ما بعد سن ١٨ صارت تعتمد مبدأ الصمت ؛ لكي تكون أكثر قوه وجاذبية.



الحب في زمن اللاعب

الحب في هذا الزمان لعبة أو حاء من دون ضمة يضربها اللاعب برجله ، كالكرة قد تدخل إلى المكان المحدد (القلب) لكن يكتشف أنه هدف تسلل بعد أن يتدمر كل شيء بعد فترة من الآهات والأحزان!!!



الحياة

أردت أن أتعلم من الحياة وأعيشها على راحتني ، ولكن الحياة أجبرتني أن أعيش مرها أكثر من حلوها ، ولكن كنت أقوى من الحياة ، فقد عشت أيامها كما كتبها الله لي بكل حال حلوها ومرها وأنا في أسعد حال للعيش بها. فيا رب أحمدك لأنني أعيش مرها قبل حلوها ، فيجب لكي تحلو لك الحياة أن ترضي بما كتب الله لك وترضي فيعطيك الله ما تتمناه .



فتاة متفهمة

إن كنت فتاة تحب تكوين الصداقات مع بنات جنسها من الفتيات فهذا يدل على انك فتاة متفهمة.. وتهتمين بالآخرين.. ولديك قدرة على تبادل العلاقات مع غيرك بنجاح.. مما يجعل صديقاتك يعتمدن عليك في كل الظروف.. لأنهن يعرفن أنك متفهمة تماماً.. لأنك دائماً بجانبهن عندما يحتجن إليك لكن عيبك الوحيد أنه ليس لك صديقة واحدة تثقين بها.



سأبقى صامدة

حتى وإن تحطمت أشرعة مراكبي في بحر اليأس ، لن أنهزم لأنني مؤمنة بالله راضية بقضائه وقدره ولو كان مرأ.. سأصنع غير ما ضاع مني بل وأقوى منها.. حتى لو هبت رياح الخيبة واقتلعت أزهار الأمل في قلبي النابض بالحب فإني سأزرع الكثير غيرها حتى وإن تحطمت جدران قلبي وكثرت في الجراح. فكم من فتاة أضعف مني وصلت لما تريد بعد تجاوز الصعوبات.



قمة التحدي

- أن تتنازل عن حَقك.
- أن تبتسم وألف دَمعة في عينيك.
- أن تكتم بقلبك جرح.
- أن تنجرح ممن تحب.
- أن تحب من جرحك.
- أن تنسى جرح من تحب.

يبدأ اليابانيون يومهم بـ عبارات هي: صباح الخير. كيف حالك. التحسن المستمر. المرونة التامة. فالأولى تعبر عن حب الآخرين ، والثانية الحرص على التواصل معهم ، بينما تدعو الثالثة للعمل الدائم والحرص على تطوير الذات. أما الرابعة فتدعو للتحويل السريع المرن من نشاط لآخر. ما رأيك أن تجعلي من تلك العبارات بداية لكل أيامك مع إضافة عبارة خامسة تقول : الله حسبي ؛ ليمنحك الله قوة إلهية تعينك على تسديد خطاك.



هذه الدنيا

- تصدمنا بمن عرفنا وتكشف لنا الستار عن أصالة معدن من لم نعرف ، تجبرنا أن نجامل من لا نريد ثم نكتشف بعد أن نفارقهم أنهم وحدهم من استحق كل أكوام الحب المتراكم في صدورنا.
- هذه الدنيا تسلبنا الحب بعد أن ملكناه وتخطف منا الحبيب بعد أن أحببناه ، توهمنا بسعادة اللقاء ثم تصفعنا بمرارة الفراق.



عندما ينجرح القلب مرتين

لا أعلم ماذا أقول ولا ماذا أهذي ولكنها الحقيقة التي لا بد أن اعترف بها عندما يخذلني إحساسي الجميل.. ويكسر أحلامي بقسوة.. ويرحل عني كالأيام.. كالعمر.. وينبت في قلبي جرح عميق.



أليم دنيائي

- تشعرنا بالضعف والمرض والعجز.
- كم تقسو علينا بخيانة صديق وهجر حبيب وفقد غالٍ ورحيل أعز الناس لدينا.
- هي دنيا نحيها ، تقلبنا بين صفحاتها وتنزلنا في محطاتها ، تسقيننا مرها ، تضحكننا وتُبكيها ، تسعدنا وتُشقينها ، نحيها أيامها ولياليها.



أجمل وأثمن

إن أجمل ابتسامة هي التي ترتسم على شفئك في عزّ أملك.. وأثمن الدموع وأصدقها هي التي تنزل بصمت دون أن يراها أحد. افرحي مع الناس احزني لوحدك فان دواء جراحك الوحيد هو رضاك بقدر الله .



أسوأ أنواع المرض

أن تبثلي بمخالطة حمقاء غليظة الفهم محدودة الإدراك بليدة الذوق لا تفهم وترى نفسها أنها أفهم من يفهم.



تعلمت

تعلمت أن العاجزة من تلجأ عند النكبات للشكوى.. والحازمة من تسرع للعمل.. والمستقيمة التي لا تتغير مبادئها بتغير الظروف.. والمتواضعة التي لا تزهو بنفسها في مواقف النصر.



كم صديقة لك ؟

في زمن طغى فيه الغدر والخيانة.. في زمن انعدم فيه الصدق والوفاء.. في زمن أظلم بالكذب والمجاملات.. في زمن سادت فيه الأنانية والمصالح الشخصية . في هذا الزمن لك عندي مصلحة فأنت صديقتي ، لك عندي حاجة فأنت أختي ، لك عندي غرض فأنت المخلصة الوفية.

الوحدة

الوحدة: هي ليس أن تبقى وحيداً وإنما أن يبقى قلبك وحيداً.

الوحدة : هي أن تعيش حياتك كأنك لا تعيشها.

الوحدة : هي أن تعيش مع من ينتسبون إليك ولكنك تشعر بأنك غريب بينهم.

الوحدة : هي أن تكون مع من تحبه ولكنك لا تجد من يعانقك.

الوحدة : هي أن تعيش معهم كأنك في كهف مظلم.

الوحدة : هي أن تسمعهم وتفهمهم ولا تجد من يسمعك ويفهمك.

الوحدة : هي أن تعيش وهماً لا تتمنى أن ينتهي.

الوحدة : هي أن تعيش أحلاماً لا تتحقق أبداً.

الوحدة : هو أن تعشق شخصاً يعشق غيرك.

الوحدة : هي أن تتمنى قرب من تحبه ولكنك تفاجأ ببعده عنك.

الوحدة : هي أن تحاول أن تفهم الآخرين وتتجاهل شعورك لأجلهم.

الوحدة : هي أن تجد من يحبك ولا تحبه وتبتعد عنه وعندما تتمنى العودة إليه تفاجأ

بموته..



الحزن

هو أن تظهر السعادة وتبتسم وتخفي دموعك وتبين أنك أكبر من أن تكون طفلاً صغيراً.

الحزن : هو أن تبحث عن من يعانقك ولكن عندما تجده لا يعانقك ولا تستطيع معانقته.

الحزن : هو أن تسمع كلمة لا أحبك من شخص لم تفكر في عشق غيره.

الحزن : هو أن تعيش حياتك مع من تحبه كأنك تعيش مع من لا تحبه.

الحزن : هو أن تبحث عن يفهمك وتجد من يجرحك.

الحزن : هو أن تعيش أسعد لحظات حياتك مع شخص ثم تكتشف أنها كانت مجرد أوهام.

الحزن : هو أن ترخص حياتك لمن تحبه وتجده يرخص حياته لغيرك.

الحزن : هو أن تحب شخصاً يحب غيرك.

الحزن : هو أن تحاول تسعدهم ولكنك تبقى حزينا.

الحزن : هو أن تحب وتضحى دون أن يعلم به من تحبه.

الحزن : هو أن تحب شخصاً لم يفكر في حبك ابداً.

الحنن : هو أن تحب وتحب ولكن الفراق يحكم عليهم ويغير مجرى وطعم حياتهم.
السؤال عن الآخرين يشعرهم بأهميتهم.. بقيمتهم.. بمحبتهم.. يولد فيهم شعوراً رائعاً
لا تصفه الكلمات.. فمن منا بصراحة من يسأل عن الآخرين إذا غابوا...أو إذا مرضوا..أو إذا
أصابتهم ضائقة معنوية أو مادية..وللسؤال صورة أيضاً..إما بزيارة أو بمكالمة هاتفية أو بإرسال
رسالة فبادر إلى تفقد أحبائك اليوم ليتذكروك غداً.



الحب في الله أحلى لمسة

ما أجملها من لمسة..أحب الآخرين في الله.. قدم لهم.. اخدمهم.. سارع إلى فعل الخير
لهم.. أحببهم في ذات الله ستجد قلوبهم تحييك.. ترحب بك.. وتمتد تلك الأكف لتصافح كفك
وتمضي بالإخاء والمحبة.. فهنيئاً لتلك القلوب المحبة في الله.. فأحب في الله.. ليجعل حبك في
قلوب الناس.



سوء الخاتمة

كم من متسلق جبلاً.. لما قارب بلوغ قمته.. زلّت به قدمه فهوى إلى الهاوية !؟ وكم من
راكب بحراً.. لما أوشك وصول ساحله.. عبث به الموج فغرق !؟ فوا خوفاه من سوء الختام .



الدموع تتكلم أحياناً

الدموع هي عبارة عن تعبير ما نكنه من مشاعر داخلية سواء كانت مشاعر فرح أو حزن وغالباً ما يعجز اللسان التعبير عنها وهي إخراج للكبت الذي يعانيه الشخص وغسيل لتلك الهموم، وكثير أولئك الذين لا يستطيعون التعبير إلا عن طريق الدموع فيخط بدموعه سيلاً من العبرات لا تخطها اليدان.



تعلمت

لا أهدي قلبي لمن أحبه ولكن أهديه لمن يحبني ، تعلمت أن لا أغرق في بحور الحب حتى لا أتيه فيها ، تعلمت أن الحب عاطفة و شجن... الحب شعور بعدم الثقة إلا بمن تهوى ولكن ربما ستكتشف بالنهاية أنه هو الشخص الوحيد الذي لا يستحق أن تثق به.



من كان صادقاً معي

هو صديقي لذا تعلمت أن أكون كالنجوم تسهر لتتير للأخريين وتزين حياتهم دون أن تنتظر ؛ لأن من ينظر إليها سيقول شكراً.. تعلمت أنه بالإمكان صنع ألف صديق في السنة لكنه من الصعب صنع صديق لألف سنة.. تعلمت أنك أحياناً تحب صديقك الحقيقي أكثر من والدك.



دمعة الوداع

من أصعب الدموع وأكثرها ألماً عندما نبكي لنقول وداعاً لمن نحب ، قد يكون وداعاً بلا لقاء وأحياناً قد يطول اللقاء ، والأصعب أن تبكي لوداع بلا لقاء.



الدمعة الخفية

أقسى الدموع وذلك عندما يبكي القلب لا العين ، عندما يضيق به الألم من عظمته ولا يقوى الإحساس على حمل هذه الدموع خارج القلب فيبكي القلب دماً لا دمعاً ، وهذه الدمعة هي العذاب بعينه والألم ذاته.



الحزن

قطار يدور على محطات البشر ويتوقف في كل بيت لبرهة من الزمن ثم يكمل مسيرته للبيت التالي والمحطة التالية ! ودورة الحزن تشعر الإنسان ببعض العزاء !! فيقول لنفسه : قبل شهر كنت أواسي الشخص الفلاني وهاهو اليوم يخفف عني ، ويعلم الله من سيكون التالي ، فلا داعي للقلق منه بل هو يصنع فينا قوة التوكل عل الله مهما كانت الأحزان قاسية.



تذكرت

أيام طفولتي ، لعبي مرحي ، قلوب طاهرة حولي فكانت أكبر همومي لعبتي ، فتبسمت على براءتي وعلى تلك الأيام التي عشتها فتمنيت أن تعود تلك الأيام واللحظات الجميلة لكن ما كل ما يتمناه المرء يدركه.

آلامي

قد طويتها في زنزانة الكتمان ، لم أبعثها يوماً لأحد ، أسير بابتسامتي الصفراء التي
تعني لمن حولي الكثير والكثير ، وكلما حاصر الحزن مساحات قلبي الصغيرة دفنت رأسي بين
أحضانني لتبدأ مسيرة البكاء في داخلي ، ولكن هناك لمسة دافئة تزيل كل شيء.. وهناك ابتسامة
رائعة تعيد التفاؤل إلى قلبي والأمل من جديد لأكون أمل بعد ألم طويل.
أعيش أيامي وأسرد همومي على صفحات لعلها ترد ما مضى ، أنا وحيدة ضائعة تائهة
مهما كتبت وصرخت وبكيت فلن يعود الزمن لأصحح أخطائي. اللهم استر علي واغفر لي ،
أهلكني البكاء والصمت والندم ، أخاف أن تنطق آلامي وأتمرد على حزني فيزيد عذابي ، ولكنني
تعلمت أن أرسم طيور الفرح لتحوم حولي وإن طال صبري.



لا تتهم الدنيا بأنها ظلمتك

أنت تظلم الدنيا بهذا الاتهام !! أنت الذي ظلمت نفسك ولا تظن أن أقرب الناس هم
الذين يغمدون الخناجر في ظهرك ، ربما يكونون أبرياء من اتهامك ، ربما تكون أنت الذي أدخلت
الخناجر في جسمك بإهمالك أو باستهتارك أو بنفاذ صبرك أو بقلبك أو بطيشك ورعونتك أو
بتخاذلك وعدم احتمالك.



التواصل العاطفي

هو مفتاح السعادة الأسري ، فالعلاقة بين أفراد الأسرة تبدأ قوية دافئة مليئة بالمشاعر الطيبة والأحاسيس الجميلة، وقد تفتت هذه العلاقة مع مضي الوقت وتصبح رماداً لا دفاء فيه ولا ضياء وهذه المشكلة هي أخطر ما يصيب الحياة الأسرية ويحدث في صرحها تصدعات وشروخ وعلى الوالدين أن تعطوا هذه المشكلة كل اهتمامها ليتم التغلب عليها حتى تكون علاقتهم الأسرية علاقة تواصل دائم وحب متجدد.



إن أنجح علاج لوجع الحياة

هو التسليك والتطنيش لست ملزماً بالتبرير لمواقفك ورؤاك الخاصة ، افعّل ما تراه صواباً واترك الخلق للخالق وإن كرهت أن يساء بك الظن ؛ قبل أن تحزن من سلم من الخلق قل لي ؟ إن علمت أن الله لم يسلم منهم هل تحبب من قلّة لا يمثلون إلا أنفسهم. كثيراً ما تمرُّ بنا لحظات إحباط والسبب فيها هؤلاء الناس.. إن تغلبنا عليها مضيّنا بأقلّ خسائر..



من منا ؟

- من منا قام بشكر أخطائه يوماً ؛ لأنك عرفت أنك لولا ارتكابك لها ما عرفت الأفضل من الأشياء؟
- من منا جعل الأثم منه قبساً من ضياء يهتدي بها الآخرون في ظلمات جهلهم ؟
- من منا جمع الطوب الذي كان الآخرون يرمونه به وصنع منه بناء عظيمًا لشخصيته عجز أولئك من مجارات روعته؟

- من منا جعل من أخطائه طريقاً معبداً.. أوصلته لطرق لم يكن يعرفها.. فصنع منها حياته الآن..؟
- من منا قال هذه الحكمة : عندي خياران إما أن أحيأ إلى الأبد.. أو أموت محاولاً العيش؟
- من منا قتلته أخطاؤه لأنه لم يصل لما يريده بالضبط ؟
- لأهمس في أذنك شيئاً قد يكون ارتكابك للأخطاء هو مراجعة لنفسك ؛ لأنك لولاها لما عرفت ما تريد.



عندما نكون أوفياء

- نخلص ونعطي ونبذل بدون توقف وبدون مقدمات ولكن نقف في منتصف الطريق نتألم ؛ لأن الوفاء اليوم صار هباء.
- نحب بصدق ، نبحت دوماً بصدق ، نخبو للحزن ونكتم كل معاني الشوق وندخر كل مزايا الحب لمن نحب ولكن بلحظة صدق نجد المقابل غدر.
- نتعلم بجد لأننا نتألم بجد ويكون العطاء بلا انتهاء ويكون الأخذ بلا مقابل ، وتكون الدموع أصدق ما تكون ونصحو بيوم فلا نجد الصديق.
- ننسى جرح الصديق وغدر الحبيب ، ونزرع دوماً بذور الأمل ونهدم دوماً شعلة الفراق ونقول بصوت حنون : الغد سيكون أجمل.
- عندما نكون أوفياء كل همسة حب همستها وكل رقعة قلب تشعره وكل بسملة شوق تضيئها ستخبرك بأنك وفي.



ما أروع جمال القلب ونظافته!

والأجمل هو الشعور الذي يغمرك، والراحة التي تحس بها، والرضا الذي ينتابك فتتولد المشاعر الرائعة التي تنعكس بالإيجاب على حياتك فيما بعد. كثير منا يتعرض للكثير من المواقف التي تؤلب قلبه على الآخرين؛ نتيجة عمل فعلوه أو كلام تفوهوا به من شأنه أن يضايقنا فمن منا لم يتعرض لموقف أساء فيه الآخرون معاملته، أو تقول عليه بما ليس فيه أو عابه بشيء هو منه بريء أو انتقده أمام الآخرين.



نظّف قلبك

- نظف قلبك وطهر نفسك من كل الأدران، وامن لنفسك العيش بسعادة ورضا لا كره ولا حسد ولا حقد ولا حنق ومرحبا بالسعادة الآتية مع نظافة القلب.
- نظف قلبك من الكره من الحقد من الحسد.
- نظف قلبك من الكبر والتعالي من الظلم.
- نظف قلبك من الإساءة للآخرين من الغش من الكذب.
- نظف قلبك من كل صفة ذميمة منبوذة مكروهة.



كم أحسد أطفالنا؟!

فهم لا يدركون معنى الحياة، لا يشكون من مرارتها وغدورها، لا يعرفون خيانة ولا كرهاً! هل رأيتم طفلاً يشكو الملل أو ضيقه أو صعوبة العيش والحياة؟! هل رأيتم طفلاً شريراً حاقداً أو خائناً؟! قلوبهم طاهرة صافية ونقية.. لها براءة.. لماذا لا نعيش بقلوب وروح أطفال؟! أعلم أن هذه المرحلة لن تعود ولكن لم لا نعيش بقلوب أطفال؟

إنها الأيام

- تعرفنا بأناس نحبهم ونتعلق بهم وفي نهاية المطاف تفرقنا لتكوي قلوبنا بنار الفراق...
- تعبث بمشاعرنا وتلعب بعواطفنا وتمضي ولا تنتظر أحداً.
- تمضي ونحن نعيش في كنفها هذه هي الحياة نعيشها مقصرين ونموت على وقع خطاها غير متقبلين لواقعها.



حين تكرهين

- فإنك على استعداد لإيذاء الجميع في سبيل انتقامك ونيل شهوة الانتصار بمن تكره !
- ولكن بعد زوال حلاوة الانتصار الممزوج بأخلاق الأعداء هل سيرتاح ضميرك ؟ هل بالفعل تجد رضا النفس الحقيقي ؟!!
- جميل أن يكون لك قلباً أنت صاحبتَه، ولكن الأجل أن يكون لك صاحبة أنت قلبها.



أنواع القلوب

- قلب محب.
- قلب محبة.
- قلب مغرم.
- قلب ولهان.
- قلب مهموم.
- قلب مجروح.

- قلب سيء.
- قلب حقود.
- قلب ماكر.
- قلب طيب.

وهناك نتيجة بنسبة ٩٩% من الحب يسبب الآلام لدى الشباب والفتيات، وذلك لأن عند الافتراق وبعد مرحلة حب طويلة يرى كل منهما أن بداخله شيء اختفى كان يمثل له أكبر قدر من السعادة والراحة.



كوني أنت ولا تكوني غيرك

من المؤكد أن هناك في حياتنا من نعتبره قدوة لنا نتمنى أن نصبح في مثل أخلاقه نجاحه وجمال شخصيته، وكثيراً ما يتردد على مسامعنا عبارات الإطراء والإعجاب ممن حولنا لمثل هؤلاء الأشخاص وفي الغالب ما تكون النتيجة الفشل وتضييع الوقت في محاولة أن يكون نسخة كربونية لشخصية قد تختلف كل الاختلاف عن شخصيته.



الهدوء

سمة من سمات النجاح، والهدوء تعبير عن شخصية قوية ومتماسكة، والهدوء عنوان لإنسان واع ومتحضر، وبالعكس تماماً ذلك الإنسان الذي يثور لأتفه الأسباب ويهيج لأسخف الأمور، إنه يعبر عن إنسان ضعيف الشخصية ضعيف العقل وضعيف الإرادة. يقول علماء النفس: ((إن الإنسان الذي يغضب لأتفه الأسباب هو إنسان ركيك الشخصية)).

الحب

اسم جميل لمعانٍ أجمل ويندرج تحت هذا الاسم كل معاني السعادة لكل من الذكر والأنثى أو تجربة إنسانية معقدة، وهو أخطر وأهم حدث يمر في حياة الإنسان ؛ لأنه يمس صميم شخصيته وجوهره ووجوده كأنه يشعر أنه ولد من جديد.



الحب

هو الأكثر عدوية والأكثر مرارة فهو تاريخ الفتاة وليس إلا حدث عابر في حياة الشاب مع الأسف.



نصيحة بدون فضيحة

الفتاة بطبعها تكره التشهير وتعتبر النصيحة أمام الناس فضيحة لهذا تحاول الدفاع عن نفسها، وقد حث الشرع المطهر على النصيحة بالسر، فالؤمن يستر والفاجر يهتك ؛ لأن الهدف من النصيحة أن يقلع الشخص عن الخطأ وليس الغرض إشاعة عيوبه أمام الآخرين استخدام أسلوب الحكمة وكما قيل : الشدة من غير عنف واللين من غير ضعف



إذا حان موعد نومك

اجلسي في صفاء في مكان هادئ واسترجعي كل أعمالك اليوم هل صليت الصلوات الخمس؟ هل قرأت القرآن؟ هل تصدقت ولو بالكلمة الطيبة أو بالابتسامة في وجه أختك هل؟ هل؟ هل؟ أسئلة كثيرة يجب أن تراجع نفسك فيها وتفكرين هل ترضي الله سبحانه؟ وهل ستكتب في الحسنات أم في السيئات؟ سيكون الوضع صعباً في البداية بالنسبة لك ولكن بعد ذلك لن تقدر أن تخلدي إلى سريرك قبل أن تراجع أعمالك.



الصديق الحقيقي

هو الذي يمشي إليك عندما باقى العالم يبتعد عنك. إذا قرر أصدقائي القفز من فوق الجسر فإنني لن أقفز معهم، ولكن سوف أنتظرهم تحت الجسر لأتلقاهم فأمسك بالصديق الحقيقي بكلتا يديك. الصداقة ذلك الوطن الرائع والبيت الدافئ حيث نلقي بالمتاعب ونتقاسم الهموم وتتبادل أسرارنا نضحك معاً ونبكي معاً ونعيش لنموت معاً.



الخيانة

قد تصابن بخيانة صديقة أو غيرها من القريبين إلى قلبك الأبيض الذي أهلكته طعنة خنجر خيانة في قلب الوفاء.

الخيانة : قنبلة مدمرة لبستان مزهر مليء بالحياة.

الخيانة زلزال مهلك لمدينة حاملة آمنة يسكنها الهدوء والراحة والجمال تعجز عباراتي في التعبير عن هذه الخيانة وخير لي السكوت فقط.

هل تستطيع كلمة واحدة أن تحطم نفسيتك ؟ أحياناً كلمة تدمرك تحطم معنوياتك.
كلمة تسحق نفسيتك كلمة هي ربما مخطئة في حقك، ولكنها تبقى كلمة تستطيع أن تكسر
ظهرك كلمة أو جملة، ما هذه الكلمة ؟ أفسى كلمة بنظري هي أنت ظالمة.



مسكينة جداً أنت

: حين تظنين أن الكره يجعلك أقوى وأن الحقد يجعلك أذكى وأن القسوة والجفاف هي ما
تجعلك إنسانة محترمة. تعلمي أن تضحكي مع من معك وأن تشاركه ألمه ومعاناته، عيشي معه
وتعايشي به عيشاً كبيراً
وتعلمي أن تحتوي كل من يمر بك. لا تصرخي عندما تتأخر صديقتك ولا تجزعي حين
تفقدين شيئاً يخصك ، تذكري أن كل شيء قد كان في لوحة القدر قبل أن تكوني شخصاً من بين
ملايين البشر.



لا تكسر أبداً كل الجسور

لا تكسر أبداً كل الجسور مع من تحب فربما شاء الله لكما لقاء يوماً آخر يعيد ما مضى
ويصل ما انقطع، فإذا كان العمر الجميل قد رحل فمن يدري ربما انتظرك عمر أجمل.



لا تندمي

لا تندمي على حب في الله عشتيه حتى ولو صارت ذكرى تؤلك فإذا كانت الزهور قد جفت
وضاع عبيرها ولم يبق منها غير الأشواك فلا تنسي أنها منحتك عطراً جميلاً أسعدك.



إذا فرقت الأيام

إذا فرقت الأيام بينك وبين صديقتك الغالية على قلبك فلا تتذكري لمن كنت تحبينها غير
كل إحساس صادق، ولا تتحدثي عنها إلا بكل ما هو رائع ونبيل فقد أعطتك قلباً وأعطيتها عمراً
وليس هناك أعلى من القلب والعمر في حياة الإنسان.



لحظات الزمن الجميل

إذا قررت يوماً أن تتركي صديقة غالية على قلبك فلا تتركي لها جرحاً غائراً في قلبها،
فمن أعطاك قلباً لا يستحق أبداً منك أن تغرسي فيه سهماً أو تترك له لحظة ألم تشقيه وما
أجمل أن تبقى بيننا لحظات الزمن الجميل.



الحب النرجسي

حبٌ أناني يجسد حبّ الفتاة للذات وليس للآخر، هو حبٌ يعتمد على الأخذ فيحيل صاحبه
إلى فرد ذي شخصية درامية تبتلع ما يحيط بها. إن من كانت شخصيتها ذا حب نرجسي فإنها
تريد أن تبتلع كل ما حولها ليصب في ذاتها.

الصدّاقة شيء جميل

ما أجمل الحياة وفيها صديقة وأخت في الله !تكون لك عوناً في هذه الدنيا تقف معك عند الشدائد وتكون لك خير معين في الطاعات. إن فترت إحداهما أخذت بيدها صديقتها ورفعت من همتها، فلا شيء مهما كان يعكر صفوهما وإن حدث بينهما سوء فهم أو خلاف كانت كل منهما تبادر لإرضاء أختها ؛ لأنهن يعلمن أن هذه الدنيا زائلة وأن العلاقات القوية لا تنتهي بمطبات الحياة التي لا بد منها.

إذا كانت لك ذاكرة قوية ذكريات مريرة.. فأنت أشقى أهل الأرض.

ليس من الصعب أن تضحي من أجل صديقة، ولكن من الصعب أن تجدي الصديقة التي تستحق التضحية.

أصدق الحزن ابتسامة في عيون دامعة.

بين الحب والوقت علاقة أبدية، فالحب يقتل الوقت بسرعة شديدة والوقت يقتل الحب ببطء شديد..!!

ثلاثة ضيوف يأتون بلا موعد مسبق : الحب.. الحظ.. الموت.

الغيرة هي التقاء صوت العاطفة بصوت العاصفة !!



صديقتي

بيننا وردة حب تكبر ألا تعرفين؟ أم أنك تحاولين الهرب؟ ممّ تهربين؟ من قدر محتوم؟ فقد قدر لأرواحنا أن تلتقي، قدر لأرواحنا أن تنمو بينها وردة حب جميلة فكفي عن الهرب وارضي بواقع جميل وأعدك إن ذبلت وردتنا سقيتها ماء وفائي ورويها دم قلبي، ولن أطلب منك سوى أن تبقي بقربي لتفهميني وتحبيني وترعيني وتغضرين زلاتي.

خبايا النفس

هي مشاعر حكايات ومواقف تتسربل دواخلنا وتأبى الإفصاح عن نفسها..! ربما خوف أو خجل.. أو لأي أمر آخر.



أصعب ابتسامة

- عندما يأخذ الموت شخصاً عزيزاً على قلبك وترى من حولك يبكي عليه ولكنك تبتسم فقط لتنسيهم الهم.
- عندما ترى أحدهم يتألم ويتعذب ولا تستطيع أن تساعدك ولكنك تبتسم فقط لإعطائه الأمل.
- عندما تبتعد عن أهلك ذاهباً إلى المجهول ولكنك تبتسم لتعلمهم أنك عائد مع أنك لا تعرف مصيرك.
- عندما ترى من حولك سعيد وأنت الوحيد الحزين بينهم ولكنك تبتسم فقط لتريحهم عظمتك وقوتك.
- عندما ترى أحلامك تنهار أمامك ولكنك تبتسم على أمل أنك تستطيع بناءها من جديد.
- عندما يهينك أحد أصدقائك المقربين أو يتركك ولكنك تبتسم فقط لتريه أنك ما زلت تستطيع أن تعيش من دونه .



المحبة

المحبة التي تلم شعث القلب وتسد خلته، وتشبع جوعته، وتغنيه من فقره هي محبة الله عز وجل.. فالقلب لا يسر، ولا يفلح، ولا يطيب، ولا يسكن، ولا يطمئن إلا بعبادة ربه وحبه والإنابة إليه.



أقم الصلاة

إن ضل دربك لحظة، أو تهت في صحراء موبقة، ورجعت تبكي من ندم.. فأقم الصلاة فنورها سيضيء دربك في الظلم.



لحظة سعادة

- عندما تلمس الأم طفلها لأول مرة فور ولادته.
- عندما تجد طفلاً حزيناً وتستطيع أن ترسم الابتسامة على وجهه.
- عندما تقوم بعمل ما ترضى نظرة الرضا في عين والديك.
- عندما تجد من يحتاج إلى مساعدتك وتستطيع أن تساعد.
- عندما تجد نفسك بين أشخاص تحبهم ويحبونك.
- عندما تفتش سجادة صلاتك في جوف الليل وتناجي الكريم وتدعوه وترجوه.



لحظة ألم

- عندما تفقد شخصاً عزيزاً عليك.
- عندما تجد من هم بحاجة إليك ولكنك لا تستطيع أن تساعدهم.
- عندما تحتاج الحنان من أقرب الناس إليك وتجده منشغلاً عنك.
- عندما تسقط دموعك ولا تجد من يمسحها لك.
- عندما تحب صديقاً وتخلص إليه وتجده بكل بساطة يخونك ويخذلك.
- عندما تجد الكل ضدك فقط ؛ لأنك أخطأت ، ولا تجد من يمد إليك يد العون لتصحيح هذا الخطأ.



للقلوب لغة

نعم لها لغةٌ ولكن ليس كل الناس تفهمها، فالحب الخالدُ هو الحبُ في الله وكل ما سوى ذلك فانِ والحقُّ أن القلوب تتحدث لكن بصوت خافت، فإن لم تكن ممن ذاقَ لذةَ الحب في الله فستغرق في بحرِ المتاهات.



هموم ومشاكل

مهما صادفنا من هموم ومشاكل نعلم الله قادر على تفريجها، وعندما يتعصر الحزن قلوبنا نعلم يقيناً أن الله سيبدل حالتنا من الحزن إلى الفرح فهو وحده القادر على ذلك. لولا الأمل لربما مات الناس من قساوة ما يمرون به وهذا هو حال الدنيا ألم يتبعه أمل يخفف من وقعه على النفس وما هي إلا أيام قلائل ويعود الألم ويتبعه الأمل.

الابتسامة

كلمة تحتوي على كثير من المعاني الجميلة ، فهي تعبر عن الود والحب والقبول والتسامح وغيرها من الصفات المحببة بين الناس. كما أنها تعمل على صفاء النفس وعدم النفور من الآخرين ، فهي كالمسكن الذي يداوي آلامنا وينشط في أنفسنا التقبل للآخرين والاندماج في المجتمع ، وهي التي تدفعنا للتفكير الإيجابي تجاه الآخرين والأشياء. كما أنها الفرملة العصبية لانفعالاتنا وثوراتنا في المواقف السيئة مع الآخرين.



قلوبنا صناديق مغلقة

لا يعلم ما تخفيه سوى رب العالمين إلا أننا هنا سلمنا مفاتيحها لرفقة خير وفتحنا بعضاً منها ؛ لعلنا نجد الراحة ونصل إلى ملاذ الأمان برفقة قلوب تحابت في الله لترضيه، فكنا والله الحمد كما أردنا رسولنا الكريم أن نكون كالبنيان المرصوص وكالجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له باقي الجسد بالسهر والحمى ، وهذا نحن وهذا ما يجب أن نكون فإلى قلوب بيضاء شفافة طاهرة.



أنت مغرية

كلمة قد تخدر بنت وتجرجرها إلى مصيدة الحب ثم استسلام ثم ندم.هي كلمة واحدة أو كلمات عديدة قد تشكل من أنت أيا من كان أنت وقد تكون طبخة ودواء وتخلق معجزة شفاء وخاصة إذا كانت من أقرب الناس إليك ، وحين نفهم الكلمة سوف نفهم أنفسنا والآخرين ونفهم الحياة، فكلمة قد تنعش وأخرى قد تهلك.

القوة

- هي أن تحب الآخر في صمت.
- هي أن تشع سعادة لآخرين مع أنك لا تشعر بالسعادة.
- القوة : هي أن تعفو عن الآخرين مع أنهم لا يستحقون العفو.
- القوة : هي الانتظار بالرغم من عدم إيمانك بعودته.
- القوة : هي الابتسامه مع أنك ترغب في البكاء.
- القوة : هي إسعاد الآخر بالرغم من قلبك محطم.
- القوة : هي أن تحتفظ بصمتك في الوقت ترغب في الصراخ من شدة الألم.



إذا فقدت

- إذا فقدت مالك فقد ضاع منك شيء له قيمة.
- وإذا فقدت شرفك فقد ضاع منك شيء لا يقدر بقيمة.
- وإذا فقدت الأمل فقد ضاع منك كل شيء.
- الحقيقية مثل النحلة تحمل في جوفها العسل وفي ذنبها الإبرة.
- من الأفضل أن تمشى ببطء إلى الأمام على أن تمشي مسرعاً إلى الخلف.
- تبسمي: فإن هناك من يحبك يعتني بك يحميك ينصرك يسمعك يراك هو الرحمن.



تبسمي

فإن الله ما أشقاك إلا ليسعدك، وما أخذ منك إلا ليعطيك، وما أبكاك إلا ليضحكك، وما حرمك إلا ليتفضل عليك، وما ابتلاك إلا لأنه أحبك جعلك الرحمن ممن ينادى في الملاء إنني أحب فلاناً فأحبوه...!!



متى يكون $1 = 1 + 1$ ؟

أتوقع عندما يكون الأخوات على قلب واحد، لكن قد يكون ذلك مستحيلاً إلا في بعض الحالات النادرة فتجدين حينها أصلاً أن من حقق المعادلة $1 = 1 + 1$ مستحيل أن يجتمع بمن أحب. بمعنى آخر معادلتك ممكنة في الأحلام فقط !!! وإن تحققت فليس لها أن تكتمل.



الصدقة

- وردة عبيرها الأمل ورحيقها الوفاء ونسيمها الحب وذبولها الموت. الصدقة : مدينة مفتاحها الوفاء وسكانها الأوفياء.
- شجرة بذورها الوفاء وأغصانها الأمل وأوراقها السعادة.
- شجرة جذورها الوفاء وأغصانها الوداد وثمارها الاتصال.



من الخاطر

- إذا لم تعلم أين تذهب فكل الطرق تضي بالغرض.
 - يوجد دائماً من هو أشقى منك فابتسم.
 - عندما تحب عدوك يحس بتفاهته.
 - إذا طعنت من الخلف فاعلم أنك في المقدمة.
 - الكلام اللين يغلب الحق البين.
 - كلنا كالقمر له جانب مظلم.
 - لا تتحدّ إنساناً ليس لديه ما يخسره.
 - العين التي لا تبكي لا تبصر في الواقع شيئاً.
 - الابتسامة كلمة معروفة من غير حروف.
- اعمل على أن يحبك الناس عندما تغادر منصبك كما يحبونك عندما تتسلمه. لن تستطيع أن تمنع طيور الهم أن تحلق فوق رأسك ولكنك تستطيع أن تمنعها أن تعشش في رأسك.
- تصادق مع الذئب على أن يكون فأسك مستعداً.
- نحن نحب الماضي لأنه ذهب ولو عاد لكرهناه.



الحب

- تعبير آخر من تعابير القلب كالحزن والسرور لكنه أجملها.
- تيار قد تنجرف معه القلوب إلى الجنون.
- تواضع فلا يمكن لمغرور أن يحب غير نفسه.
- ثمرة تنمو في القلب ومتى نضجت تعطي للحياة طعمًا رائعًا.

- ثقل يغوص بالقلب في أعماق المشاعر فيري الصدق والأحاسيس.
- جوهرة ثمينة تزداد قيمتها إن خلت من كل الشوائب ومع هذا تبقى الفتاة أميرة على مشاعرها.



لا تحزني

- لأن القضاء مفروغ منه والمقدور واقع والأقلام جفت والصحف طويت وكل أمر مستقر،
فحزنك لا يقدم في الواقع شيئاً ولا يؤخر ولا يزيد ولا ينقص.
- لا تحزني : فإن عمرك الحقيقي سعادتك وراحة بالك، فلا تنفقي أيامك في الحزن وتبذري
لياليك في الهم وتوزعي ساعاتك على الغموم ولا تسرفي في إضاعة حياتك أو ستكونين أول
الخاسرين.

لا تحزني :

- لأنك بحزنك تريدين إيقاف الزمن وحبس الشمس وإعادة عقارب الساعة والمشي إلى الخلف ورد النهر إلى مصبه وهذا مستحيل.
- لأن الحزن كالريح الهوجاء تفسد الهواء وتبعثر الماء وتغير السماء وتكسر الورود اليانعة في الحديقة الغناء.

أتحزنين وكل شيء بقضاء وقدر ؟



الموت ثلاث أشكال

- نوم عميق بسبات تام.
- بعد وغياب بلا فراق أو لقاء.
- حفرة في الأرض تواري الجسد.



الألم ثلاث دمعات

- دمعة في القلب وبسمة ساخرة في الوجه.
- دمعة في العين ووجع في القلب.
- دمعة حائرة بين سماء وأرض بين شروق وغروب.



الانتظار ثلاث محطات

- انتظار بحرقه الشوق تمر فيه الدقيقة كشهر.
- انتظار بأمل في سماء الذكريات السعيدة.
- انتظار بياس يكون الموت أهون فيه من الحياة.



الصرخات ثلاثة

- صرخة بركانية تزلزل الأعماق بصمت وألم.
- صرخة مدوية أين أنت.
- صرخة أخيرة سأنتظرك ولن أنساك أبداً.

أجمل معاني الحب

أن تعطي نوراً من أرواحنا، ودفئاً من صميم قلوبنا لمن نحب لا نسعى للتجمل في عيونه ؛ لأن روحنا هي الأجل في قلبه. يعيش معنا بحقيقة دامغة أكبر من واقع البعد والفراق، نحلق بسماوات الذكريات بكل همسة ونظرة وكلمة ولحظة. نبتسم على صدى ذكرى جميلة والقلوب عليلة والعيون سابعة ذائبة بمتحف من لوحات الذكريات الخالدة مداد الروح بمساحة البوح لا ينتهي، ولكن للقلوب حياة يمنعها أن يسترسل أكثر.



ندرة الصداقة

في هذا الزمان الذي تندر فيه الصداقات ويشح الأصدقاء لابد أن يتشبَّث الإنسان بكل صداقة قديمة كان عطاؤها دفتاً وبكل صديقة وفيّة كانت مشاركتها عمراً، فالعطاء والمشاركة يحملان هذا الإنسان إلى رحابة التذكر الدائم فنحترم قيمة الإنسان.



صديقتك المقربة

من تألفها نفسك وعقلك وتبادللك الصفاء والمحبة فبدون تلك الأشياء لا معنى للصداقة الحقيقية.



الأمل بالله

لم نأخذ من الدنيا عهداً على أن تصفو لنا، ولم يكن بيننا وبينها موثقاً على دوام الرخاء،
فإنهم لا زال ملازمًا للإنسان والأزمات تتراعى لنا بين إقبال وإدبار ويبقى الأمل بالله شمسًا لا
تغيب ونبعًا صافيًا لا ينضب.



أغلى ما يمتلكه المرء

من أغلى ما يمتلكه المرء ليقدمه للآخرين مشاعره وخفقات قلبه جراحه وأسراره الكامنة
بأعماقه. أشياء ربما نخفيها حتى عن أنفسنا ولكننا في لحظة ما نقرر منحها للآخرين، ففي
غمرات الحياة تقابلنا أنواع وأصناف مختلفة من البشر وتتشابك دروبنا معهم فتربطنا بهم
علاقات منها العابر ومنها الوثيق.



تعلمت:

- أنه من أكثر الناس أذى لنا هم الأشخاص الذين أعطيناهم كل ثقتنا ؛ لأنهم بمعرفتهم
أسرارنا يستخدمونها ضدنا يوم نختلف معهم وهذه لاشك خيانة .
- أنه يجب على المرء ألا يحاول أن يكون إنسانًا ناجحًا إنما أن يحاول أن يكون إنسانًا له
قيمة وبعدها يأتي النجاح تلقائيًا.
- أن النقاش والجدال خاصة مع الجهلة خسارة بكل معنى الكلمة، فالناس لا يعترفون
بأخطائهم بسهولة.
- أن الذين لديهم الجرأة على مواجهة الفشل هم الذين يقهرون الصعاب وينجحون.

- أن مفتاح الفشل هو محاولة إرضاء كل شخصية تعرفينها.
- أن من لا يعمل لا يخطئ.
- أن قاموس النجاح لا يحتوي على كلمتي إذا ولكن.
- أن هدية بسيطة غير متوقعة لها تأثير أكبر بكثير من هدية ثمينة متوقعة.
- أنه لا ينتهي المرء عندما يخسر إنما عندما ينسحب.
- أنه لا يتم تحقيق أي شيء عظيم في هذه الحياة من دون حماسة.
- أن الذي يكسب في النهاية من لديه القدرة على التحمل والصبر.
- أن الأشخاص الناجحين يتخذون قراراتهم بسرعة ويغيرونها ببطء، أما الأشخاص الفاشلين يتخذون قراراتهم ببطء ويغيرونها بسرعة.



لا تحزن يا قلبي

- إذا ودعت أجمل أحلامك وودعت أكبر أمانيك.
- إذا شعرت بالغربة بينهم والوحدة في حضورهم وبالوحشة برغم وجودهم فلا تحزن يا قلبي.
- إذا اكتشفت أن كلماتهم مصطنعة وهمساتهم معلبة وأشواقهم مثلجة فلا تحزن يا قلبي.
- لا تحزن يا قلبي إذا اكتشفت أن الكلمة لها ثمن وأن الابتسامة لها ثمن وأن المشاعر لها ثمن.
- لا تحزن يا قلبي إذا ناديت ولم يسمعك سواك وتألمت ولم يشعر بك إلا نفسك وسقطت ولم يستقبلك سوى الأرض.

ابتسمي : فالابتسامة بلسم للروح ودواء للهموم.
النفوس: هي من تصنع السعادة وهي من تصنع الشقاء.
الحياة فن : والفن علم والعلم يورث الخبرة والخبرة تورث النجاح والنجاح مفتوح بابه لك
وللجميع، فما أحوجنا إلى البسمة وطلاقة الوجه وانسراح الصدر وأريحية ولطف الروح ولين
الجانب..
من أصعب اللحظات أن تبترسمي في وجه من أمامك وقلبك يتقطع ألماً مما فيك.

