

خواطِر مبعثرة



تحت إشراف

بسملة خالد فؤاد "بوتيللا" & ريتاج العذب

"المقدمة"

يُصابُ كُلُّ إنسانٍ منا بحالاتٍ من الحزن ، والفرح ،
فهذه طبيعة الحياة ،
ولكن هناك من يتحمل ويصبر ، عندما يصيبه الحزن ،
ويكون على يقين أن الفرحة آتية
وهناك من لا يتحمل ، ويصيبه اليأس
ولكن في كل الأحوال عندما يصاب الإنسان بحزن
ويتألم ويشعرُ بالحساسة غريب بداخله
يريد كل منا من يلمسُ هذا الشعور
ونشعر بأن هناك شيء يفهم ما نحن فيه و ما نمر
به ،
ولكن قليل جدًا عندما نلتقي بشخص يفهم هذا
الشعور ،
ولذلك كتبنا هذه الكلمات البسيطة حتى تصل إلي
قلوبكم وتداوي أحزانكم ، وألامكم ، وتلمس كل
ما تشعرون به وما تمرّون به

تحياتي
بسملة خالد فؤاد "بونتيللا"
ريتا العزب

الفصل الأول

الذوفف و التوتتر

الرُّنْسَانِ يَجَاهِدُ
لِتَخْلُصَ مِنَ الْخَوْفِ
يَتَخْلُصُ مِنْ خَوْفِهِ
مِنَ الْبِشْرِ وَالْحَيَاةِ
سَنَأْذِكُمْ فِي
رِحْلَةٍ وَسَنَتَكَلِّمُ عَنْ
الْخَوْفِ

الشخص الخيالي

هناك من بجانبني لكن من هو؟
شخصًا غريبًا، ومخيفًا، شخصًا يجعلني أفعلُ
أشياءًا لا أريدُ فعلها، شخصًا لا يظهر، شخصًا
خفي، شخصًا كأنه يرتدي وشاحًا أسود وينظر
إلي بعينيه الحادتين المخيفتين، تخفيان
منظرة لكنة يجعلني أفعل أشياء بشكل غير
ملائم، إنه يتحكم في، أصبحت خائفة من
نفسي ومنه، لكنة بداخلي أريد الهرب من
هذا الشخص الذي بداخلي، أريد الرحيل
والخفي، أريده يخرج مني أخرج الشخص
الخيالي الذي بداخلي.

بسملة خالد فؤاد "بونتير"

” (أخاف التعود) ”

.....

أصبحتُ أخاف أن أتعود علي وجود شخصًا في حياتي ثم يغادر كما غادر قبله، أصبحتُ أخشى أن يتركني ويغادر بعد أن شعرتُ أن الحياة بأكملها، أصبحتُ أخاف أن أقربُ من أحد وأكون مُقربة لآني شخص، أصبحتُ إنطوائية إلي درجة لا توصف، كل هذا فقط لأنني أخشى أن أحدهم يتركني ويذهب، بعد أن أكون قد تعودت عليه وعلي وجوده في حياتي، فالتعود أقوى من الحب

فعندما تتعود علي شخص ما يكون وجوده شئ مهم في حياتك، لا تتخيل حياتك بدونه ثم يغادر في النهاية، لن تتقبل الفكرة عندما يغادر ثم مع الوقت تتعايش مع الأمر

ولكن يترك هذا في قلبك ثغرة تكبر مع الأيام وهذا ما أنا فيه الآن

فلهذا أصبحتُ أخاف أن أقرب إلي شخص فأتعود عليه ثم يغادر، فيترك في قلبي ثغرة أخرى فيمتلئ قلبي بالثغرات، فأنا الآن حقاً أخاف التعود.

.....

السوشيال ميديا

السوشيال ميديا شيء مدمر للصحة، والمجتمع، السوشيال ميديا كالأدمان، يسيطر على الإنسان لفعل أشياء مريبة، والسوشيال ميديا يوجد منها شغل أونلاين، تدريس أونلاين، ويوجد أشياء صالحة أخرى، وهذه الأيام، والسنوات، القادمة سيكون جميع الأشياء بالسوشيال ميديا، والتكنولوجي، فاجب استعمال السوشيال ميديا فشيء صالح، واستعماله في الطريقة الصحيحة، وليس الغير صالحة، السوشيال ميديا أدمان، ويوجد أشياء غير صالحة لنا، فاستعملوه في طريقة الاستعمال الصحيحة

السوشيال ميديا

بسملة خالد فؤاد

”بونتيرا“

خائفًا من ضباب المستقبل،
وحزين على الماضي، الذي
أضعت فيه عمرَكَ وأنت تركض
وراء أشياء لا قيمة لها ولكنك
نسيتَ الرضا الذي به يهون
كل شيء، عندما ترضى بكل
شيء وتحاول أن تغيرَ من
نفسك، فحتمًا ستكون في
حالٍ أفضل.

ريتا العزب

هناك من يتراود في أطلالي

**لكن من هو أنه شخص غريب؟
أعلم به لا أعرف من هو!**

**لكنه في العلم يعرفني ويضحك
معني ويهتم بي، وكأني أشبه
به في العلم واهتم به وأضحك
معه، لكنني أريد أن أراه في
الحقيقة.**

بسملة خالد فؤاد "بونتير"

**أشتم رائحة غدراً حولي، في
جميع الأماكن الذي أذهب إليها،
أشتمها في جميع الأماكن لكن
من أين؟ لا أعرف من أين! لماذا
يريدون تعذبي؟ لماذا يريدون أن
أكون وحيدة دائماً؟ ويسببون
الكثير من المشاكل لي، لماذا؟
هل فعلت لهم شيء؟ لم أفعل
شيء، ام كل هذا كرهها لي!**

بسملة خالد فؤاد "بونتيل"

الأصدقاء

يوجد من الأصدقاء نوعان نوعاً من الصدق، والصدقة الحقيقية، والنوع الآخر من الحقد، والغل، والصدقة الغير لها معنى، الأصدقاء من نوع الصدق، والصدقة، لا تجد منهم كثيراً في هذه الأيام، لكن أصدقاء الحقد، والغل، والغش، هذا هو المنتشر اليوم، لا تثق في جميع الأصدقاء لأن منهم كامل الحقد، والغل، من نحيبتك أنت، ثق في الذي معك طوال السنوات من طفولتك، من مواقف حدثت وهو من كان بجانبك، في هذا الوقت الجميع رحلو إلا صديقك، كن متمسك في هذا الصديق لا تدعه يغادر، حافظ عليه لأنها نعمة من الله لك، لكن الأصدقاء الأخرين الذي كمترع من الديجور، بداخلهم والحيف، وكمترع من الترهات، والغوائل حقيقي، هم من كانوا كمترع من هذا هم الأصدقاء الذين يمتلئون بهذه الصفات، هذه الأصدقاء لا تقف معك في أي تصرف ويكونون ضدك في أي شيء، ويفعلون لك الضجيج في حياتك، هذه الأصدقاء أبتعد عنهم، ويوجد أصدقاء معك من سن الطفولة لكنها أول أحد يغادرك، هم يتصرفون كالطبيعة كالأصدقاء الحنينة، والجميلة، وهم من يمتلئون بالحقد بداخلهم لا جلك، أنهم ضدك ينظرون بنظرة الشر لك تراها بداخلهم، نظرة الطيبة هي من تجعلك تثق بهم، الأصدقاء ليسو جميعهم الصدقة الحقيقية، كن أنت ولن تجعل أي أحدًا منهم يحولك لشخص آخر، الأصدقاء الذين يتكلمون عنك في غيابك هم لا يكون أصدقاء عندما فعلوا هذا التصرف، ثق في الذي معك في جميع ذكرياتك، ولحظاتك، ومشكلاتك، وجميع مشاكلك، لذكرياتك، الجميلة، والغير جميلة، هذا هو الصديق الفضول، وهذه هي الصدقة الحقيقية، كن أنت على طبيعتك، وحافظ على صديقك الصدوق، هذه نعمة من الله لك حافظ عليها

الأصدقاء

بسملة خالد فؤاد

”بونتيرا“



الفصل الثاني

القفاؤل

دائمًا لا تقلقًا بشأن إبي قدر
فرب أقدار تراها سيئة،
ويجعل الله فيها خيرًا كثيرًا،
تفائل، وأستبشر خيرًا،
ولا تجعل إبي موقفًا يحطمك،
فالدنيا عبارة تزول،
ولا أحد يستحق أن هذه المرة
من عمرك تهدم أستمر

ريتا ج العزب

الصعوبات

الصعوبات، لن تمر الحياه بدون صعوبات
لا يوجد شيء بدون الصعوبات ،
الصعوبات لتتخطي المستحيل
، لتتخطي مرطله الازجهاد، والعناء،
والتعب، لتجد ما فعلته طوال الايام
والسنوات، الصعوبات يجب أن تمر بها
ماهما كانت المهموم يجب أن نتخطي
هذه الصعوبات، والمهموم كن
كالبطل.

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

يعز علي الأ نسان أن يسلك طرقًا لا يرغبها
، لكنها الحياة
نحزن و نفرح ، نفارق و نقابل ، نترك أشياء
نريدها و نأخذ أشياء نراها لا تصلح لنا ،
ونركض وراء أحلامنا و لا نصل و مننا من
يصل ، وهكذا الحياة ،
فلا تشغل نفسك بها إلا أنها زائلها
ومهما حاولت إلا خذ ما تريد او إنك تفعل
ما تريد فلن يحدث إلا أن الله يعطيك كيف
يشاء ويأخذ منك كيف يشاء
فلا تنشغل وتستعد إلا بما هو أهم ،
أعد نفسك للفترة التي لا تنتهي ، و اترك
هذه الفترة القصيرة.

ريتا العزب

القرارات

لا أحب من هو حثيث في القرارات،
يجب أن يكن إنسان قشيب في
المجتمع، والقرارات، وعدم تشتط
في اختيار القرارات يجب أن تكن فطين
في حربة التفكير، والرأي، والقرار، اختر
ماهو خير لك وجديد لك ونافع لك اختر
قراراتك الصواب .

بسملة خالد فؤاد ” بونتيرا ”

الفشل

في رأي أغلبنا أن الفشل هو أسوأ شيء
علينا أن نتعلمه، وأن عندما يصاب الإنسان بالفشل
يصيبه اليأس، والأكتئاب، وفي بعض الأحيان يتجلبت
البعض إلى الانتحار، ولكن من وجهة نظري أن الفشل
شيء يغرقنا في حياة كل شخص منا فالفشل يجعلنا
نعيد كل حساباتنا يجعلنا نبدأ من جديد فمن الممكن
أن نكون قد أخطأنا في بعض الأمور فعندما نصاب
بالفشل نجدد كل هذه الأمور ويكون هذا لمصلحتنا
نحن، فيجب علينا أن نرى النجاح والفشل سواء لا شيء
أفضل من شيء،

فالنجاح يجعلنا نشعر أن مجهودنا لم يذهب جفاءً،
والفشل يجعلنا نصلح أخطأنا، ونعيد كل الحسابات من
جديد لتكون أفضل

فعندما يصاب أحدنا بالفشل لا يحزن ولا ييأس ولكن
ينظر إلى الجانب الإيجابي من هذا الفشل ويصلح
الخطأ الذي سبب لنا هذا الفشل.

الأمل يصنع المستحيل

يجب على جميعنا الاهتمام بالأمل،
وأن نكون متأملين في جميع أحوالنا،
وتصرفاتنا، لأن الأمل يصنع المستحيل،
هذه المقولة صحيحة، كن كاملاً الأمل
فيك وفي الله، كن متمسكاً بالأمل،
والحلم، وجاهد، وأتعب، لكي توصل
إلى حلمك الذي تحلم به دائماً،
بالأمل يصنع كل شيء، مستحيل

الأمل يصنع المستحيل

بسملة خالد فؤاد

يَظْمُونَ دَاخِلَكَ كُلَّ
الظَّمُوحَاتِ وَيَسْخَرُونَ مِنْكَ
فَلَا تَسْتَسْلِمَ لَهُمْ وَلَا
تَسْمَعْ أَرَائِهِمْ،
وَتَجَاهِلْهُمْ، إِنْ نَكَ عِنْدَمَا
سَتَّصِلُ إِلَيَّ الْقِمَّةَ وَتَحَقَّقَا
هَذَا الظَّمُوحِ سَيُّدَعِي الْجَمِيعِ
إِنَّهُمْ كَانُوا حَافِزًا لَكَ.

ريتا ج العزب

أطمئن الخيراتِ مهما طالَت الأيامِ
والسنين حتمًا سيأتي الخير، فالطف الله
يحيط بنا من كل الجهات، كم من
موقف تعرضنا إليه وكنا نظن أن لا مخرج
ولطف الله أحاط بنا وأخرجنا منها وكأننا
لم ندخل، فهو اللطيف الذي يعلم
بحالك،
يريدك فقط أنت تثق به وتسلم أمورك
له،
سيتورك، سيجعل لك من كل ضيقًا
فرجًا ” فقط ثق بربك“

ريتا العزب



الفصل الثالث العزلة

دائماً نمرُّ بالحزن بداخلنا نريد
القراءة عن الحزن ونعيش داخل
الحزن لكن كتاباتنا هذه يمكن
أن تلمس قلوبكم وتغيركم
للأحسن فاهياً بنا تبدأ

أين الجميع؟

أين الجميع؟ هل هم ذهبوا إلي كوكب آخر! أم هم متواجدون معي؟، أم إنهم في عالم آخر؟ فجأة أصبحوا في إختفاء داخل عالم الفقاعات، كل شخصًا في فقاعة لا يدري أين هو، أم ماذا يفعل، ولا يتحدث، جميعنا في هذه الفقاعة الكبيرة التي مليئة بالظلم، والظلم، والسكوت، والوحدة، والهدوء، والهموم، والكذب، والنفاق، وكأنها تغدو علينا بالسكوت، أريد أن أخرج من هذه الفقاعة، كيف أفعل هذا؟ لا يوجد أحد ليساعدني في هذا، كأن الناس هنا لا يتحدث وكأنها كالميتة، كأن أحد خانقها من جميع النواحي، ولا تقدر أن تتحرك، أشعر بهذا الشعور الآن، لا يمكنني التحرك، كأن يوجد أحد ملتف بي بحبل ولا أستطيع قطعه، أو أن أتحرك، أريد مساعدة، أريد الجميع يصدو من هذه الفقاعة وأن نواجه هذه الفقاعة معًا.

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

(يَوْمًا مَا)

عندما عدتَ معذراً عدتَ فقط لأنني أحبك، لم أكن أعلم إنك ستتخلي عني وعن صداقتنا بهذه السهولة وكأنك كنتَ تنتظر الخطأ حتى تتركني
أكانت هذه هي الصداقة؟ أكانت الفترة قليلة لدرجة؟ إنك في أول موقف تتركني وتذهب ولا تريد أن تتحدث معي
ثانياً

هل تأخرت في الاعتذار أم أنت من تريد أن تذهب
أكان إختيارك أم أجبرت عليه؟ لقد كنا أفضل الأصدقاء لقد كنا
دفاً سوياً في كل شئ

لا أحد كان يتوقع إنك ستتركني يوماً ما
لا أعلم خطأ من، أنا أم أنت

ولكن كل ما أعلمه أنني صدقت الوعد وعندما أخطأت في
حقك جئتُ واعتذرت أليس كان هذا هو الوعد بيننا أن عندما
يخطئ أبن منا يعتذر للأخر

وأنا الآن أوفي بالوعد وأتى كي أعتذرولك، ولا أجرك
ولكني لن أذهب و سأبقى علي أمل إنك ستأتي يوماً ما
وتقول لي أن كان هناك ظروفاً تحتم عليك بالذهاب وعندما
أتاحت الفرصة جئتُ إلي مرة أخرى،
يوماً ما سنعود كما كنا ..

ذكرياتي

جميع الذكريات مؤلمة، ومحرّنة، يوجد من الذكريات نوعاً من الذكريات الحزينة، والذكريات الجميلة، نحن نمرُّ بجميع الذكريات بالألم، وبالهموم، وبجميع ذكرياتنا، ذكرياتنا منوعة من حيث الحزن، والفرحة، وفي جميع الأحوال هو وقت وفترة نمرُّ بها في حياتنا فإيجب علينا التمسك بذكرياتنا الجميلة والغير رقيقة إنها فترة لا غير.

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

تشعر بالآلم حقاً عندما ترى أن لا أحد معك ولا أحد
يؤيدك، وتشعر بأنك سبب في كل المشاكل، ترى
أن كل المواقف السيئة أنت السبب في حدوثها،
يلومك الجميع، يشعرون بأنك منبع هذه
المشاكل يجعلوك تكره نفسك، تظل تنتفض
نفسك وتصرفاتك حتى تتعب وتشعر بأن لا فائدة،
سيظلون هكذا يحطموك ثم عندما يرهقون من
تحطيمك، يذهبو وتبقى أنت وحيد تحاول إعادة بناء
نفسك وشخصيتك من جديد
ولكن هذا ليس سهلاً

عندما يكون هناك زجاج ثم ينكسر كسوراً كثيرة
ويصبح مثل حبات السكر فمن الصعب أن تعيد هذه
القطع الصغيرة إلى قالب كبير كما كان فهكذا
قلبنا عندما ينكسر من الصعب أن نرجعه كما كان،
فلماذا تفعلون هذا بنا؟ أرحموا ضعفنا فنحن كنا
نحبكم ولكن أنتم قطعتم كل حبال الود بيننا.

رهي تاج العزب

لا الحزن

الحزن شيء مدمر لصحة، الحزن يأتي بسبب مشاكل عائلية، وبسبب الأصدقاء، أو أحد منهم ينظرُ كيف كان شعورك من داخلك، أو أحد منهم كان يحس أنك كنت تدمر يومياً بسبب هذا، والحزن يؤثر على القلب، ويمكن أن يؤدي إلى اكتئاب، يجب أن نحافظ على صحتنا، ولا نحزن ونتجنب الحزن،

لا للحزن

لا للحزن

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

(لماذا)

لماذا غادرَ الجميع، لماذا تركوني هكذا؟ هل
أخطأت في حقّ أحدهم، أم ماذا فعلت؟ ما
هو خطأي حتى يتركوني هكذا؟ كان هناك
وعد بيننا أن لا أحد يترك الآخر، لماذا خالفوا
الوعد وتركوني؟ أنا من أخطأت بحقهم أم
هم من أخطأ؟

الجميع رحل، لم يبق أي أحد لماذا كل هذا
العذاب، كانوا أتوا إلي وعاتبوني كنت
حدثتهم وقلت لهم إنني مخطأه ولكن لا
يتركونني هكذا، لماذا أعيش الآن
لا عائلة، لا أصدقاء، لا أحب
لماذا كل هذا لماذا؟....

ريتا العزب

حريتي

كانت لدي حربة كنت كالنسمة، كنت أعيش في راحة، لكن عندما ذهبت للعالم الخارجي ظهرت الناس على حقيقتها، الناس كمترع من الترهات، والحيث، والغوائل، ولغوب، وعندما أصبحت النصب لن أكن كأول أتمنى أن أكن في حلم، الناس هنا كأشرار معي، والأصدقاء، كمترع من الندالة، ياليت أعود مثل زمان ياليت.

حريتي

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

(وكأن كل الأمور تغيرت)

.....

عندما نمرُّ بحالة من الحزن
نشعرُ وبأن الدنيا فارغة لا أحد، ترى كل الأشياء
سوداء

وكأن كل الأمور تغيرت، كأن في لحظة كل شيء
أصبح سيئاً، في هذا الوقت فقط
نحتاج لمن يشعُر بنا ويتحدث معنا ويعلم ما
الذي يؤلمنا، ولكن عندما لا نجد من يخفف عنا، لا
نجد أحد، نشعر بأن كل شيء إنتهى
فهذه هي الخسارة الحقيقية
فالحزن موجوداً، ومن الطبيعة أن نشعر بالحزن أو
يأتي علينا حالة من الحزن
فهذه ليست مشكلة
إنما المشكلة الحقيقية هي
أن لا تجد من يخفف عنك هذا الحزن.

ريتا العزب

لا أحد منهم إلا أن معي، عندما أسألُ على أحدًا منهم يتحدث معك كأن لن يحصلُ شيء، لو إنك أنتظرت أن أحدًا منهم يسألُ عليك لا تجد من يسألُ عليك أبدًا، أجل لو أنتظرتَ العمرُ كاملاً، لن تجد من يسألُ عليك منهم، أنت من تسألُ عليهم دائماً، وهم أين؟

حتى الأقراب لك لن يسألُ عليك أبدًا، مع أن أنت من كان يسألُ عليهم دائماً وتتحدثون، وتتحدث كأن لن يحدث شيء، أين هم؟

لن يشعرك في أي لحظة من هذه اللحظات، لن يسألُ عليك حتى أن أختفيت، أين هم؟

لن يشعرك أن هذا قد يآثر بداخلنا الكثير من المشاكل النفسية، لماذا يفعلُ هكذا؟ يجب أن يشعرك بماذا أشعر، ويحس بي، وينظرُ بنظرة من داخلهم لي لكي يعلم ما بداخلي وبما أشعر.

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

أحياناً نريد لمن يتحدث معنا ويفهمنا،
وأحياناً نريد لمن يسمعنا دون أن
نتكلم،

وأحياناً نريد لمن يكون لديه الحل بأي
شكل، ولا نهتم إذا كان سيتكلم
معنا ام سيسمعنا، ولكن في
الأصل نحن نريد لمن يتحمل تقلباتنا،
فنحن لا نريد شخصاً بعينه نحن فقط
نريد شخص يتماشى معنا في جميع
أحوالنا.

ريتا ج العذب

ماذا أفعل؟

ماذا أفعل الجميع رحل؟

ماذا أفعل أصدقائي رحل؟

ماذا أفعل عائلتي رحل؟

ماذا أفعل الجميع رحل عني، إنني

كالوحيدة إنهم رحل بدون سبب

بدون أي شيء، لماذا فعل هذا بي؟

إنهم كالأشرار، وأنا سأنسأهم

جميعاً وسأكون شجاعة بنفسي

بدون أحداً منهم

بسمة خالد فؤاد "بونتيرا"

(لو لم نلتقي)

.....

لو لم نلتقي لكنتُ في حالتنا أفضل،
لكنتُ أكثر أرتياحًا،

منذ أول مالتقينا وأنا مشتتة مبعثرة لا
أعلم ماذا أريد

أصبحتُ أفكر كثيرًا خائفة دائماً، لو لم
نلتقي لكنت حياتي أكثر هدوءًا

بسبب هذا اللقاء تدمرت أطلالي وآمالي
يا ليتني لم أكن التقيت بك أبدًا

فأسوء ما حدث أننا التقينا

لو لم نلتقي لكنا أفضل.

ريتا ج العزب

لا أحد يهتم

لا أحدًا منهم يشعُر بماذا أشعُرُ، لا أحدًا منهم يهتمُ بحياتي،
وبهمومي، ومشاكلي، وبفرحتي، وبحزني، وبوحدتي،
وبكامل تصرفاتي، وحياتي كاملة، لا أحد منهم يسألُ إن كنتُ
حزينة، أو سعيدة، أنا. من أهتم بنفسي، هم من يحزنوني وأنا
من يعالج نفسي، هناك الكثير منهم يعتبروني، مختلفة
عنهم، يعاملوني كأنني لن أكون مثلهم، مع إنني مثلهم
تمامًا، ويتنمرون علي، وهم مثلي،
دائمًا أتعرضُ للتنمر من عائلتي، وأصدقائي، حتى البشر الذي لا
اعرفهم ولا يعرفوني، ينظرون لي بنظرة سخرية، حتى أصبحتُ
كل يومٍ لا أريد أن أرى كل من كان يسخر مني، حتى أصبحتُ
أستيقظ وأجلسُ في غرفتي وأغلقُ باب غرفتي علي وأكونُ
وحيدة وأجلسُ في صمت، مدهوشة من الذي يحدث معي
بدون إن شيء، لا يشعُر البشر بماذا أشعُرُ كل يومًا وذلك
بسبب نظراتهم لي، وسخريتهم لي، ويتحدثون لي، حتى
أصبحتُ أريد أن أختفي من هذا العالم ولا أواجه العالم والبشر
مرة أخرى، لأنهم من دمروني شخصيًا، وجسديًا، ونفسيًا، لكن
يجب أن لا أحزن، وأيأس يجب أن أتخطي جميع البشر، الذين يتحدث
عني، وأن أواجه العالم وأن أثق بالله، وأحب نفسي وأن لا أعرضُ
نفسي لهذه الحالة مرة أخرى.

لا أحد يهتم

عندما نشقُّ في الأشياء ثم
تخيَّبُ أملنا فالمشكلة ليست
في الأشياء، إنما المشكلة
فيما نحن لأننا وثقنا أكثر من
اللازم، يجب أن يكن لكل شيء
مقداراً تضع كل الثقة في
شيء أنت لست متأكداً منها،
لأن عندما نخسره يصاب قلبنا
بجرح كبيراً.

ريتا ج العزب

دائمًا أعيشُ في الديجور بعيدة عن
الحياة، الحياة كمترع من الترهات،
والحييف، والغوائل، والبشر أصبحت
كالغوب، وكل يومٍ أحد من أفراد
عائلي يافل ولن يعد، في ليلة من
الودق غاب أخي، ولن نعتز عليه في
أي مكان، أنني أصبحت حزينة، حتى
أصبحت الآن بعيدة عن عائلي؛
لأنني رحلت من هناك، من ترهات
البشر، وغوائل البشر الموجودة في
أعيونهم، حتى أصبحت أفل منهم.

بِسْمَلَةِ خَالِدِ فُوَادِ

٣٠

”بونتيرا“

عندما كنتُ أحتاجُ لشخصًا ما؛ هل
كان هناك أحدًا بجانبِي؟!
وهل كان هناك أحدًا يهتمُ
لأمري؛ وماذا فعلتُ بي دوحِ
الليالي؟ هل كان هناك شخصًا
لا أريدُ تسوي شخصًا يُشعرني
بالأحتواء بل أمان ذلك الشعور الذي
لم أشعر به قط ثم جففتُ تلك
الدموع وتحدثتُ لم يكن هناك
أحدًا سوي الودعه

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

بداخلي

بداخلي أعيش في سجن، لا يمكنني
التحدث مع أحد، لا يمكنني التحرك، بداخلي
شعور سيء، بداخلي ظلام، وبداخلي فارغ
من الأمل، والأنجازات، بداخلي شعور
أسود، أتمنى أن أخرج من هذا السجن،
الذي مسجونة به في وجهي، أريد الهرب
لكن لا يوجد مفتاح للهرب أنهم
يطارودونني ولا يمكنني الهرب منهم،
ليتني أعرف الهرب من هذا السجن

بداخلي

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"

الفصل الرابع

الرضع



نمر يا لكثير من نِعَم الله علينا
فيتوجب علينا أن نرضى و لا
نسخط على معيشتنا
وإليكم بعض الخواطر التي
ستلمس في قلوبكم كم
نحن في نِعَم من الله

متمسكتًا بطلمي

عندما نجحتُ وحققْتُ حلمي، وأصبحتُ مشهورة
يكونون بجانبني، وعندما كنتُ أجتهدُ لأصل
لحلمي كانوا يتتبعون علي، ويحبطونني
بكلّ مهم، ويكسرونني، ويضعفونني، ولكنني
كنت متمسكةً بطلمي لأن الله كان معي،
وكنت لا أعتبرهم معي، لأن كان معي الله
فقط، وكنت أتشجع وأقوي حلمي لأصل إليه،
وأجعلهم ينظرون كيف ووصلت لحلمي
الذين كانوا يتتبعون عليه والآن أنا حققتُ
حلمي وهم الآن لا يفارقونني لأنني أصبحت
معروفة ومشهورة لكنني لن أنسى ماذا فعلوا
بي.

بسمة خالد فؤاد "بونتيرا"

مهما بلغت بك الأمور، ماذا بعد
هل ستبقى الأمور كما هي، لن تتغير،
بل لا شيء يدوم على حالة، كل شيء يتغير،
فما لي أراك حزينا خائفا
أيًا كان همك ماذا بعد هل سيبقى همك
هكذا،

ألن يتغير الحال، بل رب الكون يغير الأحوال ما
بين ثانية وثانية
فأهون على نفسك لا شيء يستحق كل هذا
، فمهما بلغت الأمور لا شيء يبقى كما
هو،

فلا همًا يبقى ولا حزنًا دائمًا ،
فأهون على نفسك فإنه يطفأ لك الأمور
من حيث لا تشعر

ريتا العزب

في الوقت المحدد سيأتي كل شيء ، في
الوقت الذي قدره الله لك ،
تعافرتَ وتجادل مع الحياة ،
ولا تعلم أنك مهما فعلت ، فلن يأتي أي
شيء إلا في الوقت الذي حدده الله لك .
فما بالك أنت تسخط على حياتك ولا ترضى ،
وتحدث نفسك قائلًا لماذا لا يأتي هذا
وهذا

وأنت لا تعلم أن كل شيء سيأتي ولكن
في الوقت الذي حدده الله لك .
والأشياء التي تستأتي هي التي كتبها
الله لك دون زيادة أو نقصان ،
فلا تتعب وتنهك نفسك في حياة ليس
بيدك منها إلا ما كتبه الله لك

ريتا العزب

يرى كل شخص حياته علي
حسب وعاء الرضا لديه،
فإن كان وعاء الرضا ممتلئ
بالرضا التام، رأى جميع الأيام
جميلة وإن كان وعاء الرضا غير
ممتلئ و فارغ، رأى كل الأيام
سيئه، فعليك بالرضا فإن به تحل
الأيام ويزول الحزن ويذهب
البكاء.

ريتا ج العزب

**عدم السعادة
سببنا اننا علقنا السعادة
على أشياء لا يمكن لها أن تجلب لنا
السعادة،
ولو اننا راضينا بأحوالنا،
لكننا أسعد الأشخاص
فالرضا يجعلك مطمئن من داخلك
تشعر بأن كل شيء جيد
وأن الله يجلب لنا الأفضل في كل
الأحوال.**

ريتا العزب

دائمًا تأخذنا إل قدر إلهي
أشياءًا لا نريدها، أو نراها لا
تصلح لنا، لكن قدر يوسف
في البئر أخذه إلهي الحكيم،
فرب أقدار تراها أنت سيئة
ولكن تأخذك إلهي أشياء
أفضل.

ريتا ج العزب

الفهرس

1 / الفصل الأول الخوف والتوتر

2 / الفصل الثاني التفاؤل

3 / الفصل الثالث الحزن

4 / الفصل الرابع الرضا

الخاتمة

نشكركم على قراءة الكتاب
تتمنى أن يكون نال إعجابكم
وها نحن خلصنا رطلتنا في
القراءة من الحزن والرضا
والتفاؤل والخوف ومن تجاربنا
للحياة شكراً لكم جزيلاً

بسملة خالد فؤاد "بونتيرا"
ريتا ج العزب

خواطر مبعثرة

بداخل كل واحد منا الكثير من
الأمواج المتلاطمة، والكثير
من المخاوف، وكذلك الكثير
من المشاعر الجياشة؛ نحتاج
إلي من يرتب ما بداخلنا
ويفهمها.

تحت إشراف

بسرلة خالد فؤاد "بونتيلا" & ريتاج العذب