

نشرة القابضة

هو في البداية يرفع اليد بالدخان ملوَّحًا
أنا في البداية أرفع اليد كي ألوح للدخان



محمد عبدالباري

نستوقف محطات الحياة لنستعيد الذاكرة

أو تستوقفنا الذاكرة
في محطات الحياة

يفتح لنا الله أبواب الحياة مشرعة
بطرقها العديدة واختياراتنا التي
لا لن تشكل فرق فقدنا مكتوب
من بدء الخليقة، وبهذا نتخفف

نتخفف من ثقل الأمس ومن
الذاكرة ومن نوستالجيا الأشياء

نتخفف لنترك مساحة كافية للأشياء
الجديدة أن تستقر وتجد ملاذها ها
هنا في حياتنا

نتخفف من حنين الماضي لنستقبل
بذلك بهجة المستقبل

نقطة آخر السطر

صفحة جديدة...

لكل البدايات
التي بانت لنا
نهاياتها
قبل أن تبدأ

لكل النهايات
التي خدعتنا
وظننا بأنها
بدايات جديدة

هكذا نستقبل الأيام وتستقبلنا
بمضاداتها وقدرتها على دهشتنا
دائمًا لذا.. دعوها تكتسح حياتنا
بسلاسة وسهولة وبلا توقعات
نقتل الرضا بالمتوقع لنخلق
دهشة المجهول

اخلع مسماك الأنيق وعد إلى
عري البداية واستقر جذًا إذا

جبر البعداني



قف
قاتل

نتخلص
وبالتخلص
ننجو

مرة وراء الأخرى ..
مرة وراء الأخرى ..

جميعنا نعرف ما هي الأشياء التي
على المرء فعلها وتلك الأمور الضارة
التي قد تعود بالمأساة

لكننا وبرغم من معرفتنا نتجاهل الأمور
البسيطة كالتخفف من ثقل الأمس
ومحاولة جاهدة لعيش لحظة اليوم

معكرات
المزاج
والسبيل
للتخلص

مثال بسيط

تستيقظ الصباح في محاولة لأن يكون
يومك سعيد تذهب إلى عملك تستجذب
النشاط ثم تفاجئ بكم هائل من رائحة
البخور فتهاجمك من كل اتجاه وتجتثم على
صدرك فتتمنى لو أن هذا الصباح لم يأتي...

لذا نقترح ها هنا عدة أنواع للبخور الطبيعي
خفيف الظل لعل صباحات الموظفين تكون
أكثر خفة :

1- بخور اللبان العماني

2- بخور الصندل الطبيعي

3- بخور الحرمل

وبس

والله

أحمد
المكيستي
القابضة