LE FORUMISTE

FORUM EHTP-ENTREPRISES 27 OCTOBRE 2025

LE FORUMISTE VOUS INVITE À EXPLORER

LES MYSTÈRES DES CIVILISATIONS ANCIENNES

La civilisation est un mot apparu au XVIII^{e} siècle pour décrire les sociétés que les penseurs de l'époque considéraient comme « avancées », c'est-à-dire organisées, cultivées et vivant sous des lois. Par opposition, on qualifiait de « sauvages » les peuples vivant selon des modes de vie jugés simples

Dans cette édition du **Forumiste**, nous voyagerons à travers le temps pour découvrir les civilisations qui ont façonné l'humanité. Des Égyptiens aux Mayas, en passant par les Grecs, les Romains, la dynastie Han ou encore le Japon et le samouraï , chaque peuple a laissé une empreinte unique dans l'histoire. Comprendre ces héritages, c'est percevoir la richesse des cultures et voir la civilisation comme un ensemble d'histoires qui ont façonné le monde.

A Découvrir :

Outside of the box

Rédacteurs:

AGHAD Imane
EL MIRE Saad
HABBASSI Zainab
IAZ Salma
MABCHOUR Aicha

Rédactrice en chef:

QASMI Oumaima

Silk, steel and strategy: a Han dynasty tale

Let's go back to 2000 years ago and visit the era that has marked the Chinese culture forever, lets witness the revival of the silk road, the invention of paper and the flourishment of literature and scholars: the Han dynasty.

One would expect such a dynasty that defined a civilization to be founded by a king or man of noble origins but it was, in fact, built by Liu Bang, a man of humble birth.

Liu Bang, who is later known as the Gaozu emperor, led the revolt against repressive policies to later on ascend the throne and create an empire that has reigned for more than 400 years.

Before the Han, the Qin were known for their strictly controlled system. Even after its ascendence, the Han followed the footsteps of the Qin in this regard, dividing the empire into regions run by government officials and creating a bureaucracy where talent actually mattered. But, the Hans, unlike their predecessors, dressed their power in the suits of Confucian values which consist of preaching virtue, balance and loyalty, while quietly maintaining political control.

The Han rulers balanced reward and punishment and honored loyal servants while strictly punishing disobedience. The government also issued regular calendars to maintain transportation routes for officials, while provincial officials were in charge of counting the population and registering records of land and its harvest. Philosophy and literature prospered during the Han dynasty making one of its central achievements the Imperial examination exam, which consists of recruiting officials based on their knowledge and education rather than their titles, making a drastic change in how the power was acquired back then.

The Hans were pioneers in trading and expanded their influence to neighboring countries through the Silk Road, which is an ancient trade route that linked the West with the middle East and Asia.

Other cultural achievements of the dynasty lie in the creation of their first ever dictionary and the invention of paper which replaced writing on bamboo and silk making knowledge more accessible.

The Hans also knew some scientific inventions such as the water clock, sundials and seismographs that could detect earthquakes hundreds of miles away.

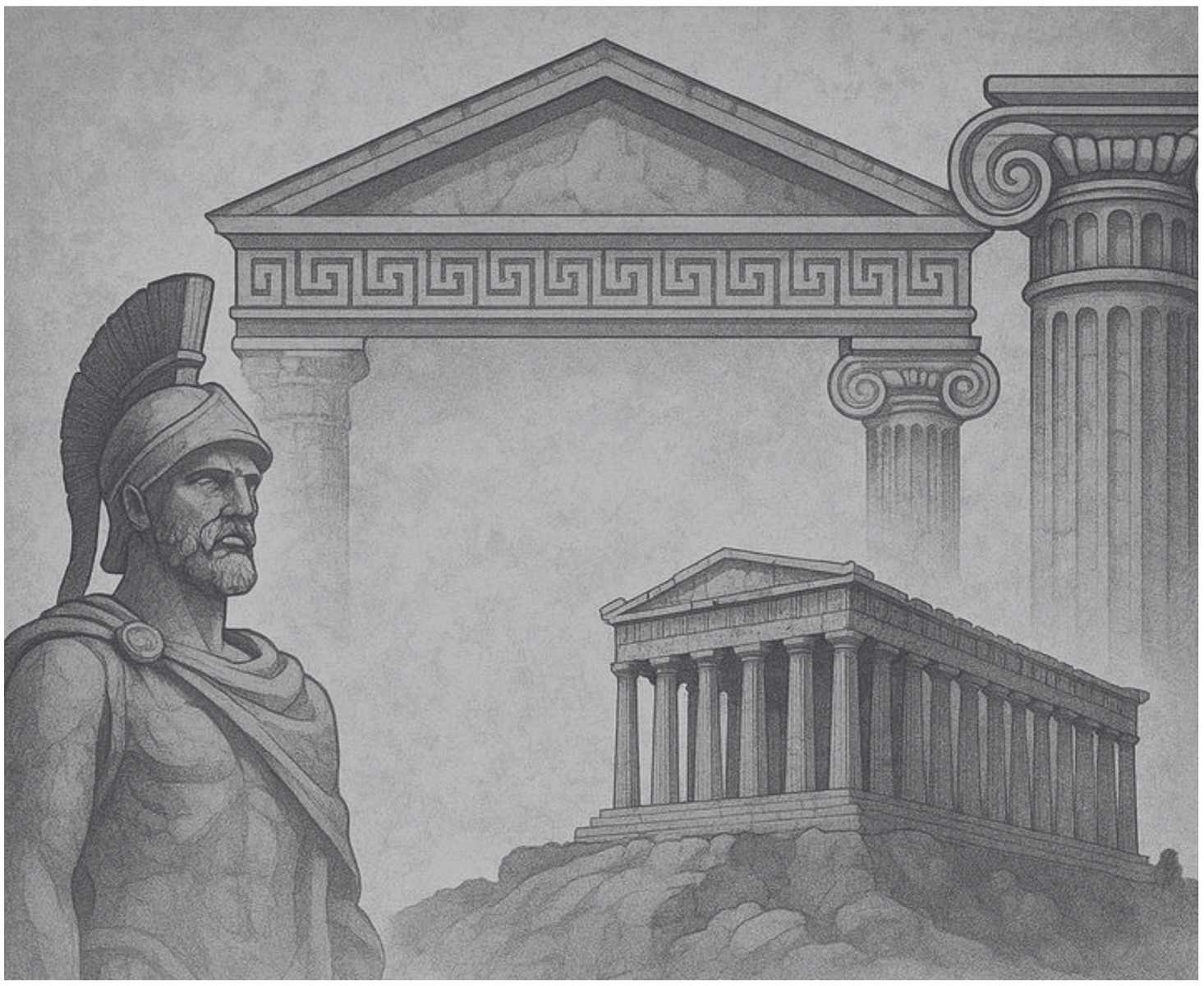
The dynasty's decline was contributed to different factors that were mostly internal. Despite the restoration, patterns of famine and social inequality proved too much, and thus formally ended at 220 AD which was then followed by the rise of what's known as the three kingdoms period.

The Han dynasty has left a lasting legacy that still appears in today's Chinese culture so much so that "Han" is used to denote someone who is ethnically Chinese. So, before you watch your next c-drama and get lost between ancient robes and celestial realms, remember that you are most likely witnessing a reflection of a 2000-year-old empire that defined the essence of what it is to be Chinese.

هرم، رمل وخلود

من رائحة الكتان و المرّ، صنع المصريون التاريخ ، فصار الجسد بعد الموت سفينة الى الخلود . كانوا ملوك الطب و البناء و تركوا اثرا بحبر الخلود حفر الحجر. اثر مازال يهمس صارخا:" هنا ولد التاريخ، هنا كتب القدر". هو قدر امة ارتوت بالنيل، قدست الشمس و استنارت بالقمر .
نبسط قبضة التاريخ لنقرأ خطوط كف الحضارة التي تروي قصة بُناة الهرم اسياد الصحراء .
نعود بالزمن الى حوالي 3200 ق م ، و نحط الرحال على ضفاف النيل ،لنشهد على الملك مينا و هو يربط رباط وحدة مصر العليا و السفلى، في لحظة مهدت كتب تاريخ الفراعنة.
تعاقبت الأسر بعدها في فترة سميت تاريخيا بالمملكة القديمة. وبينها وبين الوسطى كانت الفترة الانتقالية الأولى، التي عرفت فيها مصر أول الزعزعات بإنهيار الحكومة المركزية وتوالي المجاعات والحروب الأهلية. فبدأ الحكام المحليون بالتنافس مبتعدين عن حكم الفرعون. وبحلول عام 2160 ق م سيطر الحكام في هيراكليوبوس على مصر السفلى، وسيطرت عائلة لنتيف على مصر العليا وهم الذين وحدوا مصر مرة أخرى بقيادة منتحوتب الثاني بعد هزيمة حاكم هيراكليوبوس. فتمت ولادة الدولة الوسطى بقيادة الأسرة الحادية عشر و "بطيبة" كعاصمة لها .
توالت على مصر بعدها فترات من الاستقرار مفصولة بفترات من النزاعات، وفي ظلّ تتابع الحكّام كانت الحياة هناك تنعم بنظامٍ فريدٍ وترتيبٍ سابقٍ لعصره، إذ كان نهر النيل شريان الحياة ومصدر الخصب والعطاء، وبدونه ما كان لتلك الحضارة أن تزدهر وسط صحراء قاسية وصمتٍ أبدي من الرمال. كان المصريّ القديم يرى في النيل روحًا مقدّسة تنبض بالحياة، فبنوا على ضفّتيه المدن والمعابد، ونظّموا مواسمهم الزراعية وفقًا لدوراته، فصار الزمن عندهم مرتبطًا بالماء، والخصب مرتبطًا بالسماء.
لكلّ فردٍ في أرض الفراعنة دورٌ محدّد ومسؤولية واضحة، فالفلاح يزرع ويكدّ ليهب الحياة للأرض، والكاهن يرعى شؤون الروح ويُقيم الطقوس في المعابد، والفرعون، الذي نُظر إليه كتجسيدٍ إلهيٍّ على الأرض، يقف على رأس هذا النظام ممثّلًا للحكمة والقوة والعدالة. لم يكن الملك عندهم مجرد حاكمٍ دنيويّ، بل رمزًا للخلود، يربط بين عالم الأحياء وعالم الآلهة. ومن هذا الإيمان الراسخ بالحياة بعد الموت، نشأت فكرة المقابر الملكية والمعابد الجنائزية، فكان تشييدها طقسًا مقدّسًا، يجتمع فيه الفن والهندسة والدين في سيمفونيةٍ واحدة تمجّد الأبدية.
ومن رحم هذا الفكر وُلد الفن المعماري الفرعوني، الذي لا يزال إلى اليوم يثير دهشة العلماء والمهندسين. فقد استخدم المصريّ القديم الحجر كأنّه قطعة من السماء، فصنع منه أهراماتٍ تتحدّى الزمن، ومعابد تروي قصص الخلق والبعث، ومقابر تفيض بالألوان والنقوش، تنطق بلغةٍ صامتةٍ تحكي أسرارهم للأبد.
لم يكن الجمال عندهم غاية في ذاته، بل وسيلة للاقتراب من الكمال الإلهي.

لذا نُقشت على الجدران رسائلٌ تخاطب الموت وتكرّس الخلود، تصف رحلة الروح في العالم الآخر، وتبشّر بالبعث والنور الأبدي.
هم أناس خلدهم الزمان، وكتبت عنهم الكتب، وصُنعت لأجلهم الأفلام. لم يكن ذلك لثراء حضارتهم فحسب، بل لدقّة ما وثقوه من تفاصيل حياتهم. كانوا مؤرخين قبل أن يولد التاريخ، وكتّابًا نقشوا على جدران المعابد حكاية الإنسان الأولى، ليخبروا العالم أنهم كانوا من أعظم من مرّ على وجه الأرض . ومن بين ما ميّز عبقريّتهم وخلّد أثرهم عبر العصور، كان الطبّ الفرعوني، ذلك الفنّ الذي جمع بين العلم والإيمان، بين التجربة والعقيدة، فصار مرآةً تعكس عمق فكرهم وسموّ إنسانيتهم. لم يكن الطبيب عندهم مجرّد معالجٍ للجسد، بل كان كاهنًا يبحث في أسرار النفس، يرى في المرض اختلالًا في توازن الكون، وفي الشفاء استعادةً لذلك الانسجام المقدّس بين الإنسان والطبيعة والآلهة.
لقد بلغ الطبّ في مصر القديمة درجة من الدقّة والعلمية تُدهش العقول حتى اليوم، فقد تركوا لنا برديّاتٍ خالدة مثل بردية إيبرس وإدوين سميث، تضم وصفاتٍ طبية وجراحية تفوق ما يمكن تصوّره في زمنهم. تحدّثوا عن أمراض القلب والعين والمعدة، ووصفوا الأعشاب والزيوت والعسل كأدوية فعّالة، واهتمّوا بالتعقيم وخياطة الجروح، في وقتٍ كان فيه العالم يعيش في ظلمات الجهل. وما يثير الإعجاب أنّ كثيرًا من أساليبهم ما زالت تُمارس إلى عصرنا الحديث، مثل العلاج بالأعشاب، واستخدام العسل لتطهير الجروح، والثوم لتقوية المناعة، والحجامة لتحريك الدم وتنقيته من السموم، والتدليك بالزيوت الطبيعية لتخفيف الألم وتجديد الطاقة.
كان الطبّ عند الفراعنة فلسفةً للحياة أكثر منه علمًا للدواء، ينظر إلى الإنسان ككائنٍ متكامل بين الجسد والروح والعقل، ولهذا ظلّ أثرهم خالدًا في كل زمان، يذكّرنا بأن الحضارة ليست بما يُبنى من حجارة، بل بما يُشيَّد من فكرٍ ومعرفة. وهكذا، كما شيّدوا الأهرامات لتتحدّى الزمن، شيّدوا أيضًا صرحًا من الحكمة الطبية ما زال نوره يتوهّج في وجدان الإنسانية، شاهدًا على عبقرية شعبٍ علّم العالم معنى أن يكون العلم رسالةً مقدّسة.
وبهذا، تظل مصر القديمة أكثر من مجرد فصل في كتاب التاريخ، فهي تمثل روحًا تعيش في ذاكرة البشر، وتشهد على قدرة العقل عندما يتحد مع الإيمان، وعلى الإرادة التي حولت الصحراء إلى حضارة، وجعلت الحجر وسيلة للتعبير، والموت طريقًا نحو الخلود. من بين أهرامها، وأصوات نيلها، وهمسات برديّاتها، يظهر المصري القديم ليعلّم البشرية أن المجد لا يأتي من السيوف، بل يتشكل من خلال العلم، ويُحفظ من خلال الإبداع. فحضارتهم لم تكن مجرد معالم تُزار، بل كانت دروسًا تُقرأ في النظام، وفي الفن، وفي الطب، وفي فهم إنسانية البشر. إنها دليل على أن من أحب الحياة بصدق، استطاع التفوق على الموت، وترك وراءه نورًا لا يزول. فلتعش الأرض التي كتبت أول الحروف، وبنت أول الحجارة، وأعطت العالم معنى الخلود.



LA CIVILISATION INTEMPORELLE

La Grèce antique est souvent considérée comme le berceau de la philosophie, de la démocratie, du théâtre et de la pensée scientifique. Pourtant, son essor ne fut ni brutal ni isolé. Les Grecs se sont formés progressivement, influencés par des cultures plus anciennes comme les Minoens et les Mycéniens, et ont évolué dans un territoire fait de montagnes et d'îles, qui favorisait l'autonomie. Au lieu de se rassembler sous une seule autorité, la Grèce est devenue une mosaïque de cités-États, chacune avec son identité et son propre système politique.

Parmi ces cités, Athènes et Sparte se dressent comme deux mondes opposés. Athènes valorisait le débat, la création artistique et la participation à la vie publique. C'est là que naquit l'idée de démocratie, certes limitée aux hommes libres, mais révolutionnaire dans sa volonté de faire participer les citoyens aux décisions communes. Sparte, quant à elle, mettait l'accent sur la discipline, la bravoure et le dévouement absolu à la cité. Elle devint l'une des sociétés militaires les plus redoutables de l'Antiquité.

La Grèce acquit une importance majeure lors des guerres médiques contre l'Empire perse. Face à un ennemi puissant, les cités grecques réussirent à s'unir et remportèrent des victoires décisives, renforçant leur influence. Cette union permit l'âge d'or d'Athènes, marqué par l'édification du Parthénon, les grandes œuvres théâtrales de Sophocle et d'Euripide, ainsi que les enseignements de Socrate, Platon et Aristote. Les philosophes grecs interrogèrent le savoir, la justice, la réalité et le sens de la vie — des questions dont l'Occident porte encore l'empreinte.

Mais cette même liberté qui stimulait la créativité nourrissait aussi les rivalités. Les tensions, surtout entre Athènes et Sparte, débouchèrent sur la guerre du Péloponnèse, un conflit long et épuisant qui affaiblit toute la Grèce et la laissa divisée.

C'est alors que le royaume de Macédoine s'éleva, d'abord sous Philippe II puis sous son fils Alexandre le Grand. Admirateur de la culture grecque, Alexandre la diffusa depuis l'Égypte jusqu'aux confins de l'Inde. La Grèce atteignit son plus grand rayonnement culturel au moment même où elle perdait son indépendance politique. La langue, l'art et la pensée grecs se propagèrent largement, façonnant le monde hellénistique puis l'Empire romain.

Aujourd'hui, lorsque nous parlons de démocratie, de philosophie, de théâtre, de science, d'éthique ou de géométrie — lorsque nous nous posons simplement la question pourquoi — nous parlons encore grec, sans même nous en rendre compte.

Les Grecs ont brillé intensément. Leur puissance ne venait pas de l'épée, mais de l'esprit. Et si leurs cités ont disparu, leur lumière, elle, ne s'est jamais éteinte.

The Wild Life of Vikings

With their long braided hair, fur coats and scarred faces, Vikings became a striking part of many cultures. Some people believe they truly existed as history describes, while others think it comes from a realm of imagination. The Vikings were Scandinavian seafaring warriors from what is now Denmark, Norway and Sweden and they had a major impact on European history between the 9th and 11th centuries. In their own lands, many of them were ordinary farmers, landowners or members of extended clans. But once they set sail, they transformed into raiders, explorers and conquerors whose reputation spread across all of Europe. Their name itself “víkingr” originally meant “pirate,” which shows how deeply their raids shaped how others saw them.There were several reasons behind this massive wave of expansion: population pressures in Scandinavia, political tension between chieftains and the fact that many of the lands they attacked were poorly defended. With agile longships capable of crossing both open seas and shallow rivers, Viking leaders could organize fast and surprise attacks. But beyond raiding, they were also settlers, traders and navigators, capable of traveling incredibly long distances. Their influence spread in almost every direction. In England, they didn’t just raid; they actually conquered large territories and formed what became known as the Danelaw. There were moments when it looked as if England itself would become permanently Scandinavian, especially during the rule of Canute. In the west, their spirit of exploration was extraordinary: they settled in Iceland, then Greenland and eventually reached the shores of North America around the year 1000 long before Columbus. Ireland also felt their presence strongly. They founded major coastal cities such as Dublin, Waterford and Limerick, which actually began as Viking strongholds. Although the Irish eventually resisted them militarily, Viking influence in those regions remained visible for centuries. Further south and on the continent, their raids touched the Carolingian empire and from their settlement in Normandy arose a new power, the Normans, who would later conquer England in 1066. By the 11th century, the Viking age gradually came to an end. Scandinavia became more centralized and Christianized and instead of independent raiding leaders, unified monarchies emerged. The desire for personal conquest faded as kingdoms formed structured armies of their own. The last of the traditional Viking chiefs disappeared and the era of open-sea raiding gave way to settled kingdoms. Even though their age is long gone, the Vikings left a powerful legacy visible today in language, cultural memory and even in the persistent fascination people still have for their daring and mythic image. Their story is a reminder of how far human ambition can push the boundaries of the world mixing folklore, curiosity and survival.

الرومان: مجدٌ صاغه العقل والنظام

من مدينة صغيرة على ضفاف نهر التيبر صاغ الرومان مجدهم، فغدت روما قلب العالم النابض بالحضارة، وعرشًا للخلود على مرّ الزمان.

لم تكن بدايتهم سهلة ولا ممهدة بالعظمة، كانوا أناسًا عاديين، إلا أنهم امتلكوا شيئًا ميّزهم عن أسلافهم، وهو إيمانهم بأن النظام يصنع القوة، وأن القوة هي السبيل الوحيد للبقاء. فعرفت روما بنظامها السياسي والإداري الدقيق الذي اعتمد على الانضباط والعدالة، وغدا القانون الروماني أبرز إنجازاتهم الفكرية والحجر الأساس لما أصبح لاحقًا مرجعًا للقوانين الحديثة في العالم.

في عمارتهم، برزت الأشكال الهندسية، فبنوا القناطر المائية والحمّامات والمعابد بعقلٍ منظّم وفكر عملي، وجمعت مبانيهم بين الدقة والجمال وبين الحاجة والفن. وما زالت آثارهم حتى اليوم تذكّر العالم بحضارتهم، كأن الحجر يحكي قصة عقلٍ منظم وإرادة ثابتة.

في الفكر والفن، تعلم الرومان الكثير من اليونانيين، ثم أضافوا أسلوبهم العملي. ازدهرت الخطابة والآداب والفلسفة، وأصبحت اللغة اللاتينية أداة للتواصل والفكر، ومنها خرجت لغات أوروبا التي نعرفها اليوم. وعلى مسارحهم، عُرضت قصص الإنسان بكل ضعفه وقوته، كمرآة تعكس الصراع والشغف اليومي، لتظل الحياة واضحة كما هي. روما لم تكن مجرد مدينة، بل تجربة عملية لفهم الحياة. من خلالها تعلم الناس كيف يُنسّق كل شيء بطريقة تتيح لكل فرد أن يعرف دوره ويؤدي مهمته، وكيف يمكن للفكرة أن تتحول إلى واقع مستمر. كانت الحركة اليومية في الشوارع، ترتيب الأماكن العامة، وتنظيم التجمعات، تعكس وعيًا عميقًا بالمسؤولية المشتركة، وكأن المدينة نفسها تضع قواعد صمتية لكل من يعيش فيها. لم يترك الرومان شيئًا للصدفة، فكل حجر موضوع في مكانه، وكل ممر مخطط بدقة، يحمل رسالة عن العقل والانضباط، وعن رؤية واضحة للحياة تجمع بين الحاجة والجمال. وكان هناك فهم صامت للعلاقات بين الناس، كيف يتعاونون ويؤثرون في بعضهم، وكيف يمكن للتخطيط والتنظيم أن يجعل المجتمعات أكثر مرونة وقدرة على مواجهة التحديات. وفي هذا النظام اليومي، لم يكن الفرد مجرد جزء صغير من آلة كبيرة، بل كان عنصرًا فاعلًا، قادرًا على التغيير والمساهمة، ما جعل الحياة في روما متكاملة كنسيج متماسك يحمل في طياته كل جوانب الوعي البشري والعمل الجماعي.

ومن خلال هذه التجربة، تشكلت رؤية عميقة للحياة والمستقبل، حيث تعلم الناس كيف يوازنوا بين المسؤولية والطموح، بين الحرية والانضباط، وكيف يمكن أن يكون لكل فعل أثر طويل المدى. لقد أصبح كل شيء في روما، من حركة الناس إلى ترتيب المباني، وكأنه نص مكتوب بعناية يوجه الحياة ويحدد مسارها، ويذكر الجميع بأن المجد لا يُبنى على الفوضى بل على ترتيب واعٍ. وكانت التجربة نفسها، بكل تفاصيلها اليومية، مدرسة للعيش المنظم، تعلم الإنسان كيف يدمج التفكير والعمل، والتخطيط مع التنفيذ، والصبر مع المبادرة. وهكذا، لم تكن روما مجرد مكان يعيش فيه الناس، بل كانت مرآة تعكس قوة العقل والالتزام والإرادة، وتعلّم أن المجد الحقيقي يبدأ من فهم الحياة كما هي، ومن القدرة على تحويل الفكر إلى أفعال تدوم وتترك أثرًا يتجاوز حدود الزمان.

ويبقى الرومان أناسًا علموا العالم كيف تُحوّل الإرادة والفكر إلى أثر لا يمحى و لا يضيع في تقلبات الأيام.

THE SPIRIT OF JAPAN: WHERE BLOSSOMS FALL AND BLADES RISE

Dear reader, would you spend your last breath on a rhyme? Perhaps yes, if you'd allow me to take you to an era where death knew the address to poets by heart, and for death to have a heart, it must at first and before all live a life. Once upon a time, there were warriors that carried both swords and words, side by side they sacrificed their lives for death, and founded a novel life: a life of death. These were the samurai of Japan, warriors who wrote verses before battles, and whose final breaths turned into poetry. To them, life was as brief and radiant as a cherry blossom: beautiful in bloom, graceful in its fall. Each petal drifting in the spring wind was a reminder that nothing lasts forever, and yet, within that impermanence lies eternity. Japan, the island of mountains and mist, stood alone in the vast sea, its heart forged between silence and steel. The samurai emerged from this land like echoes of its soul, strong as its peaks, calm as its waters, and faithful to Bushidō, the way of the warrior.

They lived by courage, loyalty, and honor, not fearing death but greeting it as an old friend. Their swords sang of battle, but their hearts hummed of peace. They studied poetry, calligraphy, and Zen, seeking to master not just the art of war, but the art of being. When Japan's feudal age faded, the samurai vanished into history, but their spirit endured, rooted deep like the cherry tree, reborn each spring in petals and poems alike. For though the warriors are gone, their rhythm remains in the wind through the pines, in the mountain's still breath, and in every quiet act of honor that keeps Japan standing, proud and alone, in the middle of the sea.. This idea, known as mono no aware, taught people to appreciate the world's fragile beauty, from cherry blossoms that bloom and fall in days, to friendships and seasons that come and go. During the Edo period (1603–1868), Japan experienced peace and cultural growth. It was an age of samurai ethics, strict social order, and artistic refinement. Haiku poetry, tea ceremonies, calligraphy, and theatre like kabuki became powerful forms of expression. Meanwhile, Bushido, the samurai code of honor, emphasized loyalty, courage, and self-control values that shaped generations. When Japan entered the Meiji era (1868–1912), it opened its doors to the modern world. Western science, technology, and education blended with traditional customs.

Yet, the Japanese spirit respectful, disciplined, and mindful remained unshaken. This balance between progress and tradition became one of Japan's greatest strengths. Today, the legacy of those eras still breathes in Japan's culture and people. From the way the Japanese bow in respect, to their meticulous art and architecture, every gesture echoes the same philosophy: that life's beauty lies in its impermanence. In a world that moves fast and often forgets to pause, the Japanese era reminds us to live with awareness to find peace in simplicity, and meaning in every moment that will never return. When one thinks of Japan, images of cherry blossoms, serene temples, and ancient warriors in shining armor come to mind. Among these, the samurai, the noble warriors of old Japan, stand as the most iconic symbol of honor, discipline, and loyalty. Their influence still echoes through modern Japanese culture, shaping the nation's values, aesthetics, and spirit. The word samurai means "one who serves." Emerging during the Heian period (794–1185), these warriors were originally protectors of noble families and estates. Over time, they evolved into a powerful military class, ruling Japan for nearly seven centuries under the shogunate system. To the samurai, life revolved around Bushidō, "the way of the warrior," a strict moral code that demanded courage, self-discipline, loyalty, and honor above all else. A true samurai was not only skilled in combat but also cultivated in mind and spirit. They studied literature, poetry, and philosophy, believing that strength without wisdom was meaningless. Many practiced Zen Buddhism to achieve inner calm and focus, even in the face of death. One of the most haunting expressions of their mindset comes from the jisei no ku death poems written by samurai before battle or at the moment of their passing. In a few graceful lines, they accepted the impermanence of life with serenity and beauty. ""As the dewdrop slips from the leaf, so too must the soul part from the body."

Outside the box

Louanges à Dieu Tout Puissant!

Bienvenue dans ***Outside the Box***, votre espace dédié à l'art et à la créativité pour éveiller votre imagination et nourrir votre inspiration!! Laissez-vous porter par cet univers où l'art devient une véritable invitation à l'expression personnelle.

Citation of the month:

"Love has only one rule, it's about leading those you love to happiness." — Stendhal

Stendhal's quote is basically saying that real love isn't about keeping someone for yourself or trying to shape them the way you want. When you love someone, your main wish should be to see them happy , truly happy, even if that happiness isn't always centered around you. Love is meant to be something that lifts the other person up, supports them, and helps them grow into who they're meant to be. So instead of asking, "What do I get from this?" the question becomes, "How can I help the person I love feel fulfilled and at peace?" In that sense, love is less about owning and more about giving, less about control and more about caring.

Spanish word of the month

Love : Amor (ah-MOR)

Amazigh word of the month

Love - ⵜⴰⵎⴻⴷⵢⴰⵏⵜ- tamedyant

Outside the box

Louanges à Dieu Tout Puissant!

Bienvenue dans ***Outside the Box***, votre espace dédié à l'art et à la créativité pour éveiller votre imagination et nourrir votre inspiration!! Laissez-vous porter par cet univers où l'art devient une véritable invitation à l'expression personnelle.

Pour l'Octobre Rose :

À toutes les femmes qui luttent contre le cancer du sein, ce message est pour vous, pour célébrer votre force, votre courage et votre résilience. Chaque jour, vous affrontez des épreuves que peu peuvent imaginer, et pourtant vous continuez d'avancer. Vos batailles ne se limitent pas aux traitements médicaux : elles traversent vos émotions, vos peurs, vos doutes, mais aussi vos espoirs, vos sourires et votre détermination à ne jamais abandonner. Vous êtes la preuve vivante que la force peut se cacher derrière la douceur, et que le courage n'a pas besoin de bruit pour exister.

Octobre Rose n'est pas seulement un mois de sensibilisation : c'est un hommage à votre combat. Il nous rappelle que chaque femme touchée par cette maladie mérite d'être vue, entendue et soutenue. Vos cicatrices racontent une histoire de survie et de courage. Vos larmes, vos nuits d'inquiétude, vos jours de faiblesse et vos moments de doute ne diminuent en rien votre beauté, votre humanité et votre féminité. Même dans la douleur, vous êtes lumineuses. Même dans la fatigue, vous inspirez. Même dans les moments sombres, vous êtes des phares pour celles qui vous entourent.

Sachez que vous n'êtes jamais seules. Nous pensons à vous, nous marchons à vos côtés, nous vous envoyons nos pensées positives et notre admiration. Votre combat est le nôtre aussi, car chaque sourire retrouvé, chaque jour de mieux-être, chaque petite victoire personnelle est une victoire pour nous tous. Vous méritez la douceur, le réconfort et l'amour, autant que vous méritez la force et la persévérance que vous montrez chaque jour.

Rappelez-vous que vous avez le droit de vous sentir fatiguées, d'avoir peur, de pleurer. Mais rappelez-vous aussi que vous avez le droit de rire, de rêver, de vous émerveiller et d'aimer la vie, malgré tout. Chaque geste de soin pour vous-même, chaque moment de repos, chaque sourire est une victoire. Chaque femme qui lutte est un symbole de résilience, de beauté et d'espoir.

À toutes les guerrières d'aujourd'hui, d'hier et de demain : vous êtes vues. Vous êtes admirées. Vous êtes célébrées. Et surtout, vous êtes aimées. Que ce mois d'Octobre Rose vous rappelle que votre vie est précieuse, que votre courage est inestimable, et que vous méritez de sentir la chaleur, la tendresse et le soutien de ceux qui vous entourent.

Continuez à vous battre. Continuez à espérer. Continuez à aimer. Mais n'oubliez jamais de vous chérir, de vous protéger et de vous entourer de lumière. 💗

Pour plus d’articles, visitez notre site web
www.forumehtp-entreprises.com

forumistement,