

إسأل مجرب : عن السجن والسجانة، " دليل السجن، شهادات ونصائح سجناء رأي سابقين "



إسأل مجرب : عن السجن والسجانة، "دليل السجن، شهادات ونصائح سجناء رأي سابقين"

هذا الدليل ، الشهادات:

هذه شهادات ، نصائح ، من سجناء رأي سابقين ، عن السجن والسجانة ، وكيف تتجاوز محنة السجن، المحتملة ، لكل صاحب رأي مختلف في مصر.
سجناء خلال حكم مبارك ، سجناء رأي للحم الحالي ، رجال ونساء ، شباب وكهول ، سجون رسمية وسرية ، أقسام شرطة وسجون.
ننقلها دون تدخل ، سوى لتصحيح الاملاء واللغة، دونما ترتيب ، ننقلها كما هي. عليها تفيدك.

الشهادات النصائح:

" اسمي نائل وانا كنت مسجون لمدة سنة كحبس احتياطي في أحد قضايا الرأى.. انا مش اول واحد يتسجن ولا حكون اخر واحد (وان كنت اتمنى)
نصحتي لأي شخص يتعرض للحبس او السجن في قضايا رأي انك متفكرش في الناس اللي بره السور اكيد هم حالهم افضل من حالك ، واكثر حاجة مضايقاهم وجودك في المكان ده وانت مظلوم.
- فكر تستفيد من وقتك ازاى لو قدرت .. يعنى مثلا فى القراءة او تعلم بعض المهارات او حفظ القرآن او لعب الرياضة
- حاول بقدر الامكان متعملش علاقة مع السجن من اى نوع وخلي تعاملك معاهم مييري (بالورقة والقلم)
- سندك جوه السجن هم زنزانتك واصدقائك ... انت من غيرهم ولا حاجة
- اهم حاجة تفضل فاكرها ان مهما الباطل طال فالحق حينتصر ... يعنى حتخرج متقلش .. مسألة وقت
- بلاش تفكر فى الخسائر اللي بتتكبدها اثناء او بعد فترة السجن ... لان فوزك بحريتك لا يقدر

بمال "

#الحرية_للجدعان

نايل حسن

قضية 3020 ادارى الرمل اول

تاريخ السجن ٢٠ ابريل ٢٠١٧ إلى 26 ابريل 2018

المدة سنة وستة ايام

السجن .. شهرين حجز قسم الرمل + عشر شهور سجن برج العرب ، الاسكندرية

" منذ اللحظة الأولى للقبض على واقتيادي إلى أحد مقرات الأمن الوطني، مقيد اليدين مغطى العينين، قررت أن أتعامل بذكاء وليس بقوة، وأتعامل بإنسانية وليس بتعالي، ففي النهاية نحن نتعامل مع بشر، يمكن استئناس بعضهم برغم قسوتهم، وهذا ما نجحت فيه.

- عندما انتقلت إلى عنبر زراعة طرة منتقلا بعد عدة أيام من إيراد سجن تحقيقات طرة، فوجئت بتواجدي في عنبر مع ثمانين سجينا جنائيا، وهنا كان لا بد من التعامل معهم باعتبارهم زملاء وأصدقاء وربما إخوة، مما سهل لي مشاكل الحياة في السجن، بدءا من تناول الطعام وتنظيف الملابس حتى فض الخلافات بينهم.
- القاعدة الأهم التي أعتقد أنه لا بد الإلتزام بها هي أن السجن ليس ساحة للنضال السياسي، مما يوفر على سجين الرأي كثير من تعنت إدارة السجن، ويضمن له قدرا من الحماية والتعاطف والاحترام بين سجنائه، الذين يتعاملون معه باعتباره مثقفا وصاحب رأي وكرامة، وفي نفس الوقت لا يسبب لهم أى متاعب، ولا يثير أى مشاكل، لدرجة أنهم قد يلجأون له لحل بعض مشاكل السجناء الآخرين، وهذا ما حدث لي تحديدا.
- لا بد أن يتأقلم السجين السياسي مع كافة الظروف المحيطة به، ولا يتذمر منها، ويعتبر تحملها جزء من الثمن الذي يدفعه راضيا مرضيا عن نضاله السياسي والوطني والإنساني.
- الفكرة الأساسية التي يجب أن تسيطر على السجين أن تلك فترة مؤقتة، وأنه سيغادر السجن يوما ما، وأن كل يوم يمر عليه هو اليوم الأخير، وأن صباح الغد هو يومه الأول في السجن.
- لم أشغل بالي مطلقا منذ اليوم الأول بأى احتياجات شخصية، مثل توفر آلة حلاقة للذقن أو قفافة للأظافر أو الجرائد، وكلها من الممنوعات، لكنها كانت تتوفر إن لم يكن من السجناء فمن السجنائين.
- التكيف هي الكلمة السحرية التي تسمح بمرور الوقت والأيام والأسابيع والشهور دون أى إحساس بالإحباط، تعامل كأنك ستمضي ما تبقى من عمرك في هذا المكان، وتوقع أن تخرج غدا.

حسن حسين

القضية : رقم القضية 482 لسنة 2018

من 3 مارس 2018 ،، وحتى 9 سبتمبر 2018

سجن عنبر الزراعة ، طره

" في مثل بيتقال في السجن:

((المسجون غلب المجنون ولو حبست المسجون في بلاعة يطلع بسجارة وولاعة))
بمعني انك لازم تساعد نفسك باي طريقة لانك مش عارف انت هتقعد قد ايه في السجن لازم يكون لسانك حصانك كل معاملاتك مع الناس باحترام ومودة حتي مع المساجين الجنائيين.
البداية هتكون مؤلمة شوية بعد دخولك علي حسب السجن اللي هتكون فيه ، في سجن في حاجة اسمها الداخلة ودي بتبقي عبارة ضرب ، متقلقش منها هما بس بيختبروك انت ممكن تعمل ايه ودرجة خطورتك هتشتم ولا هتمد ايدك ولا هتسكت وتعيش عجينة ! بعد كدة هتخلق شعرك دا بقي اجباري ومفيش حد بيعدي منه ابدا .

- هتدخل حاجة اسمها الايراد ، والايراد دا بيبقي مكان فيه ناس تبع الامن مساجين بردك كل كلمه هتقولها هتنتقل بالحرف الواحد وهتفضل في الاختبار دا حوالي عشرة ايام الي خمسة عشر يوما.

هتتسكن علي حسب كلامك ومعاملاتك مع الناس دي سواء بقي انت شديد الخطورة ام لا

هتصور وهنتسكن ، الميري بتاعك ٣ بطاطين و ٣ ارغفة اسمها جراية ، وليك شوية فول و ٥٠ جرام لحمة وليك اكل ماشي ،، بس اكل غير صحي لكن انت هتتعود عليه وليك بيضه وربع عادي بتقسم انت واصحابك ولما بتحب تعمل اضراب عن الطعام بتسلم اكلك للمخبز بتديلة الثلاث ارغفه كدة بيعرف انك مضرب وبيوديكت التاديب عشان متكلش بجد فانت متعلنش اضرابك عن الطعام الا في حالة الخطر الحقيقي.

حسام العربي
سجن سنه واربع شهور اختفاء قسري بعد اخلاء السبيل
السجن من يناير ٢٠١٧ إلى ابريل 2018
معتقلي دار السلام

رفاقي وأحبتني
" هناك ليال لا يمكن أن ننساها مهما حاولنا، أنتم تعرفون هذا بالتأكيد. إحدى الليالي التي لا يمكن لي أن أنساها كانت ليلة خروجي من شديد الحراسة اتنين بعد عام لم يتوقفوا خلاله أن يخبروني أنني لن أرى الشارع مرة أخرى، لم أنم تلك الليلة كغيرها من الليال لكن ما جعلها ليلة لا تنسى هو اللحظة التي كانوا ينادون فيها الأسماء التي ستخرج في العفو، كان كل منا يتمنى داخله أن يكون هو الناجي، أما أنا فكنت قد أخبرت بالفعل قبلها بدقائق أنني سأخرج فكان الشعور الذي يملأني بالفعل هو من سأترك خلفي، في تلك الليلة بكى من سيبقى وبكى من سيخرج، قال لي زميلي الجنائي-السياسي الذي سيبقى: اوعى تنسانا. وربما يكون ذلك هو السبب.
للمرة الأولى أكتب إليكم لا عنكم، لأنني كنت أتوقف دائما شاعرا بالإسف الشديد، لكنني أتذكر اليوم كيف كنت أستقبل أي كلمة أيا كانت ممن كان داخل السجن، كانت كل كلمة تعطيني سببا للاستمرار في المقاومة.

كثبت لكم مرة بيني وبين نفسي قبل أن أقضي هذا الوقت في السجن أقول:

الوش شقه العناد بابتسامه وجع

شباك ف قلب الضلام ياصناعي البدع

اخر نفس ف هتاف اللي هتافه اتمنع

ياحيلك المهودود

يا ضهرك المفرود

ياقوتك ياجدع

كنت أتعجب من قدرتك على الاستمرار في المقاومة داخل هذه الأسوار وبين كل هؤلاء الرجال المسلحين الذين يعتبرونكم أعداء حرب. أعلم الآن أنه ليس اختيارا إنما هو السبيل الوحيد المفروض علينا جميعا، المقاومة.

وأعلم أن لكل منا حيلته الخاصة، وأعلم أن كل منكم وجد طريقته الخاصة في المقاومة.
اكتب لكم لأقول: أنتم قضيتنا الأولى، ربما ليس لدينا القوة الكافية لكننا لن نترك فرصة ولا احتمال. نحن أحبة بجانب الأحبة ورفاق إلى جانب الرفاق وأهل إلى جانب الأهل، لن تصبح الحياة "عادية" إلا وأنتم في الخارج بين أحببتكم. فنحن كما كنا وكنتم لا نعلم إلا بحياة عادية، مجرد حياة عادية.
دمتم مقاومين

أحمد سعيد

سجن 15 مايو نهاية 2015
سجن شديد الحراسة 2 بطره 2016
شهادة من المنفى

- من خلال تجربتي في السجن لأسباب لها صلة بحرية الرأي ، إن جاز لي توجيه نصائح لهؤلاء القابعين خلف الجدران في فترة من أسوأ الفترات التي مرت في تاريخ مصر وبالنظر الى منظومة السجون وكذلك طريقة تعمل السلطة وفق القانون فإن أهم ما يمكن توجيهه إذا جاز
- 1- محاولة التعامل بهدوء شديد سواء مع أفراد الحبس أو الزملاء
 - 2- الزملاء في الحبس هم سندك إحرص دائماً على حسن التعامل معهم وربط أواصر من المحبة والمعزة
 - 3- لا تحاول التفكير كثيراً إلا في ذلك الذي يمنحك بهجة حتى لو مصنعة
 - 4- لا داعي للدخول مع المحبوسين معك في جدل خاصة في القضايا المعقدة
 - 5- كن كريماً مع الزملاء في حالة الزيارات وما قد يأتيك من الخارج
 - 6- إذا أتحت لك فرصة لاكتساب مهارات اية مهارات من زميل محبوس معك لا تتردد
 - 7- قانوناً تجديدات الحبس لا ضابط لها وبالتالي لا تلم محاميك إذا تكررت تجديد الحبس
 - 8- لا تتدخل ابداً في خصوصيات من حولك ولا تحاول أن تعرف عنهم ما هو خارج عن السجن
 - 9- لا تتحدث في تفاصيل مع زملاء السجن المجتمعون بالصدفة إلا قبل اكتساب الثقة وهي لا تأتي إلا بعد تجارب
 - 10- كن شريكاً لزملائك إذا حدث موقف عام مع الأخذ في الاعتبار خصوصية اللحظة والمكان وغياب القانون وربما المحاسبة

أحمد قناوي المحامي
سجن : ابو زعل و سجن سوهاج عام 1989

" أنا اعتقلت مرتين في 2016 و 2020 في الأولى كنت متهم وحيد وفي الثانية كنت مضموماً على أربعة آخرين، أكيد مش محتاج أقولك اني اول مرة اشوفهم، تقريبا ظروف الاعتقال واحدة في المرتين طرق على الباب ما بين الثانية الى الرابعة صباحاً ودخول وتفتيش وحمل ما يمكن ان تصل اليه الايدي كمبيوترات تليفونات لابات وفلوس ودهب ايضاً ، تتعلق او لا تتعلق بالقضية مش مهم!.

بعض هذا حصل معي وبعضه حصل مع آخرين ممن قابلتهم في السجن وكنت محظوظاً اذ سارت الامور معي في خط سيرها القانوني ، قبضت تحقيق في امن الوطنى فعرض على النيابة فتجديدات فاحالة للمحكمة فبراءة اول مرة في 2016 ،، وادانة بالحبس 3 شهور تانى مرة في مارس 2020 وفي كلتا المرتين حبست ثلاثة وبضعة ايام اشهر تقريبا قابلت ناس اخفوا قسرياً بعضهم لاشهر وبعضهم وصل 3 سنوات كنت سئ الحظ ان فترة سجنى في المرتين كانت في قسم شرطة مش في سجن عمومى والفرق بين الاثنين كبير في الحقوق والمعيشة .

فى قسم الشرطة انت امانة مالکش اى حقوق حبست ومن معى معزولين تماما عن العالم الخارجى لاصحف لا جرائد لا معلومات عن اى شئ حتى عن الكورونا كان ممنوع نعرف عنها اى ارقام والزيارات ممنوعة ، ده كان فى تانى حبسه عشان الكورونا، اول حبسه كانت احسن حالا قليلا بخصوص الزيارات والجرايد وان كانت تهريب مش بشكل رسمى ،

اى حد وارد اعتقاله يجب بيقى بيته منظم طول الوقت اوراقه الخاصة او الشخصية ينتقى لها مكان لايسطيعون الوصول اليه وعلى فكره تفنيشهم بقدر همجيتهم بقدر عبطه مش صعب انك تنجو وتدارى خصوصياتك وكمان متتركش تليفوناتك مرمية ومنتطورة كان عندى 3 موبيلات لا استخدمهم وبدون شرائح مرميين اخدوهم.

- حاول بيتك ميبقاش فيه حاجة يتلككوا عليها رغم انى عندى مكتبة شخصية بها 5800 كتاب بعضهم ممكن يرقى فى نظرهم لدرجة الحرز مفيش مانع تظل صاحى حتى التانية او الثالثة صباحا انا بعمل كده دلوقتى لكن فى السجن طبعا قراءة القران هى الشئ الوحيد المتاح او الكتاب الوحيد المسموح به.

لكن لو فى سجن عمومى اكيد هتبقى فرصة كويسة للقراءة فى كتب من مكتبة السجن يعنى دى انطباعات سريعة عن فترتى حبسى بدون تفاصيل كثيرة.

محمد ابراهيم احمد النجدي

قسم شرطة طلخا 2016 (فترة حبس 2016 من مارس حتى نهاية مايو 2016)

قسم اول المنصورة 2020 (فترة حبس 2020 من مارس حتى يوليو 2020)

" من الصعب أن نقول أن هناك خطوات ثابتة أو رد فعل معين يصلح لكل الأشخاص، عند تعاملهم مع تجربة السجن، أو حتى الأيام الأولى منه، ومع ذلك فمن المفيد التعرف على تجارب بعضنا البعض، لعلها تكون عوناً عند التجربة التي تبدو إجبارية.

لكني اعتقد أن الخطوة الأولى هي مزيج بين ما يمكن أن تتدرب عليه قبل التجربة في أيامك العادية، وبين رد فعل فجائي لتجربة "مشيها تجربة" غير متوقعة، وتعتمد على قدرتك على البقاء هادئاً، وإتاحة الفرصة لعقلك لاستيعاب الوضع الجديد، والتعامل الجيد مع غياب المعلومات ومحاولة الاستفادة من القليل المتاح، وبالطبع الاقتناع التام بأن ذلك الوضع مؤقت وإن طال لنهاية العمر، وأن مواجهة النظم المستبدة ليست مستحيلة ولكنها ليست سهلة"

يوسف شعبان

سنة و3 شهور

2015-2016

سجن برج العرب ، الاسكندرية

" يقولون دائماً أن المتوفي يشعر قبلها بفترة زمنية أنه سيفارق الحياة، وهكذا المعتقل السياسي يشعر دائماً أنه مفارق الحرية ثمناً لمواقفه ومبادئه وكأنه يرد دين لم يقترضه وفي ميعاد لم يحدده.

- المنحة من قلب المحنة:

بالتأكيد أن تجربة السجن تجربة مريرة و قاسية جداً، ربما تكون العقوبة الأكثر قسوة في الوجود، فهي من اختراع شياطين العالم السفلي وليس من اختراع شخص من لحم ودم، ولكن أكبر صفة قد يعطيها المسجون للسجان هو أن يسافر خارج هذه الجدران ويفكر في كل شيء بالخارج دون محاولة إرهاق نفسه بتحمل عبء من الخارج ، لأنه ما باليد حيلة، والسفر عبر الخيال والتخطيط والتفكير لما بعد السجن والمستقبل الآتي لا محالة غصب عن كل مستبد.

-الأمل هو تأشيرة الخروج:

ليس شعاراً فالأمل هو الخطوة الأولى للخروج من هذه المحنة وبالفعل هو تأشيرة الخروج من العالم السفلي للحياة مرة أخرى، والشيء الأهم أن يبقى المسجون علي كل ذرة من عقله وبدنه ويحافظ عليهم دائماً كي يتحمل قسوة ومرارة التجربة.

- قبل كل شيء يجب أن يعي الشخص من البداية ما هو قادم عليه منذ التحقيق معه في النيابة فهذه أهم خطوة فلا اجتهاد ولا تبرع بإجابات ليس في محلها أو التطوع في إعطاء تفاصيل ليس لها قيمة سوي أن يورط الشخص نفسه في مشاكل هو في غني عنها فالإجابة تكون كافية علي قدر السؤال ولا تتحفظ تجاه النيابة فالجميع يعلم كيف تؤخذ قراراتهم ولكن التحفز ضدهم يجلب مزيداً من المشاكل.

-وأجمل شيء يستطيع الشخص أن يشغل وقته به إذا كانت ظروفه تسمح هي القراءة قدر الإمكان واستغلال كل ورقة أو كلمة في القراءة فرغم منع إدارة السجن عنا الكتب والجرائد إلا أننا كنا نحاول طوال الوقت بشتي الطرق تهريب أي جريدة أو كتاب ونشغل وقتنا بهم.

-والشيء الآخر هو محاولة تدوين التجربة فربما يكون هذا التدوين مشروع للكتابة فيما بعد وليس بالشرط أن يكون التدوين بشكل كتابي فيكفي التدوين في الذاكرة إذ ربما يستفيد من هذا التدوين أشخاص آخريين.

فنتقي تجربة كل سجين رأي هي تجربة مهمة وملهمة لكيفية إعادة بناء الإنسان من خلال المحن والتجارب وكيف يستطيع فرد تحويل تجربة السجن إلي طاقة وحب، ليس هذا فقط بل أيضاً التفكير في طموحه وأهدافه في الحياة فيما بعد وأن ينجح في مستقبله بعد الخروج نجاح يبهر الجميع وأن يكون دائماً التفكير الأهم في الخروج من سور اليأس والاحباط.

فما زلنا نحلم بعودة رفاقنا حتى يعانقوا أحببتهم، وسنظل متمسكين بحلمنا هذا حتى آخر يوم في حياتنا وسنسعى من أجل تحقيق الكرامة، والعدالة الإجتماعية، ونشر ثقافة الحوار و تقبل الاختلاف، بالرغم من كل الظروف و الإكراهات، فهكذا هم أبناء يناير.

انا اعتقلت مرتين المرة الاولي اتقبض عليا في ٣٠ ديسمبر ٢٠١٥ قبل ليلة راس السنة بيوم ولفيت لفة كده من جابر ابن حيان لقسم الدقي ثم ٤ ايام اختفاء قسري في جهاز الامن الوطني باكتوبر واخيرا تم ترحيلي لسجن الجيزة المركزي بالكيلو "عشرة ونص" وده قضيت فيه حوالي ٣ شهور وخرجت في اخر مارس

خرجت وقضيت ما يقرب من شهر بره وكان حصل موضوع تيران وصنافير فاتقبض عليا تاني في واقعة اقتحام نقابة الصحفيين في ١ مايو ٢٠١٦ يوم عيد العمال وتم ترحيلي من النيابة لسجن مزرعة طرة وقضيت فيه ١٥٥ يوم كلهم في زنزانه التأديب منهم ما يقرب من ٤٠ يوم انفرادي

محمود السقا

سجن الجيزة المركزي بالكيلو عشرة ونص 2015

سجن مزرعة طره 2016

" أصعب شئ يمر على السجين خلافا لكل المظالم المباشرة التي يتعرض لها داخل محبسه سواء عزله انفراديا أو حتى تعذيبه جسديا، هي مشاعره ومخاوفه على أسرته وخاصة لو كان هو من يعول الأسرة، من أفضل سبل التضامن مع السجناء هي رعاية الأسر ماليا واجتماعيا ونفسيا، عندما تصله أخبار ايجابية عن أسرته ستخفف كثير من حالة القهر التي يشعر بها"

عبدالمنعم محمود

صحفي وسجين سابق في عهد مبارك

السجن مزرعة طره ٢٠٠٣ و ٢٠٠٦

سجن المحكوم ٢٠٠٧

" في البداية كان معسكر الامن المركزي بالجبل الأحمر قعدت فيه ٨ أيام وبعدين انتقلت قسم عابدين بعد عرض النيابة وقعدت فيه بالضبط ٣٢ يوم وبعدين رحلت سجن القناطر وقعدت فيه ١٧ يوم في كل مكان احتجاج كانت ممكن المدة تطول لكن عدم الرضوخ والتفاعل والتأقلم ببساعد انهم يخلصوا ، ويخلصوا منك او هكذا اعتقد. سمعت كثيرا عن زوار الليل، هؤلاء الذين يصعدون الدرج في ظلام الليل ويطرقون الأبواب بقوة حتى يصاب من في المنزل بالفرع، حظي الحسن أنني أقيم في منزل بمفردتي، كخطوة مسبقة منى لتوقع حدوث ذلك

- بالطبع لا يوجد إذن نيابة لكن على الأقل يجب أن تسأل عنه حتى تجبر الضابط المسئول عن اعتقالك أن يتكبد مشقة عناء إخراج كارنية بطاقة الهوية الخاص به
- الاحتفاظ بالصور والملفات الشخصية على موبايل آخر او على فلاشة او كارت ميموري منفصل عن الموبايل لأن أول شيء يطلب منك الموبايل والصرافة الافضل أن يكون لديك موبايل عادي بزراير يقدم فور الطلب.. واذا كان عندك لاب توب او أي باد يحفظ به في مكان غير ظاهر
- الاصرار إذا كنتي بنت على أن ينتظر زوار الليل خارج المنزل حتى ترتدي ملابسك (اللي بيطلبوا منك أن ترتديها ما هو مش معقول ح يقولوا أن مقبوض عليك من الشارع بالبيجامة او بقميص النوم) (والصرافة انا بعد ما اتعرضت على النيابة ندمت إنني فعلا غيرت هدومي وما روحتش معاه بالبيجامة إثبات حالة إنني مقبوض علي من البيت مش من الشارع زي ما مكتوب في محضرهم) .

- إرسال رسالة سريعة لاحد المقربين تفيد بما يحدث طبعا إذا توفر موبايل آخر
- فترة الاختفاء القسري لا تتعايش مع ما يمنحوه لك .. أنا كنت بمعسكر الأمن المركزي بالجبل الاحمر لم أنتاول أي طعام أو شراب مش إضراب لكن مافيش نفس وكمان طبيعة الأكل مختلفة جدا وغير نظيفة عن طبيعة أكلي، هذا الأمر جعلهم يعتقدون أنني مضربة عن الطعام فكانوا يرسلوا لي مجندين يتحدثون لي من خلف الباب ويقدمون لي ساندوتشات كبدية و سجق ومشروبات غازية وهم يهمسون أحنأ جاييين الاكل دا على حسابنا ومن ورا الضابط خدي كلي بسرعة وما تقوليش لحد عشان ما نتأديش

.. دا فح إذا أخذتي وأكلت هنا تم تطيورك أصبحت تتعايش وبالتالي مدة الاختفاء القسري تطول اما إذا نهرت المجدد ورفضت ما لديه من طعام بل رفضت الحديث معه والتفاعل مع حكاياته المسلية أصبحت عائق وهنا احتمال كبير فترة الاختفاء القسري تقل وتظهر بعد ايام معدودة كحالتني
- وقت التحقيق سواء مع ضابط أمن الدولة أو وكيل نيابة أمن الدولة حاول بقدر الإمكان أن تكون الأجابات مقتضية تصب في مصلحة البلد والشعب مش ضد نظام او يتدافع عن اشخاص وافكار. حاول تتكلم عن اهتمامك الخاصة زي الكتب اللي بتحب تقرأها الكتاب المفضلين الافلام اللي بتحب تشوفها هواياتك زي تربية الحيوانات او الرسم - المواضيع دي بتربكهم وبتخيلهم يحسوا بانسانيك و مدى اجرامهم تجاهك..وما تخافش وكن متماسك قدر المستطاع بدون استهتار أو تعالي .

- الدرس الأهم اللي أنا شخصيا اتعلمته إن فكرة الاعتقال النظام هدفه منها الا هم هو سحبك من حياتك السوية وترويضك على حياة فاسدة..
- في أقسام الشرطة يجب ان تدفع إكرامية (رشوة) لأمين شرطة عشان يسمح لك تشوف قريبك او يخلص لك طلب هما أصلا اللي طلبينه منك او أنك تضطر تخضع لمجرم محجوز معاك من اجل مكالمة تليفون لأهلك او احد الاصدقاء.. لأنه معاه تليفون كل من في القسم من أول المأمور وحتى العسكري يعلمون بوجوده ويباخذوا اتاوة يومية من أجل بقائه.
- في السجون نفس الشيء بتخضع لقوانين فاسدة وبتتعايش معاها وبتمارسها بشكل ممنهج قوانين فاسدة بتسحبك من عوالمك الحقيقية وبتحطك في عالم السجن إذا تأقلمت ورضخت طالت مدة اعتقالك واصبحت مجرد رقم ضمن ارقام كثير لكن إذا رفضت التأقلم بعدم الاندماج والانعزال والاصرار على ان مكانك بالخارج أصبحت عبء ورقم مؤثر يجب الخلاص منه، جايز يكون بالخروج وجايز يكون بالعقاب، المهم انك ماتكونش رقم منسي ضمن أرقام كثير
- دور المحامين والمتضامين معاك بجد بيفرق كثير، لحظة رؤية المحامي بعد اختفاء طويل وانقطاع عن احبابك مالوش وصف ولا أي كلام يقدر يعبر عنه.

نجلاء عبدالجواد

باحثة دكتوراه في تاريخ أفريقيا الحديث والمعاصر

الحبس في : معسكر الامن المركزي بالجبل الأحمر ، و قسم عابدين و سجن القناطر

انا اعتقلت في حب مصر والتهمة صحفيه لدفاعي عن المعتقلين ونصرة كلمه الحق تم اعتقالي واختفائي قسريا لمدة ١٠ ايام في مكان بالنسبة لي مجهول لاني باختصار مكنتش شايفه اي حاجه.

سالتهم انا فين انتم مين طب اهلي عارفين انا فين انا عملت ايه عايزه المحامي بتاعي ليه مغمين عنيه اسئله كثير، بتدور ف عقلي وعقل اي معتقل من اللحظة الاولي من القبض عليه حتي عرضي علي النيايه.

اضربت عن الطعام من اول يوم لمدة خمس ايام وتعبت جدا صحيا لدرجه اني كنت بقع اثناء التحقيق ، اتعرضت لضغط نفسي رهيب من اول لحظه ، صوت تكة مفتاح الاوضه ال محبوسه فيها بترعب و انا مش عارفه اللي وراه ايه هيعملي ايه؟! قاعده في مكان مش عارفه هخرج منه ولا لأ.

في لحظه بتحس كأنك ميت وبتتحاسب وبتنفعش حد يبقي معاك ، تجربه صعبه لاي حر ، صوتهم بيخوف احساس ميتوصفش ، الاوضه ال محبوسة فيها بتخوف وانت مترقب بكاميرا حتي وانت نايم !

١٠ ايام مكنتش عارفه مصيري،ايه بعدها تم نقلني بعربيه امن مركزى وقوات خاصه من مقر الامن الوطني الي النيايه وبدأت رحلت التجديد 4 أيام ، والجلسه الثانيه 15 يوم ، ، اليوم ده عمرى ما هنساه من الساعه ٧ الصبح للساعه ٧ المغرب قاعده في اوضه في المحكمه متر ف متر زى التربة بالظبط . فيها شباك قد كف الايد وجردل علي جنب فيها عدد كل اللي هيترحلوا من النساء ، وضع غير ادامي مهين جدا الكلابش في ايد معتقلي الرأي كسرة عربيه الترحيلات كسرة تعذيب وموت بالبطنى ،

انهرت نفسيا اليوم ده واترحلت علي القسم مع تجار المخدرات والدعارة والنصب والسرقه ، وبعدها عملت استئناف في اليوم ١٤ وخرجت بكفاله ٥تلاف جنيه .

بعدها خرجت كارمه الدنيا والناس من الظلم والقهر اللي اتعرضت له لان الاثار النفسيه بتظهر بعد الخروج ، حسيت ان عندى يأس من كل حاجه ! واحده شهاداتها لدرجة دكتوراه عمرهاما هتعرف تشتغل لان باختصار عندى قضيه سياسيه!! بس بعافروبحاول ابدأ من ثاني علي رجلي.

لماخرجت وشوفت الدنيا مقلوبه عشاني قد ايه بدأت احس ان تضحيتي مكنتش ببلاش حصدت فيها حب الالاف الناس ، نهاية الدنيا مش اعتقال عارفه انها تجربه صعبه، بس بتقوى وبتأكد ان احنا صح

نهاية الظلمه نور يقين ، القلم بيخوفهم كلمتنا بتهز كيان وهي دى ضريبه حب مصر اوقفوا الاختفاء القسري اوقفوا الترهيب

ياسمين سعيد

صحفية

اختفار قسري ثم الحبس: يوليو 2020

" بعد اختطفاي تم نقلني الى مقر أمن الدولة بالمعصرة بعد تغمية عيني بقماشة والصعود بي عدد من الأدوار ثم دخولى حجرة الضابط لإستجوابي ((إنت بتصلى ، إنت ليه بدافع عن الناس المتهمه بالإرهاب ، ، وإنت مالك بالمحاميين المحبوسين فى قضايا إرهاب ، إنت مين ومين أهلك ، إنت ليه بتكتب على الفيس ، وشاغل بالك ليه بإنتخابات المحامين)) بعد نقلني للنيابة والتحقيق وقرار حبسي ، تم نقلني إلى سجن تحقيق طره.

- قام المخبر بإدخالى زنزانة يطلق عليها " الإيراد " أشبه بإسطبل الخيل ، مستطيلة ، مساحتها 28م بدورة مياه متر×متر بقعدة بلدى شديدة السواد وحنفية قريبة من الأرض وبدون باب أو حائل وحوائط مملوءة بالحفر وأرضية جرداء رمادى اللون وعدد 4شبابيك بشبك وسلك حديد فى الحائطين المتقابلين كل حائط به 2 شباك فى أحدهما شفاط كهربائى على وجه الشباك ، ولايمكن دخول الشمس أو ضوء النهار منهما ، وسقف به ثلاث مراوح بأسلاك عارية ولمبة إضاءة واحدة تضعف النظر ، وباب الزنزانة باب حديد مصفح بفتحة ضيقة أعلى الباب يطلق عليها " النظارة " ، وعدد 17 متهم محبوسين إحتياطيا أعمارهم تبدأ من 18 سنة حتى 40

سنة ، فكننت أكبر هم سنا ، ومن ضمن المحبوسين 3 محامين وعدد من شباب الالتروس أهلاوى ، هنا أدركت أنه لايد أن أكون قويا ، ولايمكن أن أظهر خوفاً ، أو يرى أحدهم دموعى.
- اكتشفت ان السجائر بتحل كل شئى ، لما زميلي طلع علبة السجائر ماركة "Im" "الحمراء وأعطاها للشاويش فسمح لى بالترييض والتخفى بعيدا عن الزنزانة .
كنت بيكى بس مافيش حد يشوقنى ، حط البطانية على راسك أو أدخل الحمام وإبكى زى مانت عايز وتهتدى وتهتخرج وكلنا هنخرج .

- الراديو والجرائد خلانى أشغل نفسى بجملة المشاهدات دى وتخزينها فى عقلى ، خلاف تدعيم الأصدقاء بكتب وروايات مترجمة ومحلية فقرأت كمية روايات وأنا لم أقرأ قبلها بحوالى 20 سنة فكانت القراءة والرواية الصديق الأول لى
- نصيحة ، إعتبر نفسك فى ميدان عبد المنعم رياض أثناء الثورة وشايف النيل "

من شهادة مطولي للمحامي الحقوقي:

محسن بهنسي

سجن طره تحقيق

مارس 2020 إلى سبتمبر 2020