



جدوح خفية

توحيد هارون

في زوايا المدينة المكتظة بالحياة والأحلام، تكمن
حكايات لم تُحك، وجروح خفية تعيش بين الظلال.
لكل فرد قصة يخفيها بين طيات قلبه، وألم لا يظهر
إلا في عتمة الليل عندما تسكن الأصوات ويخفت
الضجيج. "جروح خفية" ليست مجرد رواية، بل
هي رحلة إلى أعماق النفس البشرية، حيث تكمن
الصراعات الداخلية، والشعور بالوحدة، والبحث
عن الأمل في عالم متغير. تأخذنا الرواية في مسار
متعرج، نتتبع فيه خطوات أبطال يعيشون حياتهم
في صمت، يحملون على أكتافهم أثقال الماضي،
ويحاولون بكل ما أوتوا من قوة أن يجدوا طريقهم
في هذا العالم المعقد.

****البداية المؤلمة****

كان اليوم مشمسًا والهواء عليلًا، يملأ الأجواء
بنسيم منعش يعبق برائحة الحقول والأشجار
المحيطة بقرية ليلى الصغيرة. القرية نفسها كانت
وادعة، تعيش فيها عائلات يعرف بعضها بعضًا
منذ أجيال. كانت ليلى، ذات السنوات السبع، تجري
بين الأزقة الضيقة، تلاحق الفراشات التي تحلق
بين الأزهار البرية. كانت حياتها تبدو، لمن ينظر
من بعيد، بسيطة وسعيدة، تملأها ضحكات الطفولة
وبراءتها.

كانت ليلى طفلة ممتلئة بالحياة، تملأ الدنيا حولها
ضحيجًا بضحكاتها وفضولها. كانت تذهب كل يوم
إلى المدرسة سيرًا على الأقدام، تتأبط حقيبتها
الملونة وتغني أغاني الطفولة. ولكن في ذلك اليوم
الذي لم تكن تعلم أنه سيغير حياتها إلى الأبد،
خرجت ليلى من المدرسة عائدة إلى منزلها، تمشي

على الطريق الترابي المعتاد الذي يمر بجانب
بستان كبير. كانت الطريق موحشة قليلاً في ذلك
الوقت من النهار، حيث انصرف الأطفال الآخرون
إلى بيوتهم.

بينما كانت ليلى تمر بجانب البستان، ظهرت فجأة
سيارة صغيرة، توقفت بجانبها. انفتح باب
السيارة، وخرج منه رجل تعرفه ليلى جيداً. كان
الجار العجوز، السيد "أحمد"، الذي يملك متجرًا
صغيرًا في القرية ويعرف كل سكانها. ابتسم لها
ابتسامة ودودة، ودعاها للدخول إلى السيارة.

"يا ليلى، تعالي، سأوصلك إلى المنزل. لا داعي
لأن تمشي كل هذه المسافة وحدك."

ترددت ليلى قليلاً، ولكنها تذكرت كيف كان السيد
أحمد دائماً لطيفاً معها، يقدم لها الحلوى عندما
تزور متجره. شعرت بالأمان لأن والدتها كانت

تشتري منه حاجات المنزل دائماً، لذا لم تر سبباً
لرفض عرضه. دخلت السيارة وجلست على المقعد
الأمامي، وهي تبتسم بشيء من الخجل.

بينما كانت السيارة تتحرك ببطء على الطريق
الترابي، لاحظت ليلي أن السيد أحمد لم يتجه نحو
منزلها كما توقعت. بدأت تشعر بشيء من القلق،
لكن السيد أحمد لاحظ ذلك، فأسرع في طمأنئتها
بصوت ناعم:

"لا تقلقي، ليلي. سأخذك إلى مكان جميل، أريد أن
أريك شيئاً رائعاً."

لم ترد ليلي، فقط كانت تنظر من النافذة محاولة أن
تتجاهل شعورها المتزايد بالخوف. قاد السيارة
باتجاه البستان حتى دخل في طريق جانبي منعزل،
حيث كان البستان يبدو مهجوراً.

أوقف السيد أحمد السيارة وأطفأ المحرك. شعرت
ليلي بأن شيئاً ما ليس على ما يرام، لكن قبل أن
تتمكن من التفكير، كان قد اقترب منها بسرعة
وأمسك بذراعها.

"لا تخافي، ليلي. لن يستغرق الأمر وقتاً طويلاً."

شعرت ليلي بالرعب يجتاح جسدها الصغير.
حاولت الصراخ، ولكن صوتها لم يخرج، وكأن
حنجرتها قد تجمدت من الخوف. كانت تحاول
الانسحاب بعيداً عنه، لكنه كان أقوى منها بكثير.
ووسط تلك الدقائق التي بدت وكأنها أبدية، حدث
ما لا يمكن وصفه.

بكلمات مليئة بالاستغلال والخداع، قام السيد أحمد
بتمزيق براءة ليلي. كانت تحاول الهروب، تبكي
وتصرخ، ولكن المكان كان معزولاً، ولا أحد
يسمعها. استغل براءتها وقوتها الضئيلة ليقوم

بفعلته الشنيعة. كانت ليلى تشعر بأن جسدها قد تحطم، وأن العالم الذي كانت تعرفه قد انهار فوقها. كانت ترى في عينيه قسوة لم تعرفها من قبل، قسوة تجردت من كل معاني الإنسانية.

بعد أن انتهى السيد أحمد من جريمته، ترك ليلى في ذلك المكان، تمسكت بملابسها الممزقة، وهي تلملم بقايا كرامتها.

لم يقل شيئاً وهو يعود إلى السيارة ويقودها مبتعداً. تركها هناك وحدها، تركها مع ألم لن يفارقها أبداً. ظلت ليلى ملقاة على الأرض، تبكي بحرقة، غير قادرة على استيعاب ما حدث. لم تكن تفهم لماذا حدث هذا لها، ولماذا كان عليها أن تعاني من هذا الألم.

بعد فترة، عندما بدأ النهار يتحول إلى ليل، استجمعت ليلى شتات نفسها، وبدأت تسير ببطء نحو منزلها. كانت تشعر وكأنها تسير على جروح مفتوحة، وكل خطوة كانت تعني ألماً جديداً. عندما

وصلت إلى البيت، كانت والدتها تنتظرها عند الباب
بوجه قلق.

"أين كنتِ يا ليلي؟ تأخرتِ كثيرًا!"

لم تستطع ليلي الرد. نظرت إلى والدتها بعينين
مليئتين بالدموع والخوف، ثم ركضت إلى غرفتها
وأغلقت الباب خلفها. لم تستطع إخبار والدتها بما
حدث، كانت تشعر بالخجل، بالذنب، وبالخوف.
كانت تخشى أن لا تصدقها، أو أن تلومها على ما
حدث. فاختارت الصمت.

تلك الليلة لم تستطع ليلي النوم. كانت الكوابيس
تطاردها، ترى في أحلامها وجه السيد أحمد،
تسمع كلماته الخبيثة، وتشعر بلمساته الكريهة.
كانت تحاول أن تفهم ما حدث، ولكن عقلها
الصغير لم يستطع استيعاب هذا الكم من الألم.

كانت تكره نفسها، تكره جسدها الذي شعرت أنه
خانها، تكره العالم الذي لم يحميها.

في الأيام التالية، بدأت ليلى تتغير. كانت تلك
الطفلة المرححة والمفعمة بالحياة قد اختفت، وحلت
مكانها فتاة صامتة، منعزلة، تخشى كل شيء من
حولها. كانت تتجنب الذهاب إلى الأماكن التي كانت
تحبها من قبل، وتتحاشى اللقاء بالناس. كانت
تنظر إلى وجوههم وتخشى أن يعرفوا ما حدث، أن
يكتشفوا سرها الكبير.

بدأت ليلى تشعر بالخوف من كل رجل تراه، سواء
كان غريبًا أو حتى أحد أفراد عائلتها. كانت تشعر
بأنهم جميعًا يشكلون تهديدًا، وأنهم قد يفعلون بها
ما فعله السيد أحمد. هذا الخوف بدأ يتحول
تدريجياً إلى غضب، غضب مكبوت يشتعل في
قلبها الصغير دون أن تجد له مخرجًا.

ومع مرور الأيام، تحولت مشاعر ليلى تجاه والدتها إلى غضب دفين. كانت ترى فيها شخصاً لم يستطع حمايتها، شخصاً يجب أن يكون قد عرف، ولكنه لم يفعل شيئاً. كانت تتساءل لماذا لم تلاحظ والدتها التغيرات التي طرأت عليها، لماذا لم تلاحظ الصمت الذي سكن روحها. كانت تشعر بأن والدتها قد خذلتها، وأنها جزء من هذا الألم الذي تعيشه.

بدأت ليلى تشعر بأنها تعيش في عالم معزول، عالم من الخوف والشكوك. لم تعد تثق بأحد، ولا حتى بنفسها. كانت ترى في كل شخص خطراً محتملاً، وفي كل يوم مزيداً من الألم. كانت ترى نفسها ضحية، ولكنها كانت تخفي هذا الألم خلف جدران صمتها، غير قادرة على البوح لأحد بما عانته.

وهكذا، بدأت ليلى رحلتها الطويلة في عالم مظلم، عالم من الألم والمعاناة. كان الجرح الذي تركه

السيد أحمد في روحها أكبر من أن يندمل بسهولة.
كانت تلك البداية، بداية حياة ستظل تحمل فيها هذا
الألم الثقيل، محاولة أن تجد طريقًا للنجاة في عالم
لم يكن رحيمًا بها يومًا.

****الظل الثقيل****

مرت السنوات ببطء شديد بالنسبة لليلى، وكل يوم كان يبدو وكأنه معركة جديدة تخوضها ضد نفسها وضد العالم من حولها. كانت الطفولة التي يفترض أن تكون مليئة بالبراءة والأحلام قد أصبحت ميداناً للخوف والقلق. كانت ليلى تكبر، ولكن شيئاً ما بداخلها ظل صغيراً، معطوباً، غير قادر على مواجهة هذا العالم القاسي.

بدأت ليلى في المدرسة المتوسطة وهي تحمل عبء السر الكبير الذي لم تبج به لأحد. كان جسدها ينمو، لكن روحها ظلت عالقة في تلك اللحظة المظلمة التي مزقت حياتها. كانت تجلس في الصف، وتستمع إلى معلمها، ولكن عقلها كان دائماً في مكان آخر. لم تعد تركز في دروسها كما كانت من قبل، وأصبح أداؤها الدراسي يتراجع

شيئاً فشيئاً. كانت تلك الفتاة التي كانت تتلقى
التهاني على تفوقها، الآن تُعاقب على تقصيرها.

أصبحت ليلى تتجنب الزملاء في المدرسة، تختار
الجلوس في الزوايا الخلفية، وتحاول ألا تلفت
الأنظار إليها. كانت تخشى من أن يقترب أحد
منها، أو يسألها عن سبب تغيرها. حتى صديقاتها
المقربات لم تعد تجد معهن الراحة التي كانت
تجدها في السابق. كانت تشعر بأنهن لن يفهمن ما
مرت به، أو ربما سيحكمن عليها بطريقة قاسية.
لذا فضلت العزلة، وابتعدت عن الجميع.

كان الطريق إلى المدرسة جزءاً من روتينها
اليومي الذي يثقل على قلبها. كل يوم كانت تسير
فيه، كانت تزداد مخاوفها، تتضاعف، وتتجسد في
صور رجال غربي الأطوار يتابعونها بنظراتهم.
في إحدى المرات، كانت تسير وحدها عندما
اعترض طريقها شاب من الحي. لم يكن أكبر منها
بكثير، لكن في عينيه كانت ترى نفس النظرات

التي رآتها من قبل، نظرات جائعة، مشبعة بالشر.
اقترب منها ببطء، وقال بصوت خافت:

"مرحبًا ليلي، إلى أين أنت ذاهبة؟"

لم تستطع ليلي الرد، كانت كلماتها مختنقة في
حلقها. حاولت التحرك بسرعة، لكن الشاب مد يده
وأمسك بمعصمها بقوة، همس لها:

"لماذا تتهربين مني؟ أنا فقط أريد التحدث معك."

كانت يده تشد على معصمها بشدة، مما جعل قلبها
ينبض بسرعة شديدة. فجأة شعرت بنفسها تعود
إلى تلك اللحظة في البستان، شعرت بالعجز ذاته،
بالخوف ذاته. بدأت الدموع تترقرق في عينيها،
لكنها كانت تخشى أن تظهر ضعفها أمامه. قاومت
بكل ما أوتيت من قوة، وصرخت بأعلى صوتها:

"اتركني! دعني أذهب!"

كان صراخها عاليًا بما يكفي لجذب انتباه بعض الناس الذين كانوا يمرون بالشارع. ارتبك الشاب وأفلت يدها بسرعة، ثم تراجع وهو يهمهم بكلمات غير مفهومة، قبل أن يهرب بسرعة. وقفت ليلي مكانها للحظات، تلتقط أنفاسها بصعوبة، ثم ركضت باتجاه المدرسة دون أن تلتفت خلفها.

لم تخبر ليلي أحدًا بما حدث في ذلك اليوم. كانت تشعر بالعار، بالخوف، وبالغضب من نفسها لأنها لم تستطع الدفاع عن نفسها كما ينبغي. كانت تشعر بأنها عاجزة، وأن هذا العالم مليء بأشخاص سيئين يمكنهم أن يأتوا بأي لحظة ويدمروا حياتها من جديد. هذا الشعور بالعجز والخوف كان يزداد يومًا بعد يوم، حتى أصبح رفيقًا دائمًا لها.

في مرة أخرى، كانت عائدة من المدرسة عندما لاحظت أن رجلاً غريباً كان يتبعها. كان يبدو كهلاً، لكنه كان يسير وراءها بخطوات ثقيلة، متعمدة. حاولت ليلي أن تسرع من خطواتها، لكن الرجل زاد من سرعته أيضاً. كلما كانت تتلفت إلى الخلف، كانت تراه يقترب أكثر وأكثر. شعرت بأن قلبها ينبض بسرعة، وأن الخوف يسيطر على كل جسدها. حاولت أن تهرب عبر أزقة ضيقة لتفلت منه، لكنها شعرت بأن الرجل يزداد قرباً منها.

وأخيراً، عندما وصلت إلى باب منزلها، استجمعت شجاعتها والتفتت إليه، محاولة أن تبدو قوية. صرخت بصوت مرتجف:

"لماذا تتبعني؟! ماذا تريد مني؟!"

توقف الرجل فجأة، وتغيرت ملامحه إلى وجه حائر. ثم رفع يده بإشارة اعتذار:

"آسف، لم أكن أعني ذلك... فقط كنت أسير في
نفس الاتجاه."

اختفى الرجل عن نظرها وهي تدخل منزلها، تغلق
الباب خلفها بسرعة، وكأنها تحاول إغلاق العالم
كله خارج حياتها. كانت هذه الحوادث المتكررة
تزرع بداخلها المزيد من الخوف والارتباك. لم تعد
تشعر بالأمان في أي مكان، ولم تعد تثق بأي
شخص.

كلما حاولت ليلي التحدث عن مشاعرها، كانت
الكلمات تختنق في حلقها. كانت ترى أن الآخرين
لن يفهموا ما مرت به، أو ربما سيحكمون عليها
بطريقة قاسية. كانت تجلس مع والدتها على مائدة
العشاء، تشعر برغبة عارمة في البوح بما يختلج
في قلبها، ولكنها لم تستطع. كانت أمها تتحدث عن
يومها العادي، عن مشاكل البيت، عن الجيران،
ولم تكن ليلي تستطيع مشاركتها بشيء من

همومها. كانت تشعر بأن هناك حاجزًا غير مرئي يمنعها من الاقتراب، وأنها ستظل دائمًا وحيدة في معركتها هذه.

لم تكن ليلى تعلم كيف تتعامل مع هذا الكم من المشاعر المعقدة. كانت ترى في نفسها فتاة مكسورة، عاجزة عن حماية نفسها، وعن إيجاد الأمان في هذا العالم. كلما حاولت أن تجد معنى لحياتها، كانت تواجه بشبح الماضي الذي يطاردها في كل لحظة.

كان الليل هو الجزء الأصعب في يومها. عندما تنام والدتها وتخفت أصوات البيت، كانت الكوابيس تعود لتطاردها. كانت ترى وجه السيد أحمد في كل حلم، يقترب منها ببطء، يمد يده نحوها، وكانت تشعر بالخوف ذاته الذي شعرت به في ذلك اليوم. كانت تستيقظ من نومها وهي تتصبب عرقًا، تنظر حولها في الغرفة المظلمة، وتتأكد من أن لا أحد

هناك. ولكن حتى بعد أن تتأكد، لم تكن تشعر بالأمان.

أصبحت ليلي تجد صعوبة في التواصل مع العالم الخارجي. كانت تشعر بأنها تعيش في عالم خاص بها، عالم مليء بالخوف والظلال. لم تعد تثق بأحد، ولم تعد قادرة على بناء أي علاقات جديدة. كانت ترى في كل شخص خطرًا محتملاً، وفي كل مكان تهديدًا محتملاً. كانت حياتها عبارة عن سلسلة من المعارك اليومية، تحاول فيها أن تحافظ على توازنها، ولكنها كانت تشعر بأن هذا التوازن هش، وأنه قد ينكسر في أي لحظة.

في يوم من الأيام، كانت ليلي عائدة من المدرسة عندما لاحظت شيئًا غريبًا. كانت هناك مجموعة من الأطفال يلعبون في الشارع، يضحكون ويصرخون بفرح، ولكن ليلي لم تستطع الانضمام إليهم. كانت تشعر بأن هذا الفرح بعيد عنها، وأنها لم تعد قادرة على الشعور به. كانت ترى في

أعينهم براءة لم تعد تمتلكها، وفي ضحكاتهم حرية لم تعد تعرفها.

وقفت ليلى على جانب الطريق، تراقب الأطفال وهم يركضون ويلعبون، وشيء ما في داخلها بدأ ينهار. كانت تشعر بأنها فقدت شيئاً ثميناً، شيئاً لن تستطيع استعادته أبداً. كانت تعرف أن حياتها لن تعود كما كانت، وأنها ستظل دائماً أسيرة لهذا الماضي الذي سرق منها براءتها. كانت تشعر بأن العالم كله قد خانها، وأنها لن تكون قادرة على الثقة بأحد مجدداً.

كانت ليلى تعيش في حالة من التوتر الدائم. لم تكن تستطيع أن تترك حذرهما، كانت دائماً مستعدة للدفاع عن نفسها، على الرغم من أنها لم تكن تعرف كيف. كانت تعيش في خوف مستمر، تخشى من أن يحدث لها شيء سيء في أي لحظة. كانت تشعر بأن العالم مليء بالأخطار، وأنها وحدها في مواجهة هذا العالم.

لكن مع كل هذا الخوف، كان هناك شيء آخر يتزايد في قلب ليلى: الغضب. كانت تشعر بالغضب تجاه السيد أحمد، تجاه الرجل الذي تسبب لها في كل هذا الألم. كانت تشعر بالغضب تجاه والدتها، لأنها لم تلاحظ ما تمر به، ولم تحمها من هذا العالم القاسي. كانت تشعر بالغضب تجاه نفسها، لأنها لم تستطع الدفاع عن نفسها، ولأنها لم تكن قوية بما يكفي لتقول "لا" في ذلك اليوم.

هذا الغضب كان يتراكم بداخلها، يتزايد يوماً بعد يوم، حتى أصبح جزءاً من شخصيتها.

أصبحت فتاة غاضبة ومتمردة، تحمل في قلبها جمر من النار تشتعل كلما تذكرت ما حدث لها. كانت هذه النار تغذي كراهيتها لنفسها، وللعالم من حولها. لم تعد قادرة على التعامل مع الآخرين بهدوء، كانت تنفجر في وجوههم لأتفه الأسباب. كانت تتجنب التواصل مع الناس، خوفاً من أن

يكشفوا سرها، لكنها في الوقت نفسه كانت تشتاق إلى شخص يفهمها، شخص يستطيع أن يرى وراء قناع الغضب والألم.

في المدرسة، كانت ليلي تتعرض للتحرشات اللفظية من بعض زملاء الذكور الذين لم يروا فيها سوى فريسة سهلة. كانوا يسخرون من صمتها، يحاولون استفزازها بعباراتهم القذرة. كانت تشعر بالغضب يتصاعد داخلها، ولكنها لم تكن قادرة على الرد. كانت تحاول أن تتجاهلهم، ولكن كلماتهم كانت تخترق قلبها مثل السهام. في إحدى المرات، عندما اقترب منها أحدهم في الممر الخالي وقال:

"ما بالك يا ليلي؟ لماذا لا تتكلمين؟ هل تخافين منا؟"

كانت تلك الكلمات كافية لتفجر بركان الغضب
داخلها. التفتت إليه بعينين ملتهبتين وصرخت
بصوت عالٍ:

"ابتعد عني! لا تقترب مني أبدًا!"

كانت تلك اللحظة التي شاهد فيها الجميع جانبًا
جديدًا من ليلي. كانت الفتاة الهادئة والمنطوية قد
أصبحت فجأة شخصًا لا يتردد في الصراخ
والتحدي. أثارت هذه الحادثة اهتمام الطلاب
الآخرين، وبدأت الشائعات تنتشر حولها. كانت هذه
الشائعات تزيد من عزلتها، وتجعلها تشعر بمزيد
من الغضب والكراهية تجاه كل من حولها.

مع مرور الوقت، أصبحت ليلي تشعر وكأنها تعيش
في عالم من الكراهية. كانت تكره المدرسة، تكره
زملاءها، تكره منزلها وحتى جسدها. كانت ترى

في كل شيء حولها تذكيرًا بما مرت به، ولم تكن
قادرة على الهروب من هذه المشاعر.

في المنزل، كانت علاقتها بوالدتها تزداد توترًا.
كانت والدتها تحاول التقرب منها، تسألها عن
يومها، عن مشاكلها، ولكن ليلي كانت ترفض
الحديث. كانت تشعر بأن والدتها لا تستطيع أن
تفهم ما تمر به، وأنها لن تكون قادرة على
مساعدها. كانت المحادثات بينهما تتحول سريعًا
إلى مشاجرات، حيث كانت ليلي تفجر كل غضبها
في وجه والدتها، بينما كانت الأم تقف عاجزة عن
فهم السبب الحقيقي وراء هذا التغيير.

في إحدى الليالي، بينما كانت الأم تحاول مجددًا
الاقتراب من ليلي، سألتها بصوت مملوء بالقلق:

"ليلي، ماذا يحدث معك؟ لماذا تغيرت هكذا؟ هل
هناك شيء يؤلمك؟"

كانت ليلى تجلس على سريرها، عيناها تملؤهما
الدموع والغضب المكبوت. رفعت عينيها نحو
والدتها، ولم تستطع السيطرة على مشاعرها أكثر.
صرخت في وجهها:

"أنتِ لا تفهمين! لن تفهمي أبدًا! لماذا تسألين
الآن؟ أين كنتِ عندما كنتِ أحتاج إليك؟"

تراجعت الأم خطوة إلى الوراء، مدهوشة من رد
فعل ليلى العنيف. لم تكن تعرف كيف ترد، شعرت
بالعجز والحزن في الوقت نفسه. حاولت الاقتراب
منها مجددًا، ولكن ليلى دفعتها بعيدًا واستدارت
نحو الحائط، تبكي بصمت.

خرجت الأم من الغرفة وهي تشعر بالعجز. كانت
تحب ابنتها، ولكنها لم تكن قادرة على فهم ما

يجري بداخلها. كانت ترى أن شيئاً ما قد كسر ليلى، ولكنها لم تكن تعرف كيف تصلح هذا الكسر.

في تلك الليلة، جلست ليلى في غرفتها، محاطة بصمتها وألمها. كانت الدموع تنهمر على وجنتيها، تشعر بأن قلبها مثقل بالكرهية والحزن. كانت تعرف أن حياتها قد تغيرت للأبد، وأنها لن تعود تلك الفتاة التي كانت يوماً. كانت تشعر بأن العالم قد تخلى عنها، وأنها لن تجد الأمان أو الحب في أي مكان.

وفي أعماق هذا الألم، بدأت ليلى تدرك شيئاً جديداً. كانت تعرف أنها لا تستطيع الاستمرار في هذا الطريق، وأنها بحاجة إلى الخروج من هذه الدوامة التي تبتلعها. ولكنها لم تكن تعرف كيف. كانت تشعر بأنها تائهة في بحر من الظلام، تبحث عن طوق نجاة.

كان هناك جزء من ليلى يريد أن يصرخ، أن يطلب المساعدة، ولكن جزء آخر كان يخشى الرفض، يخشى ألا تجد تلك المساعدة التي تحتاجها. كانت تشعر بأنها محاصرة بين هذه المشاعر المتضاربة، غير قادرة على اتخاذ أي خطوة نحو الخلاص.

وهكذا، بدأت ليلى تدرك أن الحياة لن تكون سهلة، وأن عليها أن تجد طريقًا للتعيش مع هذا الألم الذي يسكن بداخلها. كانت تعلم أن الطريق إلى الشفاء سيكون طويلًا وصعبًا، ولكنها كانت مستعدة لخوضه. كانت تأمل في أن تجد يومًا ما القوة لتتحدث، لتفتح قلبها وتشارك قصتها، لعلها تجد في ذلك الراحة التي طالما بحثت عنها.

****الكراهية الذاتية****

مع مرور السنوات، ازدادت مشاعر الكراهية والعزلة داخل ليلى. لم تعد الطفلة البريئة التي كانت تملأها الضحكات والأحلام. كانت تجرر نفسها من يوم لآخر، متخبطة في مشاعر متناقضة من الغضب والخوف والعار. كانت ترى في كل يوم جديد عبئاً ثقيلاً، ولم تكن تستطيع التحرر من الحزن الذي يطوق روحها.

في صباح أحد الأيام، كانت ليلى تقف أمام المرآة في غرفتها، تنظر إلى نفسها بإمعان. كانت عيناها مليئتين بالاحتقار، لم تكن ترى في انعكاسها سوى صورة فتاة مكسورة، مثقلة بالذكريات المؤلمة. رفعت يدها ببطء ولمست وجهها، وكأنها تحاول أن تفهم من هي هذه الفتاة التي تراها. تململ شعور بالغثيان في داخلها، فابتعدت عن المرآة وكأنها تهرب من نفسها.

****ليلى: ** (بهمس لنفسها) "لماذا أنا؟ لماذا حدث لي كل هذا؟ ما الذي يجعلني أستحق هذا العذاب؟"**

لم تكن ليلى قادرة على تقبل نفسها، أو تقبل جسدها. كانت تشعر بالعار من كل جزء فيه. كانت ترى في نفسها شيئاً قذراً، شيئاً لا يستحق الحب أو الاحترام. كانت ترتدي ملابس فضفاضة تخفي جسدها عن الأنظار، حتى لا تضطر إلى مواجهة حقيقة أنها تعيش في جسد لا تحبه.

في المدرسة، كانت ليلى تشعر بأنها منبوذة. لم تعد تقترب من صديقاتها القدامى، ولم تعد تشارك في الأنشطة الصفية كما كانت تفعل في السابق. كانت تعيش في عزلة اختيارية، تجلس في الزوايا المظلمة من الصف، وتتفادى النظر في أعين زملائها. كانت تشعر بأنهم جميعاً ينظرون إليها باحتقار، بأنهم يعرفون سرها، حتى وإن لم يفعلوا.

ذات يوم، وبينما كانت تسير في ممر المدرسة الخالي، اعترض طريقها زميل يدعى "سامي"، كان معروفًا بين الطلاب بأنه مشاكس ولا يتورع عن مضايقة الآخرين.

****سامي: ** (بابتسامة ساخرة) "أين تذهبن يا ليلي؟ لماذا تختبئين دائمًا؟ هل هناك شيء تخافين منه؟"**

توقفت ليلي، وعيناها تنظران إلى الأرض. كانت تريد أن تتجاهله وتمضي في طريقها، لكنها شعرت بيد سامي تمسك بذراعها.

****سامي: ** (بصوت منخفض) "هل تعتقدين أن بقاءك صامتة سيجعل الأمور أفضل؟ كلنا نعرف أنك تخفين شيئًا. هل هو سر كبير جدًا؟"**

شعرت ليلي وكأن العالم يضيق حولها، وكان كل
الأنظار تركز عليها. حاولت أن تبتعد عنه، لكن
قبضته كانت قوية.

****ليلى: ** (بصوت مرتجف) "اتركني... من
فضلك، اتركني وشأني."**

ضحك سامي بهدوء، وأفلت يدها أخيرًا، لكنه لم
يتراجع قبل أن يهمس في أذنها:

****سامي: ** "يجب أن تكوني حذرة يا ليلي. العالم
ليس مكانًا آمنًا للفتيات مثلك."**

تركت ليلي المكان وهي تشعر بأن كلمات سامي قد
نكأت جرحًا قديمًا، جرحًا لم يلتئم قط. عادت إلى
الصف وجلست في مكانها المعتاد، ولكنها لم
تستطع التركيز على ما يقوله المعلم. كانت كلمات

سامي تتردد في ذهنها مرارًا وتكرارًا، مما زاد من شعورها بالاختناق.

مع مرور الأيام، بدأ ذلك الشعور بالكراهية الذاتية يسيطر على ليلى بشكل أكبر. كانت تشعر بأنها محاصرة في جسدها، وكأنها تعيش في قفص لا تستطيع الهروب منه. كانت تلك الليالي الطويلة، التي تقضيها في غرفتها وحيدة، مليئة بالتساؤلات والدموع.

في إحدى تلك الليالي، وبينما كانت ليلى تحاول أن تنام دون جدوى، سمعت صوت طرقات خافتة على باب غرفتها. لم تكن تتوقع أن يأتي أحد لزيارتها في هذا الوقت، فنهضت بتثاقل وفتحت الباب لتجد والدتها تقف هناك، تحمل كوبًا من الشاي الساخن.

****الأم:**** (بابتسامة دافئة) "اعتقدت أنك قد ترغبين في شيء دافئ يساعدك على النوم."

نظرت ليلي إلى والدتها بعينين مثقلتين بالحزن، ثم أخذت الكوب من يدها ودخلت إلى غرفتها. جلست على السرير، بينما جلست والدتها بجانبها.

****الأم:**** (بصوت ناعم) "ليلي، حبيبتي... ألاحظ أنك لست بخير هذه الأيام. قلبي ينفطر لرؤيتك هكذا. أريد أن أفهم ما الذي يؤلمك."

ظلت ليلي صامتة، غير قادرة على النظر في عيني والدتها. كانت تشعر بأنها لا تستطيع البوح بما في قلبها، كانت تخشى أن تُحكم عليها، أو أن يتم اتهامها بأنها ضعيفة.

****الأم:**** (بلهجة حازمة ولكن حانية) "أنت لست وحدك، ليلي. أنا هنا، معك. مهما كان ما تشعرين به، يمكننا مواجهته معًا. فقط قل لي ما يؤلمك."

شعرت ليلي بأن الجدران التي بنتها حول قلبها بدأت تتصدع. كان هناك جزء منها يرغب بشدة في التحدث، في البوح بكل شيء، ولكن الجزء الآخر كان يخشى أن يتم رفضها أو لومها. كانت الكلمات حبيسة في حلقها، تحاول الخروج لكنها لم تستطع.

****ليلى: ** (بهمس ضعيف) "لا شيء... لا شيء مهم يا أمي. فقط دعيني وحدي."**

أدركت الأم أن الضغط على ليلي لن يؤدي إلى نتيجة. كانت تعرف أن ابنتها تمر بشيء أكبر مما يمكنها تحمله وحدها، لكنها قررت أن تعطيها بعض الوقت. قبلت جبهة ليلي بهدوء، ثم نهضت وغادرت الغرفة، تاركة ابنتها في صراعها الداخلي.

عندما خرجت والدتها، نظرت ليلي إلى الكوب الذي كانت تحمله، ثم وضعتة جانباً دون أن تشرب منه.

كانت تشعر بأن الغصة في حلقها تزداد، وأنها على وشك الانهيار. فجأة، شعرت بأنها لم تعد تستطيع البقاء صامته. كانت بحاجة إلى مخرج، إلى طريقة للتعبير عن هذا الغضب والحزن المكبوت بداخلها.

نهضت ليلي من السرير وبدأت تبحث في درج مكتبها حتى وجدت دفترًا قديمًا كانت تستخدمه في تدوين يومياتها عندما كانت صغيرة. جلست على الأرض، فتحت الدفتر وبدأت تكتب، دون أن تتوقف، وكان كل تلك الكلمات التي لم تستطع النطق بها أخيرًا وجدت طريقها إلى الورق.

****ليلي: ** (تكتب باندفاع) "أنا أكره نفسي. أكره كل شيء في حياتي. لا أستطيع الهروب من هذا الألم، من هذا العار. لماذا يجب علي أن أتحمل هذا؟ لماذا لا أستطيع أن أكون طبيعية مثل باقي الفتيات؟ أريد أن أصرخ، أن أقول للجميع ما حدث،**

لكنتي لا أستطيع. أشعر بأنني محاصرة في جسد لا
أستطيع تحمله."

كانت الكلمات تفيض من قلبها كالسيل، وكلما كتبت
أكثر، شعرت بأنها تفرغ جزءًا من الألم الذي كان
يعذبها لسنوات. لم تتوقف حتى ملأت صفحات
عدة، وعندما انتهت، كانت تشعر ببعض الراحة،
وكانها قد أزاحت عن كاهلها حملاً ثقيلاً.

بعد أن أنهت الكتابة، أغلقت الدفتر واحتضنته بين
ذراعيها. كانت تعلم أن هذا لن يحل كل مشاكلها،
لكنه كان بداية لتفريغ تلك المشاعر التي كانت
تخنقها. جلست هناك لبعض الوقت، تشعر ببعض
السلام المؤقت، قبل أن تستسلم للنوم أخيرًا.

في الأيام التالية، بدأت ليلي تشعر ببعض التحسن.
كانت الكتابة تمنحها متنفسًا للتعبير عن مشاعرها،
حتى وإن كانت تلك المشاعر مليئة بالغضب

والكراهية. كانت تكتب يوميًا، تفرغ كل ما بداخلها على الورق، وتجد في ذلك بعض الراحة.

لكن رغم هذه الراحة المؤقتة، كانت ليلي تدرك أن هذا ليس كافيًا. كانت تعلم أن الجرح أعمق من أن يلتئم ببعض الكلمات على الورق. كانت بحاجة إلى شيء أكبر، إلى مواجهة حقيقية مع نفسها، ومع ماضيها. لكن في هذه اللحظة، لم تكن تملك الشجاعة الكافية للقيام بذلك.

وهكذا، استمرت ليلي في العيش بين الحاضر والماضي، بين محاولاتها للشفاء وبين الألم الذي لم يفارقها أبدًا. كانت تحاول أن تجد طريقها في هذا العالم، لكنها كانت تشعر بأن الطريق ما زال طويلًا، وأنها بحاجة إلى قوة لم تكن تعرف إذا كانت تمتلكها أم لا.

****نحو الشفاء****

مرت أيام وليالٍ، وليلى تعيش في صراع دائم مع نفسها. كلما خطت خطوة نحو الشفاء، كانت تجد نفسها مجبرة على العودة إلى تلك اللحظات المظلمة التي شكلت حياتها. لم يكن الأمر سهلاً، بل كان كل يوم يشبه معركة شرسة تخوضها بمفردها. كانت تشعر أحياناً بأنها تغرق في بحر من الحزن، ولكن في تلك اللحظات بالذات، كانت تجد في داخلها قوة خفية تدفعها للاستمرار.

ذات صباح، بينما كانت ليلي في طريقها إلى المدرسة، التقت بمعلمتها المفضلة، السيدة "نادية"، التي كانت دائماً ما توليها اهتماماً خاصاً. كانت السيدة نادية معلمة اللغة العربية، لكنها كانت أكثر من مجرد معلمة بالنسبة ليلي. كانت ترى فيها شخصاً يمكن أن يمد لها يد العون في وقت الشدة.

****السيدة نادية: ** (بابتسامة دافئة) "صباح الخير
يا ليلي. كيف حالك اليوم؟"**

نظرت ليلي إلى عيني معلمتها، وشعرت بشيء من
الراحة في تلك النظرة الحنونة. ولكنها لم تستطع
الرد كما ينبغي، فقد كانت مشاعرهما مختلطة.

****ليلي: ** (بصوت خافت) "صباح الخير يا
أستاذة. أنا... لا بأس."**

لاحظت السيدة نادية أن شيئاً ما ليس على ما يرام.
كانت ليلي دائماً ما تكون صامتة، ولكن اليوم كان
هناك شيء مختلف في عينيها، شيء يوحي بالألم.

****السيدة نادية: ** (بحنان) "هل كل شيء على ما
يرام يا ليلي؟ إذا كان هناك شيء يؤلمك، يمكنك
التحدث معي."**

أرادت ليلي أن تتحدث، أن تبوح بكل شيء. لكن الكلمات لم تخرج. شعرت بأنها غير قادرة على التعبير عن ما يجول في خاطرها. كانت هناك رغبة قوية بداخلها للبكاء، ولكنها كانت تخشى أن تنهار أمام معلمتها.

****ليلى: ** (بتردد) "لا شيء يا أستاذة... فقط أشعر ببعض التعب."**

قررت السيدة نادية ألا تضغط على ليلي أكثر، لكنها لم تستطع تجاهل ما رآته في عينيها.

****السيدة نادية: ** "إذا شعرتِ بأنك بحاجة للحديث، أنا هنا دائماً يا ليلي. لا تترددي في القدوم إلي."**

ابتسمت ليلي ابتسامة ضعيفة، ثم أكملت طريقها إلى الصف. لكنها لم تستطع التخلص من تلك الكلمات التي قالتها معلمتها. كانت تشعر بأن هناك شيئاً بداخلها يتحرك، شيئاً يدفعها للبوح، للتحدث عن الألم الذي عاشته وحيدة طوال تلك السنوات.

في اليوم التالي، قررت ليلي أنها بحاجة إلى المساعدة، ولكنها لم تكن تعرف من أين تبدأ. تذكرت أن المدرسة لديها مستشار نفسي، لكنه كان مجرد اسم بالنسبة لها. لم تكن ليلي قد فكرت في الذهاب إليه من قبل، لكنها شعرت بأنها قد وصلت إلى مرحلة لم تعد تستطيع فيها التحمل وحدها.

بعد الحصة الأخيرة، قررت ليلي أن تتوجه إلى مكتب المستشار النفسي، السيد "يوسف". كان رجلاً في منتصف العمر، يتمتع بسمعة طيبة بين الطلاب كونه شخصاً حنوناً ومتفهماً. عندما دخلت

ليلى المكتب، كانت تشعر بالتوتر، ولكنها حاولت
أن تبقى نفسها هادئة.

****المستشار يوسف:**** (بابتسامة دافئة) "أهلاً يا
ليلى. تفضلي بالدخول. كيف يمكنني مساعدتك
اليوم؟"

جلست ليلى أمامه، وكان قلبها ينبض بسرعة.
شعرت بأن الكلمات تتشابك في حلقها، ولكنها
حاولت أن تجمع شجاعته لتبدأ الحديث.

****ليلى:**** (بصوت مرتجف) "أنا... لست متأكدة
من أين أبدأ، لكنني أشعر أنني بحاجة إلى التحدث
مع شخص ما."

أوما السيد يوسف برأسه مشجعاً، دون أن
يقاطعها. كانت نظرتة مليئة بالتفهم، مما جعل ليلى
تشعر ببعض الارتياح.

****المستشار يوسف: ** "لا بأس يا ليلي. خذي وقتك. أنا هنا للاستماع إليك."**

تنفست ليلي بعمق، ثم بدأت في الحديث عن مشاعرها المتخبطة، وعن الشعور بالعجز الذي يسيطر عليها. تحدثت عن الألم الذي يعتصر قلبها كلما تذكرت ما حدث لها في طفولتها. لم تخبره بكل التفاصيل، لكنها أعطته لمحة عما تمر به.

****ليلي: ** (بصوت منخفض) "أشعر بأنني عالقة في مكان مظلم، ولا أستطيع الخروج منه. كلما حاولت المضي قدمًا، أجد نفسي أعود إلى نفس النقطة. أشعر بالكراهية تجاه نفسي، ولا أستطيع أن أثق بأحد."**

ظل السيد يوسف صامتًا لبرهة، ثم نظر إليها بعينيه الهادئتين.

****المستشار يوسف: **** "ليلي، من الطبيعي أن تشعرني بهذا الألم بعد ما مررت به. ما حدث لك كان شيئاً صعباً، ولا أحد يمكن أن يتوقع منك أن تتجاوزه بمفردك. لكنني أريدك أن تعلمي أنك لست وحدك في هذه الرحلة. نحن هنا لمساعدتك."

شعرت ليلي بالراحة في كلماته، لكنها لم تكن متأكدة مما إذا كانت قادرة على التصديق. كانت تشعر بأن الألم الذي تحمله أكبر من أن يتحمله أي شخص آخر.

****ليلي: **** (بصوت مليء بالشك) "لكن هل يمكن حقاً أن أتعافى؟ أشعر بأن هذا الألم لا ينتهي أبداً."

****المستشار يوسف: **** "الشفاء هو عملية تستغرق وقتاً، ولا تأتي بين ليلة وضحاها. لكنها تبدأ بخطوة صغيرة، مثل تلك التي قمت بها اليوم

بمجرد القدوم إلى هنا. يمكنك أن تبدأي بمحاولة
التحدث أكثر، سواء معي أو مع شخص تثقين به.
الكتابة، كما كنتِ تفعلين، أيضاً قد تكون وسيلة
جيدة للتعبير عن مشاعركِ."

شعرت ليلي ببعض الأمل يتسلل إلى قلبها. كانت
كلمات السيد يوسف مليئة بالطمأنينة، وكأنها
ضوء صغير في نهاية النفق المظلم. قررت أن
تمنح هذه الفرصة لنفسها، أن تحاول أن تجد
طريقاً نحو الشفاء.

بدأت ليلي في حضور جلسات علاجية منتظمة مع
السيد يوسف. في كل جلسة، كانت تفتح قلبها
أكثر، وتبدأ في مواجهة تلك الذكريات التي كانت
تخشأها. كان السيد يوسف يساعدها على إعادة
تنظيم أفكارها، والتعامل مع مشاعرها بشكل
أفضل.

خلال إحدى الجلسات، قرر السيد يوسف أن يجرب مع ليلى تمريناً يسمى "المواجهة الرمزية". طلب منها أن تغلق عينيها وتتخيل نفسها في مواجهة الأشخاص الذين تسببوا لها في الألم. في البداية، شعرت ليلى بالخوف، لكنها قررت أن تواجه هذا التحدي.

****المستشار يوسف: ****"ليلى، أريدك أن تتخيلي نفسك واقفة أمام الشخص الذي تسبب لك في أكبر ألم. أريدك أن تخبريه بما تشعرين به."

أغلقت ليلى عينيها، وتخيلت نفسها تقف في ذلك البستان الذي شهد أسوأ لحظات حياتها. كانت ترى السيد أحمد يقف أمامها، بنظراته القاسية. شعرت بالخوف يتسلل إليها، ولكنها تذكرت كلمات السيد يوسف، وحاولت أن تجمع شجاعته.

****ليلي: ** (بصوت مرتجف) "لماذا فعلت بي هذا؟
لماذا سرقت مني براءتي؟ أنت لم يكن لك الحق في
أن تأخذ مني شيئاً لم يكن لك. لقد جعلتني أشعر
بأنني لا أستحق الحب، بأنني قدرة. لكنني اليوم
أقف أمامك، وأقول لك إنني لن أدعك تسيطر علي
بعد الآن. أنا لست ضحيتك، أنا لست مكسورة.
سأتعافى، رغم كل شيء.".**

كانت كلمات ليلي تخرج بصعوبة، لكنها كانت
تشعر بأن كل جملة تقولها تسحب من قلبها جزءاً
من ذلك العبء الثقيل الذي كانت تحمله. عندما
انتهت من التمرين، شعرت بشيء من التحرر،
وكأنها قد أزاحت عن كاهلها جزءاً من الحزن الذي
كان يثقل روحها.

****المستشار يوسف: ** (بابتسامة) "أحسنتِ يا
ليلي. هذه خطوة كبيرة نحو الشفاء. المواجهة لا
تغير الماضي، لكنها تساعدك على استعادة بعض
من قوتك."**

بعد تلك الجلسة، بدأت ليلى تشعر بأنها قادرة على مواجهة مشاعرها بطريقة أفضل. كانت تكتب يوميًا في دفترها، تعبر عن مشاعرها وأفكارها. بدأت ترى أن الألم الذي شعرت به كان جزءًا من حياتها، لكنه ليس كل حياتها. بدأت تدرك أن لديها القوة لتغير قصتها، وأنها يمكنها أن تبدأ في بناء حياة جديدة.

مع مرور الوقت، بدأت ليلى تجد الراحة في الحديث مع والدتها. كانت تعرف أن والدتها قد لا تفهم كل ما مرت به، لكنها كانت تشعر بأنها بحاجة إلى التحدث معها، إلى بناء جسر جديد بينهما.

ذات مساء، وبعد يوم طويل من التفكير، جلست ليلى مع والدتها في غرفة المعيشة. كان الهدوء يعم البيت، ولم يكن هناك أحد غيرهما. كانت ليلى تعلم أن الوقت قد حان للحديث، ولكنها

كانت مترددة. نظرت إلى والدتها التي كانت تجلس بجانبها، تشاهد التلفاز بصمت.

****ليلي: ** (بتردد) "أمي، هل يمكنني التحدث معك في شيء مهم؟"**

أغلقت والدتها التلفاز، والتفتت إليها بوجه مليء بالاهتمام والحنان.

****الأم: ** "بالطبع يا ليلي، يمكنك التحدث معي عن أي شيء. ما الذي يشغل بالك؟"**

شعرت ليلي بتوتر يسري في جسدها، لكن نظرة والدتها الهادئة جعلتها تشعر ببعض الطمأنينة. تنفست بعمق، وبدأت تتحدث ببطء.

****ليلي: **** "هناك أشياء كثيرة أريد أن أقولها لك، أشياء كنت أحتفظ بها في داخلي لفترة طويلة. لم أكن أعلم كيف أقولها، أو حتى إن كان يجب أن أقولها. لكنني الآن أعتقد أن الوقت قد حان."

أمسكت والدتها بيدها برفق، وضغطت عليها، كما لو كانت تشجعها على الاستمرار.

****الأم: **** "لا بأس يا حبيبتي، خذي وقتك. أنا هنا لأستمع إليك."

بدأت ليلي تروي لوالدتها جزءاً مما مرت به. لم تدخل في التفاصيل المؤلمة، لكنها تحدثت عن مشاعرها، عن الخوف الذي كان يلاحقها، وعن الألم الذي شعرت به كل يوم. تحدثت عن الكراهية الذاتية التي كانت تسيطر عليها، وعن شعورها بالذنب الذي كان يلزمها منذ الحادثة.

كانت والدتها تستمع بصمت، ووجهها يعكس
مزيجًا من الحزن والتعاطف. كانت تسمع كلمات
ليلي وكأنها تسمعها لأول مرة، وتفهم الآن لماذا
كانت ابنتها تعيش في ذلك الظلام الدائم.

****ليلي: ** (بصوت مرتجف) "أمي، كنت دائمًا
أشعر بأنك لم تكوني هناك لحمايتي، وأني كنت
وحيدة في مواجهة هذا العالم. كنت أشعر بأنني لا
أستطيع التحدث معك عن ما حدث، لأنني كنت
أخشى أن تظني أنني ضعيفة أو أنني... أنني
أستحق ما حدث."**

دمعت عينا الأم، ولم تستطع حبس دموعها أكثر.
اقتربت من ليلي واحتضنتها بقوة.

****الأم: ** (بصوت مختنق بالدموع) "يا إلهي،
ليلي... لم أكن أعلم. لم أكن أعلم أنك تمرين بكل
هذا. لو كنت أعرف، لكنت فعلت أي شيء**

لحمائتك. أنتِ لستِ ضعيفة، ولم تستحقي أبدًا ما حدث. أنا آسفة جدًا يا ابنتي، آسفة لأنني لم أكن إلى جانبك كما يجب."

بكت ليلي بين ذراعي والدتها، وكانت تلك اللحظة تمثل بداية جديدة لعلاقتها. كانت تشعر بأن الجدار الذي كان يفصل بينهما بدأ ينهار، وأنها أخيرًا وجدت مكانًا آمنًا تفرغ فيه كل مشاعرها. كانت والدتها تبكي معها، تبكي على سنوات من الصمت والظلام عاشتها ابنتها وحدها.

****الأم: **** "ليلي، أريدك أن تعرفي أنني سأكون دائمًا هنا من أجلك. سنواجه هذا معًا، وسنجد طريقًا للشفاء. لا أريدك أن تشعرني بالذنب أو العار. ما حدث لم يكن خطأك، وأنا فخورة بك لأنك قوية بما يكفي لتتحدثي عنه الآن."

كانت تلك الكلمات تعني الكثير ليلى. شعرت بأن والدتها تفهمها أخيرًا، وأنها ليست وحدها في هذا العالم. بعد تلك الليلة، بدأت ليلى تشعر بتحسن تدريجي. لم يكن الشفاء سهلاً، لكنه أصبح ممكناً الآن.

بدأت ليلى تحضر جلسات العلاج مع والدتها، مما ساعدهما على بناء علاقة أقوى. كانت تفتح قلبها أكثر، وتبدأ في مواجهة مخاوفها بجرأة أكبر. كما أنها وجدت في الكتابة وسيلة للتعبير عن كل ما لا تستطيع قوله بصوت عالٍ. كانت تكتب عن مشاعرها، عن ماضيها، وعن مستقبلها الذي كانت تأمل أن يكون مشرقاً.

في أحد الأيام، وأثناء جلسة علاج جماعية في المدرسة، قررت ليلى أن تشارك قصتها مع الآخرين. كان ذلك تحدياً كبيراً لها، لكنها شعرت بأنها قوية بما يكفي لمواجهته. وقفت أمام

المجموعة، وبدأت تتحدث بصوت هادئ لكنه ثابت.

****ليلي: **** "أريد أن أشارككم شيئاً، شيئاً كنت أحمله في داخلي لسنوات طويلة. عندما كنت طفلة، تعرضت لتجربة صعبة جداً، تجربة أثرت على حياتي بالكامل. لم أكن أعلم كيف أتعامل معها، وكيف أعيش معها. كنت أشعر بالكراهية تجاه نفسي، وبالخوف من الجميع. لكنني اليوم، وأنا هنا أمامكم، أريد أن أقول إنني بدأت أخيراً في التغيير. بدأت أجد القوة في داخلي لأتحدث، لأواجه، ولأتعافى."

كان الجميع يستمعون إليها بصمت، وأعينهم مليئة بالتعاطف والإعجاب. كانت تلك اللحظة تشعر ليلي بأنها ليست ضحية، بل ناجية، وأنها تستطيع أن تكون مثالاً للآخرين.

بعد أن أنهت حديثها، شعرت براحة كبيرة. كانت قد تجاوزت حاجزًا كبيرًا في حياتها، وكانت تعلم أن هناك المزيد لتتجاوزه، لكن تلك اللحظة كانت بداية حقيقية للشفاء.

بعد الجلسة، اقتربت منها إحدى الفتيات في المجموعة، وابتسمت لها.

****الفتاة: **** "أنتِ شجاعة جدًا يا ليلي. شكرًا لكِ على مشاركة قصتك معنا. لقد ألهمتني كثيرًا."

شعرت ليلي بسعادة غامرة، وأدركت أنها لم تعد تلك الفتاة المكسورة التي كانت تعيش في الظل. كانت الآن تملك القوة لتعيش حياتها، وتواجه كل ما يأتي في طريقها بشجاعة وثبات.

كانت رحلة الشفاء طويلة، ولكن ليلي كانت مستعدة للسير فيها حتى النهاية. كانت تعلم أن

الطريق لن يكون سهلاً، ولكنه كان يستحق كل
خطوة. بدأت ترى المستقبل بأمل جديد، وبدأت
تؤمن بأنها تستحق السعادة والحب والاحترام،
وأنها قوية بما يكفي لتخلق لنفسها حياة جديدة،
ملئية بالأمل والفرح.

****البداية الجديدة****

مرت الأيام ببطء، لكنها كانت تحمل معها تغييرًا تدريجيًا في حياة ليلى. كانت تشعر بأنها أخيرًا تسير على الطريق الصحيح نحو الشفاء، لكنها كانت تعلم أيضًا أن رحلتها لم تنته بعد. كانت الأيام مليئة بالتحديات الجديدة، ولكن ليلى كانت مستعدة لمواجهةها بشجاعة متجددة.

في أحد الأيام، وأثناء عودتها من جلسة العلاج مع السيد يوسف، قررت ليلى أن تتوقف في مقهى قريب من المدرسة. كان هذا المقهى مكانًا هادئًا، تعود الذهاب إليه عندما تحتاج إلى بعض الوقت للتفكير. جلست في ركن بعيد، طلبت كوبًا من القهوة، وفتحت دفترها لتكتب.

بينما كانت تغرق في أفكارها، لم تلاحظ أن شابًا كان يراقبها من بعيد. كان يجلس على الطاولة

المجاورة، يقرأ كتابًا، لكنه لم يستطع تجاهل تلك الفتاة التي كانت تبدو وكأنها تحمل عالمًا كاملاً من الأسرار. كان ذلك الشاب يدعى "آدم"، وكان طالبًا في الجامعة المجاورة، يدرس الأدب ويعشق الكتابة مثل ليلى.

بعد دقائق من التردد، قرر آدم أن يتوجه إلى طاولتها. وقف أمامها بابتسامة خفيفة، وقال:

****آدم:** "مرحبًا، هل تسمحين لي بالجلوس هنا؟ يبدو أنك تكتبين شيئًا مهمًا، وأنا لا أريد أن أزعجك."**

رفعت ليلى عينيها ببطء، ونظرت إليه بتردد. لم تكن معتادة على أن يتحدث إليها الغرباء، لكنها شعرت بشيء ما في عينيه يجذبها. أومأت برأسها بإيجابية.

****ليلي: ** "بالتأكيد، تفضل."**

جلس آدم مقابلها ووضع كتابه على الطاولة.
حاول أن يبدأ الحديث بطريقة غير مزعجة.

****آدم: ** "أنا آسف إذا كنت قد أزعجتك. أنا آدم،
وأحب الكتابة كثيرا. لاحظت أنك أيضا تكتبين، هل
يمكنني أن أسألك عن ماذا تكتبين؟"**

شعرت ليلي ببعض الحرج، لكنها قررت أن تجيبه.

****ليلي: ** "أنا أكتب يومياتي، وأحيانا بعض
القصص القصيرة. الكتابة هي طريقتي للتعبير عن
مشاعري."**

ابتسم آدم، وكأنه فهم ما تقصده.

****آدم:** "الكتابة علاج رائع، أليس كذلك؟ أنا أيضاً أجد في الكتابة ملاذاً للهروب من ضغوط الحياة. لكنني لم أكن أتوقع أن ألتقي بشخص يشارك نفس الشغف هنا."**

كانت تلك الكلمات تلامس شيئاً في داخل ليلى. كانت تشعر لأول مرة منذ فترة طويلة بأنها تستطيع التواصل مع شخص آخر على مستوى أعمق. لم يكن الحديث فقط عن الكتابة، بل كان عن شيء أعمق، عن فهم مشترك للألم والتجربة الإنسانية.

استمر الحديث بينهما لفترة أطول مما كانت تتوقع ليلى. تحدثا عن الكتب التي يفضلان قراءتها، وعن الكتاب الذين يلهمونهم. كان آدم يمتلك حس الفكاهة، وكان يعرف كيف يجعل ليلى تبتسم، شيء لم تكن تفعله كثيراً في الفترة الأخيرة.

في نهاية اللقاء، وقبل أن يغادر آدم، طلب منها أن يتبادلا أرقام الهواتف. كانت ليلى مترددة في البداية، لكن شيئاً ما بداخلها جعلها توافق.

****آدم:**** "أود حقاً أن نتحدث مرة أخرى. يبدو أن لدينا الكثير من الأمور المشتركة. ماذا عن قراءة بعض مما كتبت؟ قد نتمكن من مناقشته في المرة القادمة."

أومات ليلى برأسها وابتسمت بخجل.

****ليلى:**** "سأفكر في الأمر. أشكرك على هذا اللقاء، لقد كان لطيفاً."

غادر آدم المقهى، تاركاً ليلى وحدها مع أفكارها. شعرت بأن هناك شيئاً مختلفاً يحدث في حياتها. كانت هذه المرة الأولى التي تشعر فيها بالراحة وهي تتحدث مع شخص غريب. كانت ترى في آدم

شخصًا يمكن أن يكون صديقًا، وربما شيئًا أكثر من ذلك، لكنها لم تكن تريد أن تتسرع في الحكم.

مرت الأيام، وبدأت ليلي وادم يتواصلان بشكل منتظم. كانا يتحدثان عن كل شيء تقريبًا: عن الكتب، عن الحياة، وعن التحديات التي يواجهانها. كان آدم مستمعًا جيدًا، ولم يكن يدفع ليلي للحديث عن ماضيها، لكنه كان دائمًا مستعدًا للاستماع إذا أرادت أن تشاركه.

بدأت ليلي تشعر بأنها لم تعد وحيدة. كانت هناك شخصيات أخرى في حياتها تستحق الاهتمام، وتستحق أن تمنحها فرصة. كانت تشعر بأنها بدأت في بناء حياتها من جديد، خطوة بخطوة.

في إحدى الأمسيات، بينما كانت ليلي تستعد للنوم، جاءتها رسالة من آدم:

****آدم (في الرسالة):** "أعلم أنني لم أسألك من قبل عن قصتك الشخصية، لكنني أريدك أن تعرفني أنني هنا للاستماع إذا كنت ترغبين في الحديث. لا أريد أن أضغط عليك، ولكنني أعتقد أنك شخص قوي جدًا، وأود أن أتعرف عليك أكثر."**

قرأت ليلي الرسالة عدة مرات، وشعرت بامتنان كبير تجاه آدم. كان أول شخص يجعلها تشعر بأنها ليست مضطرة للهرب من ماضيها، وأن هناك من يمكنه أن يفهمها دون أن يحكم عليها.

قررت أن ترد عليه بعد تفكير:

****ليلى (في الرسالة):** "شكرًا لك، آدم. لا تعرف كم تعني لي كلماتك. قد أحتاج إلى بعض الوقت، لكنني أعتقد أنني سأكون مستعدة للحديث قريبًا."**

ابتسمت ليلي وهي تضع هاتفها جانبًا، وشعرت بشيء من السكينة. كانت تعلم أن الطريق إلى الشفاء طويل، لكنه كان يستحق كل خطوة. كانت ترى أن الحياة بدأت تمنحها فرصًا جديدة، فرصًا لبناء علاقات حقيقية قائمة على الفهم والتعاطف.

مع مرور الوقت، بدأت ليلي وادم يقضيان المزيد من الوقت معًا. كانا يلتقيان في المقهى، يقرآن الكتب ويكتبان معًا، وأحيانًا يمشيان في الحدائق ويتحدثان عن الحياة. كان آدم دائمًا موجودًا لدعم ليلي، ولكن دون أن يضغط عليها. كان يشعر بأن ليلي بحاجة إلى الوقت والمساحة لتفتح قلبها بشكل كامل، وكان مستعدًا لمنحها ذلك.

في إحدى الأمسيات، وبعد يوم طويل من التجوال في المدينة، جلسا معًا على مقعد في الحديقة. كانت السماء مظلمة، والنجوم تلمع فوقهما. شعرت ليلي بأن الوقت قد حان للحديث عن ما كان يثقل قلبها.

****ليلي: ** (بصوت هادئ) "آدم، أريد أن أشاركك شيئاً لم أخبر به أحداً من قبل، على الأقل ليس بهذا التفصيل."**

التفت آدم إليها، وابتسم بلطف.

****آدم: ** "أنا هنا للاستماع، ليلي. خذي وقتك."**

تنفست ليلي بعمق، وبدأت تروي قصتها. تحدثت عن طفولتها، عن ذلك اليوم المشؤوم، وعن الألم الذي عانت منه لسنوات. تحدثت عن الكراهية الذاتية التي كانت تعيش معها، وعن الشفاء البطيء الذي كانت تسير فيه. لم تخف شيئاً، ولم تتردد في إظهار مشاعرها. كان آدم يستمع بصمت، لكنه كان قريباً بما يكفي ليشعر بكل كلمة قالتها.

عندما انتهت ليلي من حديثها، شعرت وكأنها قد
أزاحت عن كاهلها حملاً ثقيلاً. كانت تنتظر إلى آدم
وهي تنتظر رده، وكانت تخشى أن يبتعد عنها بعد
أن سمع قصتها. ولكن بدلاً من ذلك، اقترب آدم
منها وأمسك بيدها برفق.

****آدم:** "ليلي، شكراً لكِ على ثقتكِ بي. لا
أستطيع أن أتخيل كم كان الأمر صعباً بالنسبة لكِ،
ولكنني أرى فيكِ قوة لا يمكن لأي شيء أن
يكسرها. أنا هنا لأكون معكِ، وسأدعمكِ في كل
خطوة تخطينها نحو الشفاء. ما حدث لكِ لا يحدد
من أنتِ، بل أنتِ من ستحدد مستقبل حياتكِ."**

شعرت ليلي بالدموع تترقرق في عينيها، ولكن
هذه المرة كانت دموع الراحة، وليس الألم. كانت
تعرف أن الشفاء الحقيقي يبدأ عندما تجد من
يشارك رحلتك، عندما تجد من يفهمك ويحبك
رغم كل ما مررت به.

بعد تلك الليلة، أصبحت علاقة ليلى وآدم أقوى.
كانت ليلى تشعر بأنها قد وجدت شخصًا يمكن أن
تعتمد عليه، شخصًا يمكن أن يكون جزءًا من
حياتها الجديدة. كانت ترى في آدم الأمل الذي كانت
تبحث عنه، وكانت تعلم أن حياتها بدأت تأخذ
منحى جديدًا.

بدأت ليلى تعيش حياتها بمزيد من الثقة والتفاؤل.
كانت تشعر بأنها قد تجاوزت أكبر العقبات التي
كانت تحول بينها وبين السعادة. كانت تدرك أن
الشفاء ليس خطأ مستقيمًا، بل رحلة مليئة
بالمنغصات والصعوبات،

****مواجهة الماضي****

كانت ليلى تشعر بالسلام لأول مرة منذ سنوات، ولكنها كانت تعلم في أعماقها أن هناك شيئاً لم يكتمل بعد. على الرغم من الدعم والحب الذي كانت تحصل عليه من آدم ومن والدتها، كان هناك جزء من ماضيها لا يزال يطاردُها. كانت تعلم أن الشفاء الحقيقي يتطلب مواجهة جذر الألم، وهو ما كانت تخشاه طوال تلك السنوات.

في أحد الأيام، وبعد فترة من التفكير، قررت ليلى أن تتخذ الخطوة التي كانت تتردد في اتخاذها لفترة طويلة. قررت أنها بحاجة إلى مواجهة الشخص الذي سبب لها كل هذا الألم، السيد أحمد. لم تكن تهدف إلى الانتقام، بل أرادت أن تستعيد السيطرة على حياتها وأن تواجه ماضيها بشكل مباشر.

ذهبت ليلي إلى السيد يوسف، المستشار النفسي،
وأخبرته بقرارها. كان السيد يوسف يعلم أن هذه
المواجهة قد تكون صعبة للغاية، لكنه أدرك أيضاً
أن ليلي قد وصلت إلى مرحلة من الشفاء حيث
أصبحت قادرة على تحمل مثل هذه التجربة.

****السيد يوسف: **** "ليلي، أريدك أن تكوني متأكدة
من قرارك. هذه الخطوة كبيرة، وقد تكون لها
تداعيات كبيرة عليك. هل تشعرين بأنك مستعدة
لذلك؟"

نظرت ليلي إلى عينيه بثقة لم تشعر بها من قبل.

****ليلي: **** "نعم، أشعر بأنني بحاجة إلى القيام
بهذا. ليس من أجله، بل من أجلي. أريد أن أستعيد
حياتي، وأريد أن أتخلص من هذا الشبح الذي
يطاردني منذ سنوات."

وافق السيد يوسف على دعمها في هذه الخطوة،
وبدأ في التحضير لها. اقترح أن تتم المواجهة في
مكان آمن، بحضور شخص ثالث يكون وسيطاً
بينهما. اختارت ليلي أن يكون اللقاء في مكتب
السيد يوسف، حيث شعرت بالراحة والثقة.

في اليوم المحدد، وصلت ليلي إلى مكتب السيد
يوسف قبل الموعد بقليل. كانت تشعر بتوتر كبير،
لكن آدم كان بجانبها، يمسك بيدها ويهمس لها
بكلمات تشجيع.

****آدم: ** "أنتِ قوية يا ليلي. أنا فخور بكِ جداً.
هذه الخطوة ستساعدك على التخلص من كل ما
يثقل قلبك."**

أومات ليلي برأسها وشعرت ببعض السكينة تتسلل
إلى قلبها. جلست في غرفة الانتظار بينما كان
السيد يوسف يتحدث مع السيد أحمد، الذي لم يكن

يعرف السبب الحقيقي وراء استدعائه. عندما انتهى السيد يوسف من حديثه، دخل إلى غرفة الانتظار ونظر إلى ليلى بابتسامة هادئة.

****السيد يوسف: ****"ليلى، لقد أخبرته أنك هنا وتريدين التحدث معه. إنه في المكتب الآن، وأنا ساكون هناك معك طوال الوقت."

نهضت ليلى من مكانها، وقلبها ينبض بقوة. شعرت بأصابع آدم تضغط بلطف على يدها، مما أعطاها القوة التي تحتاجها. دخلت المكتب ببطء، ورأت السيد أحمد جالساً على الكرسي. كان يبدو عليه بعض الارتباك، ولم يلتقِ بنظرها مباشرة.

جلست ليلى مقابل السيد أحمد، والسيد يوسف بجانبها كدعم لها. أخذت نفساً عميقاً، ثم بدأت بالحديث.

****ليلي: **** "أنت تعرفني جيدًا يا سيد أحمد. أنا ليلي، الفتاة التي كنت تظن أنك تستطيع السيطرة عليها والتحكم فيها. ولكنني اليوم جئت لأخبرك بشيء واحد: أنا لم أعد تلك الفتاة الصغيرة الخائفة."

كان صوتها ثابتًا رغم الاضطراب الداخلي الذي كانت تشعر به. نظر السيد أحمد إلى ليلي بتعبير غير واضح، وكأنه يحاول تذكر ما تقوله.

****السيد أحمد: **** "ليلي... ماذا تقصدين؟ لم أفهم."

رفعت ليلي رأسها وأخذت نفسًا عميقًا.

****ليلي: **** "في ذلك اليوم، في البستان، لقد استغليتني، استغليت براءتي وثقتي بك. لقد جعلتني أعيش في جحيم طوال سنوات، ولكنني

اليوم أواجهك لأقول لك إنني لم أعد ضحية لما فعلته."

بدأت الدموع تتجمع في عيني ليلي، لكنها كانت مصممة على مواصلة حديثها.

****ليلي: **** "لقد عشت سنوات طويلة وأنا ألوم نفسي، وأنا أكره نفسي، ولكنني أدركت في النهاية أن ما حدث لم يكن خطأي. كان خطأك أنت، وكان عليك أن تدفع ثمن ما فعلته. أنا هنا اليوم لأستعيد حياتي، لأخبرك أنني لن أعيش تحت ظلك بعد الآن."

كانت كلماتها تخرج بثقة وجرأة، وكأنها تتحدث نيابة عن كل الألم الذي عانت منه. نظر السيد أحمد إليها بنظرة مشوشة، وبدأ يتلعثم في كلامه.

****السيد أحمد: ** "ليلي، لم أكن... لم أكن أعرف
أنك تشعرين بهذه الطريقة. لم أقصد أبدًا أن
أؤذيك..."**

قاطعته ليلي، وهي ترفع يدها لتوقفه.

****ليلي: ** "لا أريد أعذارًا، ولا أبحث عن
اعتذارات. ما أريده هو أن تفهم أنك لن تكون
جزءًا من حياتي بعد الآن. لقد أخذت ما يكفي،
والآن أنا أستعيد ما هو لي. أريدك أن تعرف أنني
سأمضي قدمًا، وأني سأعيش حياتي بدون خوف
أو كراهية."**

**شعر السيد أحمد بالإحراج والخجل، لكنه لم يتمكن
من الرد. كانت ليلي تتحدث بكلمات تخرج من
أعماق قلبها، وكأنها تطهر نفسها من كل الألم
الذي عانت منه.**

بعد أن انتهت ليلي من حديثها، شعرت بثقل كبير يُرفع عن كتفيها. لم تكن بحاجة إلى رد من السيد أحمد، ولم تكن تبحث عن اعتذار. كانت هذه المواجهة من أجلها، من أجل أن تقول لنفسها إنها قد تجاوزت الماضي وأنها بدأت صفحة جديدة في حياتها.

وقف السيد يوسف بجانبها، ووضع يده على كتفها برفق.

****السيد يوسف: ** "ليلي، لقد فعلت شيئاً عظيماً اليوم. لقد استعدت قوتك، واستعدت حريتك. هذا هو الشفاء الحقيقي."**

نهضت ليلي من مكانها، شعرت بأنها خفيفة كريشة. لم تعد تشعر بالخوف أو الكراهية. كانت تعرف أن هذه المواجهة كانت خطوة مهمة في

رحلتها نحو الشفاء، وأنها قد أغلقت أخيرًا فصلاً
مؤلماً من حياتها.

عندما خرجت من المكتب، وجدت آدم ينتظرها في
الخارج. هرع نحوها واحتضنها بقوة.

****آدم: **** "أنا فخور بكِ جداً يا ليلي. لقد فعلتِ
شيئاً لم يكن أحد يجروء على فعله."

ابتسمت ليلي بينما كانت تغمرها مشاعر الامتنان
والحب. شعرت بأنها قد استعادة جزءاً من نفسها،
جزءاً كان مفقوداً منذ سنوات. كانت هذه البداية
الجديدة التي كانت تنتظرها، بداية لحياة مليئة
بالأمل والشجاعة.

مرت الأيام، وبدأت ليلي تشعر بأنها أقوى من أي
وقت مضى. كانت تعلم أن الحياة لن تكون سهلة
دائمًا، لكن لديها الآن القوة لمواجهة أي تحديات

تأتي في طريقها. كانت تجد في كل يوم سببًا جديدًا
للابتسام، وكانت تشعر بأن العالم يفتح لها أبوابًا
جديدة لم تكن تتوقعها.

في أحد الأيام، بينما كانت تجلس في المقهى مع
آدم، شعرت بأنها على استعداد للحديث عن
المستقبل. كانت تعرف أن حياتها لم تعد تدور حول
ماضيها، بل حول ما يمكن أن تصنعه بيديها.

****ليلي: **** "آدم، لقد فكرت كثيرًا في الفترة
الأخيرة. أعتقد أنني جاهزة لأبدأ حياة جديدة، حياة
ملئية بالأمل والحب. أريد أن أعيش، وأريد أن
أكون سعيدة. وأنا أعلم الآن أنني أستحق ذلك."

ابتسم آدم وأمسك بيدها.

****آدم: **** "وأنا هنا معك، في كل خطوة تخطينها.
معًا، يمكننا أن نصنع مستقبلًا رائعًا."

كانت ليلي تعلم أن الطريق لن يكون خاليًا من التحديات، لكنها كانت مستعدة لمواجهتها بشجاعة وإصرار. كانت تعلم أن الشفاء ليس نهاية الرحلة، بل بداية جديدة. كانت تعرف الآن أن حياتها ليست قصة ماضي مؤلم، بل قصة امرأة قوية قادرة على تحويل الألم إلى قوة، والكراهية إلى حب.

بدأت ليلي في التخطيط لمستقبلها بشغف جديد. قررت أن تتابع دراستها الجامعية في مجال علم النفس، رغبة منها في مساعدة الآخرين الذين مروا بتجارب مشابهة. أرادت أن تكون صوتًا لمن لا يستطيعون التحدث، وأرادت أن تمنحهم الأمل كما وجدت هي الأمل في نفسها.

في يوم تخرجها من الجامعة، كانت ليلي تقف على المسرح وهي تحمل شهادة التخرج، وعيناها تلمعان بالفخر والإنجاز. كانت والدتها وآدم يجلسان في الصفوف الأمامية، يصفقان لها بكل

فخر. عندما نزلت عن المسرح، توجهت مباشرة
إليهما واحتضنتهما بقوة.

****الأم:**** "أنا فخورة بك يا ليلي. لقد صنعت شيئاً
رائعاً من حياتك."

ابتسمت ليلي، وشعرت بدموع الفرح تملأ عينيها
وهي تحتضن والدتها. ثم نظرت إلى آدم الذي كان
ينظر إليها بابتسامة دافئة، عيناها تملؤها السعادة
والحب.

****آدم:**** "لقد قلت لك من قبل إنك قادرة على
تحقيق أي شيء، وها أنت اليوم تثبتين ذلك. أنت
أكثر امرأة قوية أعرفها، ليلي."

كانت ليلي تشعر بأن هذه اللحظة هي ذروة
رحلتها. لم تكن مجرد لحظة نجاح أكاديمي، بل
كانت رمزاً للانتصارها على ماضيها، وعلى كل

الصعوبات التي واجهتها. كانت تعرف أنها لم تصل إلى هنا بمفردها، وأن الحب والدعم الذي حصلت عليه من والدتها وآدم كانا جزءًا كبيرًا من هذا النجاح.

في تلك الليلة، بعد الاحتفالات والمباركات، جلسوا معًا في منزل ليلي. كانت الأم قد أعدت عشاءً خاصًا للاحتفال بهذه المناسبة. كانت الأجواء مليئة بالفرح والدفء، وكانت ليلي تشعر بالانتماء والراحة.

بعد العشاء، جلس الثلاثة في غرفة المعيشة، يتبادلون الحديث عن المستقبل. كان آدم يخطط لمواصلة دراساته العليا، بينما كانت ليلي تفكر في كيفية البدء في حياتها المهنية كمعالجة نفسية.

****آدم:**** "ليلي، هل فكرتِ في الخطوة التالية؟
أعني، بعد التخرج، ما الذي ترغبين في تحقيقه
الآن؟"

نظرت ليلي إلى آدم بابتسامة، ثم أخذت نفسًا عميقًا
قبل أن ترد.

****ليلي:**** "أريد أن أعمل مع الأشخاص الذين
يحتاجون إلى الدعم النفسي. أريد أن أكون هناك
من أجلهم، كما كنت أنت وأمي هناك من أجلي.
أشعر بأن هذا هو طريقي، وأني قادرة على صنع
فرق في حياة الآخرين."

أوماً آدم برأسه، وشعرت والدتها بالفخر وهي
تستمع إلى خطط ابنتها.

****الأم: ** "أعلم أنك ستفعلين شيئاً رائعاً يا ليلي.
ستساعدين الكثيرين، وستكونين مصدر إلهام لهم
كما كنتِ لي."**

في تلك الليلة، وبينما كانت ليلي تستعد للنوم، شعرت بشيء من السكينة يغمر قلبها. كانت تعلم أن الطريق أمامها لا يزال مليئاً بالتحديات، لكنها كانت مستعدة لمواجهتها بكل شجاعة. كانت تعلم أن الحياة ليست دائماً سهلة، لكن مع الدعم والحب، يمكن التغلب على أي شيء.

في الأشهر التالية، بدأت ليلي في العمل في مركز استشارات نفسية، حيث كانت تساعد الأشخاص الذين يعانون من صدمات وتجارب مشابهة لتجربتها. كانت تستمع إلى قصصهم، وتقدم لهم الدعم والإرشاد. كانت تشعر بأنها تعيش رسالتها، وأنها تحقق شيئاً ذا قيمة.

وفي إحدى الجلسات، التقت بفتاة صغيرة كانت
تذكرها بنفسها في الماضي. كانت تلك الفتاة تعاني
من صدمة نفسية، وكانت ليلى ترى في عينيها
نفس الخوف والارتباك الذي عاشته لسنوات.
جلست ليلى بجانبها وأمسكت بيدها بلطف.

****ليلى: ** "أعلم أن الحياة قد تكون صعبة في
بعض الأحيان، ولكن أريدك أن تعرفي أنك لست
وحدك. أنا هنا لأستمع إليك، ولنواجه هذا معًا."**

كانت تلك الكلمات تخرج من أعماق قلب ليلى،
وكانت تعلم أن هذه الفتاة تحتاج إلى الأمل
والإيمان بنفسها. كانت ليلى ترى في هذا العمل
امتدادًا لرحلتها الشخصية، وكانت تشعر بأنها تعيد
بناء نفسها من خلال مساعدة الآخرين.

في يوم من الأيام، وبينما كانت ليلى تمشي في أحد
الحدائق مع آدم، نظرت إليه بابتسامة وبدأت
تتحدث عن أفكارها المستقبلية.

****ليلى: **** "آدم، كنت أفكر في تأسيس جمعية أو
مركز لدعم الناجين من الاعتداءات والتحرش.
أريد أن أخلق مكاناً آمناً حيث يمكن للناس التحدث
عن تجربتهم والحصول على المساعدة التي
يحتاجونها."

أضاعت عينا آدم وهو يستمع إليها.

****آدم: **** "هذه فكرة رائعة يا ليلى. أنا متأكد أن
هذا المركز سيساعد الكثير من الناس. وأنا هنا
لأدعمك في كل خطوة."

كانت ليلى تعلم أن هذا المشروع سيكون تحدياً
كبيراً، لكنه كان شيئاً تعتقد أنه يستحق الجهد.

بدأت في البحث والتخطيط، وبمساعدة آدم
ووالدتها، بدأت في تأسيس المركز الذي كانت
تحلم به.

عندما افتتح المركز أخيرًا، شعرت ليلى بسعادة
غامرة. كان المركز مليئًا بالموارد والدعم
للأشخاص الذين يحتاجون إلى مساعدة نفسية.
كانت هناك ورش عمل، وجلسات علاجية،
ومجموعات دعم. كانت ليلى تشعر بأنها أخيرًا
تحقق شيئًا ذو معنى.

في يوم الافتتاح، كانت هناك لحظة خاصة عندما
وقفت ليلى على المسرح لتلقي كلمة أمام
الحضور. كانت ترى في عيون الجميع الحب
والدعم، وكانت تعرف أنها لم تصل إلى هنا
بمفردها.

****ليلي: ** "أريد أن أشكركم جميعًا على الحضور اليوم. هذا المركز هو حلم تحقق، ولكنه ليس فقط حلمي. إنه رمز للأمل والقوة لكل من مر بتجربة صعبة. أريد أن يكون هذا المكان ملاذًا آمنًا لكل من يحتاج إلى الدعم. أريدكم أن تعرفوا أنكم لستم وحدكم، وأن هناك دائمًا أمل."**

عندما أنهت كلمتها، انفجر الحضور في تصفيق حار. شعرت ليلي بالفخر، وعرفت أن هذه اللحظة ستكون بداية جديدة، ليس فقط لها، بل لكل من سيجدون الأمل في هذا المركز.

استمرت ليلي في العمل بجد، وتوسعت أعمال المركز ليشمل المزيد من البرامج والمبادرات. أصبحت ليلي معروفة في مجتمعها كمثال على القوة والشجاعة، وكانت قصتها مصدر إلهام للكثيرين.

وفي يوم من الأيام، وبينما كانت ليلى تتفقد
المركز، رأت طفلة صغيرة تجلس وحدها في غرفة
الانتظار. كانت تلك الطفلة تبدو حزينة ومضطربة،
تمامًا كما كانت ليلى في يوم من الأيام. اقتربت
منها وجلست بجانبها.

****ليلى: ** "مرحبًا، هل تحتاجين إلى شيء؟"**

نظرت الطفلة إلى ليلى بعينين حزينتين.

****الطفلة: ** "هل يمكنكِ مساعدتي؟ أشعر بالخوف
ولا أعرف كيف أتحدث عن ما حدث."**

ابتسمت ليلى بلطف وأمسكت بيد الطفلة.

****ليلى: ** "أنا هنا لأستمع إليك. يمكنكِ أن
تخبريني بأي شيء، وسنواجه هذا معًا."**

كانت ليلي تعرف أن رحلتها لم تنته بعد. كانت تشعر بأن حياتها أصبحت مليئة بالمعنى والهدف، وكانت تعلم أن كل يوم هو فرصة جديدة لمساعدة الآخرين على الشفاء، تمامًا كما ساعدت نفسها.

وبينما كانت تغادر المركز في ذلك المساء، نظرت ليلي إلى السماء ورأت النجوم تلمع. شعرت بالسلام الداخلي الذي كانت تبحث عنه لسنوات، وعرفت أن المستقبل مليء بالأمل والفرص. كانت تعلم أن الحياة ليست دائمًا سهلة، لكنها كانت مستعدة لمواجهة أي تحديات تأتي في طريقها، لأنها أصبحت أقوى وأكثر إصرارًا على العيش بسعادة وسلام.

وهكذا، بدأت ليلي فصلًا جديدًا في حياتها، مليئًا بالأمل والتفاؤل، وهي على يقين بأنها قادرة على مواجهة أي شيء يأتي في طريقها. كانت تعرف

أن الشفاء رحلة مستمرة، ولكنها كانت مستعدة
للاستمتاع بكل خطوة تخطوها في هذه الرحلة.

****التغيير العميق****

مرّت سنوات على افتتاح مركز ليلى، وكانت حياتها مليئة بالتحديات والإنجازات. شعرت بأنها قد حققت الكثير مما كانت تحلم به، ولكنها كانت تعرف أن الطريق إلى السعادة الحقيقية يتطلب مواجهة كل جزء من حياتها، بما في ذلك بعض الأمور التي لم تتناولها بعد.

في إحدى الأمسيات، بينما كانت تجلس في مكتبها بمركز الدعم، دخل آدم بهدوء وجلس أمامها. كانت ليلى مستغرقة في العمل على مشروع جديد يهدف إلى توسيع خدمات المركز، لكنه شعر بأن هناك شيئاً يشغل تفكيرها.

****آدم: ****"ليلى، ألاحظ أنك تبدين منشغلة مؤخرًا.
هل هناك شيء يزعجك؟"

رفعت ليلي نظرها إليه وتوقفت عن الكتابة. كانت تعرف أنه يفهمها أكثر من أي شخص آخر، ولم تكن تريد أن تخفي عنه أي شيء.

****ليلي: **** "آدم، أشعر بأني قد قطعت شوطًا كبيرًا في رحلتي نحو الشفاء، ولكن لا يزال هناك شيء يثقل عليّ. لقد واجهت السيد أحمد، واستطعت تجاوز تلك المرحلة، ولكنني لم أستطع بعد أن أواجه مجتمعنا بما حدث لي. أشعر وكأنني أخفي جزءًا كبيرًا من حقيقتي."

نظر آدم إليها بتمعن، وأخذ لحظة للتفكير قبل أن يرد.

****آدم: **** "ليلي، لقد فعلت الكثير بالفعل. لكنني أفهم ما تشعرين به. المجتمع يمكن أن يكون قاسيًا في بعض الأحيان، لكن ربما حان الوقت لتكسري

هذا الحاجز. لقد ساعدت الكثيرين من خلال قصتك، وربما قد حان الوقت لمشاركة هذه القصة بشكل أوسع، ليس فقط لأجلك، بل من أجل جميع من يمرون بنفس التجربة.".

كانت كلمات آدم تلمس شيئاً عميقاً في داخل ليلى. كانت تعرف أن الحديث عن قصتها بشكل علني ليس مجرد تحدٍ شخصي، بل هو خطوة قد تساعد الآخرين على فهم أن الصمت ليس خياراً، وأن هناك دائماً أملاً في الشفاء.

بعد أيام من التفكير، قررت ليلى أن تأخذ هذه الخطوة الجريئة. قررت أن تنظم ندوة في المركز، وأن تكون المتحدثة الرئيسية فيها. لم تكن مجرد ندوة عادية، بل كانت تخطط لمشاركة قصتها كاملة أمام جمهور من الناس، بما في ذلك وسائل الإعلام المحلية.

عندما أعلنت عن الندوة، تلقى المركز الكثير من الاتصالات من الناس الذين أبدوا اهتمامهم بالحضور. كانت ليلى تعلم أن هذه الخطوة قد تكون محفوفة بالمخاطر، لكنها كانت مقتنعة بأنها خطوة ضرورية في رحلتها.

في يوم الندوة، كانت القاعة ممتلئة بالناس. كان هناك صحفيون، وممثلون عن منظمات حقوق الإنسان، وحتى بعض المسؤولين المحليين. شعرت ليلى بالقلق يتسلل إلى قلبها، لكنها كانت تعلم أن آدم ووالدتها كانوا بجانبها، يساندونها في كل لحظة.

عندما صعدت ليلى إلى المنصة، كانت الأضواء مسلطة عليها، والجميع ينظرون إليها بترقب. أخذت نفساً عميقاً، ونظرت إلى الجمهور بثقة لم تكن تشعر بها من قبل. بدأت حديثها بصوت هادئ، لكنه كان مليئاً بالعزم.

****ليلي:** "مساء الخير جميعًا، أشكركم على حضوركم اليوم. ما سأقوله لكم هو جزء من حياتي، جزء مؤلم ولكنه مهم. لقد عشتُ لفترة طويلة تحت ظل الخوف والصمت، ولكنني اليوم أختار أن أكون صادقة مع نفسي ومعكم."**

بدأت ليلي في سرد قصتها، من طفولتها البريئة التي تحطمت بتلك التجربة المروعة، وصولًا إلى اللحظة التي قررت فيها مواجهة السيد أحمد. كانت كل كلمة تقولها تحمل وزنًا كبيرًا، وكانت تلاحظ التأثير في وجوه الحضور.

****ليلي:** "الصمت كان خيارى الأول، ولكنني تعلمت مع الوقت أن الصمت لا يحمي، بل يزيد من الألم. لقد قررت أن أرفع صوتي لأجل كل من مروا بتجربة مشابهة، لأقول لهم إننا لسنا وحدنا، وإن هناك دائمًا أمل في الشفاء والتغيير."**

بينما كانت ليلي تتحدث، كانت تشعر بأنها تتحرر من كل القيود التي كانت تعيقها لسنوات. كانت ترى في عيون الجمهور أن قصتها تلامس شيئاً في داخلهم، وأنها قد تكون الشرارة التي يحتاجونها لبدء رحلتهم الخاصة نحو الشفاء.

عندما أنهت حديثها، كان الصمت يسود القاعة للحظات، قبل أن ينفجر الجمهور في تصفيق حار. شعرت ليلي بالدموع تتفرق في عينيها، لكنها كانت دموع الفرحة والانتصار. لقد فعلتها أخيراً، لقد واجهت العالم بحقيقتها، ولم تكن خائفة بعد الآن.

بعد الندوة، اقترب منها العديد من الحضور ليشكرونها على شجاعتها. كانت هناك نساء ورجال يتحدثون معها عن قصصهم الشخصية، وكيف ألهمتهم ليلي للتحدث عن تجاربهم. كانت تلك اللحظة مليئة بالعواطف، وكان آدم بجانبها طوال الوقت، يشجعها ويدعمها.

في نهاية اليوم، عندما عادوا إلى المنزل، جلسوا
معًا في الحديقة الخلفية، يتأملون السماء المليئة
بالنجوم. كانت ليلى تشعر بالسكينة تغمر قلبها،
وكانت تعرف أن هذا اليوم قد غير حياتها إلى
الأبد.

****آدم:**** "ليلى، لقد فعلت شيئًا عظيمًا اليوم. لقد
قدمت الدعم والأمل للكثيرين، وأنا متأكد أن قصتك
ستظل مصدر إلهام لسنوات قادمة."

ابتسمت ليلى، وشعرت بأنها مستعدة للمستقبل بكل
تحدياته.

****ليلى:**** "أعتقد أنني أخيرًا أستطيع أن أقول
إنني حرة. لقد تحررت من الماضي، وأنا الآن
مستعدة لبدء فصل جديد."

مرّت الأيام، وبدأت ليلي تشعر بتغيير عميق في داخلها. كانت تشعر بأن الحياة تقدم لها فرصاً جديدة، وأنها قادرة على تحقيق أي شيء تضعه نصب عينيها. بدأت تعمل على تطوير المركز، وإطلاق مبادرات جديدة لدعم الناجين من الاعتداءات.

وفي إحدى الليالي، وبينما كانت تتصفح بريدها الإلكتروني، تلقت رسالة من فتاة صغيرة كانت قد حضرت الندوة. كانت الرسالة مليئة بالكلمات المؤثرة، وكانت الفتاة تروي فيها كيف أن قصة ليلي قد أنقذتها من اليأس.

****الرسالة: **** "ليلي، لقد كنت أعيش في خوف وصمت مثلما كنت. لكن عندما سمعت قصتك، شعرت بأنني لست وحدي. لقد أعطيتني القوة لأتحدث وأطلب المساعدة. شكراً لك، لأنك جعلتني أوّمن بأن هناك دائماً أمل."

عندما قرأت ليلي هذه الرسالة، شعرت بالدموع
تملاً عينيها مرة أخرى. كانت تعلم أن هذا هو
السبب الحقيقي وراء كل ما فعلته. لم يكن الأمر
يتعلق فقط بشفاء نفسها، بل بمساعدة الآخرين
على الشفاء أيضاً.

****ليلى (لآدم): **** "هذه الرسالة تعني لي الكثير.
هذا هو السبب الذي يجعلني أستمر في فعل ما
أفعله."

ابتسم آدم ونظر إليها بحب.

****آدم: **** "لقد صنعتِ فرقاً كبيراً، ليلي. وهذا
مجرد بداية. لا يزال هناك الكثير لتحقيقه."

كانت ليلي تعرف أن رحلتها لم تنتهِ بعد. كانت تعلم
أن المستقبل يحمل الكثير من الفرص والمغامرات،
لكنها كانت مستعدة لكل شيء. كانت تعرف الآن

أنها قادرة على مواجهة أي تحدٍ، وأن الحب
والدعم الذي يحيط بها هو القوة التي ستدفعها
دائمًا للأمام.

ومع مرور الوقت، أصبحت ليلي ليست فقط ناجية
من ماضيها، بل رمزًا للقوة والأمل للكثيرين.
أصبحت قصتها تُروى في كل مكان، وأصبحت
مثالًا حيًا على أن الشفاء ممكن، وأن الحب
والتفاني يمكن أن يغيرا العالم.

كانت ليلي تعلم أن الحياة مليئة بالتحديات، لكنها
كانت تعلم أيضًا أن كل تحدٍ يحمل في طياته فرصة
للنمو والتغيير. كانت تعرف أن هناك دائمًا ضوء
في نهاية النفق، وأنها قادرة على الوصول إليه
مهما كان الظلام كثيفًا.

وفي نهاية اليوم، كانت ليلي تعلم أن الشفاء هو
رحلة، رحلة قد تكون صعبة في بعض الأحيان،

لكنها تستحق كل لحظة. كانت مستعدة لمواصلة
هذه الرحلة، مع آدم بجانبها، ومع قلبها مملوء
بالأمل والإيمان بأن المستقبل سيكون أفضل.