

# انفساب

لست بمفردك



WALEED EL SAYED

لم أعد أملك قدر كافي من الطاقه  
يساعدني علي الإستمرار .. قد نفذت  
كل محاولاتي لمساعدته نفسي علي  
الوقوف مره اخري .  
كل ما أرغب به الآن أن يتركني  
الجميع لأنني فقدت كل طاقتي ولا  
أستطيع التعامل معهم وإن كنت  
مازالت أملك جزء بسيط من الطاقه  
فأرجو أن يتروكوها لي حتي أستطيع  
التنفس فقط .. لا أكثر من ذلك .

وليد السيد

انسحاب

أُدري ما سبب هذا الشعور بالأختناق ، وكأنه يوجد  
صخرة علي صدري لا أستطيع أزاحتها ، هذا الأختناق هو  
مِن فرط الكتمان ، مِن كتمان ما آلمني ، ما حزني  
قلبي ، ما سبب لي الحزن ، لم أكن أبوح بما يحدث لي ،  
ولكني مُحْتَنق أشعر بأني لا أستطيع التنفس حتي! ، لا  
أعلم ما أفعل لكي أتخلص مِن هذا الشعور فليس لدي  
شخص أبوح له لكي أزيح تلك الصخرة مِن علي صدري ،  
أشعر وكأنني كالبركان يكتم النيران إلي أن ينفجر ويُفرغ  
كل النيران دفعة واحده ، أشعر بأني سأنفجر من فرط  
الكتمان ، لم أجد من أبوح له فَ كُنْتُ أَكْتُب ما أشعر به  
أكتب ما يُحرق روحي لذلك ترون أن جميع ما أكتب  
سوداوي وبأس فقد كُنْتُ أُدُون ما آلمني فلم أجد غير  
الكتابة لأبوح لها عن حُزني فقد أزحت تلك الصخره  
ووجدت الراحة عند كتابتي لكل ما حطمني ، كانت  
الكتابة ملجئي ، كانت صديقي!

انسحاب

إذا شعرت أن حضورك يشبه غيابك فانسحب

من حياتهم دون أن يشعروا بك ..

إكرماً لنفسك..

وصوناً لكرامتك..

لا تبادر بالعتاب ..

ولا تفتش عن الأسباب ..

لأن التبريرات من خلف الأقنعه

لن تكون مقنعه !!

وليد السيد

انسحاب

تحاربك الحياة بأقوي معاركها  
لتري ما حجم صبرك أمامها وما  
الذي ستفعله لكي ترد عليها ،  
ولكنك لا تفعل شيئاً سوى  
أنك تستمر بالعيش فيها مدعيًا  
القوة وهذا ما سيغيظها بشدة .

وليد السيد

انسحاب

لا تستعجل القدر في الانتقام منهم ...  
انتظر الزمان حتي يدور وشاهد انقلابات الحياة وإبداع القدر في  
تصفية الحسابات بالمواقف ..  
تأكد من رد الألم الذي صرخ قلبك منه ولم يسمعه ..  
ورد كسر كرامتك أمام نفسك عندما لم يشعروا بك .. ورد  
دموعك عندما لم يكن لديك أي إختيار. سوي الصمت.  
ستدور الدنيا وكل شيء سيرد قد تختلف المواقف لكن حجم الألم  
سيكون مثلها شعرت تماما.  
كلا منهم سيصاب بما فعل  
كل شامت ، كل ظالم ، كل مسيء ، كل مؤذي  
تأكد ان القدر سيرد وبطريقه أفضل منك.  
فقط اصمت عن وجعك وانتظر حتي يدور الزمان وشاهد القدر  
وهو يبدع في تصفية الحسابات .

وليد السيد ✍

انسحاب

كلما فقدتُ صديقاً ،  
أبدلني الله خيراً منه ،  
السعادة لا توجد عند شخص لا يريد  
قربنا .

وليد السيد

انسحاب

وحدها الأيام ...

قادره علي أن تنسيك أشخاص كانوا هم الحياه وتوارينج كنت لا

تستطيع نسيانها

، يمكنها تغيرك أنت وقلبك وانتزاع شعور تجاه أحدهم واستبدله

بآخر

، تجعلك تري أشياء كنت لا تتوقع أن تراها يوماً وتمر بمواقف

بعضها سيحطمك ولآخر سيرممك

، ثبت لك شعور قد كذبتك وتنفعي لك شعور قد صدقته

، تزيدك نضجاً وتجعل اهتمامتك تتغير ومكانات الاشخاص

داخل قلبك تنقلب

، تعلمك الكثير من الدروس وتجعلك تتأكد أن الأفعال هي

التي ثبت لك كل شيء بينما الكلمات ستخدعك

وحدها الأيام ستكتب النهايات مثلها بدأتها .

وليد السيد

انسحاب



لا تحزن يصدقني ...  
فالعالم أسوء مما تتخيل  
كن قوياً ولا تجعل اي شيء يؤثر فيك  
ولا تظهر ضعفك للعالم مهما أرهاقك هذا  
الشيء

ابكي وحدك وابتسم أمام الجميع حتي  
وأنت ممزق من الداخل ابتسم  
تحمل وكن أقوى حتي وإن كنت في  
أشد أوقاتك ضعفاً  
لا تجعل أحدهم ينظر إليك نظرة شفقه  
أو نظره إنتصار.

وليد السيد

انسحاب

تاكد أن طيبه وطهر قلبك ليس ذنبك في  
هذا العالم السيء بل هي نعمه من الله .  
قد يكون البشر يستغلون هذه الطيبه أسوء  
استغلال وهذا يجعلك تشعر أنك تملك  
أسوء القلوب علي الإطلاق ولكن في  
الحقيقه أنت تملك افضل القلوب وتمتلك  
نعمه عظيمه قد انتزعها الله من قلوب  
الكثير .

فلا تندم علي شئ قدمته لأحدهم بطيبة  
قلبك ، لا تحزن علي حب اهديته لأحدهم  
وهو كاره ، لا تبكي علي نيتك الصافيه  
امام النوايا الخبيثة .

وليد السيد

انسحاب

وقانون الانكسار يقول :  
الواقفُ علي قدميه لم ينكسر  
بعد !

وليد السيد

انسحاب

الدرس الأول :

في الدنيا انظر لمن هم أقل

منك رزقا تستريح

وفي الدين انظر لمن هم أكثر

منك عباده تجتهد .

وليد السيد

انسحاب

الإعتراف الثاني  
عليك ان تعلم ان المستحيل في  
هذه الحياه شئ واحد وهو "  
إحياء الموتى ...  
" عدا ذلك ممكن

وليد السيد

انسحاب

تراجمات المشاعر ترهق القلب ،  
تراجمات الافكار ترهق العقل ، تراجمات  
الأفعال ترهق العلاقات ، تراجمات  
العتاب ترهق القرب ، تراجمات الكذب  
ترهق الثقة ، تراجمات الكتمان ترهق  
الكلمات ، تراجمات اللامبالاه ترهق  
الحب.

احذرو التركات ...

فعندما يفيض بها القلب يتغير وعندما  
يفيض بها العقل يجن .

وليد السيد

انسحاب

انت مظلمتش حد غير نفسك!

ايوه، عارف إزاي؟

لما ضيعت وقت في الطبطبه والمرضيه وشيل همهم وبس،  
وكنت بتيجي علي نفسك لأنك خايف يبعدوا، كانت نقطه  
ضعفك حتي وانت طالع عنيك ومتمرمط بسببهم، وأوقات كنت  
بتبقي قرفان وشايف إنك تستاهل أكثر من كدا! ولما فضلت  
متامسك بشكل كبير رغم اللي حصل منهم من ارهاق نفسي  
وعصبي ليك، لما كنت بتقنع نفسك وتقول بكره يتغيروا ويبقوا  
أحسن من الأول وبتكذب علي نفسك ومكانش فيه حاجه بتتغير،  
مفيش تغير غير للأسوء، لما كنت بتخاف عليهم وعلي زعلهم  
لدرجه إنك كان ناقص تأكلهم زي الاطفال من شده حبك اللي ما  
اتقدرش ولا اتفهم، انت كنت اكبر غبي إنك فضلت ساكت ...

وليد السيد

انسحاب