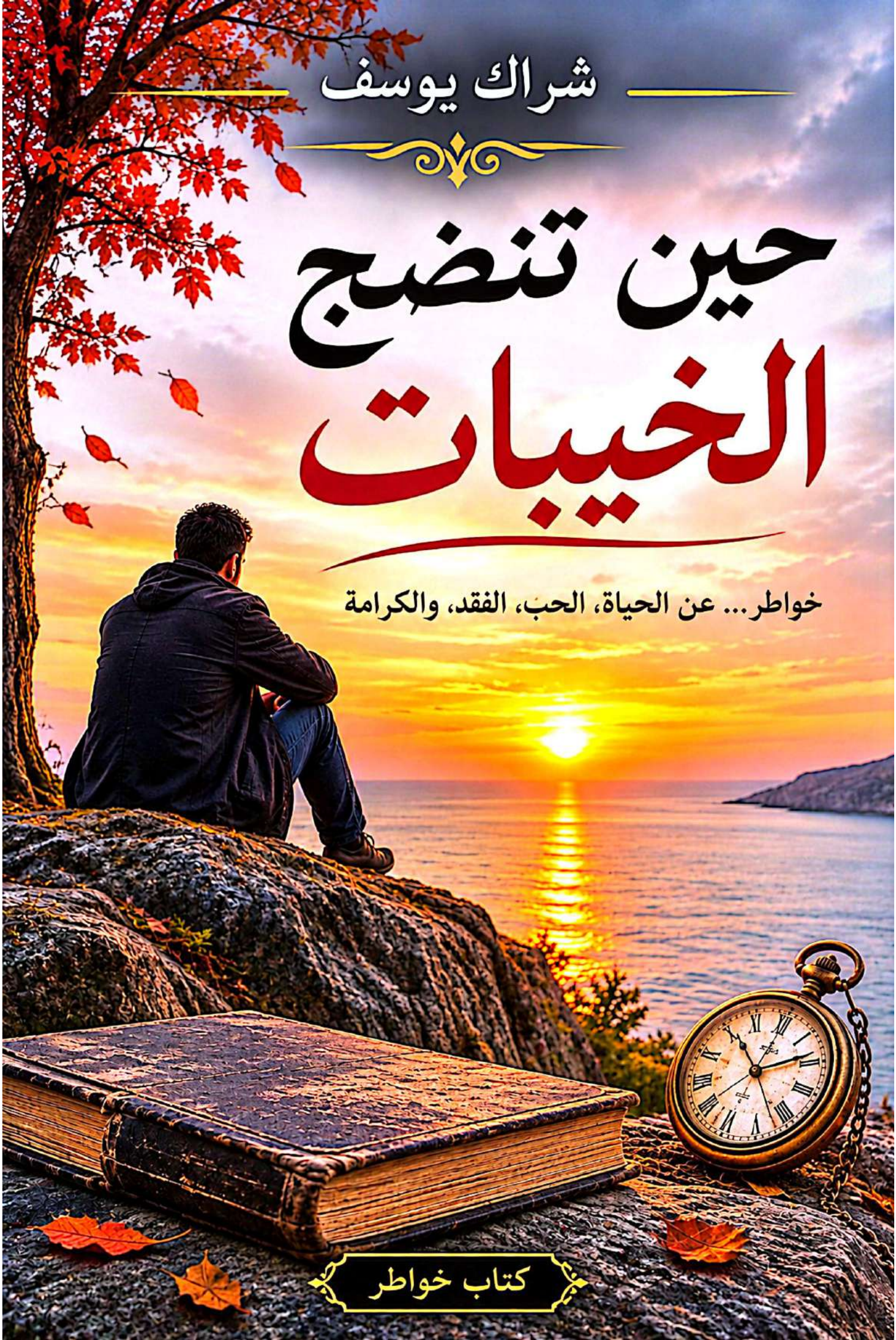

شراك يوسف
حين تنضج الخيبات
خواطر... عن الحياة، الحبّ، الفقد، والكرامة
كتاب خواطر

إهداء

الحمد لله المنعم و الصلاة و السلام على النبي الأكرم سيدنا و نبينا محمد و على أله و صحبه نهدي هذا الكتاب:

إلى كل من منح الحياة قلباً صادقاً فعاد منها بفهم أعمق وإلى الذين أرهقهم الانتظار وعلّمتهم الخيبات أن النضج ليس في قسوة القلب بل في بصيرته.

إلى الذين أحسنوا الظن حتى أتعبهم سوء ظن الآخرين وأخلصوا حتى اكتشفوا أن الإخلاص لا يجد دائماً من يقدّره وإلى الذين خسروا أشياء كثيرة لكنهم لم يسمحوا للخسارة أن تسلبهم إنسانيتهم.

إلى كل روحٍ تعلّمت متأخرة أن بعض الأبواب لا تستحق طرقها وأن بعض الغياب رحمة وأن الكرامة قيمة لا تستقيم الحياة من دونها.

إليكم هذه الكلمات... لعلّكم تجدون بين سطورها شيئاً من حكاياتكم.

مقدمة الكتاب

ليست كل الخيبات انكساراً وليست كل الخسارات نهاية فثمة تجارب تدخل حياتنا مثقلة بالألم ثم لا تلبث أن تكشف لنا وجوهاً لم نكن نراها وحقائق لم نكن مستعدين للإعتراف بها.

نحن لا ننضج دائماً بما نتعلّمه من الكتب ولا بما نسمعه من الحكم والمواعظ بل كثيراً ما تنضج عقولنا حين تصطدم بواقع لم يكن يشبه تصوراتنا وحين نكتشف أن بعض من منحناهم مكانة الاستثناء لم يكونوا سوى أشخاص عاديين منحناهم أكثر مما يستحقون.

كم من إنسان أضاع سنوات في انتظار موقف أو كلمة أو اعتذار أو تقدير وكان كل ما يحتاج إليه أن يلتفت إلى نفسه قليلاً ليدرك أنه كان ينتظر عند باب لا ينوي أحد فتحه!

وكم من قلبٍ ظن أن الوفاء وحده يكفي لحفظ العلاقات ثم اكتشف أن العلاقات لا يحميها صدق طرف واحد وأن المحبة التي لا يسندها احترام تتحول مع الزمن إلى عبء مهما كانت بدايتها جميلة.

هذا الكتاب ليس دعوة إلى التشاؤم ولا محاولة لتبرير القسوة ولا انتصاراً للخذلان على حساب الوفاء بل هو محاولة لفهم الإنسان في تقلباته والحياة في مفارقاتها والعلاقات في حقيقتها والكرامة في معناها الأعمق.

سنكتب هنا عن الحياة كما لم نفهمها وعن الوجوه التي لا تشبه أقنعتها وعن الحب الذي يرفع الإنسان حيناً ويستنزفه حيناً آخر وعن الكرامة التي لا ينبغي أن تكون موضع مساومة وعن تلك اللحظة التي تتحول فيها الخيبات من جراح تؤلمنا إلى دروس تعلّمنا كيف نبصر.

فليس النضج أن نفقد قدرتنا على الحب ولا أن نشك في الجميع ولا أن نغلق أبوابنا في وجه الحياة إنما النضج أن نبقى طيبين دون أن نكون سذّجاً وأن نمنح دون أن نهدر أنفسنا وأن نسامح دون أن نلغي حقنا في الابتعاد.

فالخيبة التي لا تعلّمنا شيئاً قد تجرحنا مرتين أما الخيبة حين تنضج فتصبح بصيرة.

الباب الأول: الحياة كما لم نفهمها "تأملات في الزمن والتجارب والناس"

في هذا الباب نقف مع الحياة في تفاصيلها الصغيرة و الكبيرة و نتأمل تجاربها و نستخلص من تقلباتها ما يمنحنا فهما أعمق لأنفسنا و لمن حولنا فليست كل الدروس واضحة منذ البداية و بعضها لا تكشفه الأيام إلا بعد أن تعيش أثره.

الخاطرة الأولى: لا نعرف الحياة في بداياتها

نستقبل الحياة بقدر كبير من حسن الظن نظن أن الصدق كافٍ لصناعة علاقات صادقة وأن الوفاء وحده قادر على حماية المحبة وأن من نمنحهم مكانة خاصة سيبادلوننا الشعور ذاته.

نبدأ الطريق بقلوب لا تعرف الحسابات ونمنح الثقة دون أن نطلب ضمانات ونفسّر المواقف بما يليق بنوايانا لا بما تكشفه حقيقتها.

لكن الأيام لا تكتفي بأن تمرّ إنها تكشف وتختبر وتعيد ترتيب قناعاتنا ومع كل تجربة ندرك أن الحياة ليست دائماً كما تمنّينا وأن الناس ليسوا بالضرورة كما تصوّرنا وأن حسن النية لا يمنح صاحبه حصانة من الخذلان.

ثم نكتشف بعد مسافات طويلة من التجربة أن الحكمة ليست أن نتوقف عن الثقة بل أن نعرف أين نضعها وأن الطيبة ليست أن نمنح الجميع كل شيء بل أن نحسن العطاء دون أن نفقد أنفسنا.

الحياة لا تغيّرنا دائماً لكنها تكشف لنا من كنا ومن كان حولنا وما الذي كان ينبغي أن نفهمه منذ البداية.

الخاطرة الثانية: ثمن التأخر في الفهم

من أكثر ما يؤلم الإنسان ليس أن يكتشف الحقيقة بل أن يكتشف أنه عرفها منذ زمن لكنه ظلّ يؤجل الاعتراف بها.

تكون الإشارات أمامه واضحة والمواقف تتكرر والوعود تفقد قيمتها ومع ذلك يختار الانتظار لا لغياب الدليل بل لحضور الأمل الذي يرفض المغادرة.

نمنح بعض الأشخاص أعذاراً لم يطلبوها ونبحث لهم عن تفسيرات لمواقفهم ونقنع أنفسنا أن القادم سيكون مختلفاً حتى تصبح قدرتنا على التبرير أكبر من قدرتهم على التغيير.

وهكذا لا نخسر الوقت وحده بل نخسر شيئاً من احترامنا لحدسنا حين نصرّ على تكذيب ما رأيناه بأعيننا.

ليس العيب أن نخطئ في تقدير الأشخاص فذلك من طبيعة التجربة الإنسانية وإنما أن نسمح للخطأ نفسه أن يتكرر ثم ننتظر نتيجة مختلفة.

إن بعض الحقائق لا تتأخر في الظهور نحن فقط من نتأخر في قبولها.

الخاطرة الثالثة: لا تقِس الناس بما تقدّمه لهم

من الأخطاء التي يقع فيها أصحاب القلوب الصادقة أنهم يقيسون الآخرين بمقدار ما يستطيعون هم تقديمه.

يظنون أن من لا يتأخر عن مساعدة غيره لن يتأخر عنه وأن من يحفظ الودّ في الغياب سيجد من يحفظه في حضوره وأن من يراعي مشاعر الآخرين سيجد بالضرورة من يراعي مشاعره.

لكن الحقيقة أن الناس متفاوتون في طباعهم وقيمهم وأولوياته وليس كل ما يسكن في أعماقك يسكن في أعماق الآخرين.

قد تمنح إنساناً من وقتك ما لا تمنحه لنفسك فلا يجد في ذلك إلا أمراً معتاداً وقد تحفظ له مكانته في غيابه بينما لا يتذكرك إلا حين يحتاج إليك.

لذلك لا تجعل عطاءك مقياساً لضمائر الناس ولا تجعل إخلاصك دليلاً على إخلاصهم.

فليس كل من أحسنت إليه يعرف قيمة الإحسان وليس كل من منحته مكانة يمنحك مثلها.

الخاطرة الرابعة: الزمن لا يعيد إلينا ما أخذ

نقضي أعماراً طويلة ونحن نظن أن الوقت يتسع لكل شيء نؤجل أحلاماً ونؤخر قرارات ونمنح الانتظار فرصاً إضافية ونعتقد أن ما لم يحدث اليوم يمكن أن يحدث غداً.

لكن الزمن لا يحتفظ بالأشياء نيابة عنا ولا يعيد إلينا اللحظات التي أضعناها في انتظار ما لم يكن مقدّراً له أن يأتي.

هناك فرص إذا تجاوزتنا لا تعود بالصورة نفسها وأشخاص إذا رحلوا لا تعوّضهم كثرة اللقاءات الجديدة وأعمار لا نستطيع استردادها مهما امتلكنا من الندم.

ولذلك فإن الحكمة ليست في أن نعيش على عجل بل في أن نعرف متى يكون الصبر فضيلة ومتى يصبح التأجيل هدراً للعمر.

لا تؤجل حياتك حتى يكتمل حضور الآخرين فقد يأتي اليوم الذي تدرك فيه أنك كنت غائباً عن حياتك وأنت تنتظر حضورهم.

الخاطرة الخامسة: ليست كل خسارة هزيمة

اعتدنا أن ننظر إلى الخسارة باعتبارها دليلاً على الفشل فنحزن حين نفقد علاقة أو نفارق شخصاً أو نتخلى عن حلم طالما سعينا إليه.

لكننا لا نسأل أنفسنا دائماً ماذا لو كان استمرارنا هو الخسارة الحقيقية؟ وماذا لو كان الرحيل بداية استعادة ما فقدناه من أنفسنا؟

قد تخسر علاقة وتستعيد سلامك وقد تفقد مكانة وتستعيد كرامتك وقد تغادر طريقاً كنت تظن أنه طريقك الوحيد فتكتشف أن الحياة كانت تنتظر منك أن تلتفت إلى طريق آخر.

ليست البطولة أن نتمسك بكل شيء ولا الوفاء أن نبقى في كل مكان فثمة أشياء لا يكون الحفاظ عليها إلا على حساب أنفسنا.

أحياناً لا تكون الخسارة فيما تركناه خلفنا بل فيما كان سيضيع منا لو أننا بقينا.

الخاطرة السادسة: لا أحد يرى العالم بعينيك.

من أكثر الحقائق التي ينبغي للإنسان أن يتصالح معها أن الآخرين لن يروا الأشياء بالضرورة كما يراها هو ولن يشعروا بما يشعر به ولن يمنحوا المواقف المعاني ذاتها التي يمنحها لها.

قد تتألم من كلمة عابرة بينما لا يتذكر قائلها أنه نطق بها أصلاً وقد تنتظر موقفاً تراه من أبسط حقوقك بينما يراه غيرك أمراً لا يستحق الالتفات.

ليس لأن مشاعرك مبالغ فيها دائماً ولا لأن الآخرين يفتقرون بالضرورة إلى الإحساس وإنما لأن لكل إنسان تجربته الخاصة وموازينه التي يحكم به وحدوده التي لا يستطيع تجاوزها.

ومن هنا تبدأ بعض أعقد خلافات البشر حين ينتظر أحدهم من الآخرين أن يفهموا ما لم يشرحه وأن يدركوا ما لم يعبّر عنه وأن يقدّروا ما لم يختبروا معناه.

ولذلك لا تجعل اختلاف الناس عنك سبباً دائماً للخصومة ولا تجعل عجزهم عن فهمك دليلاً قاطعاً على أنهم لا يقدّرونك.

لكن تذكّر أن من يكرر تجاهل ما توضحه له لا يمكن أن تطالبه إلى الأبد بأن يقرأ ما في قلبك.

ليس مطلوباً من الجميع أن يروا العالم بعينيك لكن من حقك ألا تبقى طويلاً في مكان لا يرى فيه أحد وجودك.

الخاطرة السابعة: حين تصبح التجربة أكثر إقناعاً من النصيحة

كم من نصيحة سمعناها ولم نأخذ بها وكم من تحذير مرّ على مسامعنا دون أن يترك أثراً وكم من حقيقة حاول الآخرون إقناعنا بها فرفضناها لأننا كنا نعتقد أن تجربتنا ستكون مختلفة.

نحن في كثير من الأحيان لا نرفض النصيحة لأنها خاطئة بل لأننا لم نصل بعد إلى المرحلة التي تجعلنا ندرك ضرورتها.

فالعقل قد يقتنع بالفكرة لكن القلب يحتاج أحياناً إلى تجربة تؤكدها والنفس قد تعرف الطريق الصحيح لكنها تظل متعلقة بالطريق الذي اعتادت السير فيه.

حتى تأتي اللحظة التي تتكفل فيها الأحداث بإثبات ما عجزت الكلمات عن إقناعنا به

عندها نتذكر من نصحونا لا بالضرورة لأنهم كانوا يعرفون الغيب بل لأنهم ربما رأوا في الموقف ما منعنا التعلق من رؤيته.

ومع ذلك ليس من الحكمة أن نندم على كل تجربة خضناها فبعض الدروس لا تُفهم من بعيد وبعض الحقائق لا تستقر في الوجدان إلا حين ندفع ثمن معرفتها.

هناك نصائح توفر عليك سنوات من الألم وهناك تجارب تجعلك تفهم في يوم واحد ما لم تفهمه في سنوات.

الخاطرة الثامنة: بين ما نريده وما نستحقه

ليست كل الأشياء التي نرغب فيها مناسبة لنا وليست كل الأمنيات التي نلحّ في طلبها ستضيف إلى حياتنا شيئاً من السعادة.

قد يتعلق الإنسان بشخص لا يستطيع أن يمنحه الاستقرار أو يطارد مكانة لا يجد فيها التقدير أو يصرّ على الاحتفاظ بعلاقة تستنزف روحه لمجرد أنه استثمر فيها الكثير من المشاعر والوقت.

وهنا تختلط الرغبة بالاستحقاق ويصبح التمسك أحياناً دفاعاً عن سنوات مضت لا إيماناً بما ينتظرنا في المستقبل.

إن قيمة الإنسان لا تُقاس بقدرته على الحصول على كل ما يريد بل بقدرته على التمييز بين ما يتمناه وما ينبغي له أن يقبله.

فليس كل مرغوب يستحق السعي وليس كل مفقود يستحق الحزن وليس كل ما تأخر وصوله كان مقدّراً له أن يكون من نصيبنا.

النضج أن تتوقف عن سؤال الحياة لماذا لم تمنحك ما أردت وأن تبدأ بسؤال نفسك هل كان ما أردته يستحق كل هذا الانتظار؟

الخاطرة التاسعة: لا تحاكم الآخرين بنواياك

من الظلم الذي نمارسه أحياناً بحق أنفسنا أن نفسّر تصرفات الآخرين انطلاقاً من نوايانا نحن.

فحين نكون صادقين نفترض أن الآخرين صادقون وحين نراعي مشاعر الناس نعتقد أنهم سيفعلون الشيء نفسه معن وحين نحفظ العهد نظن أن الوفاء قيمة مشتركة لا تتغير بتغير المصالح.

لكن الحياة تكشف لنا أن النوايا لا تتطابق دائماً وأن ما نراه واجباً أخلاقياً قد يراه غيرنا أمراً اختيارياً وأن ما نحمله من تقدير قد لا يجد مكاناً مماثلاً لدى الطرف الآخر.

ومع ذلك ليس من العدل أن نحمل الناس مسؤولية أنهم لم يكونوا نسخاً منا لكن من حقنا أن نحاسبهم على أفعالهم وأن نميّز بين من أخطأ فاعتذر ومن اعتاد الخطأ ثم طالبنا بتقبّله.

فلا تجعل طيبة قلبك سبباً في تعطيل بصيرتك ولا تجعل سوء تجاربك مبرراً لإساءة الظن بالجميع.

عامل الناس بأخلاقك لكن قيّمهم بأفعالهم فالنوايا الطيبة لا تُلغي مسؤولية المواقف.

الخاطرة العاشرة: الحياة لا تمنح دروسها مجاناً

لكل مرحلة من مراحل العمر ثمن ولكل قناعة جديدة تجربة سبقتها ولكل درجة من درجات النضج شيء من الألم الذي لم نكن نرغب في خوضه.

نتعلم قيمة الصحة حين نتعب وقيمة الوقت حين نكتشف ما أضعناه وقيمة الأمان حين نفقده وقيمة بعض الأشخاص حين يصبح حضورهم ذكرى لا نستطيع استعادتها.

ولعل المفارقة أن الإنسان لا يدرك قيمة كثير من النعم في أوج حضورها لأنه يعتاد وجودها ويعاملها كأنها جزء ثابت من حياته لا يمكن أن يتغير.

حتى تأتي الأيام بما لم يكن في الحسبان فيفهم أن الاستقرار نعمة وأن الوفاء رزق وأن راحة البال مكسب لا تعوّضه كثرة الممتلكات.

لكن ليس من الضروري أن ندفع أثماناً باهظة حتى نتعلم فالعاقل من يستفيد من تجارب غيره ويقرأ في مواقف الناس ما قد يجنب نفسه كثيراً من الخسائر.

بعض الدروس تدفع ثمنها من وقتك وبعضها من قلبك وأثمن الحكمة أن تتعلم قبل أن تدفع الثمن.

الخاطرة الحادية عشرة: قيمة الإنسان في مواقفه

ليس الإنسان ما يقوله عن نفسه ولا ما يعلنه من مبادئ ولا الصورة التي يجتهد في رسمها أمام الآخرين إنما هو مجموع مواقفه حين توضع القيم موضع الاختبار.

فالكلام عن الوفاء سهل لكن الوفاء الحقيقي يظهر حين تتغير الظروف والحديث عن الشهامة جميل لكن حقيقتها تتجلى حين يحتاج إليك من لا يملك لك منفعة والادعاء بأنك تحترم الآخرين لا يكفي ما لم يظهر ذلك في تصرفاتك معهم حين تختلف معهم.

كم من شخص أتقن الحديث عن المبادئ ثم تخلى عنها عند أول اختبار لمصالحه وكم من إنسان قليل الكلام أثبتت المواقف أن أخلاقه أوسع من كل ما يمكن أن يقوله.

إن المواقف لا تصنع دائماً حقيقة الإنسان لكنها تكشف كثيراً مما يخفيه الكلام.

ولهذا لا تنشغل كثيراً بما يقوله الناس عن أنفسهم بقدر ما تنظر إلى ما يفعلونه حين تتعارض أقوالهم مع مصالحهم.

المواقف هي اللغة التي لا يستطيع الإنسان أن يتقن تزويرها إلى الأبد.

الخاطرة الثانية عشرة: ما لا يتغير لا يستحق انتظاراً جديداً

من المؤلم أن يظل الإنسان متعلقاً بأمل التغيير رغم أن الأحداث لم تترك له سبباً حقيقياً للاعتقاد بأن شيئاً سيتغير.

ينتظر اعتذاراً ويتوقع اهتماماً ويترقب مبادرة ويمنح الفرص واحدة تلو الأخرى حتى يصبح الانتظار جزءاً من حياته ويصبح غياب ما ينتظره أمراً اعتاد عليه.

وقد يظن أن صبره دليل على الوفاء وأن طول انتظاره دليل على عمق مشاعره لكنه لا ينتبه إلى أن الصبر حين يفقد غايته يتحول إلى استنزاف وأن الفرص حين تتكرر دون تغيير قد تصبح مجرد تأجيل لنهاية معلومة.

ليس كل من تأخر في التغيير عاجزاً عنه وليس كل من وعد به جاداً في تحقيقه فهناك فرق بين من يخطئ ويحاول الإصلاح ومن يتخذ التسامح فرصة لتكرار الخطأ.

لا تطلب من الأيام أن تثبت لك ما أثبتته المواقف مراراً ولا تجعل الأمل وسيلة لإنكار الواقع.

لا تمنح الانتظار عمراً جديداً حين تكون الأحداث قد قالت لك كل شيء.

الخاطرة الثالثة عشرة: بعض الصمت إجابة

نخطئ أحياناً حين نظن أن كل سؤال يحتاج إلى جواب وأن كل موقف يستحق تفسيراً وأن كل غياب ينبغي أن نبحث له عن عذر.

لكننا نكتشف مع الوقت أن الصمت نفسه قد يحمل من الدلالات ما لا تحمله الكلمات وأن عدم المبادرة قد يكون موقفاً وأن التجاهل المتكرر قد يكون إجابة لا يرغب صاحبها في التصريح بها.

ليس كل صامت متكبراً ولا كل غائب متجاهلاً فقد تكون للناس ظروف لا نعرفها لكن حين يصبح الصمت نمطاً متكرراً وحين لا يترك الغياب مجالاً للشك في حقيقة الاهتمام ينبغي أن نتوقف عن اختراع المعاني التي تريحنا.

فالكرامة لا تقتضي أن نخاصم كل من صمت لكنها تقتضي ألا نستهلك أنفسنا في استجداء الكلمات.

حين تتكرر الأسئلة ولا تأتي الإجابات تعلّم أن تقرأ ما تقوله المواقف.

الخاطرة الرابعة عشرة: لا تجعل الماضي سجناً للمستقبل

قد يظل الإنسان أسيراً لتجربة قديمة يستحضر تفاصيلها كلما واجه موقفاً جديداً ويقيس الأشخاص الجدد على من خذلوه ويخشى أن يكرر المستقبل أخطاء الماضي.

وهكذا تتحول الذكرى من تجربة انتهت إلى قيد يمنعنا من خوض تجارب أخرى.

لا ننكر أن بعض الجراح تترك أثراً عميقاً وأن الثقة بعد الخذلان لا تعود بسهولة لكن ليس من العدل أن نحاكم المستقبل بجرائم الماضي ولا أن نحرم أنفسنا من فرص جديدة بسبب أشخاص لم يعرفوا كيف يحافظون على الفرص القديمة.

خذ من الماضي حكمته لا أوجاعه وحدها واستفد من أخطائه دون أن تسمح لها بتحديد كل اختياراتك.

فالحياة لا تزال تحمل احتمالات لم تعرفها وأشخاصاً لم تلتقِ بهم وأياماً لم تعشها بعد فلا تسمح لمن أساء إليك بالأمس أن يقرر نيابة عنك كيف ستعيش غداً.

الخاطرة الخامسة عشرة: حين تتصالح مع حقيقة الأشياء

تبدأ راحة الإنسان حين يتوقف عن مطالبة الواقع بأن يكون مطابقاً لتوقعاته وحين يتعلم أن يتقبل حقيقة الأشياء دون أن يفقد حقه في تغيير ما يستطيع تغييره.

فليس كل ما نحب سيبقى وليس كل ما نزرعه سنحصد ثماره وليس كل من نمنحه مكانة سيعرف كيف يحافظ عليها.

لكن التصالح مع الحقيقة لا يعني الاستسلام لها بل يعني أن نرى الأشياء كما هي لا كما نتمنى أن تكون.

أن نعترف بخطئنا دون أن نهين أنفسنا وأن نقبل خسارتنا دون أن نفقد الأمل وأن نغادر ما يؤذينا دون أن نحمل في قلوبنا رغبة الانتقام.

إن أعظم انتصار قد يحققه الإنسان ليس أن ينتصر في كل معركة بل أن يعرف أي المعارك تستحق أن يخوضها وأيها ينبغي أن يترفع عنها.

حين تتصالح مع حقيقة الأشياء لا تعود الحياة أقل صعوبة لكنك تصبح أكثر قدرة على فهمها ومواجهتها.

ختام الباب الأول

ما تعلّمناه من الحياة أنه ليست الحكمة أن نخرج من الحياة بلا جراح فهذا أمر لا يملكه أحد وإنما أن نخرج منها دون أن تتحول جراحنا إلى أخلاق سيئة أو تتحول خيباتنا إلى مبرر لظلم الآخرين.

أن نبقى قادرين على المحبة دون أن نفقد التميز وعلى العطاء دون أن نهدر الكرامة وعلى التسامح دون أن نكرر الأخطاء نفسها.

فليست العبرة بكمّ ما خسرناه في الطريق بل بما اكتسبناه من بصيرة ونحن نعبره.

الباب الثاني: وجوه لا تشبه أقنعتها "النفاق والمواقف وخذلان المقربين"

في هذا الباب سنقترب من عالم العلاقات الإنسانية ونناقش الفرق بين القول والفعل وبين الود الحقيقي والمصلحة وبين من يحفظ العهد ومن يتغير بتغير الظروف.

الخاطرة الأولى: ليس كل وجه مرآة لما في داخله

ليس كل من استقبلك بابتسامة يحمل لك الود ولا كل من أكثر الحديث عن الوفاء يعرف طريقه ولا كل من أجاد التعبير عن المحبة يمتلك القدرة على ممارستها.

فثمة أشخاص يتقنون صناعة الانطباعات ويعرفون الكلمات التي تطمئن القلوب والتصرفات التي تكسب الثقة لكنهم لا يجدون حرجاً في التخلي عن كل ذلك حين تتعارض مصالحهم مع ما أظهروه من مشاعر.

والمشكلة ليست في اختلاف الناس فذلك أمر طبيعي وإنما فيمن يتخذ من حسن الظن وسيلة للعبور إلى قلوب الآخرين ثم يتعامل مع ما وجده فيها باعتباره فرصة للإستغلال.

ومع مرور الوقت ندرك أن معرفة الإنسان لا تكون في لحظات الود وحدها بل في لحظات الاختلاف وعند تضارب المصالح وفي غياب الرقابة والمكاسب.

لا تنخدع بجمال الصورة قبل أن تختبر حقيقة الموقف فبعض الأقنعة لا تسقط إلا حين تنتهي الحاجة إلى ارتدائها.

الخاطرة الثانية: حين تتحدث المصالح بلسان الود

ليس كل اقتراب دليلاً على المحبة ولا كل اهتمام تعبيراً عن التقدير فثمة من يحسن اختيار الكلمات ويجيد إظهار الحرص ويمنحك من الاهتمام ما يجعلك تعتقد أنك تحتل مكانة خاصة في حياته بينما تكون الحقيقة أبسط من كل ذلك وهي أنه قد وجد في قربك ما يخدم مصلحته.

والمؤلم في الأمر أن الإنسان لا يكتشف حقيقة بعض العلاقات إلا حين تتغير الظروف أو تنتهي الحاجة أو يصبح العطاء أقل مما كان عليه.

عندها تتبدل اللهجة وتقل المبادرات وتختفي الوعود وكأن العلاقة لم تكن قائمة على المودة بل على منفعة انتهى مفعولها.

لا بأس أن تتبادل الناس المصالح فالحياة تقوم على التعاون وتبادل المنافع لكن العيب أن تُقدَّم المصلحة في صورة محبة وأن يُستغل صدق الآخرين لإيهامهم بعلاقة لا وجود لها خارج حدود الحاجة.

بعضهم لا يفتقدك حين تغيب بل يفتقد ما كان يحصل عليه من خلال حضورك.

الخاطرة الثالثة: المواقف تكشف ما تخفيه الكلمات

قد تقضي سنوات وأنت تستمع إلى حديث إنسان عن الوفاء وتسمع منه ما يجعلك تعتقد أنك أمام شخص لا يتغير ثم تأتي لحظة واحدة تكشف لك أن كل تلك الكلمات لم تكن سوى صورة جميلة لم تختبرها الظروف بعد.

فالمواقف لا تحتاج إلى خطابات طويلة ولا إلى وعود متكررة بل يكفي أن تتغير الظروف حتى يظهر الفرق بين من كان يتحدث عن المبدأ ومن كان مستعداً للتضحية من أجله.

كم من إنسان كان قريباً حين كانت الأمور ميسّرة ثم اختار الابتعاد حين أصبح القرب مسؤولية! وكم من شخص أكثر الحديث عن التضامن ثم غاب حين أصبح موقفه مطلوباً!

إن قيمة العلاقات لا تُقاس بكثرة اللقاءات ولا بطول سنوات المعرفة وإنما بما تحمله من صدق عند الحاجة واحترام عند الاختلاف ووفاء حين تغيب المصالح.

لا تمنح الكلمات سلطة الحكم على أصحابها واترك للمواقف أن تقول كلمتها الأخيرة.

الخاطرة الرابعة: أقنعة تسقط عند أول اختبار

ليس من الصعب أن يتظاهر الإنسان بما ليس فيه فالكلمات متاحة للجميع والابتسامات لا تحتاج إلى كثير من الجهد والوعود يمكن أن تُقال دون أن يدفع صاحبها ثمناً لها.

لكن الاختبار الحقيقي يبدأ حين تصبح المبادئ مكلفة وحين يتطلب الوفاء موقفاً وحين يصبح الصدق سبباً في خسارة منفعة وحين يجد الإنسان نفسه أمام خيار بين ما يدّعي الإيمان به وما تفرضه عليه مصلحته هناك فقط تتضح المسافة بين الحقيقة والادعاء.

وقد تكون الصدمة مؤلمة حين نكتشف أن من كنا نظنهم استثناءً لم يكونوا مختلفين عمن سواهم لكن تلك الصدمة مهما كانت قاسية تظل أفضل من أن نقضي أعمارنا في الدفاع عن صورة لا وجود لها إلا في أذهاننا.

الأقنعة لا تحتاج دائماً إلى من ينزعها فكثيراً ما تتكفل المواقف بإسقاطها.

الخاطرة الخامسة: حين يصبح الإحسان عبئاً على صاحبه

ثمة خطأ يقع فيه بعض أصحاب النفوس الكريمة وهو أنهم يواصلون العطاء حتى بعد أن يصبح واضحاً أن الطرف الآخر لا يقدّر ما يُقدَّم له.

يعتادون المبادرة ويبررون التقصير ويتجاوزون الإساءة ويمنحون الفرص معتقدين أن استمرار إحسانهم سيوقظ في الطرف الآخر شيئاً من الوفاء.

لكنهم ينسون أن الإحسان قيمة أخلاقية وليس عقداً يُلزم الآخرين بمبادلته وأن بعض النفوس قد تعتاد العطاء حتى تنسى أنه كان تفضلاً لا واجباً.

وليس المطلوب أن نتحول إلى أشخاص يحسبون كل خطوة أو يمنحون الناس بقدر ما يأخذون منهم وإنما أن ندرك أن العطاء الذي يهدر صاحبه ليس فضيلة مكتملة وأن مساعدة الآخرين لا ينبغي أن تكون على حساب احترامنا لأنفسنا.

لا تجعل كرمك باباً مفتوحاً لمن لا يعرف إلا الدخول ولا يعرف كيف يترك وراءه أثراً من الامتنان.

الخاطرة السادسة: الذين يتغيرون بتغير الظروف

من أغرب ما تكشفه الحياة أن بعض الأشخاص لا تتغير مشاعرهم بالضرورة بل تتغير طريقة تعاملهم معك حين تتغير مكانتك أو ظروفك.

يقتربون حين تكون قادراً على تقديم شيء ويكثر حضورهم حين تكون أبوابك مفتوحة ويبدون اهتماماً كبيراً حين تكون لك مكانة أو نفوذ أو قدرة على تحقيق ما يريدون.

ثم تأتي مرحلة تتراجع فيها تلك الامتيازات فتكتشف أن المسافة التي كانت تجمعكم لم تكن متينة كما كنت تظن.

ومع ذلك ينبغي ألا نظلم الجميع فلكل إنسان ظروفه وانشغالاته وليس كل غياب تخلياً ولا كل فتور دليلاً على سوء النية لكن التغير المتكرر الذي لا يفسره إلا تبدل المنفعة يستحق أن نتوقف عنده.

فالعلاقات الصادقة لا تعني أن يبقى الناس إلى جانبنا في كل الظروف وإنما أن يظل الاحترام قائماً حتى حين تتغير المصالح.

لا تختبر محبة الناس بما يقدمونه لك في أيام قوتك بل انظر كيف يحفظون إنسانيتك حين تتغير ظروفك.

الخاطرة السابعة: الخذلان لا يأتي دائماً من الغرباء

لو كان الخذلان يأتي دائماً من أشخاص لا نعرفهم لكان احتمال الألم أيسر لكن أشد الصدمات أثراً تلك التي تأتي من دوائر الثقة ومن أشخاص لم نكن نتوقع أن نحتاج يوماً إلى إعادة النظر في مكانتهم.

فالإنسان لا يتألم من الموقف وحده بل من التناقض بين ما كان يعتقده وما اكتشفه وبين الصورة التي احتفظ بها في ذاكرته والحقيقة التي فرضتها عليه الأحداث.

وقد يكون الغريب أكثر وضوحاً في تعامله لأنه لم يسبق أن منحناه مكانة خاصة بينما يصبح خطأ القريب أثقل حين يأتي بعد سنوات من الثقة والاطمئنان.

لكن علينا أن نفهم أن القرب لا تعني العصمة من الخطأ والصداقة لا تمنح أصحابها حصانة من المحاسبة والمحبة لا تلغي ضرورة الاحترام المتبادل.

ليس كل من دخل حياتك يستحق أن يبقى فيها حتى وإن كان دخوله قديمًا ومكانته كبيرة.

الخاطرة الثامنة: حين يصبح الصمت تواطؤاً

ليس كل من يسكت عن الخطأ حكيماً ولا كل من يتجنب المواجهة مسالماً فقد يكون الصمت أحياناً موقفاً يتخفى وراء الخوف أو حسابات المصلحة أو الرغبة في الاحتفاظ بالمكاسب.

هناك من يعرف الحقيقة لكنه يختار تجاهلها ومن يشاهد الظلم لكنه يفضل ألا يتدخل ومن يدرك أن الموقف يحتاج إلى كلمة حق ثم يترك الآخرين يواجهون وحدهم تبعاته.

ولا شك أن لكل موقف ظروفه وأن الحكمة تقتضي اختيار الوقت والأسلوب المناسبين لكن الحذر لا ينبغي أن يتحول إلى ذريعة للتخلي عن المبادئ.

فليس المطلوب أن نخوض كل معركة وإنما ألا نبيع ضمائرنا كلما أصبحت الحقيقة مكلفة.

الصمت حكمة حين يمنع عبث الكلام لكنه يصبح ضعفاً حين يكون ثمنه التخلي عن الحق.

الخاطرة التاسعة: لا تخلط بين التسامح وقبول الإساءة

التسامح من أجمل ما يمكن أن يتحلى به الإنسان لأنه يحرره من أسر الكراهية ويمنحه القدرة على تجاوز ما لا يستطيع تغييره.

لكن هناك فرقاً كبيراً بين أن تسامح إنساناً أخطأ بحقك وبين أن تمنحه الحق في تكرار الخطأ.

فالمسامحة لا تعني أن ما حدث لم يكن مؤلماً ولا أن الثقة يجب أن تعود كما كانت ولا أن العلاقة ينبغي أن تستمر مهما تكررت أسباب الأذى.

قد تسامح لأنك لا تريد أن تحمل في قلبك ضغينة وقد تختار الابتعاد لأنك لا تريد أن تعيش التجربة نفسها مرة أخرى وهذا ليس تناقضاً بل إدراك لمعنى التسامح وحدوده.

سامح كي تتحرر من ثقل الإساءة لا كي تمنح المسيء فرصة جديدة لإثبات أنه لم يتعلم شيئاً.

الخاطرة العاشرة: حين يتحدث الغياب عن الحقيقة

أحياناً لا نحتاج إلى مواجهة طويلة حتى نفهم طبيعة بعض العلاقات فهناك غياب يكشف ما عجز الحضور عن إظهاره.

حين تتوقف عن المبادرة وتترك مساحة للطرف الآخر كي يقترب من تلقاء نفسه قد تكتشف أن العلاقة كانت تتحرك بجهدك وحدك وأن ما ظننته تواصلاً متبادلاً لم يكن سوى استمرار لمبادراتك.

لكن ينبغي ألا نجعل من كل اختبار صامت حكماً نهائياً على الآخرين فالناس تمر بظروف مختلفة وقد يعجز بعضهم عن التعبير رغم صدق مشاعره.

إنما المقصود أن ننتبه إلى العلاقات التي لا تستمر إلا حين نكون نحن من يحمل عبئها كاملاً فالعلاقة التي لا يعرف أحد أطرافها إلا الأخذ ولا يعرف الآخر إلا المبادرة تحتاج إلى مراجعة صادقة.

حين تتوقف عن حمل العلاقة وحدك ستعرف إن كان هناك من يمسك بالطرف الآخر أم أنك كنت تحملها من الجانبين.

الخاطرة الحادية عشرة: لا تجعل حسن ظنك عذراً لتجاهل الحقيقة

حسن الظن قيمة نبيلة لكنه يفقد معناه حين يتحول إلى وسيلة لإنكار الوقائع.

قد تعذر شخصاً مرة لأنه أخطأ وتمنحه فرصة أخرى لأنه اعتذر لكن أن تواصل اختراع الأعذار أمام سلوك يتكرر فذلك ليس بالضرورة طيبة قلب قد يكون خوفاً من الاعتراف بأن الصورة التي رسمتها لم تكن صحيحة.

إن الإنصاف يقتضي أن نحسن الظن حين لا نملك دليلاً وأن نكون منصفين حين تظهر الحقيقة فلا نظلم الناس بالشك ولا نظلم أنفسنا بإنكار ما ثبت من أفعالهم.

فليس من الحكمة أن نعيش أسرى الاحتمالات الجميلة بينما الوقائع تسير في اتجاه آخر.

حسن الظن فضيلة أما تجاهل الحقيقة بعد ظهورها فليس إلا تأجيلاً للمواجهة مع النفس.

الخاطرة الثانية عشرة: بعضهم يريد مكانتك لا شخصك

هناك فرق بين من يحب وجودك ومن يحب ما يمثله وجودك بالنسبة إليه.

فالأول يقدّرك حتى حين لا تملك له شيئاً ويحفظ لك مكانتك حتى حين تختلف معه ويحرص على استمرار العلاقة لأنها تعني له شيئاً في ذاتها.

أما الثاني فقد تكون مكانتك الاجتماعية أو قدرتك أو نفوذك أو ما تقدمه له هي السبب الحقيقي وراء اهتمامه.

والمفارقة أن الإنسان قد لا يكتشف ذلك إلا حين يتخلى عن بعض امتيازاته أو حين يصبح عاجزاً عن تقديم ما اعتاد الآخرون الحصول عليه منه عندها يبدأ في التمييز بين من كان يشاركه الحياة ومن كان يشاركه المكاسب.

أجمل العلاقات تلك التي لا تحتاج فيها إلى امتلاك شيء حتى تستحق أن تكون موضع تقدير.

الخاطرة الثالثة عشرة: حين تصبح الطيبة موضع استغلال

ليس كل إنسان طيب ضعيفاً وليس كل من يتجاوز عن الإساءة عاجزاً عن الرد فقد يكون وراء الصمت عقل يدرك أن بعض المعارك لا تستحق الخوض فيها.

لكن المشكلة تبدأ حين يعتاد الآخرون هذا التجاوز فيفسرونه عجزاً ويعاملون التسامح باعتباره إذناً مفتوحاً لتكرار الخطأ.

فالطيبة التي لا تحمي حدودها قد تتحول دون أن تشعر، إلى مساحة يستبيحها من لا يعرف قيمة ما يُمنح له.

وليس عيباً أن تكون رحيماً ولا أن تتجاوز عن زلة لكن من حقك أن تضع حداً لما يتكرر وأن تقول لا حين يصبح القبول ظلماً لنفسك.

كن طيباً لأن الطيبة من أخلاقك لا لأنك عاجز عن وضع حد لمن يتجاوز عليك.

الخاطرة الرابعة عشرة: ليس كل اعتذار دليلاً على الندم

الاعتذار كلمة جميلة حين تصدر عن إدراك حقيقي للخطأ لكنها قد تتحول إلى وسيلة سهلة لإنهاء الخلاف دون معالجة أسبابه.

فثمة من يعتذر لأنه أدرك أنه أساء وثمة من يعتذر لأنه خشي فقدان منفعة وثمة من يكرر الاعتذار لأنه يعلم أن الكلمات وحدها كافية لإعادة الأمور إلى ما كانت عليه.

والفرق بين هذه الصور لا يظهر في صياغة الاعتذار بل في السلوك الذي يليه.

فالندم الحقيقي لا يكتفي بالاعتراف بل يحاول إصلاح ما يمكن إصلاحه ويتجنب تكرار ما تسبب في الأذى.

ولذلك لا ينبغي أن نقيس صدق الاعتذار بجمال عباراته، وإنما بقدرته على إحداث تغيير ملموس.

الاعتذار الذي لا يغيّر السلوك قد يهدئ الخلاف لكنه لا يعالج سببه.

الخاطرة الخامسة عشرة: حين تعرف الناس على حقيقتهم

لا شك أن معرفة الناس نعمة حتى وإن جاءت متأخرة لأن الوهم الذي نعيش فيه قد يكون أشد استنزافاً من الحقيقة التي نخشى مواجهتها.

قد نكتشف أن بعض من وثقنا بهم لم يكونوا كما اعتقدنا وأن بعض العلاقات كانت تقوم على توازن مختل وأن أشخاصاً منحناهم أكثر مما منحونا لم يكونوا يرون الأمور بالمعنى نفسه.

قد نشعر بالندم على وقت مضى وعلى فرص ضاعت وعلى مشاعر لم تجد من يقدّرها.

لكن لا تجعل اكتشاف الحقيقة يتحول إلى حقد على الماضي فالتجربة التي كشفت لك حقيقة إنسان قد تكون في الوقت نفسه قد كشفت لك حدودك وقيمة وقتك وضرورة أن تكون أكثر وعياً في اختياراتك.

لا تحتاج إلى أن تكره من خذلك حتى تتجاوزه ولا إلى أن تنتقم ممن أساء إليك حتى تستعيد احترامك لنفسك.

يكفي أن تفهم وأن تتعلم وأن تضع كل إنسان في المكان الذي تثبت أفعاله أنه يستحقه.

أحياناً تكون أعظم فائدة من معرفة حقيقة الناس أنك تتعلم ألا تفقد حقيقة نفسك بسببهم.

خاتمة الباب الثاني

نخرج من تجاربنا مع الناس بقناعة مفادها أن المظاهر لا تكفي للحكم وأن الكلمات مهما بلغت بلاغتها لا تستطيع أن تحل محل المواقف وأن العلاقات لا تحفظها الوعود وحدها بل يحفظها الاحترام والصدق والتوازن.

وليس المطلوب أن نعيش متوجسين من الجميع أو أن نحول حياتنا إلى سلسلة من الاختبارات والشكوك وإنما أن نكون أكثر وعياً بمن نمنحهم الثقة وأكثر إنصافاً في أحكامنا وأكثر قدرة على التمييز بين الخطأ العابر والسلوك المتكرر.

فليس كل من خالفنا عدواً وليس كل من ابتعد خائناً وليس كل من أخطأ يستحق أن نقصيه من حياتنا لكن ليس من الحكمة أيضاً أن نمنح المكانة نفسها لمن أثبتت المواقف أنه لا يحترمها.

إن معرفة حقيقة الآخرين لا ينبغي أن تجعلنا أشخاصاً أسوأ بل ينبغي أن تجعلنا أكثر حكمة في اختيار من نسمح لهم بالاقتراب.

الباب الثالث: على ضفاف الحب "العاطفة والوفاء والغياب والانتظار"

الحب من أكثر التجارب الإنسانية قدرة على تغيير نظرتنا إلى الحياة فقد يمنح الإنسان شعوراً بالامتلاء ويجعله يرى في التفاصيل الصغيرة معاني كبيرة لكنه قد يضعه أيضاً أمام اختبارات لم يكن يتوقعها.

فليس كل حب يكتمل ولا كل وفاء يُقابل بمثله ولا كل علاقة تبدأ بالأمل تنتهي بالاستقرار.

وفي هذا الباب لن نتحدث عن الحب باعتباره عاطفة مجردة بل باعتباره علاقة بين إنسانين تقوم على المودة والاحترام والمسؤولية والقدرة على فهم اختلاف الآخر.

الخاطرة الأولى: الحب ليس كثرة الكلام

ليس الحب في كثرة العبارات الجميلة ولا في الرسائل الطويلة ولا في الوعود التي تُقال تحت تأثير اللحظة فكل ذلك قد يكون جميلاً لكنه لا يكفي وحده لصناعة علاقة متينة.

الحب الحقيقي يظهر في التفاصيل التي لا ينتبه إليها كثيرون فيظهر في احترام المشاعر وفي مراعاة الظروف وفي الحرص على ألا يتحول الاختلاف إلى إهانة وفي القدرة على احتواء لحظات الضعف دون استغلالها.

قد يقول لك أحدهم إنه يحبك ألف مرة لكن موقفاً واحداً منه قد يجعلك تتساءل عن معنى تلك الكلمات وقد لا يكثر آخر من التعبير لكنه يمنحك من الطمأنينة والاحترام ما يجعلك تدرك مكانتك دون حاجة إلى السؤال.

فالمحبة ليست مسابقة في التعبير وإنما مسؤولية في التعامل.

لا تبحث عمن يجيد وصف الحب بقدر ما تبحث عمن يعرف كيف يحافظ عليه.

الخاطرة الثانية: لا يكفي أن تحب

قد يحب الإنسان بصدق ويمنح من مشاعره ما لا يستطيع التعبير عنه بالكلمات ويجتهد في الحفاظ على علاقة يراها جزءاً من حياته لكنه يكتشف مع الوقت أن الحب وحده لا يكفي.

فالعلاقات لا تقوم على العاطفة المجردة وإنما تحتاج إلى الاحترام والتفاهم والتقدير والقدرة على تجاوز الاختلافات دون أن يتحول كل خلاف إلى معركة لإثبات من الأقوى.

قد تحب شخصاً لا يحسن فهمك أو يتعلق قلبك بمن لا يستطيع منحك ما تحتاج إليه من طمأنينة وقد تكون صادقاً في مشاعرك لكنك تجد نفسك وحيداً في محاولة الحفاظ على علاقة يفترض أن يتشارك طرفاها مسؤوليتها.

وهنا ينبغي أن ندرك أن الحب لا يعني أن نتنازل عن كل شيء ولا أن نتحمل ما لا يُحتمل ولا أن نختصر سعادتنا في رضا شخص آخر.

فالحب الذي يجعل أحد الطرفين يتخلى باستمرار عن نفسه يحتاج إلى مراجعة حقيقية.

أحب بصدق لكن لا تجعل حبك سبباً في قبول ما لا يليق بكرامتك.

الخاطرة الثالثة: أصعب الانتظار

ليس أصعب الانتظار أن تطول المسافة بينك وبين من تحب وإنما أن تنتظر منه ما لا تعرف إن كان ينوي تقديمه أصلاً.

أن تترقب رسالة أو مبادرة أو سؤالاً عن أحوالك وأن تظل تراقب التفاصيل الصغيرة بحثاً عن إشارة تعيد إليك شيئاً من الاطمئنان.

يمر الوقت وأنت تحاول إقناع نفسك أن الظروف هي السبب وأن الانشغال مؤقت وأن ما غاب اليوم سيعود غداً.

لكن الانتظار حين يصبح عادة يتحول من تعبير عن المحبة إلى استنزاف للمشاعر خصوصاً حين يكون طرف واحد هو من يحافظ على استمرار التواصل.

ليس عيباً أن تشتاق ولا ضعفاً أن تنتظر مرة لكن المؤلم أن تتحول حياتك إلى محطة ترقب بينما تستمر حياة من تنتظره دون أن يشعر بأن غيابه يترك فيك كل هذا الأثر.

لا تجعل قلبك يقيم طويلاً على رصيف الانتظار فالحياة قطار لا ينبغي أن يفوتك وأنت تترقب عودة أحدهم.

الخاطرة الرابعة: الوفاء لا يُطلب بالإلحاح

الوفاء قيمة تنبع من داخل الإنسان ولا يمكن انتزاعها بكثرة المطالبة ولا صناعتها بالعتاب المتكرر.

قد تشرح لشخص ما معنى الاهتمام وتخبره بما يزعجك، وتوضح له حاجتك إلى موقف معين لكنه إذا لم يرَ في ذلك ما يستحق الاستجابة فلن تستطيع أن تزرع في قلبه قيمة لا يريد أن يتبناها.

إن أجمل ما في الوفاء أنه يأتي دون استجداء ويظهر دون تكليف ويستمر حتى حين لا تكون هناك مصلحة مباشرة وراءه.

ولا يعني ذلك أن الطرف الاخر يستطيع قراءة الأفكار فالتواصل ضرورة والاحتياجات ينبغي التعبير عنها بوضوح لكن هناك فرقاً بين أن تطلب من إنسان أن يفهمك وبين أن تضطر إلى تكرار طلب الاحترام والتقدير في كل مرة.

ما يأتي بالإلحاح قد يحقق استجابة مؤقتة أما الوفاء الحقيقي فينبع من قناعة لا تحتاج إلى تذكير دائم.

الخاطرة الخامسة: حين يصبح العتاب لغة واحدة

العتاب في بداياته محاولة لإنقاذ ما نحب فهو تعبير عن أن العلاقة لا تزال تعنينا وأننا لم نصل بعد إلى مرحلة اللامبالاة.

نعاتب لأننا نريد أن يفهم الطرف الآخر ما آلمنا ونشرح لأننا نأمل أن تتغير الأمور ونمنح فرصة لأننا لا نريد أن تنتهي علاقة بسبب موقف كان يمكن إصلاحه.

لكن العتاب يفقد معناه حين يتحول إلى حديث من طرف واحد وحين تصبح الشكوى متكررة دون أن يتبعها أي تغيير.

عندها لا يعود السؤال لماذا لم يفهمني؟ بل يصبح إلى متى سأظل أشرح أموراً أصبحت واضحة؟

ليس المطلوب أن نتوقف عن الحوار وإنما أن ندرك أن الحوار لا ينجح إلا حين يرغب الطرفان في الإصغاء وأن إصلاح العلاقة لا يمكن أن يتحول إلى مهمة فردية.

حين يصبح العتاب تكراراً للحكاية نفسها ربما لم تعد المشكلة في طريقة الشرح، بل في غياب الرغبة في الفهم.

الخاطرة السادسة: لا تختبر الحب بالغياب

يعتقد بعض الناس أن الغياب وسيلة لمعرفة مكانتهم في قلوب الآخرين فيبتعدون عمداً ويتوقفون عن المبادرة وينتظرون أن يلاحقهم الطرف الآخر حتى يطمئنوا إلى مقدار محبته.

لكن العلاقات لا ينبغي أن تتحول إلى اختبارات صامتة ولا أن تصبح المسافات وسيلة لقياس المشاعر.

فقد يكون الطرف الآخر محباً لكنه لا يفهم سبب الابتعاد وقد يفسر الصمت على أنه رغبة في إنهاء العلاقة وقد يختار احترام المسافة التي فرضها عليه الآخر.

إن الحب الناضج لا يحتاج إلى ألعاب نفسية بل إلى وضوح وثقة وحوار صريح.

لا تجعل من الغياب وسيلة لإثبات أهميتك ولا تطلب من الآخرين أن يخمنوا ما لم تقله.

من أراد أن يعرف مكانته فليسأل بصدق لا أن يصنع الغياب ثم ينتظر أن يفسره الآخرون كما يشتهي.

الخاطرة السابعة: لا أحد يعوّض الآخر تماماً

قد نلتقي بأشخاص جدد ونعيش تجارب مختلفة ونصنع ذكريات أخرى لكن بعض العلاقات تترك في النفس أثراً خاصاً لا يتكرر بالصورة نفسها.

ليس لأن أصحابها أفضل من الجميع ولا لأن الحياة تتوقف عند رحيلهم بل لأن لكل تجربة ظروفها ولكل إنسان بصمته ولكل مرحلة من العمر إحساسها المختلف.

وقد نظلم أنفسنا حين نقارن كل علاقة جديدة بعلاقة قديمة أو نطالب الآخرين بأن يكونوا امتداداً لأشخاص غادروا حياتنا.

فالحياة لا تقدم لنا نسخاً مكررة ولا ينبغي أن نطلب من إنسان جديد أن يحمل مسؤولية جراح صنعها إنسان آخر.

نحن لا نحتاج دائماً إلى بديل عمن رحل بقدر ما نحتاج إلى أن نسمح للحياة بأن تمنحنا تجارب جديدة دون أن نُخضعها لسلطة الماضي.

ليس كل من رحل يُستبدل وليس كل من جاء ينبغي أن يشبه من سبقه فلكل إنسان حكايته ومكانه.

الخاطرة الثامنة: الغيرة بين الحب والتملك

الغيرة شعور إنساني قد ينشأ من المحبة والخوف على العلاقة لكنها لا تصبح دليلاً على الحب لمجرد أنها قوية أو ظاهرة.

فثمة فرق بين أن تغار لأنك تخشى فقدان علاقة عزيزة وبين أن تجعل من غيرتك مبرراً للسيطرة على حياة الطرف الآخر وتقييد حريته ومراقبة تفاصيله ومحاسبته على كل تصرف.

الحب لا يلغي شخصية الإنسان ولا يسلبه حقه في الخصوصية ولا يحوله إلى ملكية خاصة.

إن العلاقة السليمة تحتاج إلى الثقة والوضوح والحدود المتفق عليها لا إلى الشك المستمر والقيود التي تخنق الطرفين.

ومن يحب حقاً ينبغي أن يفهم أن الطمأنينة لا تُفرض بالقوة وأن الاحترام لا ينمو في بيئة يسودها الخوف.

الغيرة التي تحمي المحبة شعور أما الغيرة التي تلغي الحرية فتتحول إلى قيد.

الخاطرة التاسعة: الحب لا يُقاس بطول الانتظار

قد ينتظر إنسان سنوات ويعتبر طول انتظاره دليلاً على صدق مشاعره لكنه لا ينتبه إلى أن الزمن وحده لا يثبت صحة الاختيار.

فليس كل من انتظر كان وفياً وليس كل من رحل كان قليل المحبة لأن العلاقات أعقد من أن تختصر في مدة البقاء أو سرعة المغادرة.

قد يطول الانتظار بسبب الأمل وقد يستمر بسبب التعلق وقد يكون سببه الخوف من الاعتراف بأن العلاقة لم تعد كما كانت.

وفي المقابل قد يختار إنسان الرحيل رغم صدق مشاعره لأنه أدرك أن استمرار العلاقة لم يعد ممكناً أو صحياً.

لذلك لا تجعل عدد السنوات مقياساً لقيمة الحب بل انظر إلى ما حملته تلك السنوات من احترام وتفاهم وصدق متبادل.

ليس أعظم المحبين من طال انتظاره بل من عرف كيف يحب دون أن يظلم نفسه أو الطرف الآخر.

الخاطرة العاشرة: حين تتغير المشاعر

من أصعب ما يواجه الإنسان أن يلاحظ تغير مشاعر شخص كان قريباً منه وأن يجد نفسه أمام علاقة لم تعد تمنحه الإحساس نفسه الذي اعتاده.

تقل الكلمات وتتراجع المبادرات وتصبح اللقاءات أكثر برودة ويحل الفتور محل ذلك الدفء الذي كان يميز العلاقة.

وقد يكون التغير نتيجة ظروف عابرة أو ضغوط لم تُشرح أو اختلاف في الأولويات وقد يكون علامة على أن المشاعر نفسها لم تعد كما كانت.

لكن المشكلة تبدأ حين يرفض أحد الطرفين الاعتراف بما يحدث ويواصل الآخر البحث عن صورة قديمة لم يعد لها وجود.

ليس من العدل أن نطالب المشاعر بأن تبقى ثابتة إلى الأبد لكن من حق كل إنسان أن يطلب الوضوح والاحترام وألا يُترك معلقاً بين علاقة لم تنتهِ ومودة لم تعد حاضرة.

لا يؤلمنا تغير المشاعر وحده بل يؤلمنا أن نظل نعيش على وعود مرحلة انتهت دون أن يخبرنا أحد بذلك.

الخاطرة الحادية عشرة: لا تجعل الحب اعتذاراً دائماً

قد يخطئ الإنسان في التعبير أو يسيء التصرف دون قصد ويكون الاعتذار حينها دليلاً على النضج والحرص على العلاقة.

لكن هناك علاقات يجد فيها أحد الطرفين نفسه معتذراً طوال الوقت حتى عن مشاعره وعن حقه في السؤال والتوضيح.

يعتذر لأنه عاتب ويعتذر لأنه تألم ويعتذر لأنه طلب اهتماماً ويعتذر لأنه لم يستطع إخفاء حزنه.

وهكذا يصبح الحفاظ على العلاقة مشروطاً بأن يتنازل أحد الطرفين عن حقه في التعبير وأن يتحمل وحده مسؤولية استقرارها.

إن الحب لا ينبغي أن يجعل الإنسان يشعر بالذنب لأنه يمتلك مشاعر كما لا ينبغي أن يحول الاختلاف الطبيعي إلى محاكمة مستمرة.

لا تعتذر عن كونك إنساناً له مشاعر واعتذر فقط حين تكون قد أخطأت بحق غيرك.

الخاطرة الثانية عشرة: أجمل الحب ما حفظ الكرامة

قد يظن البعض أن الكرامة والحب يقفان على طرفي نقيض وأن من يحب عليه أن يتنازل دائماً وأن يحفظ العلاقة مهما كان الثمن.

لكن الحقيقة أن الكرامة ليست خصماً للمحبة بل هي من الشروط التي تجعلها علاقة إنسانية متوازنة.

فكيف يكون الحب جميلاً إذا كان أحد الطرفين مضطراً إلى إهانة نفسه حتى يحافظ عليه؟ وكيف تكون المحبة مصدر طمأنينة إذا كان الإنسان يعيش في خوف دائم من أن يفقد مكانته كلما عبّر عن رأيه؟

الحب الذي يحترم الإنسان لا يطلب منه أن يلغي ذاته ولا أن يتخلى عن مبادئه ولا أن يقبل ما يؤذيه باسم التضحية.

أحب من قلبك ولكن لا تنسَ أن لك قلباً ينبغي أن تحافظ عليه أيضاً.

الخاطرة الثالثة عشرة: الاعتراف الذي تأخر

كم من كلمات بقيت حبيسة الصدور لأننا انتظرنا اللحظة المناسبة وكم من مشاعر لم تجد طريقها إلى التعبير لأننا اعتقدنا أن الطرف الآخر يعرفها دون أن نقولها.

نؤجل الاعتذار ونؤخر الشكر ونتردد في الاعتراف بالحب ثم تمضي الأيام بما لا نتوقعه فنكتشف أن بعض الفرص لا تتكرر.

ليس كل تأخير خسارة فقد يكون الصمت أحياناً أكثر حكمة من الكلام لكن هناك كلمات تستحق أن تُقال قبل أن يصبح قولها مجرد محاولة لمصالحة الذاكرة.

قل لمن تحب إنك تقدّره واعتذر حين تخطئ واشكر من أحسن إليك ولا تجعل الكبرياء يمنعك من التعبير عن مشاعر صادقة.

بعض الكلمات حين نقولها في وقتها تصنع ذكرى جميلة، وحين نتأخر تصبح مجرد ندم.

الخاطرة الرابعة عشرة: حين لا يعود اللقاء كما كان

قد نلتقي بمن نحب بعد غياب طويل ونظن أن اللقاء سيعيد إلينا كل ما افتقدناه لكننا نفاجأ بأن الزمن ترك أثره فينا وأن بعض الأشياء لا تعود بالصورة نفسها مهما تشابهت الظروف.

ربما تغيرت المشاعر أو تبدلت الأولويات أو أصبح لكل منا عالم مختلف أو أن التجربة التي مررنا بها جعلتنا ننظر إلى العلاقة بعين أخرى.

وهنا ندرك أن الاشتياق لا يعني دائماً أن العودة هي الخيار الصحيح وأن الذكريات الجميلة لا تكفي وحدها لصناعة حاضر جميل.

قد نشتاق إلى زمن مضى أكثر مما نشتاق إلى الشخص نفسه وقد نرغب في استعادة شعور قديم لا يمكن استعادته بالطريقة ذاتها.

ليس كل لقاء بعد الغياب عودة فقد نلتقي بالأشخاص ونكتشف أن الذي نشتاق إليه كان زمناً لا إنساناً.

الخاطرة الخامسة عشرة: حين يصبح الحب ذكرى

ليس كل حب ينتهي بالعداوة ولا كل علاقة تفشل تعني أن ما كان فيها من مشاعر لم يكن صادقاً.

قد نحب بصدق ونحاول بقدر استطاعتنا ثم نكتشف أن الطريق لم يعد يتسع لنا معاً.

وقد يكون الانفصال نتيجة اختلافات لا يمكن تجاوزها، أو ظروف لا نملك تغييرها أو قناعات أصبحت متباعدة إلى حد يصعب معه الاستمرار وفي مثل هذه الحالات لا ينبغي أن نحول الماضي الجميل إلى كذبة لمجرد أن النهاية كانت مؤلمة.

فقد كانت هناك لحظات صادقة بالفعل وأحاديث جميلة ومواقف تستحق أن نتذكرها دون أن نطالبها بإعادة ما انتهى.

إن النضج أن نعرف كيف نحتفظ بإنسانيتنا حتى في لحظات الفراق وأن نفهم أن انتهاء العلاقة لا يستوجب محو كل ما كان فيها من خير.

بعض العلاقات لا تستمر لكنها تترك فينا شيئاً جميلاً والنضج أن نحترم الذكرى دون أن نبقى أسرى لها.

خاتمة الباب الثالث

الحب ليس ضعفاً ولا التعلق بطولة ولا الرحيل دائماً انتصاراً إنها تجارب تختلف باختلاف الأشخاص والظروف ولا يمكن اختزالها في أحكام جاهزة.

لكن ما ينبغي ألا نختلف حوله هو أن المحبة الحقيقية لا تستقيم دون احترام وأن الوفاء لا يكتمل دون مسؤولية وأن التضحية لا ينبغي أن تتحول إلى إلغاء للذات.

لقد خلق الإنسان بقلب يستطيع أن يحب وعقل يستطيع أن يميّز وكرامة ينبغي ألا يتخلى عنها.

فلا تجعل خيبة عاطفية واحدة تحرمك من جمال الحياة ولا تجعل تجربة مؤلمة تقنعك بأن كل القلوب متشابهة.

أجمل ما يمكن أن تخرج به من تجربة حب ليس أن تصبح عاجزاً عن الحب بل أن تصبح أكثر وعياً بمن تمنحه قلبك وأكثر حرصاً على ألا تفقد نفسك في الطريق إليه.

الباب الرابع: الكرامة لا تقبل المساومة "الكبرياء والحرية وعزة النفس"

للكرامة مكانة لا تشبه سائر القيم فهي ليست مظهراً من مظاهر التفاخر ولا وسيلة لفرض الذات على الآخرين بل هي إحساس الإنسان بقيمته وإدراكه أن احترامه لنفسه لا ينبغي أن يكون رهناً بقبول الآخرين أو رضاهم.

وقد يختلط على البعض معنى الكرامة بالكبرياء فيظنون أن حفظ الكرامة يقتضي عدم الاعتذار أو رفض التنازل أو تحويل كل خلاف إلى معركة.

لكن الكرامة الحقيقية لا تمنع الاعتراف بالخطأ ولا تحول دون التسامح ولا تجعل الإنسان أسير صورته أمام الآخرين.

إنها ببساطة أن تعرف حدودك وتحترم حدود غيرك وألا تسمح لأحد بأن ينتقص من إنسانيتك وألا تنتقص أنت من إنسانية أحد.

الخاطرة الأولى: لا تمد يدك إلى من لا يريدك

ليس من الحكمة أن يظل الإنسان يطرق باباً لا يجد خلفه رغبة في استقباله أو يطلب مكانة لا يريد صاحبها منحه إياها.

فالعلاقات التي تقوم على الاستجداء تفقد مع الوقت توازنها ويصبح أحد الطرفين منشغلاً بإثبات استحقاقه بينما يتعامل الآخر مع وجوده باعتباره أمراً مضموناً.

ليس عيباً أن تبادر ولا نقصاً أن تعتذر ولا ضعفاً أن تسعى إلى إصلاح علاقة عزيزة لكن هناك فرقاً بين السعي المتبادل وبين ملاحقة من اختار أن يبتعد.

إن الكرامة لا تعني أن نغلق أبوابنا عند أول خلاف وإنما أن ندرك متى يتحول التمسك إلى انتقاص من قيمة أنفسنا.

ارضَ بالبعد الذي يحفظ كرامتك ولا تطلب قرباً يكلّفك احترامك لنفسك.

الخاطرة الثانية: الكرامة ليست كبرياءً أعمى

قد يرفض الإنسان الاعتذار ظناً منه أن الاعتذار ينتقص من قدره وقد يتمسك بموقف خاطئ حتى لا يظهر بمظهر المتراجع وقد يخسر علاقة صادقة لأنه لم يتعلم كيف يفرق بين الكرامة والعناد.

لكن الكرامة الحقيقية لا تمنع صاحبها من الاعتراف بالخطأ بل تمنحه الشجاعة الكافية ليواجه نفسه قبل أن يواجه الآخرين.

فالاعتذار حين يكون في موضعه ليس انكساراً والتراجع عن رأي ثبت خطؤه ليس هزيمة والتسامح مع من يستحقه ليس انتقاصاً من الذات.

إن الكبرياء الأعمى يجعل الإنسان أسيراً لصورة يريد المحافظة عليها أما الكرامة فتعلمه أن قيمته لا تتوقف على اعتراف الآخرين بأنه لا يخطئ.

الكرامة أن ترفض الإهانة أما الكبرياء الأعمى فيجعلك ترفض الاعتراف بالحقيقة.

الخاطرة الثالثة: لا تجعل رضا الناس غايتك

من أكثر ما يستنزف الإنسان أن يعيش منشغلاً بما يقوله الآخرون عنه فيراقب تصرفاته باستمرار ويحسب كلماته ويتردد في قراراته لا لأنه لا يعرف ما يريد بل لأنه يخشى ألا ينال رضا الجميع.

وهكذا يتحول الإنسان تدريجياً إلى شخص يعيش وفق توقعات الآخرين ويؤجل رغباته ويخفي قناعاته ويتخلى عن جوانب من شخصيته حتى لا يتعرض للانتقاد.

لكن الحقيقة أن الناس مختلفون في أذواقهم وأحكامهم وما يرضي هذا قد لا يرضي ذاك وما يراه أحدهم صواباً قد يراه غيره خطأ.

فكيف تجعل من رضا الجميع غاية وهو أمر لا يمكن تحقيقه أصلاً؟

عش وفق قناعاتك ما دامت لا تظلم بها أحداً واستمع إلى النقد المنصف ولا تجعل الخوف من كلام الناس يسلبك حقك في أن تكون نفسك.

من جعل رضا الناس مقياساً لحياته عاش غريباً عن نفسه ولو أحاط به الجميع.

الخاطرة الرابعة: لا تساوم على احترامك

قد يتنازل الإنسان عن بعض رغباته حفاظاً على علاقة وقد يتجاوز عن اختلافات صغيرة مراعاة للآخرين وقد يقبل حلولاً وسطاً حتى تستمر الحياة في توازنها.

وهذا من طبيعة العلاقات الإنسانية لكن ثمة حدوداً ينبغي ألا تتحول إلى موضوع للمساومة.

فلا ينبغي أن يقبل الإنسان الإهانة المتكررة حتى لا يخسر شخصاً ولا أن يسكت عن انتقاص كرامته حتى يحافظ على مكانة ولا أن يتخلى عن مبادئه ليحصل على قبول مؤقت.

إن احترام الآخرين لا يتعارض مع احترام الذات والتواضع لا يعني قبول الإذلال والتسامح لا يفرض علينا البقاء في بيئة تستنزف إنسانيتنا.

تنازل عن رغباتك حين تقتضي الحكمة لكن لا تتنازل عن إنسانيتك حتى ترضي الآخرين.

الخاطرة الخامسة: الحرية أن تكون أنت

الحرية ليست مجرد غياب القيود الخارجية بل هي أيضاً قدرة الإنسان على أن يعيش منسجماً مع قناعاته وأن يعبّر عن شخصيته دون خوف دائم من الأحكام وأن يتخذ قراراته بمسؤولية دون أن يسمح للآخرين بمصادرة إرادته.

وقد يكون أشد أنواع القيود إيلاماً ذلك الذي يفرضه الإنسان على نفسه حين يعيش متوجساً من ردود أفعال المحيطين به فيخفي ما يؤمن به ويتظاهر بما لا يشعر به ويتخلى عن طباعه حتى يبدو مقبولاً.

لكن الحياة التي نقضيها في تمثيل شخصية ترضي الآخرين ليست حياة مكتملة بل هي إقامة طويلة في صورة لا تشبهنا.

ولا تعني الحرية أن نفعل كل ما نريد دون اعتبار للآخرين وإنما أن نوازن بين حقنا في الاختيار وواجبنا في احترام حقوقهم.

لا تجعل خوفك من أحكام الناس يسلبك حقك في أن تعيش بصدق مع نفسك.

الخاطرة السادسة: لا تشرح قيمتك لمن لا يريد أن يراها

قد تبذل جهداً كبيراً حتى تثبت لشخص أنك تستحق التقدير وتستعرض مواقفك وتذكّره بما قدمته وتحاول إقناعه بأن مكانتك أكبر مما يمنحك إياه.

لكن بعض الناس لا تنقصهم المعلومات حتى يقدّروك وإنما تختلف لديهم معايير التقدير أو لا يرغبون أصلاً في منحك المكانة التي تنتظرها.

ومن الخطأ أن تجعل قيمتك معلقة بحكم شخص واحد أو أن تقضي وقتك في الدفاع عن نفسك أمام من اتخذ موقفه مسبقاً.

ليس عليك أن تشرح تاريخك كله حتى تستحق الاحترام ولا أن تذكّر الآخرين باستمرار بما قدمته حتى يعترفوا بفضلك.

قيمتك لا تحتاج إلى شهادة من كل عابر في حياتك ولا تنتقص حين يعجز أحدهم عن رؤيتها.

الخاطرة السابعة: من لا يحترم حدودك لا يحترمك

العلاقات السليمة لا تقوم على القرب وحده وإنما على معرفة الحدود التي ينبغي ألا يتجاوزها أحد الطرفين.

فلكل إنسان خصوصيته ووقته وقناعاته ومساحته التي يحتاج إليها حتى يحافظ على توازنه.

ومن يظن أن المحبة تمنحه الحق في التدخل في كل التفاصيل أو أن الصداقة تبيح له التجاوز أو أن القرابة تسقط حق الآخرين في الاعتراض فإنه يخلط بين القرب وامتلاك الآخر.

إن وضع الحدود ليس عداءًا بل هو تنظيم للعلاقات وحماية لما يجعل استمرارها ممكناً.

من يحترم وجودك يحترم أيضاً المساحة التي تحتاج إليها لتكون نفسك.

الخاطرة الثامنة: لا تعتذر عن كرامتك

ليس كل ابتعاد قسوة ولا كل رفض غروراً ولا كل صمت عجزاً عن الرد فأحياناً يكون الإنسان مضطراً إلى اتخاذ موقف يحمي به ما تبقى من احترامه لنفسه حتى وإن بدا موقفه قاسياً في أعين من اعتادوا منه التنازل.

لقد أخطأنا حين ظننا أن المحافظة على العلاقات تقتضي دائماً تقديم الاعتذارات حتى عن أشياء لم نرتكبها وتحمّل مسؤولية أخطاء لم تكن لنا فيها يد. فالعلاقة التي لا تستقيم إلا بانحناء طرف واحد ليست علاقة متوازنة بل اعتياد على التنازل.

ليس مطلوباً منك أن تجرح أحداً لتثبت قوتك لكن ليس مطلوباً منك أيضاً أن تقبل الإهانة حتى تثبت طيبة قلبك فالطيبة التي لا تحمي صاحبها قد تتحول في نظر البعض إلى إذن مفتوح بالتجاوز.

لا تعتذر عن كرامتك ولا تجعل خوفك من خسارة الآخرين سبباً في خسارة نفسك.

الخاطرة التاسعة: الصمت حين لا ينفع الكلام

ثمة لحظات يصبح فيها الكلام عبئاً إضافياً لا لأنه عجز عن التعبير بل لأن الطرف الآخر لم يعد معنياً بالفهم فتشرح مرة وتوضح أخرى وتعيد ترتيب كلماتك بحثاً عن عبارة تصل إلى قلب من أمامك ثم تكتشف أن المشكلة لم تكن في طريقة حديثك بل في غياب الرغبة في الإنصات.

ليس كل صمت هزيمة فقد يكون أحياناً آخر أشكال الحكمة فحين يصبح الحوار تكراراً لاكتشافات مؤلمة وحين تتحول التبريرات إلى محاكمة دائمة للنوايا يكون الانسحاب من النقاش أكرم من الاستمرار فيه.

لكن الصمت الحكيم لا يعني الهروب من المسؤولية ولا الامتناع عن الاعتذار حين نخطئ إنما يعني أن نعرف متى يكون الكلام إصلاحاً ومتى يصبح استنزافاً لا يغيّر شيئاً.

ليس الصمت دائماً عجزاً عن الرد فقد يكون إدراكاً بأن بعض المعارك لا تستحق صوتك.

الخاطرة العاشرة: الفرق بين التواضع والانكسار

التواضع فضيلة لكنه لا يعني أن تسمح للآخرين بتجاوز حدودهم معك وأن تكون ليناً لا يعني أن تكون بلا موقف وأن تتقبل الاختلاف لا يعني أن تتنازل عن حقك في الاحترام.

كثيرون يخلطون بين الإنسان المتواضع والإنسان الذي يسهل الضغط عليه فإذا تنازل مرة طالبوه بالتنازل ثانية وإذا سامح على إساءة اعتبروها أمراً قابلاً للتكرار وإذا آثر الهدوء ظنوا أنه لا يملك القدرة على المواجهة.

والحقيقة أن الإنسان يستطيع أن يكون بسيطاً دون أن يكون مستباحاً وأن يكون متسامحاً دون أن يكون ضعيفاً وأن يعترف بخطئه دون أن يسمح لأحد بأن ينتقص من قدره.

كن متواضعاً في حضورك ثابتاً في مواقفك ولا تجعل رقيّ أخلاقك سبباً في استهانة الآخرين بك.

الخاطرة الحادي عشر: لا تطلب مكانتك مرتين

المكانة الحقيقية لا تحتاج إلى استجداء متكرر ولا ينبغي للإنسان أن يقضي عمره يذكّر الآخرين بوجوده أو يطالبهم بأن يمنحوه الحد الأدنى من الاهتمام والتقدير.

قد يغيب المرء عن بعض المجالس فلا يُفتقد وقد يتوقف عن المبادرة فلا يسأل عنه أحد وقد يصمت طويلاً دون أن ينتبه من اعتادوا سماع صوته فعندها لا ينبغي له أن يتسرع في الحكم فلكل إنسان ظروفه وانشغالاته لكن تكرار الإهمال يصبح مع الوقت رسالة تستحق التأمل.

لا تجعل قيمتك رهينة اهتمام الآخرين ولا تقف على أبواب لا تُفتح إلا حين تطرقها أنت فالعلاقات لا تُقاس بكثرة المطالبات وإنما بما ينشأ فيها من مبادرة متبادلة واهتمام صادق.

من اضطر إلى المطالبة بمكانته في كل مرة عليه أن يتساءل إن كان يشغل مكانة أصلاً أم أنها مجرد مساحة مؤقتة.

الخاطرة الثانية عشر: عزة النفس في زمن المصالح

من أصعب الاختبارات أن تبقى وفياً لمبادئك في زمن تُقاس فيه العلاقات أحياناً بما تحققه من منافع فقد تجد من يقترب حين تكون قادراً على العطاء ويبتعد حين تنتهي حاجته ومن يبالغ في تقديرك ما دمت مفيداً له ثم يعاملك كأنك غريب حين تتغير الظروف.

ليس عيباً أن يتبادل الناس المنافع فالحياة تقوم على التعاون والمصالح المشروعة لكن العيب أن تختزل الإنسان في ما يقدمه وأن تجعل قيمته مرتبطة بما تستطيع الحصول عليه منه.

عزة النفس ليست أن ترفض مساعدة الآخرين ولا أن تتظاهر بالاستغناء عن الجميع بل أن تعطي دون أن تبيع كرامتك وأن تقبل المعروف دون أن تتحول إلى أسير له وأن تميز بين الامتنان المشروع والخضوع المذل.

لا تجعل حاجتك إلى شيء ثمناً لقبول ما لا يليق بك.

الخاطرة الثالثة عشر: متى يكون الرحيل انتصاراً للذات؟

ليس كل رحيل هروباً كما أن البقاء ليس دائماً دليلاً على الوفاء فثمة علاقات تستحق الصبر وأخرى تحتاج إلى إصلاح وثمة مواقف لا يكون فيها الرحيل قراراً متسرعاً بل نتيجة طبيعية لاستنفاد فرص التفاهم.

يرحل الإنسان أحياناً بعد أن يحاول كثيراً لا لأنه لم يعد يحب ولا لأنه نسي الأيام الجميلة بل لأنه أدرك أن استمرار العلاقة بصورتها الحالية يفرض عليه أن يتخلى عن نفسه شيئاً فشيئاً.

ومع ذلك لا ينبغي أن نجعل الرحيل وسيلة للتهديد أو اختباراً لمشاعر الآخرين فالرحيل الذي يُستخدم لإجبار الناس على التمسك بنا يفقد معناه أما الرحيل الذي يأتي بعد وضوح الرؤية واستنفاد سبل الإصلاح فقد يكون بداية استعادة التوازن.

أحياناً لا تنتصر حين تُبقي الجميع إلى جانبك بل حين تتوقف عن خسارة نفسك كي لا تخسرهم.

الخاطرة الرابعة عشر: لا تجعل كرامتك سلاحاً للانتقام

قد يتعرض الإنسان للإساءة فيشعر برغبة عارمة في ردها وإثبات أنه قادر على إيذاء من آذاه غير أن الكرامة ليست سباقاً في إلحاق الألم ولا تعني أن يتحول المظلوم إلى نسخة أخرى ممن ظلمه.

من حقك أن تضع حداً للتجاوز وأن تطالب بحقك وأن ترفض استمرار علاقة تؤذيك لكن ليس من الضروري أن تنتقم حتى تستعيد اعتبارك فبعض الانتصارات لا تتحقق بإيلام الآخرين بل بالامتناع عن السماح لتصرفاتهم بأن تغير أخلاقك.

إن أعظم ما يمكن أن تحافظ عليه بعد الخذلان هو ألا تفقد اتزانك وألا تجعل جراحك مبرراً لتكرار ما كرهته في غيرك.

لا تنتصر لكرامتك بأن تصبح شبيهاً بمن أهانوها بل انتصر لها بأن تبقى أفضل مما أرادوا لك أن تكون.

الخاطرة الخامسة عشر: أن تعرف متى تكتفي

ليست الحكمة أن تمنح بلا حدود ولا أن تصبر إلى ما لا نهاية ولا أن تظل تبحث عن مبررات لكل موقف يجرحك فالحكمة أن تعرف أن لكل شيء حداً وأن استمرار العطاء دون تقدير قد يحوّل أجمل ما فيك إلى مصدر تعب لك.

قد تمنح شخصاً فرصاً كثيرة لأنك تؤمن بقدرته على التغيير وقد تصبر على ظروف لا تعرف تفاصيلها وهذا من الإنصاف والوفاء لكن لا تجعل حسن ظنك بالآخرين يمنعك من رؤية الواقع حين تتكرر الوقائع وتصبح الصورة واضحة.

الاكتفاء ليس قسوة بل اعتراف بأن طاقتك محدودة وأن وقتك أثمن من أن يستهلك كله في محاولات لا تجد طريقها إلى التغيير.

النضج أن تعرف متى تمنح فرصة أخرى ومتى يكون الاكتفاء أصدق تعبير عن احترامك لنفسك.

خاتمة الباب الرابع

الكرامة ليست جداراً نعزل به أنفسنا عن الناس ولا كبرياءً يمنعنا من الاعتراف بالخطأ أو قبول الاعتذار بل إنها ذلك الميزان الداخلي الذي يذكّرنا بأننا بشر نستحق الاحترام كما يستحقه الآخرون.

لقد نتعلم مع الأيام أن بعض التنازلات تقرّب القلوب وأن بعضها الآخر يباعد الإنسان عن ذاته وأن الاعتذار فضيلة حين يكون عن خطأ لكنه يتحول إلى إهانة حين يصبح ثمناً للبقاء في علاقة لا تعترف إلا بحق طرف واحد.

وحين تنضج الكرامة في داخلنا لا نعود نبحث عن الانتصار في كل نقاش ولا عن إثبات القيمة لكل عابر ولا عن الاحتفاظ بكل علاقة مهما كان ثمنها بل نتعلم أن نحب دون استعباد وأن نسامح دون أن ننسى دروس التجربة وأن نبتعد دون أن نحمل في قلوبنا رغبة الانتقام.

فالكرامة الحقيقية ليست أن تجعل الآخرين يخشون خسارتك بل أن تتعلم ألا تخسر نفسك في سبيل الاحتفاظ بهم.

الباب الخامس: حين تنضج الخيبات "في الحكمة والنضج والتصالح مع الذات"

لا تأتي الخيبات دائماً لتكسرنا بعضها يأتي ليكشف لنا ما لم نكن نراه وبعضها يضع حداً لأوهام طال بقاؤنا فيها وبعضها يعيد ترتيب أولوياتنا بعد أن أرهقنا الركض وراء ما لم يكن يستحق كل ذلك العناء.

في بدايات التجربة نظن أن الألم نهاية الطريق وأن خسارة شخص تعني خسارة العالم وأن فشل أمنية يعني أن الحياة قد أغلقت أبوابها ثم تمضي الأيام فنكتشف أن ما حسبناه نهاية كان أحياناً بداية فهم جديد وأن بعض الأبواب التي أوجعتنا حين أُغلقت كانت تحجب عنا طرقاً لم نكن نلتفت إليها.

نضج الخيبة لا يعني أن نتوقف عن الحزن ولا أن نصبح باردين تجاه الناس ولا أن نشك في كل يد تمتد إلينا بل يعني أن نحزن دون أن ننهار وأن نثق دون أن نتعامى وأن نحب دون أن نفقد قدرتنا على رؤية الحقيقة.

إن الإنسان لا ينضج لأنه عاش طويلاً بل لأنه تعلّم من عمره ولم يسمح لتجاربه القاسية بأن تسلبه إنسانيته.

الخاطرة الاولى: ليست كل خسارة هزيمة

نحن نميل بطبيعتنا إلى اعتبار ما نفقده خسارة دون أن نتساءل عما كان يكلفنا الاحتفاظ به فقد نتمسك بعلاقة تستنزف راحتنا أو بفرصة لا تشبه طموحنا أو بطريق استمررنا فيه لمجرد أننا قطعنا شوطاً طويلاً.

لكن الحياة لا تقاس دائماً بما نحتفظ به وإنما أيضاً بما ننجح في التحرر منه فقد يكون فقدان شخص بداية استعادة سلامنا وقد يكون فشل مشروع فرصة لإعادة اكتشاف قدراتنا وقد يكون انتهاء مرحلة ضرورة للانتقال إلى مرحلة أكثر نضجاً.

لا يعني ذلك أن نجمّل كل خسارة أو أن ندّعي الرضا عن كل ما يحدث فبعض الخسارات مؤلمة حقاً وتحتاج إلى وقت حتى نتقبلها لكن الألم لا ينبغي أن يحجب عنا احتمال أن تحمل الخسارة درساً لم نكن لنراه ونحن متمسكون بها.

ليست كل خسارة انتقاصاً منك فبعض ما يغادر حياتك يترك فيها مساحة لما يستحق البقاء.

الخاطرة الثانية: حين تتأخر الحقيقة

من أكثر ما يؤلم الإنسان أن يكتشف متأخراً أنه أساء تقدير شخص أو بالغ في الثقة أو منح أملاً أكبر مما تحتمله الوقائع فعندها لا يكون الوجع في الحقيقة وحدها بل في الوقت الذي مضى قبل أن نراها.

نتذكر المواقف القديمة ونراجع الكلمات ونبحث عن الإشارات التي تجاهلناها ثم نسأل أنفسنا كيف لم أفهم؟ ولماذا انتظرت كل هذا الوقت؟

غير أن محاكمة أنفسنا بعقل اليوم على أساس معرفة لم تكن متاحة بالأمس ليست إنصافاً فلقد تصرفنا وفق ما كنا نعرف وصدقنا أحياناً لأننا أردنا أن نرى الخير وصبرنا لأننا منحنا الآخرين فرصة لم نكن نعلم أنها ستطول.

لا تجعل تأخر الحقيقة سبباً في كراهية نفسك بل اجعلها سبباً في تحسين بصيرتك ولا تندم لأنك أحسنت الظن بل تعلّم ألا تجعل حسن الظن يعطّل حكمك على الوقائع.

الخاطرة الثالثة: لا أحد يخرج من التجربة كما دخلها

تترك التجارب في الإنسان آثاراً لا تُرى دائماً قد يعود إلى المكان نفسه ويلتقي الأشخاص أنفسهم ويسمع الكلمات ذاتها لكنه لم يعد الشخص الذي كان قبل التجربة.

فالأشياء التي كانت تثير حماسه قد تصبح عادية وما كان يتسامح معه بسهولة قد يصبح غير مقبول وما كان يراه أمراً بسيطاً قد يكتشف أنه يمس جوهر احترامه لنفسه.

ليس كل تغير جفاءًا وليس كل تحفظ قسوة أحياناً يتغير الإنسان لأنه تعلّم أن يوازن بين قلبه وعقله وأن يمنح ثقته بتدرج وأن يترك للأفعال مساحة أكبر من الوعود.

ومع ذلك ينبغي ألا نسمح للتجارب بأن تسلبنا القدرة على الدهشة أو تجعلنا نعامل الوجوه الجديدة بأخطاء الوجوه القديمة.

النضج أن تتغير دون أن تتنكر لذاتك وأن تتعلم دون أن تفقد قدرتك على الحياة.

الخاطرة الرابعة: الرضا ليس استسلاماً

كثيراً ما يُساء فهم الرضا فيُظن أنه قبول بالعجز أو تنازل عن الطموح أو توقف عن السعي نحو الأفضل والحقيقة أن الرضا لا يعني أن نتخلى عن أحلامنا بل أن نتوقف عن معاقبة أنفسنا لأن الواقع لم يأتِ مطابقاً لما تمنيناه.

فالإنسان يستطيع أن يسعى إلى التغيير وهو راضٍ وأن يطمح إلى الأفضل دون أن يحتقر ما بين يديه وأن يحزن على ما فاته دون أن ينكر النعم التي بقيت له.

ليس في الرضا ما يمنع الطموح وإنما فيه ما يمنع الطموح من التحول إلى جحيم داخلي فكم من إنسان أضاع حاضره وهو يطارد ماضياً لا يعود وكم من آخر أفسد فرحته لأنه ظل يقارن حياته بحياة لم يعشها.

تعلم أن تبذل جهدك فيما تستطيع تغييره وأن تتقبل ما خرج عن قدرتك وأن تدرك أن الحياة لا تمنح أحداً كل ما يريد لكنها تترك له دائماً فرصة ليصنع معنى لما يملك.

الرضا ليس أن تتوقف عن طلب الأفضل بل ألا تفقد جمال ما لديك وأنت تسعى إليه.

الخاطرة الخامسة: لا تنتظر اعترافاً من الجميع

من الأخطاء التي تستنزف الإنسان أن يظل منتظراً اعتراف الآخرين بما قدمه أو أن ينتظر ممن أساءوا إليه أن يعترفوا يوماً بحجم ما ألحقوه به من أذى.

قد تمر السنوات دون أن تسمع كلمة اعتذار وقد تنتهي علاقة دون أن تفهم لماذا تغير صاحبها وقد ترحل من مكان دون أن يدرك أحد مقدار ما بذلته فيه.

لكن الحقيقة التي ينبغي أن تتصالح معها هي أن الناس لا يرون الأشياء بالمنظار نفسه فمنهم من يقدّر المعروف، ومنهم من ينساه ومنهم من يدرك قيمته بعد فوات الأوان ومنهم من لا يراه أصلاً.

لا تجعل سلامك النفسي معلقاً باعتراف قد لا يأتي فيكفي أن تكون منصفاً مع نفسك وأن تعرف حقيقة ما قدمت وأن تراجع أخطاءك دون أن تنكر فضائلك.

لا تجعل الآخرين قضاة على قيمتك فليس كل من لم يعترف بفضلك دليلاً على أنك لم تقدم شيئاً.

الخاطرة السادسة: لا تسكن في الماضي

للماضي قدرة غريبة على استدعائنا يفتح أمامنا أبواباً ظننا أننا أغلقناها ويعيد إلينا وجوهاً غابت ومواقف انتهت وكلمات تمنينا لو قلناها بطريقة أخرى.

وقد نقضي ساعات طويلة في إعادة أحداث لا يمكن تغييرها فنبحث عن إجابة لسؤال قديم أو نتخيل كيف كانت ستبدو حياتنا لو اتخذنا قراراً مختلفاً.

لكن الماضي مهما كان حاضراً في ذاكرتنا لا يملك أن يمنحنا فرصة ثانية لتعديل تفاصيله وما نستطيع فعله هو أن نأخذ منه ما يفيدنا ونترك ما يستنزفنا.

ليس المطلوب أن تنسى فالنسيان ليس دائماً قراراً وإنما المطلوب ألا تجعل الذكرى سجناً وألا تمنح لحظة انتهت سلطة التحكم في بقية عمرك.

تذكّر الماضي لتفهمه لا لتعيش فيه فالذاكرة نافعة حين تكون معلّمة وقاسية حين تصبح وطناً بديلاً عن الحاضر.

الخاطرة السابعة: بعض الإجابات لا تأتي

نظل أحياناً نبحث عن تفسير لتصرفات الآخرين لماذا تغيّروا؟ لماذا خذلوا؟ لماذا اختاروا الصمت؟ ولماذا لم يفعلوا ما وعدوا به؟

نعتقد أن العثور على إجابة سيضع حداً للحيرة وأن معرفة الأسباب ستجعلنا أكثر قدرة على تجاوز الألم لكننا نكتشف أحياناً أن بعض الأسئلة لا تملك إجابات واضحة وأن بعض الناس لا يعرفون حتى كيف يفسرون تصرفاتهم.

وقد يكون التفسير الذي ننتظره غير موجود أو أن الحقيقة أبسط مما نتصور أو أن الطرف الآخر لا يرى ضرورة لتقديم أي توضيح.

عندها ينبغي أن نتحرر من فكرة أن إغلاق كل قصة يحتاج إلى اعتراف من أصحابها فبعض النهايات تكتمل حين نتوقف عن انتظار تفسيرها.

ليس ضرورياً أن تفهم كل ما حدث حتى تستطيع تجاوزه أحياناً يكفي أن تدرك أنه حدث وأن الحياة لا تنتظر اكتمال إجاباتك.

الخاطرة الثامنة: لا تجعل الطيبة عبئاً على قلبك

قد يمر الإنسان بتجارب تجعله يعيد النظر في طيبته فيتساءل إن كان قد بالغ في التسامح أو منح الآخرين أكثر مما يستحقون أو جعل من حسن نيته باباً استغله البعض.

لكن الخطأ ليس في الطيبة ذاتها وإنما في غياب الحكمة التي تضبطها فالطيبة لا تعني أن تتنازل عن حقك ولا أن تفتح أبوابك لكل من يطرقها ولا أن تمنح الثقة دون أن تمنح الوقت فرصة للكشف عن حقيقة الناس.

إن أجمل ما في الإنسان أن يبقى قادراً على الإحسان رغم ما رأى لكن الأجمل أن يعرف كيف يحسن الاختيار، وأن يميز بين من يحتاج إلى فرصة ومن اعتاد استغلال الفرص.

لا تسمح لتجربة سيئة أن تقنعك بأن القسوة هي الطريق الوحيد للنجاة و احتفظ بطيبة قلبك لكن امنح عقلك حق المشاركة في اختيار من يستحقها.

الخاطرة التاسعة: لا تقارن رحلتك برحلة غيرك

من أكثر ما يسرق الطمأنينة أن تنظر إلى حياة الآخرين وتقيس عليها حياتك فترى نجاحاتهم ولا تعرف كم مرة تعثروا وترى استقرارهم ولا تعرف ما يخوضونه في الخفاء ترى ما وصلوا إليه ولا ترى المسافة التي قطعوها.

فتبدأ بمحاسبة نفسك على تأخرك وتنسى أن لكل إنسان ظروفه وبداياته وفرصه واختباراته الخاصة.

ليست الحياة سباقاً موحداً يصل فيه الجميع إلى خط النهاية في الوقت نفسه فقد يتأخر نجاحك لأن الطريق الذي تسلكه أطول وقد تتغير أهدافك لأنك أصبحت أكثر وعياً بما يناسبك وقد تجد سعادتك في أمر لم يكن ضمن حساباتك الأولى.

لا تجعل نجاح الآخرين حكماً على إخفاقك ولا تجعل اختلاف مساراتكم سبباً لاحتقار ما حققته فلكل إنسان توقيته الخاص فلا تجعل ساعة غيرك مقياساً لعُمرك.

الخاطرة العاشرة: الاعتراف بالخطأ بداية النضج

من السهل أن نرى أخطاء الآخرين لكن الأصعب أن نلتفت إلى أخطائنا بالوضوح نفسه فكثيراً ما نبرر لأنفسنا ما نستنكره حين يصدر عن غيرنا ونبحث عن الظروف التي تفسر تصرفاتنا بينما نحاسب الآخرين على نتائج تصرفاتهم فقط.

غير أن النضج الحقيقي يبدأ حين نتوقف عن الدفاع الدائم عن أنفسنا ونمتلك الشجاعة لنقول أخطأت وأسأت التقدير وربما ظلمت غيري دون أن أنتبه.

فالاعتراف بالخطأ لا ينتقص من قيمة الإنسان بل يحرره من عبء المكابرة ويمنحه فرصة لإصلاح ما يمكن إصلاحه.

ولا ينبغي أن يتحول الاعتراف إلى جلد دائم للذات فالغرض من مراجعة النفس أن نصبح أفضل لا أن نظل أسرى أخطائنا القديمة.

من لا يستطيع الاعتراف بخطئه سيظل أسير صورته عن نفسه ولو كانت الحقيقة تقول غير ذلك.

الخاطرة الحادية عشر: لا تندم على كل ما أعطيت

حين تنتهي بعض العلاقات نبدأ في مراجعة ما قدمناه خلالها نستحضر الوقت الذي منحناه والمواقف التي ساندنا فيها والتنازلات التي قدمناها والاهتمام الذي لم نجد له مقابلاً.

وقد نشعر أن كل ما فعلناه كان خطأ وأننا أضعنا أعمارنا في أشخاص لم يعرفوا قيمتنا

لكن ليس كل عطاء خاسراً لمجرد أنه لم يُقابل بالمثل فقد كنت صادقاً حين اهتممت ونبيلاً حين وقفت إلى جانب غيرك ومخلصاً حين وفيت بوعدك وهذه المعاني لا تفقد قيمتها لأن الطرف الآخر لم يحسن تقديرها.

المهم ألا يتحول عطاؤك إلى عادة تستنزفك وألا تكرر التجربة نفسها مع من لا يحترمها فلا تندم على الخير الذي قدمته بل تعلّم أن تمنحه بوعي لا على حساب سلامك وحقوقك.

الخاطرة الثانية عشر: حين تتوقف عن انتظار الغد

يعيش بعض الناس حياتهم مؤجلة يؤجلون فرحتهم حتى تتحقق أمنية وراحتهم حتى تنتهي مشكلة ورضاهم حتى يعود شخ وسعادتهم حتى يتغير واقع قد لا يتغير.

ويمضي العمر وهم يعتقدون أن الحياة الحقيقية لم تبدأ بعد وأن اللحظة القادمة وحدها تحمل ما يستحق الفرح.

لكن الغد ليس ضمانة لكل ما نتمناه والحياة لا تتوقف حتى تكتمل ظروفنا فهناك أشياء ينبغي أن نعيشها الآن وأشخاص يستحقون حضورنا ولحظات صغيرة قد لا تتكرر.

لا يعني ذلك أن نتخلى عن الانتظار الجميل أو الأمل المشروع وإنما ألا نعلّق حياتنا كلها على حدث واحد.

لا تؤجل حياتك حتى يأتي اليوم الذي تتمناه فقد يكون أجمل ما في عمرك موجوداً في يوم لم تنتبه إليه بعد.

الخاطرة الثالثة عشر: تصالح مع النسخة القديمة منك

سيأتي يوم تنظر فيه إلى نفسك القديمة فتتذكر قرارات اتخذتها وأشخاصاً منحتهم ثقتك وأحلاماً بالغت في التمسك بها وربما تبتسم من سذاجة بعض اختياراتك أو تتألم من أخطاء كنت تتمنى لو أنك لم ترتكبها.

لكن إياك أن تكره تلك النسخة منك فقد كانت تحاول أن تفهم الحياة بما امتلكته من معرفة وكانت تتصرف وفق ما ظنته صواباً وربما لم تكن تملك من الخبرة ما يكفي لتدرك عواقب بعض اختياراتها.

لا تحاكم ماضيك بقسوة الحاضر ولا تنكر أنك كنت يوماً ذلك الإنسان الذي صدّق وانتظر وحلم وأخطأ ثم تعلّم.

فأنت لم تصل إلى وعيك الحالي من فراغ وإنما صنعتك تجارب كثيرة بعضها كان جميلاً وبعضها ترك فيك ندوباً لا تزال تذكّرك بما مررت به.

سامح نفسك على ما لم تكن تعرفه واشكرها لأنها واصلت الطريق حتى أصبحت تعرف أكثر.

الخاطرة الرابعة عشر: ليس كل صبر فضيلة

تربينا على أن الصبر مفتاح الفرج وأن التحمل من شيم الأقوياء وأن الاستعجال قد يحرمنا من ثمار الانتظار وكل ذلك صحيح في مواضعه لكن الصبر لا يعني أن نقف مكتوفي الأيدي أمام ما نستطيع تغييره ولا أن نمنح الألم إقامة دائمة في حياتنا.

هناك صبر على الشدائد حتى تنقضي وصبر على بناء الأحلام حتى تنضج وصبر على اختلاف طبائع الناس وهناك في المقابل انتظار لا ينتج إلا مزيداً من الاستنزاف وتحمل يتحول إلى تبرير مستمر للإساءة وتأجيل لقرار نعرف في أعماقنا أنه أصبح ضرورياً.

الحكمة ليست في أن تصبر دائماً بل في أن تعرف ما الذي يستحق صبرك وما الذي يحتاج إلى موقف وما الذي لا يتغير مهما طال انتظارك.

ليس كل من طال صبره حكيماً فالحكمة أن تعرف متى تصبر ومتى تتحرك ومتى تكتفي.

الخاطرة الخامسة عشر: أن تتقبل ما لم يحدث

ليست كل أحلامنا مقدراً لها أن تتحقق ولا كل الطرق التي اخترناها ستقودنا إلى النهايات التي رسمناها في مخيلتنا فثمة أشخاص تمنينا أن يبقوا وأبواب انتظرنا أن تُفتح وفرص اعتقدنا أنها ستغير حياتنا ثم مضى كل شيء في اتجاه آخر.

ومن أصعب مراحل النضج أن يتقبل الإنسان أن بعض أمنياته ستظل أمنيات وأن بعض القصص لن تكتمل وأن الحياة قد تختار له مساراً لم يكن ضمن حساباته.

لا يعني ذلك أن يتوقف عن الحلم أو أن يتخلى عن المحاولة وإنما أن يدرك أن قيمة الحياة لا تتوقف على تحقق رغبة واحدة مهما عظمت في قلبه.

فقد لا تحصل على ما أردت لكنك قد تكتشف في الطريق ما لم تكن تعرف أنك تحتاج إليه وقد لا تصل إلى المكان الذي رسمته لكنك تستطيع أن تصنع في المكان الذي وصلت إليه حياة تستحق أن تُعاش.

ليس النضج أن تتحقق كل أمنياتك بل أن تظل قادراً على الحياة الجميلة حتى حين لا تتحقق.

خاتمة الباب الخامس

تأتي لحظة في حياة الإنسان لا يعود فيها ينظر إلى الأحداث بالعين نفسها التي كان ينظر بها إليها من قبل لا لأن الحياة أصبحت أقل قسوة ولا لأن الناس صاروا أكثر وفاءًا بل لأنه أصبح أكثر قدرة على التمييز بين ما يستحق أن يمنحه قلبه وما ينبغي أن يتركه يمضي.

عندها يفهم أن بعض الخيبات لم تكن سوى دروس تأخرت حكمتها وأن بعض الخسارات كشفت له حقيقة التعلق وأن بعض الانتظارات الطويلة لم تكن دليلاً على الوفاء بقدر ما كانت خوفاً من الاعتراف بالنهاية.

ويتعلم ألا يجعل من الحزن هوية ولا من الخذلان فلسفة يعيش بها ولا من الماضي مقياساً لكل ما يأتي فلا يعاقب الوجوه الجديدة بأخطاء الوجوه القديمة ولا يغلق قلبه في وجه الحياة لأنه لم يُحسن الاختيار في بعض مراحلها.

ينضج حين يصبح أكثر هدوءاً في أحكامه وأكثر وعياً في اختياراته وأكثر رحمة بنفسه وبالآخرين فيعرف أن الاعتذار لا يعيد كل شيء وأن التسامح لا يعني دائماً استعادة العلاقة وأن الرحيل قد يكون ضرورياً لكن العودة إلى الذات تظل أهم من كل النهايات.

وهكذا لا تصبح الخيبة نهاية الإنسان بل إحدى المحطات التي يتعلم فيها كيف يرى نفسه والعالم بوضوح أكبر.

حين تنضج الخيبات لا يموت الأمل في القلب بل يتوقف عن السكن في الأماكن الخطأ.

خاتمة الكتاب

ليست الحياة طريقاً مستقيماً نمضي فيه من بداية واضحة إلى نهاية معلومة وإنما هي مجموعة من المحطات التي تتداخل فيها الأفراح بالأحزان والنجاحات بالإخفاقات واللقاءات بالفراق والآمال بالخيبات.

وفي كل محطة نتعلم شيئاً عن العالم لكن أعظم ما نتعلمه هو شيء عن أنفسنا.

نتعلم أن الناس ليسوا جميعاً كما نظن وأن الكلمات لا تكفي لإثبات صدق المشاعر وأن المواقف تكشف أحياناً ما تعجز السنوات عن كشفه ونتعلم أن الحب لا يكتمل بمجرد وجود العاطفة وأن الوفاء لا يكون من طرف واحد وأن الكرامة لا ينبغي أن تكون ثمناً لأي علاقة.

نتعلم أيضاً أن الحياة لا تمنحنا دائماً ما نستحقه في الوقت الذي نريده وأن العدل الذي ننتظره من البشر قد لا يتحقق بالصورة التي نتمناها وأن بعض الأسئلة ستبقى معلقة وبعض الأبواب ستظل مغلقة وبعض الأشخاص لن يعودوا مهما طال الانتظار.

لكننا وسط كل ذلك نكتشف أن الإنسان يملك قدرة عظيمة على النهوض وأنه يستطيع أن يبدأ من جديد دون أن ينكر ما مضى وأن يتجاوز دون أن يتظاهر بالنسيان وأن يسامح دون أن يعيد منح الثقة لمن لم يحسن صونها.

لقد كنا نظن في مراحل كثيرة أن القوة تعني ألا نتألم ثم اكتشفنا أن القوة الحقيقية هي أن نتألم دون أن نفقد إنسانيتنا وكنا نظن أن الحكمة تعني معرفة كل الإجابات، ثم أدركنا أنها قد تكون في تقبل الأسئلة التي لا جواب لها وكنا نعتقد أن النجاح هو أن نحصل على كل ما نريد، حتى فهمنا أن بعض النجاحات تبدأ حين نتوقف عن مطاردة ما لا يناسبنا.

إن النضج ليس أن يصبح الإنسان خالياً من المشاعر ولا أن يتعامل مع الحياة ببرودة ولا أن يضع بينه وبين الآخرين جدراناً لا تُخترق بل أن يبقى قلبه حياً وعقله يقظاً وكرامته مصونة وأن يمنح كل شيء قدره دون أن يسمح لأي شيء بأن يسلبه ذاته.

ولعل أجمل ما يمكن أن نخرج به من هذه الرحلة أن نتصالح مع ما مضى وننصف أنفسنا فيما نعيش ونترك للمستقبل مساحة من الأمل.

فلا نندم على كل ما أعطيناه ولا نتمسك بكل من غادرنا ولا ننتظر من الجميع أن يفهمونا ولا نؤجل سعادتنا حتى تصبح الحياة كاملة.

نمضي بما تعلمناه لا بما كسرنا و نحمل من الماضي حكمته لا أثقاله ومن الخيبات بصيرتها لا مرارتها.

وفي النهاية لسنا مطالبين بأن نخرج من الحياة دون جراح وإنما أن نتعلم كيف نعيش دون أن نجعل جراحنا تؤذي كل من يقترب منا.

فحين تنضج الخيبات ندرك أن أعظم انتصار ليس أن نثبت للآخرين أنهم أخطؤوا في حقنا بل أن نثبت لأنفسنا أن ما حدث لم يمنعنا من أن نصبح أفضل.

إلى كل من انتظر طويلاً وأحب بصد ومنح أكثر مما ينبغي وتألم بصمت ثم وجد في داخله القدرة على النهوض من جديد...

ليست كل نهاية خسارة وليست كل خيبة انكساراً فبعض النهايات بداية وعي وبعض الخيبات ولادة إنسان جديد.

الفهرس :

الإهداء 01

مقدمة الكتاب 02

الباب الأول: الحياة كما لم نفهمها "تأملات في الزمن والتجارب والناس" 03

الباب الثاني: وجوه لا تشبه أقنعتها "النفاق والمواقف وخذلان المقربين"..... 13

الباب الثالث: على ضفاف الحب "العاطفة والوفاء والغياب والانتظار" 22

الباب الرابع: الكرامة لا تقبل المساومة "الكبرياء والحرية وعزة النفس" 32

الباب الخامس: حين تنضج الخيبات "في الحكمة والنضج والتصالح مع الذات" . 41

خاتمة الكتاب 51

الفهرس 53

شراك يوسف



ليست كل الخيبات انكساراً
ولا كل النهايات خسارة؛
فثمة أوجاعٌ تصنع وعينا
وغيابات تكشف لنا حقيقة الوجوه
وتجاربُ تعلمنا أن الكرامة
أغلى من كل تعلق.

«حين تنضج الخيبات»

رحلة في أعماق النفس حيث
يتحوَّل الوجع إلى حكمة
والخذلان إلى بصيرة
والانكسار إلى نضج.

فحين تنضج الخيبات
لا يعود القلب كما كان
بل يصبح أكثر وعياً بمن يستحقه.

01 نوفمبر 2026

youssoufcv333@gmail.com