

Chicken Soup for the Soul

# شورية دجاج للروح

## علاء الملك

101 قصة عن الأمل والحب والصبر والتعاون

جواند كالتقيناك

مارك فيكتور هاتسن، أمين تيو مارك

مطبعة كوكبة  
Lulu.com  
لورا رويبنسون، أليزابيث بريان

# المحتويات

١	..... مقدمة، أمى نيومارك
٣	..... نَعَم عارضة، إليزابيث بريان
٩	..... من الهراء إلى النعم، لورا روبينسون

## ١

### ~ إظهار الامتحان ~

١٧	..... ورقة النعم، تيرى تيفانى	.١
٢٠	..... دورات الحساب، باتريشيا لورينز	.٢
٢٤	..... "أنت شخص محظوظ"، دينا سلاتر	.٣
٢٩	..... وعاء النعم، هيثر سيمز شيشتل	.٤
٣٣	..... لقد أخبرنى الطائر الصغير، لورا روبينسون	.٥
٣٧	..... المرونة، ليندا تابيرت على لسان ديبى هاريل	.٦
٣٩	..... أسرة الأشخاص الآخرين، جوديث ماركس - وايت	.٧
٤٣	..... لم تكن نعلم، إيزابيلا جيانى، تروى قصتها لى. جيه. تايلور	.٨
٤٧	..... فيضان من النعم، كارين إتش. جروس	.٩
٥٠	..... لا تأخذ منى قهوتى، ريببكا جاى	.١٠
٥٣	..... علاج السم، ماريا فيكتوريا إسبينوسا - بيترسون	.١١

## ٢

### ~ العودة إلى الأساسيات ~

٥٩	..... اختيار وتيرة أبطأ، ميمى جرينوود نايت	.١٢
٦٢	..... لم تعد هناك حاجة إليه، هيلين شتاين	.١٣
٦٥	..... بناء منزل من الصفر، ريزانى	.١٤
٦٩	..... لا أريد أن أموت، فاليرى ويسناند	.١٥
٧٣	..... المشهد الأجل، راشيل ألورد	.١٦
٧٦	..... لدينا كل شىء، كريستينا دايموك	.١٧

٧٨	.....	العَلم، شيريل ماجوير	١٨
٨٠	.....	نصف الملاءات التي من نصيبى، إليزابيث بريان	١٩
٨٥	.....	عيد حب يستحق التذكر، روب إل. بيرى	٢٠
٨٨	.....	هكذا تكون الحياة، جينيفر أوليفر	٢١

### ٣

## ~ التعافى من المحن ~

٩٥	.....	انتصار لا هزيمة، لافيرن أوتيس	٢٢
٩٨	.....	أبرز أحداث مباراة السوبر باول الخاصة بى، وودى وودبيرن	٢٣
١٠١	.....	العظام الطافية، آلينا سميث	٢٤
١٠٦	.....	الديك الرومى والنعم، جينجر مانلى	٢٥
١١٠	.....	معركة أم من أجل أولادها، شيرى إيه. ستانزاك	٢٦
١١٤	.....	خطوة خطوة، جينيفر كرايتس	٢٧
١١٨	.....	ثانية واحدة غيرت حياتى إلى الأبد، سوزى دينسمور	٢٨
١٢١	.....	لا تفقد الأمل أبداً، كارلى كولينز	٢٩
١٢٤	.....	معيار الرعاية، ميج ويرنر موريتا	٣٠
١٢٩	.....	نعمة الحياة، آشلى يونج	٣١

### ٤

## ~ الجوانب المشرقة ~

١٣٧	.....	التحول المفاجئ، دايل آلن شوكلى	٣٢
١٤١	.....	قائمة الحياة المريحة، بريتنى إريك	٣٣
١٤٤	.....	شجرة سقطت بالداخل، سارة هاماكير	٣٤
١٤٧	.....	الضوء فى نهاية النفق، ميشيل إتش. لاسينا	٣٥
١٥١	.....	إعصار ريتا ووجهه المشرق، كريستن كلارك	٣٦
١٥٣	.....	السعادة المملوكة للبنك، مارلين كينتز	٣٧
١٥٦	.....	المواصلة، برسيللا دان - كورتى	٣٨
١٥٩	.....	الأوتار التى أنقذتتى، ليا إم. كانو	٣٩
١٦٣	.....	أصوات الإعصار، بيتسى إس. فرانز	٤٠
١٦٦	.....	ضيف مفاجئ، ديفيد هايمان	٤١

## ~ متعة العطاء ~

١٧٣	.....	بدء العطاء.... هاريت كوبر	.٤٢
١٧٦	.....	لولا فضل الله، كوني كاميرون	.٤٣
١٧٩	.....	الفقر لا يمنع العطاء، دريما سيزمور دررج	.٤٤
١٨٢	.....	نعم غير متوقعة، كيلي هانسيكر	.٤٥
١٨٧	.....	في السراء والضراء، ماندى هوك	.٤٦
١٩٠	.....	مأدبة العالم الثالث، أندريا فيسك	.٤٧
١٩٤	.....	جائع في "التفاحة الكبيرة"، تاشا ميتشيل	.٤٨
١٩٧	.....	التمنى في الاحتفال بالعام الجديد، بولا موجيرى تيندال	.٤٩
٢٠٠	.....	حياتها التي تصنع الاختلاف، تريزا ساندرز	.٥٠
٢٠٤	.....	الأخت، تامى إل. جاستس	.٥١

## ~ التوجه هو كل شيء ~

٢٠٩	.....	يومنا السيئ... أسبوعنا... شهرنا... عامنا، دايان ستارك	.٥٢
٢١٣	.....	على ماذا تركزي، إم. شون مارشال	.٥٣
٢١٦	.....	تغير في أسلوب الحياة، جاكلين سيوولد	.٥٤
٢١٩	.....	دروس ناتالي، جويس إي. سادبيك	.٥٥
٢٢٣	.....	إذا لم أضحك، فسأبكي، آن دون	.٥٦
٢٢٦	.....	عبر الزجاج المعتم، بيل ويترمان	.٥٧
٢٣٠	.....	ممارسة اللعبة، ناتاليا كيه. لوسينسكي	.٥٨
٢٣٤	.....	لماذا أنا؟، لورا إل. برادفورد	.٥٩
٢٣٩	.....	البهجة غير المتوقعة، بيتر جيه. جرين	.٦٠
٢٤٢	.....	أفضل ١٠ أشياء، كارا هولان	.٦١
٢٤٦	.....	ليس هناك يوم سيئ على الإطلاق، باتريك ماثيوز	.٦٢

٧

~ لقد حصلت على ما احتاج إليه ~

٢٥١	.....	العودة إلى المنزل، كارين كوزمان	.٦٣
٢٥٤	.....	نعمة المانجو المخلوطة بالطين، ليندا أبل	.٦٤
٢٥٧	.....	أفضل الهبات، باربرا كانالي	.٦٥
٢٦٠	.....	سلم الإيمان، جانين إيه. لويس	.٦٦
٢٦٤	.....	الوظائف الغريبة وحكاية "إي"، لارين باكيت	.٦٧
٢٦٧	.....	مذكرة إلى نفسي، إلين كيه. جرين	.٦٨
٢٧٠	.....	غزو الحى الفقير، آن ماري بي. تايت	.٦٩
٢٧٣	.....	غداء مع صديقة من الفيسبوك، كارول باند	.٧٠
٢٧٦	.....	أمها الحقيقية، سوزان بيترز	.٧١
٢٧٩	.....	ثلاثة أشهر من العمل، شانثال بانوتزو	.٧٢

٨

~ الامتنان لحظى السعيد ~

٢٨٥	.....	نعمة فى قلب العاصفة، إيبرى بي. أوبراين	.٧٣
٢٨٨	.....	نعمة محطة الحافلات، لافيرن أوتيس	.٧٤
٢٩١	.....	الغائط الذى أنقذ عيد رأس السنة، دان باين	.٧٥
٢٩٦	.....	ما كنا نحتاج إليه بالضبط، روز إم. جاكسون	.٧٦
٣٠٠	.....	الناجى من أمواج تسونامى، شيولى فى. جوناراتن	.٧٧
٣٠٣	.....	البدء من النهاية، جوى ريكتور	.٧٨
٣٠٦	.....	كل شىء له معنى بالمقلوب، ريبىكا هيل	.٧٩
٣١٠	.....	أراء إضافية، أفا بينينجتون	.٨٠
٣١٤	.....	نعمة صغيرة شقراء، بيفرلى إف. ووكر	.٨١

٩

~ منظور جديد ~

٣١٩	.....	لقد عثرت على ابنى مرة أخرى، ستيفن آر. كوفى	.٨٢
-----	-------	--	-----

٢٢٣	..... الفتاة داخل الصندوق، كارين كوكزووارا	٨٣
٢٢٧	..... لقاء غير متوقع، مارنا مالاچ جونز	٨٤
٢٣١	..... ساعة الغداء، ميشيل ماتش	٨٥
٢٣٤	..... طوارئ القلب، ليندا بي. بریدن	٨٦
٢٣٧	..... درس من قمة إيفرست، دكتور/ تيموثي دبليو. وارن	٨٧
٢٤١	..... لقد نجونا، نانسي كانفيلد	٨٨
٢٤٦	..... دون سابق إنذار، ميريام هيل	٨٩
٢٤٩	..... لحظات ثمينة، كارين كوزمان	٩٠
٢٥٢	..... خمسة قلوب مفتوحة، لاي آن ساكس	٩١



### ~ التحلى بالإيمان ~

٢٥٩	..... تقديم الشكر، سوزان لوجل	٩٢
٢٦٢	..... الصديق الحقيقي هبة من الله، بوب آريا	٩٣
٢٦٥	..... نعم تفيض عن الحاجة، جوى فيلدز	٩٤
٢٦٨	..... أسلوب الحياة فى مقابل الحياة، كاي كليبا	٩٥
٢٧٢	..... اسمى هو الجدّة الأم، جليندا لى	٩٦
٢٧٤	..... الإخلاص لله، بات جين دافيس	٩٧
٢٧٧	..... هذا اليوم بالذات، فيليس ماكينلى	٩٨
٢٧٩	..... هبة من إحدى الصديقات، آنجل فورد	٩٩
٢٨٢	..... انتكاسة يوم الانتخابات، ميشيل شوكلى	١٠٠
٢٨٦	..... الشرب من كوب "أولا"، إيفا جوليوسون	١٠١
٢٩٣	..... تعرف على المشاركين	
٤١١	..... تعرف على المؤلفين	
٤١٦	..... شكر وتقدير	
٤١٧	..... نبذة عن سلسلة شوربة دجاج للروح	

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***

## مقدمة

قبل بضعة أشهر، نشرنا كتاب "شورية دجاج للروح: أوقات صعبة وأشخاص أقوياء" \*، وهو الكتاب الذي يتناول قصص أشخاص تغلبوا على ما واجهوه من محن، ويؤكد الكثير من كتابنا على مدى السعادة الغامرة التي يشعرون بها في حياتهم الآن، رغم دخلهم الأقل، ومنازلهم الأصغر، ونمط حياتهم الأبسط مما سبق. إن كثيراً منهم كتبوا عن حياتهم الجديدة التي صار عليهم أن يتقبلوها ويستمتعوا بها بعد التخلص من أحد أوجه المعاناة مثل مرض مزمن أو حوادث أو فقدان الأحبة، أو غيرها من التحديات البعيدة عن الهموم الاقتصادية والمعيشية؛ حيث إن بعض الأشخاص كان ضحية لإحدى الجرائم، فيما شاهد بعضهم الآخر منازلهم تحترق، بينما يعيش آخرون مع أمراض أو إعاقات لا شفاء منها.

لقد كتب الكثيرون عن اكتشاف قواهم الخفية، ودعم الأصدقاء إياهم، والزيجات التي تشتد وتقوى في مواجهة المحن وكذلك المباحج التي تمنحها لهم عائلاتهم. كذلك كتبوا عن الجوانب المضيئة التي وجدوها في المشكلات التي واجهوها، وعن النعم الوفيرة التي يتمتعون بها في حياتهم. إن لدينا الكثير من الحكايات المبهرة عن "إحصاء النعم"، مما دفعنا إلى إعداد مثل هذا الكتاب الذي يمثل مكماً ورفيقاً لكتاب "أوقات صعبة وأشخاص أقوياء"، وقد تم تأليف هذا الكتاب بمساعدة "لورا روبينسون" و"إليزابيث بريان"، اللتين سوف تقرأ قصصهما الرائعة في هذا الكتاب. وعندما احتجنا إلى المزيد من القصص لإكمال هذا الكتاب، أرسلنا رسائل بريد إلكتروني لمن أسهموا معنا في كتب سابقة أخبرناهم فيها بما نحتاج إليه، مانحين إياهم أسبوعين فقط لإرسال مشاركاتهم. ولكننا خلال هذه الفترة المحدودة تلقينا ألفي مشاركة تقريباً، وهو ما يمثل رقماً قياسياً للمشاركات اليومية لكتاب واحد. وهذا الاهتمام الشديد

\* متوافر لدى مكتبة جرير



بموضوع الكتاب يشير إلى أننا لمسنا وترًا حساسًا؛ حيث يبدو أننا جميعًا نعيد تقييم حياتنا واحتياجاتنا، جاعلين تفكيرنا ينصب على تحديد ما هو مهم فعلاً بالنسبة لنا في الحياة، ومدركين ماهية الأشياء الجيدة فعلاً، لا التي نعتقد أنها جيدة.

إن هذه القصص الملهمة تذكرنا بأنه في كل يوم يوجد شيء يجب أن نشعر بالامتنان إزاءه، سواء كان ذلك الشيء هو سطوع الشمس أو وضع الطعام على المائدة. كذلك فإن انقطاع التيار الكهربائي والعواصف، والمخاوف الصحية والأمراض، والمتاعب المهنية والأزمات المالية، وتحديات السكن والهموم الأسرية كلها اختبارات لنا، ولكن هناك دومًا جانبًا مضيئًا، إلى جانب الشعور بالفخر وتقدير الذات الذي يأتي نتيجة التغلب على هذه التحديات - فهي كلها أشياء تمنحنا القوة والحماس.

وفي هذا الكتاب، سوف تقرأ قصصًا عن كيفية التعبير عن العرفان، سواء كان ذلك بإعداد قوائم بريدية لمن تريد أن تشكرهم وتعترف لهم بصنيعهم معك، أو بالذهاب إليهم مباشرة، أو بمجرد التعامل مع كل يوم بتوجه إيجابي. سوف تقرأ عن أسر فقدت كل شيء، وعادت إلى نقطة البداية دون أن يكون معها سوى الأساسيات، وكيف أنهم يشعرون الآن بسعادة أكبر لتوجههم الجديد بالتركيز على الأمور المهمة بالنسبة لهم فعلاً. سوف تقرأ قصصًا ملهمة عن أناس تعافوا من إصابات أو أمراض رهيبية، وستقرأ ما تعلموه من دروس. كذلك فإن لدينا في هذا الكتاب الكثير من القصص "الرائعة" عن الجوانب الإيجابية في المشكلات والأزمات، وعن الحظ السعيد، وعن المصادفات السعيدة التي تحدث للناس في وسط كفاحهم للتغلب على ما يواجههم من تحديات. إنك من خلال قراءتك هذا الكتاب سوف تكتسب منظورًا جديدًا للحياة، ونحن على ثقة بأن ذلك سيدفعك للمضى قدمًا في الحياة نتيجة للدفعة التي سوف تلقاها من تأملك في النعم التي تتمتع بها.

إنني أرفع القبعة تحيةً لكم أيها القراء. وأنا على إدراك كامل بأن القصص الواردة في هذا الكتاب تعكس تجاربكم وخبراتكم في الحياة، وأن كتابنا يعكسون في قصصهم مشاعر الثبات والمرونة والمرح التي تحملونها جميعًا في حياتكم اليومية. إن ما تبدونه من قوة وحالة مزاجية جيدة وكرم في مواجهة المحن هو أكبر إلهام لنا كلنا.

~ أمي نيومارك

ناشرة، سلسلة شوربة دجاج للروح

## نعم عارضة

إن المصادفة هي الوسيلة التي تساعدنا بها العناية الإلهية دون أن تكشف عن نفسها.  
~ ألبرت آينشتاين

خلف كل كتاب أو فيلم أو عمل فني مبدأ يقول "كيف وصلنا إلى هنا؟". إن بعض القصص تكون مختصرة، وبعض القصص الأخرى تكون طويلة، ولكن بعيداً عن مسألة الطول والقصر هذه، فإن الفكرة الرئيسية هي أنه لا بد أن تكون هناك رحلة. وبشكل عام، فإن هذه الرحلات تكون مليئة بالنجاحات والإخفاقات، وهي اللحظات التي ترتبط معاً بسلسلة من المصادفات الغريبة التي ندرك فيما بعد أنها تحمل معانى أعمق وأكبر مما كنا نعتقد. كذلك فإن هذه الرحلات دائماً ما تحمل الكثير من أسباب الشعور بالامتنان والعرفان في الحياة، وهي الأسباب التي قد لا نتمكن من معرفتها ونحن في قلب المشكلة، ولكن إذا ما دققنا النظر في أي من القصص التي تمتلئ بها الحياة، حتى تلك التي تمتلئ بالكثير من التحديات، فإننا سنرى الكثير من الجوانب الإيجابية التي تشبه ذلك الخط الفضي المضيء الذي يوجد في كل سحابة مهما بلغت درجة قتامة لونها.

لذا، فإن الطريقة التي رأى بها هذا الكتاب النور ليست استثناءً؛ فقد بدأ باستيقاظي يوم الثالث من يوليو عام ١٩٨١ في الخامسة والنصف صباحاً لأجد نفسي محشورة أسفل سيارتي الفورد إسكورت الفضية. كان الإطار يمنعني من الحركة؛ إذ حشر أسفله شعري وكم بلوزتي القروية البيضاء التي اضطررت إلى ارتدائها في الليلة السابقة. في هذا الوقت، كنت في التاسعة عشرة من عمري، ولم يخامرني الشك للحظة في أنني سوف أعيش إلى الأبد، ولو أن أحدهم قال لي إنني

لن أعيش إلى الأبد، لم أكن لأصدقاه. لقد غفوت وأنا أقود السيارة ومعى فيها اثنتان من أعز صديقاتى، لكن نومى لم يكن تحت تأثير أى شىء سوى الإرهاق، ولكن هناك، أسفل إطار سيارتى، تغيرت حياتى بأكملها.

لم أكن أشعر بأى ألم، نظرًا لأن جسدى كان فى مرحلة الصدمة، وكان كل ما كنت أشعر به هو خدر عجيب فى ساقى، وكنت أرغب بشدة فى النهوض، وأن أخبر والدى بأننى لم أكن أقصد تحطيم السيارة. ولأننى كنت أسفل إطار السيارة، الذى يوضع فى هذا الطراز من السيارات أسفل المقعد الأمامى المجاور للسائق، فقد كانت زاوية الرؤية الوحيدة المتاحة لى أن أدير رأسى إلى اليمين وأنظر إلى الطريق من أسفل السيارة. كنت أستطيع سماع صوت صديقتى آتياً من بعيد وهما تصيحان طالبتين النجدة، ولكننى لم أستطع أن أرى أكثر من زوجين من السيقان يجريان فى وسط الشارع الذى زينته الأشجار.

إن رؤية هذه الأرجل وهى تجرى جسّد أسمى لحظات العرفان التى مررت بها؛ فى هذه اللحظة، أدركت أمرين: أنتى ما زلت على قيد الحياة، وأن أعز صديقتين لى لم تصابا بأذى - وهذا ما جعلنى أشعر بالامتنان.

وبينما كان أفراد الإسعاف يرفعون السيارة من فوقى، تحول فقدان الإحساس الذى كان يسيطر على فخذى إلى ألم رهيب؛ إذ تسبب الحادث فى كسر عظم الفخذين والعديد من الأضلع وأنفى، ولكننى كنت محظوظة، رغم أن ذلك لم يكن الشعور الذى يسيطر على والدى، اللذين تلقيا مكاملة هاتفية فى السادسة صباحًا يخبرونهما فيها بأننى أصبت فى حادث سيارة، وكان كل ما سمعاه خلال رحلتهما بالسيارة طيلة ٣٠ ميلاً من منزلهما إلى حجرة الطوارئ فى المستشفى الذى نقلت إليه هو: "ابنتكما كانت على قيد الحياة عندما وضعناها فى سيارة الإسعاف".

ولكن كان ذلك الأمر بالنسبة لوالدى بمثابة إعادة التاريخ لنفسه بشكل كابوسى؛ فقبل ثمانية وثلاثين عاماً وأحد عشر يوماً، وبالتحديد فى ٢٢ يونيو ١٩٥٣، استقلا سيارتهما المكشوفة، وانطلقا من نيويورك إلى فيرجينيا لقضاء شهر العسل. وتماماً كما حدث معى، فقد انقلبت السيارة وحشر أبى أسفلها، وكان عمره وقتها خمسة وعشرين عاماً، مما تسبب فى كسر إحدى عظام فخذيه وعدد من الأضلع. كذلك، فقد عانى بعض الإصابات الداخلية الخطيرة الأخرى، التى جعلت تعافيه فى عام ١٩٥٣ أكثر صعوبة من حالتي، ولم تستطع أمى أن تمنع نفسها من التساؤل: كيف يتأتى أن تقع الحادثة نفسها ثانية؟ ماذا كان السبب؟

لقد سمعت حكاية حادثة والديّ كثيرًا، وكيف أنهما كادا يفارقان الحياة بعد زواجهما مباشرة، وكيف أن جدتي كانت تنتقل يوميًا بمعاونة ساعي البريد إلى المستشفى لكي تراعيهما، وكيف أن الطريقة الوحيدة التي عرفت بها والدي أن والدي كان على قيد الحياة كانت سماع صوت صراخه كل صباح والمرضون يقلبونه على الفراش. والآن، يحدث كل ذلك لي.

كان أول أيامي في المستشفى عبارة عن ذكريات ضبابية عن العناية المركزة، وتثبيت جسدي على سرير متحرك، وسماع كل أنواع النظريات الخاصة بطرق علاجى والمصير الذى ينتظرني. كان والداى بجوارى دومًا، ولم يتركانى إلا نادرًا؛ فقد جعلتهما ذكرياتهما مع المستشفى شديدي الذعر من أن شيئًا ما أسوأ قد يحدث لى لو تركانى وحدى. وفى اليوم الخامس، أفقت وأنا أعانى ما يشبه الحمى مع ألم حاد فى ظهري، وراحت الممرضة تهدئني، وتقول لى إننى ربما أصبت بشدّ عضلى عندما رفعتُ نفسى على السرير المتحرك. وبحلول وقت الظهر، كان الألم قد صار قاتلاً، وتزايدت حدة الحمى، فيما صار التنفس صعبًا. ولم يكن طاقم العمل المنهك موجودًا، عندما بدأت فى بصق كتل من الدم، ولكن أمى كانت هناك، فقد سمعتها تهتف فى الممر طالبةً أن يحضر أحد أنبوبة أكسجين، وقد أصرت على أننى أعانى انسدادًا فى الأوعية الدموية بالرئة، وإذا لم أتلّق الإسعاف حالًا، فقد أموت.

لقد أدركت أمى ذلك نتيجةً لـ "مصادفة" حدثت قبل يومين؛ حيث كانت قد قرأت قصة كتبها أحد الأشخاص الذين كانوا يعانون انسدادًا فى الأوعية الدموية. والآن أنا أعانى هذه الحالة، وأمام عينيها.

ولكن مرت ساعات قبل أن يأتى الطبيب مما أكد مخاوف أمى، وكانت النتيجة أننى إذا بقيت حيةً هذه الليلة، فسيكون هناك احتمال جيد بأن أبقى على قيد الحياة. وبالنسبة لى، كان الألم قد صار غير محتمل لدرجة أننى لم أعد أحفل به، بينما قضى والدى الليلة بجوارى يهمس فى أذنى محاولاً أن يخفف من آلامى، وأنا أتقل بين الوعى والغيبوبة، وعندما فتحت عينيّ، كانت أشعة الشمس تمر عبر أستار غرفة المستشفى، وكان والداى يجلسان على مقعديهما بجوار فراشى. لقد فعلناها معًا، وتجاوزنا الخطر.

وفى غضون أسبوع، تحول عالمى من الهدوء والطمأنينة إلى "كل الاحتمالات ممكنة". هل سأتمكن من السير مرة أخرى؟ هل ستعود قدمائى إلى حالتيهما الطبيعيتين؟ هل ستتعافى رئتائى من انسداد أوعيتهما الدموية؟ لقد سيطرت مثل

هذه الأفكار على أذهان كل المقربين منى، ومع ذلك، كان هناك شيء آخر يموج بداخلي: إننى امرأة شابة تواجه خطر الإصابة بإعاقة مستديمة، وتشعر، بشكل ما، بالامتنان.

لقد "أفقت" وأنا أسفل تلك السيارة، بكافة ما تحمله كلمة "أفقت" من معانٍ، وبغض النظر عما حمله كلام الأطباء من غموض وإرباك وما أثاره داخلي من مخاوف، فقد كنت أسمع صوتاً آخر ظل يخبرنى بأننى ما زلت على قيد الحياة، وبخير؛ فلم تصب صديقتاى، وكان لدينا تأمين على السيارة، فيما تقارب أفراد أسرتنا بشكل غير مسبوق للوقوف بجوارى لكى أتعافى من الحادث. نعم، مررت بلحظات مملأها الغضب والخوف والرثاء على الذات، ولكن مع استمرار تحسن حالتى، كان العرفان ينمو داخلي، لدرجة جعلتنى أبدأ فى إدراك أن هناك سبباً أعظم مما أعتقد لبقائى على قيد الحياة.

وبعد ذلك بثلاثة أشهر، صُرح لى بالخروج من المستشفى وقد غُطى جسدى بجبيرة كاملة، إلا أن فرحة عودتى إلى المنزل كانت مغلقة بالحزن؛ فقبل يوم واحد من خروجى، مات جدى الحبيب فجأة، وانتقلت جدتى لتعيش معنا فى منزلنا، وكانت تسهر بجوار فراشى تماماً كما كانت تفعل قبل ثمانية وثلاثين عاماً مع والدى.

وفى مارس من العام التالى، كنت قد تمكنت من السير وحدى دون عكاز أو مشاية أو سنادات. وبما يشبه المعجزة، خرجت ساقاى من هذه الحادثة بالطول نفسه دون أية إعاقة، وكنت أدرك أنهما ستتعايفان، وستسيران بى إلى أى مكان تأخذنى إليه الحياة، وصارت أشياء كنت أفعلها كمسلّمات - مثل الذهاب إلى دورة المياه وحدى أو ارتداء ثيابى دون مساعدة - لحظات إنجاز تستحق الاحتفاء بها، ووصل الارتباط بينى وبين والدى إلى درجة لم أكن لأتخيلها، وأصبحت أشعر بالامتنان لنعمة الاستيقاظ كل صباح. لقد لمحت جانباً من الإطار الشامل للحياة، وبينما كانت والدتى تقول إنه لم يكن يتعين عليها أن تمر بالتجربة نفسها مرتين لتفهم هذا الإطار، كنت أشعر بأننى فى نعمة حقيقية وأنا فى هذه التجربة. كذلك أدركت أن جزءاً من مشوارى فى الحياة، إلى حد ما هو أن أشارك ما تعلمت.

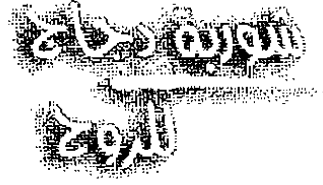
وبنقلة سريعة إلى ٣ يوليو ٢٠٠٩ - وهى النقلة التى تساوى تحديداً ثمانية وعشرين عاماً منذ الصباح الذى أفقت لأجد فيه نفسى تحت عجلة سيارتى - كنت أتلقى أخباراً مختلفة تماماً بشأن مستقبلى؛ فبعد شهور من الأخذ والرد المعتادين

بشأن العقود وهذه الأمور، تم التوصل إلى اتفاق بشأن كل بنود عقدنا لنشر هذه السلسلة - فى الذكرى السنوية للحادث الذى مررت به. هل كان هذا حتى شيئاً محتملاً؟ كنت أنا و"لورا" - شريكى فى عملى - قد قررنا التشارك فى تأليف هذا الكتاب، وأطلقنا لعبة تحمل اسم هذا الكتاب للموسم الصيفى ٢٠٠٩، وهنا شعرت بأن حياتى قد اكتملت، وأعتقد الآن أنه قد صارت لى الفرصة لأن أتقاسم مشاعر العرفان مع جمهور كبير من قراء هذه السلسلة - يا لها من وسيلة مذهلة لنشر الرسالة وتقاسم نعمة الحادثة!

وعندما أفكر فى جميع جوانب الرحلة من قصة حادثة والدى إلى قصة حادثتى وفى ما يحدث الآن من إطلاق هذا المشروع، فإنه ابتداءً من هذا التاريخ السحري، أثبتت كل الأحداث المتزامنة التى وقعت فى حياتى ما شعرت به فى قلبى، وهو أنه لا توجد بالفعل "مصادقات".  
لنتكلم عن تعديد نعمك.

~ إليزابيث بريان

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## من الهراء إلى النعم

إن الحياة هي المباراة التي يجب أن تخوضها.  
~ إدوين أرلنجتون روبينسون



مادة ما أقول إنني أبيع الضحك منذ عشرين عامًا... إلا أن ذلك لم يكن دائمًا ممتعًا

اسمى "لورا روبينسون"، وأنا واحدة ممن شاركوا في تأليف هذا الكتاب، وأحد المشاركين في ابتكار لعبة بلايدر داش، وهي لعبة الخداع التي باعت ملايين النسخ في مختلف أنحاء العالم. إن هذه اللعبة تستند إلى لعبة الكلام التي كانت أسرتي تلعبها وأنا في سن الثانية عشرة، وهي اللعبة التي كنا نطلق عليها اسم "القاموس". كان الجميع يحب هذه اللعبة، وكنت أجعل كل أفراد الأسرة يلعبونها، كلما سنحت الفرصة. كانت اللعبة شديدة الإبداع والمرح، وكانت تثير جواً من البهجة - كل هذه العناصر جعلتها تبدو لي لعبة رائعة.

وفي مطلع العشرينيات من عمري، كان من بين أصدقائي المقربين شخص ابتكر لعبة تريفال بيرسوت، وحقق أرباحاً رهيبية، وفكرت مثلما فكر الكثيرون غيري: "حسنًا، لماذا لا أبتكر لعبة أنا أيضًا؟". وبمساعدة أحد الشركاء، استطعت أن أصمم نموذجاً أولياً للعبة القاموس التي كنا نحب أن نلعبها، واقترحت أمي أن نطلق عليها اسم "بلايدر داش"، ورحنا نبحت عن شركة لتسويقها. ولست متأكدة إلى الآن مما إذا كان ما حدث يرجع إلى حظ المبتدئين أم إلى مجرد أن اللعبة كانت شديدة الإبهار، ولكننا نجحنا في التوصل إلى اتفاق من الاجتماع الأول. لقد كانت العملية كلها شديدة السرعة، فالانتقال من مجرد فكرة إلى منتج موضوع على



الأرطف في انتظار المشتريين لم يستغرق أكثر من سنة، ولكنها كانت سنة شديدة الإرهاق والتوتر؛ فقد كنا نعمل على مدار الساعة، وفعلنا كل شيء بأنفسنا، وبحثنا عن الكلمات، وأنهينا التعبئة، وصممنا النماذج التجريبية، وحصلنا على العلامات التجارية، وأتممنا الاتفاق... إلى نهاية هذه الأمور.

ولحسن الحظ، فقد سعدت اللعبة إلى القمة في وقت قصير نسبيًا، وكنا قد أعددنا إعلانات إذاعية رائعة أسهمت بشكل كبير في زيادة المبيعات. لقد حملت بالمعنى الحرفي للكلمة بالشخصيات والسيناريو في الليلة التي سبقت إنتاجنا هذه اللعبة. لقد باعت اللعبة كل النسخ التي تم طرحها في السوق كأولى الدفعات، وراحت المتاجر تأخذ الطلبات من الراغبين في الشراء، وتعد قوائم انتظار. لقد تطلب الأمر وقتًا حتى انتشرت اللعبة، إلا أن الصعود كان ثابتًا. في مسقط رأسي بتورونتو، هناك مفهوم راسخ في وجدان أهل المدينة وهو "عطلة نهاية الأسبوع"، حيث يخرج الناس من المدينة، صيفًا وشتاءً، للتزلج أو قضاء يوم في أحد الأكواخ على سواحل البحيرات الواقعة شمال المدينة. إن هؤلاء السكان أقبلوا على اللعبة، وساعدونا على اكتساب سمعة جيدة، وراحوا يتكلمون عن اللعبة.

إلا أننا في رحلتنا لتسويقها بالولايات المتحدة اصطدمنا بإحدى العقبات؛ حيث اخترنا شركة غير ملائمة لتوزيع اللعبة، ولم نستمر في التعامل معها. ولكن أخيرًا، قامت شركة أمريكية كبيرة ذات خبرة بالتعاقد معنا على توزيع اللعبة، وحققت اللعبة بذلك نجاحًا مدويًا في سوق مزدحمة بالمنتجات؛ فأنجوا إعلانات تليفزيونية مرحة صاخبة للعبة كإحدى وسائل التسويق، بل إن "هاورد شتيرن" استعرض هذه اللعبة في برنامج الإذاعي، وصارت اللعبة على "خريطة البرنامج" بشكل رسمي. وقد توسعنا في أنحاء مختلفة من العالم، وأقبل الملايين حول العالم على اللعبة حتى يمارسوها، وكنت شديدة السعادة والامتنان لأنني تركت تأثيرًا على الكثير من الأسر في مختلف أنحاء العالم، وجعلتهم يضحكون ويمضون الوقت معًا

وبعد سنوات عدة، ومن خلال "راشيل نابليس" - وهي صديقة أعرفها منذ سنوات، تعرفت بـ "إليزابيث بريان" وهي فنانة ومصممة وكاتبة، كانت في منتصف تأليف كتاب بعنوان *Embracing Divorce*. لقد كانت كل من "إليزابيث" و"راشيل" قد خرجت من تجربة طلاق حديثًا، وكانت "راشيل" أيضًا تعمل على مشروع كتاب؛ فقررتا أن توحداهما، وفكرت "راشيل" في أنها ستكون فكرة رائعة أن يصمما لعبة لوحية بموضوع قريب من موضوع الكتاب.

لقد جلسنا ثلاثتنا في الباحة الخلفية لمنزل "راشيل" لتصميم اللعبة، وتجلت الأفكار من تلقاء ذاتها، وقبل أن ندرك الأمر، كانت لعبة *Embracing Divorce* قد ابتكرت نفسها عملياً، وكان منطق اللعبة يتمحور في جزء منه حول فكرة إحصاء ما لديك من نعم من خلال جمع مجوهرات لَدَنَة، والتي تسمى في اللعبة "الحلى"، وقد كُتِبَ عليها أشياء مثل الحب والأمل والعطاء. وبنهاية اللعبة، سيكون كل لاعب قد أعد عقداً من الحلى يطلق عليه عقد "عَدُّ نعمك".

لقد عدت إلى تورنتو؛ حيث أعيش أنا وأسرتي، وفي وقت لاحق، اتصلت بي "إليزابيث" وأخبرتني بفكرة صناعة عقد حقيقى من الحلى لبيعه، وبالمصادفة، كانت لدى معرفة لصيقة بأحد العاملين في قناة (كيو فى سى) الأمريكية المتخصصة في التسويق، وكان يبحث عن منتجات جديدة لتسويقها في القناة. وبأسرع من البرق، كنا على الهواء نبيع منتجنا الجديد الذى أطلقنا عليه عقد "عَدُّ نعمك". كان تصميم لعبة *Embracing Divorce* ضمن خططنا ولم نكن قد انتهينا منه بعد، لذلك، استغللت كل وقت ممكن لتصميمها، وانطلق ثلاثتنا لمقابلة "فيل جاكسون" رئيس قسم الألعاب في شركة ماتيل. لقد أعجب "فيل" وفريقه باللعبة، ولكنه شعر بأنهم لا يمكن أن يبيعوا لعبة عن الطلاق لجمهورهم، فوجدت نفسى أقول دون تفكير: "إننا ننوى فعلاً أن نصمم مجموعة من الألعاب تحت مسمى "عَدُّ نعمك". عندها قال "فيل": "بذلك، يمكن أن تصبح فكرة رائعة وتحقق نجاحاً".

ولما أدركنا الآفاق المتاحة أمام هذا الاسم التجارى، قررنا - أنا و"راشيل" و"إليزابيث" - تسجيل عبارة "عَدُّ نعمك" كعلامة تجارية، لسلسلة من المنتجات مختلفة الأنواع، وبشكل يشبه المعجزة، تم تسجيل العلامات التجارية. لقد كانت الرسالة المطلوب نشرها واضحة تماماً، وعملنا نحن الثلاثة طيلة سنوات عديدة دون كلل أو ملل لبناء الاسم التجارى.

كذلك حصلت أنا و"إليزابيث" على ترخيص من مؤسسة فرانكلين كوفى لتصميم لعبة أسرية رائعة تستلهم كتاب "العادات السبع للناس الأكثر فعالية" \*، ورحنا بالفعل نحصى النعم التى حصلنا عليها من تعريف "راشيل" لنا ببعضنا. لقد شهد عالم تصميم الألعاب تغييراً جذرياً خلال العشرين عاماً منذ إطلاق لعبة بلايدر داش. فمع لعبة العادات السبع، أدى سوء اختيارنا للشركة المصنعة للعبة إلى عدم تحقيق نجاح كبير، بينما قررت الشركة الثانية في بداية المفاوضات تغيير

\* متوافر لدى مكتبة جرير

فريق تطوير الألعاب. بعد ذلك، بدأت تظهر في حياتي الكثير من النعم المتخفية، وذلك عندما قامت الشركة الثانية بتقديمنا لشركة فاميلي جيمز أمريكا، التي صارت فيما بعد الشركة التي تسوق كلتا اللعبتين.

يبدو أن إنتاج الألعاب على نطاق واسع في هذه الأيام يتطلب الكثير من المثابرة والإيمان بما تفعل، وكنا - "إليزابيث" وأنا - شديدي الإصرار والالتزام بتقاسم ألعاب "الرسائل الجيدة" مع الناس والأسر في كل مكان، ولم نكن نفكر مطلقاً في الاستسلام.

في ديسمبر ٢٠٠٨، تلقيت مكالمة أوصلت بيني وبين إدارة "شوربة دجاج للروح" لمناقشة لعبة ما، واقترحت "إليزابيث" أن نطرح "عَدُّ نعمك". من ثم استقللنا طائرة إلى كونكتيكت، ومنذ اللحظة الأولى التي دخلنا فيها مقر الشركة، أدركنا أن لعبتنا قد وجدت مقرها.

لقد كانت من آمنيات فريق العمل في الشركة أن يتم تأليف كتاب يحمل عنوان هذا الكتاب، وكانوا يضعون العنوان بالفعل في قائمة أعمالهم القادمة، وكانوا يجمعون قصصاً من أجل كتاب بعنوان: "شوربة دجاج للروح: أوقات صعبة وأشخاص أقوياء". وكانت المشاركات تتدفق عليهم، والمثير للسخرية أنها كانت مليئة بعبارة "عَدُّ نعمك" - يبدو أن توحد قوانا كان أمراً قديراً ومكتوباً.

لقد صممنا نسخة جديدة محدثة من لعبة "عَدُّ نعمك"، استلهمت الكثير من شركة "شوربة دجاج للروح". إن تجربتنا ورحلتنا خلال العام الماضي وتأزر قوانا سمح لنا بأن نرتقى بلعبتنا التي أطلقنا عليها عنوان هذا الكتاب إلى مستوى أعلى من حيث المحتوى والتصميم.

ربما لا أضحك دائماً عندما أقوم بتصميم لعبة تجعل الآخرين يضحكون، ولكنني أتعلم باستمرار كيف أشعر بالامتنان للعملية ولـ "الرحلة" التي تمثل نعمة رائعة في حد ذاتها. ففي رحلتنا نحو تصميم ألعابنا وإنتاجها، مررنا بالكثير من العقبات، التي كانت تبدو وقتها كأنها نهاية الرحلة، فهناك التأخيرات والطرق المسدودة، التي كان يظهر فيما بعد أنها نعم متخفية، وأهم شيء تعلمته في هذه الرحلة أن أثق بأنه وسط الفوضى وبين السحب الداكنة، هناك دوماً مساحة للأمل وجانب إيجابي.

من المدهش أن أفكر في أنني سوف أظل أصمم الألعاب بعد عشرين عاماً من تصميم لعبة بلايدر/داش. إنني أعد النعم التي أتمتع بها رغم أنني ما زلت أستطيع

تقاسم أفكارى مع جمهور الشركة، وكذلك الاستمرار فى إضحاك الناس فى كل  
مكان، وترك أثر يستمر عقوداً.  
مع جزيل الشكر!

~ لورا روبينسون

---





عنوان

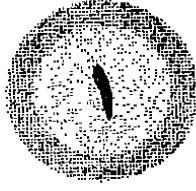
موضوع

إظهار الامتتان

لا يمكنني أن أجيب بأية إجابة سوى: شكرًا جزيلاً.

~ ويليام شكسبير

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



www.ibtesamh.com/vb  
المنتدى  
الذوق

## ورقة النعم

إن الامتنان يطلق العنان للاستمتاع بالحياة.

~ ميلودي بياتي

لقد ضرب الركود الاقتصادي فلوريدا مبكراً - وأطلقت بعض الصحف على ولايتنا مربع الصففر. لقد فقد زوجي، "كيرت"، وظيفته التنفيذية في مجال البناء في أغسطس ٢٠٠٧، فقد كنا نخدع أنفسنا، بطريقة ما، بأنه لن يُطرد من العمل في جولة الطرد التالية، ولكن عندما اتصل بي وهو يهمس قائلاً: "لقد طُردت"، علمت بأن حلمنا قد انتهى.

بعدها بعام، لم أستطع أن أصدق مدى التغيير الذي طرأ على حياتنا، فلم نعد نشترى أى شىء نريده من المتجر، واستخدمت الكوبونات لشراء ورق المراحيض، وأصبحت الملابس الجديدة شيئاً أشير إليه على أرفف التخفيضات بعدما أقتعت نفسى بأن التجول في المتاجر لمشاهدة المعروضات أمر مسلٍ - ولكنه لم يكن كذلك مطلقاً. لقد كان وصول البريد هو أهم ما فى حياتنا إلى جانب مشاهدة برنامج *Jeopardy* فى السابعة وبرنامج *Wheel of Fortune* الذى يليه.

"لا أعلم كم سنستطيع أن نصمد حتى يتمكن أحدنا من جنى بعض المال". أمال زوجي رأسه للوراء وأطلق تهيدة طويلة أخرى، وأدرت الأمر فى رأسى، فلم أكن قد عملت خارج المنزل منذ أعوام، وبعد أن أرسلنا سيرته الذاتية إلى مئات الوظائف دون حظ يُذكر، قررنا أنه يجب على "كيرت" أن يبدأ شركته الخاصة وأن يقبل أى عمل قد يجده.

قلت له مؤكدة: "سأبدأ بإرسال سيرتى الذاتية غداً، وسوف أحصل على عمل ما"، ولكننى كنت قد أجريت مسحاً على إعلانات الوظائف الخالية فى مجال



تخصصي، ولكنها كانت محدودة بقدر محدودية مجال البناء الذي تركه زوجي نفسه.

"عندما تصل مدخراتنا إلى ١٠٠٠٠ دولار، سنعرض المنزل للبيع".  
"لا يمكننا أن ننتقل مرة أخرى للشمال - لم يعد هناك شيء يصلح لك بعد الآن". كنت قد سئمت النقاش معه، فقد كان كل يوم يمر علينا ثقيلًا كأحمال صالة التدريب التي اعتدنا الذهاب إليها. لذلك تركت له الحجرة وذهبت إلى حجرة نومي وجلست على مقعد وضمت ركبتي إلى، فلقد كانت الحياة قبيحة قبح البقع التي تلتخ نوافذ بيتنا. كم سيمكننا أن نصمد دون أن ينتهي بنا الأمر بكره بعضنا أو كره العالم من حولنا؟

التقطت سماعة الهاتف الذي كان بجانبى وأجبت عليه على الفور.  
"أنا كيلى، هل أنت على ما يرام اليوم؟ لا يبدو أنك بخير". ابتسمت بمجرد سماعي صوت صديقتي المقربة من مسقط رأسى، والتي أرسلت بطاقة إثر الأخرى أملاً في رفع معنوياتنا المحطمة.

لقد شاركتها مخاوفي عن نزع ملكيتنا وإفلاسنا وانتهاء الأمر بنا في الشارع دون مأوى قائلة: "لا أستطيع التوقف عن التفكير فيما قد يحدث لنا"، وبعد هذا بقليل بدأت في الانتحاب عبر الهاتف كرضيع صغير قائلة: "كل ما أريده هو أن أستسلم".

ولقد سمعت عبر الهاتف استنشاقها العميق للهواء، ثم قالت: "افعل ما أقوله لك: ألصق ورقة فارغة على ثلاجتك، وأريد منك أن تكتب شيئاً واحداً جيداً على الأقل حدث كل يوم. لا يهمنى إن كان الأمر تافهاً، كتناولك ثلاث وجبات في هذا اليوم - دونيه. إنك بحاجة إلى التركيز على الأمور الإيجابية، لأن الأشياء الجيدة ما زالت تحدث، ولكنك لا تستطيعين رؤيتها في وضعك الحالي".

لم أستطع أن أستوعب كيف يمكن لقطعة من الورق أن تقدم المساعدة، وكنت أعلم أن "كيرت" لن يكتب أى شيء في الورقة وسيتعلق الأمر بأكمله بي، فوعدت صديقتي قائلة: "سأجرب".

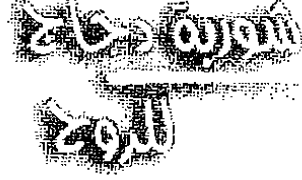
في اليوم التالي، وقفت أمام ثلاجتي ممسكة القلم في يدي، وكنت قد أخبرت "كيرت" بفكرة "كيلى" فما كان منه إلا أن أوماً برأسه، ولكن كان على أن أكتب أى شيء كبداية، لذا كتبت: لا توجد أية فواتير اليوم. وعندما سحبت يدي إلى جانبي

بعد أن انتهيت من الكتابة، شعرت بشعور لم أعتده - شعور لم أشعر به منذ فترة طويلة - الامتحان، فابتسمت.

في اليوم التالي، أضفت نعمتين أخريين إلى قائمتي - سرنا لنصف ساعة ولم يؤلني ظهري، وعندما وصلتني بطاقة عن طريق البريد كتبت عنها أيضاً، وبعد وقت قصير، ملأت قائمتي بصفحتين كاملتين، ولكنني وجدت "كيلى" على حق عندما ذكرني زوجي في الأيام بأن أكتب بعض الأخبار الجيدة التي زفها إليّ.

وفي أحد الأيام، بعد مرور ستة أشهر، كنت أنظف سطح ثلاجتي ووجدت ورقة النعم التي كنت قد ألقيتها هناك بعدما وجد زوجي عملاً مؤقتاً، ولكنه سرّح منه مرة أخرى الأسبوع الماضي، وقرأت قائمتي المكتوبة دون عناية، ثم بحثت عن ورقة فارغة، فلقد كنت متشوقة لكي أملأ الصفحات من جديد.

~ تيرى تيفانى



## دورات الحساب

الحياة جزآن: جزء من القلب، وجزء من التملك.

~ كاتب مجهول

في عام ٢٠٠٢، ابتعت، بالاشتراك مع والدي وأخي وأختي، شقة صغيرة في ولاية فلوريدا، وقد استنزف هذا الأمر جميع مواردى المالية، لأن حصتى في الشقة التي تبلغ الربع قد استهلكت معظم مكافأة تقاعدى، ولكننى أحيا بمبدأ أنه عليك أن تتبع حلمك ما دام هناك نفس يتردد في صدرك، هذا بالإضافة إلى أننى قد ولدت في تالاهاسى بعد شهرين فقط من انتهاء الحرب العالمية الثانية، وطالما اعتقدت أن الله قدر لى أن أكون من سكان ولاية فلوريدا، حتى رغم عودة أهلى بعد ثلاثة أسابيع فقط من ولادتى إلى ولاية إلينوى التي نشأوا فيها وعشت أنا في الشمال، غالبية الوقت في ولاية ويسكونسن، منذ ذلك الحين.

على أية حال، كنت أشعر بالسعادة أكثر من محب الزهور الذي يجلس في حقل ملىء بأزهار الأوركيد كلما ذهبت للإقامة في شقة العائلة؛ فقد امتلكت فلوريدا قلبى، ولا يهم عدد المرات التي قمت فيها بالرحلة، فقد كنت متشوقاً للوصول إلى بلد الشمس المشرقة والرمال والبحر وركوب الأمواج وحمامات السباحة.

بعد سنتين، بعدما زرت الجنوب المشمس خمس مرات على الأقل، بعث بيتى في ويسكونسن واشترت شقة في المبنى المجاور للمبنى الذي تقع به شقة العائلة، وكان المبنى الخاص بى يقابله على الناحية الأخرى من الشارع حمام سباحة كبير وفاخر، وكأنه جنة على الأرض.

لقد كان حمام السباحة الكبير مجاوراً للممر المائى الساحلى، ويفصله شارع واحد عن خليج المكسيك. والآن، أصبح تقريباً في كل يوم من حياتى، وفي بعض الأحيان

مرتين فى اليوم. وفى كل مرة أكون فيها فى حمام السباحة، أغطس بالفعل فى الماء، على العكس من غالبية الناس الذين يجلسون على كراسى الاسترخاء ليقرأوا أو يتحدثوا أو يناموا. ولكن ليس أنا، فأنا أذهب إلى حمام السباحة لأسبح، وأظل فى الماء لساعة ونصف أو ساعتين فى كل مرة، أسبح ببطء فى دورات حول حمام السباحة. إن المشكلة فى دورات السباحة تكون فى حفظ عددها، وفى كل مرة كان ذهنى يشرد. ياها انظر، هناك دولفين يقفز فى الممر المائى الساحلى، أو هناك ثلاثة أو أربعة من جيرانى يقفزون فى حمام السباحة اتقاء الحر، ونتجاذب أطراف الحديث فى كل مرة أصل فيها إلى جانب حمام السباحة الضحل، أو ربما يمر من فوقى أحد طيور البجع أو النورس أو البلشون أو أبى قردان، فيجعلنى أنسى العدد الذى وصلت إليه.

لقد كان لدى ابنة عمى "ميتا" حل لحفظ عدد الدورات؛ فقد كانت تسير حول مدخل منزلها الدائرى الذى يبلغ طوله ثمن ميل أربعاً وعشرين دورة كل صباح برفقة إحدى جاراتها. وكان لدى "ميتا" علبة قهوة كبيرة فى مدخل منزلها وضعت فيها أربعاً وعشرين حصاة صغيرة، وعندما كانتا تبدآن فى السير، كانت تضع الحصى فى جيب معطفها وتُسقط حصاة واحدة فى علبة القهوة كلما أكملت دورة. وأثناء تبادل هاتين السيدتين أطراف الحديث تحت سماء ولاية سينسيناتى، كانتا تعرفان بالتحديد متى انتهيتا من مسافة الأميال الثلاثة التى ترغبان فى سيرها.

أما فى حمام السباحة فلا يوجد مكان فى ثوب السباحة الذى أرتديه لأضع فيه ثلاثين حصاة، ولكن حضرني الحل فى أحد الأيام عندما كنت أشعر بالسعادة لوجودى فى حمام السباحة الرائع هذا تحت السماء الزرقاء مثل زرقاء بيض عصفور أبى الحناء فى هذا اليوم قائل الحرفى ولاية فلوريدا، والذى درجة حرارته ٨٠ درجة فهرنهايت. لقد بدأت أفكر فى جميع النعم التى أمتلكها، فكرت، هذا هو الحل: سأفكر فى النعم المحددة التى لها أهمية ومكانة خاصة فى حياتى والمهمة المعضلة المتمثلة فى عدد الدورات التى تواجهنى.

الأولى: الشمس المذهلة الدافئة الرائعة. يا لها من نعمة! لقد كنت أتجمد كل شتاء فى ويسكونسن طوال أربعة وعشرين عاماً، أما الآن فأنا أسبح خارج المنزل كل يوم طوال العام بفضل هذه الشمس العظيمة الرائعة. وهناك أيضاً السباحة على الجانب وعلى الظهر والسباحة السريعة.

الثانية: فى هذه الدورة سأفكر فى مدى الحظ الطيب الذى أتمتع به لحصولى على صديق مثل صديقى العزيز "جاك" الذى يعيش فى شقة تبعد ٥٧ قدمًا عن شقتى، وقد أصبحنا متلازمين كثنائى أو صديقين رائعين منذ عام ٢٠٠٤؛ فقد كنا صديقين متجابين ونهوى ممارسة السباحة للتدريب.

الثالثة: سأفكر فى الدورة الثالثة فى عملى الذى أحبه. فأنا أعمل بثلاث وظائف حرة بدوام جزئى، بدلاً من وظيفة واحدة ثابتة مثيرة للأعصاب، فأنا أكتب وأتحدث وأرسم على الأوانى، وأحصل على قدر ضئيل من المال من كل منها - مال يكفى قوت يومى، ويمنحني قدرًا كبيرًا من الحرية، والسباحة الحرة والسباحة على الصدر.

الرابعة: سوف أفكر فى أولادى الأربعة، بنتى وولدى، الذين ملأوا حياتى بالسعادة، وأحيانًا الخوف. ولكن، يا لها من نعمة أن تُرزق بأطفال. أثناء سباحتى بطريقة الفراشة إلى الجانب الآخر من حمام السباحة، فكرت فى كل منهم. "جين"، أستاذة الأدب فى كاليفورنيا و"جوليا"، تحضر رسالة الماجستير فى ويسكونسن وتربى أولادها الثلاثة فى الوقت نفسه، لأنها امرأة مطلقة، و"مايكل"، بحياته الصاخبة فى أوهايو مع زوجته الرائعة وأولاده الثلاثة ذوى الشعور الحمراء، و"أندرو"، الذى تبع حلمه بالعمل فى شركة تعمل فى مجال الرياضة فى كاليفورنيا. أربع حيوات رائعات، وفجأة انتهت هذه الدورة.

الخامسة: أتساءل الآن عن النعمة التى يمكننى أن أربطها بالرقم خمسة؟ فمن الصعب أحيانًا أن تفكر فى شىء يتعلق برقم بعينه. تذكرت فى أحد الأيام وأنا فى حمام السباحة أنى أمتلك خمسة أزواج من الأحذية فى خزانة شقتى، وفى اليوم التالى أثناء قيامى بالسباحة الجانبية صعودًا وهبوطًا فى حمام السباحة، فكرت فى السلاطة اللذيذة ذات المكونات الخمسة التى أعدتها والأصدقاء الخمسة الذين تناولوها.

السادسة: إننا نقوم بالرياضات المائية ستة أيام فى الأسبوع فى حمام السباحة، نبدوها يوميًا فى التاسعة صباحًا بتشغيل واحدة من ست أسطوانات عظيمة عن تعليمات الرياضات المائية فى حمام سباحة منطقتنا، ومن الاثنين إلى السبت من كل أسبوع، نقفز أنا و"جاك" وعدد من الأصدقاء والجيران فى حمام السباحة

لممارسة التدريبات لأربعين أو خمسين دقيقة. ستة أيام في الأسبوع، يا لها من تدريبات مذهلة!

السابعة: البحار السبعة، فأنا كسباحة، أقضى وقتى أثناء سباحتى على الظهر خلال الدورة السابعة فى تذكر الأماكن الرائعة التى سبحت فيها: المحيط الأطلنطى، والمحيط الهادى، ومياه البحر الكاريبى الزرقاء، وخليج المكسيك، ومياه كاواى الدافئة، وأواهو، وجزيرة هاواى الكبرى. أنا ممتنة للغاية لوجود البحار السبعة، والمحيطات، والأنهار، والبحيرات والبرك - أنا ممتنة لوجود الماء.

الثامنة: ثمانية أحفاد: "هايلى"، و"كايسى"، و"رايلى"، و"هانا"، و"زاخارى"، و"كول"، و"أدلاين" و"إيثان". أحب الدورة رقم ٨ أكثر من غيرها. تخيل روعة التفكير فى سلوك ثمانية من الصغار تعلق بهم قلبك لدرجة أنك تشعر أحياناً بأنك ستفجر من فرط السعادة.

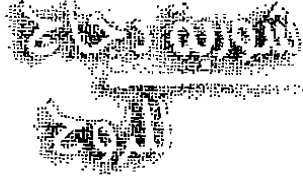
التاسعة: إن الأمر الأول الذى قفز إلى ذهنى عندما وصلت إلى الدورة رقم تسعة كان "الأرواح التسع" كما هى الحال فى عدد الأرواح التى من المفترض أن القطة تمتلكها، فأحياناً ما أرعى قطط صديقتى "وولى" و"شيرلى" عندما تذهبان فى إجازة.

العاشر: هذه هى الدورة التى أفحص فيها ضميرى، وكانت الوصايا العشر مفيدة للغاية لهذه الدورة، حيث أقوم بمراجعتها جميعاً، محاولاً أن أقرر ما إذا كنت قد انتهكت إحداها، وما إذا كان على أن أعتذر لأى شخص عن أى خطأ قمت به فى حقه.

أحياناً أكتفى بعشر دورات فقط فى حمام السباحة، وأحياناً أقوم بعشرين دورة. فالآن، وبعد أن عرفت كيفية متابعة عدد الدورات التى أقوم بها، أصبح الوقت الذى أقضيه فى حمام السباحة حياة مستقلة بذاتها، وفى كل يوم أخرج من حمام السباحة هذا أخرج وكأننى شخصية جديدة... فقد عدت النعم، وفحصت ضميرى، وقيمت حياتى، وعدلت من سلوكى وأكملت تمريناتي الرياضية.

فهيا اسبح معى، فالياه رائعة بالفعل!

~ باتريشيا لورينز



## "أنت شخص محظوظ"

يؤثر الحظ على كل شيء، لذا دع صئارتك دائماً فى الجدول

الذى لا تتوقع وجود سمك فىه.

~ أوفيد

"لقد تعرضت لحادث سيارة".

كان التاريخ ٢٢ يونيو ١٩٥٢، وكنت حينها فى الحادية والعشرين من العمر، وكنت خريجة حديثة ومتزوجة منذ يوم واحد فقط. استيقظت على أحد أسرة المستشفى دون أية ذكرى عن كيفية وصولى إلى هناك، وقيل لى إنتى وزوجى، فى أول أيام شهر عسلنا، كنا طرفاً فى حادث تصادم مروع بسيارة مملوكة لطبيب فى مستشفى المقاطعة - المستشفى الوحيد الموجود على مدى مئات الأميال - فى مكان يُدعى ناساوادوكس بولاية فيرجينيا.

لقد رُويت لى التفاصيل فيما بعد عندما استعدت وعيى كاملاً. كنت أقود سيارتنا المكشوفة، ولكن، طبقاً لتقرير الشرطة، حدث شيء ما وانحرفت السيارة عن الطريق نحو أحد أعمدة الهاتف، ثم بعد ذلك عبرت الطريق إلى الاتجاه المقابل، حيث اصطدمت بسيارة آتية من هذا الاتجاه، ثم انقلبت سيارتنا المكشوفة، وألقيتُ أنا خارجها، فى حين انحسر زوجى تحتها. وقد علمت بعد ذلك أن أحد أطباء القلب، كان فى طريقه إلى المستشفى، فتوقف فى مكان الحادث وأخذ زوجى إلى المستشفى فى سيارته، وبذلك أنقذ حياته.

لقد كانت إصاباتى، إلى جانب ارتجاج المخ والعديد من الجروح والكدمات، عبارة عن كسر فى الحوض، ولهذا السبب فقد أخبرت بأنه سيكون على أن أظل طريحة الفراش. لقد عانى زوجى، البالغ من العمر ستة وعشرين عاماً، إصابات خطيرة،

من بينها ورك محطمة، وضلوع مكسورة وفخذ مكسورة، وكان يفقد الدم بسرعة كبيرة، وتم نقل الدم إليه اثنتى عشرة مرة فى اليوم الأول بعد الحادث، وبعد أن استقرت حالته تم نقله إلى غرفة فى آخر الرواق، وكان طبيبه المعالج أحد الأطباء الشبان من سكان ناساوادوكس تخصص فى طب الأمراض الباطنة فى بوسطن - الطبيب "ملتون كيلام" - فلم يكن هناك جراح عظام بين طاقم المستشفى المحتوى على مائة سرير.

وصل والداى إلى فيرجينيا فى اليوم التالى، فسألتهما: "لماذا، لماذا يحدث لى هذا؟ إننى لم أفعل أى شىء سيئ. لقد كنت دومًا شخصًا صالحًا. لماذا أعاقب؟". فقالت أمى: "أنت محظوظة، فقد كان من المحتمل أن تصلى إلى المستشفى أرملة. سوف تكونين بخير، وسيكون زوجك بخير، وسوف أبقى بجانبكما حتى يشفى كلاكما ثم سأعود إلى المنزل. لا تبكى، إنك لمحظوظة أن بقيت على قيد الحياة!". لم تتغير نصيحة والدتى طوال الشهرين ونصف الشهر التالين - "أنت محظوظة لأنك نجوت - لو كان شخص آخر فى موضعك لربما تعرض للموت. لا تبكى - كونى ممتنة".

لقد كان من الصعب، فى بداية الأمر، أن أتبع نصيحة أمى وأشعر بالامتنان لتحسن الأوضاع؛ لعدم قدرة زوجى على تحمل السرير المتحرك، فقد وضع فى جبيرة بكامل جسده من أطراف أصابعه وحتى ركبتيه، وقد أصبحت الساعة الخامسة صباحًا بالنسبة له هى ساعة الطقوس اليومية لقلبه على جانبه الآخر لتفادى تعرضه للالتهاب الرئوى. كان زوجى يعانى ألمًا لا يطاق، فكان يصرخ بألم شديد.

لذا كنت أستيقظ كل يوم فى الخامسة صباحًا لأسمع صرخاته - فقد كانت هذه هى الطريقة الوحيدة لمعرفة أنه ما زال على قيد الحياة.

لقد سقطنا جميعًا فى شرك الروتين، أمى، وزوجى، والأطباء وأنا؛ فلم يكن هناك مكان للإقامة فى المنطقة المحيطة بالمستشفى، ولكن لحسن الحظ عرض مدير مكتب البريد المحلى وزوجته مكانًا على أمى لتقيم فيه. كان على أبى أن يعود إلى عمله، لذا كان كل ما يستطيعه هو أن يزورنا فى إجازات نهاية الأسبوع. كان مدير مكتب البريد يُقل أمى إلى المستشفى بسيارته كل صباح، ويعود كل مساء ليقلها إلى حجرتها. كانت أمى تضعنى على نقالة وتدفعنى إلى حجرة زوجى، حيث كنت أقضى غالبية اليوم، وكان هناك مقعد جلدى كبير فى ركن الحجرة كانت تجلس



عليه مستعدة لتلبية أية إيماءة أو حاجة تبدر من أى منا، ولتسلى نفسها، بدأت أمى فى الحياكة، ولم يكن أحد يعلم ما الذى تحيكه - كان شيئاً رمادياً وطويلاً - هل هو سترة؟ أم بطانية ملونة؟ لم نعرف قط ولم نهتم بالأمر.

بعد بضعة أسابيع ظهر تعقيد آخر: شعر زوجى بألم شديد بالبطن، وفى إحدى الليالى، اقترب منى الطبيب "كيلام" وقال لى: "دينا، إنتا بصدد إجراء عملية جراحية لزوجك "سونى" الليلة؛ فقد ارتفع عدد كرات دمه البيضاء بشكل كبير ولا نعلم السبب. إن هناك شيئاً ما خاطئاً ويجب أن نكتشفه، وإلا فلن ينجو الليلة". لقد شعرت بالهلع، فقد قل وزن "سونى"، الذى يبلغ طوله ١٧٥ سم، إلى أقل من ٥٥ كيلو جراماً وكان ضعيفاً للغاية، فكيف سينجو من عملية كبيرة بالبطن - داخل جبيرة. قطع الطبيب فجوة فى الجبيرة، وأجرى جراحة استكشافية، فوجد أن المرارة ستنفجر فأزالها. ومرة أخرى ذكرتى أمى، التى مكثت فى المستشفى مع الطبيب "كيلام" طوال الليل، بالنعم التى نمتلكها - امتلاكنا مثل هذا الطبيب الرائع المهتم والكفاء. فى الوقت ذاته، كان الجميع، ومن ضمنهم الطبيب، ينادونها بـ "أمى"، وكانت تهتم بزوجى كما لو كان ابنها، فقد كانت تراقبه طوال الوقت، وتحممه بحب، وبعد الحصول على موافقة الطبيب، كانت تستخدم مطبخ المستشفى لتعد له الطعام الذى يمكنه تناوله.

انقضت أسابيع الصيف، وتمكنت من الجلوس ومن ثم المشى، وأخيراً حل وقت مغادرة المستشفى فى أوائل شهر سبتمبر، وبدأت رحلة إعادة التأهيل الشاقة. بعد عدة سنوات من الأحوال المادية والصحية الصعبة، ازدهرت أحوالنا أنا و"سونى"، ورزقتنا بثلاثة أطفال، واستقررتنا لنربى أولادنا، وأصبحت الحادثة ذكرى سيئة نادراً ما نتحدث عنها. الآن نحن فى الثالث من يوليو ١٩٨١، وقد تزوجت ابنتنا الكبرى، "مارجورى"، ورزقت بطفل، والتحق ابننا "جون" بكلية الطب، وبلغت ابنتنا الصغرى "إليزابيث" تسعة عشر عاماً. كانت "إليزابيث"، الطويلة الجميلة ذات الشعر المتموج الكثيف، سعيدة ومتفائلة طوال الوقت. فى إحدى المرات خرجت مع اثنتين من صديقاتها لقضاء السهرة خارج المنزل، واتصلت بى فى الرابعة صباحاً لتخبرنى بألا أقلق، وأنها فى طريقها إلى المنزل. أتذكر أننى قلت لها: "ولماذا أقلق؟ لقد كنت نائمة".

فى السادسة صباحاً، رن جرس الهاتف مرة أخرى، ولكنها كانت الشرطة هذه المرة، وأخبرونى بحدوث حادث عنيف ونقلت قائدة السيارة، "إليزابيث"، إلى

المستشفى. سألت: "كيف حالها؟"، وكانت الإجابة: "لقد كانت حية عندما وضعناها في سيارة الإسعاف"، ولم تصب صديقتها بسوء.

لقد غمرني أنا وزوجي شعور من عدم التصديق. حادث آخر؟ كيف يحدث لنا هذا؟ عندما وصلنا إلى المستشفى، تم اصطحابنا إلى وحدة العناية المركزة لرؤية ابنتنا، التي أصيبت بإصابات بالغة جراء نومها أثناء القيادة واصطدام سيارتها بشجرة وإلقائها خارج السيارة. انحشرت "إليزابيث" تحت السيارة كما حدث مع "سونى" منذ سنوات طويلة مضت، وقد كسرت فخذاها وضلوعها - كما حدث مع "سونى" - وأنفها. كانت ستمكث تحت الملاحظة في المستشفى لأجل غير مسمى - وكانت الاحتمالات مقلقة، وخطط الطبيب المقيم لأن يجرى جراحة على إحدى ساقها في أسرع وقت ممكن لتركيب شريحة معدنية، في حين ستظل الساق الأخرى معلقة حتى تشفى "إليزابيث" بدرجة تكفى لأن توضع جبيرة على جسدها بأكملها.

مر شهر يوليو ببطء شديد، وحللت مكان أمى في المستشفى، حيث أصل إلى المستشفى في الصباح الباكر وأرحل منه مساءً حال وصول طاقم التمريض الليلي، وكان زوجي يمر بالمستشفى كل صباح لرؤية "إليزابيث" في طريقه إلى العمل، وكل ليلة أثناء عودته إلى المنزل. كانت "مارجورى" تذهب إلى المستشفى يومياً حاملة طفلها، وكان "جون" يأتي في الوقت الشاغر بين محاضراته - وقد ذهل طاقم المستشفى من إخلاص الأسرة لبعضها، فلم نترك "إليزابيث" وحدها قط.

ولكننى، رغم هذا، أصبت بالإحباط؛ فقد كان من الصعب على أن أواصل. كيف يمكننى أن أحيا موقف الحياة والموت هذا مرة أخرى؟ ولماذا قدر لى أن أتحمل تلك الصدمة مرتين؟ أتذكر بكائى بين ذراعى زوجى - قلت له إننى لا أستطيع أن أواصل، فرد على قائلًا: "يمكنك هذا وستفعلين، يجب عليك أن تتماسكى، كما كنت من قبل، إننا محظوظون لبقاء إليزابيث على قيد الحياة وسوف تكون فى يوم ما على ما يرام. إنها تحتاج إلى قوتك وشجاعتك كما احتجنا إلى قوة أمك وشجاعته من قبل. ربما كانت حادثتنا قد وقعت لتعلمنا كيفية تعاملنا مع هذا الموقف. إن كل شيء يحدث لسبب".

لقد أمدتني كلماته بالقوة، حتى كان اليوم الذى دخلت فيه حجرة "إليزابيث" لأجدها تجاهد من أجل التقاط أنفاسها، وقالت لى: "أمى، إنى أبصق دمًا، ومن الصعب جدًا على أن ألتقط أنفاسى". كنت قد انتهيت تَوًّا من قراءة كتاب عن امرأة أصيبت - بعد عملية جراحية - بانسداد رئوى ووصفته بدقة متناهية. وعلى الفور،

لاحظت أن الأمر نفسه يحدث لابنتي "إليزابيث"، فجريت نحو الممرضة صارخة باهتياج: "أحضري أنبوب أكسجين، ابنتي لديها مشكلة فى التنفس، وأعتقد أن لديها انسداداً رئوياً".

قالت الممرضة: "إننا مشغولون الآن. ربما كانت لديها بعض الإصابات الداخلية، بالإضافة إلى أن تركيب أنبوب الأكسجين يستغرق بعض الوقت".

صرخت: "إنها لن تعيش طويلاً، أحضري الأكسجين فى الحال".

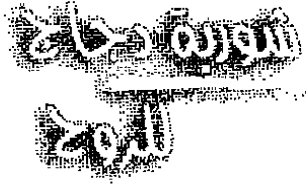
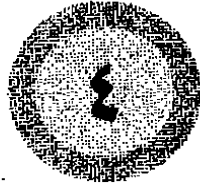
أحضرت الممرضة الأكسجين، وكان الأمر، كما شخصته تماماً - انسداداً رئوياً كان سيؤدى بها إلى الموت. ومنذ هذه اللحظة، لم أفارق المستشفى إلا ذهاباً للمنزل للطعام والاستحمام ثم أعود بسرعة إليها مرة أخرى. مر الصيف وخططنا لأخذ ابنتنا فى أواخر الخريف إلى المنزل فى جبيرة لكامل جسدها.

فى اليوم الذى يسبق الحدث الذى من المفترض أن يكون سعيداً، توفى والدى العزيز فجأة. أتذكر مقابلة ابنى لى على مدخل المنزل ليخبرنى بما حدث، وتحجرت الدموع فى عيني، وتحول يوم الاحتفال بـ "إليزابيث" إلى حداد على والدى. رغم حضور إحدى الممرضات يومياً لتطبيب "إليزابيث" عندما عدت إلى عملى، كانت أمى تجلس بهدوء فى أحد أركان الحجرة لتتابعها، كما فعلت معى أنا وزوجى منذ سنوات طويلة مضت.

لقد تطورت رابطة قوية بيننا؛ فقد كنت مذهولة من شجاعة "إليزابيث" وإصرارها على الشفاء وعودتها للجامعة لتتخرج مع زملائها. كان قلقي الوحيد هو أن تُشفى، مثلما شفى والدها، وإحدى ساقها أقصر من الأخرى. عندما نُزعت الجبيرة، وقاس الطبيب "سالزار" طول ساقها كانتا متساويتين، وبكيت تقديراً لما أنعم الله علىّ به: حياة زوجى وأولادى الأحباء.

عندما أستعيد ذكرى هذه المواقف، أفكر أنه ربما كان زوجى على حق وأن كل شيء يحدث لسبب، فقد منحنا كل من أمى وأبى قوة الاستمرار بعد الحادث الذى وقع لنا، وكانا مثلاً اتبعناه لنفعل المثل لابنتنا. لا يسعنى أن أقول إننى سعيدة للأوقات التى عانينا فيها الألم جميعاً، ولكن يسعنى أن أقول إن هذه التجارب ملأتنى بإحساس عميق بالامتنان لم أكن سأشعر به مطلقاً لولاها.

~ دينا سلاتر



## وعاء النعم

من أجل اليوم ونعمه، أدين للعالم بسلوك يمتلئ بالامتنان.

~ كاتب مجهول

إنه عيد ميلاد ابنتي الأول، وقد كنت متحمسة للاحتفال بمرور عام من حياتها، ولكنني كنت حزينة بسبب الصعوبة التي كان عليها هذا العام، فقد قضينا ٦١ يوماً في المستشفى بسبب النوبات المرضية والعدوى الفيروسية، مرتين نستدعى مروحيات الإسعاف لإنقاذ حياتها، إلى جانب عدد كبير من الاتصالات بالإسعاف واستقلال سيارات الإسعاف في منتصف الليل. كانت ابنتي "سامانثا" طفلة صغيرة مريضة وما زلنا لا نعلم تشخيص ما تعانيه، وكان عامها الأول في الحياة في أحسن الأحوال مضطرباً.

ولتبجيل عام "سامانثا" الأول، طلبت من المدعوين أن يحضروا معهم حلية صغيرة، وحجرًا، وقصيدة شعرية، وشيئاً يجلب السكينة لهم أو يشعرون نحوه بالراحة - نعمهم التي سيقدمونها لها. وقد وجدت وعاءً بسيطاً كانت جدتي الكبرى قد أعطتني إياه، وعاء كانت تضع فيه نعمها... وعاء النعم الخاصة بها.

لقد وجدت مساهمتي التي سأضعها في وعاء النعم في حديقتي، حيث كنت أجلس ابنتي الضعيفة على التراب الناعم آملة أن تشرب شيئاً منه، فتنمو وتزدهر، متخذة من القرع مثلاً.

لقد اقتطفت وردة من أزهار الزنبق التي زرعتها في الصيف الذي تزوجت فيه. كانت الزهرة صفراء اللون ذات أوراق ثلاثية ناعمة تعبر عن "سامانثا" وزوجي وأنا. وأخذت بعضاً من تراب الأرض في يدي مكونة كتلة صلبة ووضعتها في الوعاء. كان

ما عرضته بسيطاً ولكنه معبر عن النماء والأمل وأسرتى الصغيرة، وهي الأشياء التي لا أملك شيئاً أغلى منها.

لقد استيقظت "سامانثا" وحدها حوالى الساعة الرابعة، وكان الحفل على وشك البدء، وكانت فى مزاج جيد بفضل الكثير من الأدوية المضادة للحالات المرضية، والتي ستجعلها مستيقظة لحوالى الساعة، ولكنها كانت اليوم معتدلة المزاج وتلعب فى مهدها، على استعداد لأن تذهب إلى حفلها. ألبستها فستاناً أزرق مزيناً بزهور صفراء كنت قد ادخرته منتظرة أن تكبر بالقدر الكافى، حتى تبلغ عامها الأول. أظهر اللون الأزرق حمرة شعرها، ووضعت نظارتها السميكه على أنفها وضحكت بينى وبين نفسى، فقد كانت أغلى شىء فى العالم بالنسبة لى.

وصل الجدان والعمات والأعمام وأولاد العم وأعطاهما كل منهم قبلة، وبدأ الحفل وتوزيع الشراب ووضعت أطباق الحمص والجبن على المنضدة، وكان الجو احتفالياً، وكان الجميع يدعو لابنتى "سامانثا" بالشفاء العاجل.

وفى وقت لاحق من الأمسية، بعد أن أزيلت أطباق العشاء، حان وقت "الاحتفال" بوعاء النعم. كانت "سامانثا" لا تزال مستيقظة تلعب مع جدتها ولا يظهر عليها أى من أعراض المرض، وشعرت كأن حملاً هائلاً أزيح عن كاهلى.

أحضرت وعاء جدتى الكبرى ووضعت أمام العائلة متأملة الوجوه التى أمامى. وفكرت، يا له من هم ثقيل يتقل كاهل الجميع - لىالى الأرق، واتصالات الهاتف القلقة، والدموع التى ذرفتها وحدى بمنأى عن المستشفى، كل هذا من أجل ابنتنا. شعرت بأنهم أغرقونى فى الامتنان.

تحننت وشكرت عائلتى على وقوفها بجانبى، ثم ذهبت إلى المكان الذى وضع فيه الوعاء ووضعت فيه نعمتى التى أهديتها إلى "سامانثا" - التراب وزهرتنا.

مررت الوعاء إلى جدتى، جدة "سامانثا" الكبرى، فوضعت فيه جرساً فضياً على شكل طائر، وقالت: "لأن سامانثا هى طائرنا المفرد"، ثم اغرورقت عينها بالدموع، حيث إنها امرأة قليلة الكلمات، ثم مررت الوعاء إلى إحدى جدات "سامانثا".

وضعت الجدة فى الوعاء صدفة على شكل دولار مستدير كامل وجدته على شاطئ كاليفورنيا، وقالت: "لقد اخترت دولار الرمل لأنه يأتى من المحيط، والمحيط مصدر جميل ودائم ومتقلب للحياة، فسطحه قد يكون هادئاً أو عاصفاً، ولكن لا يمكننا أبداً رؤية ما بالقاع؛ فهناك عالم كامل مختلف فى أعماقه، وهذا يذكرنى بسامانثا؛ فنحن لا نعلم ما يحدث فى أعماقها، ولكنه بالتأكيد عالم جميل مليء بالحياة".

وضعت عمتي قلباً فضياً صغيراً، وقالت: "لقد حملت هذا القلب معى طوال ٢٠ عاماً، وكان بمثابة تميمة الحظ بالنسبة لى طوال هذه السنوات، والآن، يا "سامانثا"، أعطيك إياه".

اختار أخى أيضاً أن يقدم الأصداف، وكانت الأولى صدفة حلزونية جميلة تجمع اللونين البنى والأبيض كنت قد وجدتها منذ سنوات خلال إحدى إجازاتنا فى فلوريدا، أما الثانية فكانت من تاهيتى، صدفة أخرى جميلة ملساء، عثر عليها فى مكان يبعد آلاف الأميال منذ سنوات عدة سبقت مولد "سامانثا".

كان أبى هو التالى، وكان يحمل لعبة محشوة على هيئة كلب يرتدى ملابس الكاراتيه، عندما يُضغط على بطن الكلب كان يصدر صيحة قتالية، وكان ذلك يذكره بصراع "سامانثا" مع المرض.

لقد كانت الحلبة الأخيرة التى وضعت فى الوعاء قلادة من الأحجار الكريمة من هونج كونج؛ فقد كانت زوجة أخى من الصين، وكان أن ذهبت فى زيارة لموطنها فى شهر مايو، فأعطتها والدتها هذه القلادة لتعطيها لابنتى "سامانثا" لتجلب لها الحظ السعيد، فقد ارتداها ابناها، منذ ٣٤ عاماً مضت، خلال طفولته لتجلب له الصحة الجيدة والأمان. لقد ارتحل هذا الجمع من الأشخاص، المحبين لـ "سامانثا" والداعين لها، آلاف الأميال من أجلها.

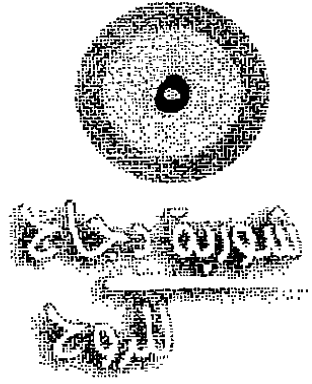
أضأت شمعتها الوحيدة، غارقة فى أفكارى بأن هذه الطفلة الجميلة الصغيرة جزء رئيسى من حياتى، وبأنها قاتلت ببسالة لتبقى جزءاً من حياتنا جميعاً. ساعد والد "سامانثا" ابنته على إطفاء الشمعة، وأطعمناها طبقة تزيين الكعكة وأجزاء طرية من الكعكة التى هرستها بين أصابع يديها وقدميها.

انتهت الأمسية، واستطعت أخيراً أن أجعل ابنتى المشاكسة تنام. بعد ذلك تجولت فى أرجاء المنزل مستحضرة ذكرى الأمسية، وأخذت زهرة الزنبق من الوعاء ووضعتها داخل أحد الكتب الكبيرة لأحفظها. كان هذا الكتاب أحد كتب جدى الذى توفى منذ عقد مضى، وأثناء تقليبي الصفحات وجدت زهرة حمراء، محفوظة بصورة جيدة بين الصفحات. لا أعلم من وضعها، ولكننى وضعتها فى الوعاء، فقد كانت هذه رغبة جدى ونعمته التى أهداها لابنتى "سامانثا".

لقد حملنا عائلتنا وأصدقاءنا وحتى أشخاصاً لا نعرفهم الكثير، فقد كانوا يقضون الكثير من الوقت فى المستشفى ويحضرون الوجبات والقهوة ويتصلون

بأقاربنا الآخرين ويرعون "سامانثا" ويعتنون بها ويدعون لها بالشفاء ويرسلون  
قلادات من الأحجار الكريمة من هونج كونج. كيف يمكنك أن ترد هذا الجميل؟  
فكرت، إنه الامتنان. إننى ممتنة لوجنتى ابنتى المتوردتين، ولكل نفس تتنفسه،  
ولعيد الميلاد الذى لم تصب فيه بإحدى نوباتها المرضية. أنا ممتنة للعائلة والأصدقاء  
الذين وهبوا قلوبهم الفضية لوعاء النعم.  
فى يوم من الأيام سأرد الجميل للعالم على الطيبة التى تلقيتها من عائلتى،  
وسوف أعد الوجبات لشخص آخر، وسوف أرسل لعائلاتهم تمنياتى بالشفاء  
وسأزور المستشفيات حاملة القهوة والكمك الطازج، أما الآن فلن أفكر إلا فى سعادة  
هذه الأمسية وأن أشعر بالامتنان.

~ هيثر سيمز شيشتل



## لقد أخبرنى الطائر الصغير

إن المؤمن يرى الأمور الخفية، ويصدق اللامعقول ويتقبل المستحيل.

~ كاتب مجهول

إننى أجلس الآن فى دار السينما إلى جانب زوجى والدموع تُفرق عيني. نشاهد فيلم *Abou Schmidt* بطولة "جاك نيكلسون"، وكان يُعرض المشهد الذى ينظر فيه أحد زملائه إلى صورة ابنة "نيكلسون" على المكتب ويقول: "إنها جميلة، هل تسكن بالجوار؟"، فيرد "جاك" قائلاً: "إنها قرة عيني، وأنا أفكر فيها كل يوم، وهى تعيش على بعد ٣٠٠٠ ميل فى كاليفورنيا، ولكن لا بأس - فأنا أراها مرتين كل عام".

وفى ظلام دار السينما الدامس، نظر زوجى لى وهمس: "حبيبتي، ما الأمر؟"، وكانت الدموع تسيل على وجنتى فى تلك اللحظة، واحتبست الكلمات فى حلقى، وقلت: "يجب علينا أن نعود إلى كندا، يجب أن أكون بجانب والدى".

لقد كنت دومًا قرة عين أبى، وأعلم أنه لا يتوقف عن التفكير فى مرات كثيرة فى اليوم الواحد. لقد نشأت فى تورنتو بكندا ولكننى انتقلت إلى لوس أنجلوس لأعمل بالتمثيل، وقد نجحت فى مهنتى، وحصلت على مجموعة رائعة من الأصدقاء وأحببت لوس أنجلوس، ولكننى افتقدت أسرتى كثيرًا، وافتقدونى هم أيضًا. إننى أسكن فى كاليفورنيا منذ ١٥ عامًا، حيث تزوجت ورزقت بطفلين رائعين. ورغم أننا دائمًا ما نذهب إلى كندا فى أعياد الميلاد، ويأتى والدى لزيارتنا فى الربيع، فإن هذا لم يكن كافيًا قط. لقد شاهدت كلاً من زوجى وأعز صديقتى يفقدان الوالد والوالدة، على الترتيب، ورأيت كم كان هذا مدمرًا لهما، فقد كان زوجى يخطط للقيام برحلة



مع والده منذ أعوام - ولم يتمكننا قط من القيام بها، وتلقت أعز صديقاتي مكالمة هاتفية تخبرها بأن والدتها فى العناية المركزة، فأسرعت إلى المستشفى لتبقى برفقتها، ولكنها وصلت متأخرة.

لقد أصبحت تجارب الآخرين تلك نعمة كبيرة أُغدقت على حياتى.

لقد كان أبى يعانى مشكلات صحية، وكان هناك صوت فى رأسى يعلو أكثر فأكثر: يقول لى إن وقته فى الدنيا ينفد. إنه لم يكن يعانى شيئاً يهدد حياته من الناحية الطبية، ولكن كان "حدس الابنة" يؤرقنى بشكل كبير، وكنت أستمع إليه، وأنا مهتمة جداً لأننى استمعت إليه، لأننى فى هذه اللحظة، فى هذا الفيلم، كنت قد اتخذت قرارى بأن أغير مسار حياتى تماماً... ولحسن الحظ دعم زوجى وأولادى قرارى وخاضوا معى عن طيب خاطر هذه المغامرة.

انتقلنا إلى كندا فى صيف ٢٠٠٣، وبدلاً من رؤيتى لوالدى مرتين كل عام، بدأنا فى رؤيتهما كل أسبوع وقضينا جميعاً وقتاً ممتعاً معاً، فقد حضر والدى لمشاهدة ابنى أثناء ممارسته رياضة البيسبول، وكنا نخرج أنا وهو كثيراً لتناول الإفطار فى الخارج - وكان هذا أحد أكثر الأمور المفضلة لنمارسها معاً. قمنا بجميع الأمور الصغيرة التى لم يكن لدينا وقت للقيام بها عندما كانت زيارتنا خاطفة أو قصيرة وتحاول أن تقوم بمليون شىء خلال أسبوع إجازتك.

لقد رغبت فى أن أكون بجانب والدى، وفعلت ذلك. وأردت أن يعرفه أولادى حق المعرفة، وقد فعلوا. وأهم شىء، الأمر الذى كان جنونياً بحق، وصعباً بحق هو ترك أصدقائى وحياتى، فقد اتبعت قلبى؛ ولهذا السبب سأظل ممتنة طوال حياتى.

إن ما خشيته قد حدث، فبعد أربعة أعوام ونصف العام، وبعد أن نُقل أبى إلى المستشفى بسبب مشكلة بسيطة فى الدورة الدموية، وأمام عيني، أصيب بأزمة قلبية شديدة فى إحدى الليالى ومات فى صباح اليوم التالى.

كنت مذهولة ومكلومة ومرتبكة - ولكنى كنت موجودة.

لم أتلق مكالمة الهاتف المفزعة فى منتصف الليل، ولم أضطر إلى السفر جواً إلى موطنى والشعور بالذنب والندم الشديدين لفقدانى إياه وأننى لم أكن بجانبه. كنت قد استعرضت هذا السيناريو فى عقلى من قبل، وقمت بالتصرف الصحيح حياله قبل حدوثه فعلياً.

باختصار، فى يوم جنازة والدى، كنت أغسل أسناني ناظرة إلى نفسى فى المرأة ذاهلة ذلك الذهول الذى يصاحب مثل هذه المواقف. لقد كنت خائفة

القوى ومنهكة وباكية بشدة عندما التقطت بطرف عيني حركة بسيطة. كان هناك عصفور يقف في منتصف الشجرة المقابلة لنافاذة الحمام، فسرت نحوها وفتحتها، وتصورت أن الطائر سيطير بعيداً عند سماعه هذا الصوت - ولكنه لم يفعل. في الحقيقة، لم يتحرك قيد أنملة، بل ظلت عيناه مثبتتين على عيني، وفجأة، هدأ العالم بأسره، وتركز كل شيء حول الطائر والشجرة وأنا. وقد علمت في هذه اللحظة أنه والدي قد أتى ليخبرني بأنه على ما يرام، وبأنني سأكون على ما يرام. شعرت بأنه قد فارقني القليل من الأسى وبقينا، الطائر وأنا، على الوضع ذاته، عينا كل منا مثبتتان على عيني الآخر، لفترة طويلة. وأخيراً اضطرت إلى أن أشيح بنظري بعيداً عنه، ولكن عندما استدرت مرة أخرى لأنظر إليه، كانت الشجرة خالية.

في وقت لاحق من الأسبوع نفسه، كنت أروي هذه القصة لصديقة عزيزة عليّ، فسألتنى: "ماذا كان نوع هذا الطائر؟"، فقلت: "كان طائر أبي الحناء، ولكن كان ريشه رمادياً على غير المعتاد ولا أعرف السبب في هذا، ولكنني شعرت بأنه أبي"، فأمسكت صديقتي يدي وقالت: "أبو الحناء؟ (والذي يسمى بالإنجليزية Robin، وهذه الكلمة هي أيضاً تدليل لاسم روبينسون)، لورا، إن اسم عائلتك هو روبينسون".

إن هناك أمراً آخر متعلقاً بالقصة، فقد تلقيت رسالة إلكترونية من صديقة أخرى، كانت مقربة من والدي إلى حد ما، قالت فيها إنها سألته منذ عام أو يزيد عما إذا كان سيرسل لها علامة حال موته، ويرسل العلامة نفسها إليّ، فوافق أبي. لذا فقد أرسلت إليّ الرسالة لتسألني عما إذا كانت هناك أية "علامات" قد حدثت لي منذ مات.

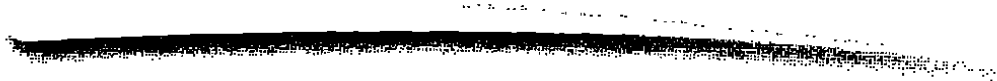
فأرسلت رسالة وأخبرتها بقصة طائر أبي الحناء، فردت عليّ على الفور قائلة: "لقد تملكنتي قشعريرة الآن؛ فقد كانت العلامة التي اتفقت عليها مع والدك هي طائر أحمر، وكان هناك طائر كاردينال أحمر يقف على ظهر مركبي بالأمس، وظل يحدق فيّ طوال عشر دقائق، وأنا متأكدة من أنه كان والدك". استوعبت حينها الأمر، فلا شك في أن والدي قد أتى ليطمئن عليّ.

من الصعب دائماً أن تفقد أحد أبويك الحبيين، ولكن ما يجعلني أشعر بالامتنان هو أنني لست مضطرة إلى أن أحيا في ظل الندم: الندم من أنني انتقلت لأحيا بعيداً عنه، الأمر الذي أدى إلى عدم توافر الوقت الكافي لنقضيه معاً وأن نقرب من

بعضنا مرة أخرى بعد كل هذه السنوات. فى الجنّازة، قلت إننى أعرف أنتى  
نعمت بحبه غير المشروط فى كل لحظة عشتها، وأنى محظوظة لأنى وهبت هذه  
النعمة.

إنى أفتقده كل يوم، ولكنى أشعر بالراحة فى قلبى ... وبطائر صغير على كتفى.

~ لورا روبينسون





المرونة  
الروح

## المرونة

لم يستطع البشر أن يجعلوا أية مادة فى مرونة الروح البشرية.

~ بيرن ويليامز

بعد فترة وجيزة من تشخيص حالة زوجى "كين" المرضية بالفشل الكلوى، تم إخبارنا بأن الطريقة الوحيدة للحفاظ على حياته ستكون عن طريق نقل كلية إليه. فى الوقت نفسه، كان يجب أن يبدأ جلسات منتظمة للغسيل الكلوى على الفور. بدأ "اعتيادنا الجديد" بإجراء جراحة لزوجى لوضع مدخل فى صدره، وبعد بضع ساعات من العملية أخذ مباشرة لإجراء "جلسة الغسيل الكلوى" الأولى. لقد كانت مرة الغسيل الكلوى الأولى العصبية تلك هى المرة الأولى فى حياتى التى أرى فيها زوجى البطل يبكى. بعد ثلاثة أسابيع، تصادف أن يوافق يوم جلسة الغسيل الكلوى الثانية أحد الأعياد، لذا فبدلاً من الذهاب إلى التجمع العائلى الكبير المعتاد، اختارت أسرتنا المكونة من ثلاثة أفراد وجبة بسيطة فى المنزل صاحبها صلاة شكر بسيطة: "نشكرك يا الله على الوقت الذى نقضيه معاً".

فى الأسابيع التالية، تباينت وجهات نظرنا ومشاعرنا صعوداً وهبوطاً كالبندول بصورة يومية تقريباً. رغم أن الموقف الذى نعيشه قد جمعنا كعائلة، فإنه استنزف وقتنا وطاقتنا، وكان احتمال واحد فقط هو ما يشد من أزرنا وهو أمل نقل الكلية. وفجأة، أصبح التقرب من العائلة والأصدقاء أمراً ملزماً لأن ننحى جانباً جميع الأمور الحياتية التافهة لكى نزيد من تقاربنا ببعضنا.

لقد جاءنا أخيراً الاتصال الذى زف لنا خبر وجود كلية متطابقة فى ساعات الصباح الأولى من أحد الأيام المكسوة بالثلج من شهر ديسمبر. كان المستشفى الجامعى يبعد عنا بضع ساعات، الأمر الذى كان يعنى أنه علينا أن نتحرك فى

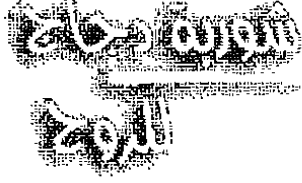
الحال، ورغم العاصفة الثلجية، وصلنا إلى المستشفى في منتصف النهار. وبينما كان الأطباء يعدون "كين" لإجراء الجراحة، أحضرت إحدى الممرضات صندوقاً من الفوم مكتوباً عليه بحروف كبيرة برتقالية "عضو بشرى للنقل"، وقاموا بوضع الكلية فيما يشبه مبرد مشروبات صغير موجود في قاعدة السرير. نظرنا، أنا و"كين"، بذهول - ونحن نكتم ضحكاتنا - إلى الصندوق ثم إلى بعضنا.

قلت متلعثمة بطريقة تدعو إلى الضحك: "هل تصدق هذا؟". وأثار صوت ضحكة زوجي الجميل هذا الموقف الجاد، وكانت الضحكات التي تشاركنها هدية نفسية قبل أن يأخذوه إلى حجرة العمليات، وبعد بضع ساعات من قبلتنا وقولنا لبعضنا: "أراك في القريب"، تم زرع الكلية وبدأت على الفور في استخلاص البول.

لقد كان عيد رأس السنة في هذا العام أكثر أعياد رأس السنة التي أتذكرها روعة، فقد عاد ابننا "ديفيد" إلى المنزل في إجازة من كليته، وكان "كين" في فترة النقاهة، وكانت هناك عاصفة ثلجية في جميع الأيام الأخرى، وكان الامتحان الذي يملأ قلوبنا ينافس الدفء المنبعث من المدفأة. كنا قد قضينا أسابيع عدة في خوف، واستعدنا مستقبلنا معاً بفضل التبرع بالأعضاء، وحتى هذا اليوم، تفكر أسرتنا في حقيقة أن موت أحد الأشخاص مكن "كين" من مواصلة حياته. إننا لم نأخذ قط قدرتنا على الاحتمال بامتداد مستقبلنا معاً على أنها أمر مسلم به، فهناك في مكان ما أسرة الشخص الذي تبرع بالعضو حزينة على المكان الفارغ في تجمعها، وفي كل مرة يتناول فيها زوجي أدويته أو تُسحب عينة من دمه نتذكر فيها هذا الأمر.

لقد أخبرنا أطباء "كين" بأن احتمالات رفض جسمه العضو المزروع ستظل ضئيلة ما دام يواظب على تناول أدويته في مواعيدها المحددة، وسيتم أخذ عينات من دمه كل شهر بقية حياته لمتابعة أية علامات على رفض جسمه العضو المزروع عن طريق جامعة ميتشيغان وعيادة مايو. لقد فكرنا بامتنان في شبكة الطاقم الطبي العطوف والعائلة والأصدقاء الذين وقفوا بجانبنا، والآن نتحين الفرص لنقف بجانب الآخرين الذين يمرون بالمحن. إن العودة من التحديات الحياتية القاسية تحتاج إلى مرونة، ولكن في حالات كثيرة، تحتاج المرونة إلى بعض المساعدة، وإلى الأخذ والعطاء.

~ ليندا تايرت على لسان ديبي هاريل



## أسرة الأشخاص الآخرين

إن السفر وتغيير المكان يجددان نشاط العقل.

~ سينيكا

منذ أربعة عشر عامًا، بعد وفاة زوجي "مورت"، كنت أقضي فصول الصيف في منازل أشخاص آخرين، عن طريق دعوتي من قبل أصحابها، حيث أجد نفسي تارة في منزل جبلي في فيرجينيا، وتارة أخرى في منزل على شاطئ بحيرة في مين، ومرة ثالثة في كوخ خشبي على سفح جبال بيركشايرز، أو دار عتيقة تطل على البحر في جزيرة النار. لقد كان هذا الصيف مخصصًا للتجمعات الاجتماعية، مثل حفلات السمر عند مغيب الشمس في الشرفات التي تطل على حدائق غناء مليئة بالأزهار المتفجرة بالألوان تحت سماء وردية مشربة باللون البرتقالي، حيث من الصعب جدًا أن ترى غيمة واحدة، وستعتبر دخيلًا غير مرحب به في فترة ما بعد الظهر المثالية تلك.

أما بقية العام فأنا أعمل بكد شديد، وأدرس مناهجي وأكتب مقالات في عمودي الأسبوعي بإحدى الصحف وأعمل على إنهاء روايتي الجديدة. لقد عرض عليّ الأصدقاء منازلهم لأقضي بها وقتًا للاستجمام بعد وفاة زوجي، وقد كان. كنت لا أزال مشدوهة من مصابي، فقبلت عروضهم، ووضعت في حقيبتى ملابس تكفي لقضاء الليلة وانطلقت شاعرة بالتذبذب وعدم الاتزان.

لقد توصلت إلى أصدقائي من فيرجينيا قائلين: "سوف تقيمين معنا، ولن نقبل بالرفض. إن فصل يونيو في فيرجينيا جميل للغاية".

وطلب منى أصدقاء آخرون من مين أن ألحق بهم في شهر أغسطس.

وقال لى أصدقائى من مدينة لينوكس فى ماساتشوسيتس فى شهر يوليو: "إن المنازل قد بُنيت ليتشاركها الناس، ويمكنك أن تسمى موسيقى مقطوعة تانجلوود من شرفة منزلنا".

لقد كان الاستماع إلى موسيقى "موتسارت" وهى تنساب عبر نسيم الليل العليل أمرًا تستحيل مقاومته.

ثم، كانت هناك جزيرة فاير التى كان يقضى فيها أولادى فصول الصيف، وقد كانت دعوتهم لى مفتوحة للذهاب فى أى وقت أرغبه، وقبل أن أتدارك الأمر، كنت أملأ حقيبتي بالملابس وألعب دور الضيف الدوار وأقضى الوقت مع أصدقائى الذين أصبحت جزءًا من إيقاع حياتهم فى فصول الصيف والعدد الكبير من الأنشطة المصاحبة لها.

طوال هذا الصيف، كنت أسير صاعدة تلال جبال بلوريدج لأتواصل مع الطبيعة والحيوانات التى تعيش فيها، والتى كان يشعر بعضها بعزوفى عن الكلام وتتركنى لأجلس وحدى، وزحفت من جانبي أفعى غير سامة بينما كنت أنحنى على إحدى الأشجار لأستعيد توازنى، واستبدلت برصيدي من الماء المعبأ ماء عذبًا من جداول الجبال - هنا يتم إسقاط جميع الأقتعة.

بالمثل، فإن دروب مين الهادئة التى لا يقطع هدوءها سوى صوت تغريد الطيور التى تنتهى ببحيرة فضية تلمع فى ضوء الشمس، تتناثر فيها بضعة قوارب وفيما وراءها يمكنك أن ترى مشهد الجبال الخضراء والأرجوانية مشكلة منظرًا رائعًا أينما نظرت، يصلح لأن يصور ويوضع على البطاقات البريدية.

لقد كانت جزيرة فاير غارقة فى الأمطار وسماؤها ملبدة بالغيوم عندما أوصلتني العبارة إلى أحضان أحفادى الدافئة. وهددت فترة ما بعد الظهر بهطول الأمطار أثناء تجوالى على الشواطئ ورأيت بعضًا من أشعة الشمس تحاول جاهدة أن تخترق السحب الكثيفة. إن جزيرة فاير مكان جميل فى جميع فصول العام، وعندما اشتدت الرياح، وجدنا ملاذنا داخل المنزل، تارة نمارس لعبة تريفيال بيرسوت نحن البالغين، وتارة أخرى نلعب "السلم والثعبان" مع "أندرو" و"كارولان". وفى أحد الأيام، فى فترة ما بعد الظهر، وجدت نفسى منهكة فى اللعب بعدما خرج الآباء تاركين إياى مسئولة عن أربعة أطفال لم يتجاوزوا السابعة بعد، وبحلول الساعة الخامسة، وجدت نفسى منهكة، ثم أخذتهم جميعًا لتناول الحلوى، وتناولنا الثلجات تحت الأمطار.

بعد ذلك عدنا إلى المنزل لأخذ قيلولة، حيث دخل كل منا حجرته الخاصة دون ضغط من جداول مواعيد النوم أو إزعاج من الهاتف أو من إعلانات التلفاز. لقد كان الاستلقاء فى سرير شخص آخر لقراءة كتاب أمرًا مريحًا وغريبًا فى الوقت ذاته، وكذلك النوم على ملاءات لا تخصنى، ووسائد لا تناسب وضع رأسى - كانت هذه الأمور ذات لمسة غير معتادة رغم دعوتها لى للنوم بشكل غريب. لقد كانت رائحة البطاطين مختلفة، وكذلك حشية الفراش لم تكن ملائمة لشكل جسمى، وكنت أتململ فى نومى محاولة إيجاد مكان مناسب لجسمى. لقد كان كل هذا يذكرنى بأنى لست فى منزلى. ومرة أخرى عاودتتى ذكرى مصابى فى كل مكان أنظر إليه. لقد ملأ أصدقائى وعائلتى هذا الفراغ وأمدونى بالسَّلوان فى هذه الأوقات العصيبة. لقد كنت أتحرك بينهم جميعاً مستمتعة بطعامهم وأشاطرهم كرمهم، وكنت ممتنة لأنهم تقبلوا حزنى، ولأنهم كانوا يواسوننى، فلم يكن علىَّ أن أظاهر بعكس ما أشعر به، فقد أدفأت لىالى الصيف الدافئة روحى - تلك اللىالى المليئة بالدعابات الخفيفة والمحادثات.

لقد كان أصعب قرار علىَّ اتخاذه فى اليوم هو: "هل تفضلين تناول السلطعون البارد أم شرائح السلمون المسلوق؟"، وكانت الدعوات لأخذ القارب فى جولة أو العدو فى البلدة أو المشى مسافة ميل وصولاً إلى المتجر أموراً معقدة إذا جاز التعبير. كنت أحيًا وقتاً أقرأ فيه الكتب المستعارة، وأضع كريم الوقاية من الشمس على أكتاف الأطفال وأتناول الطعام خارج المنزل وأمارس الفطس فى البحيرة فى ظلام الليل. وقد حاولت أن أودع فصول الصيف هذه التى كنت مغرمة بها: أودع الرمل فى حدائى، والشعر الميتل الذى يتجعد عند تعرضه لنسيم البحر، وأصوات محركات الزوارق البخارية التى كانت توقظنى من نومى، واكتسبت ساقاى سمرة أكسبتها إياهما الشمس. وكانت لسعات البعوض تذكرنا بأننا بقينا فى الفناء المفتوح فترة طويلة. وما زالت أصوات الأطفال التى صدحت فى سكون الليل ترن فى أذنى: "هل يمكننا اللعب فى الخارج لفترة أطول؟"، وملأت صور أحفادى وهم يقفزون فوق الأمواج وبينون قلاعاً من الرمال ويأكلون الذرة ويصطادون فراشات النار ويضعونها فى قناني فارغة - ملأت خزانة ذاكرتى أشهراً عديدة.

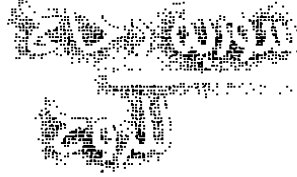
لقد كان الاستلقاء فى أسرة الآخرين يذكرنى بأنى لست وحدى، وخف حزنى على ما فقدت بفضل فصل الصيف الملىء بالأصدقاء، وحصلت على فرصة لأبدأ فى التعافى مما حدث، لكن فى نهاية الأمر كان فراشى هو من يعرفنى حق المعرفة،



ولا يمكن لشيء أن يحل محل جاذبية الألفة. بمجرد أن وصلت إلى منزلي، جلست قطتي "أنا بيل" إلى جانبي شاعرة بالأمان، واستطاعت أخيراً أن تغمض عينيها. لقد سافرت معي، ولكنها الآن فقط شعرت كما لو أنها في موطنها. أشم على مخدتي الآن رائحة خفيفة من الشامبو المفضل الذي أستخدمه، وأتناول المكسرات في السرير (شكوى زوجي الراحل المتكررة، وقد كنت أقهقه على عدم رضائه بذلك) دون الخوف من ترك بعض الفتات على بطانيات الآخرين.

٢٠٠٨: حل صيف آخر وانتهى، وتزوجت مرة أخرى وأعيش في منزلنا أنا و"مارك": مكان الألفة؛ حيث يمكنني أن أسترخي وأتصرف على راحتى، حيث أتمدّد وأتكور في الأماكن المناسبة من سريري عندما أوى إلى الفراش في إحدى الليالى الأولى من شهر ديسمبر، متذكّرة الذكريات الجميلة والمرّة في الوقت نفسه لفصول الصيف الماضية، وكذلك فصول الصيف القادمة التي تنتظر أن نحياها.

~ جوديث ماركس - وايت



## لم نكن نعلم

لقد غير الخوف من مرض السرطان حياتي، وأنا ممتنة لكل يوم جديد عشته وأنا بصحتي، الأمر الذي ساعدني على ترتيب أولويات حياتي:  
~ أوليفيا نيوتن - جون

"عندما تشعر بالرغبة في هذا، سنبتاع حوضي استحمام قابلين للنقل ونضعهما في الحديقة الخلفية، ونجلس فيهما متشابكي الأيدي. بعد ذلك سنعطيك أقراص دواء السياليز وننتظر ما سيحدث" - نطقت بهذه الكلمات وأنا أشير إلى أحد إعلانات التلفاز التي ظهر فيها زوجان ينظران بلهفة إلى بعضهما.  
قال لي زوجي دون أن تظهر على وجهه أية تعبيرات: "هذا ليس مضحكاً".

خلال هذا الأمر بأكمله، حاولت أن أحتفظ بروح الدعابة، فقد أصيب "ريتشارد" بالسرطان - سرطان البروستاتا.

قبل تشخيص المرض، خضع "ريتشارد" لفحوصات جعلته لا يشعر بالراحة، حيث قال وهو يستشيط غضباً: "لماذا يجب عليهم أن يعبثوا بجسدي بهذا الشكل؟". أشارت فحوصات الدم، منذ بضع سنوات، إلى أن مستوى المستضد البروستاتي النوعي PSA قد ارتفع في دمه. قال: "سوف يأخذون عينة من نسيج البروستاتا"، وكان باستطاعتي أن أسمع نبرة الخوف في صوته.

قلت: "إنه ليس بالأمر المفاجئ، فأنت تنهض كل بضع ساعات لتدخل دورة المياه"، وكنت أشك في أن الأطباء يرتابون في شيء ما.

بعد أسبوع من أخذ العينة، اتصل بي "ريتشارد" قائلاً: "الخبر السيئ أنى مصاب بالسرطان، والخبر الجيد أنه قابل للعلاج".

لقد توقعت هذا الأمر، ربما أكثر مما توقع هو، ولكنه ظل صدمة كبيرة. صاح فى الهاتف قائلاً: "لا يمكن أن أكون مصاباً بالسرطان. إننى أرى نفسى جيداً، وأواظب على إجراء فحوصات دورية، وأقوم بتحليل دم دورى، كيف يمكن أن يحدث لى هذا؟".

قلت محاولة بث كم كبير من الطمأنينة فى صوتى: "حبيبى، سوف نتغلب على هذا الأمر. لا تفزع، سوف تكون بخير".  
قال: "يجب أن تذهبي معى لاستشارة طبيب آخر".  
قلت: "سوف أكون بجانبك".

فى عيادة الطبيب، كان زوجى القوى، الذى يبلغ وزنه ٩٠ كيلو جراماً أو يزيد، على وشك الانهيار، حيث طرحت أنا غالبية الأسئلة وخزنت فى عقلى الإجابات. بادرنا الطبيب قائلاً: "حسنًا، هذا ما نحن بصدد التعامل معه"، وأظهر لنا مخططاً يوضح مستويات التضخم عند "ريتشارد"، وقال: "إن البروستاتا يبلغ حجمها ثلاثة أضعاف الحجم الطبيعى، وهناك مربع يُظهر وجود خلية سرطانية".  
كان العلاج بالإشعاع أحد الخيارات المتاحة أمامنا، وكان سيعالج البروستاتا ويدمر الخلايا السرطانية، ولكن قد يؤثر على أنسجة أخرى بسبب قربها من موضع الإصابة، وكان التدخل الجراحى سيزيل البروستاتا كاملة دون التأثير على الأنسجة المحيطة بها.

طرحت السؤال المهم: "ما الأعراض الجانبية للجراحة؟".  
فنظر الطبيب إلى "ريتشارد" مباشرة وقال: "قد تفقد القدرة الجنسية".  
فامتقع وجه "ريتشارد" ليحاكى وجه الأموات.  
ظننت أنه سيفقد الوعى وسأضطر إلى حمله خارج عيادة الطبيب. أمسكت بيده قائلة: "إن هذا الأمر غير ذى أهمية بالنسبة لى، دعنا نتخلص من السرطان، وسوف نتغلب على هذا الأمر معاً فيما بعد".

طلب الطبيب منا أن نخبره بقرارنا النهائى.  
عندما عدنا إلى المنزل، سألتنى "ريتشارد": "ماذا يحدث لجسمى؟"؛ فقد كان سليماً معافى، عدا السرطان الذى لا يمكنه رؤيته أو الإحساس به.

حاولت أن أكسر حدة مزاجه، قائلة: "حبيبى، يمكنك أن تحيا بدون بروتينات". فقال بتعاسة شديدة: "لن أكون رجلاً بعد الآن".

فقلت: "لا، ستظل رجلاً"، ولكن يمكننى أن أؤكد أنه لم يكن مقتنعاً.

من الصعب أن أتحدث مع "ريتشارد" عن عضو من أعضاء الجسم لا تمتلكه المرأة؛ حيث نتحدث النساء عن تفاصيل الولادة وما يصاحبها والحمامات النصفية وتأثيرات ما بعد الولادة على قوام المرأة، ويتحدثن أيضاً عن النزف الشديد والتغيرات الهرمونية والتغيرات المزاجية والشعور بالحرارة، ولكن إذا سألت الرجل عن أحد الأعضاء التى يتميز بها الرجال فسوف يخرسك تماماً، ويعلم الله أن "ريتشارد" غير معتاد أن يعيث أحد بخصوصيته.

فى الصباح التالى، وأنا فى طريقى إلى العمل، اتصلت هاتفياً بأعز صديقاتى وأخبرتها: "لقد علمنا أخيراً أنه مصاب بالسرطان، ولكن بالنسبة له، ليس المهم هو مرض السرطان ولكن المكان الذى أصيب فيه بالسرطان".

اختر "ريتشارد" الخضوع للجراحة، وعاد إلى المنزل من المستشفى موصولاً بقسطرة لإدرار البول، وكانت عبارة عن خرطوم يخرج من الجرح حاملاً البول من جرحه ومثبتاً من خصره وحتى سرتة. كنا نتحرك ببطء ذهاباً إلى دورة المياه لنفرغ القسطرة، ثم إياباً إلى متكته المريح. كان هذا عندما نظرنا لبعضنا وقتلنا: "أين سنعلق هذا؟".

قلت: "وجدتها"، وتوجهت نحو معدات المدفأة وأزلتها من حاملها وعلقت القسطرة على هذا الحامل. "ممتاز".

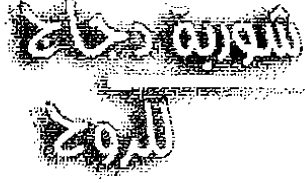
بعد بضعة أيام، أزيل أنبوب المعدة، وبعد أسبوع أُزيلت المثبتات، وبعد أسبوعين القسطرة، وطوال كل هذه الفترة كنت ممرضته، وكنت أحاول أن أرفع من معنوياته، وأقرأ تعليمات العناية به واصططحبه ذهاباً وإياباً لزيارة الطبيب، وكان لدينا الكثير من الوقت لتجاذب أطراف الحديث، وهذا ما كنا نقوم به. تحدثنا عن أننا محظوظان لأننا اكتشفنا الأمر مبكراً، ومدى السوء الذى كان من الممكن أن يصل إليه الأمر.

إننا نشعر بأننا ازددنا قوة منذ تشخيص المرض، وازددنا حكمة، ونشكر الله على كل يوم نقضيه معاً. سيحتاج "ريتشارد" إلى إجراء فحوصات دورية، حيث إنه أصبح الآن شخصاً أصيب من قبل بمرض السرطان، ولكنه تغلب على الجزء الصعب، كلانا فعل ذلك. وقد أظهرت الفحوصات عدم وجود أية أعراض جانبية.

وماذا عن حوضى الاستحمام؟ لم نحتج إليهما، ولكن إذا فعلنا، فسوف أصلى  
شاكراً لله على متعة الحياة. لم تكن نتصور أن كفاحنا للسرطان سيقربنا من  
بعضنا بهذا الشكل.

~ إيزابيلا جيانى، تروى قصتها لـ بي. جيه. تايلور

---



## فيضان من النعم

إذ لم يكن الحمل كتابًا، فمن المحتمل أن يقطع الناس آخر فصلين منه.

~ نورا إفرود، من رواية Heartburn، ١٩٨٣

لقد بدأنا حياتنا معًا عام ١٩٨٣، كزوجين شابين مليئين بالسعادة، واشترينا منزلًا جديدًا بعلمنا أننا سنرزق بطفل، وكنا متحمسين للانتقال إليه وتكوين أسرة. لقد كان من المتوقع أن يولد الطفل في شهر سبتمبر، واعتقدنا أنه أمامنا الكثير من الوقت للانتقال إلى المنزل الجديد وإنشاء حجرة أطفال له. لقد اكتمل منزلنا الجديد بالقرب من نهاية شهر مارس وانتقلنا إليه في نهاية الشهر نفسه. لقد كان الوقت مليئًا بالمرح والإثارة، فقد كنا نعيش في منازل مستأجرة من قبل وكنا نتطلع للحصول على مساحة أكبر بكثير، ولكن توقفت إثارتنا في الشهر التالي عندما حدث فيضان بالمنطقة، فقد كان منزلنا بالقرب من نهر "أميت"، واستيقظنا في أحد الأيام لنجد الماء قد غطى أرضية منزلنا الجديد. وقد علمنا فيما بعد أن النهر قد فاض، وأن المياه قد عبرت الطريق السريع والغابة لتصل إلى حينا السكنى لتغرق منزلنا الجديد ومنازل الجيران. كنت حينها حاملاً في الشهر الرابع وكنت أعيش مرحلة "الإرهاق الشديد" من الحمل، ولم يكن باستطاعتي عمل الكثير للمساعدة على تنظيف الفوضى. لقد كان الدمار الذي لحق بمنزلنا محدودًا، وحمدنا الله على أن الأمر لم يزدد سوءًا، فقد انحصر الوضع على كمية من الماء كانت كافية لأن تبلل السجادة، ولكنها لا تكفي لأن تحطم ألواح القاعدة والحوائط. ولأننا كنا قد انتقلنا إلى المنزل حديثًا، فقد كان المقاول الخاص بنا كريمًا لدرجة أنه ساعدنا على تخطي المحنة، فقد أرسل أحد الأشخاص بشفاط مياه مستأجر

ليجفف السجادة، بل واستأجر أحد الخبراء ليعالج السجاجيد كيميائياً حتى لا تتعفن. عندما انتهى هذا العمل، عادت السجادة جديدة ولن يمكنك أن تلاحظ أنها كانت مشبعة بالماء في اليوم السابق.

وقد حمدنا الله، وأضفنا التأمين ضد الفيضانات إلى وثيقتنا التأمينية واستكملنا حياتنا، فرغم كل شيء فإننا نتوقع وصول طفلنا الأول.

بعد بضعة أشهر، في شهر أغسطس، واجهنا فيضاناً آخر، ولكن هذه المرة كانت هناك أمطار غزيرة استمرت عدة أيام ليلاً ونهاراً ولم يستطع نظام الصرف أن يتحمل كمية الأمطار الغزيرة. صلينا وأملنا أن ينجو منزلنا، ولكن لم يحدث هذا؛ فقد امتلأ منزلنا بقدم كاملة من الماء تقريباً. أتذكر مشاهدتي الماء وهو يفيض من المنزل بواسطة مضخة.

لقد كان يفصلني عن موعد ولادتي شهر واحد، ولم تكن حجرة الطفل جاهزة ولم أكن في وضع صحي أو عاطفي يسمح لي بالتعامل مع منزل مغمور بقدر قدم من المياه. كنا نحتاج إلى الكثير من الإصلاحات، فقد كانت السجاجيد بحاجة إلى تجفيف والأثاث بحاجة إلى أن يعود إلى مكانه والتخلص من المتعلقات التالفة وإصلاح الحوائط. لم يكن علينا أن نبدأ من الصفر، ولكننا كنا بدون حجرة أطفال قبل شهر واحد من موعد الولادة.

لقد أحضر والداي مقطورة السفر الخاصة بهما لتعيش فيها أثناء تنظيم المنزل وتنظيفه، وكان في المقطورة جميع الأساسيات التي نحتاج إليها للحياة، وكنا نتعايش مع المساحة الضيقة بشكل جيد، وكان الجو عائلياً إلى حد ما.

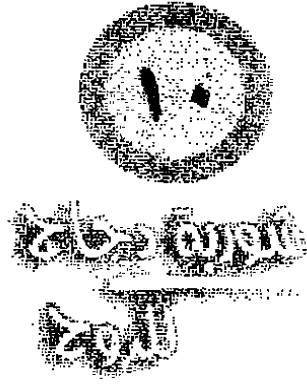
بالقرب من نهاية شهر أغسطس، استيقظت من نومي شاعرة بألم لا يحتمل. انتظرنا قليلاً لنعرف ما إذا كان هذا إنذاراً زائفاً، ولكن الألم استمر، مما استدعى الذهاب إلى المستشفى، ولكن عندما وصلنا إلى المستشفى اختفى الألم وعدنا إلى مقطورة السفر التي نقطن بها.

في الأسبوع التالي شعرت بألم في الأعصاب جعل المشي صعباً ومؤلماً للغاية، وكنت على أتم استعداد لأن ألد عند هذه النقطة. وأخيراً حان موعد الولادة ورزقنا بطفلة جميلة، وكانت في أتم صحة وحمدنا الله مرة أخرى على نعمه. بعد ذلك أخذنا طفلتنا من المستشفى وعدنا إلى منزلنا، حيث أعاد زوجي الأمور الرئيسية مثل حجرة النوم والمطبخ وحجرة الأطفال إلى وضعها الأصلي، ولم تكن لدينا أرضيات بسبب تمزق السجاجيد وعدم وصول ترتيبات التأمين.

لقد كان وقتاً مرهقاً لنا، خاصة بالنسبة لى لأنى كنت حاملاً ومضطرة إلى أن أتعامل مع الفيضانات داخل المنزل، ليس مرة واحدة، بل مرتين، وكانت مشاعرى تتضارب بشدة فى بداية حملى بسبب الإثارة الشديدة والصدمات الإضافية، لكننى تعلمت أن إيمانى بالله سيساعدنى على تخطى الأوقات العصبية، وأنه لا يحمل ما يفوق طاقة احتمالك، ونجونا.

~ كارين إتش. جروس





## لا تأخذ منى قهوتى

إن مقهى ستاربكس يمثل شيئاً يتعدى كوب القهوة.

~ هوارد شولتز

انهم يهددون بأن يأخذوا منى مقهاى.

لقد كان الاقتصاد يضعف، والناس يفقدون وظائفهم، ولكن لا يمكنهم أن يفلقوا مقهاى. إننى أتابع محطات الأخبار العالمية والمحلية، وأستوعب مفهوم الميزانيات والدولارات ومكافآت نهاية الخدمة. فى كل صباح عندما أستعد للذهاب إلى العمل، أدعو الله أن أظل فى وظيفتى فى الصباح التالى، فأنا أحب أن أذهب إلى العمل طوال الأسبوع من الاثنين إلى الجمعة. ولكن لا يمكنهم أن يفلقوا مقهاى.

منذ ثمانية أعوام، وقفت أمام قاضية واستمعت إليها وهى تنهى زواجى، فلم تصل بى الحال قط إلى الدرجة التى تصورتها عندما تزوجت، ولكن حدث هذا. وكامرأة من الطبقة المتوسطة، وجدت نفسى فجأة مجبرة على العودة مرة أخرى إلى سوق العمل، ومن ثم عملت فى ثلاث وظائف، وادخرت كل بنس ونجحت فى تربية ابنى.

كان من بين الأمور التى حثت على مواصلة الكفاح، هو هدفى لأن أستطيع، يوماً من الأيام، تحمل تكلفة الجلوس فى المقهى. كنت أرى الناس يدلفون من تلك الأبواب المبهرة ويخرجون منها والابتسامات تملو وجوههم. كان يبدو عليهم أنهم بلا مشكلات أو ضائقات مادية. بلا شك، لم يكن أى منهم يعمل فى ثلاث وظائف مثلى أو يدخر جميع بواقي الطعام لأكلها فيما بعد. كانوا يحملون أكواباً من الفوم مملوءة بقهوة الموكا أو الكراميل أو أى نوع آخر من أنواع القهوة ذات الرغبة حلوة المذاق،

بينما حمل بعض الشباب والشابات المحظوظين أكواباً معدنية تحمل علامة المقهى التجارية على جوانبها. كم تمنيت أن أحصل على أحد هذه الأكواب، وكم أتوق إلى أن أكون جزءاً من هذا المجتمع!

وبمرور السنين، ظللت أعمل في العديد من الوظائف. مر عامان وما زلت أحياناً على الكفاف، وفي أحد الأيام، لاحظ أحد زملائي في العمل أن عيد ميلادى قد اقترب، فسألنى: "فيم ترغبين؟".

كان الاختيار سهلاً: "جل ما أرغب فيه هو القهوة".

فى يوم عيد ميلادى فتحت البطاقة التى أرسلها إلى فوجدت أن حلمى قد تحقق- بطاقة جائزة تحمل شعار المقهى. قد تعتقدون أنى هرعت خارجة من المكتب فى ساعة الغداء لأحصل على المشروب الذى طالما تمنيته، ولكنى انتظرت تحقيق هذا الحلم لفترة طويلة، لذا لم أتعجل السعادة.

خططت للذهاب إلى المقهى فى الوقت المناسب: صباح أحد أيام السبت حينما كنت فى إجازة من عملى، وكان ابنى يتدرب على عزف الموسيقى. كنت وحدى ومستعدة للحصول على السعادة. بعد أن عدلت من وضع شعري ووضعت أفضل مساحيق تجميل أمتلكها، قدت سيارتى بحذر فى شوارع المدينة. كنت أقود ببطء مستمتعة بكل لحظة من السعادة - ركنت سيارتى وتوجهت نحو الباب الذى يحمل على واجهته شعار المقهى.

بمجرد أن أصبحت فى الداخل، تفجرت سعادتى، فقد كان الكعك يفرينى بتناوله من خلف الفاترينات الزجاجية، وتلك الأكواب المعدنية التى طالما تمنيتها تلمع على أحد الأرفف، وقائمة الطعام - صفوف متلاحقة من الأطعمة. يجب على أن أختار بحكمة حتى لا أستهلك بطاقة الهدية كاملة.

أخبرت البائع: "سأتناول أى شىء مصنوع من الشيكولاتة".

فسألنى: "كوباً كبيراً من الموكا؟".

هل يبدو على أنى هنا للمرة الأولى؟ ربما. لا شك فى أن هذا الشاب المهدب كان يضحك فى أعماقه، ولكنى لم أهتم.

قلت مثبتة كتفى كما لو أصبحت خبيرة فجأة: "نعم، هذا صحيح، كوب كبير من

الموكا".

أخذت مشروبى وجلست على إحدى الأرائك وأخذت أرشف منه ببطء. لم أتذوق شيئاً فى حياتى التى تعدت الخمسين عاماً شيئاً منحنى البهجة مثل هذه الموكا. لقد

جذبت من حقيبتى رواية وبدأت أقرأ عن مكان بعيد، وأتخيل نفسى فيه وأنا أتناول كوبًا كبيرًا آخر من الموكا - أو ربما أكبر كوب ممكن منها، أيًا كان ما يطلقونه عليه. تظاهرت بأنى أملك الكثير من وقت الفراغ وبأنى ثرية مثل هؤلاء الأشخاص الذين يدلفون من الباب ويطلبون مشروباتهم المفضلة.

خلال الأشهر التالية، واصلت القيام بزيارات خاصة إلى مقهى، وكنت فى كل مرة أجرب مشروبًا مختلفًا، وبحلول هذا الوقت، كنت قد استهلكت كوبون الهدية الذى حصلت عليه، وكنت قد أدمنت الشاي لآتيه والقهوة بالبندق وبهارات القرع اللذيذة، ولكن ظلت قهوة الموكا الأولى التى تناولتها هى المفضلة لى.

والآن بعد أن رببت ابنى وأعمل فى وظيفتين فقط، أصبحت أزور مقهى أكثر. ما زلت أطلب بطاقات الهدايا تلك فى أعياد ميلادى أو فى أعياد رأس السنة. ادخرت العام الماضى عددًا كافيًا من العملات لأشتري لنفسى أحد هذه الأكواب الثمينة، ووضعت على مكتبى فى العمل، ولكننى لا أستخدمه كثيرًا. أحيانًا أنظر إليه وأشكر الله على تحقيق أمنيتى أخيرًا.

هل فهمت، لا يمكنهم أن يغلقوا مقهى، فنحن جميعًا نحتاج إلى مكان نجد فيه الأمل.

~ ريبىكا جاى



التربية وحماة  
للروح

## علاج السم

لا يحق لنا أن نسأل "لماذا يحدث لي هذا؟" عندما يحل الحزن، إلا إذا طرحنا السؤال نفسه في جميع لحظات السعادة التي نمر بها.

~ كاتب مجهول

هندما بلغت ابنتنا "إيفا" من العمر أربعة أشهر، أصيبت بالمرض للمرة الأولى، واعتقد الطبيب أن الأمر مجرد نزلة برد، ولكن "إيفا" أصبحت صامته وساكنة الحركة بمرور الوقت، فاستشرنا طبيباً آخر، فأخبرنا بأنه يشتبه في وجود فيروس وأنها ستصبح على ما يرام، وأضاف: "هذه هي الطريقة التي يقاوم بها الأطفال هذه الفيروسات - إنهم يصمتون حتى يعالجوا المشكلة".

بعد يومين، لم تكن طفلتنا "صامته" فحسب، بل كانت على وشك الموت. لم يكن العدو إلى غرفة الطوارئ بالأمر الهين، فقد كنا في وقت متأخر من الليل، وكان على أحدنا أن يبقى في المنزل مع ابنتنا الذي يبلغ من العمر عامين. لقد قررنا أن زوجي سيذهب مع "إيفا"، فأنا من الأرجنتين، وانتقلت إلى الولايات المتحدة الأمريكية عندما بلغت الثامنة والعشرين من العمر، ولم أكن أجيد الإنجليزية، وكان من المهم أن يفهم من يتكلم مع الأطباء كل كلمة يقولونها على الفور. بعد مرور ساعة، اعتبرتها أطول ساعة مرت علىّ في حياتي، اتصل بي زوجي قائلاً: "عليك أن تحضري إلى هنا على الفور؛ فإن الأمر خطير". لم تحملني قدماي، ولكني، على الفور، تركت ابني في رعاية إحدى الجارات الطبيبات وهرعت إلى غرفة الطوارئ.

عندما وصلت إلى هناك، رأيت ابنتي مستلقية على نقالة وكانت واهنة للغاية وبالكاد واعية، وكانت تصدر صوتاً ناعماً وضعيفاً. لم أبك أو أطرح الكثير من

الأسئلة، فقد كنت مصدومة. وقفت أراقب ما يحدث مشدوهة كما لو كنت واقفة في وجه إعصار من الشجيرات ذات الألوان البيضاء والزرقاء.

خلال الليلة الأولى التي قضيناها في المستشفى، نظرت أنا وزوجي إلى بعضنا صامتين أثناء تشبثنا بتلك الطفلة الضعيفة. وقد حفظت في هذه الليلة جميع ملامح وجهها، وكنت على استعداد لأن أتخلي عن حياتي على الفور في سبيل إنقاذ حياتها. في هذه الليلة، كان عناق زوجي لي كطوق النجاة.

لقد تم نقلنا في الصباح التالي إلى مستشفى أكبر على أمل أن يتمكن الأطباء فيه من معرفة ما يحدث لها، فقد كانت حالتها تسوء باستمرار، وفي نهاية الأمر كانت مشلولة تماماً، وكانت تموت ببطء ودون تفسير.

بعدها قررنا أن نتصل بالعائلة، ومن بين جميع تلك المكالمات الهاتفية، أتذكر صوت والديّ وهما يسألان: "ما مدى خطورة حالتها؟"، وأنا أجيب: "قد لا ترونها مرة أخرى".

بعد يومين أتت أمي من الطرف الآخر للعام، واعتنت هي وأحد الأصدقاء بابني "مارتن"، في حين كنت أنا وزوجي في المستشفى، وواظبت على أن أكون في المنزل في موعد نوم "مارتن"، وبعد أن يأوى إلى الفراش أعود مرة أخرى إلى غرفة العناية المركزة.

شعرنا كما لو كانت حياة "إيفا" تتسرب من بين أيدينا. هل ستجو؟ وإذا نجت، فهل ستكون معاقة؟

وأخيراً طرأت فكرة لأحدهم: التسمم - تسمم الأطفال، أو كما يُطلق عليه "مرض الأيتام"، وهو مرض نادر يصيب بالشلل يتسبب به سم عصبي تنتجه بكتيريا الكلوستريريديام البوتوكسية؛ حيث يمكن أن تكون جميع أنواع تسمم الطعام مميتة وتعد من الحالات الطبية الطارئة. إن التسمم الغذائي نادر بين الرضع، فهناك حوالي ثمانين حالة فقط كل عام تقع في جميع أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية، ورغم أن التسمم الغذائي قد يكون مميتاً، فإنه لا يحدث أية تأثيرات طويلة المدى إذا ما تم علاجه بالشكل الصحيح.

وأمام التشخيصات الأخرى المحتملة، كان التسمم الغذائي هو أقوى الخيارات المحتملة، وكان من المستحيل أن أصدق أنها أصيبت بتسمم غذائي رغم أنها ما زالت ترضع. ولكن قيل لي فيما بعد إن البكتيريا موجودة في الهواء والتراب، ولم يتوصل العلم حتى الآن إلى سبب مقاومة بعض الأطفال أكثر من غيرهم للبكتيريا المسببة للتسمم الغذائي.

لم يكن لدينا أى وقت لنضيعة، فقد قرر الأطباء أن يعالجوها من التسمم حتى  
بل وصول نتائج التحاليل النهائية من المعمل.

فى ممرات هذا المستشفى، قابلت آباء آخرين، ومنهم سمعت عن نقل الأعضاء  
والإعاقات العصبية والسرطان وانتكاسات ما بعد الجراحة، وسمعت عن استعداد  
الآباء للتبرع بأعضائهم إذا لم يجدوا بديلاً آخر.

لقد كان بعض من هؤلاء الأطفال فى العناية المركزة لفترة طويلة، وكان بعضهم  
"مقيمين دائمين" - كما أطلق عليهم آباؤهم، فقد كانوا يقضون أسابيع عديدة  
المستشفى ثم يعودون إلى المنزل على أمل أنه فى المرة التالية للفحص لن يضطروا  
البقاء فى المستشفى.

وقفت أنا وزوجى بجانب جسم "إيفا" النائمة ليلاً ونهاراً، منتظرين ظهور أية  
علامة على التحسن. بعد عدة أيام، بدأت "إيفا" تستجيب، وبدأت تحرك أصابع  
يديها وقدميها، وفتحت عينيها فى اليوم التالى، وفى الوقت المناسب بعد أيام عدة  
من الانتظار ثم الحصول على تأكيد بأنها تعانى تسمماً غذائياً، بدأت الحياة تدب  
من جديد فى جسدها. وأخيراً استطاعت أن تثبت عينيها فى عيني. لقد كانت  
متشبثة بالحياة، وعندما تمكنت من الابتسام علمنا أنها ستعود إلى طبيعتها. بعد  
عدة أيام أعادت ابتساماتها الحياة إلى قلوبنا المظتورة، وللمرة الأولى تمكنت من  
النوم.

ما زلت لا أجد تفسيراً لذلك السلام الذى يفمرنى عندما أضم "إيفا" إلى  
صدرى، وما زلنا نكاد نجهش فى البكاء عندما يقبل "مارتن" جبهتها.  
إن إحدى صديقاتى، التى كانت ابنتها "مقيمة دائمة" فى المستشفى، ساندتنى  
عندما دخلت "إيفا" المستشفى للمرة الأولى. وعندما سألتها: "لماذا يحدث لنا  
هذا؟" ردت على: "ولماذا لا يحدث لك هذا؟ هناك الكثير من الناس يحدث لهم  
هذا الأمر طوال الوقت".

إن بعض الناس ينعمون بالحياة الطويلة، وبعضهم لا. وبدلاً من نسال لماذا، يجب  
أن نكون ممتنين لما نملكه، وعلينا أيضاً أن نلاحظ الأمور الجيدة التى تحدث لنا  
أثناء المواقف العصبية وعادة بسببها.

~ ماريا فيكتوريا إسبينوسا - بيترسون





عندك

## العودة إلى الأساسيات

لقد بدأت أدرك أن الأشياء الجمالية والبسيطة في الحقيقة هي الأشياء المهمة فعلاً في النهاية.

~ لورا إنجالس ويلدر



***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



النور  
للدراسة

## اختيار وتيرة أبطأ

إن الحياة بسيطة حقًا، لكننا نضرب على أن نجعلها معقدة.

~ كونفوشيوس

هي ثمانينيات القرن الماضي، تزوجت "ديفيد" واشترينا منزلاً وبدأ كل منا مستقبله المهني، ولم يمر وقت طويل قبل أن يخبرنا أحد أصدقائنا بأننا "شباب يعيش حياته ملولاً وعركياً" أو أننا "مترفان" - من كان يعرف ماذا سيحل بنا؟

ثم حلت فترة التسعينيات من القرن العشرين، وكنا لم نرزق بأطفال بعد، ونعمل من الفجر وحتى الغسق ونقضى الليالي في مسرح المدينة للهواة، وكنا نحيا حياة رائعة، وكان هذا حينما أخبرنا صديق آخر بأننا "مترفان لنا مصدران للدخل وبلا أطفال" - وقد كان هذا مفاجئاً لنا.

في السنوات القليلة التي تلت ذلك، تغيرت حالتنا من صاحبي مصدرين للدخل بلا أطفال إلى أسرة لها مصدر واحد للدخل وبها ثلاثة أطفال، وبدأت زويدة حقائب الحفاضات والسيارة العائلية واللعب الجماعي، وقررنا أن أتخلى لفترة عن عملي لأتفرغ للأمومة. فبعد انتظار طويل للحصول على عائلة، كنا نرغب في أن نقوم بذلك بشكل صحيح، وقبل أن ندرك، حل موعد دخول الأبناء للمدرسة الابتدائية، وبدأت الحياة تبدو أكثر تعقيداً.

لقد قمنا بالتسجيل في رياضة الجمباز وكرة القدم وكشافة الفتيات وبيسبول الصغار والكاراتيه؛ وهذا يعني مهام كثيرة وقليلًا من الوقت الكافي لتأديتها جميعاً. فقد كانت هناك دروس الفنون واللغة الفرنسية وتعلم العزف على الكمان.

لقد أصبح عشاؤنا المتوازن صحياً هورقائق الناتشو المكسيكية والسجق المقلّى المغطى بطحين الذرة، وكنا نتناوله في ملعب البيسبول.

لقد كانت أكثر حواراتنا أهمية تحدث عندما يجلس "ديفيد" فى السيارة متجهًا إلى المنزل بعد عودته من العمل وأنا أصطحب الأبناء متجهين فى الاتجاه المعاكس وأتبادل الحديث فى عجلة: "العشاء فى المايكروويف" ثم ألقى له قبلة فى الهواء. أعتقد أنه كان من الضرورى أن أكتشف، مرة أخرى، أننى كنت نموذجًا تقليديًا للمرأة الأمريكية وذلك عندما أخبرنى صديق آخر بأننى "أم تكرس حياتها لأطفالها"، وقد تقبلت هذه الحقيقة.

ثم فى أحد الأيام، تأملت حالى وخطر ببالى: "ما الذى نفعله؟". إن لدينا ثلاثة أبناء أصحاء ولطفاء وكل ما كنا نرغب فيه، لكننا تقريبًا لا نعرف بعضنا.

لقد تركت عملى لفترة حتى أصبح أمًا متفرغة، لكننى أصبحت مهووسة متفرغة؛ فقد أصبح جدول مواعيدى أسوأ بكثير مما كان عليه إبان عملى، ولا أستطيع تذكر الوقت الذى تناولنا فيه العشاء حول المائدة كأية عائلة حقيقية.

هل كان ذلك هو ما نهدف إليه؟ ألم يعد هناك وقت نكون فيه عائلة بحق، ولا وقت ليحيا فيه أطفالنا طفولتهم الحقة ويُعملوا خيالهم ويستمتعوا فقط بمجرد الجلوس دون القيام بأى شىء؟

فى أثناء محاولتنا منح أطفالنا كل شىء، ما الذى كنا نحرمهم منه؟ وبعد العديد من المناقشات التى كانت تحدث فى وقت متأخر من الليل، وبعد الكثير من الدعاء، قررنا أنا و"ديفيد" أننا نرغب فى الخروج من سباق السيارات العائلية. وتساءلت، فى داخلى، إن كان الأمر سيكون يمثل هذه السهولة. وعندما سألتنى أصدقائى: "هل ترغبين فى تحديد دورك لاصطحاب الأبناء إلى دروس الكاراتيه؟" أو يقولون: "نراك فى ملعب البيسبول" كنت أتفلس بعمق وأخبرهم بأننا قررنا أن نتوقف بعض الوقت.

وبينما كانوا مستمرين فى سباقهم المحموم أمام باب منزلنا، قبعنا فى المنزل وبنينا بيوتًا للطيور وخبزنا الكعك، وقرأنا الكتب ونحن جالسون على الأرجوحة وزرعنا خضراوات فى الحديقة، وصنع أبنائى بعض الأشياء وقاموا بالرسم. كما تنزهنا واستمتعنا بالطبيعة وكتبنا قصائد لقيمة لها، وقد حل النهر محل السيارة العائلية؛ حيث أصبح هو المكان الذى من المرجح أن نتواجد به.

لقد انتابتنى لحظات من الذعر الشديد عندما كنت أعتقد أن جميع أبنائى قد تخلفوا عن الركب، فالقرن الحادى والعشرون كان يسير فى طريقه دوننا، فهل يجب

علينا أن نجتهد لنلحق به؟ وبقيت أنا و"ديفيد" مستيقظين ليلاً لنحاول أن نفكر مرة أخرى فيما فعله. ربما ليس علينا أن نتوقف عن كل شيء، بل ربما يجب أن نتوقف عن دروس اللغة الفرنسية والجمباز ...

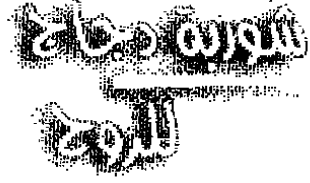
ثم بدأت أسمع أصدقاى يشكون من أنه بغض النظر عن مدى ما يبذلونه من جهد، فإن أبناءهم دائماً ما يشعرون بالملل. وفى الوقت ذاته، كان أبنائى يبنون قلاعاً من البطاطين ويمثلون مسرحيات حقيقية، ويؤلفون الأغانى أثناء العزف على البيانو، ويعلمون الكلب القيام بحركات محددة، ويؤلفون قصصاً، وقد كانوا لا يشعرون بالملل على الإطلاق. ولم يطلبوا مشاهدة التلفاز ولم يطلبوا الذهاب إلى أى مكان، فقد كانوا منشغلين جداً بالاستمتاع بطفولتهم.

وبدلاً من أن يخرج من مكتبه فى عجلة لمقابلتى فى ملعب البيسبول، كان "ديفيد" يصل إلى المنزل ليتناول معنا العشاء فى الباحة، والذى كنا نتظاهر بأننا لا نتناوله فى المنزل بل فى نزهة، وبدأنا نتذكر لماذا تزوجنا من الأساس. حيث كنا مرة واحدة فى حياتنا نسير عكس التيار، وكنا نشعر بالسعادة أكثر من أى وقت مضى.

لقد اعتقدت حتمية أن يحدث ما حدث من قبل، وبالفعل حدث ذلك فى الأسبوع الماضى. وأخبرنى صديق، بما أثار لدى الكثير من الحيرة، بأننا "معتدلون"، وأن "الاعتدال" هو الاتجاه الجديد الشائع فى العائلات الأمريكية. ويبدو أننا حتى عندما حاولنا أن نكون رواداً فى أمر ما، كان قدرنا أن نتبع الآخرين.

إن كل ما أستطيع قوله هو، إن كانت إتاحة الوقت الكافى للأطفال ليعيشوا طفولتهم للعائلات ليكونوا عائلات بالمعنى الحقيقى تعد اتجاهًا شائعًا جديدًا، فربما تكون هذه هى المرة الوحيدة التى يمكن لهذه المرأة التى كانت فيما سبق مترفة ومن أصحاب الدخول المزدوجة بدون أطفال، ثم أمًّا تدلل أبناءها أن تشعر بالسعادة عندما يراها الآخرون شخصًا يتبع النزعات الجديدة.

~ ميمى جرينوود نايت



## لم تعد هناك حاجة إليه

تمر حياتنا بتغيرات ضخمة تمثل إلى حد ما فرصاً أخرى.

~ هاريسون فورد

صباح صوت رنين الهاتف كما لو أنه يرن لتحتي أثناء دخولي المنزل، بعد أسبوع آخر طويل وممتلئ بالضغوط في العمل. قذفت حقيبتى على نضد المطبخ ونظرت إلى رقم من يتصل على شاشة الهاتف. كانت المكالمة من شركة التوظيف التي كانت ترسل إلى شيك راتبي في السنوات العشرين الماضية. وبإحساس بالريبة، التقطت سماعة الهاتف، فأخبرني الصوت القادم من الطرف الآخر للمكالمة بأن اليوم كان آخر أيامي في العمل؛ حيث لم يعودوا بحاجة إلى خدماتي، مما أدى إلى انهيار قواي الداخلية وبدأ قلبي تتسارع دقاته بينما تتحننت وتذكرت أن أتففس.

لقد تغلبت بصعوبة على ما في حلقى من غصة وقلت: "هل سيستعينون بشخص آخر للقيام بعملتي؟".

لقد بدا صوتها متعطرًا عندما ردت قائلة: "لا، إن الشركة تقلل من عدد العاملين بها، ويؤسفنا ذلك، لكنها ألغت منصبك. ومع ذلك، يحق لك أن تتلقى تعويضًا عن إنهاء الخدمة، ونرجو أن نخبرينا في حالة وجود أي شيء نستطيع القيام به لمساعدتك".

حدثت في بقية المحادثة بتلعثم واضطراب محاولة أن أطرح بعض الأسباب الجيدة التي تدفعهم إلى الاحتفاظ بي، كما لو كان بإمكانني أن أجعلها تغير من رأيها. في النهاية، سيكون المكتب بحاجة إلى شخص يحفظ سجلات القسم ويصوغ المراسلات وينقح القرارات الدورية ويهتم بالمهام الأخرى المتعددة. كنت أعرف أن القرار ليس بيدها، وفي النهاية، كان كل ما أمامي هو أن أتهد وأقبل مصيري.

سرت حتى المرأة التي تزين حائط غرفة المعيشة، ونظرت فيها، لتواجهني، عبر الزجاج الذي يحيطه إطار من السلك الذهبى، وأعين بنية قليلة الحمرة بأهداب طويلة داكنة. كانت هناك تجاعيد قليلة حول فمى وتهدل الجلد أسفل ذقتى قليلاً، وخطر على ذهني صورة لغد الديك الرومى، وشعرت فى هذه اللحظة كما لو كنت دجاجة مسنة طردت من الحظيرة.

لقد كان هذا اليوم الذى تغيرت فيه حياتى يوافق أيضاً عيد زواجى؛ حيث كنت متزوجة من "كين" منذ ثمانية وثلاثين عاماً، وكنا سنخرج للعشاء فى الليلة التالية لنحتفل بهذه المناسبة. حسناً، يمكننا الآن أن نحتفل أيضاً بتقاعدى المبكر، لكن المشكلة كانت أنتى لم أكن على استعداد للتقاعد بعد، كما أن دخلى كان يساعدنا على تحمل النفقات المرتفعة للغاز والطعام والعلاج الذى يحتاج إليه كلانا. شعرت بأننى قد تعرضت للخيانة، فقد عملت بكى فى هذه الشركة ومنحتهم عشرين عاماً رائعة من حياتى. رغم ذلك، كنت أعلم أن رغبة الشركة - فى أن تصبح "كياناً مهماً" فى صناعة الشاحنات - ستتطلب إعادة الهيكلة. وتم تقليص العاملين أصحاب الخبرة والمتقنين فى عملهم كما يتم التخلص من الدهون الزائدة فى شريحة اللحم الكبيرة الدسمة. وقد علمت أن هذا الساطور سيعترض طريقى إن عاجلاً أو آجلاً.

عندما عاد "كين" من العمل فى هذا المساء، وعانقته لأهنئه بعيد زواجنا لم أعرف كيف أنقل إليه هذه الأخبار السيئة، لذا فقد أخبرته دون موارد أو تمهيد وقلت: "عيد زواج سعيد، وبالمناسبة لقد تم الاستغناء عنى من العمل اليوم".  
بدا مذهولاً إلى حد ما، وأعتقد أنتى قد رأيت بعض خصلات شعره الذى يتأرجح بين الأبيض والأسود وهى تتحول إلى اللون الرمادى. ورفع يده إلى جبهته قائلاً: "رائع! أنت حقاً تعرفين كيف تبهجين أية مناسبة. عيد زواج سعيد. هل أنت على ما يرام؟".

"نعم أنا بخير. أو على الأقل أعتقد أنتى بخير. اقرصنى لأتأكد أنتى لا أحلم. لا، انتظر... فقد يؤلمنى ذلك".

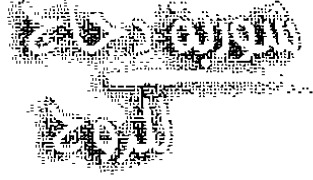
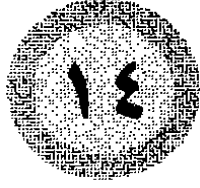
فقال "كين": "لم لا ننظر إلى الأمر فى الوقت الحالى على أنه إجازة تستحقينها، وسرعان ما سيصبح الطقس دافئاً، وسيكون أمامك الكثير من الوقت لتعملى فى الحديقة؟ سنخفض من مصروفاتنا، ولن نخرج لتناول الطعام خارج المنزل إلا مرة واحدة شهرياً، كما سنقضى إجازتنا هذا العام فى المنزل، وسننشر على رحلات ليوم

واحد جيدة ورخيصة السعر لنقوم بها. لا تقلقى، فأنا متأكد أن بإمكاننا أن نعثر على المزيد من الأشياء التى يمكن أن نخفض فيها من مصروفاتنا فى ميزانيتنا". قلت: "أعتقد أنك على حق؛ فأنا متأكدة من قدرتى على تخفيض فاتورة الخضراوات باستغلال المزيد من الوقت فى الطهى وعدم شراء هذه الأطعمة الباهظة".

لذا فقد أرسلت طلباً للحصول على إعانة بطالة واتبعت إستراتيجية "كين". وأعترف بأنه كان من الأيسر كثيراً النهوض فى الصباح دون أن يوقظنى الرنين المتعجل للمنبه بخشونة، كما أننى لا أفقد الانتظار فى زحام المرور فى ساعات الذروة الصباحية، واعتدت الذهاب لشراء الخضراوات يوماً فى الأسبوع واستمتعت بيسر التسوق فى يوم غير عطلة نهاية الأسبوع المزعجة والمتعجلة والمزدحمة بأشخاص تعج بهم الممرات ويقفون أمام البضائع التى أرغب فيها. كما أننى اشتريت دليلاً عن طعام طيور شمال أمريكا ليساعدنى على التعرف على الطيور المفردة التى تأتى إلى صناديق إطعام الطيور الخاصة بى فى شهور الشتاء.

وفجأة، تمهلت حياتى لتسير بوتيرة أكثر متعة، وأصبح الوقت متاحاً أمامى للعمل فى الحديقة والقراءة وكتابة يومياتى وحضور فصول للكتابة عبر الإنترنت وقضاء المزيد من الوقت المثمر مع أحفادى. ولقد اكتشفت نوعاً جديداً من السعادة واختفى خوفى من أن يطوينى النسيان، وأشعر بتلهف الآن لمعرفة ما سيكون عليه الفصل القادم من حياتى، وبما أننى لا أستطيع أن أعود بالزمن إلى الوراء (كما أننى غير متأكدة من رغبتى فى ذلك) فسأتطلع للمستقبل وأفكر بإيجابية - بل قد أتفنى بلحن سعيد فى ساعات الصباح.

~ هيلين شتاين



## بناء منزل من الصفر

منزلى ليس المكان، بل هو البشر.

~ لويس ماكاستر بوجولد

ناج، ضحية، لاجئ، مُبعد - لا يهم حقًا ما يطلقونه عليك؛ فبالأمس كان لديك مكان لتعيش فيه، أما اليوم فكل ما لديك هو كومة من العصي والمطاط، أو رماد أطلال كأرض القمر. ربما تمتلك بطاقة ائتمان ورصيدًا جيدًا في دفتر شيكاتك، أو ربما تعيش في فقر مدقع. لم يعد هناك اختلاف بين من يملك ومن لا يملك، في هذا الوقت، أى عندما يختفى المكان الذى تطلق عليه بيتك.

هل يمكن أن تتخيل نفسك الآن: هل أنت من المحتاجين - أحد هؤلاء الذين فقدوا بيوتهم مؤخرًا؟ إنك تنظر إلى ما اعتدت تسميته بالمنزل وإلى حيك وعالمك، وربما كل ما تبقى لديك هو ملابسك التى ترتديها. بلا فرشاة أسنان ولا فراش ولا جوارب ولا حذاء. من اليسير على أن أتخيل هذا المشهد، فقد مررت بهذا الموقف فى أكتوبر عام ١٩٩١؛ فقد كان منزلى واحداً ضمن ثلاثة آلاف منزل دمرتها النيران التى اندلعت فى التلال فى أوكلاند بولاية كاليفورنيا.

مجموعات ومجموعات من المنازل كانت تبدو مثل منزلنا: الكثير من الجذب، وأشجار متفحمة وأساسات دون منازل ترتفع عليها ومداخن تقف وحيدة كحارس على الكثير من المدافئ المحترقة.

لقد طلبت منا شركة التأمين أن نضع قوائم بكل ما فقدناه فى الحريق، حتى القدر والأواني والملابس الداخلية لعائلة من خمسة أفراد: أنا وزوجى وأبناؤنا الثلاثة، الذين تبلغ أعمارهم الثالثة عشرة والعاشرة والخامسة. إن وضع قائمة بالأشياء التى يمكن استبدالها كان أسهل من التفكير فى الأشياء الثمينة التى



تزيد قيمتها العاطفية على قيمتها المادية مثل: سترات الأطفال التي حكتها بنفسى لابنتنا، والتي كنت أخفيها بعيداً حتى أعطيها لابنتها فى يوم ما، ومقياس الطول الذى يعلق على الحائط، والذى كان عليه قياس طول أبنائنا منذ أن بدأوا يسيرون وحتى المراهقة، والخطابات القديمة المحفوظة فى صندوق للخلاص من الشعور بالوحدة فى فترات بعد الظهيرة. كانت هناك الأشياء التى تستخدم يومياً، والتي كانت فى المتناول بمنتهى السهولة مثل: خيط وإبرة، وسلطانية وملعقة، والأشياء الخاصة مثل: ثوب مخملى أسود، والأوانى الصينية الرائعة، وساعة ذهبية من جدى العزيز، وبصمة ليد أحد أطفالى على الصلصال.

لقد انتقلنا إلى منزل مؤجر بعد الحريق مباشرة، وسرعان ما ملأنا المنزل بالأثاث المستأجر. كيف يمكن أن نجعل هذا المكان يمنحنا الشعور بأنه منزلنا؟ لكل منزل طابع وحالة ورائحة خاصة. كيف يمكن أن نعيد هذا مرة أخرى، بينما قمنا بذلك فيما سبق دون وعى؟ ولأجل أبنائنا، كان علينا أن نعرف كيف. وبينما كنا لا نزال نترنح من أثر صدمة فقدان المنزل الذى عملنا بكده حتى نؤسس لأطفالنا، كان من الواجب علينا أن نفعل شيئاً ما ونفعله سريعاً. كان أطفالنا يرغبون فى الحفاظ على نظام مواعيد الطعام والنوم - ونحن أيضاً.

لقد بدأنا بالأساسيات: الفرش، ومكان لتجتمع فيه لتناول الوجبات، وكتب لقراءتها عندما يحين موعد النوم، وموسيقى. وقد أهدانا صديق رصين بطاقة هدايا لمتجر محلى للكتب. لقد بكى زوجى عندما اصطحب أطفالنا الثلاثة ليستبدل سلسلة كتب الأطفال المليئة بالرسوم وكتب الكاتب شيل سيلفرشتين التى نفضلها، كما أنه خرج بعد الحريق مباشرة ليستبدل موسيقاه المفضلة. مرة أخرى، كان بإمكانه أن يستمع إلى موسيقى الجاز والبلوز وروك أند رول التى يحبها.

بعد أن قمنا بالتنظيف لمرتين بالمنظف الذى اعتدنا، بدت الشرشف والمحارم الجديدة كأنها ملكنا بالفعل. وبمعدات أساسية جديدة فى المطبخ، بدأنا فى الطهى عندما توافر لنا الوقت، وكان لصلصة المكرونة الرائحة نفسها التى اعتدناها. وكنا نكتشف يومياً أننا بحاجة عاجلة إلى أشياء ليست لدينا مثل: حامل لأوانى الطهى، وسلة للملابس التى تحتاج إلى التنظيف، ومكنسة كهربائية، ومقصات، وشرائط لاصقة، والمئات من الأشياء الأخرى. لا يمكن أن تبني شيئاً من الصفر دون قائمة مشتريات: دقيق وسكر وبيض وفانيليا وملاعق معيار وأوانٍ وأوراق خبز.

وبمزيج بين الجديد والمعتاد، بدأنا فى تكوين ملاذ صغير وآمن فى المكان المؤقت الذى نحيا فيه.

لقد اصطحب ابنى الأصغر، الذى كان يبلغ حينها خمسة أعوام، بطانيته التى يحبها معه عندما تم إخلاؤنا من المنزل. كان بإمكانه النوم بطمأنينة فى فراش جديد وبشراشف جديدة عليها شخصية روايات "Where's Waldo؟"، وذلك لقدرته على احتضان لحافه الأصفر المعتاد بجوار وجهه. لكن ابنى الأكبر حزن على فقدانه بطانيته الخاصة، لذا فقد بحثنا فى كل مكان محاولين أن نجد بطانية من الخامة نفسها: النسيج الصوفى ذى اللون الأخضر، والمربعات البنية والصبغة الزرقاء الداكنة برتوش بيضاء كالنجوم. لقد تعاون صديقان موهوبان واستطاعا أن يصنعا له بطانيته الأثيرة وعليها رسم لعائلة من القطط متجمعة معاً أمام نافذة ممتلئة بالنجوم.

بعدها قررنا أن نبني بيتنا فى المساحة نفسها التى كان عليها فى السابق، رغم أن العديد من جيراننا لم يفعلوا ذلك. كان الحى خالياً ومقفرًا لعدة أشهر، وبدأنا ببطء فى إعداد الرسوم لمنزل يذكرنا بمنزلنا القديم، لكن به أشياء جديدة أيضاً؛ حيث أراد الصبيان عمل "مهر سرى" بين غرفتيهما، وقد استطعنا القيام بذلك (لكن لا تخبر أحداً). وكان من المثير أن نشاهد تقدم العمل فى المنزل واتضاحه، لكن الأمر الجيد والسيئ فى الوقت ذاته هو تطلعنا إلى بدء علاقات جديدة مع جيراننا الجدد، وأصبحت ضوضاء الإنشاءات والأتربة الناتجة عنها روتيناً يومياً بينما كنا نشاهد الأساسات القديمة وهى تختفى لتحل محلها منازل جديدة.

وبعد أكثر من عام، انتقلنا "عائدين لمنزلنا". وقد اهتمنا بأن نزور المنزل كثيراً أثناء بنائه ونتجول فى أرجائه لنعتاد المكان الذى سنعيش فيه، رغم أنه لم يكن منزلنا بعد. كنت أحضر المزيد من الأشياء التى ستشعرنا بأنه بعد بنائه سيكون منزلنا حقاً مثل: صور على رف المدفأة وأدوات لخبز أنواع محددة من الحلوى والمزيد من الكتب والأفلام التى نفضلها.

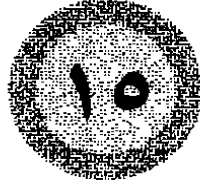
لقد علمنا ترتيب منزلنا الجديد وكذلك ترتيب الكتب والصور، درساً قيماً. إن أدواتنا لا تحدد ماهيتنا، ففقداننا منزلنا وحيناً لم يهزمننا؛ فهناك آخرون فقدوا حياتهم فى الحريق، أما نحن فقد فقدنا أشياء، فى غالبية الأحيان، يمكن تعويضها. حتى الأبناء يعرفون الفارق بين أن تكون ضحية وأن تكون ناجياً؛ فقد نجوا من كل ما حدث، وبذلنا أقصى ما نستطيع لتسير حياتهم فى طريقها الطبيعى، ولم يكن

هذا أمرًا يسيرًا دائمًا؛ فقد شاهدونا نبكي، لكنهم شاهدونا أيضًا نتخذ القرارات ونقدم على العمل، وكانت أكثر مهامنا أهمية هي أن نُشعرهم بأنهم في منزلهم، بغض النظر عن مكانه.

في الحقيقة، إن فقداننا منزلنا جعلنا عائلة أقوى وسمح لنا بالعثور على نقاط قوة غير مستغلة في كل منا. وبالنسبة لنا، حتى في أعقاب الحريق، كان البيت هو تواجدنا جميعًا معًا، متجمعين كالقطط أمام نافذة مهتلئة بالنجوم.

~ ريزا ني





العودة إلى الأساسيات  
للروح

## لا أريد أن أموت!

لا توجد كارثة لا يمكن أن تتحول إلى نعمة...

~ ريتشارد باتش

"لا يمكن أن أموت!" - كان هذا كل ما استطعت التقوه به وكل ما استطعت التفكير فيه، فلم يهنئنى أى شئ آخر، ولم تزعجنى أية أفكار أخرى، وشعرت كما لو كنت أغرق، وأن زوجى هو طوق النجاة الذى أتعلق به.

وقد أكد لى زوجى وهو يتمسك بى جيداً: "سننجو من هذا".

لقد سمعت كلماته، لكن حقيقة اللحظة كانت أكثر فظاعة من أن أتقبل هذه الكلمات. لم أكن كبيرة السن، وكنت أشعر بالبهجة، فيما عدا مرض السرطان الغادر الذى أصبت به، وأصابنى خبر المرض هذا بما يشبه الطعنة فى القلب والروح؛ فهذا ليس ممكناً، ولا بد أن هناك خطأ ما.

فى هذا الوقت، كنت فى الخمسين من العمر، وأبنائى شبوا عن الطوق، وزوجى يترقى فى عمله وأوضاعنا المالية مستقرة أخيراً. كانت الحياة رائعة، وكنت أشعر بأننى فى أفضل حالاتى الجسمانية فى حياتى كلها، كما شعرت بأننى قد حققت إنجازات فى عملى. وشعرت... بورم فى الثدى.

واظبت على طمأننة نفسى قائلة: "لا يمكن أن يكون أمراً سيئاً"، حتى عندما حددت الموعد الأول المشئوم مع الطبيب. بالطبع لا، فهذه النوعية من الأمور لا تحدث إلا للآخرين، وليس لى، ولا توجد أية حالة مشابهة لذلك فى تاريخ عائلتى.

سألتنى المريضة وأنا جالسة أرتجف من الخوف أكثر من البرودة التى تغلف غرفة الفحص: "متى كانت آخر مرة أجريت فيها أشعة على الصدر؟".

رددت عليها قائلة: "لا أعرف - منذ عامين تقريباً، على ما أعتقد". وفى هذا الوقت، كانت الفترة البينية بين إجراء أشعة الشدى التى يُنصح بها للسيدات الأقل من خمسين عاماً هى عامين. ولحسن الحظ، فقد تغير هذا الآن ليصبح إجراء الفحص مرة كل عام بعد سن الأربعين.

قالت المريضة بطريقة عملية جداً لدرجة أنها بدت قاسية القلب: "حسناً، نحتاج إلى الاطلاع على الأشعة القديمة، كما سأحدد لك موعداً لإجراء أشعة جديدة".

وتساءلت: "صورة الأشعة القديمة؟ كيف سأفعل ذلك؟"، وتشوش عقلى وتساءلت عما سأفعل، ناهيك عن التعامل مع كل التفاصيل وحدى؟ لماذا كنت هناك وحدى؟ لأننى، وبسبب الرعب الذى أصابنى، قررت أن أحمى زوجى من الصدمة حتى أتأكد من أنتى بخير، فلم أخبره بما يحدث لى أو بمخاوفى. فى النهاية، فقد كنت لا أزال أطمئن نفسى بأن هذا التهديد لا أساس له وأنه مجرد شىء اختلقه خيالى المفرط.

ودلف الطبيب إلى غرفة الفحص، وحملق فى وقال: "لماذا أنت هنا؟". وأجبتة: "اكتشفت أن لى ورمماً؟".

فألقي نظرة على الملاحظات التى دونتها المريضة وقال: "نعم، حقاً. لكن لماذا أتيت لزيارتى؟ لماذا لم تذهبي لزيارة طبيبك المعتاد؟" وعبس وجهه كما لو كنت أزعجه. كان هناك شىء ما فى نبرة صوته بالإضافة إلى حالتى الذهنية دفعنى إلى الانهيار. كان شاباً، لكن هذا لا يبرر طريقته فى التعامل.

منعت دموعى وتحذثت بما جال فى خاطرى رافعة صوتى وقلت: "هل تدرك كم كان الحضور إلى هنا عسيراً على أية حال. هل تعرف؟ إن طبيبى الخاص لم يكن موجوداً اليوم وقلت إننى بحاجة عاجلة إلى أن يفحصنى طبيب؛ لذا فقد أرسلونى إليك. هل ترغب أن أنصرف؟"، ومع نهاية حديثى، بدأت فى النحيب دون أن أمنع نفسى. نزلت من فوق طاولة الفحص وأنا أملكم عباءة الكشف على جسدى قائلة: "أستطيع الذهاب. سأذهب".

بدا أنه قد عاد إلى صوابه وظهر عليه شعور حقيقى بالمفاجأة، كما أنه اعتذر لى أيضاً أكثر من مرة، وخضعت لفحص ظاهرى قبل أن أذهب لإجراء الأشعة، وعندما تحدثت مع طبيبى الخاص فى اليوم التالى، أعرب لى هو أيضاً عن تعاطفه وشرح لى أن توييخى البسيط قد ساعد زميله على أن يدرك طبيعة الأمور.

هذه الحادثة، رغم مدى بغضى لها، علمتني أيضاً أن أَدافع عن نفسي، وأن أطلب كل ما أحتاج إليه، وأطلب أن يتم التعامل مع ما لديّ من مخاوف. كان هذا السلوك جديداً علىّ، لكنه أصبح جزءاً من النصيحة التي أقولها لمرضى السرطان الآخرين؛ حيث أقول لهم: "هذه حياتكم، وهذا جسديكم، فتحملوا مسؤولية الحصول على العناية اللازمة لكم".

وهذا ينقلني للحديث عن الليلة التي أخبرني فيها زوجي بالأخبار السيئة. كنت بعيدة عن المنزل لأشارك في مؤتمر، وكان زوجي، الذي أصبح الآن يعلم بما أجريت من فحوص، سيلحق بي في عطلة نهاية الأسبوع.

قابله بابتسامة عريضة، ثم لاحظت التعبير المرتسم على وجهه، ففغرت فمى. وهرع نحوى مسرعاً، وأعتقد أنني قد قلت: "لا" أو على الأقل فكرت في أن أقولها. قال لى: "لقد اتصل الطبيب ومنحني رقم هاتفه في المنزل حتى تستطيعي التحدث معه مباشرة بدلاً من أن تنتظري حتى صباح يوم الاثنين".

لا أعرف حقاً كم قضينا من الوقت ونحن واقفان هناك. ربما بقينا لفترة طويلة، لكن عندما أتذكر هذا المشهد يبدو أنه قد استمر إلى الأبد، لأن الكثير مما حدث بعد ذلك يمر في ذهني بشكل ضبابي غير واضح المعالم. واتصلت بطبيبي الخاص وشرح لى ما سيحدث بعد ذلك، وتحلى بالصبر مع ما انتابني من ارتباك، وشكرته لإعطائى رقم هاتفه في المنزل، وهو تصرف لطيف غير معتاد ما زلت أتذكره حتى هذا اليوم.

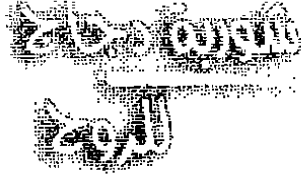
وعندما وضعت سماعة الهاتف، سألتني زوجي: "ما الذى ترغبين فى فعله الآن؟".

وكانت الإجابة بسيطة: "كل ما أرغب فيه هو الذهاب إلى المنزل". لم تعد المأدب ولا الخطب ولا الحفلات تروقنى كما كانت منذ دقائق، بل كنت أرغب فى السلام والهدوء والمنزل. والآن، وبينما أتذكر هذا اليوم، أجلس فى هذا المكان الذى كان هو النتيجة الجوهريّة لمرضى. فكما ترى، فقد تلقينا مكاملة لنستيقظ مما كنا فيه فى هذا اليوم؛ فلم يعد العمل على القدر السابق نفسه من الأهمية، وتراجع المال والترقى فى العمل ليفسح مجالاً للبقاء.

لقد خضعت لعملية جراحية، ثم العلاج الكيميائى، وبعد سبعة عشر عاماً شفيت تماماً من السرطان. وما زلت، بالتأكيد، أشعر بالعصبية من وقت لآخر، لكننى تعلمت أن أتعايش مع هذا القلق المتكرر والمتعلق بحالتى الصحية، وهو ما حافظ على

إدراكى أنتى قد نجوت بأعجوبة - وهذا ليس شيئاً سيئاً، وخاصة أنتى قد حصلت على العديد من فرص التواصل مع من يحاربون هذا المرض. وطوال هذه المحنة، فهمت ما يهم حقاً فى الحياة أكثر مما كنت أدركه طوال فترة نضجى حتى هذه اللحظة. الأصدقاء لهم أهمية كبيرة، وأهمية العائلة أعظم، واحتل تعبيرى للجميع عن حبى وشعورى الأولوية قبل المهام المملة العديدة التى احتكرت ما سبق من حياتى على وجه الأرض. ما زلت أشعر بالامتنان لاكتشافى بالمصادفة هذا الورم، ولنجاتى وقدرتى على الحديث عنه. إن كل يوم وكل نفس وكل فرصة هى عطايا لا يمكن تخيلها. تذكر دائماً أن الآخرين قد ساروا الطريق نفسه الذى تسير عليه، سواء أكان بسبب المرض أو لمأزق مالى أو لأية نكبات أخرى. أنت لست وحدك. تواصل، فتحن هنا لناخذ بيدك.

~ فاليرى ويسناند



## المشهد الأجل

بينما نحاول أن نعلم أبناءنا كل شيء عن الحياة، يعلمنا أبنائنا حقيقة الحياة.  
~ أنجيلا سكوينت

كنت في أجمل مدن العالم لكنني كنت أرغب فقط في العودة إلى المنزل. لقد كان أسبوعاً رائعاً قضيته في الترحال أنا وزوجي - بين لندن وباريس - وقد كانت رحلة لا تحدث إلا مرة واحدة في العمر. قبل ذلك بشهور، عندما أخبرني زوجي "دوج" بأنه يأمل أن يحضر مؤتمراً للوزارة في لندن، أخبرته بدوري بأنه من المستحيل أن يسافر إلى أوروبا بدوني. قمنا بالحصول على المال في مقابل تذاكر الطيران المجانية التي كانت بحوزتنا، وتأكدت من أن أصهاري سيهتمون بأطفالي، وحجزنا في أكثر الفنادق الرخيصة التي كان بإمكاننا العثور عليها وبها أماكن خاوية. بعد التجول في مترو الأنفاق، زرنا الكثير من الأماكن في لندن بقدر إمكاننا، لنرى مشاهد لم نحظ بمتعة مشاهدتها إلا على قناة الرحلات، مثل تاور بريدج وقصر باكينجهام وساعة بيج بن وحتى المخطوطات الأصلية التي كتبتها "جين أوستن" والمخططات التي رسمها دافنشي، ثم ركبنا قطار يوروستار وذهبنا إلى باريس لننهي بها رحلتنا. وبينما كنا نستريح في محل مخبوزات صغير نمسك في أيدينا الكرواسون، كان برج إيفل يطل علينا حتى إننا قرصنا أنفسنا لتأكد، وتجولنا في دار عبادة نوتردام، وتعجبنا من الزجاج الملون عبقرى الصناعة في نوافذها المستديرة على هيئة "زهرة". ولعدم قدرتنا على تحمل تكلفة عشاء فاخر، اشترينا خبزاً طازجاً وجبناً وفاكهة وتناولناها بينما نجلس في فناء متحف اللوفر، ووقفنا أسفل قوس النصر الضخم، وكانت الزوايا المنحوتة من الرخام تلوح فوق رؤوسنا. لقد كانت رحلة مدهشة حقاً!



فى آخر ليلة لنا فى باريس، وبعد أن شاهدنا برج إيفل وهو يتلألأ بمئات الأضواء البيضاء بينما يتنزّه الباريسيون على العشب الأخضر، عثر "دوج" على هاتف عملة فى زقاق صغير واتصل بالمنزل. لقد كان ذلك فى منتصف الليل، وكنا نشعر بالنعاس وبالذوار.

"صباح الخير" - قالها زوجى بالفرنسية عندما أجابته والدته على الهاتف فى إلينوى. وفى خلال ثوان، تغير وجه زوجى، وتحولت فجأة تعبيرات السعادة إلى تعبيرات كئيبة. وعلى الفور تسارعت ضربات قلبى.

قلت له: "ماذا؟ ما الخطب؟".

فتجاهل سؤالى ملوحًا بيده واستمر فى الإنصات. وبدأت فى الدعاء بصمت: "يا إلهى، يا إلهى، أطفالى... أطفالى". إنه دعاء نابع من إحساس بالعجز، وكنت أعرف أنه يعلم مقصدى. لم تكن لدى أدنى فكرة عما يحدث، ولذا لم أكن أعرف ما الذى يجب أن أدعوه به.

أخيرًا، وضع "دوج" سماعة الهاتف وأخبرنى همسًا بأن "إيليا" - ابنا البالغ من العمر سبع سنوات - قد سقط من فوق دراجته الهوائية وكسرت ساقه. بدأت فى النحيب على الفور، هل الكسر خطير؟ أكيد، هل يتألم؟ بالطبع. كان هذا ما جال بخاطرى. لكنه كان بخير؛ فقد كسرت ساقه، ساقه فقط، وهو بخير لكنه كان بحاجة إلى الذهاب إلى جراح تقويم العظام فى بلدنا بأسرع وقت ممكن.

وبينما كنا نسير عائدين إلى الفندق، فقدت باريس فجأة كل سحرها، وكان كل ما يجول بخاطرى هو أنتى لم أعد أرغب فى التواجد بها. لا يجب أن أكون هنا، بل يجب أن أكون فى المنزل مع أبنائى ومع ابنى، لكن رحلتنا لن تغادر إلا فى ظهيرة اليوم التالى، وهذا موعد بعيد.

فى اليوم التالى، تماسكنا حتى وصلنا إلى كليفلاند، لنكتشف أن رحلتنا إلى شيكاغو قد تم تأجيلها بسبب العواصف، وجلست فى صالة الوصول مع المسافرين الآخرين الساخطين والذين لم تتحمل غالبيتهم عناء رحلة عبر الأطلنطى كما هى حالنا، ولكننى لم أستطع أن أمنع نفسى من الاستماع إلى حوارهم:

"كان من المفترض أن أكون فى اجتماع الليلة".

"يجب علينا أن نلقى موعدنا على العشاء".

"من الأفضل أن نعثر على فندق ونعود إلى هنا فى الصباح".

جلست وأنا أستشيط غضبًا، وأرغب في أصرخ فيهم قائلة إن كل خطتهم التافهة لا تعنى أى شىء، فأنا يجب أن أذهب إلى المنزل لرؤية ابنى، ولو كنت فى حالتى الطبيعىة حينها لأدركت أن الجميع حولى لديهم حياتهم الخاصة أيضًا، ولديهم مشكلات ومآزق أيضًا، وربما تكون بعضها أكثر كارثية من مشكلتى، لكنى فى هذه اللحظة كنت قاصرة النظر تمامًا، وأفكر بلا منطق، فأنا أم مرعوبة لا تدرك السبب فى أن الطائرة لا تستطيع الطيران بين الصواعق والبرق لتأخذها إلى منزلها.

أخيرًا، وصلنا شيكاغو حوالى الثالثة صباحًا، وتسلت لأختلس النظر إلى أطفالى وهم نيام، وتتنازعتى رغبتان بين إيقاظهم وتركهم فى سباتهم. لا شىء يعادل أبدًا رؤية أبنائك بعد فراق - لا المتاحف واللوحات الزيتية العظيمة والآثار الشهيرة يمكن أن تُقارن برؤية وجوههم الجميلة.

ولنهاية الصيف وحتى بداية الخريف، كانت ساق "إيليا" فى جبيرة من الورك وحتى أصابع قدمه، وانشغلنا فى تركيب أجزاء صور الأحاجى وقراءة رواية *James and the Giant Peach* والرسم على قدمه الموضوعة فى الجبيرة بأقلام التلوين، بل إننا حتى سرنا على الشاطئ بخطوات عرجاء وحفرنا حفرة فى المياه لنضع فيها قدمه السليمة.

لقد أخبرنا أطفالنا عن المدن العظيمة مثل لندن وباريس، وعرضنا عليهم صورنا وأعطيناهم الهدايا التذكارية التى اشتريناها لهم. ومع ذلك فحقيقة الأمر، أنه من بين كل المشاهد الرائعة التى شاهدناها فى هذا الصيف، فإن ما نفضله هو مشهد الوجهين الصغيرين وهما يرحبان بنا فى المنزل.

~ ريتشل أورد



## الزوجة تحتاج للزوج

# لدينا كل شيء

يتطلب الزواج الناجح الوقوع في الحب مرات عدة، مع الشخص نفسه دائماً.  
~ ميجنون ماكلافين

كنا نعتقد أننا نمتلك كل شيء - من منزل رائع وثلاثة أبناء أصحاء وفي انتظار الرابع وستبارتين ودراجتين بخاريتين للشواطئ، ولقد أحببنا الحال على ما كانت عليه. كنا نتفق الأموال كما لو أنها ستصبح موضة قديمة يجب التخلص منها، ثم انقلبت حال السوق، وخسر زوجي عمله البارز في شركات الإنشاءات، فقد أعلنت الشركة إفلاسها وأغلقت أبوابها إلى الأبد.

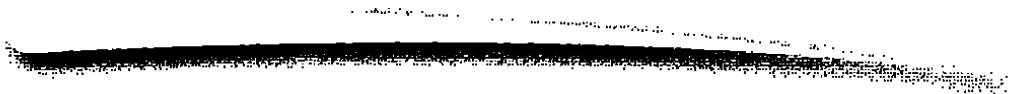
بدأنا في البحث عن عمل على الفور، لكننا لم نعثر على أي عمل. ومع كل يوم يمر، كان شعورنا بالذعر يتزايد ووظفنا على العمل معاً حتى نعبر بعائلتنا هذا المأزق. وكلما تأزرنا معاً تقاربنا، وشعرت بحب تجاه زوجي لم أشعر به لسنوات. لذا فقد كان من العسير جداً بالنسبة لي أن أشاهده وهو يلقي على نفسه باللوم بسبب موقفنا الراهن؛ فقد كنت أعرف أنه لا سيطرة له على الاقتصاد، ومع ذلك، فقد كان يهين نفسه باستمرار حتى إن معنوياته كانت تتدنى مع كل تعليق حقير. ولذلك واطببت على أن أطلب منه التوقف عما يفعله، لكن كان يبدو كما لو أنه يرغب في معاقبة نفسه لعدم حصوله على عمل.

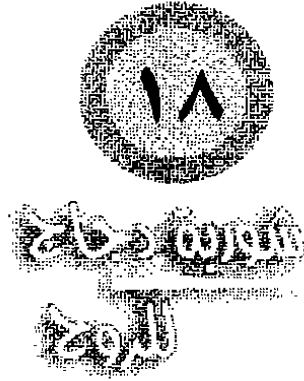
في النهاية، وفي ظهيرة أحد الأيام، أخذته جانباً وقلت له: "لدينا أربعة أبناء أصحاء ونحن معاً، وهذا هو المهم - هذا يجعلك رجلاً ثرياً".  
فأجابني: "لكن ماذا لو فقدنا هذا المنزل؟ سيكرهني الأطفال وستكرهيني أيضاً".

فابتسمت فى وجهه ووضعت يديّ على جانبي وجهه لأجعله ينظر إلى عيني،  
وقلت: "إن عشنا فى صندوق كرتونى فى قطعة الأرض الخاوية فى الجانب المقابل  
فى الشارع، فسأكون سعيدة طالما أنك معي"، وابتسمت مرة أخرى وأدركت أنني  
لم أكن أردد هذه الكلمات فقط؛ فبطريقة ما، وفى خضم نضالنا، اكتشفت الحب  
العميق الدائم الذى أكنه له منذ يوم زواجنا.

كان بإمكانى أن أرى الارتياح يتبدى على محياها عندما ارتخت كتفاه و عنقه و زال  
عن جسده التوتر، وتقاربنا واستطعنا أن نتحدث ونخطط ونحلم معاً بطريقة لم  
نألفها من قبل، وقد كانت لحظة فارقة لنا كزوجين وكعائلة.  
ما زلنا نعانى مادياً، لكننى أعتبر أننا نعيش فى رخاء لأن لدينا شيئاً لا يستطيع  
المال شراءه ولا يستطيع أى شيء مهما كان أن يسلبنا إياه.

~ كريستينا دايموك





## العلم

إنك رمز الأرض التي أعشقتها - موطن الأحرار والشجعان.  
~ جورج إم. كوهان

عندما كنت جالسة على الشاطئ، اكتشفت أن الأمواج التي تتحطم على رمال الشاطئ قد جعلتني كالمسحورة، ثم قطع هذه الحالة التي كانت تشبه الغفوة ابني الذي يبلغ من العمر عامين، فقد كان يشير إلى شيء على بعد.  
"العلم" - هذا كل ما قاله.

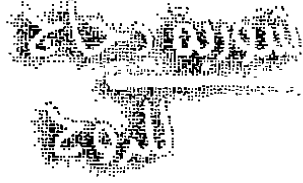
وقد أثارت ملاحظته اهتمامي، فهي تتناقض تماماً مع المشاهد المعتادة التي تثير اهتمامه كالشاحنات والقطارات والطائرات. أين تعلم هذه الكلمة الجديدة؟ وما الذي يجده جذاباً في العلم؟ أغلب الظن، أنه مهتم بالألوان الأحمر الفاتح والأبيض والأزرق التي ترفرف في الرياح.

سرعان ما سيتعلم ما ترمز إليه الألوان والخطوط والنجوم، فالنجوم ترمز إلى الخمسين ولاية، والخطوط إلى الثلاث عشرة مستعمرة الأولى، أما الألوان فهي توضح سمات فلسفية، فالأحمر يدل على الصلابة والبسالة، والأبيض يدل على النقاء والبراءة، أما الأزرق فهو يشير إلى اليقظة والثابرة والعدالة.

وفي مرحلة لاحقة من حياته سيتعلم أن العلم يرمز إلى الديمقراطية والحرية والمساواة، وعندما يُنتهى دروسه في الدراسات الاجتماعية، سأتدخل وأنقل إليه حكمتي، وسأشركه معي ليعرف المحن المروعة التي عانتها هذه البلاد مؤخراً. وبدلاً من التركيز على التفاصيل الدموية، سأبرز القصص التي تتحدث عن الإيثار والشجاعة، وسيعلم خبر أقوام ضحوا بحياتهم لإنقاذ أناس غرباء عنهم من مبان هدمها الإرهاب، وسيتعلم عن أناس رحبوا في منازلهم بغرباء شردتهم الأنواء. كما

سيعلم خبر طلاب المدارس الذين يرسلون الخطابات وطرود المساعدات إلى غرباء  
يناضلون لنيل الحرية في بلاد غريبة.  
قال ابني بعناد مرة أخرى: "العلم" - وهذا مفهوم بالطبع، فهو يريد أن يتأكد  
من أنني أراه.

~ شيريل ماجوير



## نصف الملاءات التي من نصيبي

إن واجبك هو أن تكتشف عالمك ثم تكرر نفسك له بكل إخلاص.

~ بوذا

لقد انتهى زواجي بالطلاق. كنت مستلقية، بعد أربعة عشر عاماً من الحب المشبوب لشخص واحد، أحاول بيأس أن أغفو في منزل مستأجر غريب، متوسدة نصيبي من نصف عدد الملاءات وأغطية الوسائد. لم أتخيل قط هذا الموقف، بعد سنوات عديدة معتقدة أننا سنبقى معاً إلى الأبد. إنني لم أصبح فقط أمًا مطلقة لصبيين مؤخرًا، بل لقد علمت قبل أيام أنني، ومن سيصبح طليقي قريبًا، مدينان بحوالي أربعة ملايين دولار (نعم، ملايين). يتسم زوجي السابق بأنه ممثل موهوب بشدة، وكان هذا الدين نتيجة تركيبة غريبة من الاستثمارات الفاشلة وأجور المحاماة وتكاليف التقاضي وافتقار كبير للبصيرة والمسئولية لدى الجميع.

قد يبدو حديثي ساذجًا (وقد كان كذلك بالفعل) لكنني عشت لمدة أربعة عشر عاماً يفمرني وهج بهيج لحب خاضع؛ حيث سمحت لزوجي بأن يقود طريقنا. إن قال إن من يدير الأمور المالية هم مديرو الأعمال وإن هذا "ليس دورى"، كنت أشعر بالسعادة من أن ما أضفيه على علاقتنا له الأهمية نفسها إن لم تزد. كانت عيناى مغلقتين بقوة ولا تريان الصورة الكاملة، وتجاهلت المشاعر العرضية الداخلية التي كانت تخبرنى بأن هناك خللاً ما فى علاقتى. فى النهاية، لم ينقذنى غيابى عن إدارة أمورنا المالية بأية حال من الأحوال من تحمل مسئولية النتائج - "الجهل بالأمور المالية" لا يعد أكثر من مجرد عذر مثل "الجهل بالقانون".

وبوصفى سيدة بالغة متعلمة وذكية، شعرت بغضب لا حدود له من نفسى للدور (وإن كان سلبياً) الذى لعبته فى صياغة هذه الفوضى، وشعرت إلى حد كبير بالذنب

والخزى، فقد سمحت، لسنوات، لمشاعر الحب التى أشعر بها بأن تتجاوز قيمى الخاصة، والآن أدفع أنا وأبنائى الثمن. لم تكن لدى أدنى فكرة عما سنفعله لتدبر أمورنا، وكنت أشعر برعب شديد. ولتزداد الأمور سوءًا، كان الطلاق أبعد ما يكون عن أن يتم بهدوء وسلام، وبدا أن الحب العظيم الذى تشاركته مع زوجى قد تحول إلى شعور أكبر بالمرارة والاستياء. لقد كان حانقًا، فلم يكن من المهم من الذى هجر الآخر أو لماذا، وبدرجة ما كنت قد تنازلت عن عرشى؛ فالشخص الذى وهبته حياتى بالكامل صار الآن عدوى اللدود، وتحطمت حالة أبنائى النفسية، وطفى الطلاق على جميع مناحى حياتى.

لقد جعلنى هذا الدين الكبير أشعر بالعزلة عن بقية العالم، وتذكرت سنوات مضت قبل أن أضطر إلى استخدام الكرسي المتحرك لفترة من الوقت بعد حادثة السيارة التى تعرضت لها. كان الغرباء عنى إما يتجنبون النظر إلى عيني مباشرة أو ينظرون لى بأعين ملأتها الشفقة، وأعاد الدين هذين الموقفين، ومعهما المشاعر الكئيبة التى تصاحب الشعور بالانعزال. بالنسبة لى، فإن من "عرف" أو من سيكتشف ما حدث، سيشعر إما بالأسف لحالى أو ينظر إلى على أنتى مثال للفشل الذريع. ومرة أخرى شعرت بالعجز؛ فالخوف والخزى والذنب يغلفون كل أفكارى ومشاعرى.

لقد وهبنى الله أبوين داعمين بدرجة لا تصدق، ولم يكن هناك وقت لثناء الذات: كنت بحاجة إلى العثور على عمل وبسرعة. كنت فنانة بالفطرة، لكن دورى كأمرية منزل طوال الوقت طغى إلى حد كبير على قدرتى على كسب قوت يومى، وكانت الاحتمالات المتاحة أمامى ضئيلة. وقد فعلت ما بوسعى لأحافظ على معنوياتى مرتفعة، لكن "نصف الملاءات التى من نصيبى" كانت بمثابة مشكلة كبرى، حيث كان لزامًا على أن أنام عليها كل ليلة؛ فقد كانت تمثل لى "عائلتنا"، ومهما حاولت، فلن أستطيع أن أزيل عنها ذكرياتنا المرتبطة بها. وبشبح الإفلاس يحوم أمامى، لم يكن بإمكانى أن أشتري ملاءات جديدة.

هناك شىء غريب يتعلق بالفنانين: عندما لا يكون بإمكاننا أن نتحمل تكلفة شىء ما، فإن ملاذنا عادة ما يكون المحاولة فى "عمل" هذا الشىء بأنفسنا. وكما فعلت "سكارليت أوهارا"، فى فيلم "ذهب مع الريح"، فقد نزعنا الملاءات من فوق الفراش وقذفناها فى الغسالة مع صبغة اشتريتها من "متجر والجريين" للكيمائيات. وعندما بدأت دورة العصر فى العمل، تغيرت ألوان الملاءات، وتغير معها جزء ضئيل



من شعورى بالحزن، ثم وضعت أغطية الوسائد وغطاء الأريكة بعدها، وقبل أن أدرك، بدا الأثاث بعد تجديده رائعًا، حتى إنه قد يجعل المليونيرة الشهيرة "مارثا ستورات" تشعر بالفخر.

وبعد ذلك قمت بوضع سترة قديمة من قماش يشبه الجلد، وكانت النتيجة مذهشة، حيث قمت بتجربة أكثر من دورة للغسيل ومزج ألوان مختلفة بشكل مباشر فى الغسالة، لم أكن أعرف ما الذى سأحصل عليه فى النهاية، لكننى كنت متأكدة من أننى سأحصل على نتيجة ما فى النهاية. وقد أقرضنى والدى بضع مئات من الدولارات، وبدأت فى صباغة قطع مختلفة الألوان من هذا القماش، وبدأت القطع تبدو صالحة لارتدائها كشال، لكن أصبح من الممكن ارتداؤها كتنانير، وتظاهرت بأننى فى منتهى السعادة، وارتديت بكل فخر ما صنعته فى جميع المتاجر التى كنت أشتري منها قبل أن أفلس، وبعث التنانير التى لا مثيل لها لكل بائع على الفور. وقبل أن أدرك، كان مشاهير هوليوود يرتدون تصاميمى، والمنتجات الشهيرة تبيع الملابس التى أصبغها، ولم يكن باستطاعتى أن أفى بكل الطلبات.

لقد حدث الأمر بسرعة شديدة؛ ففى الحقيقة لم تكن قدراتى على إدارة الأعمال التجارية تزيد على قدراتى على إدارة الأمور المالية. وبعد سلسلة من الخيارات السيئة فى التخطيط واختيار الشركاء، أشهر عملى المبتدئ إفلاسه، وكانت هذه هى حالى، مبدعة ومثابرة ووحيدة... والآن مفلسة رسميًا. وقد بذلت قصارى جهدى لفهم كل ما حدث، حتى يمكننى أن أشرح ما حدث لأبنائى. كانت الحال أحيانًا توشك على أن تتغير بشكل كبير مرة أخرى، فبينما كان والدهم يقدم لنا يد العون، فإن أحواله المالية كانت أسوأ من حالى بكثير، والفارق بيننا هو أنه كان يعمل فى مهنته، أما أنا فلم تكن لى مهنة على الإطلاق.

عندما خسرنا منزلنا وانتقلنا إلى شقة صغيرة، بدأت أرى أن عدم امتلاكى "أى شىء" قد يعنى حقًا امتلاك "كل شىء"، والأمر عائد لى لأقرر أيهما أختار؛ فقد كانت الفرش ذات المستويين تعنى أنتى وأبنائى نتزاحم للعيش معًا، لكنها كانت تعنى أيضًا أننا نتواجد معًا وقتًا أطول، وكانت حقيقة توافر القليل من المال لشراء أشياء جديدة تعنى صناعة المزيد من القلاع من الورق المقوى فى غرفة المعيشة الصغيرة، ونوم المزيد من الأصدقاء الصفار فى هذه القلاع. أما عدم وجود العديد من الخزانات فقد كان يعنى أن بإمكانى أن أهب كل ما لم نعد نرتديه إلى العائلات الأفقر منا. لقد فشل عملى بشكل مؤسف، لكنى طورت بسبب هذه التجربة بعض

مهارات التسويق الفطرية التي منحتني عملاً استشارياً ثابتاً. وبعد أيام طوال لا أتقاضى فيها إلا القليل، كنت ألعب الورق مع أبنائي وأشاهد الرسوم المتحركة وأصنع الكعك وأتناول ما بها من زبد، ولعبنا في الخارج وبدأنا في القيام برحلات أسبوعية إلى المكتبة العامة حيث كنا نستعير الكتب بدلاً من شرائها. ببطء، لكن بثبات، بدأت حياتنا تصبح مُرتبة وبلا عراقيل.

وبدأت ألاحظ أن أبنائي قد بدأوا يصبحون أكثر امتناناً، لأننا لم نعد نمتلك الكثير، فقد أولوا كل شيء عناية أكبر، كما أنهم كانوا يشعرون بمستوى جديد تماماً من الاحترام تجاهي. كنت دائماً من نمط الأم ربة المنزل، أما الآن فأبنائي يرونتي وأنا أعمل طوال الوقت لأعول أسرتنا؛ حيث أعمل في وظيفة بدوام كامل بالإضافة إلى السعى في محاولات رائدة، فقد شاهدوني وأنا أفضل، وابتهجوا عندما شاهدوني وأنا أنهض من عثرتي، وأصبح أبنائي هم أكبر المعجبين بي. وقد شاهدوني وأنا أبكى، وسمعوني وأنا أصرخ، فأنا لم أعد الأم "المثالية" لكن حبهم لي تزايد، كما شهدوا مؤازرة أبيهم لنا، وشاركوني في دراسة أفكار مجنونة واكتسبوا مصروفهم بمساعدتي على تنظيف الفوضى الدائمة التي خلفها حتماً في منزلنا البسيط الرائع.

في عملي الاستشاري، كنت أتعلم كيف أدير ميزانية ما؛ وذلك للمرة الأولى في حياتي، وبرعت في استخدام برنامج إكسل، رغم وجود الكثير من الأوقات التي خفق فيها قلبي بشدة عند رفض بطاقة ائتماني. وقد تعلمت ببطء كيف أطبق المهارات الجديدة التي اكتسبتها في المالية على حياتي الشخصية، وفي عمر الاثنتين وأربعين عاماً، كنت أشعر بأنني أنضج، وإن كان ما أتقاضاه قليلاً، إلا أن ما تعلمته كان عظيماً. وبينما كانت حياتي الجديدة تتضح أمامي، بدأت في مسامحة نفسي، ومع كل نصر بسيط، وكل دقيقة أفضيها مع أبنائي، تحول إحساسي بالذنب والخزي إلى إحساس بالعرفان للحياة الجديدة التي أصنعها. ولدهشتي الشديدة، بدأت في النظر إلى طلاقى وإفلاسى على أنه نعمة، ومرة أخرى، ساندني والداي وشجعاني بشكل لم أكن أتوقعه؛ فبينما تألم قلبي على فقدان الحب، شعرت بالعرفان تجاه السنوات التي تشاركتها مع زوجي السابق، كما شعرت بالامتنان تجاهه بسبب أطفالى الذين رُزقت بهم. كنت أتعلم تحمل المسؤولية والعيش بما يتفق مع ما أؤمن به من حقائق وقيم، والأكثر أهمية أنني قد أصبحت وأبنائي فريقاً مترابطاً جداً.

إن النعم الخفية التي نتجت عن هذه الفترة من حياتي ما زالت تكشف عن نفسها حتى يومنا هذا، ولو لم أمر بفترة "نصف الملاءات التي من نصيبي"، لما فهمت قط أن "لا شيء" قد يعنى "كل شيء".

~ إليزابيث بريان

---



التربية وحاج  
الروح

## عيد حب يستحق التذكر

عندما تنظر إلى حياتك، فإن أعظم لحظات السعادة هي السعادة العائلية.

~ د. جويس براذرز

من فترة غير بعيدة، قضيت أنا وزوجتي عيد الحب العاشر لنا معاً، وهو يوم عادة ما أتأمل فيه مدى ما أصابني من حظ سعيد لعثوري على رفيقة روحى، وهو يوم أعبر فيه عن عرفاني للأقدار التي ألفت في طريقى بحب لا يحدث عادة إلا فى الأفلام وأغانى فرقة إير صبلاى، وفى هذا اليوم أقوم فيه بما يلزم لأظهر لها مقدار اهتمامى بها.

ورغم أنه فى العادة يكون يوماً رومانسياً ومعداً بطريقة جيدة، فإنه هذا العام شهد تغييراً كبيراً - من الوهلة الأولى، لم تكن هناك سوى كلمة واحدة لوصفه وهى: الفشل.

على عكس السنوات السابقة، لم يكن هناك عشاء رومانسى أو غداء فى الهواء الطلق، كما أن باقة الأزهار لم يكن من الممكن تسلمها فى هذا اليوم الموعد، ولم تكن هناك قطع شيكولاتة أو حلوى، كما لم توضع صناديق الحلوى الصغيرة على خزانة الأدراج؛ فلم تكن هناك قلادة أو سوار ولا خاتم. كما لم تكن هناك سيارة فارهة ولا تذاكر سينما ولا ترتيبات لمشاهدة حفلة موسيقية، ولم تُعد الأسطوانة المدمجة المسجل بها الأغانى التى "نفضلها" موجودة، ولم تُخبأ قصيدة رومانسية أسفل الطبق الذى تتناول فيه الحبوب على الإفطار، أثبت فيها حبنى لها. لم يكن هناك أى شىء. حسناً، تقريباً لا شىء.

كانت هناك رحلة بالسيارة، إلا أنها لم تكن من نوعية الرحلات التى يمكن أن نقدم عليها من تلقاء أنفسنا، فلم تكن الرحلة إلى الشاطئ ولا الجبال أو أى مكان

للراحة على غرارهما، بل كانت إلى عيادة طبيب في جامعة كاليفورنيا متخصص في طب الأطفال، فقد كنا بحاجة إلى إجابات - بل ونحتاج إليها سريعاً.

فلم يكن مر سوى أسبوع منذ زعزعت الموجة الأولى هدوء حياتنا وسكينتها؛ وهى ملاحظة عابرة أثناء الفحص الدورى لابننا الذى يبلغ من العمر ثمانية عشر شهراً دفعتنا إلى إجراء تحليل للدم، ثم قادتنا مجموعة غريبة من البيانات المتناقضة إلى إجراء تحليل للدم أكثر شمولية، ثم تحليل آخر أتت نتائجه بالمزيد من الأسئلة لا غير، وتم على الفور تحديد موعد لإجراء تصوير بالرنين المغناطيسى للمخ.

لقد بذل الأطباء والمرضات أقصى ما يمكنهم للحفاظ على هدوء أعصابهم، لكن التسرع والعجلة فى أفعالهم ناقضا جهودهم لإقناعنا بأن هذه الاختبار كانت وقائية، وطوال هذا الوقت، ظل طفلنا الصغير غير مدرك أن والديه كاد عقلاهما يُجنَّان من الخوف عليه.

وبسبب الطبيعة المتعارضة لنتائج الاختبارات الأولية، فضل الأطباء إجراء فحوصات شاملة. وأثناء هذا اليوم، وجدنا أنفسنا نتردد ما بين إحصائى الأشعة وقتئذى سحب عينات الدم وغيرهم من المتخصصين، وفى معظم اليوم كنا نتأرجح فى نطاق ضيق بين سريالية الأفكار الباطنية وعضوية الأفكار. ومع كل تقييم، لم نأل جهداً فى جعل ظهيرة هذا اليوم طبيعية وهادئة كالمعتاد قدر الإمكان بالنسبة لصغيرنا.

لقد تبادلنا بطاقات المعايدة بعيد الحب فى الممر المخصص للسيارات كثيرة الركاب على طريق ٤٠٥ السريع، أما الغداء فى الهواء الطلق فقد استبدلنا به تناول الطعام من نافذة السيارة بينما نقف فى ظلال المستشفى، وفى غرفة انتظار إحصائى الأشعة تبادلنا هدايا بسيطة رمزية.

إن من الأشياء المثيرة للدهشة هو مدى السرعة التى يمكن أن يتغير بها واقعك، وكيف تتبدل أولوياتك رأساً على عقب خلال فترة قصيرة، ولم تكن هناك مشاعر قلق تتعلق "بالأمل فى أن تعجبها هديتى، بل سادت بدلاً منها أفكار تقتصر على "أمل أن يكون طفلى بخير".

فى أيام عيد الحب الماضية، كنت أشعر بالامتنان لأن الورود قد تم تسليمها فى الموعد أو أن موعد حجز العشاء كان مناسباً. أما هذا العام، فكنت مهمتاً للممرضات المرحات اللائى جعلن طفلى يضحك، وللمعامل التى كانت مستعدة لتأخير استراحة

الفداء، وللمدير الذى كان على استعداد للسماح لأب قلق على ابنه بعدم الحضور للعمل رغم أنه لم تمر سوى بضعة أسابيع على وظيفته الجديدة.

كما شعرت بالامتنان لمن يقومون بسحب عينات الدم الذين استطاعوا بما يشبه المعجزة أن يصلوا إلى وريد صغير فى ذراع طفل يصرخ، ومن المحاولة الأولى. وأقر بجميل الأطباء الذين يؤمنون بالتعامل المباشر مع المشكلات رافضين "الانتظار لرؤية ما ستسفر عنه الأيام". وقد شعرت بالامتنان أيضاً للمتخصصين الذى أشعرونى كما لو أن ابنى هو أهم مريض فى جدول أعمالهم اليومى.

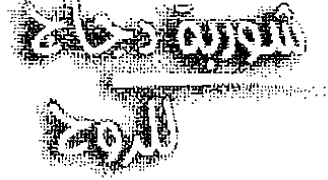
بعد ظهيرة يوم اتسم بالتشوش والتوتر، كنا قادرين فى النهاية على العودة إلى المنزل. وبينما بدأت الشمس فى الغروب لتنتهى يوماً طويلاً مؤلماً، وفى الوقت نفسه الذى يتناول فيه باقى المحتفلين بعيد الحب عشاءهم الرومانسى، تمددت أنا وزوجتى على الأريكة وبذلنا قصارى جهدنا لفهم هذا اليوم فهماً صحيحاً. من الواضح، أن هذا اليوم سيكون عيد الحب الذى لن ننساه طيلة حياتنا. لقد خيم علينا إحساس بالراحة لنهاية هذا اليوم، وخشية من جهلنا ما سيحدث بعد ذلك.

كانت هناك أيضاً لحظة غير متوقعة من وضوح الرؤى، وقد مرت بى هذه اللحظة عندما أدركت أن الأوجه "التجارية" للعطلة فى حد ذاتها غير ذات معنى. إن الزهور والحلوى وغيرهما من الهدايا التى أصبحت عادة فى الرابع عشر من شهر فبراير من كل عام ليست هى سبب العيد، بل هى مجرد رمز له.

فى النهاية، ربما يجب أن تكون ماهية عيد الحب هى قضاء يوم مع أكثر من تحب فى هذه الحياة، ويجب أن تتعلق بقيامك بكل ما تستطيع لتهدئة طفل يبكى، بل ويلزم أن تدور حول إعادة تأكيد الزوج والزوجة لالتزامهما المتعلق بعائلتهما فى "المنزل"، وإدراك أن أياً منهما لا يمكنه النجاة دون وجود الآخرين معه، ويجب أن يتعلق بإعادة تحديد أولوياتك، والتأكد من أنك لن تكون مشغولاً لدرجة تمنعك من التواجد مع عائلتك.

وإن كان عيد الحب يدور فى حقيقته حول هذه الأشياء جميعاً، فربما لم يكن احتفالنا بهذا اليوم فاشلاً فى النهاية. ربما، وأقول ربما، كان الاحتفال الأكثر نجاحاً بعيد الحب حتى الآن.

~ روب إل. بيرى



## هكذا تكون الحياة!

تحوي الحياة العديد من النعم البسيطة، ويحمل كل يوم سحره الخاص المتفرد.  
~ جون ماكلويد

لقد قمت بتثبيت "كودي" في المقعد، ووضعت بين قدميه عصير "سليشيه" المثلج، وأدرت الشاحنة، ثم شبك "كودي" أصابعه خلف رأسه وتنهّد بقوة وقال: "هكذا تكون الحياة!".

إنها عبارة عميقة مقارنة بمثل هذه المباهج البسيطة؛ فقضاء الوقت وحده مع أمه وتناول عصير سليشيه المثلج، كانا من الواضح أنهما وصفة السعادة لطفلي الذي يبلغ من العمر ست سنوات.

لقد تذكرت الأوقات التي عايشتها فيها مثل هذه اللحظات، هذه الدفقات الشعورية، أي اندفاعة الشعور بالحب التي تغمر القلب في لحظة.

ذات مرة ونحن في طريقنا إلى المنزل عائدين من رحلة للتخييم، أوقف زوجي الشاحنة فجأة على جانب الطريق وأطفأ المحرك، وخرج من السيارة قافزاً إلى ناحيتي، ثم فتح الباب وهو يؤدي حركة تمثيلية كتحية أصحاب المقامات الرفيعة.

سألته: "ما الذي يحدث؟"

فأجاب: "أرغب في أن أريك شيئاً ما".

وجدبني إلى مقدمة السيارة، ولف ذراعيه حول خصرى من الخلف، وعلى جانب الطريق السريع بدأ يشير إلى النجوم المتلألئة في السماء الصافية يخبرني بها.

تحدث هذه الدفقات الشعورية عندما لا نتوقعها على الإطلاق.

حضر إلينا "كودي" ذات مرة وقال: "خطرت لي فكرة رائعة! لنطلق بالونات في

الفضاء!".

لذا قمنا بنفخ بعض البالونات - بالون لكل ابن من أبنائنا- وكتبنا عليها "أحبك أيتها السماء!"، ثم تابعتها وهي تحلق بعيداً، واستمرت هكذا حتى علقت بشجرة جيراننا، لكننى أعتقد أن الرسالة قد وصلت إلى السماء على أية حال - أتصور أنه قد انتابته لحظة من دفقات المشاعر الخاصة به.

فى الطريق لحضور مناسبة فى مدرستهم فى إحدى الأمسيات، كان ابننا الأكبر، "إيثان"، يشعر بالانبهار لما يتوقعه من هذه النزهة بالذات. بعد أن أوقفنا السيارة، وبينما كنا نترجل منها قال "إيثان": "أحب كودى! وأحب ماثيو! وأحب ماديسون! وأحب أبى!".

ثم رفع ناظره تجاهى وأضاف: "أنا حتى أحبك أيضاً!".

فى أحد الاحتفالات، دعونا بعض أصدقائنا لشواء الهوت دوج وحلوى الخطمى على النار فى الهواء الطلق، تحت عين القمر الكامل الذى بدأ فى الظهور وقت الغروب، وبينما كنا نحلق فى النار مأخوذين فيها، تنهد أحد الآباء وقال: "الآن هكذا تكون الحياة!".

لقد نظرت إلى الجانب الآخر من الشارع إلى منزلنا، الذى يحتاج إلى إصلاحات تتحدانا لننهيها. كنا قد قضينا ثمانى سنوات دون مطبخ، والشرفة التى فى الطابق العلوى كانت على وشك تحويلها إلى غرفة نوم ثالثة لتستخدمها عائلتنا المتنامية، أما الطابق السفلى فقد كان عبارة عن منطقة بناء، والأطفال يستحمون فى حوض استحمام ألمانى أثرى، ويستخدم أيضاً كمغسلة للأطباق، وكنا نحب أن نمزح قائلين إن أحفادنا سيستكملون الإصلاحات الأبدية بالنيابة عنا وفق المعدل الذى تسير عليه الآن، كما كنا نحلم غالباً أيضاً بحضور "تاى بيننجتون" وطاقم برنامج "إكستريم ميكوفر" لإنقاذنا.

ورغم كل شىء، فإن أبنائنا بدوا كأنهم لا يباليون بعيوب منزلهم - فى أكثر من مناسبة، كان كل منهم يصبح: "أحب هذا المنزل!".

تساءل العديد من الأشخاص على مدار الأعوام عن مدى صحتنا العقلية، متعجبين من سبب تقدم العمل فى إصلاحات منزلنا بسرعة السلحفاة. إن أحد العوامل الأساسية، وهو تربية الأبناء، استولى على غالبية ما لدينا من مال ووقت واهتمام. ويمكن القول إننا قد حُصرنا بشدة فى فلك لحظات دفقات المشاعر الشبيهة بهذه اللحظات. ضغطت على يد زوجى وأنا أشاهد أبنائى وهم مرتدون زى الاحتفال ويطعنون حلوى الخطمى بشوكات أثرية يمكن إطالتها.



ثم اتفقت فى هدوء مع الملاحظة التى قالها أحد الآباء وقلت: "نعم، هكذا تكون الحياة!".

قد تفكر فى هذا الأمر - فى الأشياء التى تدفع داخلك هذه الدفقات العاطفية وتجعلك ترغب فى أن تعلن للجميع وتقول: "هكذا تكون الحياة!".

ثم انطق بها!

~ جينيفر أوليفر

---

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***





عندك

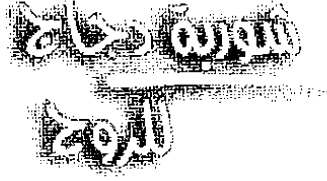
تعمك

التعافى من المحن

توفر لك مصاعب الحياة ومباهجها نوافذ تطل منها على الفرص التي تسنح لك، لكي  
تحدد قيمك وأهدافك. حاول أن تنظر إلى العوائق باعتبارها درجات سلالم تصعد بها  
نحو الحياة التي تريد.

~ مارشا سينتار

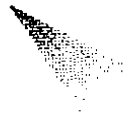
***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## انتصار لا هزيمة

حول جراحك إلى مصادر للحكمة.

~ أوبرا وينفري



أعتقد أننا لا نعرف مقدار صلابتنا إلا عندما تتكالب علينا المشكلات والأوقات العصبية، تسيطر على حياتنا وكياننا. إننا نواجه بالتأكيد محناً ومصاعب؛ فهذه المحن والمصاعب تمثل جزءاً طبيعياً من حياتنا اليومية، ولكنها أحياناً تكون على درجة من الشدة قد تصيبنا بالارتباك أو خيبة الأمل أو الإحباط الكامل، فنقع في فخ الجمود والسلبية.

لقد نشأت في عائلة مفككة، ووسط جو من الإساءات والإهانات، وتعلمت من فوري أنني إما أن أغرق أو أسبح إلى شاطئ النجاة. ورغم أن طفولتي كانت مرحلة شديدة الصعوبة، فإنني أدركت تماماً أنها أعدتني لمواجهة المصاعب التي لاقيتها بعد أن أصبحت إنسانة ناضجة، فقد تعلمت في مرحلة مبكرة من حياتي أن ما يجعلني أتجاوز المآزق التي أمر بها أو أسقط أسفل برائتها ليس طبيعة هذه المآزق، ولكن المهم هو التوجه الذي أتبناه إزاءها.

أعلم أن الحالة الاقتصادية لا تزال سيئة كما كانت قبل عقود، وأعلم أن هناك الكثيرين ممن يموتون هلعاً جراء الخوف على مستقبلهم، وقد سمعت بعض الناس يقولون إنهم لا يعرفون كيف يتعاملون مع الأوضاع المتردية وما آلت إليه حياتهم، فقلت لهم إنني عندما تواجهني ظروف صعبة، أبذل جهداً أكبر وأكبر لتحقيق نتائج إيجابية. إنني أستخدم الخوف والطاقات السلبية، والتي تولدها المحن داخلي، في العمل بجهد أكبر للوصول إلى حلول أكثر إيجابية، ولم أسقط بسبب ممارسات والدي السلبية، ولا بسبب ما واجهته من مشكلات.

لقد أصبت بسرطان القولون فى يونيو ٢٠٠٣، وكانت هذه فترة شديدة الصعوبة فى حياتى؛ فقد كنت منهارة تمامًا، وشديدة الخوف، وبالتأكيد كنت أمضى الليالى، دون نوم، متضرعة إلى الله أن يمنحنى القوة ويساعدنى على التغلب على هذا المرض، ولكننى أيضا أخذت زمام المبادرة من المرض ورحت أبحث عن أفضل الجراحين وإخصائى الأورام، وكان كلما وصف لى أحدهم أسلوبًا علاجيًا، كنت أجربه، وأطلب فيه استشارة طبيب آخر لكى أتأكد من أنتى أسير على الطريق الصحيح، قبل أن أخضع لجراحة كبرى. وعندما خضعت للجراحة، حققت نتائج طبية، وأكد أطباء الباثولوجى أنه قد تمت إزالة كل الخلايا السرطانية، وقالوا لى إنه لا داعى لأن أقلق وإننى بإمكانى أن أعيش حياة طبيعية.

إلا أن السرطان عاد فى عام ٢٠٠٤، وتعرضت للانهايار الكامل مرة أخرى؛ حيث خضعت لجراحة استمرت ست ساعات، تلتها جلسات علاج كيماوى، واستغرق الأمر منى شهرًا لكى أتعافى من هذه الأمور؛ فقد كان جسدى شديد الضعف، وظننت أنتى لن أتعافى من آلام العلاج الكيماوى، إلا أنتى اتبعت سياسة العلاج التدريجى، وفى النهاية استعدت وتيرة حياتى الطبيعية ثانية. لقد حاربت كل الأفكار السلبية التى خطرت لى فى هذه المرحلة، وكذلك أصررت ألا أسمح للسرطان بأن يسيطر على حياتى.

مضت على أربع سنوات وقد تعافيت من السرطان تمامًا، ولكن تعين على مؤخرًا أن أجرى جراحة دمج فقرات، إلى جانب إضافة رقائى ومسامير لتثبيت عمودى الفقرى وتأمينه. ولكن، مهلاً، فهذه هى البطاقات الطبية التى حصلت عليها طوال حياتى، ولذلك سوف أعب بها بأفضل وسيلة أعرفها. لقد رفضت أن أكون ضحية ومهزومة، وبدلاً من ذلك، قررت أن أكون فى موقع المنتصر. إننى أوؤمن بأن هذه المشكلات جعلتنى إنساناً أقوى وأفضل، كذلك فإنها علمتنى أن أكون أكثر تعاطفًا مع الآخرين، بخاصة المرضى منهم. وبالتأكيد، صار لى تقدير أعمق للتفاصيل اليومية فى الحياة، وللمحبة والارتباط السائدين فى أسرتى.

نعم، نحن نمر بفترات اقتصادية صعبة، مع عدم استقرار فى سوق العمل، فيما تزداد صعوبة تحقيق الأهداف والنتائج المرغوبة. ولكن ماذا لو كان يتعين على أن أعيش حياتى بدخل أقل قليلاً من الآن؟ وماذا إذا كانت خطة تقاعدى أقل بـ ٤٪ مما كانت عليه فى مثل هذا الوقت من العام الماضى؟ إننى فقط شديدة الامتنان لأننى

لا أزال لِدَى حِياتى، كذالك فإننى شديدة الامتتان لقربى من أسرتى ولأنتى نضجت  
نتيجة ظروفى الصحىة، وهذا أكثر قيمة بكثير من أية حافظلة أسهم.

~ لافيرن أوتيس

---





## أبرز أحداث مباراة السوبر باول الخاصة بي

من دون الألم، لم أكن لأضطر إلى إعادة تقييم حياتي ومستقبلي المهني.  
~ لانس آرمسترونج



لقد انقلبت حياة نجم سباقات الدراجات "لانس آرمسترونج" رأساً على عقب يوم ٢ أكتوبر ١٩٩٦، وهو اليوم الذي تم اكتشاف إصابته بالسرطان. والآن، وبعد أن تعافى من الإصابة بالمرض، أخذ يحتفل بيوم ١٠/٢ باعتباره اللحظة التي غيرت حياته - بشكل غير متوقع - نحو الأفضل.

أنا أيضاً لدى يوم ١٠/٢ الخاص بي - وأعتقد أننا كلنا لدينا تاريخ مماثل - ولكنه كان يوم ١/٢٦. كان هذا هو يوم إقامة مباراة السوبر باول رقم ٣٧ لكرة القدم الأمريكية في سان دييغو عام ٢٠٠٣، والتي كنت أغطيها ككاتب لعمود رياضي في إحدى الصحف. وبعد عدة ساعات من المباراة التي سحق فيها فريق تامبا باي باكونيرز فريق أوكلاند ريدرز بنتيجة ٤٨ - ٢١، فعل سائق ثمل غير مؤمن عليه الشيء نفسه بسيارتي الهوندا أكورد.

قدرت الشرطة السرعة التي كان يسير بها بحوالي ٦٥ ميلاً في الساعة في الشوارع المزدحمة في الحادية عشرة ليلاً، قبل أن يصطدم بقوة بالغة بسيارتي، بينما كنت أدور يميناً مع أحد المنحنيات. لقد كانت الصدمة شديدة لدرجة أنها جعلت مقعد السائق في سيارتي ينخلع من مكانه، وعندما اتصلت زوجتي بشركة جر السيارات، قدم العامل الذي جاء لسحب السيارة التعازي لزوجتي، لأنه لم يصدق أنني لم ألق مصرعي في الحادثة.

وقال لى أحد رجال الشرطة بعد أن انتهى من توثيق تفاصيل الحادث: "أنت محظوظ للغاية".

إننى محظوظ بالفعل؛ فوفقاً للإدارة الوطنية للسلامة المرورية على الطرق السريعة فإن حوالى ١٧٦٠٢ شخص لقوا مصرعهم فى حوادث طرق ذات صلة بشرب الكحوليات فى عام ٢٠٠٦، كما شهد عام ٢٠٠٣ رقمًا مقاربًا. ومع ذلك، يبقى الأمر نسبيًا، فقد عانيت قرصًا منفتقًا فى الرقبة، وخضعت لجراحة استغرقت ساعتين واسمها "استئصال القرص الأمامى العنقى وتلف قرصى بين الفقرتين الخامسة والسادسة". الترجمة: جراحة أعصاب تم فيها فتح عنقى من الأمام، بحيث تمت إزالة القرص التالف بين الفقرتين العنقيتين الخامسة والسادسة دون تلف فى النخاع الشوكى، وكذلك تم استخدام منشار كهربى لإزالة زائدة عظمية من الحوض، وتشكيلها على شكل حدوة حصان لوضعها بين الفقرتين الخامسة والسادسة لربطهما معًا.

لقد تركت الجراحة أثر جرح بطول ٣ بوصات يمتد من تفاحة آدم، وهو الجرح الذى كان يجعلنى أقول لمن يسألنى عن السبب: "أه، إنه نتيجة إصابة قديمة فى أحد لقاءات السوير باول". ولكن لسوء الحظ، تعرضت لتلف فى أحد الأعصاب، وهو التلف الذى بدا غير قابل للإصلاح. والآن، وبعد ست سنوات من الحادثة، لا تزال أصابع يدي اليسرى تعاني الخدر والقليل من عدم التأزر بينها، وصرت أجد الكتابة على لوحة المفاتيح فى صالة التحرير مؤلمة بعد حوالى ساعة.

ولكن رغم كل شيء، ما زلت أنظر إلى يوم ١/٢٦ على أنه منحة ونعمة. كبدائية، أجبرنى الحادث على أن أترك وظيفة أحبها لأعمل من المنزل، وكانت الكتابة الرياضية قد أخذتني بعيداً عن المنزل فى كثير من الليالى، وفى غالبية أيام العطلات الأسبوعية والإجازات. نعم، أفقد صالة التحرير، ولكننى فى المقابل لم أخسر الكثير. لقد احتفلت مع زوجتى بعيد زواجنا الخامس والعشرين فى تاريخ اليوم، وفى أقرب ليلة بعده، ودون مراسم احتفالية. وبدلاً من تغطية لقاءات فريقى ليكرز ودودجرز، حضرت كل عرض للمسرحيتين اللتين كتبتهما ابنتى فى المدرسة الثانوية، ولم أفوت أى لقاء من اللقاءات التى خاضها ابنى فى البطولات الوطنية، سواء فى المدرسة الثانوية أو فى الكلية، ولم أكن لأترك هذه المنافسات ولوحتى لحضور كأس السوير، أو الدور قبل النهائى لبطولة الاتحاد الوطنى الجامعى لكرة السلة، أو الأولمبياد.

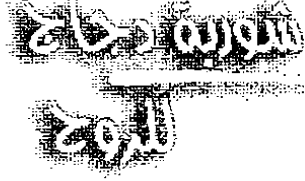
لا تزال الرياضة جزءاً من حياتي؛ فما زلت أكتب للمجلات وأعمل على إعداد كتاب يتضمن عبارات بارزة قالها الرياضيون الذين أجريت معهم مقابلات طيلة سنوات عملي. فمثلاً، قال بطل العدو الأوليمبي جاكى جوينر - كيرس: "إن المرور بمواقف صعبة أو لحظات عصيبة يجعلك تقدر اللحظات الجيدة حق قدرها"، وهناك القول المأثور عن مدرب فريق كرة السلة بجامعة كاليفورنيا ب لوس أنجلوس "جون وودن": "اجعل كل يوم أجمل أيام حياتك"، وبالطبع "أرمسترونج" الذى قال لى: "إن فلسفتى هى ألا أهدر يوماً آخر فى التفكير بشأن الغد أو الأسبوع القادم أو العام القادم. لقد علمنى السرطان أن يومى هو كل ما أملك؛ فأنا أريد أن أعيش اليوم كما لو أنه لا يوجد غد".

إننى لم أقدر هذه الرؤى العميقة حق قدرها، قبل أن تنقلب حياتى رأساً على عقب بسبب سائق ثمل.

بالتأكيد، تأتى علىَّ لحظات أشعر فيها كأن أصابى تحترق، وأغرق فى رثاء الذات، وأحيانا ألعن السائق الذى اصطدم بسيارتى من الخلف، لأن رقبتي تؤلنى دائماً. لقد "تقاعدت" عن لعب كرة السلة للرجال، وتوقفت عن لعب التنس، ولكنى مع ذلك محظوظ؛ فقد أنهيت سباق ماراثون (فى زمن قدره ٣ ساعات و١٨ دقيقة) بعد عامين من الحادث، ولم أنافس فيه وأنا على مقعد متحرك. وفى هذا العام، تأهلت للعب فى ماراثون بوسطن.

وبقدر ما خسرت جراء سائق ثمل - جزءاً من صحتى وأحلامى الوظيفية ودخلى - فإن ما خسرتة على الأقل لا يتضمن حياتى. وبقدر ما خسرت، فقد كسبت أكثر مما خسرت؛ حيث هذا المنظور الخاص بيوم ١٠/٢ بالنسبة لـ "أرمسترونج" ويوم ١/٢٦ بالنسبة لى ويوم ٩/١١ بالنسبة للكثيرين ينبغى أن يجعلنا جميعاً ندرك أن أيامنا معدودة.

~ وودى وودبيرن



## العظام الطافية

إن المصاعب والشدائد والمحن التي تقابلنا في الحياة... كلها نعم وإيجابيات؛ فهي تعلم الإنسان التماسك والاعتماد على الذات.

~ ويليام ماثيوز

إنني أعانى خلالاً في نمو الأنسجة. نعم، أعلم ما تفكر فيه، فأنت تقول في نفسك: "أليس هذا هو المرض الذي يصيب الكلاب؟". نعم، أنا والكلاب نعانيه. فبشكل عام، أعانى كون عظام وركى ليست ثابتة تماماً في تجاويها في فخذي مما يسبب لي ألماً، إلى جانب تسببه في مشاكل بالعضروف والتهاب المفاصل. ولكن لأنني إنسان ولست كلباً، فقد قلت لزوجي إنني لست في حاجة إلى القتل الرحيم لإراحتي من ألمي.

بعد ذلك اقترح طبيبي أن أخضع لجراحة العظام حول الحُقَيْة على وركى اليمنى، لأنها كانت الأكثر تضرراً. كانت الجراحة، الأكثر تعقيداً من إحلال الورك، ستتضمن نحت العظام وتغيير أماكنها، ثم بعد ذلك يتم تثبيتها بمسامير معدنية في أماكنها الجديدة، وبعد أن وجدت جراحاً خبيراً وأخذت موافقة التأمين الصحي، وافقتُ على إجرائها.

كان شعوري إيجابياً إزاء العملية طيلة الفترة التي سبقت إجرائها، إلى جانب اليوم المرتقب. وقد تحدثت مع ممرضات المحاليل، وكذلك مع الطبيبة المساعدة وطبيب التخدير والجراح، والذين كانوا يعانون تلك العادة المقلقة: لقد سألوني عن السبب في وجودي بالمستشفى - ألا يعرفون؟

سألني الطبيب: "ماذا سنفعل اليوم؟"، فحاولت ألا أصاب بالذعر؛ فقد قيل لي إن هذا المستشفى تتوافر فيه معايير الأمان. فإذا سألتني كل فرد من أفراد

الطاقم الطبي المخصص لى عن السبب الذى أعتقد أنه وراء مجيئى المستشفى، مع استمرارى فى إعطاء الإجابة نفسها، فسوف يفعلون بى ما قلت لهم إننى قد حضرت من أجله؛ حيث لم يخطر ببالى حتى وقت لاحق أننى كان يجب أن أرد بكلمتى "شفط الدهون".

ومع ذلك، سار كل شىء على ما يرام، ونجحت الجراحة، وبعد أسبوع فى المستشفى، تم التصريح لى بالخروج مع تعليمات بالألا أستخدام ساقى اليمنى لأى سبب طيلة الأشهر الستة التالية، ولما عدت إلى المنزل، كانت الحياة صعبة فى وضعى الجديد، وذات ليلة، وبينما كنت أرقد على الأريكة، وضعت يدي اليمنى على عكازى بينما وضعت اليسرى على مسند المرفق فى الأريكة، ثم حاولت أن أدفع جسدى للوقوف مستندة إلى ساقى اليسرى السليمة، لكننى لم أستطع، ووسط محاولتى وكفاحى للوقوف، سقطت للوراء فوق الأريكة.

"تررريك ترراك!" - تعالى هذا الصوت، فتجمدت من الهلع فى مكانى. هل كسرت شيئاً فى ساقى اليمنى؟ ورغم أننى لم أكن قد سقطت إلا من ارتفاع قدمين على أريكة ناعمة، فإن الضوضاء التى تصاعدت كانت مرعبة. كانت التحذيرات المشددة التى قالها طبيبى ترن فى أذنى: "إذا لم تلتزمى الحذر، فقد تتسبب فى انزلاق المسامير المعدنية التى تثبت عظامك فى مكانها، وعندها قد تتكرر معاناتك من جديد". وعندها، فعلت الشىء المنطقى؛ إذ رحلت وأصرخ بشكل هستيرى، واتصلت بطبيبي عن طريق جهاز الاستدعاء (البيجر).

اتصلت بى الطبيبة المساعدة، ولما أخبرتها وأنا أبكى بما حدث، طمأننتى بأن قالت إن انزلاق المسامير يحتاج إلى سقطة أشد عنفاً من هذه. فسألتها، وأنا أبكى وقد احمر أنفى: "وماذا عن صوت الطقطقة؟ لقد كان صوتاً رهيباً!".

فأجابتنى قائلة: "حسناً، يجب أن تعلمى أن العظام لم تثبت فى أماكنها بعد، ولكنها - إذا جاز التعبير - لا تزال تطفو فى مكانها فى جسدك، وسوف تستمر فى الاصطدام ببعضها ببعض حتى تشفى".

وقد طمأننتى بأن كل شىء على ما يرام، فشكرتها وأنهايت المكالمة. إذن، أعتقد، إمام، مهلاً. عظام طافية؟

عندما قصصت ما حدث على صديقتى العزيزة "كيت"، ضحكت، وقالت لى: "الأرجح أنها اختلقت هذه الفكرة، ولعلها تلفتت لمن حولها من الأطباء المساعدين،

وقالت لهم: "لقد قلت لها إن هناك عظاماً تطفو في جسدنا وصدقت ذلك!" - ولا ريب أنهم قد ضحكوا من تلك الدعابة وأخبروا بها أصدقاءهم. حسناً، كان لدى "كيت" مبرر منطقي، ولكن الإيمان الكامل بما قالته الطبيبة المساعدة أفضل من التشتت بين البدائل.

لقد ضربتني الأعراض الجانبية بعنف بعد الجراحة، إلا أن أشدها كان قلة الحيلة. ما لا تعرفونه هو أنني إيجابية، وأؤدي أعمالى بنفسى. حسناً، بالفعل أنا شخصية محبة للسيطرة. كان هناك ذلك الجرح الرطب الذى لا يلتئم، والجلطات الدموية التى تتفخ ريلة ساقى، والقروح أسفل الأشرطة الطبية. ولكن كل هذا كان شيئاً، وكانت رؤية حديقتى فى فصل الصيف وقد غزتها الطحالب شيئاً آخر. كان لى شىء تختفى نضارته: الحديقة والمنزل. كان زوجى يقدم لى المساندة؛ فكان يعد لى طعاماً منزلياً، ويساعدنى على التجوال فى المنزل، إلا أن ترتيب المنزل والعناية بالحديقة ليسا من مهاراته. لذلك، كانت الساعات التى أمضيها أحرق من نافذتى وأشاهد أزهارى التى تذبل، تجعلنى أقتنع بأننى يجب أن أقتل جيرانى.

كنت أخرج من المنزل بين فترة وأخرى؛ فقد كنت أجلس على مقعد متحرك، وأحياناً كنت أذهب بصحبة أحد أفراد الأسرة للسينما أو لتناول العشاء فى الخارج. فى هذا السياق، اكتشفت متعة محاولة استخدام دورات المياه العمومية وأنا معاقة - كانت مثل هذه المواقف كوميدياً من الأخطاء.

كان مقعدى المتحرك يدوياً وقصيراً وضيقاً. وذات مرة، بينما كنت أتحرك به استطمت بأحد صناديق القمامة، ومرة أخرى بعثرت النفايات فى الغرفة. كنت أحرق فى صندوق المناشف الورقية الذى لا أستطيع الوصول إليه، ثم أستجمع قدراتى لأقف على ساق واحدة لأخذ ما أريد، وأنا أشعر بالقلق مما قد يعتقده الناس عنى، إذا رأونى أنهض من فوق مقعدى المتحرك، وحتى الجلوس على المرحاض كان أمراً مثيراً للارتباك.

وبشكل عام، كنت محظوظة لأنه كان لدى من يفتح لى باب دورة المياه، وأنا أدفع مقعدى لأدخله، ولكننى بعد ذلك كنت أواجه مشكلة الجلوس على المرحاض فى الوضع الصحيح. وصارت دورات مياه المعاقين، التى كانت تبدو واسعة، ضيقة مثل كابينة الهواتف العمومية. هل حاولت من قبل أن تدخل مقعداً متحركاً فى كابينة هاتف عمومية؟

وذات مساء، دخلت دورة المياه، وأدركت أنه يتعين عليّ أن أدور بالمقعد، ولكن لم يكن باستطاعتي أن أفعل ذلك دون أن أصطدم بباب دورة المياه. وقد لويت نفسي لكي أصل إلى مزلاج الباب، وأغلقت باب المرحاض، ورحت أتأمل ما يحيط بي. كان يتعين عليّ أن أجلس في وضع عمودي على المرحاض. لقد بدا لي هذا عبثياً، ولكنني بشكل ما قمت بمناورة، شاعرة بالامتنان لأن لديّ ساقاً سليمة لأتكئ عليها. بذلت قصارى جهدي، وفي النهاية قمت من فوق المقعد، وجلست على المرحاض، ثم رحت أنظر في هلع إلى باب دورة المياه وهو يتحرك مفتوحاً - لقد انكسر المزلاج. وعندما غادرت دورة المياه، كان وجهي قد صار في لون الطماطم، فيما تسبب منى العرق، وقد ملأني الشعور بالإرهاق والإحراج. ثم خرجت وقد تولد لديّ احترام عميق للمعاقين.

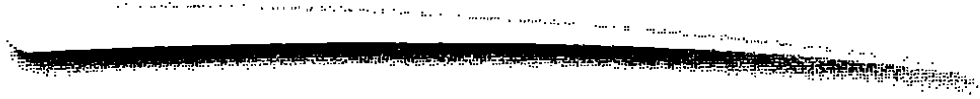
وبعد ذلك بثلاثة شهور، تم السماح لي بالتحرك دون مساعدة. وكما قيل لي، فقد كانت محاولتي الأولى رائعة، إذ رحت أتمايل جيئةً وذهاباً، فاردةً ذراعاً لحفظ توازني، وقد صرت أشبه بالطفلة التي تخطو خطواتها الأولى. وبكل كرم، قاوم زوجي إغراء إحضار الكاميرا والتقاط صورة لي وأنا في هذا الوضع.

وخلال الأسابيع التالية، مارست السير، وهو ما لم يكن مؤلماً (ما لم أفرط فيه)، إلا أنني كنت ما زلت مترددة ومرتبكة في خطواتي، وكان هذا يزعجني، ولكنني كنت شديدة الانشغال بإزالة القمامة وتنظيف دورة المياه، وقيادة السيارة بنفسي إلى العمل، وهو الأمر الذي كنت شديدة السعادة بأني أفعله.

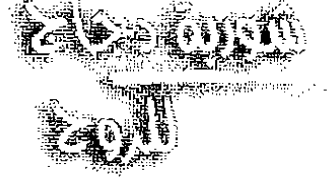
لقد خرجت من هذه التجربة، وقد أدركت أن الأشياء الصغيرة يمكن أن تجعلني أشعر بالسعادة، إذا تذكرت فقط مقدار النعم التي أتمتع بها. إنه شعور شديد الروعة أن تسير وتتحرك دون ألم! دعني أقل لك شيئاً: لعلك لم تر مطلقاً امرأة شديدة السعادة بتنظيف مرآبها. إنني أحتضن بساقي اليسرى السليمة الآن، والتي ساعدتني على المرور بكل هذه الخبرات، كما أقدر القدرات الجديدة التي اكتسبتها ساقي اليمنى. إنني لم أستعد بعد كامل قدرتي على السير لمسافات طويلة، أو الخروج في نزهات راجلة لفترات طويلة، أو حتى أضع ساقاً فوق أخرى دون أن أشعر بالألم، ولكن لا بأس بهذا، فحتى لو لم أستعد كامل سرعتي، تبقى الأشهر الثلاثة التي أمضيتهما في حالة من قلة الحيلة والعجز أكثر من كافية لأن تجعلني

أشعر بالامتنان لأنني أستطيع أن أفعل ما أفعل؛ وهذا يشمل الزهور بأروع باحة خلفية  
ذالية من الطحالب قد تمكنت من إعدادها.

~ ألينا سميث







## الديك الرومى والنعم

ينبغى أن نتحد ونؤسس بلدًا يستطيع فيه المواطن أن يأكل الديك الرومى متى شاء.  
~ هارى إس ترومان

كان يوم ٢٤ ديسمبر ١٩٧٤ غائمًا وباردًا فى "إلكو" بولاية نيفادا، حيث كنت أعيش مع طفلى الصغيرين. كان زوجى يعيش مع أصدقائه على بعد ٣٠٠ ميل إلى الغرب فى رينو؛ حيث كان يقود واحدة من سيارات الأجرة لكى يدر بعض الدخل، بعدما واجهنا كارثة مالية فى الركود الذى مرت به البلاد عام ١٩٧٤. كنت أعمل ممرضة فى المستشفى المحلى، إلى أن اضطررت إلى إجراء جراحة فى الركبة، وهى الجراحة التى كانت الأولى بين عدة جراحات فى عدة سنوات. وبعد أن خضعت لهذه الجراحة، لم أعد قادرة على العمل، وعندما جاءت ليلة رأس العام الجديد، لم يكن لدينا مال لشراء الهدايا، أو حتى لشراء الطعام المناسب لهذه المناسبة. ومما زاد الأمر سوءًا أن التيار الكهربى انقطع لمدة ١٢ ساعة نتيجة لعاصفة شتوية قطعت أسلاك أعمدة الكهرباء.

وخلال فترة ما بعد الظهيرة، جاءتنى إحدى الجارات بطبق ملىء بحلوى العام الجديد للطفلين، وبعد ساعات جاءتنى اثنتان من الممرضات الصديقات من المستشفى ليطمئنا على، ولما علمتا أن منزلى خاوى الوفاض، استأذنتا، وعادتا إلى المستشفى لتحضرا ديكًا روميًا مجمدًا، من الديوك التى تلقاها العاملون فى المستشفى فى وقت سابق من هذا الأسبوع كهدايا العام الجديد، ولكن لأننى كنت فى إجازة مرضية، فلم أكن من مستحقي هذه الهدية وفق اللوائح.

ومع مجيء الليل، فتح باب المنزل، ودخل زوجى، وقد حمل بيتزا مجمدة، اشتراها بما كسبه اليوم من السيارة الأجرة. بعد ذلك طهونا البيتزا على نيران

الدايفة. وبحلول التاسعة مساءً، عاد التيار الكهربائي، وكان الثلج قد ذاب عن  
الريك الرومي، فطهوناه في اليوم التالي، وتناولناه مع حلوى العام الجديد. وبحلول  
ليلة العام الجديد، كنا فعلاً نموذجاً للأسرة الدايفة المكملة السعيدة. ليس في  
متدوري أن أتذكر قائمة الطعام الذي تناولته في احتفالات العام الجديد قبل ذلك  
المام أو بعده، ولكنني لا يمكن أن أنسى ما تناولته من طعام في احتفال العام  
الجديد في تلك السنة.

لم ترد في مطلع عام ١٩٧٥ مؤشرات على أنه سيكون أفضل حالاً بالنسبة لنا؛  
هني فبراير من عام ١٩٧٥، انتقل زوجي من سكن أصدقائه ليقيم في غرفة بمنزل  
ابيع لإحدى جمعيات الرعاية الاجتماعية في وسط مدينة رينو، وهو المنزل الذي  
انت نافذة غرفته تطل على المطبخ، وكانت لدينا سيارة واحدة نتبادل استخدامها،  
وكان يتركها على جانب الطريق أمام المنزل. أما بالنسبة لي ومعى الطفلان، فقد  
كنت قد تعافيت من جراحة الركبة بدرجة جعلتني قادرة على أن أذهب إلى العمل  
وأعود منه بالدراجة، وكنت أضع طفلي خلفي وأنا أذهب به إلى الحضانة، وانضمت  
إليه شقيقته بعد أن أنهت السنة الأولى. وبعد ذلك، كانت تأتي جليسة أطفال مرَاهقة  
لتأخذهما من الحضانة في وقت الغداء حتى أنهى فترة عملي من الثالثة إلى الحادية  
عشرة مساءً في المستشفى، وأعود إلى المنزل بالدراجة.

وفي حوالى الثانية والنصف من صباح أحد أيام شهر مارس، رن جرس الهاتف  
بجوار فراشي. لم تكن هذه الساعة ملائمة للأنباء الجيدة، كما أنني عندما أخبرني  
المتصل بأنه رجل شرطة من إحدى البلدات البعيدة في غربى نيفادا، أدركت أنه  
على أن أتوقع أسوأ الأنباء.

قال لي الضابط: "سيدتى، لدى سيارة من طراز فورد ١٩٧٤ مسجلة تقف خالية  
بجوار أحد المقاهى في "تونويا"، فهل تعرفين أى شىء عنها؟".

أجبتة بنعم. كنت أعرف أنها سيارتنا، ولكنني لم تكن لدى أدنى معرفة بسبب  
وجودها في بلدة تقع على بعد ٢٠٠ ميل من مدينة رينو، ولا عن مكان زوجي، الذى  
من المفترض أن يكون نائماً في حجرتة في منزل الرعاية الاجتماعية. وفي الوقت  
الذى رد علىّ فيه أحد الموظفين المستيقظين في منزل الرعاية، كان اضطراب  
أعصابى قد بلغ أشده.

لقد اكتشفنا أن زوجي "جون" في فراشه، وأن السيارة قد سُرقَت، وظل من سرقها  
يقودها إلى أن نفذ منها الوقود. لحسن الحظ أننا كنا ندفع الأقساط التأمينية، وأن

رابطة خدمات السيارات المتحدة قدمت لنا سيارة بالأجرة إلى أن نتمكن من إصلاح التلفيات التي نجمت عن تشغيل اللص المحرك بتوصيل الأسلاك. في عام ١٩٧٥، كانت رينو مدينة مناسبة لك إذا كنت فقيراً، لأن المطاعم كانت تقدم طعاماً جيداً ورخيصاً، إلى جانب وجود بعض أوجه الترفيه المجانية. وفي أحد الأعياد، ذهبت مع طفليّ إلى هناك بالقطار لنقيم في منزل أسرة صديقة، أثناء زيارة هذه الأسرة عائلتهم خارج المدينة. وبعدما جلسنا نحن الأربعة في قاعة الطعام في فندق "نوجيت"، وبعدما استمتعنا بوجبات بوفيه العيد، نظرت إلى "جون" واتفقنا على أنه إذا ما استمرت حياتنا تسير في هذا الاتجاه، فسيكون من الأفضل أن نعود إلى الشرق؛ حيث يمكن على الأقل أن نكون بالقرب من عائلتنا، والطعام المنزلي.

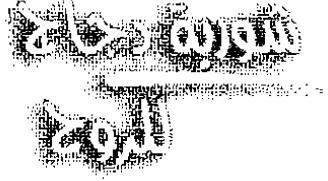
بعد ذلك بشهرين، بعنا تقريباً كل أثاثنا المنزلي، وتخلينا عن قطعة الأرض الموجودة في الريف التي كنا نأمل في أن نبني عليها منزل أحلامنا يوماً ما، ثم وضعنا متعلقاتنا في مقطورة، وانطلقنا صوب تينيسى، حيث أقمنا في البداية في نزل "موتيل ٦" في لاس فيجاس، وبعد ذلك انتقلنا إلى العديد من الأماكن رخيصة التكلفة ونحن نقطع الطريق ٤٠ بين الولايات. وقد اعتقد الأطفال أنها كانت رحلة مغامرة ممتعة لنأكل الأعشاب في أقداح بلاستيكية كل صباح، ونشوى النقانق في الحدائق العامة على الغداء.

لم نشعر أنا و"جون" بأننا مثل الرواد، ولكننا شعرنا بأننا مثل المساجين، الذين يطلق سراهم ويحصلون على تذكرة ذهاب فقط إلى مكان ما ومجموعة من الثياب ليبدأوا حياة جديدة؛ فقد كنا بلا مأوى، ولا مال، ونعاني الإحباط.

ولكن في خلال أربع وعشرين ساعة، تدخلت العناية الإلهية، واستقر بنا المقام في ناشفيل حيث وجدنا عملاً، ومنزلاً مفروضاً استأجرناه، وفرصة للعودة إلى الدراسة، وأشخاصاً يعتنون بنا. لقد حققنا الكثير من النجاح طيلة السنوات الخمس والعشرين الأخيرة. حقاً، لم تكن الظروف دوماً ميسرة، وفي الواقع، فإنها الآن - في عام ٢٠٠٩ - ليست سهلة، مع وصولنا إلى أواخر الستينيات من العمر وفقدنا أكثر من ثلاثين بالمائة من معاش التقاعد في أحدث فترات الركود، إلا أننا أكثر حظاً من الكثيرين؛ فلسنا مسرفين، كما أنه ليس علينا دين كبير، إلى جانب أنه لدى زوجي عمل وأنا أيضاً، وعلى الأرجح سوف يستمر فترة من الوقت. كذلك فإننا نتمتع بصحة أفضل من غيرنا ممن هم في مثل سننا، ونشعر بتدفق طاقتنا غالبية

الوقت. إننا لدينا منزل يأويننا وقادرون على دفع أقساط الرهن العقاري. فإننا نتمتع  
،التدرة التي استمددناها من مواجهة الصعاب والمحن.  
قبل أيام قليلة من العام الجديد، أحضر لنا جيرانتا طبقاً من الحلوى، وتناولنا  
البيتزا فى مطبخ دافئ مع أحفادنا فى ليلة العيد الجديد، وكان هناك ديك رومى  
،لسى مائدتنا، وكان هذه المرة ديكاً حصلنا عليه بما يتفق مع الإجراءات، لأن  
الاستشفى الذى أعمل فيه أعطى كل موظفيه ديكاً رومياً هدية العام الجديد، وهى  
المناسبة التى جاءت دون أن أكون فى إجازة مرضية. لقد سرت على قدمى بركبتيهما  
الاسطناعتين إلى الخيمة التى توزع فيها هدايا العام الجديد. إنتى أحمد الله على  
الديك الرومى وغيره من النعم.

~ جينجر مانلى



## معركة أم من أجل أولادها

إننى أعيش من أجل ولديّ، وسأكون كالتائهة بدونهما.  
~ الأميرة ديانا



عندما شخّص الأطباء مرضى على أنه تصلب الأنسجة المتعدد، لم أكن قد تجاوزت الخامسة والعشرين من العمر، وهو ما يعنى أننى فى ذروة مرحلة الشباب، ناهيك عن أننى أم لثلاثة أبناء، فى السابعة والخامسة والثانية من العمر. كذلك أثر مرضى بشكل كبير سلبياً على حياتى الزوجية، وأعتقد أن تأثير مرضى على أسرتى كان أكبر من تأثيره علىّ؛ فقد كان أولادى لا يفهمون ماذا جرى لهم، بينما كان زوجى لا يعرف كيف يتعامل مع المرض، فيما استمر والداى غير مصدقين مرضى. لم أكن سعيدة بأننى أعانى تصلب الأنسجة المتعدد، لكننى سأذكر لكم بعض الأشياء الغريبة التى كنت ألاحظ حدوثها فى جسدى: الخدر والتنميل فى ساقى وتشوش الرؤية، وفقدان التحكم فى المعدة والأمعاء، بالإضافة إلى الإرهاق والضعف. لقد كانت الأعراض البدنية صعبة فى التغلب عليها أو التعامل معها، إلا أن الحالة المزاجية والشعورية كانت أسوأ بمراحل. لقد كنت دوماً أمّاً نشيطة، وكان أبنائى يملأون يومى بجميع أنواع الأنشطة، بما فى ذلك الذهاب إلى حلقة التزلج، والجلوس فى الحديقة، ومباريات الكرة، والرعاية داخل المنزل. ولكن عندما ضربنى تصلب الأنسجة المتعدد، فإن ذلك قد منعنى القيام بهذه النشاطات. من بين أسباب ذلك أن بصرى بدا الشئ الأكثر تأثراً فى جسدى، ولما حدث ذلك توقفت عن قيادة السيارة، وفى هذه الأثناء، لم نكن حتى نغادر المنزل.

لم يتركنى أبنائى أستسلم، وأتذكر وقتاً كان ابنى الأصغر "كايل" يأتى إلى حجرتى فى الصباح ليوقظنى، فكان يربت كتفى، ويقول لى: "ماما، ماما"، وعندما

أفتح عيني، كان يمنحني أعذب ابتسامة، وكان يحتضنني بذراعيه الصغيرتين، ويزيح عني الأغطية ويقول لي: "انهضى يا أمى، أريد بعض البسكويت". لقد مثلت لي هذه الكلمات طوق نجاة لي، لأنها كانت تعنى أن الطفل الصغير بحاجة إلى أمه لكي تعد له بعض البسكويت، وإذا كان الأمر يتطلب استخدام عكاز، فإنه كان يقدمه لي لكي يسرع من إيقاعى. لقد كان ابني شديد الإصرار، وكان يستمتع بالفعل بالبسكويت.

لقد كان أصدقائى وأسرتى شديدي الدعم لى، وكان بعضهم يشتري لنا العشاء، أو يأخذ ابني إلى المدرسة فى الصباح، بل إنهم أحيانا كانوا يساعدوننى فى الأعمال المنزلية.

ورغم أننى اعتدت مرضى وتعلمت التعايش معه، فيما تأقلم أبنائى على هذا الوضع، فقد ترك هذا آثاره على حياتى الزوجية. بعض الناس يواجهون صعوبات كثيرة فى التعامل مع المرض، وعندما أنظر إلى الأمر الآن، أفهم كل شئ بالفعل، أما فى ذلك الوقت، فلم يكن هناك ما يمكن فهمه على الإطلاق؛ فلم يكن علىّ انتبط أن أخوض هذه المعركة الرهيبة، ولكن كان علىّ أيضا أن أخوضها وحدى؛ فبعد عامين فقط من إصابتي بالمرض، تركنا زوجى.

كذلك كانت محاولة العثور على وظيفة عقبه أخرى يتعين علىّ تخطيها. فلأننى كنت ربة منزل لمدة أحد عشر عامًا، لم تكن لدىّ أية خبرة إلا تغيير الحفاضات - ولسوء الحظ، لم يكن ذلك مطلوباً فى سوق العمل. لقد كان العثور على عمل مع عدم وجود خبرة مشكلة، ولكن العثور على عمل وأنا أعانى تصلب الأنسجة مشكلة أخرى. لم يكن الأمر يتطلب منى أن أتغيب يوماً أو يومين من العمل، ولكن كان سيتعين علىّ أن أغيب عن العمل لعدة أيام أو أسابيع، عندما تضربنى نوبات المرض بجدة.

وبشكل ما، استطعت أن أجد ما يمكن تسميته بالوظيفة، وأبقيت أمر مرضى سراً حتى بعد التعيين، وشعرت بأن علىّ أن أعمل بجد أكثر من أى شخص آخر لأعوض مرضى، وكان ذلك يعود علىّ بالنفع فى الكثير من الأحوال؛ لأن كثيراً من الأماكن تعاملت معى وساعدتنى فى أوقات اشتداد الألم، وكانت المكاتب الصغيرة أكثر تسامحاً وصبراً فيما يتعلق بموضوع مرضى.

لقد كانت هناك شركة لم يتحل المسئولون فيها معى بأى نوع من الصبر. كانت شركة كبيرة، وفى أول مرة تغيبت فيها أياماً طويلة، عنفتى مديري أمام الجميع؛ حيث لم يكن عنده أى نوع من التعاطف على الإطلاق، وبكيت فى الحمام، واتصلت

بأحد الأماكن - الذى كنت قد عملت معه قبل ذلك - لأرى ما إذا كان بالإمكان أن أعود إليه أم لا. وعندما وافقوا، قدمت استقالتى فى اليوم التالى؛ فلم أكن أحصل على راتب يكفى لأن أتحمل من أجله كل هذه الإهانات.

لقد كان هناك بالتأكيد الكثير من الأمور التى كان على أن أتحملها، فكانت هناك أيام كنت أكافح فيها بالفعل لكى أذهب إلى العمل؛ حيث كنت أشعر بالإعياء بمجرد أن أنهض من الفراش وأنتهى من الاستعداد للخروج وتحضير ابنى للذهاب إلى المدرسة. كذلك كان التعامل مع الأزمات المرورية وأوقات الضغط فى العمل مثيراً للتوتر والارتباك بشكل يفوق الاحتمال فى كثير من الأحيان، وكانت بعض الأيام أصعب من أن أتمكن من التعامل معها، ولكننى فى كل صباح أستعد فيه للذهاب إلى العمل، وأرى وجه أطفالى، كنت أتذكر السبب فى أننى يجب أن أستمروا. لقد جعلنى ذلك أشعر بالقوة، فأخذت أدفع نفسى إلى الاستمرار.

ولما كبر الأطفال، ازداد إيقاع حياتنا سرعة على سرعة؛ فكانت هناك مباريات البيسبول وكرة القدم والهوكى والسلة، وحفلات الفرق الموسيقية والجوقات فى الحفلات الاجتماعية، وفرق الكشافة، بل إننى عملت جليسة فى فصول المدارس الابتدائية فى ساعات الغداء الخاصة بى، كلما أمكن ذلك. كنت أريد أن يعيش أبنائى طفولة جيدة، حتى عندما كان يتعين عليهم أن يتعاملوا مع ظروف غير طبيعية.

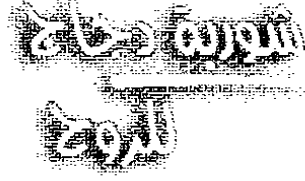
وعندما كنت أشاهد أبنائى وهم يكبرون، كنت أشعر بالأسف فى بعض الأحيان لأنهم اضطروا إلى أن يكبروا قبل الأوان. ولكننى الآن أدركت أن ذلك جعلهم أقوى؛ فطولى لا يبلغ إلا ١٥٠ سم، بينما يبلغ طول كل منهم ما يقرب من ١٨٠ سم. ولحسن الحظ، فإنهم يحترمونى ويبروننى، ودائماً ما يلبون لى طلباتى، فقد مرت بى بعض الليالى التى كنت أرجع فيها بعد وقت عصيب فى العمل، فأجد ابنى الأكبر يحملنى ويضعنى على الأريكة، ويقول لى: "إننى أعد طعام العشاء الليلة، ولن تقومى من فوق الأريكة"، ويذهب لإعداد الطعام، وتنظيف المكان بعد ذلك. إنه يحب التجريب فى المطبخ، وهو طباطخ ماهر.

لقد تزوجت ثانية بعد أن رحل ابناى الكبيران عن المنزل، وزوجى رجل رائع. كان يعرف ما يواجهه عندما تزوجنى، ولم يكن ذلك يسيراً عليه - أعرف ذلك - ولكنه وقف بجوارى فى كل اللحظات الصعبة. لقد رحل ابنى الأصغر عن المنزل العام الماضى، والآن لم يعد هناك سوانا. لقد تقدم مرضى فى السنوات الأخيرة، وعلى أن أتعاطى حقن الإنترفيرون ثلاث مرات أسبوعياً، وأعانى الشلل حالياً.

كنت أتساءل عما يجعلنى أستمر فى الحياة بعد أن رحل أبنائى، ولكن عائلتى  
سبرت الآن؛ فلم يعد معى زوجى فقط، ولكن هناك أيضاً ابنته من زواج سابق،  
وابنتيها، وزوجات أبنائى وكلب. لا يزال أبنائى يشكلون جزءاً كبيراً من حياتى، ولا  
يزالون يعتنون بى. كذلك لا يزالون يجعلوننى أحاول وأستمر فى الحياة. لقد قطعنا  
كل هذا الشوط فى الحياة، فلماذا سنقف الآن؟ إن لدينا الكثير لنعيش من أجله -  
لدينا بعضنا، وهذا كثير جداً!

~ شيرى إيه. ستانزاك





## خطوة خطوة

إن الخطوة الأولى تجاه الوصول إلى مكان ما أن تقرر أنك لن تبقى حيث أنت.

~ جون بيربونت مورجان

تخيل شخصًا من نمط الشخصية ب الذي يتسم بالهدوء وعدم التوتر، يحاول أن يكون شخصًا من النمط أ الذي يتسم بالطموح والعرضة للإصابة بالقلق وأمراض القلب. كان هذا أنا منذ عام - كانت هناك الكثير من التكاليفات التي يجب إنهاؤها، وبرامج حاسب آلي ينبغي أن أتعلمها، ودعوات لأقبلها، والتزامات لأفي بها، ومشكلات لأحلها. ومهما زاد عدد المهام التي أشطبها من قائمة المهام التي يجب إنجازها، كانت القائمة تبدو دائمًا كأنها ازدادت طولًا. لقد كنت أشعر بالتعب والضغط والتوتر، ولكنني كنت شديدة الحرص على ألا أترك شيئًا يفلت من بين يدي، وكنت أقول "كلا". وللأمانة، فقد استمتعت بالكثير من هذه المهام، ولكنني وجدت نفسي أستغلها كعذر لعدم التعامل مع بعض المشكلات الصحية، ولعدم إلقاء نظرة أمينة على قائمة أولوياتي.

لقد كانت الالتفاتة الوحيدة من جانبي في اتجاه صحتي هي تمشية المساء؛ فدائمًا ما أشعر بالراحة بعد تمشية نشطة. أعلم أن التمارين الرياضية وما تفرزه من إندورفينات مسكنة للآلام تؤدي إلى الشعور بالراحة، ولكن الأمر كان أكثر من ذلك بالنسبة لي. فبالنسبة لي كانت التمشية تعني الحرية، والشعور المريح بأن ساقني لهما الحرية في الانتقال من مكان إلى مكان، خطوة خطوة.

وذات صباح، قررنا - زوجي "جيرى" وأنا - أن نخرج في تمشية لمسافة ٤ أميال. كانت المنطقة الساحلية قد شهدت خلال الشهر الماضي أمطارًا غزيرة، وخلال الأيام المطيرة، كانت السيارات التي تسير في الطرق الفرعية قد أحالت المشهد إلى

نهاية من الحفر الطينية. والآن، جف الطين، وبينما كنا نتجاوز واحدة من الحفر على طريقنا، انزلت قدمي اليمنى في حفرة بعد أن دسنت على طبقة من الطمي المتفتت. لقد حاولت أن أستعيد توازني، إلا أن قدمي ازدادت انزلاقاً. وما زلت أتذكر منظر قدمي اليسرى بينما كنت أسقط؛ حيث كانت ثابتة في مكانها بلا حراك وقد انثنت في زاوية غريبة. بعد ذلك، سمعت الطرقة، وشعرت بألم رهيب، وأدركت فوراً أن ساقى قد كسرت.

لقد كانت الأيام التي تلت خروجي من الحفرة إلى سيارة الإسعاف عبارة عن ذكريات مشوشة من المستشفيات وأشعة إكس والفحوصات ومسكنات الألم والجراحات لتركيبة طبقة من التيتانيوم و ١٠ مسامير تربط المفاصل المتهشمة وعظام كاحل القدم المكسورة. قال لي طبيبي: "هذا أسوأ كسر أراه في حياتي". كنت في ذلك الوقت محطمة ومرعوبة، وكنت أسأل: "متى يمكنني أن أسير؟". كنت أرغب في المعرفة، فأجابني: "ما بين ٤ إلى ٦ أسابيع" - وبدت لي هذه الفترة كأنها عمر بأكمله.

في البداية، كنت شديدة الضعف جراء الجراحة، واحتجت إلى وقت طويل للتعود على العكازات. كانت فكرة السقوط ترعبني، وذات ليلة، وبينما كان "جيرى" في العمل، انقطع التيار الكهربائي، وجلست في الظلام. كنت أخشى التحرك، وسيطر عليّ هاجس أنني سأكون عديمة الحيلة تماماً إذا ما اقتحم لص المنزل، وعندما توقف مصعد المنزل عن العمل لعدة أيام، كنت مرعوبة من الكيفية التي سوف أهرب بها، إذا ما شب حريق في البناية.

لقد صارت أشياء كنت أتعامل معها على أنها مسلمات أموراً يصعب على القيام بها وأنا أستند إلى عكازي؛ مثل الاستحمام وغسيل الأسنان والشعر وإعداد الطعام، بل والجلوس على مقعد الحمام ثم القيام مرة أخرى بساق واحدة ليست على قدر تحدى أن ترفع جسدي كله. وبدلاً من الجبيرة الكاملة، اكتفى طبيبي بأن ثبت ساقى بشريحة، قائلاً لي: "احذري أن تصطدمي بها في أي شيء أو تلويها". ملأت الفراش بالوسائد، وكنت أعدل من وضعي مع كل وخزة ألم في ساقى، حيث كنت أخشى أن أغير من وضع العظام أثناء النوم.

كنت أمضي معظم الوقت إما في الفراش أو على المقعد الواسع في حجرة المعيشة متبعية تعليمات طبيبي بأن أرفع ساقى المكسورة. ولكي أقلل من الحاجة إلى

الحركة، وضعت فى المكانين زجاجات المياه والأكلات السريعة والفيتامينات والكتب وكل الأشياء الضرورية الأخرى.

وشيئاً فشيئاً، بدأت أعتاد وضعى الجديد؛ فكانت المقاعد الطويلة التى وضعتها عند حوض الحمام والمطبخ تتيح لى أن أجلس، كلما شعرت بالحاجة إلى تخفيف الضغط عن ساقى السليمة، وكانت هناك سلة ملابس قوية بجوار الفراش تتيح لى أن أستند واقفة، كما أدى استخدام العكازين إلى زيادة قوة ذراعى، وصرت أستطيع التحرك بهما بسهولة أكبر، بل إننى صرت أستمتع بأن أجد طرقاً بديلة لإنجاز الأمور. فبينما كانت يداى مشغولتين بالعكازين، كنت أستطيع أن أحمل الأشياء من مكان لآخر فى سلة مربوطة حول الوسط، أو أن أدفع أشياء أكبر وأثقل على السجاد أثناء الوثب على قدم واحدة. كذلك، كان العكازان يضيفان إلى ذراعى طولاً لى أصل إلى الأشياء التى كانت بعيدة عن متناول يديّ. وكانت صديقة حكيمة قد قالت لى: "سوف تتعلمين أشياء جديدة باستخدام هذين العكازين"، وكانت محقة.

وقد تأقلم زوجى سريعاً مع وظيفته الجديدة، كمسئول عنى؛ فقبل أن يذهب إلى عمله كل صباح، كان يعد لى شطيرة زبد الفول السودانى والجبلى للإفطار، ويعيد ملء زجاجات المياه من حولى. وفى الأمسيات وعطلات نهاية الأسبوع، كان يعد وجبات بسيطة، ويلبى لى ما أطلب. وفى البداية، عندما كنت أشعر بالضعف، كان يساعدنى على الاغتسال، وتصفيف شعرى. لقد تعمقت الرابطة بيننا.

كذلك جاء الأصدقاء ليمدوا يد المساعدة؛ فكانوا يعدون الوجبات ويقدمون الدعم. والمثير للسخرية أن صديقة لى تقيم فى ولاية أخرى كسرت ساقها وكاحل قدمها قبل شهرين من تعرضى للحادث كانت تتصل بى هاتفياً كل أسبوع وتقدم لى الإرشاد فى رحلتى الغريبة هذه، وكنا نقارن حالتينا فى فترات النقاهة، وكذلك نتبادل الخبرات وتقنيات التأقلم مع هذا الوضع، إلى جانب السخرية من المأزق الذى وجدنا نفسينا فيه. وقد رفعت هذه الرفقة من معنوياتى.

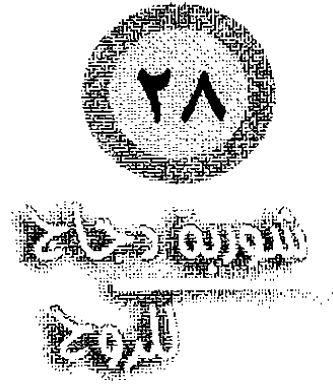
لقد تحولت الأسابيع إلى شهور، وأمر الطبيب بأن أبدأ جلسات العلاج الطبيعى، لزيادة قدرة ما أسماه ساخرًا "ساقى الآلية" على الحركة، ولكن لم يسمح لى بعد بالحركة، وكان هذا يجعلنى أحاذر من الخروج من شقتى، وكانت تمر على لحظات أخشى فيها ألا أتمكن من السير بصورة طبيعية أو بدون ألم مرة أخرى. ولكى أخفف من قلقى واكتئابى فى تلك الفترة، أدركت أننى فى حاجة إلى المزيد من التمارين، ولكن أين؟ ثم هبطت على الفكرة: فى الفراش. رفع الساقين، وانقباض

البطن، وفرد أوتار العرقوب ورفع أثقال مصنوعة منزلياً. لا ريب أننى كنت أبدو مثل سلحفاة انقلبت على ظهرها، وأنا أرقد على ظهري على الفراش بين الوسائد وقد ارتفع ذراعى وساقى فى الهواء.

وبعد خمسة أشهر، سمح لى بأن أخطو أولى خطواتى على ساقى الاثنتين دون عكازات على سبيل التجربة فى ممر مخصص لذلك بالمستشفى. كان الحذاء الأسود الضخم طويل الرقبة يجعلنى أشبه بالمحاربين الفضائيين فى أفلام حرب النجوم، ولكنه قلل من الضغط على العظام والأنسجة الناعمة التى لا تزال فى مرحلة التعافى. وبعد ذلك بشهر، وضعت قدمى بشوق فى حذائى الرياضى. كانت مشيتى فى البداية مترددة، وكنت أستخدم عكازاً واحداً لحفظ التوازن. ولكن مع التمرين بدأت الأوعية الدموية والعضلات والأوتار والأربطة - التى كانت قد أصيبت خلال العملية الجراحية أو ضعفت بسبب عدم الاستخدام - فى العودة تدريجياً إلى وظائفها الطبيعية.

والآن، أسير بكل ارتياح، وكانت هناك تحسنات أخرى. لقد أتيت لى فى هذه الفترة الكثير من الوقت لأفكر فى ما هو مهم لى. إن تخصيص المزيد من الوقت للغذاء الصحى والتمارين الرياضية الآن على رأس أولوياتى، مع الاهتمام بالصوت الداخلى للنمط ب. كان هذا يعنى عدم قبول أية دعوة أتلقاها، أو أقبل كل المهام التى تعرض لى، وشعرت بأننى صرت أقل استعجالاً، وأكثر هدوءاً مع نفسى. إن جسدى يتعافى وكذلك روحى، وأستطيع أن أقول بكل أمانة إننى مدينة للتحديات البدنية والشعورية التى كان لى أن أتجاوزها. لقد جعلتني هذه التجربة أقوى وأكثر هدوءاً وكذلك - كما أمل - أكثر حكمة. إننى وساقى الآلية نتطلع إلى السير بثبات على طريق المستقبل، خطوة خطوة.

~ جينيفر كرايتس



## ثانية واحدة غيرت حياتي إلى الأبد

من بين أسرار الحياة أنها تصنع أحجار سلاالم الصعود إلى القمة من أحجار العثرات.  
~ جاك بين

عندما كنت طفلة صغيرة، كنت أحلم بأن تكون لدى مزرعة بها خيول، وأن أتزوج رجلاً رائعاً، ولكنني لم أتخيل مطلقاً أن عالمي سوف ينهار في لحظة بعد إصابة في المخ. كما ترى، بسبب حلمي، صرت شديدة التهور، ورحت أركب أشرس الخيول، وأقود بسرعة، وأصبحت دوماً في عجلة، ولكنني في تلك المرة - فيما يبدو - أفرطت قليلاً. كنت أركب دراجة بخارية صغيرة، وانطلقت بها بأسرع ما يمكن. الشيء التالي الذي أتذكره هو أنني كنت أطيّر في الهواء بعيداً عن الطريق الجانبي، وأن الدراجة تجاوزت الحاجز الموضوع على الطريق الرئيسي وحلقت في السماء، وأنا ما زلت على ظهرها. ولما هبطت الدراجة كانت ثقيلة لدرجة أنها سحقت رأسي على أرضية الشارع الخرسانية، وكان كل شيء يدور من حولي وتشوشت الرؤية، إلا أنني لم أفقد الوعي. شعرت بالصدمة، ورحت أصرخ: "أنا قوية"، ورفضت أن أذهب إلى المستشفى، وعندما استيقظت في اليوم التالي، أدركت أنني في مشكلة، وعندما تكلمت، بدأت بآخر الجملة وانتهيت بأولها، فاندفعت بي أسرتي إلى غرفة الطوارئ، حيث وجدوا إصابة في مخي.

لقد كان جلوسني في حجرة الإخصائي - والطبيب يقول لخطيبي أنني لست الإنسانية التي وقع في حبها - صعباً. قال الطبيب إن مقدمة مخي ومؤخرته قد تعرضتا لإصابات خطيرة، وتابع قائلاً إنه بسبب حدة الإصابة، فإنني لن أعود المهندسة التي كنت عليها، وطلب مني أن أعمل في وظائف لا تتطلب إلا مهمة واحدة فقط في كل مرة، ولا تتطلب تعدد المهام، وأخذت إجازة مرضية من عملي، وبدأت رحلة إعادة التأهيل.

لقد تزوجت بخطيبي على أية حال، وقلت له إننى سأبذل قصارى جهدى لأعود إلى ما كنت عليه، واشترينا المزرعة التى طالما حلمت بها، وكانت بها خيول جميلة، واستقرت بنا الحال.

فى البداية، بدوت طبيعية، ولم تكن لتستطيع أن تحدد الفروق البسيطة فى سلوكى ما لم تعش معى، و"كنت متأكدة" بما لا يدع مجالاً للشك أنتى أغلقت باب حظيرة الخيول بحيث لا تستطيع الخروج. لقد رأيت نفسى أغلق باب الحظيرة، ولكن حصاناً أو اثنين خرجا. لك أن تتخيل من وقع فى المشكلة. إننى متأكدة من أنتى أغلقت الموقد بعد أن انتهيت من إعداد الطعام، وكنت أتكلم عن الذكريات، وأخلط بين حدث وقع قبل سنوات مع حدث وقع مؤخرًا. وبمرور الوقت، وجدت نفسى وحدى، لأن زوجى بدأ يمضى وقتًا أطول مع أصدقائه، ووقتًا أقل معى.

لقد بدأت أشعر بالشك فى كل إنسان، وكنت أظن أن الناس يتكلمون عنى، ويشعرون بأننى غريبة الأطوار، لأن هذا ما كنت أراه فى نفسى. لكن الأسوأ هو أنه لا أحد كان يستطيع أن يظن أنتى أعانى أى شىء، لأن مظهرى لم يكن يعبر عن أى شىء، وكان ذلك حتى بدأت - عندما أشعر بالضغط - أتلعثم فى الحديث. كنت أقول العبارات بالعكس، وكان الإحراج يبدو فى نظراتهم.

لقد بدأت أعى تمامًا كل شىء أقوله وأفعله، وبدأت أعزل نفسى عن الآخرين، وأجلس وحيدة فى المنزل، أو فى الخارج مع الخيول. حتى أسرتى لم تعرف كيف تتعامل معى، وتحولت من إنسانة مثار إعجاب، إلى إنسانة باردة ومنعزلة، وبدأت أبكى طيلة الوقت، وشعرت كما لو أنتى فقدت عقلى؛ فلم أكن أفهم ما كان يحدث لى، وصرت انطوائية بشكل حاد، ولم يفهم أحد ما أصابنى.

وبمرور الوقت، بدأنا - أنا وزوجى - نتشاجر باستمرار، وكنت أحاول يائسة أن أشرح له أنتى لا أكذب بشأن إغلاق الأشياء أو فتحها أو إخفائها... سمه ما تشاء. ولما لم أعد قادرة على التعامل مع الأمر، دعوت الله قائلة: "يا رب، أعرف أنه لم يكن يعرف قبل الزواج ما هو مقبل عليه. يا رب، أخبرنى بأنتى لست تلك المرأة الكاذبة التى يعتقد أنتى صرت عليها، وأخبرنى بأننى أمثل شيئًا مهمًا لشخص ما فى مكان ما، وأخبرنى بأننى أستحق الحب. يا رب، أنقذنى، وألهمنى أن أفعل الصواب". وانهرت على الفراش، ولكننى سمعت هاتفا يقول بصوت خافت فى أذنى: "ارحلى. فقط ارحلى. ارحلى".

فرددت: "ولكن، كيف أرحل، وهل أنفصل عن زوجى؟".

فعاد الصوت يقول: "إن قلبه قاسٍ، ويجب أن ترحلى. إن لديك أصدقاء، والله سيمنحك كل ما تحتاجين إليه".

"أى أصدقاء؟" لم أتلق أية إجابة عن سؤالى.

لم تكن هناك أية إمكانية لأن أرحل دون خيولى. كيف يمكننى أن أتحمل تكلفة نقل هذه الحيوانات الضخمة براتبى البسيط؟ كيف يمكننى أن أفعل ذلك؟ هنا، قررت أن الأفضل هو أن ألبى النداء، وكانت هذه هى اللحظة التى حدثت فيها أولى المعجزات. لقد عرضت على إحدى الصديقات العزيزات، التى كنت قد نأيت بنفسى عنها قبل سنوات عدة، أن تتحمل تكلفة نقل الخيول، ثم حدثت المعجزة الثانية فى اليوم نفسه عندما اتصلت بى صديقة عزيزة أخرى وعرضت على أن أقيم معها مجاناً، إلى أن أتمكن من الوقوف على قدمى. بعد ذلك، وكأن الأمر كان مخططاً له سلفاً، حدثت معجزة ثالثة بأن قالت لى صديقة أخرى إن زوجها يجرى بعض التعيينات فى مكتبه، وإن الوظيفة مناسبة وراتبها أكثر مما يلزمنى للمعيشة. نعم، هكذا تكون الأمور.

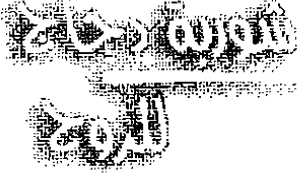
ولكن فيما يتعلق بأسوأ الأمور فى ذلك الوقت، فإننى قد فقدت منزل أحلامى بنزع ملكيته، وتم طلاقى، وتوفى والدى الروحى بسبب مرض نادر، وترددت على مستشفيات عدة بسبب ضعف قلب والدتى، وحاربت الدائنين، وفقدت عدة وظائف بسبب "الأخطاء"، ونفقت صديقتى العزيزة لأكثر من ١٤ عاماً - كلبتى نينا.

والآن، أدير مكتباً، وتجاوزت بنجاح الاختبارات الأربعة للتأمين الصحى والتأمين على الحياة فى الولاية، وهى الاختبارات التى يخفق الكثيرون فى تجاوزها مرات عدة. إننى وأمى أعز صديقتين! والآن، أعيش فى سلام مع نفسى، وأقرأ عن مشكلات إصابات الرأس وتأثيرها على حياة الناس.

من المدهش أن تعود جميع الأمور إلى نصابها، بمجرد أن تعود أنت إلى الطريق الصحيح. إننى أوؤمن بأن هناك شيئاً داخلك يساعدك على التغلب على العقبات، التى تسد الطريق أمامك. هناك الأمل، وهناك الوعد. قد يتطلب الأمر وقتاً، ولكنك ستجاوز العقبات.

إننى متأكدة من ذلك.

~ سوزى دينسمور



## لا تفقد الأمل أبداً

إن الإعاقة الوحيدة في الحياة هي التوجه السلبي.  
~ سكوت هاملتون

منذ سن صغيرة، وأنا ذكية وبطلة رياضية، وكانت حياتي سهلة للغاية، بينما كان مستقبلي مليئاً بالجوائز والمكافآت. إلا أنني واجهت قدرى الحقيقي، عندما رقدت على أرضية ملعب كرة القدم وأنا أتشبث يائسة بأهداب الوعي. وفي النهاية، استسلمت وسقطت في عالم الظلام، تاركة خلفي عاصفة من الضوضاء؛ حيث اندفع الناس نحوي محاولين إنقاذ فتاة فقدت الوعي، كانت، قبل ساعات فقط، في أتم عافية. ربما لو كان أحدهم أخبرني بالتغيير الحاد الذي كان سيؤدي إليه ذلك في حياتي، لكنني تشبثت بآخر أطراف الوعي، وحققت تعافياً إعجازياً.

في الأشهر الثلاثة التالية، أمضيت غالبية الأوقات في الفراش. كنت في الصف الثامن في تلك الأثناء، ولم أعد إلى المدرسة بعد. إن كثيراً من صديقاتي اللواتي صرن طبيبات أسنان وطبيبات بشرى لم يتمكن من تحديد ما جرى لى، وكان كل يوم يحمل معه قدرًا أكبر من الإحباط.

وفي النهاية، عدت إلى المدرسة ولكن بدوام جزئي، وبدلاً من نيل التعاطف والشفقة كما توقعت، تلقيت نظرات قذرة وانطلقت حولي شائعات قاسية تتمحور حول "إصابتي في الرأس". صارت الأشياء التي كانت سهلة بالنسبة لى في السابق شديدة الصعوبة أو مستحيلة تماماً؛ فقد كنت أركز بصعوبة شديدة في الواجبات الدراسية، بينما خرجت الرياضة - التي حققت فيها نجاحات مميزة ذات يوم - من حساباتي.



وبشكل ما، نجحت في ذلك العام، وانتقلت إلى المدرسة الثانوية. ولما كانت أحلامي بأن أصبح لاعبة كرة قدم وبطلة قومية في هذه اللعبة قد انهارت، انضمت إلى فريق عازفي الطبول بدلاً من فريق كرة القدم، وكنت أفقد الوعي في كل تمرين تقريباً، وكان الناس يشكون دائماً من اضطرارهم إلى الاعتناء بي، بل إن بعضهم سعى إلى إخراجي من الفريق، ولكن لحسن الحظ، وقفت مديرة الفرقة بجوارى، وأعتقد أنها كانت تعرف مقدار رغبتى الشديدة في أن أنضم إلى أى فريق. ومع ذلك، استمر الآخرون في الإساءة إلى ووصفى بأننى "متسولة انتباه"، بل إن صديقاتى القليلات هجرنتى.

وبينما رحت أكافح مشكلتى الصحية ووحدتى، استمررت في أن أعد نفسى بأن الأمور ستتحسن، وقد تحسنت في النهاية فعلاً. لقد كونت صداقات مع بعض أفراد فريق عازفي الطبول، بل إننى كونت صداقات قوية مع واحدة منهن. وفي حصة التربية الرياضية، قابلت فتيات لطيفات كنّ من فتيات الأعلام في الملعب، وهو قسم آخر في فريق عازفي الطبول. وبنهاية العام، أقتعنتى بأن أصبح من فتيات الأعلام، وبالفعل انضمت إليهن! ولكن إصابتي أبعدتني عنهن أيضاً.

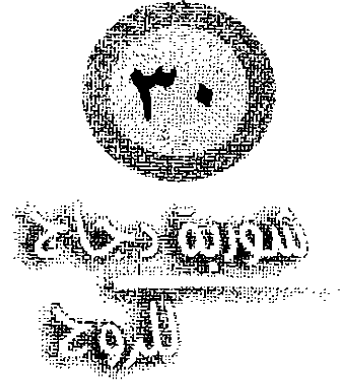
في السنة الأخيرة، بدأت الأمور في التحسن، وفهمت العديد من فتيات الأعلام أن مرضى حقيقى، ورحن يعتين بي عندما أصاب بالإغماء. وفي النهاية، تكونت لدى مجموعة من الصديقات المتفهمات اللاتي يدعمننى في كل شىء، ولكن للأسف، لم تنته معاناتى عند هذا الحد. ففي أكتوبر، بدأت حالتى الصحية في التدهور، وأصبت بالتهاب شديد في الحلق، وراح صوتى. وللمرة الثانية، كان على أن أمضى غالبية الوقت في المنزل، وتوقفت عن الذهاب إلى المدرسة، ولكن في هذه المرة كانت لدى صديقات ساعدتنى في هذه الأزمة. وبحلول ديسمبر، لم تكن الأمور قد تحسنت، ورأى طبيبى أن يرسلنى إلى مايو كلينك في مينيسوتا على أمل أن يتمكن الأطباء هناك من حل للمشكلة التي حيرت كل الأطباء الذين ذهبت إليهم.

وبعد أسبوع من الاختبارات، شخص أطباء مايو كلينك حالتى على أنها مشكلة صحية تسمى متلازمة تسرع القلب انتصابى الوضعية. وكانوا على يقين من أن مشكلات الإرهاق والصداع والإغماء وتشوش الذهن (ضعف التركيز) وغيرها من المشكلات التي أعانيها ناجمة عن "مشكلة في رأسى"، وأنتى سوف أتجاوز المرض خلال سنوات قليلة. كذلك أكدوا أن آلام الحلق وضياح الصوت ناجمة عن عصب ملتهب يمكن علاجه بالدواء.

لقد مرت ثلاثة أشهر على عودتى من عيادة مايو كلينك وقد انتهت مشكلاتى مع الصوت تمامًا. ورغم أننى ما زلت أعانى الكثير من الأعراض المؤلمة للمرض الأساسى، فإننى أشعر بالامتنان الشديد لأننى أدركت أخيراً ما أعانيه. لولا إصرار عائلتى على إيجاد طبيب يشخص لى المرض، ربما كنت لا أزال أتساءل عما إذا كانت المشكلة فعلاً "فى رأسى".

إننى فى النهاية، أشعر بالسعادة لأن أحداً لم يحذرنى مما سيحدث لى، إذا فقدت الوعى. ربما أكون قد فقدت الحياة السهلة من الجوائز والشهرة التى اعتدتها، إلا أننى الآن ما زلت سعيدة كما كنت سابقاً، ولدى صديقات جديدات لم أكن لأقابلهن لو لم تجبرنى الظروف على أن أترك الرياضة وأنضم إلى فرقة عازفى الطبول بدلاً منها. إننى أفهم الآن أنه لا يوجد أحد كامل، مهما حاول، وأن القوة لا تقاس بمقدار قوتنا على الركض أو وزن الأثقال التى يمكننا أن نرفعها، ولكن بالكيفية التى نستطيع أن ندير بها أمورنا فى وجه الصعاب والمحن، والأمر الأهم أننى تعلمت ألا أفقد الأمل أبداً لأن الإصرار يمكن أن يعبر بك أى موقف، مهما بلغت درجة استحالة عبوره.

~ كارلى كولينز، ١٥ عاماً



## معيار الرعاية

استغل اللحظات الثمينة لتعيش الحياة كاملة في كل ثانية من كل يوم.

~ مارشا وايدر

لقد كنت أرقد في حجرة عزل طبية في أحد المستشفيات، على مضخة مورفين، فيما اتصلت بأحدى ذراعي أنبوبة نقل دم، بينما اتصلت بالذراع الأخرى أنبوبة علاج كيماوي، فيما اكتظت أجزاءي الداخلية بقضبان ذات نشاط إشعاعي. كان التقيؤ قد ازداد لدي بصورة عنيفة، لدرجة أنني ملأت كل الحاويات في الحجرة. من ثم اتصلت بالممرضة لكي تحضر لي المزيد من الحاويات، فقالت لي: "إن مجرد المجيء إلى حجرتك أمر مؤلم".

لم يكن خطئي أنني أعاني المرحلة الثالثة من سرطان الرحم، كما لم يكن السرطان قط "خطأ" أي ممن أصيبوا به؛ فقبل أن يتم تشخيص حالتى، كنت إنسانة على قدر كبير من الصحة، ولا أدخن، واختصاصية نظم غذائية معتمدة متزوجة من اختصاصى أمراض رئة. ولما كنت أعمل في الحقل الطبى، فإننى كنت مواظبة تماماً على إجراء الفحوصات السنوية لسرطان الرحم والتردد على كل المعامل، وأى شيء يمكن أن يطلق عليه تعبير "وقائى"، إلا أن ذلك لم يكن كافياً. وبشكل ما، لم تُقرأ تقاريرى الخاصة بسرطان الرحم بشكل جيد، لخمس مرات متعاقبة.

لقد بدأت قصتى فى يونيو ٢٠٠٢، عندما كنت أرضع طفلتى، وأتأهب لإجراء فحوصات ما بعد الوضع. كنت أتردد على الطبيب نفسه طيلة أربع سنوات، وكنت أثق به بشدة. وللمرة الأولى فى حياتى، يتصل بى الطبيب ليخبرنى بأن نتائج فحوصات سرطان الرحم الخاصة بى طبيعية، ولذلك لا ينبغى أن أقلق من طلبه بأن أعيد الفحص، لكن ما لم يقله لى هو أن باب المعمل مكتوب عليه "لا يمكن استبعاد الأضرار الخطيرة".

على أية حال اتبعت التعليمات، وخضعت لاختبار آخر، وقال الطبيب إن النتائج طبيعية جدًا، وأنه لا توجد خلايا سرطانية. ولكن ما لم يقوله لى هو أن نتائج الفحوصات كانت إيجابية فيما يتعلق بمرض ينتقل عن طريق المعاشرة الزوجية، وهو ما أصابني بالدهشة. ولكن على الأقل، إذا ما كنت مصابة بهذا المرض، فإن "معايير الرعاية الصحية" تستلزم أن أتعاطى علاجًا بالمضادات الحيوية، ولكن بدلًا من ذلك، قيل لى فى الهاتف إن نتائج الفحوصات الخاصة بسرطان الرحم "سلبية"، فتنفست الصعداء، واستمررت فى حياتى.

فى نوفمبر، حملت ثانية وذهبت إلى الطبيب فى أول زيارة فصلية بعد الحمل، وسألت عما إذا كنت فى حاجة إلى إجراء فحوصات خاصة بسرطان الرحم إلى جانب الاختبارات العادية الخاصة بهذه الزيارة، إلا أن الممرضة أجابت بالنفى، ذلك لأننى أجريت قبل أشهر قليلة فحصًا كانت نتائجه سلبية.

وبحلول العام الجديد، بدأت أعانى آلامًا فى أسفل ظهرى. ومع مطلع فبراير، اشتدت حدة الآلام، إلا أن طبيبى لم يستطع معرفة السبب. بدأت رحلتى مع جميع الإخصائين من الأعصاب إلى جراحى تقويم العظام، إلا أنه لم يبد أن هناك أى مبرر لهذه المتاعب. لقد كان ما استخلصه الأطباء هو أننى امرأة حامل لديها مشكلة انفعالية ورغبة غير طبيعية فى تناول الأدوية، مع قدرة محدودة على احتمال الألم. بل إنهم أحالونى إلى معالج نفسى لكى يساعدنى على "التأقلم".

بنهاية الفحص الفصلى الثانى، كان الألم قد أصبح شديدًا للغاية، لدرجة أننى جلست على مقعد متحرك، ورحت أتردد على طبيب علاج آلام كان يحاول أن يساعدنى على تجاوز الآلام من خلال تعاطى أدوية مخدرة من النوع الثانى، وهى الأدوية التى لم تفعل أى شىء إزاء الألم، وأصابتنى بـ"التبلد". وعندما ذهبت إلى الجلسة الأسبوعية رقم ٢٦ للموجات فوق الصوتية، نظر إلى الطبيب، وقال لى: "إنك تعانين مشكلة خطيرة". كان هذا الطبيب يعرفنى منذ فترة طويلة، وكان مجرد سماعه يقر بأننى أعانى شيئًا ما دليلاً على براءتى، وطلب فوراً إجراء تصوير بالرنين المغناطيسى لظهري، إلا أن التصوير توقف عند عنق الرحم، ولم يصل إلى منطقة الحوض؛ حيث لم يجد أى شىء غير طبيعى.

لقد جاء الاحتفال بيوم الأم، وكنت أتطلع شوقاً إلى التقويم ترقباً للجولة التالية من العلاج. كان موعد وضعى فى ٢٣ يوليو، ولم أكن أعرف كيف سأحتمل كل هذه الفترة. ولكن فى ١٤ مايو، لم أعد قادرة على الاحتمال، ونقلت إلى المستشفى،

وأرسلوني إلى غرفة الولادة المبتسرة. وهناك أعطوني علاجًا لوقف الانقباضات، وتم وضعي على مضخة المورفين، وراحت الممرضات ينظرن إليّ وقد توقف تفكيرهن عند فكرة أنني امرأة حامل مجنونة أدمن تعاطى الأدوية - لم يكن هناك أي مبرر بالنسبة لهن لآلامى.

بعد ٥ أسابيع، وفى الأسبوع ٣٤ من الحمل، ذهبت إلى غرفة الولادة، وهناك خضعت لولادة قيصرية، وإننى لأشكر الله على أن طفلى "مادلين" ولدت طبيعية بمعجزة، إلا أنني كنت لا أزال أعانى الألم. وبعد ٤ أسابيع من الولادة، كنت لا أزال أنزف دمًا، وقال الطبيب إن ذلك طبيعى بالنسبة لولادة قيصرية، ولكن عندما زرته أخيرًا فى عيادته، لم يستطع إيقاف النزيف. لقد أجريت لى جراحة توسيع وكشط طارئة، ونقلت إلى المستشفى، ولكن هذه المرة لإجراء عمليات نقل دم متعددة. وفى النهاية، توقف النزيف، وعدت إلى المنزل.

بعد أسبوعين، كنت ذاهبة إلى إجراء فحص ما بعد الجراحة مع طبيب النساء والتوليد، عندما رن جرس الهاتف. كان هذا إخصائى أورام لم أسمع عنه أو أتكلم معه، وكان يتكلم ليحدد معى موعدًا، وعندما سألت عن السبب، قال لى صاحب الصوت: "أوه، أتقولين إنك لا تعرفين؟ أنت مصابة بسرطان رحم فى المرحلة الثالثة".

كان العلاج شديدًا - ثمانى دورات من العلاج الكيماوى وست أسابيع من الإشعاع الخارجى، وتم وصف العلاج الإشعاعى الداخلى فى مرحلة متقدمة، وكان كل ذلك يتكرر مرتين، وكانت تلك أسوأ تجارب حياتى. وعندما أزال الطبيب الغطاء الداخلى لفراشى، شعرت بالانتهاك الكامل، رغم أن جسدى من الداخل كان قد تعرض لانتزاع أجزاء منه أيضًا.

لقد دمر هذا العلاج فكرة الخصوصية فى جسدى. ونتيجة لذلك، لم أفقد إحدى كليتى فقط وأجرى جراحة فى القولون، ولكننى أعيش حاليًا بألم مستمر جراء العلاج الإشعاعى.

وبعد هذه التجربة المرعبة، دفعتنى واحدة من صديقاتى إلى أن أقرأ جيدًا ما كتب فى أحد التقارير "الإيجابية" الخاصة بفحص سرطان الرحم من العام الماضى. ولكن ما أدهشنى أن عيادة طبيبى رفضت منحى هذه التقارير، لكن المساعدة الطبية فى مكتبى طلبت النتائج من المعمل وحصلت على نسخة مطبوعة من الفحوصات طيلة الأعوام الخمسة الماضىة. وقد أعطيت أنا وزوجى كل هذه

التقارير إلى محام متخصص في أخطاء الممارسة الطبية، فأرسلها إلى إدارة سرطان الرحم في مركز جون هويكنز الطبي.

لقد كشفت التحقيقات أن خمسة من تقارير فحوصاتي الطبية الخاصة بسرطان الرحم قرئت بشكل خاطئ في الفترة من ١٩٩٨ إلى ٢٠٠٢. كانت التقارير الثلاثة الأولى قد أظهرت وجود بعض التغيرات الصغيرة المتقدمة، أما التقرير الرابع فقد أظهر أن هناك حاجة إلى الاستئصال باعتبار ذلك من "معايير الرعاية"، أما التقرير الخامس فظهر أنه لم يكن يخصني؛ إذ خلط العمل بين تقريرى وتقرير حالة أخرى مصابة بمرض ينتقل بالمعاشرة الزوجية، وكان من الواضح أن الطبيب قد "تلاعب" في تعليقاته المكتوبة على تقاريرى الطبية لكي يخفى أخطاءه؛ فلم تكن هناك أية ملاحق على التقارير، كما لم يكن هناك أى شيء رسمى - فقط مجرد خربشات حول توقيعه تؤكد أن "الطبيب رفض إجراء الاستئصال"، بينما لم يخطرني أحد بأننى يجب أن أخضع لذلك.

رفعنا قضية، ليس من أجل المال، ولكن لأن هناك من يجب أن يحاسب، وكان يجب أن نمنع هذا العبث من الحدوث مجددًا، فاتفقنا مع محامينا على المطالبة بتسوية بسيطة جدًا: وهى أن أنال تأمينًا صحيًا مدى الحياة، وأن ينشر المستشفى الشهير إعلانًا على صفحة كاملة في جريدة لوس أنجلوس تايمز يقول فيه: "إذا كنت قد أجريت فحوصات لسرطان الرحم في الفترة بين كذا وكذا، برجاء العودة وإجراء فحوصات للمتابعة، لأن نتائج الفحوصات الأولى قد تكون خطأ"، لكنهم رفضوا فى المستشفى، فتوجهنا إلى المحكمة، وبعد محاكمة استمرت ثلاثة أسابيع، تم الحكم لى بتعويض قدره بضعة ملايين من الدولارات لما تسببوا لى فيه من ألم ومعاناة. لم أحصل على مبلغ التعويض كله، لأنه فى ولاية كاليفورنيا حيث أعيش، لم يكن مسموحًا بأن يتجاوز تعويض الأخطاء الطبية ربع مليون دولار، ولكننى لم أهتم؛ فالمحاكمة حققت غرضًا أكبر وأهم من المال بالنسبة لى - وهو علاجى. لقد حاولت كثيرًا أن أجد من يسمعنى ويؤمن بأننى أعانى شيئًا ما، والآن ظهرت الحقيقة أخيرًا.

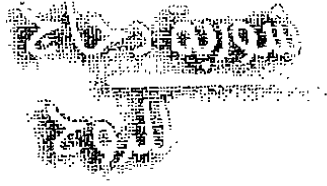
إن ما تعلمته من هذه المحنة هو أننا يجب أن نكون محامى أنفسنا، وأن تكون الرعاية الصحية فى أيدينا. لم أكن أختلف عن أى شخص آخر قبل أن أصاب بالمرض. وفى الواقع، كنت أظن أننى أنال مستوى أفضل من الرعاية الصحية، لأننى متزوجة من طبيب رائع يهتم بمرضاه، وأنا أعمل فى مجال الرعاية الصحية.

أن تكون محامى نفسك لا يعنى فقط أن تطلب نتائج فحوصاتك الطبية، ولكنه يعنى أن تصر على أن ترى النتائج وأن تحتفظ لنفسك بصورة منها، ولما كانت النساء قد ينظر إليهن على أنهن كائنات عاطفية، فإن الدفاع عن النفس يعنى أيضا أن تولى اهتماماً لفريزتك وحاستك السادسة بغض النظر عما يقال لك.

فى النهاية، لا يوجد تعريف واحد لـ "معايير الرعاية"؛ فالأطباء بشر، ويمكن أن يقعوا فى الأخطاء البشرية. لقد تلقوا تدريباً على علاج الأمراض، وليس من الضرورى أن يكونوا مبادرين - إنها مهمتنا نحن.

سبع سنوات مرت، ولم يعبر أحد عن الأسف أو المواساة لما جرى لى؛ لا الطبيب ولا المعمل ولا المستشفى، ولكنى للأمانة يمكنى القول إننى لم أعد أركز على تجربتى والتحديات البدنية التى أواجهها. لقد أعطتنى خبرتى رؤى جديدة فى المعجزة المثلة فى البقاء على قيد الحياة. لقد اخترت أن أتقاسم رسالتى وأنا أكرس حياتى لأسرتى وعملى. إننى فعلاً أتمتع بنعم كثيرة مثل الأم الرائعة والزوج المحب الداعم، اللذين يتمنهما أى إنسان، وعندما أنظر فى عيون ابنتى الجميلة، أشعر بالحب الصادق والامتنان. إن هذه القصة لكما أيضاً يا "مادلين" و"جابريل"؛ فعندما تكبران، سوف تعرفان أن كلاً منكما وأباكما هم من منحونى القوة لى أستمر. إننى أحب كل جوانب حياتى وأفخر بها، وأعد ما أتمتع به من نعم فى كل يوم نفيس يمر علىّ.

~ ميج ويرنر موريتا



## نعمة الحياة

الحياة هي ما نصنعه نحن،

دائمًا كانت هكذا،

ودائمًا ستظل هكذا.

~ الجدة موسى

بينما جلست في العيادة مع والدي، أمسك مساعد الطبيب بكتاب كان مفتوحًا على صورة المخ، وبيطء شرح لي أنني أعانى كتلة غير محددة الطبيعة فى مخى تسبب حالة تعرف بـ "مَوْه الرأس" أو "ماء على المخ".

لقد أظهرت الفحوصات أن هذه الكتلة فى مركز المخ، وأنها تسد الممر المفترض أن يسير فيه السائل المخى بشكل طبيعى، وقد أدى ذلك إلى تضخم فى المخ، وهو الأمر الذى قد يؤدى إلى الوفاة، إذا ترك دون علاج. طيلة الأشهر الثمانية الماضية، تسببت تلك الحالة فى القيء وآلام صداع غير محتملة وزيادة فى حجم بؤبؤ العين. لقد تعين على أن أذهب إلى مستشفى جامعة ديوك فى دورهام، بولاية نورث كارولينا فى اليوم التالى صباحًا للكشف عند إخصائى فى أورام المخ.

لقد غادر مساعد الطبيب المكان تاركًا إياى مع أبى وحيدى فى غرفة الفحص، وقد كان أول ما خطر ببالى أن "هذا الرجل مجنون!". ولكن عندما استدرت إلى والدى لكى أرى وجهة نظره فيما أفكر فيه، كان يبكى. لم أر أبى يبكى فى حياتى إلا مرتين: الأولى عندما توفيت ابنة عمى "ليندا"، والثانية عندما شاهد برنامجًا تليفزيونيًا يظهر دفن أحد الجنود فى فيتنام.

عاد مساعد الطبيب إلى الحجره، وأعطى أبى مظروفًا كبيرًا به صور الأشعة المقطعية وغيرها من الأوراق الطبية المهمة الخاصة بى.



لقد كنت هادئة أثناء خروجنا من الباب الزجاجي، بينما بدا أبي شديد الحزن، وكان يفعل كل ما بوسعه ليمنع الدموع من الانهيار على وجهه، وعندما استقللنا شاحنته، أخذ هاتفه المحمول ليكلم والدتي.

كانت والدتي على وشك الجنون، وتريد أن تعرف ما الذي أخرجنا كل هذا الوقت، نظرًا لأن الأشعة المقطعية لا تستغرق أكثر من نصف ساعة، فيما أمضينا ساعات عند الطبيب. قال لها أبي إن الأمور ليست على ما يرام، وسوف يخبرها بكل شيء، عندما نصل.

عندما وصلنا إلى المنزل، نزلت ببطء من الشاحنة، وأغلقت الباب الثقيل خلفي بهدوء، فيما أحضر أبي الطعام الذي اشتراه للعشاء، وأغلق الباب خلفه. وفي الداخل، كانت أمي تقف بجوار منضدة المطبخ، فأسرعت نحونا واحتضنتني بقوة، وظلت تحتضنني لدقيقة أو أكثر دون أن يكون في بالي أي شيء عما يمكن أن يقال.

لقد ذهبت إلى الفراش، وأنا مقتنعة بأن فحص الرنين المغناطيسي في جامعة ديوك سوف يثبت خطأ مساعد الطبيب، وسوف أعود إلى حياتي الطبيعية كما كانت عليه قبل نوبات الصداع. وعندما رن جرس المنبه صباح اليوم التالي، كنت أود العودة إلى النوم، ولكنني سحبت نفسي تدريجيًا من الفراش، وأغلقت المنبه، ورحت أبحث في دولاب ملابس، وانتقيت بعض الثياب، وارتديتها.

نزلت الدرج بتناقل إلى المطبخ، حيث كانت أمي وأبي قد انتهيا من ارتداء ثيابهما بالفعل وينتظرانتي، فاستقللنا جميعا سيارة أمي، واتجهنا إلى جامعة ديوك.

جلست في المقعد الخلفي، وكانت السيارة تبدو كأنها تزحف، بحيث بدا كأن الرحلة التي تستغرق ستين دقيقة قد استغرقت أيامًا. كان موعد إجراء تصوير الرنين المغناطيسي لي هو الساعة والنصف، ويجب أن أحضر مبكرًا نصف ساعة لتسجيل اسمي.

عندما وصلنا، كنت أود الانتهاء بسرعة من التصوير، ورحت أقول إنني إذا أجريت الفحوصات بسرعة، فسرعان ما سيكتشفون أنه لا توجد لدي مشكلة، وسأعود إلى المنزل.

ولكن للأسف، لم تسر الأمور على هذا النحو، حيث أثبت التصوير بالرنين المغناطيسي أن مساعد الطبيب كان محقًا، وأن هناك كتلة في مخي. كان الورم على قدر من الكبر مما تسبب في انتفاخ كبير بالمخ، لدرجة أن إحصائي الأعصاب

الذى كان هناك قال لى إنه مندهش من أنتى لا أزال على قيد الحياة، ناهيك عن كونى واعية لا فى غيبوبة.

لقد كان الأمر يقتضى جراحة مخ مدتها ٦ ساعات لإزالة هذا الورم، وراح إخصائى الأعصاب يناقش ما إذا كان من الضرورى أن أخضع لجراحة طوارئ، أم أنتظر إلى اليوم التالى. وفى النهاية، وبعد أن ظلت مستلقية فى حجرة الطوارئ طيلة ١٤ ساعة، قرروا أنه يمكننى الانتظار للصباح التالى.

أيقظتنى رائحة اللحم الشهية فى الصباح التالى، ولكننى كنت أعرف أنه من غير المسموح لى تناول أى شىء قبل الجراحة، إلا أن معدتى كانت تصدر أصواتاً وكنت أتلهف على تناول أى شىء. جاءتنى ممرضة وقالت لى إن طبيب الأعصاب الذى يتابع حالتى قد استدعوه لجراحة طوارئ وأن عمليتى سوف تتأجل. وبعد ساعتين، جاءتنى الممرضة نفسها، وقالت لى إن هناك حالة أخرى سيجرى لها جراحة طوارئ، وإن الطبيب سيجريها قبل عمليتى.

وبخلول موعد الغداء، تغير طاقم العمل، وجاءتنى ممرضة أخرى، وسألتنى عما إذا كنت مستعدة. ومع الأخذ فى الاعتبار أنتى لم أخضع لأية عملية جراحية من قبل، ناهيك عن جراحة فى المخ، يمكن القول إننى كنت غير مستعدة، لكننى هزرت رأسى موافقة. جاء بعد ذلك العديد من الممرضات الأخريات، ورفعن فراشى، وفككنه وأدرنه، وانطلقن به إلى الردهة.

كانت والدتى بجوارى، ورحت أحدق فى السقف متسائلة عما إذا كان والدى سيتمكن من الوصول إلى المستشفى فى الموعد المناسب أم لا؛ حيث كان قد ذهب إلى المنزل الليلة السابقة ليبقى مع أخى الصغير، وكنت أود أن أراه قبل أن أخضع للجراحة.

جاء أبى يجرى قبل دقائق من دخولى حجرة العمليات، فاحتضنت والدى بأقصى ما أستطيع، وأخذت نفساً عميقاً، بينما راح طبيب التخدير يدفع فراشى بعيداً. لقد بدأت التعقيدات تظهر خلال العملية الجراحية؛ فأخبر الطبيب والدى بأن الورم سرطانى، وقد توغل لمكان أعمق فى مخى لدرجة لا يمكن معها المضى قدماً فى العملية دون مخاطر، ولم يكن يعتقد أنتى سوف أفيق مرة ثانية، وإذا أفقت من العملية الجراحية، فإن النتائج لن تكون مضمونة؛ حيث كان الاحتمال الأرجح أن أعيش بلهاء طيلة حياتى. ولأسبوع تقريباً، كانت المؤشرات تقول إن التوقعات الأولية صحيحة.

وعندما أفقت أخيراً، لم أكن أستطيع الكلام ولا الحركة فعلاً. كنت أستطيع سماع كل شيء بدقة - كل شيء يقوله الأطباء حولي، كنت أستمع وأود أن أصرخ قائلة: "كلا، أنا واعية!"، ولكنني لا أستطيع الكلام.

لم يكن لدى طبيب الأعصاب ولا الأطباء الذين أجروا معي العملية أي مبرر لعدم قدرتي على الكلام، سوى أن الحروف الأبجدية لم ترتبط بشكل جيد في مخي. أجريت لي ٣ جراحات إضافية في الأسابيع الثلاثة والنصف التي تلت الجراحة الأولى، إلى جانب ٤٤ جلسة علاج بالأشعة على مدار ثمانية أسابيع ونصف. وبيطء رحت أتكلم كلمة كلمة، واستعدت القدرة على الكلام، وتمكنت - من خلال عدد لا يحصى من ساعات إعادة التأهيل - من أن أجلس وأقف وأمشي وحدي. مرت ٦ سنوات وأنا الآن طالبة في كلية صغيرة بالجنوب. وبينما ما زلت أحمل بعض الندوب في الأنسجة حيث كان الورم، بدأ السرطان في التلاشي، وأستعد الآن لدراسة الكتابة كتخصص رئيسي. ربما علمتني فترة الصمت أهمية الكلام. وفي الواقع، فإن معاناتي من السرطان علمتني الكثير، أقلها أنني يجب أن أشعر بالامتنان لما أتمتع به. إذا ما اندفعت في الحياة، فسوف أخسر كل النعم التي عادت إليّ.

لقد كان درساً شديداً الأهمية لفتاة مريضة في الرابعة عشرة من عمرها.

~ أشلي يونج، ٢١ عاماً

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***





عَدَد

نَعْمَكَ

الجوانب المشرقة

هل خُذعت، أم أن سحابة سوداء قاتمة تغيرت في الليل لتصلح فضية اللون؟

~ جون ميلتون

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## التحول المفاجئ

جميع الأمور الجيدة التي حدثت لي كانت مفاجئة، ولم أكن قد خططت لها.  
~ كارل سانديبيرج

في إحدى أمسيات شهر يونيو الدافئة، توجهنا أنا وزوجي وابنتي نحو طريق يربط بين الولايات في شاحنة متهالكة، ساحبين مقطورة تخييم خلفنا. كان يوماً طويلاً، وكنا نتطلع للوصول إلى وجهتنا التي سنقضى بها إجازتنا في جبال جريت سموكي، وتفصلنا ساعتان عن شاتانوجا حيث خططنا لأن نخيم لقضاء الليلة، ثم نتوجه نحو بيجوين فورج في الصباح التالي.

فجأة قال لي زوجي: "هل تشمين شيئاً؟" ونظر في مرآة السيارة الوسطى متحيراً. أقلقتني نبرة السؤال، فحاولت أن أشم أي شيء، ولكنني لم أفجح.

فقال زوجي: "كأنها رائحة شيء يحترق. أعتقد أننا نواجه مشكلة كبيرة".

في الاستراحة التالية، سحب "ستان" عدته من السيارة وبدأ في محاولة تشخيص المشكلة، وافترشنا أنا وابنتي ملاءة تحت إحدى الأشجار، حيث بدأت أشعر بالتعاسة.

غمغمت بصوت غير مسموع: "دائماً ما يحدث شيء ما، دائماً ما يحدث شيء ما".

إذا كان زوجي قد استمع إليّ، فلم نكن لنقع في هذا المأزق. عندما طرأت علينا فكرة الإجازة للمرة الأولى، عبرت عن قلقي من القيام برحلة طويلة تبلغ ٢٠٠٠٠٠ ميل داخل شاحنة، ولكن لأن زوجي هو أكثر المتفائلين على وجه الأرض فقد أثبت إيمانه بأنه أقوى من شكوكي، والآن، ها نحن ذا نجلس على جانب الطريق، مجموعة تعيسة من البشر، بعيدين كل البعد عن التفاؤل.



وبعد فترة قصيرة، جاء "ستان" وقدم لنا التقرير المفزع، كان هناك تسرب زيت من محرك السيارة، وكان تسرباً شديداً، من جميع النواحي، ولكن إذا قدنا السيارة ببطء وتوقفنا كل بضعة أميال لنضيف الزيت، فسيمكننا أن ننجح فى الوصول إلى المدينة التالية، ونقضى الليلة هناك، ثم نبحت عن ورشة لإصلاح السيارة غداً. زفرت زفرة مستسلمة وملتت الملاءة وتوجهت نحو الشاحنة.

ولساعات، كنا نرحف ببطء على الطريق السريع بصمت، ونتوقف مرات عدة لنضيف الزيت للمحرك، وكان مزاجى يسوء أكثر فى كل ميل نقطعه. وبحلول الظلام، وصلنا إلى مكان يُدعى "أرض تخييم نوكالولا فولز"، قبل مدينة جادسدن بولاية ألاباما مباشرة، وحجزنا مكاناً وأقمنا مخيماً وأوينا إلى الفراش، فقد كنا منهكين.

فى الصباح استيقظت على رائحة إفطار شهية، وتسلفت عبر الستائر لأرى زوجى واقفاً يلقى اللحم المقدد فى المقلاة، وكذلك أربع دوائر من البيض بجانب اللحم المقدد.

فتحت الباب قليلاً وقلت له: "ماذا تفعل؟".

ابتسم لى قائلاً: "أحاول أن أستفيد قدر الإمكان من هذا الوضع السيئ. دعينا نأكل".

زوجى الرائع، دائماً ما يتأقلم سريعاً على المواقف.

وعلى الإفطار، أعطانى "ستان" بعض الملصقات الدعائية وقال: "لقد حصلت عليها من مكتب الحجز، ويبدو المكان هنا رائعاً".

فأومأت برأسى غير مهتمة، فقد كنت لا أزال محبطة.

قال زوجى: "أعتقد أننى سأخذ الشاحنة إلى الوكيل المحلى وأرى المشكلة التى بها. إنك تعلمين كيف سيسير الأمر، فقد أتغيب النهار بأكمله، ولكن يمكننا أن نذهب لمشاهدة المناظر الطبيعية غداً".

لم أقل شيئاً، ولكن إذا كنت سأقول شيئاً، فسيكون على غرار: "هل فقدت عقلك؟" مشاهدة المناظر الطبيعية؟ كان هذا آخر شيء يسمح لى مزاجى السيئ بفعله، ولكنى التزمت الصمت.

وبعد أن انتهينا من الإفطار، شاهدت السيد المتفائل يقود السيارة ببطء السلحفاة ويخرج من عادم السيارة دخان كثيف يتبعها.

كيف يمكنه دائماً أن يتقبل جميع الأمور السيئة؟ فقد توقع أن نستمتع بزيارتنا إلى هذه المدينة التي لم نتوقع زيارتها. أما أنا، فعلى النقيض لا أملك مثل هذا التصميم.

قاطع صوت ابنتي العذب أفكارى الكئيبة: "أمى، هل يمكننا الذهاب إلى حمام السباحة؟".

قلت لها مجبرة نفسى على الابتسام: "بالتأكيد، حبيبتي، سوف آتى خلفك مباشرة". أستطيع أن أتخيل عناوين الصحف المحلية أمام عيني الآن: امرأة مجنونة تفرق نفسها فى حمام سباحة المخيم. وبحلول الفسق جاء زوجى بسيارة مستأجرة، ومن طريقة دخوله إلى مقطورة التخيم، علمت أن هناك أخباراً سيئة.

وقد كان، فبعد يوم كامل من انتظار تشخيص العطل الذى بالسيارة، كان سيتطلب الأمر يوماً آخر لإصلاحه، بالإضافة إلى أن تكلفة الإصلاح ستكون كبيرة. وعندما تناقشنا فيما بيننا حول خيارات الدفع التى أمامنا، لم يكن أى منها مريحاً. بعد ذلك، سعدت إلى الفراش وأنا على يقين من أن هذه الرحلة بأكملها كانت خطأ كبيراً.

فى صباح اليوم التالى، رغم الكآبة التى كنت أشعر بها، خرجنا فى نزهة لمشاهدة المناظر الطبيعية، محاولين أن نتناسى سبب وجودنا هنا، فاكتشفنا أن منطقة نوكالولا فولز تقع على سفح جبال أبالاشيان، والتى كانت جبلاً عالية وخرابة، كان مكاناً لم يمس جماله الطبيعى.

بالقرب من مكان مخيمنا، اتبعنا طريقاً مشمساً قادنا إلى أثر "نوكالولا" الصخرى، وكان لأميرة هندية جالسة كما لو كانت ستقفز من أعلى الجرف الذى يبلغ ارتفاعه ٩٠ قدماً، وكانت المياه الباردة تدور حول قدمها وتسقط من فوق حافة الجرف مكونة شلالاً رائع الجمال.

تقول الأسطورة إن والد "نوكالولا" قد وعد أحد الأعداء بتزويجه إياها أملاً منه فى إحلال السلام بين القبيلتين، ولكن كانت البتول الهندية واقعة فى حب أحد رجال قبيلتها، ومع انعدام الأمل فى تحقيق حلمها، قيل إنها قفزت من فوق هذا الجرف بالذات لتلقى حتفها فى يوم عرسها.

على بعد بضع أقدام، نزلنا درجات حجرية شديدة الانحدار لنصل إلى الممر البارد الذى يقع تحت الشلالات. وفى أثناء سيرنا فى الممر الزلق، توقفت فى بقعة خالية من الطحالب ونظرت إلى الأعلى.

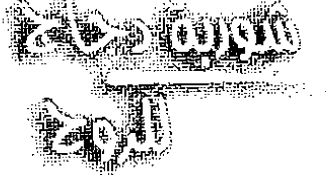
كان يخرج من بين رذاذ الشلال المزبد أشجار أرز عملاقة وزهور دائمة الازدهار صاعدة لأعلى كما لو كانت أعمدة مثقبة، وكان يعلو وسنا ضوء الشمس الأصفر يتخلل مظلة من أفرع الأشجار المورقة. قال "ستان": "جميل، أليس كذلك؟". قلت، وأنا أتوقف فجأة: "نعم، إنه مذهل بكل تأكيد".

بعد الغداء، سرنا في الممر الضيق المحاط بأشجار الصنوبر الرائعة، والذي كان يتعرج صعوداً إلى قمته المحاطة بالغاب، وعندما نظرت إلى الوادي في الأسفل، أسعدني المنظر؛ فقد كانت أشعة شمس الصيف تنتشر في أشرطة ذهبية حول العشب المشذب حديثاً، ورأيت من بعد مجموعة من الأطفال يتقافزون بين الظلال، وكانت ضحكاتهم تعلو وتخفت. كان الهواء مليئاً بروائح وأصوات الصيف، فأخذت شهيقاً طويلاً وأحسست براحة في قلبي، كما لو كان هذا المكان هو المكان الذي من المفترض أن أتواجد فيه.

عندما تجمعتنا للعشاء هذا المساء، لم نستطع أن نتوقف عن الحديث عن اليوم الممتع الذي قضيناه معاً، والجمال المذهل الذي كان ينتظرنا لننهل منه. إذا كنا قد واصلنا رحلتنا، فلم نكن لنرى هذا الجمال مطلقاً.

لا تزال شلالات "نوكالولا" أكثر مكان نفضل الذهاب إليه في حياتنا، فقد تعلمت هناك درساً مفيداً: بغض النظر عن المكان الذي يأخذني إليه طريقي، لا يجب أن أترك التحول المفاجئ في الطريق يفسد عليّ رحلتي. بدلاً من هذا، يجب عليّ أن أتبع الطريق التلقائي إلى ضوء الشمس والظلال التي تنتظر أن يتم اكتشافها في الأماكن المكتشفة بالمصادفة.

~ دايل آلن شوكللي



## قائمة الحياة المريحة

لا تخلط بين حياتك العملية وحياتك الخاصة.

~ هيلارى كلينتون

لقد وجدت نفسى أرزح تحت وطأة أزمة مالية، ولم أستطع تجاهل الأخبار السيئة التى تأتى من كل حدب وصوب، ولكن من جهتى كانت الأمور مريحة إلى حد ما؛ فقد كنت صغيرة فى السن، ولكنى أمتلك منزلى الخاص وعملاً جيداً ولا توجد أية ديون علىّ.

يجب أن أعترف بفضل والديّ فى أى منطلق سليم أتبناه فيما يخص الأمور المالية؛ فلو تركانى لحالى دون تعليم، لم أكن لأستوعب قط قيمة أن أكون غير مدينة لأحد ديناً يتجاوز قيمة الحقائق الثمينة والتى من المرجح أنى لم أكن لأستخدمها. فى أحد الأيام الجميلة، ذهبت إلى العمل فاكتشفت أنه قد تمت ترقيتى. كنت وقتها فى منتصف تدريب موظفة جديدة، عندما طلب منى مديرى أن أذهب إلى مكتبه ليحدثنى برهة من الوقت. بعد هذه المحادثة، يمكنك أن تحذف بند "الوظيفة الجيدة" من قائمة حياتى المريحة، وبدون تحذير. فى حقيقة الأمر، قبل شهر مضى كنت قد حصلت على جائزة موظف الشهر المثالى للمرة الخامسة. أغلق المدير الباب علىّ ولم أتمكن من النطق، وكذلك فعل الجميع؛ حيث تم فصل ٧ موظفين من قسمى فى هذا اليوم. وقد اكتشفت بعد ذلك أنه تم فصل آلاف الموظفين على مستوى الشركة، وحصلت على وظيفة فى أحد البنوك الفاشلة.

بعد ذلك استلقيت فى الفراش محبطة أسبوعاً كاملاً، وستأثرى مسدلة ولم أغير ملابس النوم، ولست متأكدة مما إذا كنت قد قمت بالاستحمام أم لا. وقد شاهدت كل فيلم أملكه مرتين، وكان أصدقائى العاطلون وغير المستحمين مثلى يأتون إلى

منزلى، فتنجس فى الفراش معاً نأكل الشيكولاتة والمقرمشات؛ فقد كانت هذه المأكولات هى ما يمكننا أكلها دون أن نقوم بأى جهد يُذكر. امتد الأسبوع ليصبح شهراً، وامتد إحباطى ليتعدى مجرد الضائقة المالية، رغم أن هذا أمر مقلق لامرأة وحيدة تمتلك منزلاً - كان إحباطى مزيجاً من الكثير من الأمور.

عندما يحدث لك أمر مشابه، من الطبيعى أن تسأل عن السبب. راجعت جميع إنجازاتى فى العمل، وفكرت فى أى كنت أفضل الموظفين أداءً كل شهر منذ أن تم تعيينى، وكذلك فكرت فى أنهم كانوا يعطوننى أعلى الدرجات فى تقييمى. ما الخطأ الذى وقعت فيه؟ ما الذى كان علىّ أن أقوم به على نحو أفضل؟ لا توجد لدى أية مشكلات فى الأداء ولم يتم تحذيرى من قبل، وأسوأ شىء عدم القدرة على استيعاب ما حدث.

إن المشكلة فى هذا النوع من القلق والتكهنات أنها سوف تقودك إلى الجنون، والحقيقة أننا أحياناً ما نبحث عن تفسير منطقى لموقف لا يمكن فهمه. الطريقة الوحيدة لتخطى هذا الموقف هى أن تثق بالعمل الذى قمت به كموظف وأن تقتنع بأنك ضحية الظروف السيئة، ولن يقلل هذا من شأنك كإنسان أو يقلل فرصك لشغل وظيفة أخرى. إن ما حدث ما هو إلا فصل انتهى من حياتى، ويجب أن أبدأ بكتابة فصل جديد.

وبمناسبة الحديث عن الكتابة، بفضل وقت الفراغ الكبير الذى أصبحت أملكه الآن، عدت إلى حب حياتى الأول الذى فارقت: الكتابة؛ فقد كانت الشىء الوحيد الذى أحب فعله منذ أن خرجت إلى الدنيا. ولكن، لسوء الحظ، عادة ما نوفر وقتاً لكل شىء عدا الأمور التى نحبها. يا له من أمر يدعو إلى السخرية! فى الحقيقة، لقد كنت أكره عملى السابق، فقد كان يستنزف كل قطرة من عقليتى الابتكارية ويتركنى فى نهاية اليوم منهكة ذهنياً. أما الآن فقد أصبح عقلى خالياً من الضغط، وأصبح لدى الكثير من الأفكار المبتكرة التى لم أستطع مواكبتها.

لقد قررت أن أعود إلى الكتابة مرة أخرى كعمل حقيقى بدوام كامل، بسبب أن البحث عن عمل فى ولاية إلينوى كان بلا طائل. وقد صممت موقعاً إلكترونياً وتقدمت إلى وظائف الكتابة، وبدأت أحصل على المزيد والمزيد من العملاء، واقتنعت بأنه إذا بذلت المزيد من الجهد فقد أحصل على قوت يومى من عمل ما أحب. ماذا فى العالم؟ من يقوم بذلك؟ بعد ثلاثة أشهر أصبحت سماء حياتى صافية، وفكرت كم كنت محظوظة، وأن هذا الأمر الرائع لم يكن ليحدث لو لم أفقد عملى.

لقد تعلمت أمرين مهمين للغاية من هذه الضائقة: الأول، أن جميع الأمور المادية التي يستدين الناس للحصول عليها لا تساوى لحظة من السلام الذهني الذي كنت أشعر به في الليل، عندما أضع رأسي على الوسادة مدركة أنني غير مدينة لأحد. قد يكون هناك شريط ملصق على غطاء محرك سيارتي، ولكن لن يمكن لأحد أن يأخذها مني لأنني لا أستطيع سداد أقساطها. الأمر الثاني الذي تعلمته هو أن القول المأثور القديم "كل شيء يحدث لسبب" حقيقي، حتى إن كنا نادرًا ما نصدقها أو حتى نرى دليلاً عليه، ولكنه حقيقي. وأحياناً نتمكن من إدراك هذا.

~ بريتي إريك



## شجرة سقطت بالداخل

من الشجرة الساقطة، يصنع الجميع شموغًا.

~ مثل إسباني

حينما كنت أقوم بغسل أسناني، سمعت صوت خدش يشبه احتكاك أفرع الشجر بالسقف فتوقفت، وتساءلت في نفسى عما يمكن أن يكون مصدر هذا الصوت، وذلك مع علمى أنه لا توجد أشجار بالقرب من منزلنا، وقد أرجعت الصوت إلى فرع شارد من أفرع الأشجار الذى لا بد أنه قد تطاير ثم هبط فوق سطح منزلنا بسبب إعصار إيزابيل، الذى شق طريقه عبر مدينتنا فى شهر سبتمبر عام ٢٠٠٣. ونظرًا لأننا نقطن فى جزيرة جميلة بعيدة، لم نكن نشعر بخوف شديد من هذه الأعاصير التى تظهر غضب الطبيعة.

ثم سمعت بعد ذلك صوتًا ضعيفًا لتحطم الزجاج. وبعد لحظة، ظل المنزل يهتز بأكمله، فحملتنا، أنا وزوجى، فى بعضنا بنظرات رعب جامدة قبل أن تندفع للاطمئنان على طفلتنا الرضيعة، النائمة فى مهدها فى صالة المنزل، وقد أفزعها الصوت من نومها، فلم تبك، ولحسن الحظ أن زوجى حملها بسرعة، وانطلق بها إلى غرفتنا التى هى أكثر أمانًا.

وعند ألقينا نظرات خائفة على مدخل المنزل المظلم، استطعنا رؤية بقايا الزخارف، التى كانت تزين السقف، ساقطة على أرضية غرفة المعيشة، وبعد أن قام بانتزاع الأشياء الضرورية، غامر زوجى بالخروج من المنزل، وأسرع فى السير تحت ضوء الصالة، واتخذنا طريقنا نحو الخارج، وإلى حيث الإعصار الذى لا يزال هائجًا.

قام زوجى بإدارة محرك السيارة، بينما هرولت فى الشارع إلى أحد الجيران لأعلمه بأننا بخير، وأنا سنتوجه إلى منزل أحد الأصدقاء. وبعد أن كنا نرتجف، لكننا نشعر بالامتنان لبقائنا أحياء، انطلقنا بالسيارة، ونحن نتجنب الأشجار الساقطة على الأرض، وخطوط الكهرباء المعطلة.

وفى الصباح التالى، أظهرت أشعة الشمس الساطعة الدمار الذى خلفته العاصفة، وسورة جلية، وعدنا إلى المنزل لنجد شجرة عملاقة، ملقاة فى وسط ساحة منزلنا، وقد شقت المنزل نصفين، وقد اصطدمت أفرعها الطويلة بناقذة المطبخ، وظلت ملقاة عند مقدمة المنزل.

وقد تمنينا دخول المنزل لتفقد قطبتنا، اللتين رأيت إحدهما داخل المطبخ قبيل سقوط الشجرة بلحظات، ولكننا لم نكن متيقنين من ثبات المنزل وعدم إمكانية انهياره. وعندما وقفنا عند الرصيف الجانبى، وظللنا نحدق فى منظر التلفيات، ونساءل عما يمكننا القيام به، توقفت عربة إطفاء محلية أمامنا، وقد سمع رجال الإطفاء بما حدث لمنزلنا، وأخبرونا بنبرة أسى بأن منزلنا قد لقى أقل نسبة من التعرض للتلف فى المدينة. وقد تطوعوا بالدخول فى المنزل لتفقد قطبتنا، وقد كنا نشعر بسعادة حين عُثرَ عليهما سليمتين رغم الرعب الشديد الذى تعرضتا له.

وخلال الأيام والأسابيع التالية، تذكرنا الشعور بالارتياح عندما أدركنا أن جميع من نحبهم فى حياتنا لم يصابوا بأذى، وهم أنا، وزوجى، وابنتنا، وحتى قطبتنا. وقد تعلقنا هذه الذكرى بأذهاننا أثناء سيرنا فى طريق التعافى الطويل، والمرهق أحياناً.

وقد أبدى أفراد عائلتنا، والأصدقاء، والجيران، الدهشة من رباطة جأشنا خلال المحنة، وهم الذين لم نلتق بمعظمهم بعد، مع العلم أننا انتقلنا من منزلنا منذ ستة أشهر، ولا يمكن للكلمات أن تعبر عن مدى شعورنا بالامتنان الشديد لله الذى أنقذ أرواحنا. نعم، فقدنا الكثير من الأشياء مثل: الكتب، واللعب، والأثاث، والأطباق، وأجهزة الحاسبات، والثلاجة والجزء الخاص بالتجميد بها، اللذين كانا ممتلئين بالطعام، ولكن هذه الأشياء يمكن استعاضتها. وقد بنى منزلنا بصورة أفضل مما كان عليه من قبل، بل أتاحت لى الفرصة لعمل القليل من التحسينات خلال إعادة البناء.

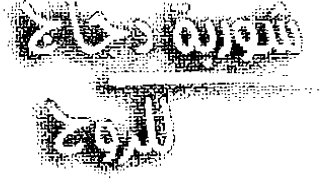
لقد كانت الأضرار التى سببها إعصار إيزابيل - الذى هو الأشد فى إحداث الخسائر المادية والخسائر فى الأرواح فى موسم عام ٢٠٠٣، الذى أصاب الساحل



الأطلنطى - مؤقتة، ولكن الفرصة، التي أتيت لنا للامتنان لفضل الله علينا فى وسط تجربتنا، شىء لا يزال عالقاً بأذهاننا. وعندما كنا نقابل جيراننا لأول مرة، كانت أعينهم تظهر الدهشة عندما يدركون أننا كنا نعيش فى "المنزل الذى سقطت عليه الشجرة".

فى كل مرة، نقوم بالنظر إلى الصور التى تظهر الدمار الذى سببته الشجرة، ونعجب كيف كنا محظوظين، ولا نزال كذلك. وأينما نبدأ فى الشعور بعدم الامتنان والسخط لما يحدث لنا، كانت هذه الصور والذكريات تذكرنا كيف اجتزنا تلك المحنة، وخاصة فى هذه الفترة من التقلب فى الاقتصاد، وكان استدعاء صورة تلك الشجرة فى أذهاننا يجعلنا نشعر بالمزيد من الشكر والامتنان على حياتنا، وعلى الأشياء التى تهمننا أكثر من غيرها.

~ سارة هاماكير



## الضوء فى نهاية النفق

أحياناً يكون هذا الضوء فى نهاية النفق قطاراً قادماً.

~ تشارلز باركلي

لقد ظهر من العدم.

منظمتها على القضبان متحركاً بطاقته الذاتية، صدمنا قطار البطالة دون تحذير.

قال زوجى: "حبيبتي، لقد سمعت أن بيل سيفلق الشركة يوم الجمعة".  
لقد كان اليوم الأربعاء الموافق ٥ يوليو، وكنا قد عدنا، أنا وزوجى، للتو من إجازة  
لمدة أسبوعين قضيناها فى آلاسكا قبل يومين فى الثالث من يوليو، وكنا قد خططنا  
للعودة من الرحلة بحيث نحصل على يوم الرابع من يوليو كيوم فراغ، حتى نعتاد تغيير  
التوقيت والراحة من السفر قبل العودة إلى العمل مرة أخرى.  
ولكن هذا الأمر لم يكن ضمن مخططنا.

لقد خفق قلبى بسرعة شديدة، وكان من العجيب أن تظل فى عروقى دماء تحافظ  
على حياتى. كان "جو" فى التاسعة والخمسين من العمر، وهى ليست بالسن الجيدة  
لتفقد العمل فيها، حيث إنه غير مؤهل للحصول على التأمين الطبى أو الاجتماعى.  
عندما أصيب بالأزمة الصحية العابرة قبل فقدته عمله ببضعة أشهر، لم نتمكن من  
الحصول على تأمين صحى، فاضطررنا إلى دفع نفقات العلاج كاملة دون تأمين.  
ابتلعت ريقى بصعوبة وحاولت أن أمد زوجى بالطمأنينة التى أعلم تمام العلم أنه  
بحاجة إليها، وقلت: "ستكون الأمور على ما يرام. لدينا مدخراتنا".  
"بالفعل".

وقد نتج عن الجهد الذى يبذله "جو" لبقى هادئاً ابتسامة سريعة بمجرد أن وضعت سماعة الهاتف. كان حس الفكاهة والهدوء والرزانة وسلوك الإنجاز التى يتمتع بها زوجى من بين الكثير من الأمور التى جعلتني أحبه، وبعد زواج استمر أربعة وثلاثين عاماً، أصبح كل منا يكمل الآخر، فهو ينظر إلى الأمور من جانبها الإيجابى فى حين أنظر إليها أنا من جانبها السلبى. هذه التوليفة جعلتنا واقعيين ولكن فى الوقت نفسه جعلتنا راغبين فى اغتنام الفرص – والتى تؤدى دائماً إلى شراكة صحية ومثيرة.

وعندما حلت أشهر البطالة وبدأت نقودنا فى النفاد، شارك كل منا فى الاقتصاد فى المصروفات بطريقته الخاصة.

بدأت فى قص كوبونات الشراء وتتبع التخفيضات وتعلمت كل شىء عن تقليل المصروفات، ووجدت كلية محلية يقومون فيها بتنظيف الأسنان بأسعار رمزية، كطريقة لتعليم الطلبة، ووجدت أيضاً مدارس أخرى تعرض كل شىء من أدوات الخبز رخيصة الثمن وحتى قصات الشعر. لقد أصبحت المكتبة مصدر تسليتنا الرئيسى، حيث حصلنا منها على الكتب والأسطوانات المدمجة ومجموعة كبيرة من الصحف وغيرها من المطبوعات المتعلقة بعروض العمل. وتقمص "جو" شخصية مصفف شعر فرنسى وصبغ لى شعرى.

ولنشغل وقت فراغنا، بدأنا فى تنظيف المنزل – وصنفتنا الأشياء التى لم نعد بحاجة إليها فى أكوام ووضعناها فى صناديق لنعرضها للبيع فى باحة منزلنا فيما بعد. ولنحافظ على نشاطنا، بدأنا فى ممارسة رياضة المشى، ولعبنا الألعاب فى الليل للحصول على المرح. وفى الأيام ذات الطقس الجيد، كنا نجلس خارج المنزل أثناء الغروب لنسمع تغريد الطيور، حتى إننا كنا نستيقظ فى منتصف الليل لنشاهد سيلاً من الشهب فى السماء – الأمر الذى لم نستطع القيام به بينما كان "جو" يعمل.

رغم هذه التدابير التى اتخذناها، عندما بدأت مدخراتنا فى النفاد، شعرت بخوف متزايد؛ حيث كانت مصروفات الرعاية الصحية التى ندفعها تقارب الألف دولار شهرياً. كان "جو" من قدامى المحاربين وكان يعانى ألماً بالظهر، لذا ابتعدنا عن الوظائف التى تتطلب الكثير من رفع الأحمال أو الوقوف فترات طويلة من الوقت. لذا حصل "جو" على وظيفة فى صناعة فى طريقها إلى الزوال (الطباعة)، حيث إن الوظائف كانت نادرة. عندما قام "جو" بإجراء مقابلة شخصية من أجل

الحصول على وظيفة تناسب المبتدئين، تم إقصاؤه لأن تعيين شخص ما بخبرته سيجعل غالبية المديرين غير مرتاحين للعمل معه. ولأنه شخص لا يبأس، قام "جو" بملء جميع طلبات التوظيف التي وقعت تحت يده.

لقد اعتمد كلانا على إيماننا بالله وعلى أنه لن يضيعنا، ولكننا تساءلنا في بعض الأحيان عن سبب اصطدامنا بقطار البطالة السريع. بعد تسعة أشهر، تلقينا مكالمة هاتفية من زوجة رجل دين سابق لم نره منذ سنوات.

قالت: "يوجد طلب وظيفة على مكتبى. هل يبحث زوجك عن فرصة عمل؟". وكما كان لهذه الكلمات وقع الموسيقى على أذنى، كنت على علم أن متجر الأدوات المنزلية الكبير الذى تعمل به لن يقبل بزواجى "جو" بسبب مشكلاته الصحية. "نعم، بالفعل".

للحظة، فكرت فى ألا أذكر حالته الصحية، ولكننى لم أستطع. لقد تربي كلانا على أن نحترم كلمتنا وأن نكون صادقين.

قلت: "أنت تعلمين أن لديه إعاقة بنسبة ١٠٪ بسبب خدمته فى الجيش وأنه لا يستطيع أن يرفع أحمالاً ثقيلة".

قالت: "لا بأس. أنا أعلم شخصيته وأخلاقياته العملية جيداً. أخبريه بأن يأتى للمتجر وأن يخضع لاختبار ما قبل التعيين. إذا نجح فى الاختبار، أعتقد أنه توجد لدينا الوظيفة الملائمة له".

حصل "جو" على الوظيفة (والتي لم تكن تتطلب الكثير من رفع الأوزان الثقيلة أو الوقوف لفترات طويلة)، وما زال يعمل هناك حتى وقت كتابة هذه الصفحات.

والآن، عندما أتذكر ما حدث، أجد أن قطار البطالة الذى ظننا أنه سيقضى علينا، علمنا فى حقيقة الأمر أكثر مما كنا نتخيل.

لقد أنقذنا هذا القطار السريع.

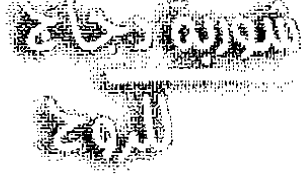
إن زوجى يحصل على راتب أقل كثيراً من راتبه السابق، ولكنه يذهب إلى عمله فى عشر دقائق فقط مع عدم وجود زحام. يحصل على راتب أقل، ولكنه لم يعد يعانى الضغط العصبى كما كان من قبل، ولم نعد نرى وقتنا أو مالنا كأمر مسلم بها كما كنا من قبل.

فى شهر فبراير الأول بعد حصول "جو" على الوظيفة، رسم لى بطاقة معايدة فى عيد الحب، وكتب فيها كلمات تفيض بالعاطفة. إنه لم يكن يمتلك المال ليشترى لى بطاقة معايدة من المتجر، ولكن الحب لا يتطلب الهدايا باهظة الثمن. لم تمثل لى أية بطاقة معايدة ما مثلته لى هذه البطاقة. لقد جعلتنا هذه الضائقة التى مررنا بها نتذكر أن أجمل الأشياء فى الحياة تكون مجانية.

يقال إن الضوء فى نهاية النفق قد يكون قطارًا قادمًا من أجلك.  
أوافق على هذا.

ولكنى أعتقد أنه أمامك خياران عندما يصل إليك قطار البطالة – يمكنك أن تسمح له بأن يدهسك، أو يمكنك أن تتماسك وأن تقرر إلى أين تذهب حتى تحقق الاستفادة القصوى منه وأن ترى إلى أين سيأخذك هذا الوحش الحديدى.

~ ميشيل إتش. لاسينا



## إعصار ريتا ووجهه المشرق

إن الكارثة فرصة تمتطى رباحًا عاتية.

~ مثل صيني

لقد كان اليوم الخميس الموافق الثاني والعشرين من سبتمبر، وكان أن وصلت خطورة إعصار ريتا إلى الدرجة ٥، وكان يتوجه مباشرة إلى مدينة هيوستن، وعندئذ أدركنا، أنا وزوجي، أننا نحتاج إلى الخروج من المدينة.

ملأنا خزان سيارتنا بالوقود، وملأنا مبرده بالماء والطعام، وجهزنا القليل من الحقائب بالملابس، وحجزنا حجرة في أحد الفنادق بمدينة كيريفل – التي تبعد عنا أربع ساعات ونصف الساعة. وقد تسبب خوف الناس في نفاذ الوقود والمياه بسرعة كبيرة، وحين وقت الرحيل.

لقد تحركنا عند الظهر ولكننا لم نكن الوحيدين الذين يتوقون إلى الخروج من المدينة، حيث سرعان ما ازدحمت الطرق بالسيارات. جاءنا اقتراح عبر المذياع يطلب أن نقود السيارة أطول مسافة ممكنة دون تشغيل مكيف الهواء لتوفير الوقود. لسوء الحظ، كانت درجة الحرارة ١٠٧ درجات فهرنهايت عندما رحلنا. اتفقنا على أن نجرب حظنا ونشغل مكيف الهواء وبدأنا في الصلاة.

لقد صلينا لله من أجل الوصول إلى بر الأمان والحصول على الحماية، ومن أجل الشجاعة والقوة، حتى إننا صلينا لكيلا ينفد الوقود من خزان سيارتنا وراقبنا بحرص مؤشر عداد الوقود. وفجأة، عندما أشار المؤشر إلى أن الخزان نصف ممتلئ، لم يتحرك من مكانه فترة طويلة من الزمن. في الحقيقة استمر خزان الوقود الوحيد الذي نملكه طوال ١٢ ساعة، والتي قدنا السيارة خلالها لمسافة ١٠٠ ميل فقط من تومبول وحتى جيدينجز. وقد رأينا الرعب بأعيننا عندما رأينا

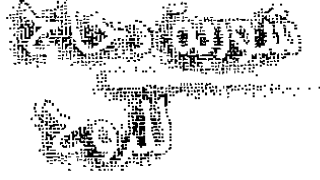
الكثير من السيارات واقفة على جانب الطريق بسبب سخونة المحرك الزائدة أو نفاذ الوقود - كانت هناك مئات السيارات مصطفة على جانبي الطريق السريع رقم ٢٩٠. لقد مررنا بمحطة وقود بعد أخرى، وكانت جميعها خالية من الوقود. وأخيراً، بعد أن تزودنا بالوقود في جيدينجز، وصلنا إلى كيريفل بعد ١٧ ساعة من انطلاقنا، ولكن استمرت مغامرتنا، حيث أجر الفندق الذي حجزنا به غرفنا ولم نتمكن من إيجاد فندق آخر لمسافة ٢٠٠ ميل توجد به غرفة شاغرة. مع تزايد عدد الناس المغادرين لمدينة هيوستن، لم يكن بوسعهم شيء سوى أن يدلونا على مكان إحدى منظمات الإيواء.

لم نكن واثقين بما نفضل، وقررنا أن نعود إلى منزلنا وأن نفضل ذلك قبل أن يضرب إعصار ريتا المدينة، أو على الأقل يمكننا أن نصل إلى برينهام وأن نمكث في ملجأ هناك طوال الليل. وأخيراً رأينا حوالي ٢٠ مركبة من مركبات الحرس الوطني تصل إلى المدينة أثناء مغادرتنا إياها، وكانوا ينصبون الخيام ويقيمون ملجأ للمحتاجين. حسناً، إن لله تدابير أخرى، ولم يمر وقت طويل حتى استدللنا على صديق لأحد أصدقائنا يمتلك منزلاً في كيريفل. مرة أخرى لم نكن وحدنا، بل كنا بصحبة أسرة رحلت من مدينة بايتاون. كان بصحبة "روبرت" و"ديبي" حفيداهما وأربعة كلاب، وكانوا قد رحلوا من هيوستن أيضاً بسبب الإعصار، ولم يجدوا مكاناً يستقرون به هم أيضاً. فتح "أصدقاء أصدقائنا" منزلهم لى ولزوجى ولأصدقائنا الجدد وكلابهم الأربعة.

لم يكن "جيرى" و"بيل" مضيفين كريمين فحسب، بل قاما أيضاً بإخراج سرير جميل ومنضدة طعام من منزلهما وأعطيانا غرفة مزينة على الطراز الفيكتوري بها جميع وسائل راحة الفنادق الكبرى. وقد قضينا اليومين التاليين معاً في ملجئنا، مستمتعين بالأمان الذي وفره لنا، ومتنعمين بالطعام والشراب الوفيرين، ومتحمسين لمعرفة كيف يحيا أصدقائنا الجدد - كانا يومين مهيزين، وأدركنا حينها أنه حتى الأعاصير لها جانبها المشرق.

عدت أنا وزوجى إلى هيوستن يوم الأحد، فوجدنا أن منزلنا وممتلكاتنا لم تمس، فعانقنا بعضنا باكيين، وشكرنا الله على نعمه.

~ كريستن كلارك



## السعادة المملوكة للبنك

إذا أحصيت جميع أصولك، فسوف ترى الربح دائماً.

~ روبرت كيلين

كان للركود الاقتصادي تأثير غريب علىّ، فقد جعلني أكثر سعادة. أعلم كم يبدو هذا غريباً خاصة في ضوء حقيقة أننا فقدنا منزلنا وتضاءل قوت يومنا واستولت الضرائب على شيكاتنا وحسابات ادخارنا، وألزمنا البنك بدفع قيمة إضافية مقابل التسوية مع الحكومة، لذا قل ريعنا بمقدار ١٠٠ دولار. بعد الصدمة الأولى، بدأنا أنا وزوجي عصر أذهاننا للبحث عن طرق للخروج من الأزمة.

هل تذكر مسلسل *Boston Legal*؟ كان كل من "داني كراين" و"ألان شور" يجلسان في الشرفة ويتحدثان معاً، وفي النهاية يعترفان بحبهما لبعضهما. في إحدى الأمسيات ناداني زوجي باسمي "ألان"، وطلب مني أن أقابله في الخارج، حيث قال شيئاً عن ضرورة أن نقضى لحظة على غرار "داني كراين"، ثم أخذني إلى باحة منزلنا الصغيرة، حيث كان قد أوقد نار تخييم، ووضع على المنضدة لوحى كتابة وأقلاماً، وإلى جانبهما وضع زجاجتين من العصير. وكما اقترح، بدأنا في كتابة جميع الموارد المالية التي يمكننا الحصول عليها، وكما كان سيكتب "ديفيد إي. كيلى"، اعترف كل منا بحبه للآخر. بعد ذلك تحدثنا عن جميع الثروات التي نمتلكها – أطفال رائعين وأصدقاء مخلصين وحس فكاهة ومواهب وأحلام وأهداف. هل تعلم كم من السهل أن تُحبط دون وجود حلم أو هدف في حياتك؟ حتى إننا نمتلك أثاثاً رائعاً سيبدو رائعاً في شقة صغيرة.



فى عيد الحب الماضى، أهدانى زوجى باقة من الأزهار لأضعها فى حديقة منزلنا الأمامية وطلب منى أن أظاهر بأنها زهور جميلة. لم يكن على أن أظاهر بذلك؛ فقد أسعدتنى الهدية جدًا - أكثر مما لو كانت دسنة من أجمل زهور أمريكا.

قبل أن نمر بتلك الضائقة المالية، كنا نحيا بتلقائية، فقد كان زوجى يقوم بواجباته وأقوم بواجباتى. قال "جارى نيومان" من قبل، فى نص أوبرالى، إن الزوجين العاديين يتحدثان حوالى ١٢ دقيقة فى اليوم، وأعتقد أننا كنا زوجين عاديين. أما الآن، فتحن نواجه التحديات كفريق ونتحدث مرات عديدة كل يوم ونتصل ببعضنا عندما نحصل على بعض المال، ونهنتى بعضنا، ونجد أنفسنا نهل عندما يجنى أحدنا عشرين دولارًا، ونضحك كثيرًا ونعانق بعضنا أكثر.

لم نكن غاضبين عندما أتى مأمور الضرائب، فقد كنا مدينين له. عندما بدأ الاقتصاد فى الازمحلال، قل دخلنا الشهرى كذلك، ولم نتمكن من الحصول على المال الكافى لدفع ما علينا من ضرائب.

لم نحاول أن نخفى ضائقتنا المالية، فقد كانت أمرًا واقعًا، وساعدنا أصدقاؤنا وعائلتنا على البحث عن عمل، وقررت ابنتنا أنه قد حان الوقت لأن تدفع إيجار منزلها بنفسها، وأخبرنى ابنى بأنه راغب فى أن يعطينا راتبه بأكمله. كنت أستطلع دفتر مواعيدى فى يوم من الأيام فوجدت خمس ورقات من فئة العشرين دولارًا موضوعة فيه من صديقة مخلصنة، وقد جاءت فى الوقت المناسب لنعطيتها البنك حتى تبتعد عنا الضرائب - لقد كانت نعم الله علينا غزيرة.

لقد أتى اليوم الذى عبرت فيه عن خوفى من أن أخسر منزلى وما سياترب عليه من خذى، عندما لم أتمكن من دفع قسط رهن المنزل كاملاً. وقد أثرت أشهر من العذاب على حالتى النفسية، فقد كنت أشعر بالضغط العصبى وعدم القدرة على النوم جيداً، وكنت أنام بدلاً من ذلك طوال النهار. فى عصر أحد الأيام، أثناء غسل أسنانى، واجهت نفسى بما أفعل، وسألت نفسى السؤال المريح دائماً: "ما أسوأ شئ سيحدث إذا لم أتمكن من دفع الرهن؟"، وقد كانت الإجابة الوحيدة التى تمكنت من الحصول عليها هى: "سنضطر إلى تأجير منزل".

إيجار؟ هل هذا هو الحل؟ إننا لا نملك المنزل فى الوقت الحالى. هل نحن مستأجرون للمنزل بطريقة ما؟ هل تأجير منزل أمر مريح إلى هذا الحد؟ ربما تسبب امتلاكى منزلاً طوال ٢٠ عاماً إلى تنامى مشاعر سلبية تجاه استئجار منزل، ولكن للأمانة، هل هو أمر سيئ إلى هذا الحد؟ هل أبنائى سعداء وأصحاء؟ نعم. هل

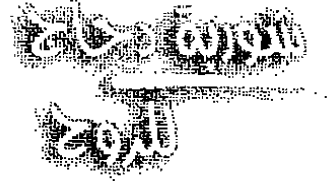
أحبهم وأقدرهم من أعماق قلبي، وهل أشعر بحبهم وتقديرهم إياي؟ لك أن تخمن. إذن، يجب أن أستأجر منزلاً، ولماذا لا أستأجر منزلاً قريباً من الأشخاص الذين أكن لهم الحب العميق؟ ولماذا ما زلت أحيأ على بعد ٤٠٠ ميل جنوباً من المكان الذي يعيشون به على أية حال؟ لم أجد جواباً شافياً لهذا السؤال.

فى هذه اللحظة بدأت أشعر بالحماس، وتوجهت إلى مكاتب العقارات لأرى المنازل المتوافرة للإيجار فى منطقتهم. ما الذى سأحتاج إليه؟ سأحتاج إلى منزل صغير بحديقة، ويكون قريباً من أبنائى وإيجاره يبلغ ثلث قيمة قسط الرهن. بدأت أتخيل نفسى فى حياتى الجديدة، وبدأت فى الاستعداد لجعل الخيال واقعاً، وكان كل يوم يمر علىّ منذ أن تخلّيت عن مخاوفى يجعلنى أكثر توقفاً لبدء حياتى الجديدة. إن البنوك مرتبكة جداً، فهناك فى الواقع ٧٦٤ منزلاً حجزت عليها أورهنتها البنوك فى منطقتى الصغيرة. يجب أن أكون أكثر صبراً، ولكنه أمر بالغ الصعوبة. قد أكون الأمريكية الوحيدة التى تبحث عن سداد الرهن، لأنى تخلّيت عما حدث فى الماضى وتخلّيت مستقبلاً أكثر إشراقاً.

لا أشعر بأى حرج من هذا التحول فى الأحداث، فأنا واحدة من بين ملايين يناضلون من أجل البقاء، وهذا أمر مؤقت. إن حياتنا تتغير سواء شئنا أم أينا - لذا علينا أن نجد سبيلاً لأن نقبلها كما هى. عادة ما أعدد النعم التى وهبها الله لى، بما فيها حقيقة أنى قادرة على رؤية الجوانب الإيجابية من الأمور.

لذا، أصبحنا الآن، وبدلاً من النظر إلى الأزمة المالية الطاحنة التى نمر بها، ننظر إلى الأمور بطريقة مختلفة. لقد أصبحنا نتحدث عن بداية جديدة، لا العودة إلى نقطة البداية، وأشعر كما لو كنا نتحرك نحو أمر مهم، بدلاً من الهرب من الكارثة. لدينا أنا وزوجى مهمة لنكملها معاً، وقد أظهرنا مزيداً من الحب والتقدير أكثر مما أظهرناه طوال عمرنا، وأصبحنا نجلس كل ليلة فى حديقة منزلنا لنخطط للمستقبل، وتبادل كلمات الحب ومنتظر حتى ينظم البنك أموره ويأتى ليستولى على منزلنا.

~ مارلين كينتز



## المواصلة

إن ما يبدو لنا في ظاهره تجارب مريرة، يكون نعمًا مخفية.  
~ أوسكار وايلد

يستغرق الأمر أحياناً سنوات طويلة للشعور بالامتنان من الحصول على الهبة عندما تأتي معلقة بمثل هذا الأسى. لقد بدأ كل شيء قبل سبع سنوات، وتحديداً في يوم خميس في أوائل شهر نوفمبر تحت سماء كولورادو الزرقاء الصافية، وأتذكر أن الجو كان دافئاً لدرجة أننا ارتدينا الملابس الخفيفة. أثناء عدوى تساءلت عن سبب شعورى بألم في صدري؛ إذ تأخرت الدورة الشهرية وكنت أشعر بسخونة في أذنيّ. كنت في سن الخامسة والأربعين، ووصلت للتو إلى سن اليأس. قالت جارتى: "ربما يكون اختبار الحمل فكرة جيدة".

لقد جلست في الحمام الصغير المجاور لمكتب العلاج النفسى الخاص بى، وحدقت في الخطين الأزرقين اللذين يدلان على أن نتيجة اختبار الحمل إيجابية. عندما استقبلت المريضة صاحبة موعد الساعة التاسعة والنصف شعرت بأنى بحاجة إلى جلسة علاج نفسى أكثر منها. بعد ذلك، اتصلت بزوجى الذى ارتبطت به منذ ١٩ عاماً ووالد أبنائى الثلاثة، وقلت له: "لقد حدث الحمل مرة أخرى. هل يمكنك أن تأتى من أجل مناقشة هذا الموضوع؟". كان ما أقوله يشبه تلغرافاً بدون "وقفات" كل بضع كلمات. كانت هذه بداية الرحلة، ودائماً ما كنت أشعر بأننى كنت في سيارة لم أطلب ركوبها أو النزول منها.

أثناء زيارتنا الطبيب واجهناه أنا وزوجى بخجل. قال الطبيب: "الإجهاض أمر شائع لمن هم في مثل سنك". وقد أظهر جهاز السونار خفقات خافتة، وقلباً صغيراً. قال الطبيب: "نبضات القلب جيدة، ولكنك لا تعرفين ما قد يحدث". عدنا

بعد أسبوعين، وكان قلب الجنين لا يزال ينبض. كان عيد ميلاد زوجي السادس والأربعين، كأن الجنين يقول: "عيد ميلاد سعيد يا أبي"، ويعطيه صورة مهزوزة بالأسود والأبيض.

لقد كانت أخبار أبنائي هي الأمر التالي، وكان تجميعنا نحن الخمسة فى عطلة نهاية الأسبوع أمرًا بالغ الصعوبة؛ فابنى البالغ من العمر ١٥ عامًا له أولويات أخرى لا تتضمن قضاء ليلة السبت مع الأسرة، وظل ابنا، البالغ من العمر ٩ سنوات، مشدوهمًا، فى حين جرى ابنا البالغ من العمر ١٢ عامًا بعيدًا عن المنضدة باكيًا. "هل سمعت من قبل عن وسائل تنظيم الأسرة؟" كنت مشتتة جدًا فى هذه الليلة، وكنت أشعر بالتناقض والإثارة والخوف وعدم الثقة بكل جوانب حياتى.

كان موعد اختبار المشيمة يقترب - وهو اختبار قررنا الخضوع له لمعرفة ما إذا كان الطفل سيكون متمتعًا بالصحة أم لا. لقد تذكرت اسم الاختبار فقط بفضل الملصقات التى توزعها الصيدليات، وجلست فى حجرة الاختبار الباردة أشاهد الطفل يمرح على شاشة جهاز السونار. وقد أخبرونى بأن إبرة طويلة جدًا سيتم إدخالها فى رحمى لأخذ عينة من المشيمة، وألا أقلق - سيكون الجنين بخير. شعرت بألم شديد، هناك أمر ما خطأ، وانتهى كل شىء، وأرونى الطفل مرة أخرى وهو يسبح بنعومة. قال الطبيب: "قد تشعرين بمغص، ولكن لا تقلقى. لا تكنسى السجاد بالمكنسة الكهربائية ولا تطوى الملابس أو تطهى طعامًا طوال الساعات الأربع والعشرين التالية". وقالوا إنهم سيتصلون بنا بعد يومين ليخبرونا بما إذا كان الجنين سليمًا معافى أم لا. بعد ذلك، تساءلت ما إذا كان انحنائى لثلاثين ثانية لكنس الأشواك المتخلفة عن شجرة عيد الميلاد قد يخلق الجنين الذى فى أحشائى. كنت أعد الفطائر لأبنائى عندما رن جرس الهاتف، وجاء الخبر السعيد: الجنين ذكر معافى. كان عمر الجنين ١٠ أسابيع، لذا قمت بقلب الفطائر وتنفست الصعداء، وقلت إننى سأتمكن من مراعاة ابنى فى فترة ما قبل المدرسة مرة ثانية.

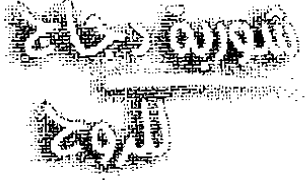
بعد ذلك، كان يوم خميس أيضًا، ولكن كان الجليد الذائب يشير إلى نهاية شهر فبراير. احتفلت بفخر لأننى وصلت بحملى إلى الشهر الثالث، وشعرت بالراحة وتمكنت من التنفس بسهولة أكبر. جلست فى حجرة انتظار عيادة الطبيبة محاطة بنساء تظهر عليهن علامات الحمل، فوضعت يدي على بطنى محتضنة ابنى، وحملت ابنى ونهضت وقدمت حلوى الشيكولاتة إلى الطبيبة عرفانا لها منى بحصولى على طفل سليم.

ربت الطبية بطنى ووضعت سماعات الجهاز البارد على بطنى لتسمع نبضات قلب الجنين. مرة أخرى ها أنا ذا جالسة أحرق فى شاشة جهاز السونار، ولكنى لم أر شيئاً سوى سواد. هزت الطبيبة رأسها، فبكيت واعتذرت الطبيبة؛ فقد مات الجنين، فانفجرت فى نوبة من البكاء وأنا أتحسس أعلى بطنالى. انتقلت للجلوس فى كرسي جلدى أسود فى مكتبها دون أن أشعر وانحنيت ضامة ركبتيّ إلى صدرى، وكنت أبكى كما لو كنت طفلاً تائهاً، أو أمّاً تأخرت عن اصطحاب ابنتها من متجر براونيز. لقد أصبح عالمى بعد ذلك عبارة عن لمحات خاطفة. بعد ذلك قدت سيارتى إلى المنزل وأنا أحافظ على تنفسى كما لو كنت لا أزال حاملاً.

أبلغنا بأن نصل إلى المستشفى قبل ساعتين من عملية تنظيف الرحم، فاستلقيت منتظرة فى حين كان زوجى يعمل على حاسبه المحمول. حضرت ممرضة وقدمت نفسها إلى على أنها "نادلتى" لهذه الليلة، وكانت عطوفة للغاية، وانفلتت منى ابتسامة عندما ربت يدي وقالت لى: "يا عزيزتى"، فواصلت الحديث والبكاء مخبرة "نادلتى" بمدى الحزن الذى أشعر به، وانتهت العملية وامتدح الجميع شجاعتي عندما شكرتهم على ما سببته لهم. أمسك زوجى بيدي عندما أخذت رشفة من عصير العنب، وعدنا إلى المنزل فى ليلة باردة واضطررنا إلى الإسراع، فتقيأت عند مدخل منزل شخص لا نعرفه.

عندما التأم جرح رحمى الخالى، أخبرنا أصدقائنا المخلصون بأن نغرس شجرة، كان زوجى غرسها بعناية فى حديقة منزلنا الأمامية، وابتعت حجرًا مكتوبًا عليه "تذكر" ووضعتة فى حديقتنا، ولكنى لم أشعر بالعزاء إلا عندما حكيت قصتى على صفحتى على الإنترنت - فبدلاً من بكاء الرضيع المولود حديثاً كنت أستمع إلى صوتى، وانطلقت كتاباتى كشهيق الرضيع الأول، فقد وهبتنى هذه الروح الصغيرة هذه الهبة الرائعة، فلم أتوقف عن التأليف منذ أن ودعت طفلى. إن أبناءنا، حتى أولئك الذين لم نقابلهم قط، هم معلمونا. لم يكن الإجهاض الذى مررنا به "خسارة" بل كان نقلة من مرحلة ما قبل الإبداع إلى مرحلة الإبداع. ومع شعورى بالكثير من الامتنان، تزهت كتاباتى، وأنا فى سن الثانية والخمسين، مثلما تفعل الشجرة التى غرست قبل بضع سنوات.

~ برسيللا دان - كورتنى



## الأوتار التي أنقذتني

إن السعادة شيء يُتقن بالممارسة، مثلها مثل العزف على الكمان.

~ جون لوبوك

لقد رنت الكلمات في أذني لأيام - كانت ذراعها تحيطان بي عندما شعرت بالانهزام وبأن عالمي قد غرق في السواد، وهمست لي جراحتي قائلة: "ليا، هناك آلاف السيدات مررن بما تمررين به، وكن يشعرن بأنها نهاية العالم، ولكنهن ما زلن على قيد الحياة"، وقد كانت على حق. لم تعن لي هذه الكلمات أي شيء في حينها، ولكنني أتذكر أنني لم أبكِ في حياتي بحرقه كما بكيت حينها، ولم أكن قادرة على التوقف.

لقد كنت أشعر بأني ميتة، وكانت قدمي تتحركان وكنت أتنفس، ولكنني لم أكن قادرة على التفكير. وعندما رأيت وجهها حينما دلفت إلى مكتبها، علمت على الفور أنني مصابة بالسرطان.

استقلت أمي وأختي طائرة وحضرتا لتكونا بجواري، وحاولتا أن تلهياني عما أنا فيه بالنكات ووجبات الغداء والخروج لمشاهدة الأفلام بدور السينما، ونجح حنانهما في أن يجعلني أنسى... لبرهة من الزمن، ولكن كانت تنتظرني عملية طويلة لإزالة ثديي الأيسر وإعادة تشكيله من جديد، وبدأت أتساءل عما فعلته خطأ في حياتي لأستحق ما يحدث لي.

في الليلة السابقة للعملية، كنت أبدهادئة من الخارج، ولكنني كنت أصرخ في داخلي، وركعت على ركبتي راجية الشمس ألا تغرب والليل ألا يأتي والساعة أن تتوقف، وكنت أعد الدقائق وصولاً إلى اللحظة التي سأدخل فيها حجرة العمليات، واستحوذت على فكرة أنني قد أموت.

ظللت فى حجرة العمليات طوال عشر ساعات كاملة، وكنت أعلم أن جسمى لن يعود أبداً كما كان.

بعد ذلك جاء اليوم الذى ذهبنا فيه إلى إخصائى الأورام لنخطط للعلاج الكيماوى المرهق. كنت مستعدة لسماع أنه علىّ أن أتحمل ستة أشهر، والتي كانت فترة العلاج الكيماوى القياسية فى ذلك الوقت، ولكن عندما أخبرنا الطبيب بأننى سأحتاج إلى عام كامل من العلاج الكيماوى، شعرت بأن الكابوس يبدأ من جديد.

احتضنا بعضنا، أنا وأمى وأختى، ونحن ندعو الله أن يلهمنا القوة لقبول الوضع الجديد، وبدأت فى البكاء من جديد وبدأ أن العالم قد صمت من حولى. فى وقت ما، بدأت أرى أننى أملك قوة عقلية، وتوجهاً إيجابياً غرسته أمى فى داخلى، وذاكرتى به أختى؛ حيث جلست بهدوء على المائدة ممسكة بورقة وثبتها من منتصفها.

فى عمود، كما شرحت، كتبت الصعوبات التى علىّ تحملها، وفى العمود الثانى، جميع الأمور التى أشكر الله على وجودها. كان هذا الأسلوب قد علمته إيانا أمنا (والتي كانت جالسة فى الخارج تزرع المكان جيئةً وذهاباً وهى تدخن). لقد علمت دائماً كيف ستكون النتيجة، حيث كان العمود الذى كتبت فيه الأشياء التى أشكر الله على وجودها هى: ابنى البالغ وتعليمى العالى والعائلة المتماسكة والتفطية التأمينية الجيدة والوظيفة الجيدة والطلاق الصعب الذى مررت به - كل ذلك سيتفوق دائماً على الأمور السيئة. وعندما بدأ عام العلاج الكيماوى والإشعاعى، اتضح الأمر: إننى أملك الكثير لأشكر الله عليه.

إذا لم تشعر قط بهذا السم البارد وهو يسرى فى جسدك، فسيكون من الصعب جداً وصف هذا الإحساس. لقد كنت أحاول أن أفكر فى أمور أخرى وأنا أشيح بنظري بعيداً والطبيب يفرس الإبرة فى ذراعى، وقد كان ذلك إحساساً يبعث على القشعريرة، كما لو كان هناك ثلج يسرى فى جسدك بدلاً من الدم. وعندما أخبرونى بأن هذا النوع من العلاج الكيماوى هو الأقوى فى ذلك الوقت، أعددت نفسى للتقيؤ والغثيان وليالى الأرق التى أقضيها فى الذهاب إلى دورة المياه. لقد دعمت نفسى هذا اليوم، ووضعت كيس التقيؤ بجانبى - كنت مستعدة. وانتظرت وانتظرت، ولكن الغثيان والقىء لم يحدثا ... لا فى هذا اليوم ولا فى أى يوم آخر.

فى أحد الأيام، أثناء جلوسى بهدوء فى غرفتى، فكرت فى العام الذى تغيبته عن العمل وعام علاجى. والصورة التى رأيتها بها، هى أن هناك طريقتين أرى بهما

وضعى. لقد كانت كل الأمور تدور حول ما يلى: إما أن أتمكن من إخبار نفسى بأنى خسرت عامًا من حياتى بسبب السرطان، أو يمكننى أن أخبر نفسى بأننى مادمت فى منزلى أخضع للعلاج ولم أعان الأعراض الجانبية للعلاج الكيماوى فإن الله قد وهبنى هبة هذا العام. ثم اتضح لى الأمر: رغم أنها كانت مستندة إلى الحائط وتعلوها الأتربة، فإنها كانت موجودة... إنها آلة الكمان التى لم أتعلم أبدًا العزف عليها. لقد بدا كما لو كانت تصرخ فى: "ها أنا ذا، انظرى إلى".

لقد كانت آلة الكمان هدية عيد ميلاد أهداها لى أحد الأصدقاء المخلصين فى أحد الأعوام. آلة الكمان القديم، كانت مستهلكة إلى حد ما وكانت بحاجة لتغيير أوتارها، وكانت تنتظرنى لأحقق الحلم الذى لم أجد الوقت الكافى لتحقيقه. بالنسبة لى، كان صوت الكمان من أعذب الأصوات التى أحب سماعها، فأخبرت نفسى بأنه قد توافر لى الوقت أخيرًا لأتعلم العزف عليها.

بدأت فى تحقيق هذا الحلم بجد؛ حيث اشتركت فى دورة المبتدئين لتعلم العزف على الكمان فى الكلية المحلية، ولكن الألحان التى خطت لأن أعزفها خرجت غير متناسقة - لقد كانت تبدأ وتنتهى بـ "نغمات" غير مستساغة.

عندما تمكنت من عزف كل أغنية، بدأت فى تعلم أغان بسيطة أخرى على التى الموسيقية القديمة الرائعة، واضعة نصب عينى أن أصبح عازفة فى مستوى عازفى الأوركسترا بعد بضعة أشهر. كان دور فصل المبتدئين الذى اشتركت به هو أن يصاحب فصلًا أكثر تقدمًا فى عزف أغنية William Tell Overture، ويا لها من مهمة كبيرة قد وضعتها لنفسى!

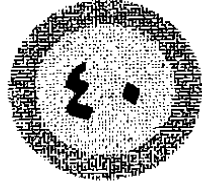
بعد بضعة أسابيع، علمت أن شعرى سيبدأ فى التساقط. لذا قمت بقصه تمامًا قبل أن أرى خصلات شعرى متناثرة على الوسادة. فى الوقت نفسه، كنت أتخيل صوت الكمان يتحدث إلى مشجعًا إياى على مواصلة التدريب، وأن أعمل لأحقق حلمى. وسرعان ما بدأت الأصوات غير المستساغة التى أصدرها من التى تصبح أكثر تناغمًا، وأصبحت آلة الكمان تستجيب للمسات أصابعى، وهى تحتفى على أن أحقق حلمى.

لقد أصبح هناك الآن أمر مهم أفعله بأصابعى وعقلى، أمر جعل قلبى يرقص طربًا عندما شعرت بأوتار الكمان تهتز تحت أصابعى - كان الأمر يبدو كما لو كانت الأوتار تنادىنى. بعد سنوات من الصمت، أيقظت الأوتار روحى مرة أخرى، بالطريقة نفسها التى استيقظت بها عندما كنت طفلة وتعلمت العزف على البيانو



للمرة الأولى، وعندما كنت مرأهقة وتعلمت العزف على الجيتار، ولكن آلة الكمان كانت أكثر قوة، وكانت دواءً لروحي ونفسي؛ فقد كانت تقاوم حرفياً السائل الداكن الذي يسرى في عروقي. لقد أضاءت خوفي وبدلته وأحلت الأمل محله. بعد بضعة أشهر، كنت جالسة في فصل الآلات الوترية في كلية الأوركسترا - لقد تحقق حلمي. ورغم أنني كنت صلعاء تمامًا تحت الشعر المستعار الذي يبعث على الحكمة، فإن ذلك لم يكن يهمني، وكانت تلك النغمات الملائكية تصدر من عزفي، بينما كان يحيط بي أصدقاءئى الموسيقيون. لقد علمت فى داخلى أن هناك نهاية لهذه الرحلة - لقد أنقذتتى أوتار كمانى.

~ ليا إم. كانو



النور  
العدد ٤٠  
العدد

## أصوات الإعصار

إن الطيور تغنى بعد العاصفة: لماذا لا يشعر البشر بمثل

هذه الحرية لكي يسعدوا بما تبقى لهم؟

~ روزاف. كينيدي

رغم حشد الكثير من الناس لمن يعيشون في فلوريدا المشمسة، بفضل مناخنا الصيفي الدائم تقريباً، فإن خريف عام ٢٠٠٤ لم يجلب لنا شيئاً سوى الشفقة من أصدقائنا وأقربائنا الذين يعيشون في الشمال.

خلال شهرين، ضرب الساحل الشرقي لفلوريدا بثلاثة أعاصير كبيرة. وأثناء وضع ألواح خشبية على التوافذ ونزعها، والحياة بدون كهرباء أو مياه ساخنة لأسابيع في كل مرة يضرب فيها الإعصار - أثناء هذا كله وصلت إلى حديقة منزلنا معجزة صغيرة جعلت أي شيء آخر يمكن تحمله.

عندما استيقظنا في صباح الخامس من سبتمبر، بعدما ضرب إعصار فرانسيس ساحلنا برياح تعدت سرعتها ٧٥ ميلاً في الساعة، وقفنا، أنا وزوجي، في الشرفة في الجانب الذي دعمناه من المنزل نشاهد الرياح القوية وهي تنتزع الأشجار الضخمة العتيقة من جذورها.

وفجأة، وفي خضم هذه الرياح المدمرة، رأينا شيئاً ملوناً يلمع في الحديقة لا يبعد عن مكان وقوفنا سوى ١٠ أقدام، وظهر طائر طنان ذو عنق أحمر وحامٍ فوق إحدى الشجيرات في حديقتنا، وكان يطير للأمام والخلف بفعل الرياح محاولاً الحصول على الرحيق من النبات المتأرجح. وللعجب، عاد هذا الطائر مرات عدة ليرشف من رحيق هذا النبات.

بعد سنوات من المحاولات لإغراء تلك الطيور بالحضور إلى حديقتنا، كانت هذه المرة الأولى التى نرى فيها طائراً طناناً فى حديقتنا - أوفى فلوريدا بأكملها.

بسبب ندرة تلك الطيور، تعد رؤية طائر الطنان فى بريفارد بفلوريدا معجزة فى حد ذاتها، ولكن رؤية إصرار هذا الطائر - الذى لا يتجاوز طوله البوصات الثلاث، والذى يزن عُشر أونصة - فى مواجهة هذه الرياح العاتية، التى ألفت الرعب فى قلوب الملايين من سكان فلوريدا، كانت أمراً يدعو إلى الإعجاب.

فى صباح اليوم التالى، اختفت غالبية الشجيرات من حديقتنا، حيث راحت ضحية الرياح العاتية التى واصلت ضرب ولايتنا لساعات، ولكن ما بعث فى نفوسنا البهجة والدهشة هو أن زائرنا الجديد، الطائر الطنان، ما زال موجوداً يتغذى على النباتات المتبقية فى الحديقة.

رغم انقطاع الكهرباء وحجب النوافذ المدعمة بالأخشاب للضوء، كان أول ما فعلته هذا اليوم هو البحث عن ملقمة طعام طائر طنان قديمة، وغلى بعض رحيق طائر الطنان على موقد الغاز.

فى اليوم التالى، عندما فُتحت المتاجر من جديد ووقف معظم الأشخاص العمليين فى طابور لشراء البطاريات وزجاجات المياه، كنت فى المتجر حاملة عدداً من ملقمات غذاء طائر الطنان، التى سرعان ما ملأتها بالرحيق وعلقتها فى الخارج، وكان هذا الأمر كافياً لجلب عدد من طيور الطنان للحديقة.

لقد عشت فى فلوريدا طوال ٢٧ عاماً ولم أر طائراً طناناً واحداً طوال هذه الفترة، والذى اعتبره أحد أكثر أشكال الحياة التى أفضلها، فى الولاية. ورغم محاولتى زرع جميع النباتات التى تروق هذه الطيور حتى أجذبها، قام الإعصار بجذبها أخيراً إلى حديقة منزلى، مما جعلنى أتمكن بحق من أن أراها عن قرب.

فى كل يوم تقريباً، منذ الإعصار، أستمتع بمشاهدة طيور الطنان الزائرة. ولأنى وضعت ملقمة الغذاء بجانب نافذة حجرة مكتبى، أصبحت أرى تلك الطيور رأى العين يومياً. لقد شاهدتها وهى تطارد بعضها فى الحديقة وكانت تطير بين ذراعى عندما كنت أعيد ملء ملقمات الغذاء، كما ألفت صوت طنينها الذى يجعلنى أعلم أنها متواجدة على الدوام، حتى إن كنت لا أستطيع رؤيتها.

لقد ظلت على حالها أثناء الإعصار التالى الأكثر قوة (إعصار جين)، ومنذ ذلك الوقت وهى متواجدة باستمرار.

لقد أثر موسم الأعاصير عام ٢٠٠٤ فى جميع سكان فلوريدا بنسب متفاوتة، ولكنه أثر فى بصورة إيجابية للغاية.

فى كل مرة أرى فيها طيور الطنان، أتذكر النعم التى تحتفظ بها الطبيعة من أجلنا: رسائل من الجمال والقوة والإصرار، ولكن ربما كانت الرسالة العظمى هى أن هذه العجائب تنتظرنا لكى نزورها، وكل ما علينا هو أن نواصل غرس بذور الجمال والإيمان، وأن نظل نراقب الطبيعة لرؤية تلك المعجزات.

~ بيتسى إس. فرانز



## ضيف مفاجئ

إن التوجه شيء صغير، يحدث فرقاً كبيراً.

~ وينستون تشيرشل

لم يكن أحد أكثر دهشة مني عندما أخبرني طبيب الأورام بأنى مصاب بسرطان الرئة من الدرجة الرابعة. كنت فى الخامسة والأربعين، وبحالة صحية ممتازة. لم أدخن قط، وكنت أراعى وزنى وأمارس الرياضة بانتظام طوال سنوات. لقد أظهرت التحاليل أن السرطان فى رئتى قد انتشر ليصيب عظامى، ولم تعد الجراحة خياراً مطروحاً، فصعقنا - أنا وزوجتى.

كان رد فعلى الأول هو الإنكار؛ فلا شك أن تحاليلى قد استبدلت وحلت محلها تحاليل شخص آخر، ولكن سرعان ما برزت حقيقة الموقف جلية، وأدركت أنى لم أعد متحكماً فى مسار حياتى، ولكن الله هو المتحكم فيها. وقد بكينا مرات عدة أثناء عودتنا إلى المنزل من عيادة الطبيب، واضطررنا لإيقاف السيارة حتى نستعيد هدوءنا.

كل ما استطعت أن أفكر فيه هو: "ما الذى من المفترض أن أتعلمه مما يحدث لى؟ ما الذى على فعله فى الوقت المتبقى لى؟ كم تبقى لى من وقت؟". لم أكن أفكر: "لماذا أنا؟" أو "إن هذا ليس عدلاً"، ولكن كان تغير مسار حياتى بمثابة جرس إنذار بالنسبة لى، فلم أتخيل قط أنه ستولد عن مرضى نعم بهذا القدر!

لا حاجة بى إلى أن أقول إن أخبار إصابتى بالسرطان كانت مفاجئة وإنها ستعنى تغيراً جذرياً فى حياتى وأسلوب ممارستى إياها. وعندما أخبرنا الطبيب بنتائج التشخيص قال بصراحة: "فرصتك فى النجاة واحد إلى عشر"، فنظرت إليه بينما تعتمل فى صدرى مشاعر مختلطة من الخوف والثقة وقلت: "رائع، سأكون إذن فى نسبة العشرة بالمائة هذه".

أدركت أن الأمر الوحيد الذى أتحكم فيه هو نظرتى إلى الموقف، ودعوت الله أن يمدنى بالقوة لأتغلب عليه، وكنت أعلم أن الله لا يعرضنا لامتحانات لا يمكننا تحملها، وربما كان قول هذا الأمر أسهل من تنفيذه. إن فكرة أن أترك زوجتى وألا أرى جميع أبنائى وألا أعرف أحفادى كانت ترعبنى.

لقد ظللت أفكر فى الإحصائيات المرعبة التى يحتفظ الطبيب بها فى مكتبه. وعندما استجمعنا رباطة جأشنا، بدأنا فى التفكير فى الصورة العامة وبحثنا عن أية بادرة أمل، وكانت الصلوات والتأملات وقراءة الكتب الملهمة ضمن وصفات العلاج، مثلها مثل الأدوية والعلاجات والتحاليل التى سرعان ما ستصبح جزءاً لا يتجزأ من حياتى.

بعد أن مرت الصدمة الأولى، كان الاختبار الأول الذى يجب أن أمر به هو أن أخبر أمى بخبر مرضى، فذهبنا إلى منزلها وقلت: "أمى، هناك شىء غير سار سأخبرك به – أنا مصاب بالسرطان". كان رد فعلها كما لو كان هناك مَنْ سحب البساط من تحت قدميها، فأردفت بسرعة: "لدينا أفضل فريق من الأطباء ليساعدونا، ونعلم أنه بمساعدة الله قد نتمكن من النجاة منه".

لقد تحولت تعبيرات وجه أمى من الخوف الشديد إلى الهدوء، حيث إنها قد استمدته منا، فقد كنا واثقين بالطريق الذى نسلكه، وكان إيماننا راسخاً. وبالمثل، ارتاح أبنائنا، لأن والديهم سيواجهان هذه العقبة معاً، وبناءً عليه حافظوا على تفاؤلهم قدر الإمكان. الألم هو حقيقة الحياة، أما طريقة تعاملنا معه فمن اختيارنا.

لقد انتشرت أخبار حالتى الصحية بين الأصدقاء والأقارب والجيران كالنار فى الهشيم، وكان تدفق العطف كثيفاً ومتواضعاً فى الوقت نفسه، وتلقينا عددًا لا يحصى من الاتصالات الهاتفية والرسائل الإلكترونية من الجميع. وقد اغرورقت عيناي بالدموع عندما تمنى لى الكثير من الناس الشفاء.

بعثت لى امرأة من معارفنا بطاقة تمنى فيها الشفاء لى، وكانت تكتب فيها رسالة تشجيعية بخط يدها يومياً، وتطوع العديد من الأصدقاء بأن يقلونى إلى جلسات العلاج الكيماوى والإشعاعى. كان جيراننا فى المنزل المجاور دائماً أكثر من الأهل بالنسبة لنا، حيث فتحوا منزلهم لأبنائنا وأحفادنا عندما كانوا يحضرون لزيارتنا من خارج المدينة، حيث إن منزلنا صغير ولا يستوعب العدد بأكمله.

لقد تعلمت الكثير من هذه الرحلة، وقد كان هناك سؤال واحد يلح علىّ – هل يوجد أى شىء أسوأ من الإصابة بمرض السرطان فى جسمك؟ نعم، سرطان الروح.

هناك الكثير من الأشخاص يبدوون أحياء وأصحاء، ولكنهم تعساء مع أنفسهم ومع كل ما يحيط بهم. لا يهم ما سيحدث، فهم تعساء. وبغض النظر عن الأمور الإيجابية، في حياتهم، فإنهم يبحثون عن السلبيات. وبغض النظر عن يحاول أن يحبهم أو يعطف عليهم، لا يروقهم هذا أبدًا.

وحيث إنني لم أختبر مواجهة هذا التحدي، فقد كنت أبحث باستمرار عن النعم الموجودة به أكثر من المصائب. أتذكر أني سألت زوجتي: "هل تتخيلين المرور بما نمر به دون أن نمتلك أساسًا روحياً متماسكاً؟". إنني أرتعد عندما أفكر كيف كنت سأتعامل مع حالتى بدون هذا الأساس الروحى.

إن الغضب واللوم والمرارة هي من ردود فعل المرض غير المثمرة، ولقد رأيت جميع ردود الفعل فى مجموعة دعم مرضى السرطان التى أحضر جلساتها. إذا كان هؤلاء الأعداء قد علمونى أمرًا ما، فسيكون أن أتقبل التحدى كما هو – وأن أواجهه دون خوف. شاركت فى الضحكات والبكاء والكثير من المحادثات الحميمة، والتي لم تكن لتحدث أبدًا دون إصابتي بالمرض، وحينما كنت أظهار بعدم وجود أى شىء خاطئ، لم أكن أستقر على الأمور التى لا يمكننى التأثير عليها أو التحكم بها.

لقد وصل ضيفى المفاجئ على حين غرة، ولكنه فى النهاية وبصورة غير متوقعة منحنى الفرصة لفعل ما يفعله قلة من الناس – عيش الحياة بكل ما فيها – كل يوم. لا، لا أعنى القيام بالأمور الحماسية للغاية، مثل السفر إلى الأماكن الساحرة أو امتلاك ألعاب باهظة الثمن أو "الحصول على كل ما نشتهيه" كما قالت إحدى حملات الدعاية القديمة، بل أعنى أن نحيا كل لحظة بكل تقدير، لأنه لن تكون هناك لحظة أخرى.

وعندما أصيبت زوجتى بمرض عضال منذ بضعة أعوام، قالت إحدى بناتنا: "سوف نستفيد جميعاً من هذا الأمر"، ومما لا شك فيه أننا فعلنا – وبلا شك سوف نستفيد من وضعنا الحالى. بالطبع، نحن غير متأكدين من مصيرى، ولكننا فى الوقت نفسه نمتلك قوة الصلاة والإيمان وعطف الآخرين علينا ليدلونا على الطريق الصحيح، وكما قال أحد الأصدقاء: "صل وأنت موقن أن الأمر كله بيد الله، واعمل كما لو أن الأمر كله بيدك".

~ ديفيد هايمان

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



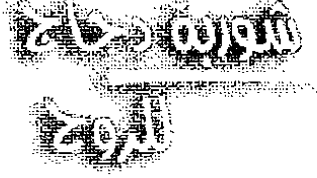




لقد اكتشفت أن من بين الفوائد الأخرى للعطاء، أنه يحرك روح المعطي.

~ مايا أنجلو

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## بدء العطاء...

عادة ما يكون المقتصدون أكثر الناس كرمًا.

~ لورد روزبري

قبل نهاية العام بثلاثة أسابيع، يكون الوقت قد حان لأقوم بغالبية أعمال الخيرية وتبرعاتي. لقد أحضرت جدول المؤسسات الخيرية التي أواظب على التبرع لها وإيصالات الضريبة على الدخل، وأخرجت كومة بطاقات الوعود بالتبرعات التي أحتفظ بها طوال العام، ثم فتحت دفتر شيكاتي.

أمسكت بالقلم، لكن بدلاً من البدء في تحرير الشيكات، ترددت؛ لأنه من اليسير أن تهب المال لأعمال الخير عندما تتأكد أنك ستربح غيره، لكن الأمر لا يكون على القدر نفسه من السهولة عندما تنفق غالبية المال.

على مدار الأسابيع القليلة الماضية، تم إعلامي بأن موقعين إلكترونيين أكتب فيهما قد قررا أن "يستمررا في العمل بشكل جزئي ويحذر بسبب فترة الركود الاقتصادي"، وأخبرني محرر في جريدة كنت أكتب فيها بأنهم توقفوا عن الاستعانة بأشخاص يعملون من خارج المؤسسة، وتلقيت بالأمس فقط بريدًا إلكترونيًا من مجلة صحية كنت أنشر فيها مقالات بانتظام، وكانت الرسالة إجابة عن سؤال عن حاجتهم إلى عملي، حيث أخبروني بأنهم لا يبحثون عن أي أفكار جديدة طوال الأشهر الستة التالية.

بمعنى آخر، لا يمكنني توقع المزيد من الأعمال من هذه الأماكن، على الأقل طوال فترة الأشهر الستة، وربما أطول من ذلك.

ورغم أنني كنت أبحث عن أماكن أخرى لأنشر فيها كتاباتي فإنني لم أوفق في مساعي هذا حتى الآن، كما أن مجموعة التسويق التي أشترك فيها لا تعرض غالبًا

سوى فرص عمل للمدونين والكتّاب الذين يتقاضون أقل من خمسة قروش للكلمة، وبعض إعلاناتها تعرض أسعارًا أقل قد تصل إلى قرش واحد للكلمة، وأجر كهذا لا يمكن أن يعيل أى شخص.

وبينما مررت بأفضل سنوات عمري فى مجال الكتابة، فقد أصبح من الواضح أن العام التالى لن يقترب حتى من هذا العام، ويجب أن أضيف أن كلمة "أفضل" هى كلمة نسبية؛ فقد قرأت فى مكان ما أن الكاتب العادى يجنى أقل من ١٥٠٠٠ دولار سنويًا مع الوضع فى الاعتبار أن مشاهير الكتاب يجنون مئات الألوف من الدولارات سنويًا. ومع ذلك فما زلت أجنى أقل من المعدل المتوسط.

ورغم أن عملى البديل فى التعلم يساعدى على سداد الفواتير، فلم أتلق مؤخرًا القدر نفسه من مكالمات العمل التى كنت أتلقاها فيما سبق؛ فمجالس إدارات المدارس تغلقها لتوفير المال؛ وهو ما يعنى حاجتهم إلى عدد أقل من المدرسين.

لذا، هل يمكنى حقًا أن أتحمل تبعات التبرع لأعمال الخير؟ أليس المنزل أولى بتلك الأموال؟ أقصد منزلى. ولقد حتى هذا التفكير على أن أغلق دفتر شيكاتى، لكننى لم أغلقه.

نظرت فى أرجاء منزلى - نعم، إنه يُقدر الآن بأقل مما كان يُقدر به قبل انهيار سوق العقارات، لكننى لا أزال أملك منزلًا صغيرًا لطيفًا فى منطقة جيدة من المدينة. وبما أنتى لا أرغب فى بيعه، فبإمكانى الانتظار حتى استعادة سوق العقارات عافيتها.

إن ثلاجتى وخزانة المطبخ لا تعجان بالأطعمة، وهذا لأنتى لم أخرج للتسوق هذا الأسبوع، وأنا لا أشتري هذه الأيام الكثير من اللحوم أو الأطعمة الجاهزة مرتفعة السعر، كما أنتى لست بحاجة إلى الاختيار بين شراء الطعام أو دفع فواتير الخدمات. وعلى عكس عدد متزايد من البشر، فقد كنت قادرة على التبرع بالطعام لبنوك الطعام ولم أضطر للاستعانة بهذه البنوك.

إن جزءًا كبيرًا من ملابسى مستعمل، لكن هذا يرجع فى جزء منه إلى أنتى أميل وراثيًا إلى التوفير وإلى أنتى لا أهتم بالموضة. وإذا بحثت بتأن، فعادة ما يمكن أن أجد ملابس من نوعية جيدة مستعملة بشكل "جيد".

لقد تذكرت بعض أصدقائى الذين لم ينالوا مثل ما نالنى من حظ، فقد فقدت إحداهن ست أسنان على مدار عامين، حيث لم يكن بإمكانها تحمل نفقات العناية

الطبية المنتظمة بالأسنان، أما أنا فقد استبدلت حشوة ضرسى الأسبوع الماضى.  
أهم أمتى التكلفة بمثل قدر عملية استبدال الحشوة، لكن ألم كليهما تلاشى.  
لدى صديقة أخرى تعاني مشكلات ضخمة فى صحتها وقدرتها على الحركة،  
ومع ذلك تعيل نفسها من معاش العجز الضئيل بينما يعمل زوجها فى وظيفتين حتى  
يحافظ على مستوى معيشتهم. وقد تتزايد طقطقة ركبتى عما كانتا عليه، وكليتاى  
ليستا فى أفضل حال، لكننى لا أزال قادرة على الاستمرار.

وقد خسرت صديقة أخرى سبعة أعوام من حياتها عندما محت إصابتها بجلطة  
دماغية أجزاء كبيرة من ذاكرتها، وتعيش على المساعدات الحكومية لعدم قدرتها  
على العمل؛ وهو ما يعنى تناول الرقائق وسماك التونة - وهى أطعمة تكرهها. لكن  
فى أحد الشهور، عندما استطاعت أن توفر خمسة دولارات لتدلل نفسها بوجبة  
من ماكدونالد، انتهت بها الحال وقد تبرعت بالدولارات الخمسة لشخص رأت أنه  
يحتاج إليها. ماذا عنى؟ أنا أدلل نفسى صباح كل أحد بالإفطار خارج المنزل، وكل  
أسبوعين ترسل لى أمى عشرين دولارًا لأتناول العشاء فى مطعم خارج المنزل.  
فجأة، شعرت بأننى محظوظة جدًا وثرية جدًا، فأمسكت بقلمى مرة أخرى،  
وبدأت فى تحرير الشيكات. لا أعلم ما يحملة لى العام القادم، لكننى أستطيع فى  
الوقت الراهن أن أتشارك حظى الجيد مع الآخرين.  
قد يكون المنزل أولى بالمعروف، لكن المعروف يجب ألا أن يظل مقصورًا على  
المنزل.

~ هاريت كوبر

## لولا فضل الله

إنك ستشعر بالسعادة بالدرجة نفسها التي تقدم بها المساعدة.

~ كارل ريلاند

لقد تبرعت بدمى لأعوام، لكنني لم أكن في أى وقت من الأوقات متبرعة بالصفائح الدموية. لقد كان لدى العديد من الأعداء لعدم قيامي بهذا، ومنها: "أنه يستغرق وقتاً طويلاً"، و"يبدو الأمر غير مريح"، لكنني فقدت صديقتين بسبب مرض السرطان، وكلتاهما تدعى "مارى"، وكانتا فى أربعينيات العمر، ولم يفصل بين وفاتيهما سوى بضعة أشهر، وقد مزق هذا فؤادى.

وبينما كنت أعانى حزنى على ما فقدته فى أحد الأيام، خطر لى أن حياتيهما ربما امتدتا فترة بسبب سخاء أشخاص غرباء عنهما تماماً، وهم أشخاص خصصوا وقتهم طواعية للتبرع بصفائحهم الدموية ولم يستتروا خلف أية أعداء. وبمرور الأيام، لم أستطع أن أتوقف عن التفكير فى مسألة التبرع بالصفائح الدموية، وأدركت فى النهاية أن هذا أمر يجب أن أقوم به.

وعندما هاتقت المركز الطبى لأحدد موعداً، أجابت موظفة الاستقبال بصبر عن أسئلتى العديدة لتطمئننى بأنى سأكون على خير ما يرام.

عندما وصلت إلى مكان التبرع كنت لا أزال أحاول مقاومة شعورى الباطنى بالخوف والقلق. أنا لا أرغب حقاً فى القيام بذلك، لكن يبدو أننى غير قادرة أيضاً على دفع نفسى لمغادرة المبنى. لذا أثناء عملية الفحص، وأملاً فى تهدئة مخاوفى، طرحت المزيد من الأسئلة.

وفى النهاية، بعد أن شعرت ببعض الراحة حيال العملية برمتها، طرح على المساعد بعض الأسئلة ثم قال: "اتبعنى".

وعندما وصلنا إلى مؤخرة الحجر، أذهلني مدى تعقيد ماكينة الفصد، وسرعان ما أبهرتني الطريقة التي فصدت بها الدم بلا أي عناء.

وبعد برهة، حان دوري ليتم إيصالى بالماكينة، وخلال دقائق كنت أتدثر ببطانية فى غرفة مريحة، وفى كل ذراع من ذراعى غُرست إبرة وظللت أشاهد التليفزيون فى حالة من الرضا أثارت دهشتى، ومررت بقية الإجراءات دون أية مشكلات؛ فقد نسيت تقريباً أين أنا وماذا أفعل.

ثم حدث أمر ما، وشعرت بحكة فى أنفى.

فى العادة لا يمثل ذلك أمراً مهماً، فكل ما هنالك أننى سأحكه. لكن عندما تذكرت أننى يجب أن أحافظ على استقامة ذراعى ولم أكن قادرة على ثنيهما، ولسبب أو لآخر بدأت فى الشعور بالخوف، واتسعت عيناى ودارتا فى أرجاء الغرفة بحثاً عن ممرضة، لكن العامل الوحيد الذى تواجد فى الغرفة فى هذا الوقت كان منشغلاً مع مريضة أخرى.

ساء شعورى بالخوف وزاد وبدأت أرتعش بشكل لا إرادى، ومررت بجسدى قشعريرة الخوف بينما كنت أجاهد لمقاومة رغبة جارفة لنزع الإبر من ذراعى والاندفاع خارجة من الغرفة.

ولأن الإصابة بنوبات الذعر ليست شيئاً معتاداً بالنسبة لى، فقد كانت هذه المرة بمثابة تجربة جديدة ولم تكن لدى أى فكرة عن كيفية التعامل معها، وكل ما أعرفه أننى كلما فكرت فيما أنا عليه فى هذا الموقف، زادت حالتى سوءاً.

وفى النهاية، دعوت قائلة: اللهم، إننى أشعر برعب شديد، فتجنى وساعدنى. وفى الوقت المناسب تماماً، ظهرت ممرضة. ولأننى افترضت أنها قد لاحظت قلقى وستنزع الإبر من ذراعى على الفور، فقد أدهشتنى عندما سألتنى بهدوء إذا كنت أرغب فى معرفة بعض المعلومات عمّن أتبرع له.

ماذا؟ لكن ماذا عنى؟

جمعت شتات نفسى واستطعت أن أتمم قائلة: "هل... هل... هل أستطيع أن أعرف هذه المعلومات؟ هل أستطيع أن أعرف لمن سأتبرع بصفائحي الدموية؟". أجابت الممرضة بهدوء بينما تتفحص الآلة: "حسناً. عادة لا تكون لدينا أية معلومات عن المتلقى، ولا يمكننا أن نعطي أى شخص أيًا كان أية معلومات شخصية، لكننى فى هذه الحالة أعرف بعض المعلومات عن تاريخه".



"حسناً" - كان هذا هو كل ما استطعت أن أتفوه به وكنت لا أزال أجاهد لأتماسك.

أكملت المريضة قائلة: "إنه رجل من هذه المنطقة فى حوالى الأربعين من العمر، وهو متزوج وله ولدان، و... مصاب بسرطان الدم". وربما تكون قد قالت أكثر من هذا، لكننى لم أستطع سماعه. فقد تجمدت فى مكانى، غير قادرة على التنفس محاولة أن أستوعب ما قالت لى لتوها: فهناك رجل فى هذه المدينة يتشابه معى فى السن والحالة الاجتماعية: متزوج وله طفلان، لكنه كان فى انتظار صفائحى الدموية... أملاً فى البقاء على قيد الحياة.

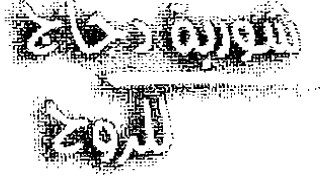
أخيراً، رفعت ناظرى إلى الكيس البلاستيكى الذى كان يمتلئ تدريجياً بصفائحى الدموية ذات اللون الكرىمى، وازدردت لعابى بصعوبة.

اللهم، إننى أرجو أن تغفر لى أنينى لمجرد شعورى بشيء من عدم الراحة. وبينما ابتعدت المريضة، بدا المأزق الذى كنت فيه من دقائق فجأة تافهاً بشدة، لأننى، على عكس هذا الرجل المريض، فى أقل من ساعتين سأكون قادرة على النهوض من هذا السرير والرحيل، وسأذهب إلى منزلى لأعد طعام العشاء لعائلتى كالعادة، وسأكون بحالة جيدة وقادرة على التفكير بوضوح، ولدى ما يلزم من الطاقة لأقوم بالتنظيف أو العناية بالحديقة أو حتى لأتجول مع زوجى فى نزهة سيراً على الأقدام لنشاهد مشهداً بانورامياً لغروب الشمس.

وتدريجياً، وببطء شديد، بدأت فى استيعاب ما حدث، وأدركت أن الحكمة فى أنفى لم تتوقف فقط، وإنما حل الشعور بالتعاطف مكان الفرع الذى شعرت به من لحظات مضت، ولم أعد أشعر بعدم الراحة، فقد كنت أشعر بحالة من السلام الداخلى. وعندما انتهت العملية بأكملها أخيراً، وبعد أن جمعت أشياءى لأعود إلى المنزل، وقفت عند مكتب الاستقبال، وببساطة دونت اسمى للتبرع مرة أخرى.

وعندما خطوت خارج المبنى وشعرت بدفء أشعة الشمس على وجهى، واستنشقت بعمق الهواء النقى، لم أستطع منع نفسى من الاستغراق فى هذه الفترة فى هذه الحقيقة: كل ما أسعى إليه هو فضل الله.

~ كونى كامبيرون



## الفقر لا يمنع العطاء

لم يصبح أى شخص فقيراً بسبب عطاءه.  
~ آن فرانك

لقد سألت ابني أثناء اصطحابي إياه لحضور مناسبة اجتماعية فى دار العبادة: "ألا تمتلك أية ألعاب ترغب فى التبرع بها؟ وماذا عن كل هذه الأشياء الموجودة فى خزانك التى لا تستخدمها؟"، فأجابنى قائلاً: "لا أملك أى شىء، فنحن فقراء جداً".

نحن "فقراء" فحسب لأننا نرفض أن نشترى له الهاتف المحمول الذى أراده بمناسبة العيد، والذى سيتطلب أيضاً دفع اشتراك شهرى.

وقد وجدت نفسى أقول له: "أنت لست فقيراً لدرجة أنك لا تمتلك أى شىء تتبرع به"، وهى عبارة دائماً ما كانت أمى ترددها على مسامعى.

كيف يمكن أن أساعده على أن يدرك ذلك، بينما لا أزال أنا نفسى أشعر بالأسى لأشياء كنت أرغب فيها مثل كتاب *Flower's Modern English Usage*، الذى ثمنه ٤٠ دولاراً تقريباً! أعلم أن الكتاب لن يسقط على من السماء. وماذا عن المعطف ماركة فيرا وانج الذى رغبت فى شرائه من محلات كوول وكان سعره ١٥٠ دولاراً! إنه أيضاً لن يسقط من السماء.

فى العمل فى اليوم التالى، قالت إحدى طالباتى، وهى تقدم لى هدية بمناسبة العيد عبارة عن علبة شيكولاتة مزينة بالأشرطة: "لم أستطع تهجئة اسمك بشكل صحيح". وليس بغريب أنها لم تستطع أن تكتب اسمى بطريقة صحيحة، فأنا لم أعمل فى هذا المركز سوى شهرين، واسمى من العسير كتابته حتى بالإنجليزية، وهى اللغة الثانية لهذه الطالبة.

كانت هذه المرأة بلا عمل لعدة أشهر!

قلت لها: "شكرًا لك جوانا"، وأنا أحاول أن أمنع دموعي من التساقط بينما أضمرها لصدري.

لم أكن أتوقع الحصول على هدية، فأنا أعمل في مركز تعليم للكبار؛ حيث نتعامل يوميًا مع أشخاص يجاهدون للنجاة اقتصاديًا. إن الأزمات الاقتصادية ليست بغريبة على هؤلاء الأشخاص الذين يلجأون إلينا، فمنهم من تم الاستغناء عنهم في العمل، أو لا يعملون ويحتاجون إلى التعليم حتى يتقدموا في حياتهم أو ليشعروا ببعض الفخر. عندما عملت في هذا المكان، أخبرتني مديرتي بأنها تحاول أن تحافظ على تقديم وجبات خفيفة في المركز وتطهولهم أكلة تشاركية مرة كل أسبوع؛ حيث يحضر كل من يمكنه أن يحضر معه أى شيء، وقالت: "لأنك هنا قد تسمعين صوت الأمعاء الخاوية، فهم يعطون طعامهم لأطفالهم أولاً قبل أن يتناولوه هم".

تابعت مديرتي قائلة: "وبعضهم يحصل على كويونات طعام، لكن في نهاية الشهر تصبح الظروف أصعب، ونحاول ألا ننظم رحلات ميدانية حيث سيتوجب عليهم أن يحضروا معهم غداءهم، وفي بعض الأحيان لا يشاركون في هذه الرحلات لأنهم لا يمتلكون حتى ساندويتشًا ليحضروه معهم".

ومع ذلك فهؤلاء الأشخاص، الذين يشعرون بالامتنان لحصولهم على فرصة تعليم ثانية - ولا يمتلكون في بعض الأحيان ثمن البنزين اللازم ليحضروا به إلى المركز - يستطيعون أن يقوموا بشيء لأجلنا كل أسبوع تقريبًا؛ فبعضهم يحضر معه الطعام، وآخرون يقومون ببعض المهام في المركز، ويساعدون ويشجعون بعضهم ويفعلون المثل معنا أيضًا؛ فهم يقدمون ما يستطيعون تقديمه.

عندما نظرت إلى هدية العيد من صديقتي الجديدة، تساءلت عما إذا كانت قد تم اقتطاعها من ميزانية الطعام الهزيلة، وكنت أرغب في رفضها. لكن بدلاً من ذلك قلت لها: "شكرًا لك".

عندما أحضرت معي الحلوى للمنزل لأتناولها مع أبنائي، أخبرتهم بأن كل قطعة من الشيكولاتة ستكون لها قيمة كبيرة إذا ما تفكروا في مقدار ما تجنيه عائلة هذه المرأة غير العاملة. لماذا، لأنها كانت تعادل بالنسبة لى كتاب *Flower's Modern English Usage*. ها أنا أقولها مرة أخرى، لكننى هذه المرة كنت

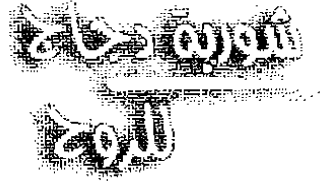
أدرك بشكل أعمق بكثير في داخلي: "مهما كان المرء فقيراً فإنه يملك ما يمكن أن يهبه للآخرين".

ربما كانت أفضل طريقة أساعد بها ابني على أن يعي ذلك جيداً هي أن أعي أنا الأمر جيداً أولاً.

وعلى الفور، ذهبت إلى مكتبتى الخاصة واخترت بعضاً من الروايات المفضلة لأهبها للمركز، وعندما وضعتها في صندوق وغلقتها، التفت فوجدت ابني يجر بهدوء سلة ملابس بيضاء ممتلئة بالألعاب التي كان يلعب بها وهو أصغر عمراً ويقول: "لا أريد هذه الأشياء القديمة".

وقد رأيت ضمن هذه الألعاب لعبة خاصة يحبها، ودميته التي على شكل كلب والتي يفضلها ويدعوها سكويشى. وضعتها جانباً لنستخدمها في معرض خيرى بسيط نقيمه في مدخل منزلنا ثم قبلته على جبهته؛ فقد تعلم بالطريقة نفسها التي تعلمت بها - من خلال القدوة. والآن لم يؤثر طلابي فيّ فقط، لكن عائلتي فعلت ذلك أيضاً. هنا كنت أعتقد أنني المعلمة، لكن جوانا وبقية الطلاب في المركز كانوا هم من علموني؛ لأنك لن تكون أبداً فقيراً لدرجة تمنعك من العطاء.

~ دريما سيزمور دررج



## نعم غير متوقعة

الفضل يعود إلى أهله.

~ مجهول



بعد نهاية الاحتفال بالعيد بدقائق، بدأت أنا وزوجي في التخطيط لما سنشتريه من هدايا لأولادنا الثلاثة في العيد المقبل. كانت أحوالنا المادية غير جيدة، ولكن بفضل اتباعنا ميزانية محددة كنا في حالة جيدة، ولم نستطع الانتظار حتى حلول العيد. في العاشرة مساءً، سمع زوجي دقات على باب المنزل، فوجد طفلين من أبناء جيراننا يرتديان ملابس النوم، وهما "أندي" الذي يبلغ من العمر عشرة أعوام، وأخته "بيث" وعمرها سبعة أعوام. كانت الدموع تتساقط من أعينهما وهما يحملان بعض هدايا العيد المغلفة، وعلى الدرج الأسمنتي بجوارهما يستند كيس وسادة ممتلئ عن آخره بالملابس المتسخة.

وقال أندي: "س...سيدة كيلى. هل يمكن أن نبيت معكم الليلة؟"

"ما الذى حدث؟"

استطاع "أندي" أن يقول من بين تنهداته: "تعارك أبى مع خالتي، فقامت هي

بطردها من المنزل."

بحثت في الظلام عن أبيهما، وسألتهما: "أين أبوكما؟"

"لقد غادر وأخبرنا بأن نأتى إليكم."

فقلت وأنا أتضحى جانباً لأسمح لهما بالدخول: "بالطبع يمكنكما البقاء". كان

الوقت متأخراً ولديهما مدرسة في الصباح، وبإمكانهما قضاء الليلة والذهاب إلى

المدرسة برفقة أبنائنا، ثم أستطيع أن أعرف ما الذى يحدث.

أيقظت ابني وطلبت منه الذهاب للنوم في الفراش الإضافي العلوي في غرفة أخيه، ثم قمت بوضع "أندي" و"بيث" في الفراشين الموجودين في غرفته. وقلت لهما: "لا تقلقا. فسأعرف في الغد ما حدث".

في صباح اليوم التالي، وبعد أن غادر الأطفال المنزل للحاق بحافلة المدرسة، سمعت طرقات على باب المنزل، وقد كان السيد "براون".

سألني بأدب: "سيدة كيلى، لا أرغب في إزعاجك، لكن هل يمكنني الدخول والحديث معك؟".

فأجبته: "رجاءً تفضل"، وتحتيت جانباً لأدعه يدخل.

بدأ حديثه بأن قال: "أقدر سماحك ل أندي وبيث بالمبيت لديك، فقد طردتنا أخت زوجتي، ولم أعرف مكاناً آخر أرسلهما إليه".

سألته: "كيف علمت أنهما قد قضيا الليلة لدي؟" وقد تذكرت أنني لم أرى شخص الليلة الماضية.

فأجاب قائلاً: "كنت أختبئ بين الشجيرات. إننى أحتاج إلى أن أطلب منك معروفًا آخر: هل يمكن أن يبقى أندي وبيث معك حتى تتحسن أحوالى".

صُغت مما قاله وتساءلت: "ما المدة التى تقصدها؟".

"شهران على الأكثر".

اعتملت العديد من الأفكار فى رأسى، فالعيد سيحل بعد أسابيع قليلة، وأحوالنا المادية ليست على ما يرام، كما أننا ندفع تكاليف الطعام والخدمات الآن بالكاد، ووجود المزيد من الأطفال يعنى المزيد من الطعام والمياه ومساحيق التنظيف والاستحمام والمزيد من الشامبو ومعجون الأسنان.

قال: "أعلم أنها مدة طويلة، لكننى لا أعرف أى شخص هنا. أرجوك دعيهما يبقيا لديك؛ فأنا لا أريد أن يعانيا بسبب أخطائى".

فقلت فى النهاية: "حسنًا، يمكنهما أن يبقيا، لكن الأطفال فقط. على أن تبقى أنت فى ملجأ أو ما إلى ذلك، ويمكنك زيارتهما، وهذا حتى تتحسن أحوالك فقط".

فقال: "شكرًا لك. لا تعرفين كم أقدر صنيعك هذا؟"، ووعدنى بالعثور على عمل سريعًا والعمل بكد حتى يحصل لهما على مكان ليعيشا فيه، وأضاف: "لديهما المزيد من الملابس، لكنها متسخة".

فتحت له المرآب حيث تتواجد آلة غسيل الملابس والمجفف وتركته يُحضر أغطية الوسائد الممتلئة بالملابس.

وبعد أن رحل، قمت بإفراغ خزانة ملابس لهما ووضعت هداياهما مع بقية الهدايا.

وتساءلت عن حالهما في العيد. هل هذا فقط هو كل ما لديهما من هدايا؟ وافترضت أنها بالفعل كل ما يملكون، وخاصة أن السيد "براون" لا يعمل. كيف يمكن أن يتلقى أبنائى الهدايا ولا يتلقيان هما أية هدايا؟ هذا لا يصح. وعندئذ دعوت فى داخلى أن نتمكن من تحمل تكلفة شراء هدايا جيدة للجميع هذا العام.

رن جرس الهاتف، وكانت إدارة المدرسة على الطرف الآخر، فقد تحدث "آندى" و"بيث" مع الإخصائية الاجتماعية فى المدرسة وكانت ترغب فى معرفة ما يحدث مع الطفلين. أخبرتها بما قاله لى السيد "براون" وأن الطفلين سيبقيان لدى لعدة أشهر.

عندما وصل الأطفال إلى المنزل، أجلستهم جميعاً فى غرفة المعيشة لنتحدث، ثم أخبرت "آندى" و"بيث" بنظام حياتنا اليومى: "بعد المدرسة مباشرة، دائماً ما نتناول وجبة خفيفة ونجلس إلى مائدة المطبخ لنؤدى الواجبات المدرسية".

انتظم الطفلان الجديدان بسهولة فى نظامنا اليومى، واستطعنا بطريقة ما أن نتدبر أمر الطعام والمؤن اليومية، لكن فواتير الخدمات لم تحن بعد، لكننى كنت أشعر بالقلق من مقدار الزيادة التى سيتوجب علينا دفعها. ومع المال الإضافى الذى أنفقناه على الوجبات الخفيفة والمؤن، مثل فوط المرحاض الورقية ومسحوق الغسيل، لم أكن متأكدة من أننا سنقدر على دفع قيمة الفواتير دون أن نقتطع من المال المخصص للهدايا.

بعد أسبوعين، اتصلت بنا إدارة المدرسة مرة أخرى، وسألتنى الإخصائية الاجتماعية عما سنفعله فى العيد.

قلت لها وأنا أضحك بقلق: "هذا سؤال فى محله؛ فأنا لا أعرف حتى الآن".

"هل هناك هدايا لآندى وبيث؟"

قلت: "لقد أحضرا معهما قليلاً من الهدايا، لكنها كل ما لديهما، ونحن لا نمتلك الكثير من المال هذا العام، لكنى واثقة من تحسن الأحوال، وأعتقد أن العيد سيكون أقل فخامة هذا العام".

قالت: "نحن نكفل بعض العائلات فى العيد، ونرغب فى كفالة آندى وبيت إذا كان ذلك يلائمك".

ساد بيننا الصمت لفترة.

ثم قالت: "لدينا بالفعل أشخاص مستعدون لإحضار الهدايا لمنزلك، ولدينا دراجتان وألعاب وملابس، ويمكنك أن تحتفظى بها حتى حلول العيد".

فقلت: "حسنًا" وأنا أحمد الله فى داخلى، فقد كان أبنائى يرغبون فى دراجات جديدة فى العيد أيضًا، لكن إذا كنا سنشترى هدايا لـ"آندى" و"بيت"، فلن نستطيع شراء هذه الدراجات. فلم يكن بإمكاننا تحمل تكلفة شراء خمس دراجات، وذلك لأننا كنا نرغب فى أن يحصل الجميع على هدايا متساوية.

وخلال نصف ساعة، توقفت أربع سيارات أمام المنزل، ونزل منها أربعة رجال يحملون حقائب وصناديق ممتلئة بالهدايا والأطعمة.

ثم رن جرس الهاتف مرة أخرى، وكان على الطرف الآخر مجموعة أخرى ترغب فى إحضار بعض الأطعمة. وبينما تغادر المجموعة الأخرى، حضرت المجموعة الثانية ومعها حقائب ممتلئة بالطعام - لم تمتلئ خزانة طعامى بمثل هذا القدر من الطعام من قبل!

وبعد إعداد قائمة جرد لكل ما حصلنا عليه، قمت بإخفاء هدايا "آندى" و"بيت"، وذهبت فى مساء هذا اليوم مع زوجى للتسوق لشراء هدايا لأبنائنا، واستطعنا أن نحضر لهم كل ما يريدونه ليحظى جميع الأطفال بهجة العيد، واستعدنا إحساسنا بالإثارة.

لكن بدأت فى تسلّم فواتير الخدمات، وفتحت فاتورة المياه أولاً، وكانت أقل بكثير مما اعتدنا، وحدقت فى الفاتورة معتقدة أنه لا بد من وجود خطأ ما، لكننى حمدت الله فى صمت على هذه النعمة.

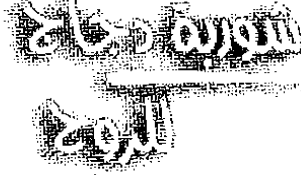
ثم فتحت فاتورة الكهرباء بعد ذلك، وكانت منخفضة أيضًا. ورغم أن استخدامنا قد زاد، فإن الفواتير كانت أقل، وعلمت حينها أن العيد سيكون مميزًا بشكل خاص هذا العام.

وقد كان، فقد استيقظ الأطفال صبيحة يوم العيد على كومة من الهدايا المتراسة، وتناولنا الديك الرومى واللحم والبطاطس والمرق وجميع أنواع الخضراوات والكعك والحلوى، وقضى معنا السيد "براون" يوم العيد ولم يتحدث أى شخص فى موضوعات محزنة، حيث لعبنا وأكلنا وشكرنا الله على نعمه التى أغدقها على عائلتنا.



ظل "أندى" و"بيث" معنا شهرين إضافيين، واستمرت النعم تتهاال علينا، ولم نعد نحتاج إلى شيء بل أصبح لدينا أكثر مما كنا نمتلك فى أى وقت مضى. تلقينا الحب من عائلة كانت بحاجة إلى مساعدتنا، وشعرنا بالسعادة من مساعدتنا الآخرين، وزاد إيماننا من جراء النعم غير المتوقعة التى انهالت علينا.

~ كىلى هانسىكر



## فى السراء والضراء

لم يقدر أى شخص مطلقاً، حتى الشعراء، كم يمكن للقلب أن يتحمل.  
~ زيلدا فيتزجيرالد

وقفت وحيدة فى قسم الألبان فى المتجر، أحرق فى بطاقات السعر الملصقة على عبوات اللبن، وطرفت بعينى ومسحت الدمعة التى سالت على خدى، وانتزعت عبوة مكتوباً عليها "سعر مخفض". أحنيت رأسى بينما أدفع عربة التسوق بعيداً غير راغبة فى أن يلحظ المتسوقون الآخرون فى المتجر ما بدا على محياى من أسى.

لقد كانت عائلتى تعيش على بقايا حسابى البنكى وحساب زوجى بعد أن أصبحنا بلا عمل. كنت أعلم أن الأحوال ربما كانت ستسوء لولا هذا القدر من المال، لكنه كان عسيراً أن أرى أرقام الحساب تتضاءل مع كل بيان يأتى من البنك، وخاصة أنه لا تلوح فى الأفق أية فرصة لعمل محتمل؛ لذا فقد كان سعر عبوة اللبن - الذى قاربت صلاحيته على الانتهاء والبالغ ١,٥٩ دولار - بالنسبة لى مصروفات هائلة؛ فلم أكن أملك أية فكرة عن متى أو كيف سنجنى مالاً نعوض به هذه النقود، أى ١,٥٩ دولار.

كان عيد زواجنا الرابع عشر سيحل بعد أيام قليلة، لكننى كنت أعانى حتى مجرد التفكير فى ذلك، وعلمت أنه لن يكون مشابهاً لأى من أعياد الزواج الثلاثة عشر السابقة.

فى اليوم الذى تلا يوم زفافنا، قدنا سيارتنا لنبدأ شهر العسل بالإقامة فى فندق بنظام الغرفة والإفطار. وفى ردهة الفندق فى مساء هذا اليوم، قابلنا ثلاثة أزواج رائعين وزوجاتهم، الذين كانوا أكبر منا عمراً، وكانوا يحتفلون بأعياد زواجهم:

العيد العشرين والعيد الخامس والثلاثين والعيد الثامن والأربعين، وعندما سألونا منذ متى تزوجنا، ضحكنا وأجاب "بيت": "منذ يوم واحد". وبعد أن أمطرونا بالتهاني، انهالت علينا النصائح، ولا أتذكر غالبيتها، لكنني و"بيت" اهتمنا بشكل كبير عندما أجمعوا على أننا يجب أن نجعل من عيد زواجنا كل عام مناسبة حقيقية ومهمة، فقد اكتشفوا جميعاً أن الخروج معاً كزوجين لمدة أسبوع أو حتى لليلة واحدة، قد شكل فارقاً في حياتهم وزيجاتهم.

وعلى مدار الثلاثة عشر عاماً الماضية، اتبعنا هذه النصيحة، ففي عيد زواجنا الثالث والعيد السادس، وبوجود أطفالنا الصغار في المنزل، قررنا أن نخرج لتناول وجبة عشاء لطيفة بدلاً من الاحتفال، وتعاملنا مع هذا الوعد بجدية دفعنا إلى أن نخصص له جزءاً من ميزانيتنا كل عام، من خلال ادخار جزء من المال كل شهر للتكفل بنفقات احتفالنا بعيد زواجنا.

أما هذا العام، فقد كنت أعلم أنه لن يكون هناك أي احتفال، لأنه ليس بإمكاننا إقامته، فكل مالنا كان يجب أن نسدد به نفقات الطعام والمعيشة، وكنت قد توقفت عن قص شعري، وتناول الطعام لدرجة التخمة؛ ليس لأقل من الأسعار الحرارية بل لأقل ما أنفقه من مال. وبالطبع لم أكن أقدر حتى على الحزن على رفاهية الإقامة ولو لليلة بفندق ما، لكنني شعرت حقاً بالحزن.

لقد رغبت باستماتة أن أخفي حزني عن "بيت"؛ فقد كانت حقيقة أنه لا يعمل تُشعره بما يكفى من الإحباط، لذا لم أتحدث حتى عن عيد زواجنا المقبل، لأنى لم أكن أعرف كيف أثير الموضوع دون أن ننتقل للحديث عن طريقتنا التقليدية في الاحتفال بعيد زواجنا.

لكنه عرف؛ فقد كان بإمكانى أن ألاحظ ذلك في الطريقة التي ينظر بها لى، وحنانه في التعامل معى. وبمرور الأيام واقتراب موعد عيد زواجنا أكثر، بدا وجهه يصبح أكثر اكفهراراً؛ ليس بسبب الغضب، بل بسبب التفكير والعزم.

وفي صباح يوم عيد زواجنا، استيقظت بعدما استيقظ "بيت"، ودفعت نفسى للنهوض من فراشنا الخاوى، وهرعت إلى الحمام لأغسل وجهى، ثم توقفت؛ ففي وسط منضدة الحمام كانت هناك عدة لفائف بيضاء رفيعة معقودة جيداً بشريط حريري أحمر لامع عرفت أنه من صندوق أشرطة الشعر التي تستخدمها ابنتى، وعندما التقطت اللفافة وجذبت طرفى الشريط، ارتعشت أصابعى. فبينما أفك الغلاف الورقى، انهمرت دموعى، وهى دموع لا تتشابه مع الدموع التي ذرفتها عندما

كنت أشترى اللبن: كان "بيت" قد قام بطباعة قصية رومانسية من كتاب كان قد أهدانيه في عيد ميلادى العام الماضى:

لقد طرأت على خاطرى العديد من الصور بينما أقرأ وأعيد قراءة هذه الكلمات، وتخيلت "بيت" وهو يتصفح هذا الكتاب ويقرأ كل هذه القصائد حتى عثر على القصيدة المناسبة، وتخيلته وهو يجلس أمام الكمبيوتر - لكن متى قام بهذا ونحن نتواجد فى المنزل فى الأوقات نفسها تقريباً؟ - يبحث فيه حتى يعثر على خط رائع ليكتب به هذه القصيدة، وتخيلته وهو يشذب أطراف الورقة المطبوعة على الأرجح بمسطرة حتى يحافظ على استقامة حوافها، وتخيلته وهو يدخل حمام بناتنا ويبحث فيه عن الأشرطة فى هذا الصندوق المتسم بالفوضى وبين الأشرطة المتشابكة، كما تخيلت أصابعه الذكورية السمينة وهو يجاهد ليلف بها الورقة جيداً ويربط الشريط اللامع. هل احتفظ بهذه اللقافة الدقيقة فى الطاولة التى بجواره قرب الفراش حتى هذا الصباح؟ هل ابتسم واللقافة فى يده وهو يتسلل من الفراش أثناء نومى؟

وإذا أردت أن أصف حالى بكلمات واضحة، فإن ما تلقيته كهدية عيد زواجى كان قطعة من الورق الملفوفة والمربوطة بقطعة من شريط مستعمل، مكتوباً بها قصيدة أعيدت للحياة من كتاب يعود لعام مضى. لكن ما تلقيته حقاً كان قطعة من قلب زوجى ودليلاً على ارتباطه الدائم بى وبزواجنا، ولم أكن أحتاج إلى قضاء ليلة فى فندق والإفطار فيه أو حتى إلى تناول العشاء فى مطعم فخم لأدرك هذا أو لأشعر بتأثيره.

لم ينفق "بيت" المال على الهدية، وقد كنت سعيدة بذلك؛ لأن أرقام حساباتنا فى البنك، وكما تعلمت بالطريقة الصعبة، يمكن أن تتسم بأى شىء إلا أن تكون دائمة. وغالباً، ما تتسم الأشياء التى تنفق عليها أموالنا بذلك أيضاً، لكن الوقت والإبداع والاهتمام التى نبعت مباشرة من قلب "بيت" ستبقى معى إلى الأبد.

~ ماندى هوك



## مأدبة العالم الثالث

إن الفقر يمكن أن يعطى دروسًا لا يمكن للثروة أن تعطيها.

~ جاك كلوجمان

إن أحد أعظم الدروس التي تعلمتها كان درسًا تعلمته في الصف السادس الابتدائي: كانت مدرستي تدعى السيدة "شميت"، ولسنوات، قبل أن ألتحق بالفصل الذي تدرّس له، لم أكن أطيع الانتظار حتى تصبح مدرستي، فقد كانت المدرسة الصغيرة الرائعة التي جعلت من التعليم شيئًا ممتعًا، وقد كانت تدرّس الدروس نفسها التي يدرّسها بقية المدرسين، لكن طريقتها في القيام بذلك كانت مختلفة، وكما يقولون هذه الأيام، كانت تفكر "خارج الأطر التقليدية".

في أحد الأيام، وبينما كنا نستقر في الجلوس في مقاعدنا بعد عودتنا من فترة الاستراحة، عرضت لنا السيدة "شميت" الإطار العام لمشروعنا المقبل: مأدبة العالم الثالث - كان غداء ستقدمه الصفوف السادس والسابع والثامن حيث سيتناول كل طالب وجبة ترمز للأطعمة التي يتم تناولها في إحدى دول العالم الأول أو الثاني أو الثالث.

لقد قمنا بالإعداد لهذا الحدث طوال الشهر، حيث جمعنا المال وطلبنا مساعدة آبائنا، وأمعنا التفكير في تفاصيل الحدث، وقبل أن يمر وقت طويل كنا قد خططنا للأمر. وحتى يكون الأمر عادلاً، قررنا أن كل طالب يشارك في الحدث سيسحب، وهو مغمض العينين، قصاصة من الورق من إناء، وإذا كان مكتوباً على الورقة رقم ١، فإن هذا الطالب حسن الحظ سيتناول الغداء الذي تتناوله دول العالم الأول، وإذا كان مكتوباً على الورقة رقم ٢، فإنه سيتناول الغداء الذي تتناوله دول العالم الثاني،

أما إذا كان مكتوباً على الورقة رقم ٣، فمن البديهي أنه سيتناول الغداء الذى تتناوله دول العالم الثالث.

وأخيراً حل يوم المأدبة ورن جرس المدرسة قبل ميعاد الغداء، وتم تمرير الإناء فى كل فصل حتى يختار الطلاب ما يحدد مصيرهم فى فترة ما بعد الظهيرة، وبالطبع كان الجميع يأمل أن يختار قصاصة الورق المكتوب عليها رقم ١.

وبعد ذلك بوقت قصير، كنا نقف على أبواب قاعة الرياضة فى المدرسة (التي أعدت لتكون بمثابة قاعة تناول الطعام)، ومنتظر بصبر حتى يتم توجيهنا إلى مقاعدنا فى الداخل، وسريعاً بدأ الآباء فى اصطحاب طلاب العالم الأول لصفوف من الطاولات المتراسة والمغطاة بمفارش المائدة وأدوات المائدة والأطباق، أما طلاب العالم الثانى فقد تم اصطحابهم إلى مجموعة أخرى من الطاولات. وقد كانت هناك مقاعد، لكن بلا أية إضافات أخرى مثل أغطية الموائد أو قناني الملح والفلفل. وأخيراً، تم توجيه طلاب العالم الثالث إلى قطعة منعزلة من أرضية القاعة محاطة بالحبال ومغطاة بأوراق بنية اللون ليجلسوا عليها.

وما إن اتضحت حقائق مآدبتنا، حتى تغيرت الوجوه. لقد كان طلاب العالم الأول بالطبع يبتسمون بابتهاج ويتجولون كما لو أنهم ملوك وملكات ويتصافحون سعادةً بحظهم الحسن، وبدأ طلاب العالم الثالث فجأة بائسين وهم يحاولون أن يستشعروا بعض الراحة على الأرضية القاسية أسفلهم، ويحسدون زملاءهم الذين يجلسون على مقاعد حولهم، ويشعرون بالرهبة من اللحظة التي سيكتشفون فيها طعامهم لهذا اليوم. وبين هذا وذاك، كان طلاب العالم الثانى، الذين جلسوا دون أن تبدو عليهم أية تعبيرات تقريباً، فقد كانوا يشعرون بالإحباط إلى حد ما لأنهم لم ينالوا حظ أصدقائهم من طلاب العالم الأول، لكنهم كانوا فرحين بالتأكيد لأنهم لم يجلسوا على الأرض أيضاً.

وقبل مرور وقت طويل، تم تقديم الغداء، ومن ثم حصل طلاب العالم الأول على مكرونة إسباجتى وكرات اللحم وعيش بالثوم وسلطة وما يختارونه من مشروبات. وقد تم تقديم الطعام لهم أولاً، وتمت خدمتهم بشكل جيد وفى خلال لحظات، كما تمت إعادة ملء أكوابهم بالشراب بعد فراغها، بل إنهم حصلوا على الكعك والمثلجات للتحلية!

أما طلاب العالم الثانى فقد قدمت لهم زبدة الفول السودانى والجلى وعلبة كرتون تحتوى على ربع لتر لبن. وعلى موائدهم لم تكن الخدمة سريعة ولا تتم إعادة

ملء الأكواب، كما لم توجد تحلية فى النهاية، لكن هذه الحال لم يقترب حتى من سوء حال طلاب العالم الثالث؛ ولهذا فقد كانوا يشعرون بالامتنان.

وفى داخل المنطقة المحاطة بالحبال والخاصة بـ"العالم الثالث"، كان المكان مزدحمًا وغير مريح؛ حيث جلس الأطفال متلاصقين ويكادون يجلسون فوق بعضهم، وتم تقديم القليل من قناني المياه والأكواب وأطباق أرز صغيرة، لكن بالطبع لم تكن هناك أى شوك.

وبقدر ما علقت تجربة المأدبة هذه معى حتى اليوم، فهناك تفصيل بسيط أتذكره بوضوح، وهو عالق بذاكرتى بشدة بفضل زميل قديم يدعى "تيلر"، الذى كان أحد أضخم الطلاب فى الفصل. ومن مظهره، كان المرء يعتقد أنه شخص فظ وقاس ومشاكس يحب إثارة المشكلات، ومع أنه كان منسجمًا مع بقية الطلاب، فإنه فى داخله تقبع روح رقيقة حقًا. وهكذا كنا جميعًا مرتدين الزى المدرسى ذا الألوان الأحمر والأبيض والأزرق، لكن يقسمنا الحظ (أو غيابه).

لقد جلس طلاب العالم الأول معًا يأكلون ويشربون ويضحكون فى "عالمهم الأول" المريح، ناسين تمامًا ما يحيط بهم من فقر؛ وهو الفقر الذى أصبح بالنسبة لبعض أقرب أصدقائهم فجأة حقيقة يعيشونها، ونسى طلاب العالم الثانى، الذين كنت أجلس بينهم، سريعًا كل ما يتعلق بالمكرونة التى لم يحصلوا عليها، وشعروا بالامتنان لأنهم لم يختاروا قصاصة الورق المكتوب عليها رقم ٣. أما طلاب العالم الثالث فقد جلسوا على الأرض يقسمون حصص المياه بنبيهم ويتناولون بأيديهم أرزًا لزجًا بلا نكهة.

فى نهاية الغداء قام "تيلر" - الذى كان يجلس بين طلاب العالم الأول فى هيئته المعتادة المتواضعة العطوفة، ويبدو أقل من تأثر بمكانة العالم الأول - بالوقوف. كان هناك شىء مفاجئ جعله يدرك الدرس الذى كانت السيدة "شميت" ترغب فى أن ندركه جميعًا: فقد قال عندما عرض عليه أن يتناول التحلية مرة إضافية: "نعم من فضلك"، لكنه لم يرد قطعة الكعك الثانية لنفسه، بل كان يريد لها لمن هم أقل منه حظًا. وبعد أقل من دقيقة كان قد تجرّك مبتعدًا عن كرسيه ويسير خلفه طابور من زملائه فى العالم الأول متجهين إلى بقية زملائهم فى العالم الثانى والثالث فى أرجاء القاعة. كان لما أبداه من عطف تأثير على من حوله يشبه تساقط قطع الدومينو المترابطة، وخلال دقائق، كانت أطباق كعكة الشيكولاتة مترابطة على

الطاولات الخاوية لطلاب العالم الثانى وتحل محل أطباق الأرز لدى طلاب العالم الثالث.

لقد كان الآباء مستعدين لهذا الأمر، ولذا فقد كانوا منتظرين ومعهم أطباق كعك للجميع وقدموها للأطفال الذين لم ينلهم الحظ ليتناولوها من البداية، وعادت الابتسامة لترسم مرة أخرى على الوجوه التى طالها الشعور بالفقر. وبحلول المساء، كنا جميعاً قد أكلنا مرة أخرى حتى الشبع من طعام عشاء عائلتنا، وعدنا لنحيا حياتنا الخالية من الهموم كأطفال محظوظين، متناسين ما فى العالم من جوع أو حتى ما عاناه بعضنا من جوع سابقاً فى هذا اليوم. لكن طوال هذه الساعة التى قضيناها فى صالة الألعاب الرياضية أثناء إقامة مأدبة العالم الثالث، أدركنا، حتى ولو لفترة قصيرة من الوقت، ما يعنيه الشعور بالجوع، لأننا لم نأكل سوى الأرز أو لأننا قد لاحظنا أصدقاءنا الذين لا يجدون ما يأكلونه. ما زلت أفكر فى هذا الحدث البسيط، وكيف أن العمل البسيط الذى قام به "تيلر" أحدث هذا الفارق الكبير.

~ أندريا فيسك



## جائع في "التفاحة الكبيرة"

في بعض الأحيان يكون التبرع بتفاحتك لشخص، أفضل من أن تتناولها.  
~ جاك كلوجمان

لقد كان أول شتاء أقضيه في مدينة نيويورك - الشهيرة باسم "التفاحة الكبيرة" - شيئاً خاطئاً فترة طويلة. كنت أبلغ من العمر ثلاثة وعشرين عاماً وأعمل وأستمتع بحياتي في واحدة من أكثر مدن العالم إثارة، وكنت أتحرق شوقاً لحضور الاحتفال الذي تقيمه سلسلة محلات "ماسي" بالعام الجديد، ومشاهدة عرض Rockette's Christmas Spectacular الذي يقام في قاعة راديو سيتي للموسيقى. لقد كانت الشوارع تزدان بواجهات المحال التي تغري المارة بجمالها الساحر وتغلب لب الأطفال بما تحويه من كنوز تنتظرهم في الداخل، بينما عطر الكستناء المشوية يفوح في الهواء البارد يثير شهيتك الخاملة. لقد كان من المتوقع أن يكون هذا واحداً من أفضل الاحتفالات - أو هذا ما اعتقدته.

لقد أسرعت الخطى إلى محطة قطارات بنسلفانيا وجموع من البشر تخرج منها بعد انتهائهم من العمل - كان السباق نفسه الذي يحدث يومياً للحاق بمكان في القطار السريع قبل أن يمتلئ عن آخره بالركاب. وبطبيعة الحال فإن الأشخاص اللطفاء يتحولون إلى وحوش ضارية تدافع عن مكانها وتفتك بأي شخص أو أي شيء في طريقها. ولأنني من الجنوب فقد كان هذا السلوك مزعجاً لي، لكن هنا في التفاحة الكبيرة، كان هذا أسلوب حياة يجب أن أعتاده. كان من النادر أن ألحق بالقطار السريع، ولم يكن هذا اليوم مختلفاً عن بقية الأيام. لذا، وبينما كانت الأبواب المعدنية الثقيلة تُغلق، التفتُّ لأبحث عن مقعد لأريح عليه جسدي المنهك، ورأيت عن بعد مسافة شيئاً يجول في جانب مظلم من المحطة. كان أكبر من أن يكون

حيواناً، رغم أنني قد سمعت بعض الشائعات عن أن فئران المدينة قد يصل حجمها إلى حجم كلب صغير، وعندما أمعنت النظر، استطعت أن أراه جيداً. وهمست قائلة: "يا الله، إنه طفل!".

نهضت واقفة واتجهت إلى هذه المنطقة. كان هناك صبي صغير وسيدة شابة يجلسان متقاربين وتغطينهما طبقات من الأتربة والأوساخ وتحولت ملبسهما إلى أسمال بالية ممزقة تكسو جسديهما الهزيلين، ولم يرتد أي منهما حذاءً أو معطفاً. استمر الزحام المحيط بي في حركته السريعة، ولم يتوقف أي من المارة ولو لمرة واحدة ليلحظ هذه العائلة الفقيرة ويتعرف على حالها. هل يهتم أي شخص؟ وعندما نظرت إلى ساعتى، أدركت الوقت، حيث إن زوجى سيشعر بالقلق إذا لم أصل إلى المنزل بسرعة. وعلى مضض، استدرت وهرعت لألحق بالقطار الذى يقترب من الرصيف، وكل ما استطعت التفكير فيه فى طريق عودتى إلى المنزل هو صورة هذه الأم الشابة وطفلها، فغمرنى إحساس بالذنب لأنى لم أعطهما معطفى ليدفئهما. عندما وصلت إلى المنزل، أخبرت زوجى، الذى نشأ فى نيويورك، بما رأيته، فوضح لى الأمر وقال: "يا حبيبتي، أعلم أنك لست معتادة رؤية المشردين، وأعلم أنك ترغبين فى مساعدتهم، لكن هناك العديد من هذا العائلات فى المدينة، ومن المستحيل مساعدتهم جميعاً. لا تقلقى؛ فستعتادين الأمر".

صدمتني كلماته، فلم أكن أرغب فى اعتياد رؤية معاناة هؤلاء الفقراء. لكننى كنت الشخص الوحيد، ولم يكن هناك الكثير الذى يمكننى تقديمه لمساعدتهم، أليس كذلك؟ وفى صباح اليوم التالى، كنا نهرول فى كل مكان فى الشقة محاولين الاستعداد للذهاب إلى العمل، وأسرعت إلى الثلاجة وأخرجت غداءنا، فقد قررنا أن نأخذ معنا طعام غداءنا؛ حيث إن تناول الطعام فى المدينة يومياً باهظ جداً. عندما وصلنا إلى محطة بنسلفانيا، مضى كل منا فى طريقه، وبينما كنت أصعد السلالم، ارتعشت عندما قابلنى هواء المدينة البارد، ولم يكن للمعطف الذى أرتديه الكثير من التأثير وسرى الخدر فى قدمى، وعندما بدأت فى الشعور بالأسف لحالى، رأيت رجلاً عجوزاً ملتفماً حول نفسه تحت مظلة متجر أطعمة. كان لا يرتدى إلا القليل من الملابس، وخداه مصفران، ونظرت إلى الكيس الورقى الذى أضمه لصدري، فعلمت ما الذى يجب أن أفعله. اتجهت إلى الرجل العجوز وقدمت له الكيس، ثم مد يده التى قرصها البرد وأخذ عطيتى ثم فتحها ونظر بفضول داخلها.

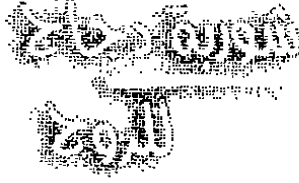
وسمعت نفسى وأنا أقول: "اعتقدت أنك قد ترغب فى وجبة خفيفة تتناولها فيدا بعد".

نظر العجوز لأعلى وابتسم وقال: "شكرًا لك يا بنيتى، باركك الله، والآن أسرع قبل أن تصابى بالبرد".

همست: "حسنًا يا سيدى".

أومأ لى برأسه وأخرج تفاحة من الحقيبة، وراقبته وهو يأكل التفاحة قبل أن أستكمل طريقى للعمل، ورغم ضالة ما قدمته، فإننى قد وجدت طريقة أستطيع بها أن أساعد المشردين. ومن هذا اليوم، كان من النادر أن أحضر إلى العمل ومعى غدائى، لكننى لم أشعر ولو لمرة واحدة بألم الجوع.

~ تاشا ميتشيل



## التمنى فى الاحتفال بالعام الجديد

إن يوم الاحتفال بالعام الجديد هو اليوم الوحيد الذى يحمل

آمالاً ووعوداً حقيقية لكل البشر.

~ إدجار جيست

كان موسم الأعياد يقترب، وما زالت حالتنا الاقتصادية سيئة، وكنت أذهب إلى دار عبادة جديدة منذ عدة أشهر. كانت كلمات الواعظة "لورى" عبارة عن رسائل يومية روحانية تتطوى على الإنسانية لجميع البشر وكذلك الأمل، وخاصة فى هذه الأوقات العصيبة، ودائمًا ما ألهمتنى رسائلها ورغبت فى اتباعها وصنع فارق فى حياة الآخرين.

لقد اهتز إيمان الكثيرين فى العام الماضى، بل وفقدوا الأمل فى مستقبل أكثر إشراقًا، وكان الناس يشعرون بإحباط شديد، وأصبحت الشوارع أكثر خطرًا. لقد كنت أفكر فى المشردين، وكيف يستمرون فى العثور على ما يكفى من قوة تساعدهم على الاستمرار، وكيف سيقضون أعياد الميلاد هذا العام.

فى مقابل دار العبادة التى أذهب إليها كانت هناك حديقة، وطوال الخريف وبعده، لاحظت عددًا ضخمًا من المشردين الذين اتخذوا من هذه الحديقة منزلًا لهم. وقد أردت أن أجعل من احتفالهم بالعام الجديد شيئًا مميزًا هذا العام، وتمنيت أن أذكرهم بالاحتفالات السابقة التى كانوا يقضونها مع عائلاتهم وأصدقائهم قبل أن تسوء أحوالهم. نعم، الطعام والمال سيساعدانهم، لكنهم يمكن أن يحصلوا عليهم فى أى يوم، وقد كنت أرغب فى أن أجعل هذا الاحتفال مختلفًا.

لقد اشتريت بعض حقائب الهدايا بألوان زاهية، مكتوبًا على مقدمتها ضحكة شهيرة "ها، ها، ها". ورغبة منى فى أن أكون عملية لكن فى الوقت نفسه أحافظ

على روحانيات الاحتفال، اشترت حلوى العيد وعصى حلوى النعناع، وأكياس المكسرات الصغيرة لكل فرد، والحلوى، ومحارم ورقية لونها أحمر براق. حسناً، كانت هذه مجرد البداية، لكنها لم تكن مميزة بالقدر الكافي كما تخيلتها، إلى أن رأيت الدمى التي على شكل الدببة الصغيرة ذات اللونين البنّي والأبيض ويلتف حول أعناقها أشرطة حمراء.

لقد كانت غالبية المرشدين في هذه الحديقة من الرجال كبار السن. فهل ستعجبهم هداياي؟ وضعت أنا وصديقتي "مارلين" و"جيرى" و"كين" الهدايا في الحقائق. كانت موسيقى العيد تصدح حولنا، وأقبلنا جميعاً على المهمة التي بين أيدينا، وشعرنا بأننا على حق في القيام بها. لقد وضعنا المحارم الورقية الحمراء البراقة أولاً داخل كل حقيبة ثم الحلوى والوجبات الخفيفة وبعدها الدب الجذاب ودولارين هدية، ثم قمنا بلف المحرمة الورقية لتغليف كل هذا الهدايا. ومبكراً، في صباح يوم الاحتفال، انطلقنا إلى الحديقة، وتوقفنا في طريقنا عند فرع محلى لمحلات دنكن دوناتس لإحضار بعض القهوة والكعك المحلى للرجال أيضاً.

ولأننا لم نقم بمثل هذا النوع من الأنشطة المجتمعية من قبل، فلم نكن متأكدين كيف سيتم استقبالنا، لكن الساعة التي قضيناها تجاوزت حتى أشد توقعاتنا جموحاً. عندما اقتربنا من الحديقة رأينا أشخاصاً أكثر بكثير مما توقعنا، وقلنا لبعضنا: "أرجو أن تكون لدينا حقائق كافية". وعندها لاحظ هؤلاء الأشخاص وجودنا، واقترب من السيارة ببطء حوالي عشرين شخصاً، بعضهم يمشى وبعضهم يعرج وبعضهم يهرول، وفتحنا الباب وما زلنا لا نعرف ما الذي يجب أن نتوقع حدوثه. وقد بدا عليهم التعب الشديد بينما كانت أعينهم تتفحص الحقيبة الضخمة التي تحمل كل الحلوى التي أحضرناها.

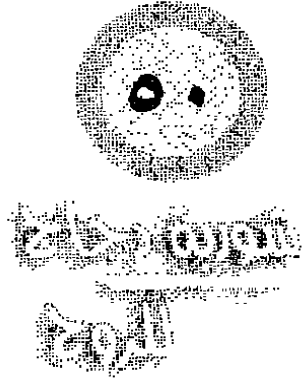
كنا قد تخيلنا أننا سنعطى كل شخص حقيبته ونحن بجوار السيارة ثم نرحل عن المكان، لكن الرجال اصطحبونا إلى سرادق يجتمع فيه غالبيتهم ليتناولوا الطعام ويناموا ويتجولوا في المكان لبقية اليوم، وبمجرد وصولنا للسرادق، بدأنا في توزيع القهوة والكعك.

لم يسأل أي شخص عما تحتويه الحقائق، فقد كان الجميع صبورين بينما يتناولون كوباً من القهوة والكعك وهم جالسون يتلذذون بكل رشفة من القهوة أو قسمة من الكعك، وبينما كنا نقول: "عيد سعيد" لكل شخص، كان ردهم علينا:

"عيد سعيد" تزداد قوته. وبدأوا في الابتسام وبدأت أعينهم تصبح أكثر ابتهاجًا، وبدأنا في توزيع الحقائق، وحصل بعض الأشخاص على حقيبتين بطريق الخطأ وكان يلتف ويقدم إحداهما إلى شخص آخر وهو يقول له: "عيد سعيد" وهو سعيد لأنه قد شاركه في شعوره بالابتهاج. وعندما رأى رجل أصغر في العمر دمية الدب رفع رأسه وقال: "أصبح لدي دمية دب" ووضعه داخل جيب قميصه وربته بلطف وعيناه تلمعان.

لقد ألهمني ما تمتعوا به من مرونة في هذا الصباح، وكيف أنهم نحوا جانبًا كل ما يوا جهونه من صعوبات لساعتين، وفتحوا قلوبهم ونسوا متاعبهم بينما يتشاركون ما حصلوا عليه. وبينما كنا نقود السيارة مغادرين هذا المكان، كانت قلوبنا مليئة بالعرفان والأمل في أيام قادمة أكثر بهجة، وعندما نظرنا للخلف، شاهدنا المجموعة وقد تجمعت أسفل السرادق تلوح لنا حتى اختفينا عن أنظارهم.

~ بولا موجيري تيندال، ممرضة معتمدة



## حياتها التي تصنع الاختلاف

تصرف كما لو أن ما تفعله يصنع فارقاً ، وسيصنع الفارق بالفعل!

~ ويليام جيمس

قالت لي صديقتي عندما فتحت لها الباب: "لديّ ما أريد أن أريك إياه"، وخطت نحو الداخل وهي ترتعش وتصحبها نفحة من الهواء البارد كانت كضيلة بإشعار أي دب قطبي بالسعادة. كان اليوم التالي هو يوم عيد، وكنت أنا و"سو" على وشك البدء في أحد الحوارات الودية التي نجريها معاً. كنت ألتقي "سو" - وهي أم مطلقة تعمل مدرسة - عدة مرات في العام، فتظل ضحكاتها عالقة في ذهني فترة طويلة بعد أن تذهب.

تصافحنا كالعادة وتبادلنا السؤال عن الأحوال والتعبير عن رضا كل منا بحال الآخر قبل أن نجلس في غرفة المعيشة. أخرجت "سو" من حقيبتها كيساً بلاستيكيّاً محكم الإغلاق، وقالت وهي تشعر بالزهو من ابنتها التي تبلغ من العمر سبعة وعشرين عاماً وتتسم بشخصية عنيدة وقلب رقيق: "راي" صنعت هذا، وهي تبيعه للحصول على بعض المال الإضافي، لتفعل كل ما تستطيع كعمل إضافي. هل ترغبين في شراء بعضها؟".

كان ما تشير "إليه" بعض بطاقات التهنئة بالعيد الرائعة المطرزة يدويّاً في المنزل. وقد أعجبتني بشدة بطاقة عليها رسم مزخرف لرجل الثلج ممتلئ الجسد. كانت البطاقة الرائعة بزرقتها وخلفيتها السوداء وخيوطها البيضاء قد أشعرتني كما لو أنني في أجواء الاحتفال بالعام الجديد. ورغبة مني في مساندة "راي" اشتريت بطاقات بعشرة دولارات، لكن لم تكن هناك سوى بطاقة واحدة من التي عليها رجل الثلج، وقد اعترفت لـ"سو" بأنه سيكون من العسير أن أتخلى عنها، واعترفت لي

بدورها أن لديها الشعور نفسه أيضاً - وقد احتفظت بإحدى بطاقات رجل الثلج لنفسها - لذا فقد اتفقنا على أن نتبادلها بالبريد في الاحتفال بالعام الجديد، وبهذا نضمن أن يكون لكل منا بطاقة يحتفظ بها. الآن، أعلم أن هذا يبدو جنونياً، لكن صداقتي مع "سو" كانت تدور في مجملها حول الجنون.

وبعد أن غادرت منزلها، ابتسمت عندما نظرت إلى بطاقة رجل الثلج التي سأرسلها إليها في النهاية. لكن البطاقة لم تدفعني إلى التفكير في "سو" بقدر ما دفعتني إلى التفكير في "راي" التي تحمست بشدة لعملها في مؤسسة المساعدات الإنسانية أمريكا كوربس. إنني أعلم أن "راي" تجنى أقل من ١٠٠٠٠ دولار في العام، ولديها جبال من قروض المصروفات الدراسية والفواتير التي يجب أن تسدها، لكنني كنت أعلم أيضاً أنها ستضحى بكل ما يلزم حتى تستمر في عملها، وقد ألهمني هذا أن أرى شخصاً في مقتبل العمر مثلها يصنع هذا الفارق، رغم كفاحها للحصول على المال، وهو ما يسلط الضوء قليلاً على اقتصاد بلدنا الكارثي.

لقد بدأ هذا الأمر مع "راي" عندما سافرت في رحلة مع زملائها في فترة إجازة الربيع إلى مدينة "ألبوكوركو" في نيوميكسيكو لبناء منازل تنشئها مؤسسة هايتات هيومانتي. وقد اكتشفت أثناء هذا الوقت أنها تحب العمل الميداني بجوار سواعد زملائها وأصدقائها. لقد كانت أول من يصعد السقف في الصباح وآخر من يترك أدوات العمل في المساء، وأكد لها تطوعها للعمل في مؤسسة هايتات ما كانت توشك على فهمه حيال شخصيتها؛ فقد كانت ترغب في مساعدة الآخرين على مجابهة الحياة.

وقد عززت رحلة تثقيفية إلى أفريقيا في صيف هذا العام ما ثبت لديها من يقين. علمت "راي" عن الرحلة في المدرسة، وفي خلال عدة أشهر استطاعت أن تجمع التبرعات المالية الكافية لتشارك في هذه الرحلة. وإذا كانت مدينة البوكوركو قد همست في أذن "راي"، فإن أفريقيا قد فتحت عينيها بالفعل. لقد رأيت كيف يتم تصوير أفريقيا على شاشات التلفزيون، لكن الفقر المدقع لم يؤثر فيها إلا عندما لمست شخصياً. لم تكن مستعدة لمواجهة ضخامة معاناة البشر، لذا فقد شعرت على الفور بالخجل مما تتمتع به في وطنها في الولايات المتحدة الأمريكية؛ فهي ووالدتها لم تكونا في أي وقت من الأوقات ثريتين في "أرض الوفرة"، وكانتا تعيشان على ما تقتضاه "سو" من التدريس، لكنهما عاشتا حياتيهما جيداً ولم تشعرنا بالجوع في أي وقت من الأوقات.



وبينما كانت المجموعة المرافقة لـ "راى" فى الرحلة تعبر أحياء نيروبي الفقيرة متجهة إلى ملاجئ الأيتام فى المناطق الريفية فى كينيا، أدركت كم كانت محظوظة. وقد كان أكثر ما أثار فيها الأطفال؛ فقد كانت أعينهم السوداء تتفحص ما فى وجهها من نمش بفضول وتنتقل إلى شعرها الأشقر. لقد ابتهجوا بما حصلوا عليه من كعك وكرات لعبة كرة القدم التى أحضرها معهم المتطوعون - وهى أشياء تقرر "راى" بأنها كانت تتعامل معها على أنها من المسلمات - وأكثر من أى شىء آخر، كانوا يرغبون فى أن تتم معانقتهم، وقد كان هذا هو أكثر ما فى الأمر من غرابة أصابتها بالاندهاش. لقد كان هؤلاء الأطفال سعداء بحق وممتنين لهذه الأشياء البسيطة. وقد قابلت صبيًا صغيرًا فى مكان يطلق عليه "المنازل الزرقاء"، ولقد أطلق عليه هذا الاسم بسبب "المنازل" الزرقاء المبنية من القصدير المتموج وبداخلها أسماك ثياب يستخدمونها كفرش، ومياه فى لون الطين. وعند نهاية الرحلة، لم تستطع التوقف عن البكاء. لقد أصبح هذا الصبى الصغير صديقها، ومن المتوقع أنها لن تراه مرة أخرى. فما الذى سيكون عليه مستقبله؟

لقد علمت "راى" - وقلبها يحمل بين طياته إلى الأبد الحالة التى استشعرتها فى أفريقيا - أنها لن تستطيع أن تعود إلى العمل فى وظيفة مكتبية، رغم أن بعض الأشخاص قد قالوا إن الوقت قد حان لتحصل على عمل "حقيقى". لكنها تجاهلت نصيحتهم والتحقت للعمل فى أمريكا كوربس، حيث تعمل الآن فى برنامج يدعى "أمريكا تقرأ - الميسيسبى"؛ حيث كانت تساعد الأطفال فى مدرسة جاكسون، بدءًا من مرحلة رياض الأطفال وحتى الصف الخامس، على القراءة والمهارات الحياتية، وكانت تعلم أن الحياة لم تترفق بهؤلاء الأطفال؛ فغالبيتهم لا ينامون جيدًا أو يملكون ما يكفى من الطعام، وبعضهم يحضر للدراسة وهو على استعداد للعراك، لذا فقد قامت "راى" بما تستطيع. وإذا شعرت فى أى وقت بوخزة الحسد تجاه بنطال من ماركة شهيرة يرتديه شخص ما أو يستقل سيارة فارهة، فكان كل ما عليها القيام به هو أن تتذكر "أطفالها".

لقد كانت تشعر بالراحة تجاه أسلوب حياتها؛ حيث إنها لا تتفق أكثر مما تجنيه، وقد كانت وخطيبها "إليوت"، أحد العاملين فى هايتات، يتسوقان وفق نظام محدد، حيث يذهبان إلى المتاجر التى تقدم الخصومات ويتبرعان لمؤسسة جودويل، كما أنهما يضحكان كثيرًا؛ وهو ما يسهم فى أحد الأهداف الرئيسية فى حياة "راى"

وهو: أن تُظهر لأبنائها - أصحاب الابتسامات سريعة الزوال والأعين الحزينة - كيف يضحكون. وربما استقت هذه الفكرة المتعلقة بالضحك من أمها.

لقد كان الجليد يتساقط عندما خرجت لأجمع رسائل بعد مرور أسبوع على زيارة "سو". وفي الداخل، فتحت مظروفًا كان شكله مألوفًا، وبداخله وجدت بطاقة رجل الثلج - تلك التي صنعتها "راي". وبداخلها كتبت "سو": "إليك ببطاقتي كما وعدتك!".

ضحكت، رغم التقارير الاقتصادية المخيفة والمخاوف المتعلقة بأن بعض أفراد أسرتي قد يخسرون وظائفهم. وحيث إنني كنت متشعبة تمامًا بروح الاحتفال بالعام الجديد، فقد أنهيت إعداد العديد من البطاقات التي سأرسلها قبل موعد الاحتفال بعدة أيام. كنت أعلم أن "سو" بالتأكيد تشعر بالقلق، لذا فقد كتبت في داخل بطاقتها: "أخيرًا - ها هي بطاقتك. أراهن على أنك كنت تشعرين بالقلق!".

وعندما تذكرت ما كتبتّه وتخيلتها تقرؤه، كدت أسمع ضحكاتها مع ما يفصلنا من كيلومترات، وبطريقة ما دفعني مجرد التفكير في هذا إلى الضحك أيضًا، وورد بخاطري أن هذه هي الطريقة التي سننجوبها جميعًا من هذه الظروف، أي بقليل من الضحك، وبعض الجنون الذي سيحافظ على صحتنا العقلية. ربما يجب أن نحاول ألا ننظر إلى اقتصادنا الأمريكي الممزق بنظرة مادية مجردة، بل على أنه فرصة للعودة إلى جوهر الأشياء، وربما تكون هذه هي فرصتنا لتعيد بناء أرضنا "أرض الفرص" بطريقة مختلفة، وأكثر رقة حتى نتواصل معًا ونشعر بالعرفان لما وهبناه من نعم أو كما تقول صديقتي "ليزا"، حتى نبتهج لحقيقة أننا على قيد الحياة وأننا نعيش في هذا المكان.

وربما يجب أن نتذكر، كما قالت لي صديقتي "إلين" ذات مرة، أن ما يحدده الله من مواعيد دائمًا ما يكون بلا أية أخطاء، وأن تواصلنا البشري هو جزء من ذلك، وأنه ينطوي على القوة كالتواصل مع طفل في أفريقيا، وعلى البساطة كتبادل بطاقات رجل الثلج.

~ تريزا ساندرز



## الأخت

ما الحكمة التي يمكن أن تجدها وتكون أعظم من العطف؟

~ جان جاك روسو

إنني لا أتذكر اسمها، ولن أعرفها إذا صادفتها في الشارع، ولا أعرف ما إذا كانت على قيد الحياة أم لا، حيث كانت كبيرة في العمر بينما كنت أنا في العاشرة من عمري منذ حوالي ثلاثين عامًا مضت. لكنني أتذكر العطف الذي منحته لمجموعة من الأطفال المعدمين وهي غريبة عنهم، والفارق الذي صنعه هذا في حياة أحد هؤلاء الأطفال - وهو أنا.

أتذكر المرة الأولى التي رأيتها فيها واقفة في مدخل شقتنا الصغيرة؛ فقد كانت سيدة كبيرة السن صغيرة الحجم ترتدي تنورة طويلة ومعطفًا صوفياً طويلاً، وما اعتقدت في هذا الوقت أنه قبعة من بقايا فترة العشرينيات الصاخبة، والتي لها حافة مستديرة تحيط بالرأس باستقامة.

إنني لم أستطع سماع ما يُقال بينما كان زوج أمي، وهو رجل يكره الجميع، يقف ليستمع إليها وهي تدافع عن قضيتها بإصرار جعلني أوقن أنها تتحدث عن أمر مهم جدًا بالنسبة لها، ولم يُخبرني أي شخص بما سيحدث يوم الأحد المقبل.

قبل وصولها بنصف ساعة، طلب مني أن أرتدي أفضل ما لدي من ثياب لأنني سأذهب إلى دار العبادة. وابتسمت بابتهاج عندما دخلت سيارتها، وقد كانت بالنسبة لي سيارة شخص غريب عنى تمامًا، فلم أعرف حتى اسمها، لكن ها أنا ذا مع أربعة أطفال آخرين أعرفهم من منطقتنا الفقيرة، في طريقنا إلى دار العبادة.

عندما دخلنا منطقة انتظار السيارات، تذكرت كم كان المبنى الحجري القديم جميلاً ببرجه المرتفع ونوافذه الزجاجية الملونة. بدا أن الدرس الدينى طويل، ولأننى لم أكن معتاداً شعائر هذه الدار، شعرت بالغربة. لكن حتى وأنا طفل، كنت أؤمن جداً بالله وشعرت بالطمأنينة داخل هذه الجدران.

بعد أن انتهت الشعائر، توقعت أن يتم اصطحابى للمنزل، لكن بدلاً من ذلك توجهنا فى الاتجاه المعاكس؛ حيث اصطحبتنا إلى شقة صغيرة بها القليل من المفروشات، وهو ما يدل على نمط بسيط للحياة ليس بالمترف. كانت هناك طاولتان عليهما صناديق كبيرة تحتوى على مكعبات الألغاز، وبعد أن أعدت لنا مشروب الشيكولاتة الساخن، طلب منا أن نبدأ فى اللعب بالمكعبات وحل الألغاز. لقد كانت فترة من الوقت اتسمت بالهدوء والخلو من الفوضى والانتقاد الدائم الذى سنواجهه عند العودة إلى المنزل، كما أن ما تفوهت به هذه السيدة - التى كنا نعرفها فقط باسم "الأخت" - من كلمات قليلة كانت مريحة ومريحة.

لقد أصبحت أنتظر يوم الأحد بفارغ الصبر. وأنتظر مشروب الشيكولاتة الساخن ومكعبات الألغاز التى كانت تظل فى مكانها كما تركناها فى الأسبوع السابق، والحب الذى كنت أشعر به فى كل مرة تبتسم لى فيها الأخت.

بعد أن اكتمل حل اللغز المكون من ١٠٠٠ مكعب، لم تعد الأخت تأتى لاصطحابنا أيام الآحاد، وتم إخبارى بأنها مريضة ولم تعد قادرة على السفر. ومع ذلك، فقد تساءلت عما إذا كان الوقت قد حان لتبدأ هى فى "إنقاذ" المجموعة التالية من الأطفال، ولتعطيهم أملاً فى أن الطيبة والعطف مازالا متواجدين ويمكن العثور عليهما فى من يُطلق عليهم الغرباء.

إننى أبلغ الآن الرابعة والأربعين من العمر، وقد بذلت جهدى لأعطف على الغرباء وقتما سنحت لى الفرصة. وقد قيل لى إننى مجنونة وإننى أثق بالجميع بلا حساب، لكننى كنت أعلم أن الله يرعانى. أعلم أن الأخت قد لا تكون بيننا الآن، لكنى أمل أن تبتسم حينما تدرك أن جهودها للوصول إلى هؤلاء الذين لم يصادفوا الكثير من الحظ لا تزال مستمرة بأيادى الأحياء منهم، والذين مست شغاف قلوبهم بهذه الطريقة المميزة.

~ تامى إل. جاستس





عندك

عندك

التوجه هو كل شيء

السعادة توجه،

ونحن إما أن نجعل أنفسنا بائسين أو سعداء وأقوياء،  
وكلا الأمرين يتطلب القدر نفسه من الجهد.

~ فرانسيسكا رايجلر

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## يومنا السيئ... أسبوعنا... شهرنا... عامنا

هل تريد إكسيرا لدراما الحياة؟ إنه الضحك!

~ روبرت دبليو. ميريويدر

ذات يوم من أيام الثلاثاء، أخبرني زوجي، الذي تزوجته منذ ١٠ سنوات، عبر الهاتف - انتبه! - عبر الهاتف "هذه - بأنه لم يعد يحبني، وأنه يريد أن تنفصل ونهني زواجنا الذي أثمر طفلين، يبلغ أحدهما الثالثة من العمر والآخر يبلغ السادسة. ويوم الأربعاء، جلست أراقبه وهو يقول للطفلين إنه سوف يرحل بعيداً عنا، ولن يقيم معنا ثانية، ووعدهما بأن الأمور ستتغير عما هي عليه الآن، ولكنها ستكون رائعة. وبعد أن ذهب زوجي إلى العمل، احتضنت طفلي اللذين كانا يبكيان، ورحت أبكى أنا أيضاً.

يوم الخميس، أخذت الطفلين إلى أحد مطاعم ماكدونالدز لتناول الغداء، بينما كان زوجي يحزم حقائبه ويأخذ ثيابه وكل متعلقاته. لم أتمكن من تناول سوى سبع قطع من المقلبات الفرنسية، قبل أن أذهب إلى دورة المياه لشعوري بالدوار. أوه، وكذلك شرحت لطفلي ذى الأعوام الستة السبب في أن الجانب الخاص بوالده في دورة المياه قد صار الآن خالياً.

ويوم الجمعة، اتصلت بزوجي في منزل الصديق الذي أخبرني بأنه سيقوم لديه. لم يكن هذا الصديق يدري أي شيء عن انفصالنا، ولم يكن قد قابل زوجي طيلة الأسبوع خارج نطاق العمل، بل إنه أخبرني بأن زوجي بدأ مرحاً طيلة هذا الأسبوع، ولم يبد عليه أي تغيير، إذا أخذنا في الاعتبار ظروف الانفصال.



ويوم السبت، حضرت مباراة الهوكى التى كان ابنى يلعب فيها، ورحت أطلق صيحات التشجيع فى المدرجات كما لو أن حياتى لم تتعرض للانهيـار قبل أربعة أيام. حضر زوجى متأخرًا، وجلس معى فى المدرجات، وذلك كما تعرفون لكى يعطى أسرتنا إطارها العائلى أمام الأسر الأخرى.

بعد المباراة، توجه زوجى والطفـلان وأنا إلى ساحة انتظار السيارات. كان فريق ابنى "جوردان" قد فاز باللقاء، وكان فى قمة حالته المعنوية، وقال: "أبى، الآن سوف نذهب إلى محل الكعك، أليس كذلك؟ كما نـفعل دومًا؟". كانت نظرة الأمل والرجاء فى عينيه تذيب القلوب.

نظر زوجى تجاهى قبل أن يقول: "لا أعتقد أن هذه فكرة جيدة، ألا تعتقدن أنها ستكون... سخيفة؟".

"لقد تزوجنا لعشر سنوات، وانفصلنا قبل أربعة أيام. أعتقد أنه لا يزال بإمكاننا تناول طعام الإفطار معاً".

عاد ينظر إلى الطفل، قبل أن يربت رأسه، ويقول: "آسف يا صديقى، لن أستطيع هذه المرة. إنتى بحاجة إلى العودة إلى المنزل فعلاً".

المنزل. إنه المكان الذى يأوى إليه فى تلك الأيام. لكن "جوردان" أصر قائلاً: "ولكن يجب أن تأتى. فى كل مرة يفوز فيها فريقى، نذهب إلى محل الكعك. إنه من تقاليد الأسرة".

ثم خبا التآلق فى عينيه. بالتأكيد لن يأتى معنا الوالد إلى متجر الكعك - لقد كان ذلك من تقاليد الأسرة، وهو لم يعد يريد أن يكون جزءًا من هذه الأسرة.

عاد زوجى يكرر اعتذاره قائلاً: "آسف يا صغيرى"، ثم اتجه إلى شاحنته، فبدأ "جوردان" يسير وراءه.

هنا صحت قائلة: "جوردان"، ثم أشرت بإصبعى إلى الاتجاه المعاكس قائلة: "سيارتنا من هنا".

استدار "جوردان" عائداً، وقد اعتلت وجهه نظرة اعتذار ودهشة من تصرفه هو نفسه، وقال لى: "آسف يا أمى. لقد اعتدت أن أسير وراء أبى".

صدمتنى العبارة كأنها لكمة فى بطنى، فقلت: "وأنا أيضاً اعتدت أن أسير وراء الوالد"، قلتها وقد لاحظت أنتى اعتدت ذلك أيضاً. لقد اعتدت أن أتبع هذا الرجل طيلة ما يزيد على عقد كامل، منذ أن كنت مراهقة. كنت أعمل باجتهاد لكى أرضيه، ولكى أجعله سعيداً. أن أفعل أى شىء يقوله كان هو التصرف السليم بالنسبة لى.

انسد ظللت أفعل ذلك فترة طويلة لدرجة أنني لم أعد أثق بحدسى. لماذا ينبغي أن أثق به، وقد اكتشفت أنني كنت مخطئة تمامًا بشأن الرجل الذى اخترت أن أتبعه؟ والسؤال الأهم هو: ماذا يتعين عليّ أن أفعل الآن؟ نظرت إلى "جوردان"، وهمست قائلة: "إننى أعرف شعورك يا صغيرى. صدقتى".

ذهبنا إلى السيارة، وقلت لطفلىّ إننا نحن الثلاثة فقط سوف نذهب إلى متجر الكعك، فابتهج الطفلان.

ابتسم "جوردان" وقد تألقت عيناه: "هل هذا يعنى أننا ما زلنا أسرة؟". فأجبت، وأنا أكتم دموعى: "نعم يا حبيبى"، وربطت الطفلة فى مقعد السيارة الخاص بها، وأدريت المحرك، وشفلت المذياع بصوت مرتفع. لم أكن أعرف إلى أى مدى يمكننى أن أكتم دموعى، ولم أكن أريد أن يسمعى الطفلان وأنا أبكى، ثانيةً.

كان المذياع يبث أغنية "يوم سيئ" لـ "دانييل باوتر"، وسمعت "جوردان" فى المقعد الخلفى يغنى: "كان يومك سيئاً، حيث تمر بفترة عصيبة، وتغنى أغنية حزينة".

ثم توقف عن الغناء، وقال لى: "أمى، إن هذه الأغنية تذكرنى بما نحن فيه الآن. ولكننا لا نمر بيوم سيئ، بل نمر بأسبوع سيئ". نظرت إليه عبر مرآة السيارة وأنا أتوقع أن أرى الدموع فى عينيه، ولكن بدلاً من ذلك، وجدت أعذب ابتسامة على وجهه.

فقلت له: "نعم يا حبيبى. لم يكن أروع أسبوع لنا جميعاً". فhez رأسه، والابتسامة تكبر على وجهه الساذج: "ربما نمر بشهر سيئ أيضاً". فابتسمت له فى المرآة، وأنا أشعر بالامتنان لطيبته الشديدة هذه، رغم أنها كانت عفوية.

فعاد يقول: "وربما نمر بعام سيئ"، وبدأ يغنى الأغنية بالكلمات الجديدة "كانت سنتنا سيئة"، وراح يضحك هو والطفلة، وكأن كل شىء فى عالمنا لم ينقلب رأساً على عقب.

لم أستطع أن أمنع نفسى من الضحك - كان ذلك جنوناً، ولكننى ضحكت أيضاً. وانطلق ثلاثتنا نحو محل الكعك ونحن نتصايح فى جنون حول السنة السيئة التى سوف نمر بها، وكانت هذه هى أسعد لحظة مررت بها منذ مكاملة صباح يوم الثلاثاء.

وبعد ثلث ساعة، كنا نجلس فى محل أى هوب وأمانا أكوام من الكعك الحلو المكسوبالعسل. رفع "جوردان" قطعة من الكعك باتجاه فمه، وقال: "أعتقد يا أمى أن الأسبوع السيئ بدأ يتحسن قليلاً".

مسحت الدموع من عيني، وابتسمت قائلة: "إننى أؤمن تمامًا بأنك على حق، يا صغيرى".

وفى هذه اللحظة، تعلمت أننا فى الحياة أحياناً ما نوضع فى مواقف لكى نضحك فيها حتى نمنع أنفسنا من البكاء. وسواء كان ذلك جنوناً أم لا، فإن الضحك غالباً ما يكون أفضل بهراجل من البكاء.

~ دايان ستارك



## على ماذا تركز؟

ما نراه يتوقف في الغالب على ما نبحث عنه.

~ سيرجون لوبوك

إنه منتصف أغسطس، بولاية واشنطن - هناك صبي كشافة يبلغ من العمر ١٢ عاماً، مع حقيبة يبلغ وزنها ٤٠ رطلاً، ٦ أيام من السير على الأقدام مليئة بالبهجة بصحبة فرقة الكشافة لمسافة ٥٠ ميلاً عبر جبال كاسكيد رينج. يبدو الأمر كأنه مغامرة رائعة، أليس كذلك؟ حسناً، كان هذا على الأقل هو ما ظننته وأنا طفل صغير ساذج.

ودعنا أمهاتنا اللواتي أوصلتنا إلى بداية سلسلة الجبال. وبكل حماس، ابتعدنا عن الطريق السريع، ورحنا نبتعد عن الحضارة، وانطلقنا نحو الجبال. لم يستغرق الأمر مني الكثير لكي أفكر في أن مسيرة الخمسين ميلاً هذه ستكون كل شيء، كما أخبرنا قائد الفرقة. بدا الأمر كأن سلسلة الجبال تمضي في اتجاه واحد، وهو الصعود، وعندما أردنا أن نتوقف من أجل الحصول على قسط من الراحة كنا في أمس الحاجة إليه، لم نتمكن من ذلك؛ حيث كان البعوض في منتهى السوء - على أقل تقدير! كان يدخل في آذاننا وأعيننا وحتى أنوفنا! لذلك، كان الأفضل أن نستمر في المشي عن أن نجلس للراحة ونبقى أمام البعوض.

عندما وصلنا إلى المعسكر بعد يوم مرهق، لم أكن أرغب في أي شيء سوى تناول وجبة دافئة، ثم النوم. أعددت كل شيء؛ فأحضرت أدوات المائدة الخاصة بالكشافة، وأوقدت الموقد الخاص بي، وأعددت بعض الباستا. يا إلهي، إن رائحتها رائعة! والآن، لم يتبق سوى شيء واحد لأفعله: أن أمسك الشوكة. وعندما ملت لأتناول الشوكة، انكسر صندوق أدوات المائدة، ورأيت وجبتي تنسكب على الأرض. لقد ركلت الوجبة،

وها هي تسقط أرضاً وقد غطاها الطمي والأشواك، ساخرةً من جوعى. وقد انتهى الأمر بى إلى تناول بعض الجرانولا وشرائح اللحم البارد، ثم أمضيت الليلة الأولى وأنا أشتاق لفراشى فى منزلى.

فى اليوم الثانى، تيقنت أن الطبيعة مصممة على الخلاص منى - التلال اللانهائية وأسراب البعوض، وبدا الأمر كأن بثوراً جديدة تضاف إلى جسدى فى كل خطوة، ولكننى واصلت المشى فى إجهاد. وقبل نهاية العصر، وصلنا مع القائد إلى المعسكر، وكنا سعداء لأننا سنتخلص من الحقائب الثقيلة. أخيراً، بعض الراحة، أليس كذلك؟ حسناً، المشكلة أن رقيقى الذى يحمل الخيمة كان متأخراً عنى بحوالى ساعتين.

لذا، حاولت فى تلك الأثناء أن أطهو بعض الطعام للعشاء. إننى سعيد لأن أقول إن أدوات المائدة الخاصة بى قد أدت دورها هذه المرة، لكننى لست سعيداً لأن أقول إن الحرارة قد جذبت جميع أنواع الحشرات، ولا ريب أنها قد ظنت أن طعامى شهى لأنها استمرت فى التساقط فيه والعموم داخله. شعرت بالضيق الشديد، لأن الباستا التى أعدتها بدا كأننى قد رششت فوقها نعناعاً جافاً وللمرة الثانية، تخلت عن فكرة العشاء.

فى هذه المرحلة، تسابقت كل أنواع الأفكار نحوراًسى، وكنت أشعر بألم شديد فى عضلاتى وقدمى، وراحت معدتى تصرخ ألماً، ورحت أتطلع إلى السماء آملاً فى أن أجد طائرة مروحية تأتى لتأخذنى بعيداً عن كل هذا الجنون. نظرت إلى القائد، فوجدته غير منتبه لما يحدث. من هذا الرجل؟ ألا يرى ورطتى؟ حسناً، يبدو أنه من نوعية الناس الذين ولدوا فى الغابات. كان رجلاً ضخماً قوياً تفوح الرجولة منه. إننى أتذكر أنه كان يرتدى قميصاً من قماش الفلانيلة الصوفى الناعم مع حمالات للسروال.

كنت أشعر بالأسى لنفسى، ولم أكن أريده أن يرانى فى لحظات رثاء الذات هذه، لذلك تجولت حتى وجدت مجموعة كثيفة من الأشجار تواريت بينها. هل تعرف ماذا فعلت بعد ذلك؟ جلست أرضاً، وبكيت. نعم، هذا صحيح - بكيت. كنت متعباً وضيعاً وامتأماً وجائعاً، فجلست وحيداً فى البرية أبكى. لم أكن أعرف ماذا أفعل خلافاً لذلك! وبعد انتهاء لحظات الرثاء للذات هذه، أدركت أنتى شديد القرب من المكان المخصص للفتية الكبار، الذين سيأتون عبر الجبال، فتحاملت على نفسى، ونهضت، ومسحت الدموع من عيني. حسناً، أخيراً جاء المساء، ومعه خيمتى، فحاولت أن أنام لأبتعد عن مشاكلى.

ما حدث فى الصبح التالى كان نعمة. فعندما فكرت فى الأمس، وجدتنى أعد ما حدث نعمة - نقطة تعلم رئيسية فى حياتى. فى صبح اليوم الثالث، وجدت أننا نسير على نتوء جبلى جميل. كانت المشاهد ساحرة! وخطر ببالى أنتى كنت أركز على الجانب الخطأ من الأمر! كيف يمكننى أن أشعر بالأسى لنفسى وأنا بين كل هذا الجمال والروعة؟ لقد بدأت أفكر بالأسلوب الصحيح فى اللحظة نفسها التى ركزت فيها تماماً على ما أريد، لا على ما لا أريد.

وكالسحر تماماً، بدأ البعوض فى الاختفاء، واتسعت سلسلة الجبال، وتوقف الألم فى عضلاتى، وغرقت فى كل سنتيمتر مما أراه من المناظر الجميلة. كان الوقت المتبقى من الرحلة رائعاً، وكانت نهاية الرحلة فى وقت متأخر من عصر السبت، وعدت إلى المنزل وقد ابتعدت قليلاً عن الطفولة واقتربت أكثر من الرجولة.

أحياناً أفكر فى أننا غالباً ما نسير فى حياتنا مركزين على أنفسنا، وعلى مشكلاتنا. هناك فواتير يجب أن ندفعها، وزحام مرورى يجب أن نتجاوزه، ومتطلبات يجب أن نضى بها، وأعمال يجب أن نديرها، إلخ. ولكن هناك الكثير من الخير فى العالم، والكثير من الجمال فى كل مكان حولنا! كل ما نحتاج إليه هو أن نغير من بؤرة تركيزنا. عندما نغير بؤرة تركيزنا من الداخلى إلى الخارج، تصبح الحياة أكثر سخاء، وهو أمر أعرفه من خبرتى الشخصية.

إذن، مفتاح إدارة الضغوط الانفعالية هو أن نغير من بؤرة تركيزك. والسؤال هو: على ماذا نركز؟

~ إم. شون مارشال



## تغير فى أسلوب الحياة

إن مصدر أماننا الوحيد هو قدرتنا على التغير.

~ جون ليلى

لقد عاش والداى خلال فترة الكساد العظيم فى الثلاثينيات من القرن العشرين، وسمعت منهما الكثير من القصص عن الكيفية التى تغيرت بها حياتهما بسبب الكساد، والكلام نفسه ينطبق على والدى زوجى اللذين تأثرت حياتهما سلباً أيضاً. فمثلاً، كان جد زوجى يمتلك مصنعاً، وبسبب سوق الأسهم خسر المصنع، واضطر إلى العمل فى المصنع نفسه الذى كان يملكه ذات يوم. ولم يكن معه ما يكفى من المال ليرسل ابنه - وهو حماى - إلى الكلية. أخذ حماى يعمل فى تركيب المواسير، والتحق بالدراسة بنظام نصف الوقت لكى يحصل على شهادته، وهو الأمر الذى تطلب منه سبع سنوات.

أما والدى فقد تخرجت فى المدرسة الثانوية عام ١٩٢٩، وحصلت على وظيفة أمينة مكتبة، إلا أنها سرعان ما فقدتها بعد انهيار سوق المال، ووجدت بعد ذلك عملاً بصعوبة، وعاشت فى منزل والديها، وكان جدى لديه منزل تعيش به ٦ أسر، ولكنه لم يكن يطلب منهم دفع الإيجار، لأنه لا أحد كان بمقدوره ذلك، ولأنه كان سعيد الحظ لأنه كانت لديه وظيفة ثابتة.

وبشكل ما، لم يتخيل زوجى وأنا أننا من الممكن أن نعيش شيئاً مماثلاً. ومع ذلك، وكما يقولون، فالتاريخ يعيد نفسه غالباً. فى عام ١٩٢٩، انهارت سوق المال فى شهر أكتوبر، وهو الأمر نفسه الذى حدث فى عام ٢٠٠٨. وشعر زوجى - الذى كان شديد الإيمان بالاستثمار فى البورصة والأسهم - بصدمة رهيبة، وكانت الأنباء تسوء يوماً بعد يوم.

فقال لى: "لقد خسرنا أكثر من نصف أصولنا".

حدقت فيه متسائلة: "كيف ذلك؟".

"كنت أعتقد أن لدينا بيئة استثمارية قوية، ولكن يبدو أن ذلك كان خطأ".

فقلت: "حسنًا، لدينا معاشات، وهى لحسن الحظ لن تتأثر. ولما كنا لا نعيش فى

مستوى معيشى مرتفع، فلا أعتقد أننا يجب أن نقلق".

فقال: "كنت أمل أن أترك لأطفالنا وأحفادنا ميراثًا وثيرًا"، وراح يهز رأسه غير

مصدق ما حدث.

أجبتة قائلة: "حسنًا، لا يزال بمقدورنا أن نترك لهم ميراثًا جيدًا؛ فالحب أفضل

ميراث على أية حال". إن أطفالنا كبار، ونحن نحاول دومًا أن نعاملهم بكرم هم

وأحفادنا.

"لكن لن يكون ذلك كالميراث المادى".

قلت: "العالم دومًا يتغير، ولا أحد يعرف ما سيحدث، لكن الشيء الأساسى هو

ألا يصاب المرء بالإحباط. ومادامت لدينا صحتنا وباستطاعتنا توفير الأساسيات،

فلا داعى للحزن. عندما تكون متمتعًا بصحتك، يمكنك دومًا أن تجمع المال".

ثم احتضنت زوجى، فقبلنى، ثم قال مؤكدًا ما قلت:

"أعتقد أنك على حق. إننا نحب بعضنا، ولدينا صحتنا ومن المال ما يكفى لأن

نعيش فى سعة؛ وهذا هو المهم".

لقد انتقلنا من منزلنا إلى شقة مشتركة، وكان هذا تغييرًا كبيرًا فى حياتنا،

وكانت له منافع جمة. لسوء الحظ، طرحنا منزلنا فى السوق فى وقت كانت سوق

العقارات تعاني مشكلة رهيبه، واضطررنا إلى أن نبيعه بمقابل مادى أقل من قيمته

الحقيقية. ورغم ذلك، غير أول مشتر رأيه قبل إتمام عملية البيع بأيام ورفض

الاستمرار فيها. أما المالك الثانى فكانت لديه مشكلة مع شركة الرهن العقارى،

ولكن فى النهاية، بيع المنزل.

وبينما نتبادل التحية مع الأسرة الجديدة، أخبرتهم كم هم محظوظون لشراء

المنزل، فقلت لهم:

"إننا لم نحصل فقط على صفقة جيدة فى المنزل، ولكن هذا المنزل له روح

طيبة؛ فقد اشتريناه من أسرة عاشت فيه تسع سنوات، وكانت أسرة سعيدة، مكونة

من زوج وزوجة وخمسة من الأبناء. كان منزلا سعيدًا، وأمضينا فيه أوقاتًا جميلة،

وربينا أطفالنا هنا".



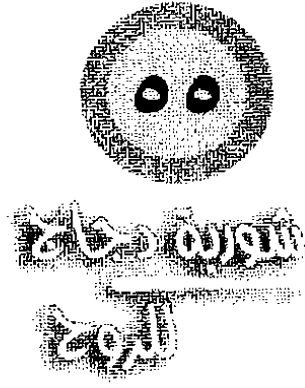
قالت السيدة الشابة – التى كانت بين أفراد الأسرة التى اشترت المنزل – بابتسامة لطيفة: "من اللطيف أن أسمع هذا. إن لدينا طفلين، وأنا أؤمن أيضاً بروح المسكن".

هزنا رأسينا فى اتفاق، وقد فهمت كل منا الأخرى، وعدت أقول: "إن هذا المنزل يبعد ستة منازل فقط عن المدرسة الابتدائية فى وسط المدينة، حتى لا يضطر طفلاك إلى عبور الشارع"، وقلت لهم إننى لا أقول ذلك لأجعل المنزل يبدو جيداً فى عيونهم، لأنهم اشتروه بالفعل، ولكننى أقوله لأننى شعرت بأن السمسار العقارى لم يقل لهم ذلك.

وقلت لهم: "لقد كان أطفالنا يعتادون المجيء لتناول الغداء معنا". فقال الزوج الشاب: "إننا نحب الغابة الواقعة خلف المنزل، وسوف نزرع حديقة كبيرة فى الباحة الخلفية".

كانا بيدوان صغيرين وسعيدين، ولديهما الكثير من الخطط، واضطرت للابتسام أنا وزوجى، فهناك على الأقل أشياء إيجابية حدثت من وراء الانهيار الاقتصادى. لم نعد بحاجة إلى منزل، وكان من الجيد أن نعرف أن هناك أسرة جديدة سوف تعيش فى ما اعتبرناه منزلنا السعيد اللطيف. أيضاً، كان المنزل بحاجة إلى بعض الإصلاحات التى لم يكن لدينا – زوجى وأنا – الطاقة الكافية للقيام بها. ربما كانت هذه فترة صعبة اقتصادياً، ولكن بالنسبة لى، كنت أميل إلى التطلع للأمام لا للخلف. وكما قال شكسبير فى ماكبث: "ما حدث حدث، ولا يمكن التخلص منه". المهم هو الحاضر والمستقبل – يمكننا أن نتعلم من أخطائنا ونجعل حياتنا أفضل.

~ جاكلين سيوولد



## دروس ناتالى

تقاس القوة البدنية بما نستطيع أن نحمله،  
ولكن القوة الروحية تقاس بما يمكننا أن نتحملة.

~ مؤلف مجهول

إننا نتعلم دروسًا قيمة طيلة حياتنا؛ فالمدارس تعلمنا الأمور الأكاديمية، ودور العبادة تعلمنا أمور الدين، وأماكن العمل تعلمنا المهارات المهنية والتكنولوجية، ولكن هناك مصادر أخرى - أحيانًا يعلمنا الناس دروسًا عن الحياة، وما نتعلمه منهم يمكن أن يثرى حياتنا ويغير من نظرتنا للحياة بشكل عام... وقد كانت "ناتالى" من هؤلاء الناس.

لقد ظهرت "ناتالى" فى حياتى فى وقت انقلب فيه عالمى رأسًا على عقب. إن الألم والمعاناة والإحباط والعزلة - كلها أمور جعلتنى فى حالة اكتئاب، بل إنى ابتعدت عن الإيمان، وشعرت بالحزن والوحدة واليأس.

ذات صباح فى عام ١٩٦٠، جلست على مقعد متحرك فى انتظار نقلى لجلسة علاجية. وبعد العلاج، سوف أعود إلى فراشى فى المستشفى. كان هذا روتينى اليومى، وكنت أكرهه. كرهت العلاج والمستشفى والمرضات والأطباء، ولكن أكثر شىء كرهته كان حياتى. وبينما كنت أهدق فى الأرض، وأفكر فى مأساتى، شعرت كأن شخصًا يدفع مقعده، ذا العجلات، باتجاهى. لم أرفع رأسى لأرى من جاء، فقالت: "مرحبًا! كيف حالك اليوم؟"، لم أرفع رأسى أيضًا، ولم أكن أعرف ما إذا كانت تكلمنى أم لا، ولكنها عادت تقول بصوت أكثر ارتفاعًا: "مرحبًا! اسمى "ناتالى"، كيف حالك اليوم؟".

لقد كانت "ناتالى" امرأة فى الرابعة والثلاثين من العمر، ولكن كانت بعض الشعيرات البيضاء قد تسلت بالفعل إلى شعرها، وكانت تجلس فى مقعد متحرك خشبي قديم له ظهر مرتفع مائل للخلف لكى يدعم الجزء العلوى من ظهرها ورأسها، بينما ارتفع الجزء الأمامى ليدعم ساقها. لم تكن ذات جمال ظاهر، ولكن كانت هناك تلك الهالة الخفية التى تشع منها دفئاً وتألّقاً مما أكسبها جاذبية. واصلت حديثها عن طقس الشتاء الجميل، وقالت فى ابتهاج: "أليس الجو جميلاً بالخارج؟".

قلت فى عبوس: "لا أدرى، فأنا هنا منذ فترة طويلة للغاية، ولا أعرف ما إذا كان لا يزال هناك "خارج"، فردت على عبوسى بأكبر ابتسامة رأيتها، وقالت: "إننى أعدك أن "الخارج" لا يزال كما هو. فى الواقع "الخارج" جميل فى الصباح، وقد رأيت من نافذة حجرتى"، وأشارت برأسها باتجاه نهاية الممر، ثم تابعت قائلة: "انظرى - هناك "خارج" ". لم أتمالك نفسى من الابتسام من خفتها وسرعة بديتها. لقد كسرت الحائط الخفى الذى بنيتة حول نفسى.

لقد تم تشخيص حالة "ناتالى" قبل عامين على أنها التهاب المفاصل الرثياني، وقد تقدم المرض بسرعة فى جسدها، تاركاً مفاصلها تندمج كلها فى عظمة واحدة كبيرة. كان الجزء الوحيد الذى تستطيع أن تحركه فى جسدها هو رأسها (كانت تحركه حركة خفيفة من جانب إلى آخر) وذراعها (لأعلى وأسفل بصورة بسيطة من عند مفصل الكتف). كانت هاتان الحركتان هما كل ما تستطيع القيام به، وكانت قدمها مائلتين لأسفل، وكان مرفقاها متجمدين على وضع زاوية حادة بحيث ينعقدان على صدرها. كانت أصابعها كثيرة العقد، ومقوسة، ولم تكن تستطيع أن تقف ولا أن تجلس، وكان كل ما تستطيع أن تفعله هو أن ترقد فى الفراش أو تتجول بالمقعد المتحرك.

لقد توثقت العلاقة بيننا بسرعة، ورأينا بعضنا كل يوم طيلة الشهر التالى، وذلك حتى أخذت تصریحًا بالخروج على أن أعود مرة أخرى. كانت جلساتها العلاجية عنيفة، نظرًا لأن كل المعالجين كانوا يحاولون أن يفكوا مفاصلها باستخدام القوة فقط. كان العرق يتصبب على وجهها الأحمر فيما تكاد الدموع تُذرف من عينيها، إلا أنها لم تكن تصدر صوتاً رغم أن الألم كان لا يحتمل تقريباً. وعندما كانت الجلسة العلاجية تنتهى، كانت تقول: "فيو! إننى سعيدة لأننى لن أضطر للتعرض لذلك حتى الغد. إننى أدعو الله كل يوم أن يقوينى لتحمل جلسة علاجية إضافية، وهو

يستجيب لدعائى، أليس كذلك؟"، وكنت عندها أفكر: "كيف يمكنها أن تكون فى هذا الابتهاج، وهى تعانى كل هذا العذاب؟".

وفى كل يوم، ونحن نجلس فى حجرة العلاج، كنا نرددش بل نغنى الأغانى الخفيفة أيضاً. وفى العام الجديد، أمضينا وقتاً رائعاً فى غناء الأغانى الاحتفالية. كانت "ناتالى" تغنى فى دار اجتماعية مجاورة لمنزلها، وكان صوتها من طبقة الألتو المنخفضة عند النساء. كانت تجعل الفترات الطويلة التى تمضيها فى المستشفى (وكانت شهوراً عديدة) فترات مرحة بملاحظاتها الماكرة اللطيفة وطبيعتها الخيرة، وروحانيتها، وابتسامتها الدائمة.

لقد أخبرتني بأنها كانت متزوجة عندما سقطت طريحة الفراش، وأصبحت بحاجة إلى رعاية دائمة. عند هذه المرحلة، تركها زوجها، وتزوج من امرأة أخرى، فعلقت غاضبة: "كيف يفعلها هذا الأحمق..."، لكنها هزت رأسها بقوة مقاطعة إياى، وقالت: "كلا! كلا! لا تقولى ذلك. إنك لا تفهمين: لم يكن يستطيع أن يقضى ما تبقى من حياته فى انتظار امرأة تحتاج إلى رعاية دائمة. إن له الحق فى الحياة. لقد أردت له ذلك، وبالتأكيد لم أكن أستطيع أن أجعل حياته رائعة. لقد سامحته". ولم أزد على كلامها.

كلما ازدادت معرفتى بـ"ناتالى" وحياتها، زادت دهشتى من إيمانها وثقتها بالله، وحبها للناس، وحماسها للحياة. لقد كانت تتطلع إلى كل يوم، بحماس وأمل. لم يكن علاجها المؤلم يجدى إلا القليل من النفع، رغم أنها صارت تستطيع أن تقف بمساعدة الآخرين فى السنوات التالية، وأدى العلاج المكثف ليديها إلى أن تستطيع أن تغسل أسنانها، وتمارس بعض مهارات الكتابة الأساسية. واستمر العلاج، إلا أنها كانت لا تزال غير قادرة على المشى أو الجلوس. وفى كل مرة فكرت فيها فى الشكوى أو الشعور بالأسى لنفسى، كنت أفكر فى "ناتالى". ولما عادت كل منا إلى منزلها، صرنا نتواصل عبر الهاتف طيلة السنوات الأربعين التالية.

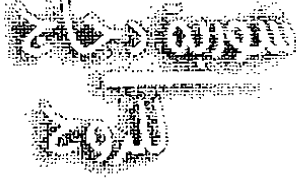
ولما كان يفصل بيننا ما يزيد على المائة ميل، كانت كتابة الخطابات هى أسهل طريقة للتواصل، وكانت لا تستطيع الكتابة غالباً لأن الكتابة كانت تتطلب جهداً هائلاً منها. وما زلت أذكر خطاباً أرسلته إلىّ منذ ثلاثين عاماً أو يزيد بعدما انتهت إقامتها فى المستشفى. قالت لى إنها تلقت هدية للعام الجديد "هى الأفضل من بين الهدايا التى تلقتها طيلة حياتها". وفوراً، راح تفكيرى فى الأشياء المادية مثل التلفزيون، ولكنها كتبت قائلة: "تعلمين مقدار حبى للأغانى البسيطة. حسناً، لن تصدقنى ما سأقوله لك".

رحت أقرأ بشغف لأعرف ما الذى أثار ابتهاجها لهذه الدرجة، وقالت فى الخطاب: "كنت أجلس فى ممشى الدار الاجتماعية التى كلمتك عنها خارج غرفة الموسيقى كل هذه السنين، وخمنى ماذا؟ جلست فى مقعد الاحتفالية أثناء العام الجديد. إنها أفضل نعمة أنعم الله بها علىّ. جلست أخيراً على المقعد". امتلأت عيناي بالدموع وأنا أفكر فى هذه المرأة المؤمنة، التى امتلأت بالامتنان لشيء أفعله كشيء مسلم به طوال حياتى.

لقد عاشت "ناتالى" أكثر من أربعين سنة من سنوات عمرها الست والسبعين داخل سجن "التهاب المفاصل" دون شكوى، مع إيمان بالله كان يزداد قوة بمرور الزمن.

ورغم أننا أمضينا معاً أقل من عام فى صداقة استمرت أربعين عاماً، فإن "ناتالى" هى امرأة سأظل أتذكرها. وكقدوة روحية، علمتني درساً لا يقدر بثمن عن التواضع والأمل والتقبل فى الحياة.

~ جويس إى. سادبيك



## إذا لم أضحك، فسأبكي

إن كل آلية خاصة بتجاوز المحن ينبغي أن تتضمن حس الدعابة.

~ مؤلف مجهول

رن جرس الهاتف بمجرد أن انتهيت من شرب قهوة الصباح، فشعرت بالتوجس من هذا التدخل الملح في يومي في هذه الساعة المبكرة، ولكنني علمت أيضاً أنه بالتأكيد يحمل أنباء سيئة.

صحت في زوجي "جون": "هل تريدني أن أرد عليه؟".

فقال وصوته يحمل نبرة اعتذار: "كلا، سأرد أنا".

لقد كنا نعلم نحن الاثنان فحوى المكالمة قبل أن يرفع سماعة الهاتف، ويرد. كان عميل المبيعات الخاص به يلغى طلبية - بات ذلك الأمر أشبه بروتين صباحي.

مع التراجع الاقتصادي الحالي، كاد عدد العملاء لدى "جون" يتراجع يوماً بعد آخر؛ فلم يكن تصميم المطابخ وبيعها عملاً يدر دخلاً كبيراً في هذه الظروف، إضافة إلى ذلك، فقد تقاعدت عن العمل مبكراً العام الماضي بسبب مشكلات صحية، إلى جانب أن "جون" نفسه قد اقترب من سن التقاعد، وهكذا "صارنا لدينا مشكلة".

لقد تحول زوجي من إنسان عطوف سخي إلى ما أطلق عليه شخص "غريب الأطوار". كنا معتادين الضحك والسخرية من كل شيء، إلا أنه في الفترة الأخيرة غاب الضحك عن منزلنا؛ فقد كنت أزداد توترًا، وكان "جون" يزداد انطوائية. كنت أدرك أننا يجب أن نجد حلاً، وإلا فسوف ننفجر في بعض أوفى داخل أنفسنا، ولم أكن قادرة على تحديد أيهما سيحدث.

اتصلت بصديقتي "جيري" لأدردش معها بشأن مشكلاتي.  
"آن، لا تقلقى، فمزاجه السيئ هو وسيلته لمواجهة ما لا يستطيع قوله، فهو لا يستطيع أن يقول لك إنه خائف وقلق".

فقلت مجادلة: "ولكننى كنت سأخبره، لو أنتى مكانه".  
فعادت تقول مواسية: "الرجال ليسوا كذلك. إنهم لا يتكلمون مثلنا".  
فقلت: "أنت محقة، لذلك سأحاول أن أجعله يتكلم، ولو كان ما سيقوله سيقتلنى".

فردت "جيري" قائلة: "حسنًا، حظًا سعيدًا".  
رحنا نتكلم فى أشياء أكثر سعادة مثل أبنائنا وآخر البرامج التليفزيونية.  
كان "جون" قد عمل فترة طويلة فى الباحة الخلفية وسقط نائمًا بعد الغداء، وكان فى ذلك نهاية دردشتنا.  
وفى الصباح التالى، انتظرت حتى انتهى من قهوته، وفتحت الحديث فى موضوع المشاعر، وسألته:

"كيف هو شعورك إزاء فقدائك عملاءك ومبيعاتك؟"  
فأجابنى "جون" بنبرة فيها اختبار لرد فعلى: "ماذا تظنين أنتى شاعري؟"  
حسنًا، من البديهي أن نقول إنه من هنا بدأ الانفجار، ولم يمض وقت طويل حتى رحنا نصرخ فى وجه بعضنا، ورحنا نتبادل الشتائم والإهانات، وقبل أن أعرف ما أقول، انطلقت منى عبارة "أريد الطلاق".

فصاح فى قائلًا: "حسنًا، ولكن يجب أن ترحلى أنت".  
تركت المنزل، ودموعى تتساقط، وقفزت فى سيارتى. كنت أرتعش وأنا أقود السيارة فى دوائر لمدة نصف ساعة حتى أوقفبتها فى منطقة قريبة من منزلنا. لم أكن أرغب فى أن أتصل بابنتنا الكبرى، ولكنها كانت ناضجة بما يفوق سنها، وكنت فى حاجة إلى سماع صوت ألفه.

فغمغمت من بين دموعى: "مرحبًا كارين".  
"أمى، ما الخطب؟".  
فقلت: "أعتقد أنتى ووالدك سوف تتفصل بعد زواج استمر أربعة وأربعين عامًا".  
"أنت تمزحين".

فقلت وأنا أنتحب: "بل أتكلم جدياً. لا يمكنني أن أعيش معه بهذه الطريقة. إننا نتشاجر طيلة الوقت، ولا يريد أن يتكلم معي".

فقالت مواسية: "لا يمكنكما أن تتفصلا، لقد تجاوزتما الكثير من الفترات الصعبة".

"نعم، ولكن هذه المرة مختلفة. لن يسمح لي بأن أساعده. إنها كبرياؤه اللعينة. نعلمين؟ إن كل شيء يعود إلى أدائه كمندوب مبيعات".

"عودي إلى المنزل، وتكلمي معه بطريقة هادئة محبة. ذات مرة، تشاجرت أنا وزوجي "سكوت" مشاجرة عنيفة بالفعل، وقلت له إنني أريد الطلاق، ولم أدر ماذا أقول بعدها. أدركت عندها أنني يجب أن أصلح الأمور، فدعوت قائلة: يا رب ساعدني، فأنا في حيرة هنا، ولا أعرف إلى أين أذهب ولا ماذا أقول. وعندما تكلمت مع سكوت، خرجت مني الكلمات المناسبة. جربي ذلك".

فقلت: "حسناً، سوف أجرب، فلن تسوء الأمور أكثر من ذلك".

عدت إلى المنزل، ولكن كان "جون" قد غادره لحضور اجتماع المبيعات الأسبوعي، فبدأت أغسل بعض الثياب، ثم رحت أعد طعام الغداء بقلب مثقل بالحزن، وبينما كنت أضع غلاية الشاي على الموقد، دخل "جون"، فقفز قلبي عندما رأيته. ماذا سأقول؟

وقبل أن أجد الكلمات المناسبة، تقدم نحوي وأحاطني بذراعيه محتضناً إياي. اندهشت، ولكنني ضممته إليّ، وهمس لي قائلاً:

"أحبك، وأكره أن نتشاجر".

"أحبك كثيراً".

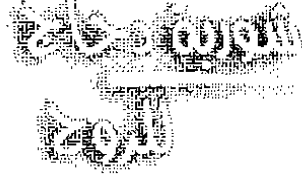
فسألني بابتسامة خجولة على شفتيه: "إذن، هل ستسعين إلى الطلاق مني؟".

فأجبت قائلة: "كلا، لقد اكتشفت أنني، في هذا الوضع الاقتصادي المتردي، لن أستطيع تحمل تكاليف المعيشة وحدي".

فأطلق ضحكة عالية، وهو شيء لم أسمعه منذ فترة طويلة. لن أكذب وأقول إن الأمور تسير على ما يرام طيلة الوقت، ولكننا بدأنا حواراً في تلك الليلة، راح يكبر ويكبر. ربما كان الزوجان اللذان يضحكان معاً، هما اللذين يستمران معاً.

~ أن دون





## عبر الزجاج المعتم

إن الحب لا يُرى بالعين، ولكنه يُرى بالقلب.

~ ويليام شكسبير

"إن لك عيني شخص في الثامنة والسبعين من العمر، فهل أصيب أحد أقربائك بالتنكس البقعي؟"

لا بد أن أفضل إحصائى الشبكية في أوكلاهوما كان مخطئاً في تشخيصه لحالة عينيّ زوجتى، فلا يمكن أن تصاب بالتنكس البقعي في السابعة والأربعين من العمر.

قالت "بام" بصوت ممتلئ بالثقة: "كلا، لم ألحظ أى شىء غير طبيعى. ما الذى أنا مقبلة عليه؟"

لقد كنت أستطيع أن أرى وجه الطبيب من مقعدى البعيد فى ركن الحجرة، حتى مع كون الإضاءة الوحيدة التى كانت فى غرفة الفحص هى ضوء حاسبه الآلى الطبى وانعكاس ضوءه على ورقة رسم العين. لقد كانت التقطية على جبينه وانعقاد حاجبيه دليلين واضحين على جديته الشديدة فى الكلام.

جذب الطبيب نسخة من دفتر كتابة التعليمات للمرضى من مجلد على مكتبه، وقال: "سيدة ويترمان، إنك بحاجة إلى فحص خريطة نظرك مرة كل أسبوع على الأقل، وإذا ما شعرت بأى تشوش فاتصلى بعيادتى على الفور"، وكتب شيئاً ما على ورقة فى مفكرة، وسحب الورقة، وأعطاه إياها، وقال: "يجب أن تسيرى على نظام فيتامينات، وبخاصة تلك المكتوبة هنا. تقول التجارب العلمية الموثوقة إن هذه الفيتامينات تساعد على وقف تقدم هذا المرض، ولكنها لا تقدم علاجاً".

حكّت زوجتى الأرض بعذائها، ثم قالت: "إننى بحاجة إلى نظارة، سوف أفترض ذلك، ولكننى أستطيع أن أقرأ، وأن أرى بما يكفى للقيادة. هذا غريب للغاية".

فهز الطبيب كتفيه، وقال: "الله وحده يعلم السر فى أنك ترين بالوضوح الذى ترين به؛ فعندما نظرت إلى شبكيتك، رأيت الندوب حادة. ربما كانت هناك منطقة صغيرة خالية من الندوب تقع فى المكان المناسب بحيث تسمح لك بأن ترى بهذا المستوى الذى تتمتعين به، لكن لا أحد يستطيع أن يحدد إلى أى مدى سيستمر ذلك".

•••

مرت ١٦ سنة مشحونة بالعقبات والتحديات منذ ذلك اليوم. بالنسبة لى، فإن عجزى عن إصلاح نظرها كان أصعب ما فى الأمر؛ فالأمر ليس مثل تلويث دورة مياه ولا صناعة مكتبة، ولكنه كان ما يفعله الرجال دائماً - يصلحون الأشياء.

إن زوجتى قوية ومحبة وأذكى إنسان عرفته فى حياتى، ومنذ اليوم الأول الذى التقيتها فيه، أيقنت أن الله خلقها لتقف بجوارى، وهذا هو ما زاد الأمور صعوبة بالنسبة لى. لقد تركت دراستها الجامعية عندما تزوجنا لكى تربي الأبناء، وتقدم الدعم لحياتى المهنية. وعندما كبر أولادنا، شجعته على أن تجد لنفسها مساراً مهنيًا.

إن زوجتى امرأة جميلة، لها عينان بنيتان كعيني غزال، وشعر طويل وناعم من اللون نفسه، ولكنها أيضاً نشطة و متمكنة. عندما وصل ابنتنا الأصغر إلى سن الحادية عشرة، بدأت "بام" فى العمل، وعادت إلى دراستها الجامعية وحصلت على الدرجة الجامعية، وراحت تتلقى الترقية وراء الأخرى حتى وصلت فى شركتها إلى منصب مدير الائتمان والواردات؛ حيث كانت تراقب مائتى موظف يعملون فى إحدى عشرة ولاية فى واحدة من أكبر المؤسسات العامة فى البلاد. وقد قدمت لها الدعم فى كل خطوة على هذا الطريق، ولكننى الآن أخشى أن تسرق منها هذه الإعاقة الكثير من الفرص المستقبلية.

لقد صمدت ضد التحدى البدنى الذى تواجهه بالثقة والإصرار نفسيهما اللذين حققت بهما نجاحها المهنى، ولكن بمرور الوقت تردت حالتها.

قالت لى فى ليلة من ليالى عام ٢٠٠٣ - وكان هذا بعد ١١ عاماً من التشخيص المبدئى لحالتها: "لا أستطيع أن أرى شاشة الحاسب الآلى كالمعتاد. إننى أرتكب أخطاءً سخيفة وغبية".

لقد كانت من الساعين إلى الكمال، وكانت تطلب التميز من نفسها. ولذلك، عندما ذهبت فى إحدى المأموريات، وجدت منتجاً لا يكبر شاشة الحاسب الآلى فقط، ولكنه أيضاً يقرأ النصوص ورسائل البريد الإلكتروني، كما كان بإمكانها أيضاً أن تختار الصوت الذى تريد أن يقرأ لها من بين قائمة بها أصوات للرجال وأخرى للنساء. وعندئذ اختارت صوت رجل، وأطلقت عليه اسم بيتر، وكانت هذه هى المرة الأولى فى حياتى التى أشعر فيها بوخز الغيرة.

ومع ذلك، فقد بدأت حالتها تسوء؛ فقد حدث أن عدنا من رحلة فى الكاريبى فى عام ٢٠٠٤، وفى الليلة التى تلت تلك التى عدنا فيها، جاءتنى والدموع تفرق وجهها، وقالت لى: "أريد أن أعود إلى الطبيب؛ فالأمور ليست على ما يرام فى عيني".

قلب هذا الموعد حياتنا رأساً على عقب؛ حيث قال الطبيب: "آسف، ولكن نظرك بهذه الحالة يعنى أنك لست قادرة على القيادة".

ارتجفت شفتها، وتلاشت ابتسامتها، وغلفت غمامة من الحزن قلبى، وترقرقت الدموع فى عيني وأنا أعلم أنها تتألم، ولم أستطع أن أقول لها إننى أتفهم ذلك الألم. إننى أشك فى أن أى إنسان يستطيع أن يقول إنه يفهم ألمها، لأنه لن يفهم إلا إذا عانى ما تعانيه.

غمغمت قائلاً: "يا إلهى، ارحمنا".

وأثناء عودتنا، أخذت أفكر فى موقفها: لقد كانت مستقلة وواثقة بنفسها طيلة حياتها، والآن تفقد حريرتها فجأة. كانت الاستقطاعات التى شهدتها مكان العمل قد قلت من عدد مساعديها الإداريين، وصارت قراءة التقارير والمراسلات اليومية والرد عليها أصعب فأصعب، حتى بمساعدة بيتر، وراحت الأخطاء تتراكم بوتيرة أكثر من المعتاد. ولكن أصعب الأمور كان اضطرارها إلى الاعتماد على شخص آخر للذهاب إلى عملها أو لشراء لوازم المنزل.

قلت لها: "سوف أكون دوماً بجوارك، وستسير الحياة بالشكل الطبيعى نفسه الذى كانت عليه، مادمت قادراً على ذلك".

كان ردها النحيب وتربيت يدي.

وبحلول عام ٢٠٠٦، لم تعد "بام" قادرة على أن ترى بما يكفى للقيام بمهام وظيفتها، فطلبت التقاعد، وحصلت على معاش تأمين المعاقين. كان من الممكن أن يدخل فى دوامة لا تنتهى من رثاء الذات، ولكنها لم تفعل ذلك. ففى العام الماضى، عندما أقام مكتبى حفل مهرجان البولنج، حضرت. حقاً لم يكن باستطاعتها أن ترى الزجاجات، وكانت ترى الأسهم على مهرات الكرات بصعوبة، وحقاً لم تبهر الحضور بأدائها، لكنه كان جيداً لدرجة أن أى إنسان لا يعرفها لم يكن يستطيع أن يخمن ما تعانیه. هذه هى المرأة القوية التى تزوجتها.

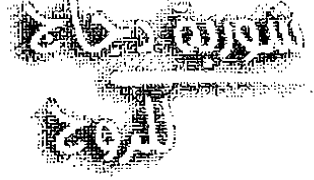
تعرف "بام" على الأشخاص من صوتهم؛ فلم تعد تميز الملامح إلا عندما يقف الإنسان أمامها تماماً. قلت لها إننى أشبه الممثل "روبرت ردفورد"، فقالت مازحةً إنها تحب دورى فى فيلم *Barefoot in the Park*.

لقد تقاعدت هذا العام لأتفرغ للكتابة، وخمن من يحرر عملى؟ إنها زوجتى. بردد "بيتر" ما أكتب على مسامعها، وتستمع. وعندما تسمع شيئاً يبدو خطأ، تقرأ نسخة ذات أحرف كبيرة بما تبقى لها من بصر - وقد أمسكت بأخطاء قد تفوت على أشخاص أصحاء البصر.

إن "بام" تعمل متطوعة فى مؤسسة لاب ريسكيو، كما أنها ناشطة فى إحدى المؤسسات الخيرية التى أتعامل أيضاً معها. معاً، نستطيع التغلب على أية عقبة تواجهنا فى حياتنا. وبنهاية الشهر القادم، سوف نحتفل بمرور العام الرابع والأربعين على زواجنا. سوف نسافر إلى ينايىع يوريكا بولاية أركانساس، ونمضى العطلة الأسبوعية هناك. وربما إذا كان الجو موافقاً، فسوف أوقف السيارة وأتوقف لأشاهد المشهد، وأصفه لها بينما تستمتع بالريح وأشعة الشمس.

إن لى نصيبى من المشاكل الصحية، وقد دعمتني فيها كما ساعدتها على مشكلة بصرها. إننى أشعر بالامتنان للخالق الذى رسم لنا طريقنا معاً عندما جعلنى أقابل زوجتى. هل تبكى عندما لا تتمكن من فعل بعض الأشياء؟ نعم، ولكن ذلك يكون فى لحظتها، ولكن بعدها نعد ما لدينا من نعم، ونستمتع بحياتنا معاً.

~ بيل وبيترمان



## ممارسة اللعبة

ربما تكون الحاجة أم الاختراع، ولكن اللعب بالتأكيد هو أبوها.

~ روجر فون أويك

الملابس مُتبرِّع بها، والعشاء نفسه يستمر طيلة الأسبوع، وربما يدوم لأسبوعين متاليين الألعاب صناعة يدوية، بدلا من الألعاب التي يلهو بها الأطفال.

عندما كنت طفلة، كانت أمي تحصل على كويونات الطعام بعد طلاقها الثاني: حيث لم تحصل على نفقة من زوجها الأول، ولم يبد أنها حصلت على شيء من زواجها الثاني. وفي كل عطلة أسبوعية، كانت أمي تدفعني أنا وشقيقي إلى مقر الجمعية الخيرية في منطقتنا لا لكي نمارس أنشطة ترفيهية، ولكن لكي نستفيد من التخفيضات الكبيرة التي يقدمونها صباح كل عطلة. فمثلاً، هناك حقيبة كبيرة مليئة بالملابس المستعملة ثمنها دولار واحد فقط، وكان من يذهب مبكراً يحصل على أفضل العروض، مثلما ينال الطائر الذي يستيقظ مبكراً أفضل الطعام. وعندما كنت أشكو من أن كل الأطفال الآخرين يرتدون ثياباً ذات ماركات جيدة - كيف يمكنني أن أرتدى هذا المعطف ذا الشكل الموحد والأكبر من مقاسي بدرجتين؟ - كانت تقول لي: "أنت محظوظة للغاية لأنك تجدين ثياباً ترتدينها من الأساس".

لقد كانت والدتي تعمل على ملء الحقائب بأكبر قدر ممكن من الثياب، ولم أكن أعرف كيف تفعل ذلك. وعندما ضبطتني أراقبها وهي تحشر ثيابنا المستقبلية في الحقائب، قالت لي: "لكي نشارك في اللعبة".

فسألتها متعجبة: "أية لعبة؟"، وأدركت أنها لم تكن تتكلم عن ألعاب الألواح مثل ألعابي المفضلة كاندي لاند وكلو. قالت لي: "كلما أنفقت أقل، كسبت أكثر - بالمعنى

الحرفى للكلمة"، وتابعت قائلة: "وزاد ما تدخرينه. إن الفكرة فى اللعبة أن تتفقى أقل قدر ممكن. يوماً ما سترين".

وعندما كان الأطفال الآخرون يسخرون من ثيابى غير المتناسقة وغير ذات الماركات المشهورة، كنت أعود إلى المنزل باكياً، فكانت أمى تقول بكل بساطة: "تذكرى أننا نلعب اللعبة. إنك محظوظة لأنك تجدين ثياباً ترتدينها من الأساس". واكنى فى سن التاسعة لم أفهم، بل كنت أفضل أن أسير عارية على ارتداء مثل هذه الثياب.

لقد كانت هذه هى الظروف التى نشأت فيها، ولكن كإنسانة ناضجة عاملة، لم يكن يتعين على أن أعيش مثل هذه الظروف حتى الآن، وأنا فى سن الثانية والثلاثين.

إذا كانت أسرتى لها نوع أساسى من الغذاء، فسيكون حقيبة من زنة العشرة أرطال من البطاطس، وكانت أمى دوماً تقول إن بإمكانك دوماً أن تصنع شيئاً بالبطاطس؛ تقشرها، أو تبشرها أو تسويها على البخار، أو تسلقها فى الماء، أو تشويها... الخيارات مفتوحة تماماً. لذلك، ربما كنت أسير على نظام غذائى كثيف النشويات، ولكن كما كانت أمى تقول دوماً: "تذكرى أننا نلعب اللعبة، وعلى الأقل لديك طعام لتأكله". كانت أمى تضع مع البطاطس الذرة المعلبة - فى علب منبعجة بالطبع، لأنها كانت أرخص. وأحياناً، كنت أقوم مع أختى بالمساهمة فى زيادة انبعاث العلب، حيث كنا نلقيها على أرضية المحل ربما تعبيراً عن غضب مكبوت إزاء اضطرارنا لارتداء زى أكبر من مقاسنا ونحن ذاهبان إلى المدرسة، أو تناول البطاطس فى كل الوجبات.

وعندما تساءل أختى عما إذا كان بإمكاننا أن نتناول البيتزا فى العشاء مثل أصدقائه، قالت له أمى بالتأكيد، ووجدت كتاب طهويباع بـ ٢٥ سنتاً فى مكتبة لبيع الكتب المستعملة، وصنعت بيتزا - باستخدام عجينة المفضى الإنجليزية المسطحة. لقد ترددت فى البداية أمام شكلها، الذى كان يشبه البيتزا، ولكن طعمها لم يكن يشبهها على الإطلاق؛ فعجينة المفضى الإنجليزية لم تكن مصنوعة لتوضع فوقها صلصة الطماطم اليدوية، بل كذلك عجينة جبن موتزاريللا مقلدة يدوياً (التي كانت تشبه المطاط أكثر من أى شىء آخر). ولكن كالعادة، كان لدى أمى تعليق ساخر ومبرر للعشاء وهو: "إننا نلعب اللعبة. ولا ريب أنكما محظوظان لأن لديكما طعاماً تأكلانه". وكانت تقول كذلك إنها على الأقل أعدت شيئاً من لا شىء، فهى مثلاً لم تفتح علبة من باستا شيف بوياردى (رغم أننى كنت أفضل هذا الخيار الأخير).

فى هذا الوقت، كرهتها، وكرهت الفطائر الإنجليزية، وبينما كان أصدقائي يطلبون البيتزا من محل دومينوز بيتزا، كنت أتناول البيتزا "الصغيرة"، التى يشبه مذاقها مذاق أى شىء آخر غير البيتزا. لا يوجد وجه شبه بين البيتزا الإيطالية وفطيرة المفن الإنجليزية. إن الحياة غير عادلة.

وعندما طلبت الدمية باربى، اشترت لى أمى دمية عادية (تعرف تلك الدمي ذات المقاسات غير المتناسقة بين أعضائها والرأس الكبير، والتى لا تشبه باربى على الإطلاق) وذلك بسعر ٩٩ سنتًا. فقلت: "لن ترضى الفتيات أن ألعب بدميتى المقلدة مع دُمَاهم الأصلية"، فكانت تقول لى: "لا ريب أنك محظوظة لأن لديك دمية تلعبين بها من الأساس". نعم، نعم، نعم... هل كانت أمى تدرك كم ستكون هذه الـ "باربى" المقلدة وحيدة؟ وكانت تضيف: "إننا نلعب اللعبة". نعم، الأطفال يحبون أن يسمعوا الأحاديث عن الألعاب، ولكننى مللت ممارسة اللعبة - متى ستنتهى؟ لقد أردت فقط شراء الدمية باربى؛ دمية حقيقية، إلا أن أمى كانت تقول: "لا أحد سيميز الفارق؛ فكل الدمي واحدة"، ولكننى كنت أميز الفارق.

لقد كانت أمى تقول: "سينتهى ذلك"، ولكن من أين لنا أن نؤمن بأن هذا هو المد، وليس عبارة عن تيار متدفق مستمر، وأنتا سوف تكون على ما يرام يومًا ما؟ فى سن التاسعة، كنت أدرك معنى كلمة "إيمان" بالكاد، ناهيك عن معنى كلمة "مد" و"تيار".

بعد ذلك بسنوات، أدركت أن أمى كانت لا تتفق إلا عشرة دولارات أسبوعيًا فى تلك الأثناء - عشرة دولارات نعيش بها أنا وأخى وأمى. من كان يعرف أن ما تعلمته فى نشأتى سوف يساعدنى الآن؟ فالآن، وبعد عشرين سنة، فصلت من وظيفتى، وحسابى فى البنك مدين (سلبى). كيف حدث هذا؟ يقولون إن التاريخ يعيد نفسه، ولكن هذا هراء.

اللطف أنتى كطفلة لم أكن أستوعب تمامًا ما تقوله أمى وكل تعليقاتها "لا ريب أنك محظوظة لأن..."، وبالطبع العبارة الأثيرة، وهى "إننا نلعب اللعبة". ولكن الآن، وطيلة الأشهر الأخيرة، رحى أتذكر أكثر من أى وقت مضى ما علمته إياى أمى.

فجأة، وجدت نفسى "ألعب اللعبة": أذهب إلى المتاجر ذات الأسعار المنخفضة، وأبدل بئابى القديمة أخرى مستعملة (لم أكن أعرف إلا القليل عن مقدار ما تمثله مجال البضائع المستعملة هذه لجيلى طيلة كل هذه السنوات. والآن، لم أعد أهتم بالماركات، بل إننى فى الواقع أفضل الملابس التى لا تحوى أية ماركات على

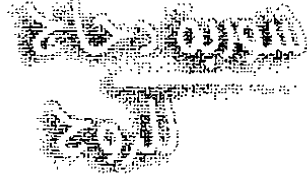
الإطلاق). وفى الحال، أرقب البائع وهو يفتش فى ثيابى القديمة، بينما يقف الزبائن وهم ينظرون إليها فى اهتمام فى انتظار أن يشتروها، مثلما كنت أقف أنا وسنى ٩ سنوات.

بالمال القليل الذى كسبته من بيع الثياب المستعملة، اشتريت حقيبة زنتها عشرة أرطال من البطاطس لكى أقشرها أو أبشرها أو أهرسها، ولكننى كنت دومًا أتجنب عجائن المفن الإنجليزية... ما لم تكن خالية من صلصة الطماطم أو الجبن. لقد كانت أمى على حق. كطفلة، كنت سعيدة الحظ لأن لىّ ملابس وطعامًا ودمى باربى مقلدة. والآن أنا، كإنسانة ناضجة، محظوظة لأن هذه الأشياء لىّ أيضًا (أضع دى باربى المقلدة على رف كتبى). إننى سعيدة، لأننى ما زلت أعب اللعبة... وأكسب.

~ ناتاليا كيه. لوسينسكى







## لماذا أنا؟

إن الامتحان هو ذاكرة القلب.  
~ جان بابتيست ماسيو، مُترجمة عن الفرنسية

ما الذى فعلته لأستحق ذلك؟

تبدو الأحوال سيئة، والناس فى حالة من اليأس والإحباط، وحتى الضباب  
الظاهر فى الخارج عبر نافذتى ليس إلا رمزاً لعالم ميت فى الصباح.  
ومع ذلك، جلست على مقعدى... مسترخيةً راضيةً، وفى حالة من الطمأنينة.  
لماذا يحدث ذلك؟

إن كل خبر فى النشرات وكل فاتورة وكل بيان بنكى يبدو أسوأ مما سبقه. لست  
قادرة على الحصول على وظيفة؛ فالأرامل اللواتى وصلن إلى الستين من العمر لا  
يمكنهن المنافسة فى سوق العمل. طيلة ثلاثة عقود، عملت راعية لزوجى القعيد  
"جون". إلا أن هذه الخبرة لا تصلح لأن توضع فى سيرة مهنية.  
والآن، يحتاج والدا "جون" المسنان إلى مساعدتى؛ حيث بدأت قواهما العقلية  
فى الاختلال. إنه شىء محزن أن ترى هذا يحدث أمامك، كما أنه يشكل مسئولية  
ثقيلة.

إذن... لماذا أجلس فى سلام وهدوء؟

وأنا جالسة، رحت أتأمل الوجوه التى تطل علىّ من عدد من الصور المعلقة على  
الحائط المقابل لى. لقد كانت الابتسامات التى تحملها شفاههم دعوة صريحة لأن  
أتذكر الانتصارات الشخصية التى تحققت خلال معارك الحياة.

من بين الصور كانت هناك صورة لأمى وهى فى مثل سنّى، حيث كانت ترتدى  
حلة سوداء أنيقة وقميصاً مهندياً ناصع البياض - كانت ثياباً فاخرة تعكس وضعها

كمديرة تنفيذية فى أحد الفنادق، إلا أن ابتسامتها التى تشبه ابتسامة المراهقات هى ما عكس روحها كأنثى.

لقد كانت أمى تتمتع بحب لا نهائى للحياة، وقد ورثت عنها شيئاً من حيويتها. فى أيامها، كانت غالبية المديرين التنفيذيين فى الفنادق رجال، إلا أن أمى شقت طريقها نحو القمة... لأنه كان يتعين عليها أن تفعل ذلك؛ فلم يكن هناك غيرها لينفق على أسرتها.

قبل ثلاثين عاماً، توفى والدى فى حادث سيارة، ولم يترك أية مدخرات ولا وثيقة تأمين على الحياة، فواجهت أمى، فى سن التاسعة والعشرين، مسئولية تربية ثلاثة أطفال صفار وإعالتهم. بعد وفاة والدى مباشرة، اعتكفت فى فراشها تبكى لمدة أسبوع، ولكن عندما خرجت من هذه الحالة، لم تنظر إلى ما مضى مطلقاً، وانتقلت والدتها المسنة لتقييم معنا كمربية أطفال مقيمة، بينما انغمست والدتى فى عالم العمل.

لقد بدأت أمى حياتها المهنية نادلة فى أحد الفنادق الفاخرة، وكانت تعمل لساعات طويلة قد تصل أحياناً إلى اليوم الكامل، إذا ما استطاعت ذلك. وبسبب إصرارها على النجاح، أصبحت أكثر موظفى إدارتها سعةً فى الحيلة ودقة فى الرأى، وكان الأثرياء والمشاهير يطلبونها دوماً لتشرف على حفلاتهم الفاخرة.

ولكن فى المنزل، كانت أمى تحرص على التواجد معنا ورعايتنا قدر المستطاع. لقد كانت ملابسنا مستعملة ولكنها مناسبة وجيدة، وكانت نوعية طعامنا جيدة قياساً على مستوى الجيران والأصدقاء. وقد تعلمنا ألا نضىء مصباحاً إلا إذا لم يكن هناك بديل. وصدق أو لا تصدق، فقد كانت أمى وجدتى تقتصدان فى استخدام الأشياء "الكمالية الفاخرة" مثل المناديل الورقية.

فى بعض الأحيان، كانت أمى تعاني من أجل توفير قسط الرهن العقارى الخاص لمنزلنا، إلا أن المنزل كان فسيحاً وكثير الغرف، ويحظى بالتدفئة من مدفأة واحدة. لقد كانت جدتى تستيقظ قبل الفجر لتشعل نيران المدفأة، وكنا ننزل كلنا من الفراش لكى ننعم بالدفء المنبعث منها.

لم تقتنِ أمى سيارة إلى أن صرت فى مرحلة المراهقة، وكان يقال لنا: "لديكم أقدام رائعة لتسيروا بها"، وكنا نستقل المواصلات العامة فى المشاوير الطويلة.

وفى كل صيف، كنا نعتنى بحديقة منزلنا الكبيرة، وكانت تعطى محاصيل وفيرة من الخضراوات والفواكه. وما لم يكن نستخدمه منها وهو طازج، كنا نحفظه معلباً أو مجمداً لحين استخدامه.

وفى "وقت فراغها"، كانت أمى تحضر حفلات الباليه والموسيقى، وكذلك القليل من لقاءات البيسبول، ومجالس الآباء فى مدارسنا. وفى الوقت الذى من المفترض أن تنام أو ترتاح فيه، كانت تصحبنا إلى الشاطئ أو حديقة الحيوان، وفى أحوال نادرة، كنا نذهب إلى المسرح أو الحفلات السيمفونية - كانت تفعل كل ما يوسعها لكى تجعل الوقت الذى نمضيه معاً ممتعاً وحيوياً.

لقد كانت أمى موسوعة حية فيما يتعلق بأساليب المعيشة فى أوقات الأزمات، وكانت تخرج من كل أزمة منتصرة، وقد اعتلت شفتيها ابتسامة كبيرة.

ومن بين الوجوه الأخرى الباسمة فى الصور، كان "جون" - ياله من زوج! لقد كان إنساناً مرحاً وذكياً ومثقفاً ومحبباً للإنجاز، ولكنه أصيب فى سن السابعة والعشرين بتصلب الأنسجة، مما جعله قعيداً.

فى الوقت الذى تم فيه تشخيص إصابته بهذا المرض، كان زواجنا لم يمر عليه سوى ست سنوات، وكنا فى انتظار ولادة ابننا فى أى وقت - كنا فى بداية حياتنا! كان "جون" يعرج منذ بداية المرض فى ساقه، ونصححه الطبيب بأن يتخلى عن وظيفته التى تتطلب الكثير من الحركة، وإلا فستدهور حالته الصحية. ولكن من أين لنا بنفقات المعيشة؟

أصيب "جون" فى البداية بالاكتهاب جراء الصدمة، ولكن بعد عدة أشهر، انطلق وعاد إلى الكلية لينال درجة الماجستير فى إدارة الأعمال. لقد شق طريقه فى الدراسة، وحارب لإيقاف تدهور حالة جسده - حارب من أجل أسرته. وطيلة كل هذا المشوار... كان مصدراً للمرح فى حياتنا.

ورغم أن مرض "جون" أجبره فى النهاية على استخدام كرسي متحرك، فإنه أبى أن يعوقه ذلك عن الحياة. وبدلاً من الغرق فى رثاء الذات، وضع كل تركيزه فى أن يصبح أفضل زوج وأب.

لقد استخدم "جون" مهاراته المالية فى إدارة ميزانية منزلنا، ولما كان يتعين علينا أن نعيش على معاش الإعاقة الضئيل، فقد وضع خطوطاً عريضة لميزانية صارمة، وعلمنى كيف أنفق المال بحكمة، مضيفاً إلى ما تعلمته من دروس أمى عن الاقتصاد فى الإنفاق.

نعم... لقد بدأت فى ترشيد استخدام المناديل الورقية.  
كذلك أصر "جون" على أن أتعلم كيفية العناية بالسيارة، وإجراء الإصلاحات  
البيسيطة فى المنزل، والعمل على الحاسب الآلى، وإدارة الشؤون المالية للأسرة. لقد  
دربنى على ما احتجت إليه من مهارات فى الحياة بعد رحيله.  
وعندما كنت أذمر بسبب كثرة المشغوليات، كان يقول: "اجلسى، واهدئى،  
وتعلمى كيفية التعامل مع الأمر".

إننى أتمنى لو تمكنت من شكره على إصراره الذءوب؛ فالمهارات التى علمنى  
إياها أفادتنى الآن فى تلبية احتياجاتى واحتياجات والديه.  
إن آخر صورة لفتت انتباهى كانت صورة جدتى، التى التقطت لها عام ١٨٩٨،  
حيث كانت شابة حنونة ترتدى فستاناً أبيض وقد تألق وجهها ببريق الرزانة.

وحتى عندما وصلت جدتى إلى سن الثمانين، احتفظت بهذه النظرة الرزينة  
الهادئة. إننى أتذكرها وهى تجلس على مقعد هزاز عتيق وقد علت وجهها نظرة  
اشتياق وحنين متطلعة إلى نيران المدفأة، وقد عقدت يديها على كتابها المقدس،  
الذى كانت تطلق عليه "الكتاب الجيد". كانت تبدو كأنها مستغرقة تماماً فى حالة  
من الرضا.. فى عالم بعيدة تماماً عن ضوضائنا عندما كنا أطفالاً - كانت تبدو  
غير واعية تماماً بكل ما هو حولها.

ولكنها كانت مع ذلك، إنسانة مرت بالكثير من المحن. فلأنها هى الطفلة الصغرى  
لمحارب فقد يده فى الحرب الأهلية، فقد أمضت سنواتها الأولى فى خدمة والدها  
الأرمل، وتزوجت فى سن متأخرة، وأنجبت ثلاثة أطفال، وتوفى زوجها قبيل الكساد  
العظيم مباشرة، وياتت أسرتها على شفا الجوع تقريباً، إلا أن جدتى حاربت...  
وعملت فى وظائف صغيرة هنا وهناك كمرضة.

لقد كانت تحب الأطفال، وعلمتنا الكثير من خلال الألعاب. فبمساعدة  
جدتى، تعلمنا أن نخلق مفامرات عظيمة بالقليل من الخيال، وكانت البطاطين  
تصبح خيماً، والمجلات تصبح وسائل لألعاب التهجى، والدواليب الصغيرة سفن  
فضاء.

لم تجعل الحياة جدتى تشعر بالمرارة، ولكنها جعلتها تعيش فى عالم من  
الطمأنينة.

إننى أنظر بعين الامتنان إلى معرض صور مُتلى العلىا فى الحياة. لقد علمتنى  
حياتهم كيفية: العمل الجاد، والاقتصاد، وإصلاح تسرب مياه الحنفيات، والحياة

بدخل بسيط، ورعاية المرضى، واللعب مع الأطفال، والاحتفاء بأبسط النجاحات في الحياة.

خارج نافذتي، كان الضباب يتلاشى، فيما ملأت الطيور المنطقة بالأغاني المرحية، وراحت السناجب تتقاذف من شجرة لشجرة دون أدنى إحساس بالهم. وكذلك أنا. لقد جلستُ في هدوء أحرق في المدفأة، وقد انعقدت يداي على "الكتاب الجيد". ورغم الفوضى والاضطراب اللذين يكتسحان العالم، فإن قلبي ومنزلي مليئان بالطمأنينة.

ولأنني لم أفعل ما يجعلني أستحق هذه النعمة... فقد أحنيت رأسي شكراً لله.

~ لورا إل. برادفورد



البحجة  
العدد ٦٠  
الطبعة الأولى

## البهجة غير المتوقعة

انظر دائماً إلى الجانب المشرق من الحياة.

~ مونتى بايثون

فى سن الحادية والعشرين كنت فى أحد المستشفيات بتورنتو بعد جراحة فى الركبة. فى ذلك الحين، قبل ثلاثين عاماً، كانت الجراحات أكثر ألماً، وتستغرق وقتاً أطول للشفاء بعدها. كنت مقيماً فى حجرة يشاركنى فيها رجل عرفت قصته عن طريق المرضات. كان اسمه "روس"، وكان من الواضح أنه تعرض لحادث اصطدام شديد؛ فقد كان جسده كله فى جبيرة، وظل فى المستشفى حوالى ٩ أشهر. وطبقاً للتحقيقات، فقد كان يستقل سيارة اصطدمت بها سيارة أخرى يقودها سائق مخمور، مما تسبب فى إصابات بالغة لـ "روس".

لقد تسببت الإصابات التى تعرض لها فى رأسه فى حالة حادة من التخلف العقلى، وبدأ يتعلم القراءة فى المستشفى من جديد. واستفسرت أُمى - التى كانت تأتى لزيارتى بين فترة وأخرى - عن حالته، فقيل لها إن أسرته قبلت التسوية والحصول على تعويض، وغادروا البلدة بالمال تاركين "روس" فى مستشفى المقاطعة بدون أية تغطية مالية إلا ما يكفى للإنفاق على أساسيات العلاج.

كنت و"روس" نزيلىن مختلفين تماماً؛ فقد كان مرحاً بشوشاً يسره وجود أى زوار من أى نوع. وكان يستعير الكتب عن طريق العربات النقالة فى المستشفى، وكان يحاول أن يقرأها بصوت مرتفع. وفى الجانب الآخر من الحجرة مع "روس"، كنت أنا - شاباً فى الحادية والعشرين من العمر يشعر بالمرارة والألم والغضب بسبب الإصابة التى لحقت به، وحرمته من كل ما يستمتع به.

لقد زارتنى أمى كثيراً، وكانت تجلس دائماً مع "روس"، وتقرأ له، وكانت تستمتع كثيراً بصحبته، أما الآخرون الذين كانوا يأتون لزيارتى، فلم يكونوا يعرفون كيف يتعاملون معه. لم يكن يأتى لـ "روس" أى زوار يخصوصونه. لقد كانت أمى تعده مصدر سرور، وكانت تهتم كثيراً بحالته. كان طاقم العاملين فى المستشفى يحبونه، ولكن لم يكن بأيديهم إلا القليل ليفعلوه له. لم يكن معه المال، وأتذكر عندما كان يحنى رأسه بشدة لكى يشاهد التليفزيون فى فراشى، لم يكن معه المال الكافى لتأجير تليفزيون، لذلك كان التليفزيون فى فراشى (وفى فراش غيرى من المرضى فى الحجرة) يمثل له نوعاً من التسلية، حتى إن كان لا يستطيع سماع الصوت لأننا نستخدم سماعات الأذن.

بعد أيام من الجراحة، جاء فريق العلاج الطبيعى لكى يساعدنى على الحركة. لقد كانت الخطوة الأولى هى أن أرفع ساقى عن الفراش وحدى، وكان الأمر شديد الألم، وقلت من بين دموعى وإحباطى: "لا أستطيع". كانت تجربة سريالية، كأنك تشاهد فيلماً يظهر به شىء ما، وتبدو الأصوات بعيدة ومنعزلة، لكن كان هناك صوت شديد الوضوح، ارتفع فوق أصوات المعالج، وراح يخبرنى فى صرامة بأننى أستطيع - كان صوت "روس". فرغم كل ما به، كان يحمسنى، ويشجعنى، واستمر يقول: "هيا يا بيتتر، يمكنك القيام بذلك!". رفعت ساقى، وبمجرد انتهاء الجلسة، استلقيت فى فراشى على الوسادة وأنا أتصعب عرقاً من الإجهاد. كان الألم شديداً، ولكن كان "روس" يقول للممرضة والمعالج كم أنتى كنت رائعاً لأننى فعلت ذلك!

لقد كانت لحظة مذهشة فى الحياة - لحظة كشفت لى ما جعلنى أتحدى بالتواضع والشجاعة طيلة السنوات التى تلت ذلك. لقد سُرقت من الرجل حياته، وكذلك مستحقته المالية، التى كان يفترض أن يبنى بها حياته. لم يكن معه أى شىء، وفقد أشياء بدنية وذهنية ومادية، وكان بمثابة طفل على الفراش، ولكنه كان هناك يحمسنى. لم يكن يقول كلمات التشجيع، ولكنه كان يصرخ بها، لأنه كان يشعر بأنه معى يفعل ما أفعل. وعندما أتأمل تلك الفترة، أرى أن حالتى كانت بسيطة، وهناك الكثير من الحالات التى شعر أصحابها بالألم ومعاناة شديدين يفوقان ما مررت به. بدأت أتساءل عما دفع هذا الرجل إلى تشجيعى بدلا من التحسر على حاله. لقد كان ذلك انعكاساً لأبسط مبادئ الإيمان، وهو أن قلبه لم يتحطم مع الحادث الذى حطم جسده.

بعد أن تركت المستشفى، لم أر "روس" ثانية، إلا أنه كان دومًا معي. لقد امتلأت حياتي بمشكلات الركبة، فخضعت لأكثر من عشرين عملية جراحية، بما في ذلك استبدال كامل للركبتين. كان هناك الكثير من الجراحات، ومن العلاج، ومن الكفاح. ولكن بالنسبة لي، بدا كل ذلك هينًا، وفي كل مرة أعود فيها من جراحة، يكون "روس" معي في قلبي، وعندما كنت أشعر بالألم، كنت أسمع "روس" يشجعني. وعندما أشعر بالإحباط، أجد "روس" بجوارى يذكرني بأننى أستطيع تجاوز ذلك. غالبًا ما كنت أسمع تعليقات من الجراحين والمعالجين وغيرهم عن قدرتى على الاستشفاء والتعافى بسرعة، والكيفية التى أتمكن بها من السير سريعًا. لم يكن ذلك إنجازًا يحسب لي، بل كان "روس" يذكرني بأن هناك دائمًا أناسًا أسوأ حالًا منى، وأن أمامى فرصة للشفاء. لقد كان "روس" - فى حالته البائسة هذه - عنصرًا من عناصر التعافى. كثيرًا ما أجد نفسى أفكر فى "روس" بل أدعوله بالشفاء؛ فقد علمنى الأمل، فى وقت كنت فيه يائسًا بشكل شبه كامل.

وأضيف هنا، كتعليق أخير، أننى تعلمت بعد أن تركت المستشفى أن سيدة من فاعلات الخير، قد غطت نفقات إيجار تليفزيون لمدة شهر كامل لـ "روس" فى المستشفى. لقد كانت هذه لفتة بسيطة تعبيرًا عن الحب، ولكننى أعرف دومًا أن أمى من السيدات فاعلات الخير، وأعرف أنها غالبًا ما تفكر فى "روس".

شكرًا لك يا "روس" حيثما أنت الآن؛ فما زلت أسمعك تشجعنى عندما تسوء الأمور، وعندما أشعر بالعجز والإحباط، أتذكر أولئك الأبطال الذين يتعاملون مع المرض والإعاقات يوميًا، وأنطلق فى الحياة مستمتعًا بما يحمله كل يوم.

~ بيتر جيه. جرير





## أفضل ١٠ أشياء

إن أفضل الأشياء في الحياة، ليست مجرد أشياء عادية.

~ آرت باكولد

سألت "ويندى": "أتعلمين، ما الذى لا أحتمله فعلاً؟"، ثم قالت دون أن تنتظر ردًا من أحسن الأشخاص الذين يقولون إن السرطان نعمة. أقصد، هل هذا شيء تتمنين أن نتلقاه كهدية؟ هل تعطى صديقة لصديقتها السرطان؟".  
صاحت "آليس": "يا لها من هدية! هل يمكنى أن أعيده؟ أقول إننى لا أريده؟ هل من الممكن أن أستبدل به شيئاً آخر؟".  
بدأ الأمر يستحوذ على انتباهنا تمامًا فى تلك اللحظة، وقالت إحدانا: "هل يمكننا أن نعيد تغليفه من جديد ونقدمه إلى شخص آخر؟".  
"أو نتبرع به فى أحد المزادات الأهلية؟".  
"أو نقول له إذا جاء، شكرًا، لسنا فى حاجة؟".

وبينما انفجرنا جميعًا فى الضحك، أقيت نظرة خاطفة على الحجرة التى جلس فيها حوالى ثمانى سيدات فيما يشبه الدائرة. لقد كان المطلب الأساسى للمشاركة فى جلسة الكتابة هذه أن تكون طالبة المشاركة قد أصيبت فى وقت ما من حياتها بالسرطان، وكانت تذكرة الحضور هى تقرير اختبار سرطان إيجابى (بالمعنى الطبى للكلمة) - إنه نوع من رفع معنويات المصابين بالسرطان، إذا أردت أن تصفه على هذا النحو.

إنه نوع من التجمع المرح للمصابين بالسرطان لتبادل الأفكار ورفع المعنويات. ولكن من بين كل ما تكلمنا عنه وشكونا منه بشأن الإصابة بالسرطان، كان دومًا هناك جانب مضىء فى هذه المحنة، حتى إن لم يظهر للمصاب بشكل فورى. لم

تكن قصة "بوليانا" من القصص المفضلة لديّ وأنا طفلة دون أى مبرر، ولكن ما إن تلاشيت الصدمة الأولية الناجمة عن تشخيص إصابتي بالسرطان، رحت ألعب "اللعبة السعيدة" تمامًا مثل "بوليانا" فى القصة.

فى المقام الأول، كان علىّ أن أشعر بالامتنان للتقدم التكنولوجى وليقظة طبيبى، اللذين مكناى من تشخيص المرض مبكرًا، وقتما كان – كما قالوا لى – سهل علاجه. لقد حملت هذه الفكرة فى رأسى، وأنا أتلقى العلاج، مُذكّرة نفسى باستمرار بأن أركز على المستقبل، وأن هذه هى الوسيلة للخروج من الأزمة.

لقد مر الوقت، وكنت أحقق تقدمًا بطيئًا – وإن كان طفيفًا فى البداية – وقد أحاط بى أفراد أسرتى وأصدقائى. كان المثير فى الأمر أن التعافى البدنى قد حدث بوتيرة أسرع من التعافى النفسى، فقد تطلب الأمر منى وقتًا لكى أتأقلم مع حياة عدم اليقين التى تلت مرحلة الشفاء من السرطان، والذى اكتشفت أنه يتحدى كل الافتراضات والمعتقدات الأساسية فى حياتك، ويدفعك إلى إعادة تقييم أولوياتك. فإذا أخذنا فى الاعتبار أن متوسط عمر النساء فى بلادنا هذه يدور حول الثمانين عامًا، فإننى كنت دومًا أقول إنه لا يزال من المبكر أن أشغل بالى بأفكار الموت والرحيل، لكن السرطان غير من هذا المعتقد.

قطع صوت "شارون"، منسقة المجموعة، ضحكاتنا وهى تقول: "والآن، لنبدأ. ولما كنا جميعًا نفكر فى السرطان، فإننى أريدكن أن تكتبن عن شىء اختلف فى حياتكن نتيجة الإصابة بالسرطان. معكن حوالى ١٥ دقيقة".

انحنت الرءوس على الأوراق، وانتقلت الأقلام بينما راحت كل النساء يكتبن، بينما رحت أنا فقط أحرق فى الفراغ من النافذة المطلة على أحد المشاهد الجميلة، وأنا أنقر بقلمى على الورق وأفكر. ماذا ينبغى أن أكتب: عن الكيفية التى توقفت بها عن الانشغال بكل الأمور البسيطة، لأنه بدا لى فجأة أن كل الهموم اليومية التافهة لا تبدو مهمة؟ أم عن كل الأشخاص الحنونين الذين قابلتهم فى طريق رحلتى مع السرطان؟ أم عن الكيفية التى صرت بها أكثر انفتاحًا على المخاطر، مثل الانضمام إلى جماعة كتابة دون أدنى خبرة عن الكتابة، لأنه بعد السرطان لم يعد هناك أى شىء يبدو مخيفًا حقًا؟

بيضاء، بدأت أكتب "أفضل ١٠ أشياء عن السرطان"، وتوقفت، ووضع خطوطًا كثيرة أسفل هذه العبارة، قبل أن أوصل الكتابة.

هناك دوما جانب مضيء فى كل شىء؛ ففى كل سحابة جانب مضيء رغم كل شىء.

١٠: لن أتعرض مرة أخرى لصدمة معرفة أنتى مصابة بالسرطان. هذه النقطة من الأشياء الإيجابية. ألا يبدو ذلك مثل أن البرق لا يضرب المكان نفسه مرتين؟ (رغم أن ذلك يحدث أحياناً).

٩: إننى أقدر كل يوم وأى يوم الآن. حتى أكثر مما كنت أفعل فى السابق.

٨: لى شىء أتكلم عنه مع الناس، إذا ما انقطع خيط الحديث أثناء حديثى معهم.

٧: يمكننى أن أضمن تقريباً أن كل من أتكلم معه لى قصة عن السرطان خاصة به؛ سواء كان هو من أصيب به، أو أحد أفراد أسرته، أو صديقاً لأحد أصدقائه.

٦: أنتى إلى منتهى واسع من المحاربين والناجين.

٥: يتساهل الناس فى التعامل معك، عندما يعرفون أنك مصاب بالسرطان.

٤: لقد قابلت أناساً رائعين وملهمين حقاً، ولا أستطيع أن أتخيل أنتى كنت سألتقى بهم تحت أى ظرف آخر، وأشعر بالامتنان الشديد جراء هذا.

٣: تعلمت أن الاعتناء بنفسى لى رفاهية مطلقاً، ولكنه ضرورة.

٢: تعلمت أن أتوقف وأتشم عبير الزهور الجميلة (والتيوليب والزعفران والنرجس).

وأخيراً ١: أنا من الناجين، كما سيوضح قميصى الوردى الذى سأرتديه فى سياق العلاج، الذى تنظمه مؤسسة سوزان جى كومين للعلاج. لقد حاربت العدو الرئيسى فى حياتى، وهو السرطان، والآن، أنا المنتصرة.

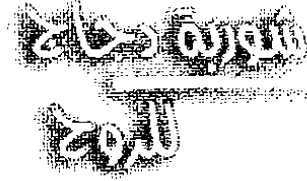
دق الجرس لافتاً انتباهنا بهدوء، فقالت "شارون": "فلتته كل منكن الفقرة التي تكتبها"، فتعالى صوت الأقلام وقد تسارعت لنتهى كل واحدة ما كانت تكتب، وبينما كنا نسير فى الحجرة ونتبادل ما كتبنا، وجدت مرة أخرى فى تجارب الحاضرات التصميم والشجاعة والتفاؤل الحذر وقد ظهرت متحدية كل المصاعب. ومرة بعد أخرى، رحمت أستمع إلى الموضوعات ذاتها فى الكتابات. قالت "أمى" قارئة ما كتبت: "لقد تعلمت ألا آخذ أى شىء كأمر مسلم به". وقالت "كريستى": "توقفت عن تأجيل المهام للمستقبل. وإلى جانب حضور جلسات الكتابة، سجلت اسمى فى دروس تعلم الرسم بالألوان المائية، وهو شىء طالما رغبت فيه".

أما "دونا" فقالت: "إننى أستكشف الآن الحياة كاملة، بما فيها من طرق سريعة وفرعية، وأستمع بالرحلة".

لقد دفعنى هذا إلى التفكير. بعد أن عرفنا ما عرفناه الآن، هل كانت أى منا ستختار أن تصاب بالسرطان؟ الإجابة ستكون قطعاً لا. إننى أقول - وأنا متأكدة إننى أعبر عن رأى كل من مروا بمثل هذه التجربة - إننا كنا سنصبح سعداء إذا ما تجنبنا الانتظار المدمر للأعصاب لتقارير فحوصات السرطان، وصدمة التشخيص التى قلبت حياتنا، والعدد اللانهائى من وخز الإبر، والعمليات الجراحية والعلاج الكيماوى والإشعاعى، الذى اختبر أقصى قدراتنا على الاحتمال، وفحوصات الأشعة القاسية واختبارات الدم للتأكد من أننا - حتى لحظة إجراء الفحوصات - نخلو من السرطان.

ولكن مع كل هذا، فإن هناك شيئاً صار واضحاً بالنسبة لى، وهو أننى أشك فى أن أياً منا ستتخلى عما نالته طوال رحلتها مع السرطان: التحول إلى شخص أكثر حناناً وتعاطفاً وتعزيزاً للذات، أو أن أياً منا سوف تنسى أنه ما زال لديها الكثير لتشعر بالامتنان من أجله. قد لا يكون السرطان نعمة، ولكنه بالتأكيد كان جرس تنبيه.

~ كارا هولمان



## ليس هناك يوم سيئ على الإطلاق

إذا لم تعتقد أن كل يوم هو يوم جيد، فحاول أن تغيب عن واحد

من تلك الأيام في حياتك.

~ كافيت روبرت



لا أعتقد أن هناك أماكن كثيرة أسوأ من مكتب بريد فلوريدا عندما تتعطل أجهزة التكييف فيه. اذهب إلى هناك في وسط ضجيج الاستعداد لإجازة العام الجديد، وسوف ترى صورة معبرة عن المكان الذي كنت فيه العام الماضي. أثناء راحة غدائي، قبل أسبوعين من العام الجديد، كان الناس يحتشدون أمامي في طابور يحملون الصناديق على أفخاذهم وأكتافهم، وكلهم يركز انتباهه على موظفي البريد الثلاثة الذين يعملون خلف مكاتبهم. لقد كانت النجوم الخضراء والحمراء تتدلى من السقف فوق الرؤوس، بينما تعلن الملصقات زاهية الألوان عن طوابع البريد الجديدة.

لقد امتد طابور الانتظار إلى ما لا نهاية.

كان العاملون يعملون بأقصى طاقتهم، ويوزعون الخطابات ويسلمون الطرود ويبحثون عن البريد المفقود، ولكن كان لا يزال أمامهم الكثير والكثير من العملاء. وبمرور الوقت، راح صبر العملاء ينفذ، وبدأوا يتملطون. أنت تعلم هذه الأمور: تهديدات مرتفعة، وتعليقات ساخرة، وبعضهم يدق الأرض بقدميه.

وبعد فترة قصيرة، تجد أسوأ صورة اجتماعية يمكن تخيلها قد ارتسمت في حجرة حارة مكدسة بالبشر. لقد كانت النقطة المضيئة وسط هذا كله ذلك الرجل الوقور ذا الشعر الفضي الذي كان يقف أمامي. سألتني، غير مكترث تماماً لطول الانتظار، عما إذا كنت قد استعددت للعام الجديد. فتح ذلك باب الحوار، وأمضينا

فترة الانتظار في تجاذب أطراف الحديث والدردشة. كان يرسل طردًا إلى أحفاده لم يرهم منذ أشهر، وكان خائفًا من ألا يكون قد اختار لهم الهدايا التي يحبونها. لقد قادنا هذا إلى حديث عن الهدايا وتبادل الهدايا بشكل عام، وبينما كان الناس من حولنا يتذمرون ويشتكون، تكلمنا عن الهدايا التي نلناها وقدمناها، سواء الهدايا التي كانت مناسبة تمامًا أو تلك التي لم تكن مناسبة على الإطلاق. وعندما حان دوره، تقدم الرجل مسرعًا إلى مكتب موظف البريد، الذي اعتذر له عن طول الانتظار، إلا أن الرجل قال إنه لا داعي للاعتذار، ثم بدأ إجراءات إرسال الطرد.

وأثناء خروج ذلك الرجل من المكتب، قال له الموظف: "طاب يومك!".

سمعه شخص واقف في الطابور، فقال ساخرًا: "ها!".

فعاد الرجل الوقور، وابتسم في لطف للموظف المنهك الذي حيّاه، وقال له: "يا ولدي، لم يحدث أن مررت بيوم سيئ في حياتي"، ثم لوح بذراعيه في إشارة إلى الحشد الغاضب، متابعًا: "وبالتأكيد لا يكفى هذا الطابور لكي يجعلني أغير رأيي". وتقابلت عيوننا، وغمز لي، ورحل.

~ باتريك ماثيوز





عندك

تعمدك

لقد حصلت على ما أحتاج إليه

إن الرجل الذي يعلم أنه لن يحتاج إلا إلى ما يكفي، سيمتلكه أتمًا ما يكفي.

~ لاوتسو



***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## العودة إلى المنزل

السلام - كان هذا هو الاسم الآخر للمنزل.

~ كاتلين نوريس

رجل ناقلو الأثاث من باحتنا الأمامية، وحدقت للمرة الأخيرة في منزلنا الذي قضينا به ٢٢ عامًا. كنا قد خططنا لأن نمكث به بقية حياتنا، ولكن الظروف الصحية والمادية أجبرتنا على بيعه. وبمجرد أن خرجنا إلى الطريق، انفجرت باكية.

ضغط زوجي فجأة على المكابح وقال: "كارن، ما الأمر؟"

قلت: "سأكون بخير، لقد صُدمت بالواقع ليس أكثر."

قال: "أعلم يا حبيبتي، ولكنك كنت قوية دائمًا. إن انفجارك المفاجئ أخافتني."

قلت وأنا أرسم ابتسامة على وجهي محاولة أن تبدو مقنعة: "إنى بخير".

أثناء مرورنا بالسيارة وسط الزحام الشديد، أغلقت عيني، واستعدت ذكريات الأشهر القليلة الماضية؛ فقد تعرض "جون" لإعاقة، حيث أصيب بعدوى في أذنه تسببت في فقدانه السمع.

كنا جالسين في مكتب الطبيب منتظرين بفارغ الصبر انتهاءه من فحص أحدث

تقرير سمع خاص بزوجي "جون".

قال الطبيب: "جيد، يبدو أننا استعدنا بعضًا من حاسة السمع. أعتقد أننا قد

سيطرنا أخيرًا على هذه العدوى".

رد "جون" قائلاً: "يا لها من أخبار جيدة. إن إعاقتي قد وصلت إلى قمته، وقد

شارفت على التقاعد".

قال الطبيب "ويليام" بأسلوب مطمئن: "لقد عملت أنت و"كارن" لفترة طويلة

وبجد شديد من أجل الحصول على هذا التقاعد".

لقد حصلت على ما أحتاج إليه ٢٥١

فى وقت لاحق من عصر هذا اليوم، جلست مع "جون" فى باحة منزلنا الأمامية نرشف الشاى المثلج. نظرت إلى لافتة للبيع وتهدت.

بدا أن "جون" شعر بما أفكر به، حيث قال: "كارن، أعتقد أنه يجب علينا أن نتراجع عن بيع منزلنا. إننا لا نرغب بالفعل فى أن نعيش فى أى مكان آخر". قلت: "جون، علينا أن نتمسك بقرارنا. لقد التقينا بمستشارنا المالى، وقد قال إننا نقوم بالأمر الصحيح. هل تتذكر ما تعلمناه منذ ستة أعوام مضت؟". قال: "نعم أتذكر - الطائر الأزرق".

قلت: "كنت قد تقاعدت منذ أربعة أعوام، ولأننى أجبرت على التقاعد المبكر فقد كنا نصارع من أجل البقاء. كنا نتكلم ونصلى، عندما رأينا الطائر الأزرق. شاهدناه وهو ينبش الأرض ليخفى حبة الفول السودانى، وانبهرنا بهذه العبقرية، فقد كان يخزن الطعام لوقت الحاجة".

قال: "بالفعل، وبعد ذلك رن جرس الهاتف، وكان على الهاتف صاحب عملى السابق يسألنى عما إذا كنت راغباً فى العدول عن تقاعدى، فقد كانوا يحتاجون إلى مشرفين مؤهلين وعلى درجة كبيرة من الخبرة للعمل فى مشروع خاص من المفترض أن يستمر تسعة أشهر، ولكنه استمر خمس سنوات".

قلت: "جون، علينا أن نعدد نعمنا؛ فبفضل عودتك إلى العمل تمكنا من البقاء فى منزلنا لفترة أطول".

فى وقت لاحق من عصر هذا اليوم، اتصلت سمسارة عقاراتنا "ترودى" وقالت: "إن لدى منزلاً جميلاً لأريه لكما، وهو مكون من ثلاث غرف نوم، وكوخ للضيوف يقع فى وسط منتزه جميل، وسعره مناسب".

فى اليوم التالى، قاد "جون" بنا السيارة إلى الصحراء، وبدا كما لو كانت السماء الصافية التى تلو التلال المتموجة ترحب بنا، وسرعان ما وصلنا إلى المنتزه. بمجرد أن أوقفنا السيارة أمام المنزل، هبط طائر أزرق على شجرة قريبة، فابتسمت وقلت: "أتساءل إن كان هذا هو الطائر الأزرق نفسه؟".

ضحك "جون". وأثناء دخولنا حجرة المعيشة، أحببناها من النظرة الأولى. سرت فى مطبخ الأحلام، وعلمت أنى لن أرغب فى مغادرته أبداً. أحب "جون" حجرة النوم الرئيسية الفسيحة، وكذلك غرفة المعيشة.

فى عصر هذا اليوم، قدمنا عرضنا لشراء المنزل، وفى اليوم التالى اتصلت "ترودى" وقالت: "لقد تم قبول عرضكما".

قال لى "جون" محاولاً أن يعيدنى إلى الواقع: "انظرى إلى غروب الشمس".  
كان ناقلو الأثاث ينتظروننا. وبعد ساعتين، جلسنا فى حجرة معيشتنا نحدق فى  
الصناديق المتناثرة. فى اليوم التالى، حضرت أسرتنا وبدأت عملية فك الأمتعة. كنا  
ممتنين للمساعدة التى حصلنا عليها. ويمكنك القول إن الأمر استغرق شهرين حتى  
نستقر فى المنزل الجديد.

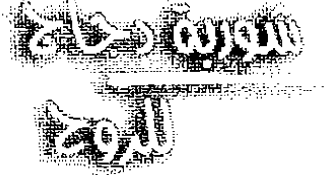
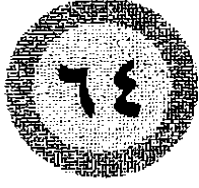
لقد بدأنا فى التجول حول المنزل عصر كل يوم. بعد ذلك بدأنا فى التعرف على  
جيراننا واستخدام منزل الحديقة وملحقات المنزل الأخرى. لم يمر وقت طويل إلا  
وأصبحنا مفرمين بجمال المتنزه المحيط بمنزلنا والهدوء وغروب الشمس الرائع كل  
مساء.

بعد ذلك فى أحد أيام السبت، ذهبنا إلى مقاطعة أورانج فى زيارة عائلية. وفى  
المساء عندما أوقف سيارتنا فى الباحة الأمامية، قال "جون": "من الجيد أن يعود  
المرء إلى منزله".

ابتسمت قائلة: "المنزل حيث يوجد القلب".

قال "جون": "هذا صحيح يا كارن، مادمننا معاً فتحن فى المنزل".

~ كارين كوزمان



## نعمة المانجو المخلوطة بالطين

إذا كان هناك سحر في هذا العالم، فسيوجد في الماء.

~ لوران إيزلي

أحياناً تكون المتع البسيطة في الحياة بسيطة، لدرجة أنني أخذها على أنها أمر مسلم - أمور أصبحت أعتبرها حقاً مكتسباً لي بدلاً من أن تكون نعمة أنعم الله بها عليّ. لقد أدركت هذا بعد رحلتي الأولى إلى هندوراس؛ حيث دعنتى صديقة عزيزة - تخدم هناك في المجال الانساني والتعليمي - للتحديث أمام مؤتمر نسائي نظمته.

في الليلة السابقة لاستقلال الطائفة، انتهيت من حزم أمتعتي وقررت الحصول على حمام دافئ سيساعد على تهدئة أعصابي المستثارة وسيساعدني على النوم. فتحت صنوبر المياه الساخنة وانتظرت حتى يمتلئ حوض الاستحمام ... وانتظرت ... وانتظرت. طرقت بأصابعي على الرخام الصناعي ودمدمت: "بحق السماء، دعونا نحصل على بعض الماء الدافئ".

لقد استغرق الأمر وقتاً طويلاً حتى تصل المياه الساخنة إلى المواسير في مؤخرة المنزل - حسناً، ربما لم يكن طويلاً جداً ولكنه بدا كذلك. بالإضافة إلى أنني لم أكن أملك أي وقت لأضيعة، فقد ضبطت المنبه على الساعة الرابعة صباحاً، وكان عليّ أن أحظى بقدر، ولو يسير، من النوم، لذا لم أتمكن من الاسترخاء أثناء الاستحمام، فقد دخلت إلى حوض الاستحمام واستحممت وخرجت مباشرة.

في عصر اليوم التالي، وصلت إلى "سان بدروسولا" في هندوراس، وكنت سعيدة برؤية صديقتي وزوجها. خلال الرحلة إلى منزلهما في يامارانجويلا، والتي تستغرق 5 ساعات بالسيارة، شاهدت المناظر البديعة للريف الخصب المليء بالخضرة، وكان

يشبه إلى حد كبير تلال مسقط رأسى أركنساس فى الشمال الغربى من الولايات المتحدة الأمريكية، عدا انتشار أشجار الموز وبساتين الأناناس.

بعد انتهاء المؤتمر، اصطحبتنى صديقتى لأقابل عدداً من الأسر التى قابلتها هى وزوجها وأصبحوا أصدقاء. ولحسن الحظ، قامت صديقتى بدور المترجمة الخاصة بى أثناء الزيارات. لقد كان الأشخاص الذين قابلتهم يعيشون فى فقر مدقع؛ فقد كانت منازلهم ضيقة للغاية ومبنية من الطين وأعواد الخشب وكانوا ينامون على الأرض الطينية. لقد كانت النساء يطهين فى العراء على مواقد مصنوعة من قوالب أسمنتية مكدسة فوق بعضها وفى أعلاها أغطية براميل حديدية قديمة تعمل كسطح للطهى. ولكن، رغم تلك الظروف المريعة، كنت أرى الابتسامة تملو أوجه كل من قابلت، وكانوا كرماء للغاية، وكانوا يصرون تقريباً فى كل مرة على البقاء لتناول القهوة.

أثناء عودتنا إلى المنزل مررنا بأى وزوجة ابنا تعيشان معاً، وكانتا جاثيتين إلى جانب بركة مغطاة بطين أخضر. كانت إحدى المرأتين تبعد الأوساخ بعيداً باستخدام عصا فى حين كانت الأخرى تملأ دلوًا بالماء. دعوت الله قائلة: "يا إلهى، من فضلك لا تدعهم يعرضون على القهوة".

تبعنا السيدتان إلى منزلهما وقامتا بدعوتنا للدخول، وأثناء تجاذب أطراف الحديث، كان الدجاج يسير من حولنا محرّكاً رأسه كما لو كان يفحص هاتين الغريبتين الشاحبتين، ثم سار خارجاً من المنزل. جلس قط على النافذة يشاهد ما يحدث، وكان قطاً هزيباً لدرجة أن الطيور من حوله لم تكن تخشاه.

كان الأطفال يلعبون فى الخارج فى التراب، وكانت أصواتهم تشبه أصوات أطفالى عندما كانوا صغاراً. جرت طفلة صغيرة داخله المنزل وكانت تمسك بثمره مانجوفى كل يد. كانت قد أكلت نصف ثمرة المانجوفى يدها اليسرى وكانت عصارة المانجو مختلطة بالتراب على بشرة يدها، وتسيل على معصمها عصارة المانجو المخلوطة بالطين.

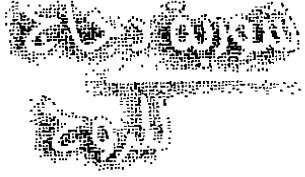
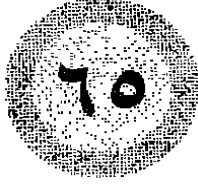
قامت تلك الفتاة الجميلة ذات العينين البنيتين برفع يدها اليمنى لتقدم لى ثمرة المانجو الأخرى، والتى قبلتها بسعادة، فرقصت السعادة فى عينيها وانتقلت إلى شفيتها على شكل ابتسامة، وبينما كانت تحك رأسها المليئة بالقمل، قلت لنفسى: "إنها لا تعرف أنها فقيرة".

عندما حان وقت الرحيل، خرجنا من المنزل فلاحظت جدولاً موحلاً يمر بجانب منزلهم. أشارت صديقتي إليه وقالت بالإنجليزية: "هنا يستحمون، وهنا أيضاً تشرب الحيوانات وتقضى حاجتها". وكانت هذه اللحظة أكثر لحظة صادمة فى حياتي.

فى الليلة التى عدت فيها إلى المنزل، دخلت إلى حمامي وأدرت مقبض صنوبر المياه الساخنة فى حوض الاستحمام، ولكن هذه المرة بدلاً من النقر بأصابعى على الرخام الصناعى، فكرت فى تلك الفتاة الصغيرة المغطاة بعصارة المانجو المختلطة بالطين، حيث كانت ستستحم فى المياه الباردة الموحلة فى الجدول - بدون صابون أو فقاعات.

لقد استرخيت فى حوض استحمامي الملىء بالدفء وشربت المياه النقية وتعطرت بزيت اللافندر، وعندما بللت جسمي بالماء، تأملت هذه المتعة البسيطة. إن المياه النظيفة ليست حقى، بل هى نعمة وهبت لى - نعمة قررت منذ الآن أن أتشاركها مع الآخرين.

~ ليندا أبل



## أفضل الهبات

الحب، أكثر من أى شىء آخر، هو هبة المرء لنفسه.

~ جين أنويله

مع وجود مراهقتين على أعتاب الجامعة فى المنزل، لم يتبق مال كاف للقيام بالتسوق من أجل احتياجات الإجازة، ولكنى لم أشرك ابنتى قط فيما يقلقنى، ولكنهما علمتا بالأمر بطريقة ما. كانتا قد شاهدتاني أتابع باستمرار التقارير الإخبارية عن الأزمة الاقتصادية التى تمر بها الأمة، وشاهدتاني منكبًا على دفتر الشيكات وفواتير بطاقات الائتمان، وشاهدتاني أعيد أشياء لا نحتاج إليها بشدة من عربة التسوق، وشاهدتاني أقتصد على غير العادة. إنهما فتاتان ذكيتان ومقدرتان للغاية.

لقد كنت فى طريقى إلى المركز التجارى لأشتري بعض مستلزمات رأس السنة، وكنت أحمل قائمة صغيرة فى يد ومفاتيح السيارة فى اليد الأخرى عندما سألتهما عما تريدان كهدايا لرأس السنة، واستعددت لتلقى ردهما، ولكنهما نظرتا إلى السماء كما لو كانتا تتضرعان إلى الله لكى يلهمهما ما تقولان. لو أننى فى مثل سنهما لكنت طلبت مكواة شعر وهاتفًا محمولًا وجهاز iPod وبطاقات معايدة وتذاكر سينما وملابس جديدة، ولكنهما نظرتا فى عينى مباشرة وقالتا: "إننا لا نريد شيئًا".

حدقت فيهما غير مصدقة. كانتا مجرد مراهقتين تفصلهما عن الاختيارات النهائية والتقييم المدرسى لاختبار الكفاءة الدراسية أسبوع واحد فقط، وكان الموعد النهائى لتقديم طلبات الالتحاق بالجامعة قد اقترب كثيرًا، وكان لديهما تدريب مع فرقة الكورس والتزامات تطوعية، كانت لديهما حفلات عليهما الاستعداد لها ومشروعات مدرسية عليهما إكمالها. كيف لا يريدان شيئًا؟

لقد حصلت على ما أحتاج إليه ٢٥٧



قلت: "ما الذى تفكران فيه بالضبط؟"، وانتظرت الحصول على رد بعصبية، وأخيراً أردفت: "من المؤكد أنكما تحتاجان إلى شيء ما".

تشاورتا فيما بينهما بهدوء وأجابت "جوليانا"، ابنتى الكبرى والأكثر حكمة، مزدردةً ريقها بصعوبة قائلة: "إننا لا نريد شيئاً"، وأومأتا برأسيهما، وأكدت قائلة: "نحن جادتان فى ذلك".

حدقت فيها غير مصدقة، منتظرة إياها أن تبتسم أو يبدو عليها أنها تمزح، ولكنها كانت جادة.

قالت أندريا: "إننا لا نريد شيئاً بحق، فنحن نمتلك كل ما تحلم به أية فتاة. لقد وهبتمانا أنت وأبى كل شيء. إننا سعيدتان"، وقالت وهى تنظر إلى أختها "جوليانا": "سعيدتان لأنك والدتنا".

لقد شعرت بأن قلبى قد توقف عن الخفقان، حيث تردد صدى كلماتها فى رأسى واغرورقت عيناى بدموع الفرح، ولفت الفتاتان ذراعيهما حولى وضممتانى فى عناق طويل وحميم. الحقيقة أننا لم نكن نمتلك مالاً يكفى لإنفاقه على الهدايا غير الضرورية - كان بمقدورنا بالكاد أن نغطى مصروفات الجامعة المرتفعة التى تلوح فى الأفق.

لقد كانت هذه اللحظة أكثر اللحظات التى مررت بها فى حياتى رقة وحناناً، وقد كنت بحاجة إلى كل كلمة قالتها. لم أكن بحاجة إلى هدية موضوعة تحت شجرة العيد ولم تكونا بحاجة إليها أيضاً، فقد امتلكت شيئاً أفضل من ذلك بكثير. إن الكلمات النابعة من قلوب الأطفال الذين دارت حياتى حولهم خلال الثمانية عشر عاماً الماضية ارتقت بى إلى مكان عالٍ، ولا توجد هدية قد تقدمانها لى أفضل من هذه الهدية. لقد تعلقت بدفتئهما وتأكدت داخلى حبى إياهما.

كذبت قائلة: "إنى أصر على أن أحضر لكما شيئاً أقدر على تحمل نفقته".  
تراجعت "جوليانا" إلى الخلف وسمعت صوتها الرصين يقول: "إذن، أحضرى لنا شيئاً يمكننا تقاسمه".

قالت "أندريا": "إننا ماهرتان فى تقاسم الأشياء فيما بيننا".  
كادت طبيبتهما تقتلنى، فنظرت إلى ابنتى بإعجاب وحمدت الله على أنه وهب لى هاتين الطفلتين الرائعتين. كيف يمكن أن أكون محظوظة بهذا القدر؟  
وضعت مفاتيح سيارتى جانباً وبدأت فى تجميع شجرة العيد فى مكانها المعتاد فى حجرة المعيشة. كنت أمقت دائماً القيام بهذا الأمر، وعادة ما كنت ألقيه على

عائق "باتريك"، زوجي الطيب. أما هذا العام فأنا سعيدة للغاية بقضاء الوقت معاً، ففي العام القادم ستكونان في الحرم الجامعي، وأخافتنى فكرة عدم وجودهما حولى طوال الوقت، وقدرت كل لحظة قضيناها معاً في تجهيز أغصان شجرة العيد المليئة بالأشواك. لقد أحببت كل ثانية من قيامي بذلك معهما.

فتحت "أندريا" صندوق الحلوى وعلقت واحدة منها على أحد الأغصان بجانبى. أتذكر تلك الحلية بولع - حلية على شكل قلب كنت قد ابتعتها لزوجي "باتريك" أثناء خطبتنا.

ابتسمت لى "أندريا" ابتسامة مشرقة، وقالت: "هذه الحلية تلخص ما أشعر به".

حدقت "جولينا" من فوق كتف أختها وقرأت المكتوب على الحلية: "الحب بحق هو أفضل هدية للجميع".

~ باربرا كانالى

## سلم الإيمان

في الحياة الواقعية، تبدأ كل مفامرة عظيمة وتتخذ خطواتها الأولى من الإيمان.  
~ أوجست ويلهلم فون شليجل

عندما ولد ابني "أندرو" قبل ثلاث سنوات، قررت أنا وزوجي أن نقتصد في إنفاقنا: أن نحيا في أضيق حدود إمكانياتنا المادية - أضيقتها على الإطلاق. كنت قد رغبت في أن أبقى بالمنزل لأرعى "أندرو"، وكان هذا يعني أن يقل متوسط دخلنا الحالي إلى النصف. كان هذا الأمر التزاماً ضخماً، وكانت رفاهية أسرتنا على المحك. لقد لاحظت أمام أعيننا التكاليف المتزايدة لتأميننا الصحي والرهن العقاري ومصروفاتنا الشهرية، ولكن رغبتنا في أن نربي ابننا دون أن نضعه في حضانة نهائية فاقت أية تكاليف أخرى.

لا حاجة لنا أن نقول، إننا كنا خائفين قليلاً مما يخبئه لنا المستقبل، ولكني كنت أستمد قوتي وعزيمتي من مقولة قالها "مارتن لوثر كينج" في إحدى المناسبات: "إن الإيمان هو ما يساعدك على صعود الدرجة الأولى، حتى إن لم تستطع أن ترى السلم بأكمله".

لقد شعرت كما لو كنا قد قفزنا من فوق سلم من درجة واحدة عندما تركت عملي كمدرسة.

كنت قد اختبرت أن أحيا معدمة من قبل - كامرأة عزباء تعيش على راتب التدريس، ولطالما رغبت في أن أبقى في المنزل لكي أرعى أسرتي، إذا ما وهبني الله واحدة، وأن أتخلي عن الملابس والأحذية غالية الثمن لأوفر نقوداً من أجل المستقبل. ابتعت سيارة هوندا من الطراز القديم الذي يعود إلى ثماني سنوات مضت، وقللت من تناول الطعام في الخارج والذهاب إلى دور السينما، وكنت أعمل في وظيفتين

فى الوقت نفسه. كنت أحيأ بأمان ولكن دون تكلف، وأجرت شقة رخيصة الثمن تبعد أقل من ميلين عن المدرسة، وأخذت إجازة طويلة مرتين فقط (من بينهما شهر العسل) خلال ثمانى سنوات من التدريس.

إننى أعتقد أن تلك السنوات التى اقتصدت فيها مصروفاتى هى التى تعلمت فيها التواضع والامتنان والحياة المتواضعة، وبدأ تفكيرى يتغير حياال ما يعنيه أن أعيش على "القليل".

قد أجد نفسى ساخطة لكونى مضطرة لنزول عدد كبير من درجات السلم وأنا أحمل سلة الغسيل الخاصة بى ووسائل التنظيف وعدد كبير من العملات المعدنية، لأذهب إلى مبنى آخر حتى أغسل ملابسى. حينها كنت أويخ نفسى: "لولم تكونى بخيلة لأنفقت بعضاً من مدخراتك وانتقلت إلى شقة أكبر حجماً، حيث كنت ستملكين غسالتك ومجففك".

فى أحد الأيام توقفت أفكارى الشاكية التى كانت تؤرقنى عندما واتتنى تلك الفكرة: بماذا كان سيشعر الأشخاص المقعدون إذا كانوا مكانك؟ ألن يكونوا سعداء بقدرتهم على السير إلى حجرة الغسيل؟

لقد شعرت بالاستياء عندما تناولت المكرونة بالجبن على العشاء، وأنا أعلم أن هناك أشخاصاً فى هايتى عليهم أن يضعوا كوباً فى الطين حتى يحصلوا على شربة ماء تروى عطشهم.

عندئذ بدأت أدرك أن الثروة أمر نسبى، وإذا استطعت تأمين احتياجاتى الأساسية وكنت محبوبة، فإننى غنية.

إن الوجه الآخر للعملة هو أن مدخراتى تزايدت، واستطعت أن أنام بشكل أفضل كل ليلة، عالمة أنتى قادرة على تحمل تكلفة الأمور الطارئة عندما تطراً.

لقد بدأت فى تقدير الأمور البسيطة، مثل كوب دافئ من الكاكاو فى يوم ملء بالثلوج وأنا أنعم بدفء شقتى، والابتسامات العريضة الخالية من الأسنان والعناق الحميم من طلبة المرحلة الابتدائية الذين أدرس لهم. لقد كنت أتخلى عن بعض الأشياء ولكنى كنت أشعر بأنى أغنى مما شعرت من قبل. وعندما تخليت عن الرغبة فى امتلاك الأشياء الكمالية، أصبحت حياتى أكثر وقاراً.

عندما وصلت إلى مرحلة البقاء فى المنزل وأنا أملك بعض المعرفة عن التوفير، وجدت أن الأمر أكثر بساطة مما حدث عندما كنت وحيدة؛ فقد كان هناك من يساعدنى أثناء تحملى وزوجى مسئولية رعاية ابننا.

رغم ذلك، فقد كنا مستعدين للتحدي.

لقد أرضعت ابني طوال ١١ شهراً، مقللة من تكلفة الأغذية البديلة عن لبن الأم، وكنا نغسل الحفاضات القماشية، وهو الأمر الذي كنت أرغب في فعله من أجل البيئة على أية حال. بدأت في المقارنة بين الأسعار، وكنت أشتري المنتجات المحلية أو أستخدم كوبونات التخفيضات، وأحاول الحصول على خصومات. وكان الحصول على عروض تخفيض الصيدليات الشهيرة بمثابة الحصول على منجم من الذهب - فقد حصلت على غالبية حاجيات المرحاض وبعض حاجيات المنزل مجاناً.

لقد تعلم زوجي كيفية إصلاح السيارات وإصلاح أشياء أخرى في المنزل، وما زلت أقود سيارتي الهوندا التي صُنعت منذ ١٦ عاماً، وتخلت عن هاتفي المحمول عن طيب خاطر، وبدأت أعمل في الكتابة الحرة ومجالسة الأطفال للحصول على دخل إضافي. كنا نأكل في الخارج في المناسبات الخاصة فقط وتوقفنا عن شراء الهدايا باهظة الثمن لبعضنا، واخترنا أن نهدى بعضنا بطاقات المعايدة الجميلة المكتوبة بخط اليد وأن نقضى وقتنا معاً كأسرة واحدة. الأمر الأهم، أني لم أتوقف قط عن أداء صلواتي.

عندما فتح ابني هديته في صبيحة يوم العيد بسعادة، لم نكن نحتاج أنا وزوجي إلى أية هدية تحت شجرة العيد لنشعر بالسعادة؛ فقد امتلأنا كل ما نرغب به في الحياة (وكذلك بعض الفوضى التي لم نكن نرغبها)، وكان من المريح أن نستمتع بالموسم دون الاندفاع لشراء الكماليات المادية. قلت لزوجي: "إن بقائى في المنزل مع "أندرو" هو هديتي. إن الأمر يبدو كما لو كان عيد مولدى أو ذكرى زواجى السنوية، ولقد اندمجت كل المناسبات في عيد هذا العام".

كنا نحيا مقتصدين لما يزيد على ٣ أعوام في الوقت الحالي. وقبل أن نأخذ خطوة الإيمان هذه، لم أكن أعلم كم النعم التي سيفدقها الله علينا، ولكن ما شهدته بعيني رأسى كان مذهلاً. الآن، مر علينا أقل من عامين منذ أن امتلأنا منزلاً خاصاً بنا وأصبحنا دون ديون، ونمتلك تأميناً شاملاً وندخر المال من أجل إدخال "أندرو" الجامعة، وتبرع لدور العبادة والأشخاص المعوزين والمركز الخيرية قدر إمكاننا.

لم تتغير طبيعة حياتي، وتحولت الثروة التي في روجى إلى نهر هادر. نسير أنا و"أندرو" إلى الجدول الذي يحيط بباحة منزلنا الخلفية، ويده الصغيرة في يدي، ويلقى في الجدول غصناً صغيراً ويشاهده وهو يبتعد، وحينها أدرك كم نمت هذه

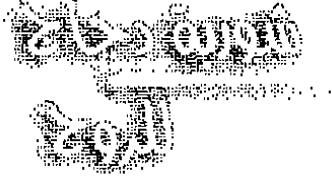
الكومة من اللحم والعظم منذ اليوم الأول الذى رأينا فيه الخطوة الأولى على الدرج.

مع التقلب الدائم للأحوال الاقتصادية، كانت هناك أيام لم أشعر فيها بالراحة، ولكنى أدركت بعد ذلك أن أملى وأمنى لا يقعان فى سوق الأوراق المالية أو فى عقد امتلاك المنزل أو فى حساب ادخارنا فى البنك أو أى شىء مادى آخر قد يذبل وينتهى. كم من أشخاص فقدوا من يحبون وكانوا على استعداد لأن يتخلوا عن كل ممتلكاتهم المادية من أجل أن يحتضنوا من يحبون مرة أخرى؟ إن إيمانى وسعادتى لا يعتمدان على ما نمتلكه من مال. بالنسبة لى وزوجى، إننا سعيدان بتسلق سلم الإيمان متزايد الطول باستمرار، وتذوق حلاوة الأوقات التى لا تقدر بثمن، التى نقضيها مع ابننا.

نعم، نحن لا نمتلك منزلاً باهظ الثمن ولا نقود سيارات صُنعت فى هذا العقد، ولا نرتدى أحدث خطوط الموضة أو نتناول العشاء خارج المنزل على الدوام، ولم نشتر لطفلنا الألعاب الغالية أو معدات الأطفال. ولكن هل تعلم؟ إنه لم يلاحظ ذلك، لأنه لا يعرف الشركات المصنعة للألعاب الغالية أو ما تعنيه عبارة "اصنع النماذج" - كل ما يريده هو قضاء الوقت معنا. وقد وفرنا له كل الوقت الممكن توفيره وغمرناه بالتعليم والحب. كنا نقرأ ونلعب ونغنى وكانت حياتنا تتحسن يوماً بعد يوم.

عندما تخلينا عن ممتلكاتنا المادية، أدركنا أننا أغنياء. إذا كنت تقترب من درج ما ولم تكن ترى سوى الدرجة الأولى فقط، فأنا أتحداك أن تأخذ نفساً عميقاً وأن تتحلى ببعض الإيمان وأن تقفز فوقها - وسوف تفاجأ عندما ترى أين ستهبط.

~ جانين إيه. لويس



## الوظائف الغريبة وحكاية "إي"

لا توجد وظائف حقيرة، بل توجد توجهات حقيرة.

~ وليام جيه. برينان

عندما جلست فى الصف الذى أدرس به اللغة الإنجليزية لطالبيين أجنبيين. انتقلت إلى جزء المحادثة من الحصة؛ حيث كنت على استعداد لأن أستكمل الموضوع الذى بدأناه فى الحصة السابقة عن "الوظائف الغريبة". فى البداية، سألت "إم" عن أدائه فى عمله الجديد كبائع للسيارات لدى متجر سيارات كبير بالمنطقة، فأخبرنى بأنه قد ترك العمل هناك ويبحث حاليًا عن عمل جديد. بعد ذلك تحولت إلى الطالب الآخر - رجل كبير السن من أفريقيا - وسألته عن عمله قائلة: "ماذا تعمل يا "إي"؟".

قال إنه يعمل فى طاقم النظافة فى مستشفى للأمراض العقلية، واستطرد قائلاً إنه فى بلده كان يمتلك شركة تجارية لبيع مكيفات الهواء وكان يعمل تحت إمرته العديد من الموظفين، من بينهم مهندسون وفنيون، قام بتدريبهم شخصيًا، حيث إنه خبير بمكيفات الهواء. ولكن، للأسف، نظرًا للظروف السياسية فى بلده، تأثر الاقتصاد بصورة كبيرة وأصبح من الصعب عليه أن يواصل إدارة تجارته، حتى إن كانت ناجحة طوال ثلاثين عامًا. لهذا تقاعد، وكرس نفسه، كما قال، للاستعداد لملاقاته خالقه. وكما جرت العادة فى بلده، كان سيعتمد على أولاده ليعيلوه فى شيخوخته.

ولكن، فى يوم من الأيام قرر التغيير وحضر إلى أمريكا، حيث كان يعيش بعض أفراد عائلته. عندما وصل إلى أمريكا، وجد أنه من الضرورى أن يعيل كل شخص

نفسه، لذا اضطر إلى أن يجد عملاً. وجدت زوجته عملاً كعاملة نظافة في إحدى دور السينما، وتوافرت له الفرصة لأن يعمل في المكان نفسه كمرشد للمقاعد. قال إن هذا العمل كان مذلًا جدًا بالنسبة له في بداية الأمر، حيث كان المشرفون عليه أصغر منه سنًا بكثير؛ فقد كانوا في سن أحفاده، وكانوا يعاملونه بوقاحة وقلة احترام شديدتين. ولكنه أخبر زوجته بأن هذا الأمر قد يكون جيدًا لروحه. كان الأمر مذلًا للغاية دون شك، فقد كان صاحب عمل لفترة طويلة من الزمن، وكان يدير من هم تحت إمرته، ولكن توافرت له الفرصة الآن لاختبار الشعور بأن تكون شخصًا في قاع المجتمع.

في النهاية، تمكن "إي" وزوجته من الحصول على وظيفتين في مستشفى الأمراض العقلية، وقال إنهما مهتمان لأنهما استطاعا أن يعملوا معًا. قال أيضًا إنه يحب عمله لأنه قادر على أن يظهر الحب والعطف لنزلاء المستشفى، حتى إن كان هذا عن طريق ابتسامته وكلماته العطوفة.

أثناء حديثه، شعرت بدفء في قلبي بسبب حكايته. لم أتخيل قط أن هذا الرجل المسن المحنى الظهر قد عاش مثل هذه الحياة وأنه قادر على أن يشجع كلاً من الطالب الآخر وأنا. قلت له إنني أعتقد أنه عندما يقابل خالقه، سيجده راضيًا عنه وعن عمله.

قد يعتقد كثير من الناس أن وظيفة هذا الرجل من أحقر الوظائف في مجتمعنا، وقد يتعجبون كيف يمكن لرجل متعلم يمتلك تجارة ناجحة أن يجد السلام والإشباع الداخلي في وظيفته الحالية. عندما حضر للمرة الأولى لهذا البلد، قيل له إنه بعد عام من الدراسة قد يحصل على وظيفة جيدة في مجال تخصصه، ولكنه اختار أن يسلك طريقًا مختلفًا وهو سعيد باختياره. لم يعد يحمل على عاتقه الحمل الثقيل لامتلاك تجارة، وباستطاعته الآن أن يستغل ساعات الفراغ في التعبد والتأمل بصمت أو قضاء الوقت مع أسرته.

لقد كنت مبهورة للغاية بإيمان "إي" ونظراته الإيجابية للحياة، وقد مست كلماته صميم قلبي، حيث إن مالك الشركة التجارية هذا قد واجه عدم الاستقرار الاقتصادي الحالي، وشعرت فجأة بالراحة تفمرني؛ فحتى إن كنا معرضين لفقد أعمالنا التجارية وأماننا المزعوم، فسيكون هناك دائمًا مكان خاص بنا يمكننا من أن نستمر في حب الله والناس رغم الظروف القاسية.



من كان يتخيل أن موضوع "الوظائف الغريبة" المصمم لأن يكون موضوعًا شينًا وممتعًا وهزليًا ليساعد على تحسين مهارات المحادثة باللغة الإنجليزية، قد يؤدي إلى رواية حكاية الخبرات القيمة لهذا الرجل وأن نفتح أعيننا وقلوبنا على منظور جديد للحياة؟

~ لارين باكيت



## مذكرة إلى نفسي

إذا لم تخلع مطلقاً حذاءها ذا الكعب العالى، فكيف ستمكن  
من معرفة كم يمكنها أن تقطع من مسافة سيراً على الأقدام...؟  
~ جيرماين جريير

كنت قد برت قلم رصاص وتهيأت لتدوين بعض النصائح التي كانت تقولها المذيعة لجعل مياميتنا "مقاومة للركود الاقتصادي". عندما بدأت فى الكتابة، وجدت أن غالبية النصائح هي أمور أقوم بها بالفعل، وكانت بقيتها عادات سيئة لم أعتدها لحسن الحظ؛ فلم أكن من هؤلاء الأشخاص الذين يجلسون فى المقاهى ليتباهوا بأنهم يشربون أكواب قهوة الموكا الكبيرة غالية الثمن؟

كنت قد تعلمت الدرس الصعب عن الاقتصاد خلال إعصار كاترينا الذى اجتاح شرقى ولاية نيو أورليانز مدمراً كل شىء فى طريقه. فى تلك اللحظة، انهار عالمى مع الحواجز المتهالكة، وكان الأمر على العكس من الركود الاقتصادي، حيث كان دوامة انهيار سريعة - كانت انهياراً مدوياً. ضرب إعصار كاترينا بقوة طوال الليل، حرفياً، وكان بالنسبة لبعض ضحاياه الحدث المكمل للانهيار الاقتصادي - الفصل الثانى من الرحلة المؤلمة نحو الشفاء.

قبل إعصار كاترينا، كانت النجاة من الإعصار علماً يجيده غالبية سكان نيو أورليانز، وقد كان فى الحقيقة أمراً بالغ البساطة؛ فقد كنا نترك المدينة ونختبئ، ونعود بعد يوم أو نحوه لاستكمال حياتنا كما ألفناها، ونقوم بتجفيف السجاجيد المبللة واستبدال القليل من الأمور الأساسية التى دُمرت ومواصلة العمل. إنه أمر يختص به سكان نيو أورليانز، حيث قمنا به مرات لا تُحصى من قبل، وهذه المرة لا تختلف كثيراً عن سابقتها.

لقد حصلت على ما أحتاج إليه ٢٦٧

أحياناً كنا نأخذ عطلات قصيرة من كل هذا، وكنا نذهب إلى كوخ مريح بعيداً عن مسار الدمار ونسخر من أن الإعصار أعطانا فرصة لأخذ بضعة أيام إجازة من العمل. هذه المرة، أقمنا في فندق هيوستن وظللنا نحتسى الشراب ونسترخي كما لو كنا سياحاً. عندما شاهدنا التغطية الإخبارية في التلفاز أدركنا أن الأمر أكثر خطورة مما تصورنا. بدلاً من أن يعطينا المذيع إشارة العودة المعتادة إلى منازلنا، شاهدنا تقريراً مذهلاً من مراسل مذعور عن أن المياه قد غمرت بعض المناطق ووصلت إلى ارتفاع ١٢ قدماً، ولن يمكننا الدخول إلى نيو أورليانز للأشهر القليلة القادمة. لن يمكننا الذهاب للمنزل؟ لن يمكننا العودة لأعمالنا؟ حسناً، إلى أين سنذهب؟

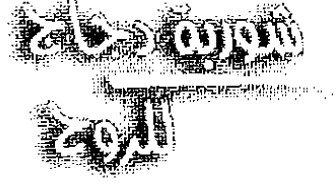
في اليوم السابق للعاصفة، تسلفت سريعاً إلى المنزل وحزمت الأمتعة قبل البدء في الإخلاء. كنت قد ذهبت إلى محل الغسيل الجاف في هذا اليوم، وكنت أمتلك لحسن الحظ الكثير من الملابس في سيارتي عندما أدركت أن خياراتي أصبحت محدودة: إما الصعود إلى التلال أو الوقوع في المصيدة كالفأر.

ومثل الكثير من الناس، كنت أعانى بعض العادات المدمرة للميزانية، وأهمها الرغبة التي لا يمكن مقاومتها لشراء الأحذية، والتي زادت حدتها لدى قبل إعصار كاترينا. ومثل الكثير من صديقاتي، كنت أمتلك عددًا لا يُحصى من الأحذية. وعندما أدركت أنني لن أعود قريباً إلى المنزل، وأن زوج الأحذية الوحيد الذي أملكه هو الزوج الذي ارتديه، دارت بي الدنيا. في نيو أورليانز، تربييت معتادة الحصول على الإطراءات عن مدى توافق أحذيتي مع ما ارتدى - أعنى أنني كنت أهتم جداً بالأحذية، وفي بعض التجمعات، تم تنصيبى ملكة الأحذية. بالنسبة لى، كان امتلاك زوج واحد من الأحذية يمثل بالنسبة لى مزحة قاسية - سخرية من القدر لم أستطع التعامل معها.

هرعت إلى أحد متاجر الدولار الواحد لأبتاع بعض الضروريات، وعقلى يدور. حتى هذه اللحظة لم أستطع استيعاب مقدار الأشياء التي سأحتاج إلى شرائها وأنا أحيا متنقلة - كل ما عملته هو أنني بحاجة إلى شراء زوج جديد من الأحذية. استطلعت متجرًا صغيراً قريباً ودلفت إليه وأخذت زوجاً من الأحذية من فوق الرف. كان هذا الزوج، زوج من الأحذية المأخوذ سريعاً - الأحذية التي يتم شراؤها بمجرد دخول المتجر - وكان زوج أحذية لم أكن لألقى نظرة أخرى عليه، ناهيك عن ارتدائه في قدمي في الأيام السابقة لإعصار كاترينا. في نيو أورليانز، كنت أتصفح شبكة الإنترنت ساعات طويلة بحثاً عن أكثر الأحذية طويلة الرقبة نعومة وأناقة. كنت أرتاد المتاجر الراقية والأكثر شهرة، وكنت أتجول في المتجر مستمتعة بالتقاط

أحدث خطوط موضة الأحذية لإضافتها إلى مخزوني المتنامي منها. لقد أحببت اهتمام البائعين بي عندما كانوا يحضرون صندوقاً بعد آخر يحوى أفضل ما بالمتجر من أحذية لأجربها. بالنسبة لي كان شراء الأحذية هوساً لا يمكنني التخلص منه. لم يكن يهمنى التفاوض بشأن السعر، فكل ما كنت أهتم به هو أن أبدو أنيقة. لقد كان زوج الأحذية الذي أحمله بين يدي معقولاً وعفويًا – شراء زوج غريب من الأحذية من متجر غريب. وضعت زوج الأحذية في قدمي بلهفة، وفي تلك اللحظة انتابني حزن مفاجئ؛ حيث أدركت أن أولوياتي قد تغيرت، وتغير كم المال الذي أنفقته حتى ألقى القبول من الآخرين. فكرت في كم المقتنيات التي كدستها على مدى سنوات، حجرة بعد أخرى مقدسة بالكماليات – أشياء لم أكن أحتاج إليها ولا أتذكر حتى أنى اشتريتها... مرآب مقدس بالأشياء الجميلة التي أصبحت طافية الآن في مياه النهر الفائضة. قبل إعصار كاترينا، كنت أقسم مجموعة الأحذية التي أمتلكها مقررًا أيها سوف أهبه للجمعيات الخيرية. كنت أصنفها وأتخلى فقط عن الأحذية المهترئة – وأحتفظ بالأحذية الإيطالية الخفيفة الأنيقة – التي احتفظت بها لفترة طويلة. لم أكن أفكر كثيرًا فيمن سيحصل على الأحذية التي أتخلى عنها، كل ما كنت أفكر فيه هو أن أتخلص منها حتى أفسح مجالاً لأحذية جديدة أغلى ثمنًا وأكثر أناقة، وكنت ألوم نفسي على كوني "كريمة" للغاية مع الأشخاص الأقل حظًا. كان هذا منذ أربع سنوات، أما الآن فيحتل "زوج أحذية العاصفة" مكانًا خاصًا في منزلي الجديد، حيث وضعته داخل إطار على المنضدة بجانب الفراش. زوج الأحذية هذا هو أول ما أراه عندما أستيقظ في الصباح، وهو يمثل تذكيرًا للمكان الذي خطت عليه قدمي. لقد حملني هذا الحذاء خلال وقت عصيب وحافظ على تماسكي ومنحني، بشكل ما، مساحة كافية من الحرية لأدرك خطواتي التالية. الأمر الأهم، هو أنه ذكّرني بأنى لست بحاجة إلى المقتنيات المادية حتى أؤكد وجودي في العالم. فى هذا اليوم المشئوم، كتبت لنفسى مذكرة لا يمكن محوها: أيتها الفتاة، كوني شاكرة لما تمتلكين – لأن كل هذا يمكن أن يذهب فى لحظة. اعتزى بكل شيء وكل شخص فى حياتك. شاركى كل ما تمتلكين مع الآخرين. لقد حفظت هذه النصيحة البسيطة فى قلبى، وبناءً عليها سأكتب تحذيرًا آخر إضافيًا: لا تنتظري إعصارًا آخر أو أزمة اقتصادية أخرى لتذكرك بهذا الأمر. والآن، أصبحت أمتلك مذكرة تستحق العمل بناءً عليها.

~ إلين كيه. جرين



## غزو الحى الفقير

مهما فعل قومك ، فهم ميراث لن تستطيع يوماً التنازل عنه .

~ حكمة قديمة

عندما كنت طفلاً ، كان تقبل التجاهل من الأصدقاء والأقارب ذوى النية الحسنة أمراً دائماً في عائلتي المكونة من سبعة أفراد . كانت الأرائك المستعملة تتغير باستمرار ، وليس من المستغرب أن امتلاك أريكة جديدة كان يتزامن مع رحيل إحدى عمات أبوى الرائعات المسنات . فى الحقيقة ، كانت العمات يتجاهلننا تماماً إذا دار الحديث حول أن أريكتنا قد عفا عليها الزمن ، وأعتقد أن هؤلاء السيدات المسنات كن قد ضربن عهداً سرياً فيما بينهن بأن يظللن متجاهلات ، وكان هذا هو السر وراء عمرهن المديد . عندما كنت صغيراً كنت أوّمن بشدة بوجود الشخصيات الخيالية ، وأن الحصول على أريكة القريبة المتوفاة جزء من طقوس الجنازة .

إننى أتذكر صيف ١٩٦٤ كما لو كان الآن ، حيث انتقلت العمه "أليس" إلى الرفيق الأعلى عن عمر يناهز السابعة والثمانين ، وبشكل ما عرفت أريكتنا المحدبة هائلة الحجم بهذا الأمر . كانت الأريكة البديلة تنتظرنا لنأخذها ، وأطلقنا عليها "الملكة المخملية الحمراء" ، بسبب القدمين البديلتين من الطوب اللتين كانتا تدعمانها من الخلف ، وكانت فى موضعها على الأرض طبقاً للجدول الزمنى الذى وضعناه لها .

بعد بضعة أيام ، عندما تجمعنا لنلقى نظرة الوداع الأخيرة على العمه "أليس" ، وخيم صمت ثقيل على الجميع ، حتى خرقت الصمت الثقيل بصوتى الحاد المسموع الذى يبعث على الضيق ، قائلاً لأمى : "أمى ، هل سيذهب أبى إلى منزل العمه أليس الآن ليأخذ الأريكة أم سيكون علينا الانتظار حتى تنتهى مراسم الدفن؟" .

انقضت أمى على مادة ذراعها عبر أربعة من أقربائى الأكبر سنًا ووضعت يدها على شفتى، ورفعتى بيدها الأخرى فوق أقربائى الأربعة ووضعتى بجانبها. مر الوقت: ثلاثة أعشار من النانو ثانية. عندما كنا فى الطائرة لم ينبس والدى ببنت شفة، وتساءلت عن سبب حدوث كل هذا، رغم ذلك لم ينطق أبى بكلمة واحدة. كنت أعلم أن هناك أمرًا ما يحدث، لأنه ما إن ارتفعت بنا الطائرة حتى سمعت قهقهات مكتومة تأتي إلى من بين الزحام.

شخصيًا، لم أجد أى شىء يدعو إلى الضحك فى هذا الموقف، ناهيك عن عدم وجود أى سبب يدعو أمى لأن تغلق فمى وأن تنتزعى من مقعدى، ولم أجد أى مكان أجلس فيه لأشاهد مسلسل "عائلة فلينتستون" الذى يلقى إعجاب الجميع سواى. بعد أن انتهت مراسم الجنازة (بما فيها الدفن)، ذهب أبى ليأخذ أريكة العمه "ألين"، وكانت مهمة أمى أن تتخلص من الأريكة المحطمة فى حجرة معيشتنا. وبسبب حالتها الرثة، كان هدف أمى أن تهبها إلى مركز للتبرعات الخيرية يقع فى نهاية شارعنا. بصراحة، لن تستطيع جميع أعمال الخير أن تصلح من حالة كومة الخردة هذه، ولكن خيار المتبرع المجهول سمح لها بأن تتركها حيث يتم أخذ القمامة. وإذا قامت بهذا، فقد تضع لافتة من النيون فوقها بها سهم يومض مشيرًا إلى باب منزلنا الأمامى.

المشكلة: أربع بنات وابن واحد - جميعهم تحت سن السادسة عشرة يشكلون فريق نقل أثاث مأسوفًا عليه لا يشق له غبار، خاصة عندما يسعى إلى الحصول على عمل غير رسمى.

الحل: مع عدم وجود الكثير من الخيارات أمامنا والقلق الذى ينتابنا، تشجعت أمى للاستعانة بخدمات أخى "بوى" وثلاثة من أصدقائه المراهقين. ولكنها ندمت على قرارها على الفور.

بالنسبة لأخى "بوى" وفرقتة العابثة، كان حمل أريكة ثقيلة الوزن ورثة ومحطمة وقبيحة (منذ صُنعت) لمسافة شارع واحد لا يعنى سوى أمر واحد - حفلة. وحفاظًا على صورة الأولاد المراهقين، اقترحت أمى أن ينتظروا حتى يخيم الظلام، ولكنهم غرقوا فى الضحك، ولكنها أصرت، فحملوا أمى وأبعدوها عن طريقهم.

ما زلت أتذكر صورة هؤلاء الأولاد وهم يسيرون فى الشارع فى صف واحد حاملين هذه الأريكة الضخمة القديمة فوق رؤوسهم، يغنون أغانى تافهة اختلقوها خلال المحنة التى يمرون بها. وعندما وصلوا أخيرًا إلى نهاية الشارع، التفت "بوى"

إلى أمى وصاح: "انظري يا أمى إنه موكب عسكري، وقد غزونا الحى الفقير" - ولم تستطع حتى الذراع الطويلة للأم الخارقة "مارى تايت" الوصول إلى نهاية الشارع لتغلق فمه.

تردد صدى كلماته فى الشارع، مما تسبب فى أن جميع من يسكن فيه قام بفتح الستائر. عندما وصلت كلماته إلى مسامع أمى، لم تستطع منع نفسها من الضحك بصوت عالٍ، حيث إن أملنا فى الوصول إلى المنزل متخفين قد ذهب أدراج الرياح. اليوم، تقف فى حجرة معيشتى أريكة على الطراز الجريجورى مصنوعة من خشب الماهوجنى بكل روعتها ووقارها. أهدتها أمى إلى، ولكنها كانت تعود فى الأساس إلى جدتى التى كانت آخر من ماتوا من مجموعة السيدات المبهجات، اللاتى كنت أعرفهن على أنهن العمات الكبريات. لم تكن هذه الأريكة من أحدث خطوط الموضة، ولكنها كانت هدية قيمة من عصر كان فيه صنع الأريكة يأخذ بضعة أشهر من عمر المرء.

قالت أمى عندما ورثت هذه الأريكة: "إنهم لم يعودوا يصنعونها بهذا الشكل هذه الأيام"، وكانت بالية وباهتة الألوان. قررت أمى أن تجدها، ولكنها فى الوقت ذاته حصلت على قدر من المال مكنها من الحصول على أريكة جديدة. إنها أريكة جميلة، وأنا سعيدة بالنعمة الكلاسيكية التى وهبتها لغرفة معيشتى، ولكن فى الحقيقة أنا أملك شيئاً أفضل بكثير - كنز "غزو الحى الفقير" وثروة الذكريات الأسرية الدافئة المتأججة بداخلى. عادة ما كان منزلنا يفتقد الممتلكات المادية، أما الذكريات فقد صنعنا منها الكثير.

~ آن مارى بى. تايت



التركيبة  
التاريخية

## غداء مع صديقة من الفيسبوك

بعد الإنترنت أهم تطور حدث في تاريخ التواصل البشرى منذ ابتكار انتظار المكالمات.

~ ديف بارى

لقد كان نهاراً عادياً في أحد أيام الثلاثاء. لم يرن المنبه ولم يستيقظ أحد في موعده. نفذ اللبن منا وفارت ماكينة صنع القهوة وبلبل زوجي آخر زوج من جواربه النظيفة في المياه التي تسربت على الأرض. نفذ الحبر من الطابعة أثناء إعداد ابني مشروعاً في مادة التاريخ كان من المفترض أن ينهيه في الليلة السابقة، وتركت القطة كرة من الشعر أسفل مائدة الطعام. في الحقيقة، لم يبشر اليوم بالخير.

غادر زوجي المنزل دون أن يقبلني مودعاً، وعندما اصطحبت "لويس" إلى المدرسة أخذ جهاز ال iPod الخاص به، ولكنه نسي أخذ غدائه ومشروع مادة التاريخ. فتحت لفة من ورق الحمام ونظفت فيء القط (نفدت المناشف الورقية حيث استخدمتها عن آخرها في تجفيف الكارثة التي أحدثتها ماكينة القهوة)، ثم أخذت غداء "لويس" ومشروعه وتوجهت إلى السيارة وأنا مرتدية الخفين. فكرت في نفسي: "يا لها من حياة غبية!".

تركت ابنتي خزان الوقود فارغاً وتناثرت على المقعد الأمامي الأطباق الطائفة وتذاكر ركن السيارة والأكواب الورقية. انحدرت بالسيارة من أعلى التل وصولاً إلى المدرسة ودخلت إلى أقرب محطة وقود، حيث قال لي العامل إن ملصق الفحص انتهت صلاحيته.

عندما عدت إلى المنزل أخذت الكلب في نزهة، وأطعمت القطة اللعينة وأدرت غسالة الأطباق وألقيت فيها حملاً من الغسيل وأخذت حمام مياه فاترة لأنى لم أجد مياهًا ساخنة. بحثت في الدولاب عن أى شيء ارتديه فجدت قميصاً أبيض، ثم

لقد حصلت على ما أحتاج إليه ٢٧٣



خلعته لأنه جعلنى أبدو سمينة، ثم حاولت أن أرتدى قميصًا آخر أزرق اللون. بعد تجربة أربعة قمصان، استقر رأبى على قميص أسود ذى ياقة مرتفعة، فارتديته مع بنطلونى الأسود المفضل وبحثت فى المنزل عن بكرة من الشريط الإسكتلندى أو فرشاة ملابس.

فى العادة، لم أكن أهتم بما أرتدى، ولكنى اليوم فى طريقى لملاقاء صديقة على الغداء.

فى الواقع، هى ليست صديقة حقيقية، بل صديقة عبر الفيسبوك – شخص ما ظهر فجأة على حاسوبى المحمول بعد مرور حوالى ٢٠ عامًا على دراستنا معًا فى الجامعة بولاية نيويورك. لقد اشتركت فى موقع الفيسبوك منذ بضعة أشهر، رغم أنى أعتقد أنه يجب أن يظل عالم الشباب (أقتبس عن ابنتى: "أمى، كبار السن يخربون الفيسبوك). الأطفال لديهم الوقت والإمام التكنولوجيا ليشاركوا فى المسابقات عبر الإنترنت وينشروا صور حفلاتهم ويخبروا العالم بحالتهم أولاً بأول – "لقد تناولت للتو قليلاً من الثلجات" ولكن هناك أمورًا أخرى تشغلنى – مثل البحث عن مفاتيح سيارتى ومحاولة نزع شعر القط عن بنطالى الأسود.

أثناء قيادتى السيارة إلى المطعم، نظرت إلى نفسى فى مرآة السيارة. لا تفعل هذا الأمر أبدًا – خاصة إن كنت فى طريقك لملاقاء صديقة للمرة الأولى منذ عشرين عامًا؛ فلا شىء سيحطم تقديرك لنفسك أكثر من النظر فى مرآة السيارة للثلث العلوى من رأسك فى ضوء الشمس المباشر. أثناء دخولى إلى المطعم، كنت أمل أن تبدو صديقتى القديمة أسوأ منى، ولكنها لم تكن كذلك. رأيتها جالسة فى أحد أركان المطعم، وكانت تبدو رائعة؛ فقد كان شعرها مصفّفًا وملابسها متناسقة. فى الحقيقة، أصبحت تبدو أفضل مما كانت أيام الجامعة، ولذلك شفطت بطنى أثناء سيرى عبر حجرة الطعام.

قلت معذرة: "أسفة على التأخير، لقد كان نهارًا فظيعةً". جلست فى المقعد، شاكرة الله أن بنطالى الملىء بشعر القط والعشرين رطلًا التى اكتسبتها منذ عام ١٩٨٢ كانا مخفيين أسفل المنضدة.

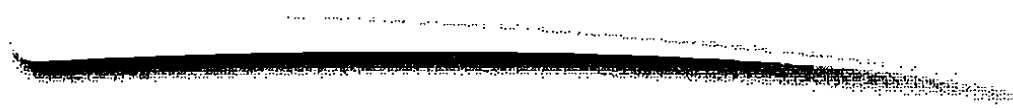
قالت كاذبة: "تبدين رائعة".

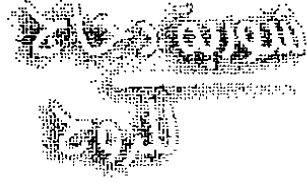
قلت: "كلا، بل أنت التى تبدين كذلك ... بالفعل".

رغبت فى أن أطلب لحم الديك الرومى لأنى كنت أعشق الطعام البسيط، ولكن صديقتى طلبت طبقاً من السلطة فقلت: "اجعلهما اثنين"، وبدأنا فى الحديث عما حدث لكل منا خلال العقدين الماضيين.

سألت: "ماذا عنك؟"، فقلت عندى ثلاثة أطفال – وهم متفوقون فى دراستهم، وزوج ما زال يمكنه أن يجعلنى أضحك، والإجازات المتباعدة ومنزلى فى الحى الذى أحببت أن أحيا به وبعض العمل الحر الشيق. ولم أرغب فى التفاخر بكل هذا فأخبرتها عن قىء القط وماكينه القهوة وكيف أن وقود السيارة أوشك على النفاد. ثم أعقبت – قد يكون نهاراً سيئاً ولكنها لا تزال حياة رائعة.

~ كارول باند





## أمها الحقيقية

إن العلاقة البيولوجية ليست هي كل ما يجعل الأنثى أمًا.

~ أوبرا وينفري

تلقينا مكالمة في بداية شهر يوليو، فقد أخبرتنا الوكالة بأنه سيكون علينا الانتظار ما بين ستة أشهر وعام كامل قبل أن يتسنى وجود طفل للكفالة، لذا قدنا السيارة من مدينة نيويورك عائدين إلى كنساس لزيارة العائلة وإخبارهم بأنهم قد يحصلون على حفيد في رأس السنة الجديدة، ولكن واتانا الحظ بعد خمسة أشهر فقط، فطرنا بالسيارة متجهين إلى المدينة ونحن نقرأ في كتاب الطبيب "سبوك" عن الأطفال بالتبادل.

كانت ابنتنا بالكفالة تبلغ من العمر شهرين عندما أخذناها للمنزل. في الصباح التالي - يوم أحد - استيقظت الساعة السادسة والنصف صباحًا لتهدئة الضوضاء العارمة الصادرة من الغرفة المجاورة، فاكتشفت أنني لن أنعم بنوم هانئ لفترة طويلة جدًا.

لقد أطلقنا عليها اسم "جينيف" ، تيمناً بأمي. كان شعرها أشقر وعيناها زرقاوين، وأنا نصف لاتينية، عيناى وشعرى أسودان، لذا كان من يرانا يعلق قائلاً: "إنها تشبه والدها كثيراً". قالت لنا الموظفة المسؤولة إننا إن أردنا أية معلومات عن أبويها بالولادة فسوف نخبرنا بها، ولكن فى حالتنا الذاهلة كأبوين حديثى العهد بالأبوة لم نستطع التفكير فى أية أسئلة. إنها ابنتنا، ما الذى سنسأل عنه؟ استغرقت أوراق أثبات النسب ستة أشهر، وكانت فى آخر الأمر نهائية. "جينيف مارى بيترز"، ابنتنا الصغيرة.

كانت ابنتنا سريعة التعلم، ومتفوقة دراسياً، وماهرة فى كل الألعاب الرياضية: ألعاب القوى والرقص والتزلج على الجليد. كانت ابنتنا مثالية حتى عمر الخامسة

عشرة، عندما اختفت وحلت محلها فتاة وقحة (كما أطلقت عليها أمي) كثيرة الكلام وذات شعر كثيف، وكانت تعرف أسماء أعضاء فرق موسيقى الروك واحدًا واحدًا، ولكنها لم تتذكر قط أن تقوم بواجباتها المدرسية. كانت شخصيتها تتبدل من وقت لآخر ما بين العبوس وكثرة الكلام، وكانت تصرخ بهيستيريا عندما لا تقوم بالأمور كما ترغب بها، وعادة ما كانت تهرع إلى حجرتها وهي تقول أكثر اتهام قد يخشاه الأبوان بالكفالة:

"أنت لست أمي الحقيقية".

لحسن الحظ مرت سنوات المراهقة بكل الدراما التي كانت تحدث بها، وعندما بلغت الحادية والعشرين، رُزقت ابنتي بابنة، وكنت أبتسم في كل مرة ألتقي منها اتصالاً هاتفياً تقول فيها: "أمي، هل يمكن أن ترعى ابنتي "شايين" لساعتين؟ لقد أصابتنى بالجنون. لا تقولي لي إنني كنت بهذا السوء". فكرت في نفسي: لا، ليس في سن الثانية، انتظري فقط اثني عشر عامًا.

في يوم من الأيام، اتصلت بي "جين" طارحة السؤال الذي طالما انتظرتة: "أمي، هل ستستأين إذا بحثت عن أمي بالولادة؟".

قلت لها إنني لن أستاذ، وإنني سأجلب لها جميع المعلومات التي لدي، ولكني كنت قلقة. ماذا لو رفضتها أمها بالولادة؟ بعيداً عن مظهرها الخارجي القاسي، كانت ابنتي هشة من الداخل، ولم أتحمّل فكرة أن تتعرض ابنتي للأذى. الأمر الأكثر إثارة للقلق: ماذا لو كانت أمها بالولادة غنية ومشهورة وغمرت "جين" بالهدايا؟ ولكني أخرجت أوراق إثبات النسب والثوب الصغير الذي ارتدته في ذلك اليوم، وكان لونه أزرق فاتحاً مع كلمة "بنت جميلة" مطرزة على الجيب الصغير، وأعطيت كل شيء لها على أمل أن تأتي المقابلة بنتائج جيدة.

سجلت والدة "جينيف" البيولوجية اسمها منذ عدة سنوات في شركة تقوم بإجراء الاتفاقات بين الآباء بالكفالة والآباء بالولادة. بعد بضعة أيام، اتصلت بي ابنتي مرة أخرى، وكان صوتها مرتعشاً، فقد تحدثت هاتفياً مع أمها البيولوجية (والتي سادعوها منذ الآن جوان)، ولم يكن لديها أبناء، وكانت "جوان"، التي تعيش في ولاية نيويورك، متشوقة للقاء ابنتها.

قامت "جين" بالرحلة، ولم يكن هناك أساس من الصحة لمخاوفي، كما يبدو. لم تُرزق "جوان" بأبناء آخرين، مما يعني أنها كانت متشوقة لإيجاد ابنتها وحفيدتها. خلال الأشهر القليلة التالية، كان هناك المزيد من الاتصالات والزيارات. كانت

"جوان" تعيش فى الريف، وكانت تمتلك خيولاً وكلاباً (جين تحب الحيوانات)، فى حين كنت أنا فى الوقت الحالى مطلقة وأعمل فى وظيفة تتطلب منى الكثير من السفر، وأمتلك شقة ضيقة. لقد ذكرت نفسى بأن ابنتى أصبحت بالغة الآن، وبمقدورها أن تقوم باختياراتها بنفسها، أليس من الرائع أن تتعرف بأمها البيولوجية؟ ولكنى شعرت بأن تماسكى بهرب منى، وعندما توليت مشروعاً فى أوروبا سيستمر ستة أشهر، تمزقت من الداخل. لقد كدت أرفض المشروع، وكنت أفكر أن الأم الحقيقية يجب ألا تبتعد عن ابنتها آلاف الأميال فى هذا الوقت، ولكنى ذهبت فى نهاية الأمر، كارهة الحاجة المادية للموقف، ولكنى كنت أعلم أنه لا خيار آخر أمامى.

انتهى المشروع فى منتصف شهر ديسمبر، وكنت قد خططت لأقضى عيد رأس السنة مع أسرتى فى كولورادو. وكانت المرة الأولى التى تمكنت فيها أنا وأخى وأخواتنا الثلاث الأخريات من تسبيق إجازاتنا فى الوقت نفسه، حتى أمنا التى كانت تكره السفر بالطائرة، قامت بحجز تذكرة للحضور. لذا عندما اتصلت بى "جينيف"، اعتقدت أنها ستبلغنى بأنها قامت بحجز تذكرة على الطائرة هى الأخرى، ولكن كان لديها رجاء آخر.

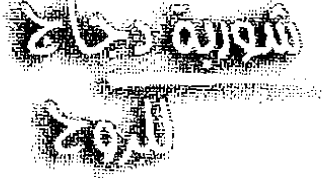
قالت: "أمى، أريدك أن تأتى معى إلى نيويورك إلى منزل جوان".

صرخت: "جين، أنت تعلمين أن هذا الأمر سيكون غير ملائم وخاصة فى عيد رأس السنة"؛ فقد كان آخر شىء أرغب فى فعله هو قضاء إجازتى فى منزل امرأة غريبة - هذه المرأة الغربية بالذات. ولكن "جين" أصرت.

وقالت: "أمى، يجب أن تأتى معى، لأن "جوان" تحاول أن تكون أمى وأنا أريدها أن ترى أن لدى أمًا بالفعل".

فى هذه اللحظة، انزاح هم ثقيل من فوق صدرى. إنها ابنتى، ولسوف تكون كذلك دائماً، وكنت أعرف أنى سأغير حجوزات الطيران الخاصة بى وسأخبر أقاربى بأنى لن أستطيع القدوم إلى كولورادو هذا العام - أردات "جين" أن تقضى رأس السنة معى. أنا ... أمها الحقيقية.

~ سوزان بيترز



## ثلاثة أشهر من العمل

لعلاج القلق، يعد العمل أفضل من أى شىء آخر.  
~ توماس إيه. إديسون

في سويسرا فقط، يمكن أن تُعَيَّن بلغة وتفصل بلغة أخرى.  
كان يجب أن أعرف.

عندما أغلق مديري الجديد، الألماني الجنسية، باب مكتبه بعدما دلفت إليه، وأشار إلىّ بأن أجلس على الأريكة، وجذب كرسيه قريباً منى أكثر مما يسمح أى أمريكى، لم أكن أفهم لفته الألمانية أو حتى أستمع إليها - كنت أعلم ما سيحدث؛ فبعد ثلاث سنوات قضيتها فى العمل فى كتابة الإعلانات الإنجليزية فى شركة إعلانات بزيورخ، كنت سأصبح الضحية التالية فى صف طويل من ضحايا الأزمة الاقتصادية العالمية.

كنت سأفقد عملى، وكانت الكلمة الوحيدة التى أعرفها بالألمانية هى شكراً. ضحك مديري قائلاً: "شكراً؟"، بعد أن أخبرنى بأن المشكلات المالية ومشكلات اللغة قد أسهمت بشكل كبير فى قرار الشركة بالاستغناء عن خدماتى، ولكنى لم أكن واثقة بأن مشكلات اللغة تشمل عدم تحدثى الألمانية أو عدم تحدثه الإنجليزية، ولكن فى كلتا الحالتين، منذ أن بدأ فى العمل معنا وتحول التواصل بيننا إلى سلسلة من الكوابيس اللغوية، التى بدت محتملة فقط بفضل أسلوب الابتسام والإيماء الذى اتبعته.

عندما عيننى مديري السابق، لم يكن يهمه ما إذا كنت قد عملت من قبل فى مشروعات أخرى بلغة غير اللغة الإنجليزية، ما دام يفهم ويترجم أفكارى، ومن ثم العناوين التى أكتبها فيما بعد عند الضرورة، ولكن مديري الجديد لم يحاول حتى

لقد حصلت على ما أحتاج إليه ٢٧٩

إخفاء حقيقة أنه لا يحب كونى تجرأت حتى على التفكير بالإنجليزية، ناهيك عن أنى حاولت أن أشرح له الأمور بها.

فى محاولة منى لاسترضاء مديرى الجديد، وبالدروس التى تلقيتها فى اللغة الألمانية التى لا تتعدى عامين، توقفت تمامًا عن تحدث الإنجليزية وحاولت التواصل بالعبارات والإيماءات الألمانية، وأحياناً كنت أتحدث جملاً كاملة بالألمانية مع التأكد من تحوير الكلمات التى لا أعرفها إلى مهممات غير مفهومة.

على مدى الأشهر القليلة الماضية منذ وصول مديرى الجديد، قضيت وقتاً طويلاً مع أحد زملائى السويسريين الذى كان بارعاً فى اللغويات، والذى ساعدنى على ترجمة كل عنوان وفكرة أنقلهما بدقة إلى لغة ألمانية مفهومة قبل تقديمها إلى مديرى. ولكن المشكلة كانت فى أنه رغم أنها مترجمة بشكل صحيح، فإنه لم يفهم بعض الدعايات والعبارات الساخرة.

وبينما كان مديرى يلقى خطابه عن تسريح العمال، حيرتنى لغته الألمانية فى أمرين – ما فهمته وما لم أفهمه؛ فقد سمعته يقول إننى قمت بكل مهامى على خير ما يرام – ولكن بلغة أخرى، وسمعته يقول إنه سيساعدنى على أن أجد وظيفة أخرى – مع أناس يفهمون الإنجليزية أفضل منه، وقال إنه سيكتب لى *Zeugnis* – مهما كانت ما تعنيه هذه الكلمة. ثم قام باحتضانى – ولأنى قد شاهدت عددًا كبيراً من حلقات برنامج *Apprentice* اعتقدت أنه لن يقوم بطردى.

كان الجزء التالى أكثر غرابة – كان على أن أعود مرة أخرى إلى مكتبى. بدءاً من خطاب التخلّى عن خدماتى الرسمى، والذى كان على أن أوقعه لأكون قد طردت من عملى بصفة رسمية (لا توجد فى سويسرا خطابات فصل، بل الكثير من الأوراق لتوقيعها)، قرأت الفقرات المكتوبة بالألمانية الواقعة أمامى. كُتب فى الخطاب، أن الحادى والثلاثين من مايو، يومى الأخير فى الشركة. حدقت فى الجليد الواقع خارج النافذة، فالיום هو السادس والعشرون من فبراير، ولست متأكدة مما سأفعله من الآن فلاحقاً، ناهيك عن كيف سيمكننى أن أجد الدافع لأن أخلق أفكاراً جديدة. لحسن الحظ كان زميلى فى المكتب قد خرج لتناول الغداء. لذا فأمامى على الأقل ساعة لأعرف ما على فعله.

ثلاثة أشهر من العمل... ثلاثة أشهر من البطالة... ثلاثة أشهر للتظاهر بأن كل شىء ما زال على طبيعته.

وقد حاولت أن أستمر في العمل كما لو أن شيئاً لم يكن رغم أنى قد طردت رسمياً من العمل، رغم أنها كانت تجربة جديدة علىّ. في الولايات المتحدة الأمريكية، يتم طرد الناس بمجرد نطق كلمة الفصل من العمل، ويطلب الزملاء المكلمون والكتاب والمخرجون الفنيون من بقيتنا الذين ظلوا في وظائفهم أن يحفظوا ملفاتهم وأن يطبعوا عملهم قبل أن تؤخذ منهم أجهزة الحاسب والسنوات التي قضوها في العمل. أحياناً ما يتسلل هؤلاء الزملاء خفية في الليل ليقوموا بطباعة سيرتهم الذاتية أو ملفات تساعدهم على العثور على وظيفتهم التالية. وها أنا ذا، عدت إلى مكتبي، وتحت يدي إمكانية كاملة للوصول إلى طابعة ملونة وبريد الشركة الإلكتروني، محاولة أن أستوضح كيف سيمكنني في وقت كهذا أن أكتب عنواناً جديداً للإعلانات.

قد تكون كلمة الشكر التي قلتها على لا شيء أفضل شيء يقال في نهاية الأمر. إننى ممتنة، ليس لأنى فقدت عملي، ولكن لأنى أمتلك ما يزيد على الثلاثة أشهر لأجمع عملي وأطبع ملفات إنجازاتي والبحث عن عمل - أثناء استمرارى في العمل. رغم كل شيء، ليس من طبيعة الأمريكي أن يعتقدوا أن فصلهم من العمل يعنى أى شيء عدا صوت "دونالد ترامب" الجمهورى وهو يطردك من العمل، وأنت تشعر بالخزي والمهانة، فى الحال.

فى سويسرا، سأكون بحاجة إلى هذه الأشهر الثلاثة، لأنى قبل أن أتوجه إلى مكتب التوظيف السويسرى مع خطاب فصلى الرسمى وهو يحمل توقيعى، سوف أتعلم اللغة الألمانية جيداً، وبالذات عبارتى "فصل من العمل" و"باحث عن عمل". ولكن لحسن الحظ تعلمت الكلمة الوحيدة التى ستخرجنى من هذا الأمر برمته - الشجاعة.

~ شانتال بانوتزو







عقلك

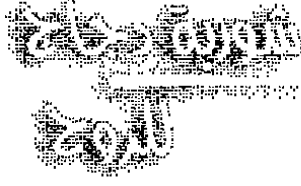
تعملك

الامتنان لحضرة السيد

أقبل على الحياة بسعادة، لأنها تمنحك الفرصة للتفكير والعمل  
واللعب والتطلع إلى النجوم.

~ هنري فان دايك

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***



## نعمة في قلب العاصفة

إننى لست ما كنت عليه، بل ما سأكون عليه.

~ لورين باكال

لأسابيع عدة، شعرت بالفزع من أيام الجمعة فى جريدة شيكاغو تريبيون؛ فيوم الجمعة هو اليوم الذى تتم فيه تهنئة العاملين على جهودهم أو الاتصال بهم فى منازلهم لإخبارهم بأنه قد تم الاستغناء عن خدماتهم. تمر الشركة بمرحلة "تخفيض العمالة" للمساعدة على استمرار عمل الشركة، وحتى الآن تم الاستغناء عن حوالى ثمانين شخصًا من العاملين فى غرفة الأخبار.

إن الخوف من العمل تحت سيف مسلط على رقبة من يعمل، كاف لدفع أى شخص إلى الجنون. لقد بذلت قصارى جهدى لأكون الصوت المطمئن فى وسط كل هذا، وكان لكل منا منطقه الخاص للكيفية التى سينتهى بها هذا الأمر. لقد كانت هناك أحاديث عن موظفين تم اصطحابهم بعيدًا عن أماكن العمل وإخبارهم بما أخفوه عنهم، كما خشى آخرون أن يستقلوا المصعد حتى شرفة الطابق الثانى والعشرين وتُقال لهم أخبار الاستغناء عنهم ثم يدفعوا إلى القفز من البناية. ثم حدث ما كنت أخشاه، وتحدثت معى الإدارة - كان ذلك يوم الجمعة الموافق ١٥ أبريل؛ حيث فاجأنى أحد المديرين بينما كنت أحرر خبرًا ليُنشر على الإنترنت، وقال: "إيمرى، هل لديك دقيقة؟".

كنت أعرف. وفى ومضة سريعة مرت كل حياتى الصحفية أمامى عيني. تذكرت الأيام التى كنت أعمل فيها محررة بلا أية خبرة فى جريدة صغيرة فى ولاية لويزيانا، وتذكرت كيف قضيت أول أيامى فى العمل محررة أقوم بتنقيح أخبار عن يوم الحادى عشر من سبتمبر فى جريدة نيوزداى، وجال خاطرى فى السنوات

الخمسة التي قضيتها في جريدة بالتيهور صن، ثم تأملت مدى ما كنت أشعر به من فخر في كل مرة أدخل فيها برج جوثك تريبون وكيف شعرت أخيراً بالسعادة في الوظيفة التي أعمل بها. لقد أحببت زملائي في العمل وأحببت الجريدة، ولم أشعر بأية ضغوط. والآن وقد مضى أحد عشر شهراً منذ إحساسي بهذه السعادة، سينتهي كل شيء.

مشيت بخطى متأنية إلى مكتبه وجلست على أحد المقاعد، فنظر لي دون أن يبدو عليه أي نوع من الإشفاق أو حتى تعبير عن أية مشاعر وقال: "لقد تم الاستغناء عن وظيفتك".

لم يهتم بأنني أحضر إلى العمل كل يوم تقريباً مبكرة ساعة عن الموعد حتى أتقدم في العمل، ولم يعرف أنني الشخص الذي حقق سبقاً صحفياً مهماً في خبر الفتاة الصغيرة التي توفيت وجعله هذا الخبر يشعر بالفخر الشديد، كما لم يهتم بحقيقة أنني قد صعدت سلم العمل من بدايته حتى أعمل في النهاية في جريدة كبرى.

في نهاية اليوم، كنت مجرد "محررة أبلغ من العمر ثلاثين عاماً". وقد تم تسليمي مظروفاً مكتوباً عليه اسمي، وبعد حديث مقتضب، وضعت بطاقتي على مكتبه وخرجت من المكتب. يمكنني أن أتقبل فكرة أن أطرده من العمل، فعلى الأقل عندما يتم الاستغناء عنك، فأنت تدرك أنك قد أخطأت. ولكن، عندما يتم الاستغناء عنك دون أي سبب أو تفسير منطقي، يصبح الأمر أكثر صعوبة عليك لتقبله.

ربما ظن أنني سأنتهي نوبتي في العمل، لكنني لم أفعل، بل قمت بتوديع محرر الأخبار المحلية سريعاً، وأغلقت الحاسب الآلي، ووضعت اللوحة التي عليها اسمي في حقيبتي، وغادرت؛ فقد علمتني أمي دائماً ألا أدع الآخرين يرونني وأنا أبكي. ثرثرت قليلاً مع أحد زملائي في العمل خارج المبنى ثم أوقفت سيارة أجرة، وبمجرد أن دخلت إلى السيارة، عدت إلى طبيعتي الإنسانية مرة أخرى وبدأت في البكاء. لقد أخبرت أمي بأن الكابوس الذي حلمت به في الليلة الماضية - والذي كان يدور حول خسارتي عملي - أصبح الآن أمراً واقعاً، فطمأنتني بأن الله لن يتركني وأن كل شيء يحدث لسبب محدد.

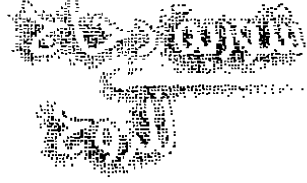
وصلت إلى المنزل في الساعة العاشرة والنصف. أخرجت ببطء ملف الأوراق الأزرق ونظمت كل مجموعة من الأوراق بدقة على الأرض.

كان هناك عدد ضخم من الأعمال الورقية المرهقة للذهن التي يجب أن تُنظم، ولم أستطع حتى أن أركز ذهني على التفكير فيها. تنفست بعمق، ودعوت الله، وأدركت أنه رغم أن وظيفتي لم يعد لها وجود، فإنني لا أزال موجودة. لقد حصلت على درجتين علميتين، كما كنت أعمل مساعد مدرس بكلية كولومبيا، وهدفي الأساسي هو أن أنتقل بمهنتي من العمل الصحفي إلى الأكاديمي - كل ما هنالك أنني لم أكن أعلم أن طريقي سيتغير بمثل هذه الطريقة المفاجئة.

تحولت رسالة بريد إلكتروني بسيطة، أرسلتها إلى من كانت تُشرف على عملي في الكلية، إلى نعمة في قلب هذه العاصفة التي هبت في يوم الجمعة المكفهر. لقد كتبت إليها لأطلب وظيفة، بل لأخبرها بوضعى الحالى، فمنحتنى المزيد من الفصول الدراسية لأقوم بالتدريس لها. لقد آمنت بأن الله عندما يفلق باباً ما فى مكان ما، فإنه يفتح فى مقابله نافذة فى مكان آخر. فى العاشرة والرابع من صباح يوم الجمعة؛ "تم الاستغناء عن وظيفتى"، وفى حوالى الخامسة والنصف من مساء هذا اليوم، اتسع نطاق عملى فى وظيفتى الأخرى.

صبيحة يوم السبت، دونت خبراتى فى مدونة صحفية. ويوم الأحد، فاتصلت بى شركة مايكروسوفت بخصوص وظيفة محرر شاغرة فى موقع شبكة مايكروسوفت الإلكترونية، فسافرت إلى ريدموند يحدونى الأمل، وحصلت على الوظيفة. لقد أعادنى الله مرة أخرى إلى طريقي السابق لأحقق هدفي، وبكيت مرة أخرى، لكن هذه المرة لم يكن السبب هو شعورى بالانكسار، بل لأننى أبدأ حياتى من جديد.

~ إيمرى بى. أوبراين



## نعمة محطة الحافلات

الحافلة هي عربة تسير بضعف سرعتها عندما تحاول اللحاق بها،

وبنصف سرعتها عندما تكون بداخلها.

~ مؤلف مجهول

ركضت خلف الحافلة لتلحق بها بقوة وعزم عداءة أوليمبية، لكن الحافلة ابتعدت عن المحطة؛ إما لأن السائق لم يرها أو لأنه لم يهتم، من ثم انهارت جالسة على مقعد في المحطة تتنهد ويملؤها الشعور بالفشل وعدم التصديق.

لقد كان بإمكانى الاستمرار في القيادة. كان أول أيام عطلتي وكنت قد خرجت لأتجول في المجمع التجاري المحلي، وكذلك لم تكن هذه مشكلتي على الإطلاق، فأنا لا أعرفها، وقريباً ستأتى حافلة أخرى. لكن كان هناك شيء يتعلق بها، فقد كانت تحتاج بشدة إلى استئصال الحافلة لدرجة لم أستطع تجاهلها، لذا فقد أوقفت سيارتي واتجهت إليها. جلست على المقعد بجوارها، وأخبرتها بلطف بأن هناك حافلة أخرى ستأتى بعد حوالي نصف ساعة، وقدمت لها نفسى وسألتها: "ما اسمك؟".

أجابتنى وتهدأتها تقل: "اسمى سارة، وإننى آسفة على ما فعلته، لكننى بحاجة إلى الذهاب إلى المستشفى لأكون مع طفلى المريض".

أوضحت لى "سارة" أنها أم عزباء مكافحة، وأن ابنها الذى يبلغ من العمر عاماً واحداً كان مريضاً فى المستشفى، وكانت قد ذهبت إلى منزلها متأخرة فى الليلة السابقة لتتال قسماً من النوم، وعندما شرعت فى العودة إلى المستشفى صباح اليوم، اكتشفت أن البطارية الكهربائية لسيارتها معطلة، واستطعت أن أعرف من النظر لوجه "سارة" أنها تشعر بالإرهاق وبالقهقير.

دفعتها إلى الحديث برقة وسألتها: "ما المرض الذى أصاب ابنك؟".  
أجابت "سارة": "إن ابني مصاب بالتهاب الرئة وقد كان مريضاً جداً، ولا أرب  
أن يكون وحيداً وخائفاً - يجب أن أعود إليه".

لقد رق قلبى لحالها وتغير مسار يومى. قلت لها: "أرجوك، اسمح لى بأن  
أصحبك إلى المستشفى"، وعندما رأيت بعض التردد فى عينيها أضفت: "أرجوك،  
سيشرفنى هذا". رق وجه سارة، ورأيت ظلال ابتسامة عندما أومأت برأسها  
بالموافقة، وبدأنا فى السير تجاه سيارتى.

وخلال الطريق إلى المستشفى، علمت أنها قد انفصلت عن زوجها أثناء حملها  
وأنه لا عائلة لها فى هذه المنطقة، وأنها كانت تكافح حتى تعمل وتربى طفلها فى  
منزل وبيئة مناسبة. ورغم صعوبة الظروف فى بعض الأحيان، فإنها كانت تسير  
بدرجة جيدة حتى مرض الصغير "دانيال"، وبسبب مرضه عانت سارة مالياً  
وعاطفياً.

عندما استمعت إلى قصة "سارة" قررت أن أفعل كل ما فى وسعى لمساعدتها.  
أنزلتها عند المستشفى، وأعطيتها رقم هاتفى، وطلبت منها أن تتصل بى عندما تعود  
إلى منزلها، وطمأنتها بأن أذى سيذهب إليها ليساعدها على العطب الذى أصاب  
بطارية سيارتها. ورغم اعتراضها، فإنها أخذت رقم الهاتف ووعدتنى بأن تتصل  
بى.

رويت قصة هذا الموقف فى المساء لمجموعة الأشخاص الذين أستذكر معهم  
وطلبت من المجموعة الدعاء لـ "سارة" و"دانيال"، لكن المجموعة لم تكتف بالدعاء؛  
فقد كانت لدى إحداهن بعض ملابس الأطفال التى رغبت فى التبرع بها، ورغبت  
صديقة أخرى فى التبرع بالطعام، هذا بالإضافة إلى أننا جمعنا بعض المال لمساعدة  
"سارة".

شعرت "سارة" بالامتنان والتواضع مما استطاعت أن تقدمه لها المجموعة  
أثناء مرض ابنها وشفائه، وذهب أذى فى هذه الليلة لمساعدة "سارة" على إصلاح  
سيارتها، ولم يُصلح البطارية ويعيدها لتعمل وتطلق شرارتها مرة أخرى فقط، بل  
بدأت شرارات الإعجاب تتطلق بينهما حتى إن "سارة" قد أصبحت الآن زوجة  
أخى!



لا يمكن أن تعلم مطلقاً ما النعم التي يحتفظ بها الله لك إذا قمت فقط بإنفاق الوقت اللازم لتلبية احتياجات شخص ما. "سارة" و"دانيال" كانا بمثابة إضافة قيمة لعائلتنا، ولم يكن هذا يحدث لو أن "سارة" لحقت بالحافلة في هذا اليوم المصيرى.

~ لافيرن أوتيس



## الغائط الذي أنقذ عيد رأس السنة

إن عكست تهجئة كلمة حفاضة في اللغة الإنجليزية، فإنها تصبح

الوفاء بالدين - فكر في هذا!

~ المارشال ماكلوهان

بعد أن تم تسريحى من العمل فى منتصف أكتوبر، واجهت المهمة الكريهة المتعلقة بإخبار طلى - الذى يبلغ من العمر سبع سنوات - وحاولت أن أنقل إليه الخبر بطريقة إيجابية قدر استطاعتي، ولذا فقد أخبرته بأن الشركة عندما اندمجت مع شركة أخرى كان لديها ضعف عدد الموظفين دون أن يكون متاحًا لها ضعف عدد الوظائف، وأكدت أنني لم أقم بأى شىء خاطئ وأن الأمر لم يكن شخصيًا، لكن لم يعد لديهم عمل لى، لذا فقد انتهت وظيفتى من الأساس.

ولم أقل أى شىء عن أنه قد تمت معاملتنا على أنه قد تم الاستحواذ على شركتنا، رغم حقيقة أن شركتنا تمتلك حصة حاكمة فى الأسهم الجديدة، ولم أضخم من الكيفية التى استغنى بها عنا المدير التنفيذى للشركة أثناء أسوأ أزمة اقتصادية منذ الكساد الكبير، كما لم أشر إلى أن أرباح الشركة ارتفعت بمقدار ثمانين بالمائة؛ وهو ما يدحض أى زعم بأن الاستغناء عن العمالة كان مناورة ضرورية لخفض التكاليف.

لقد اعتبرت أن هذا سيكون كثيرًا على إدراك طفل فى السابعة، وهو ما دفعنى إلى رسم الابتسامة على وجهى وإخباره بأننى أبحث عن وظيفة جديدة، متجاهلاً ما كان عقلى يلح علىّ لأخبره به، وهو أنه قد يسمع أصوات نحيب من غرفة أبيه وأمه. حان بعد ذلك موعد الحديث عن تخفيض نفقاتنا. كنا نعلم أننا سنقدر على دفع جميع فواتير الخدمات طوال الفترة الأخيرة من هذا العام، مع بعض الأشياء

الإضافية. ولسوء الحظ، تضمنت هذه المدة التي أقصدها تلك الفترة التي تقتضي فيها التقاليد إضافة أعباء أخرى؛ أي فترة عيد رأس السنة. فهذا العيد أحد أهم عيدين في العام، بالإضافة إلى أنها الفترة التي تدفع بأنبوب الكنسة الكهربائي المنزلية في حافظة نقودي حتى تفرغها تمامًا.

ومع ذلك فقد أوقفنا الاستنزاف المادي، وأصبح الاحتفال فجأة احتفالاً دينياً مرة أخرى، وقد كان هذا أيضاً من العسير على فتى في السابعة من عمره أن يتقبله. لكننا اعتقدنا أن الأمر قد يكون أكثر سهولة عليه إن أعلمناه به ميكراً، وبالتالي فقد حان موعد الجزء الثاني من الحديث، والذي أوضحت له فيه أننا قد اشترينا القليل من الهدايا البسيطة له ولأخيه قبل أن أفقد وظيفتي ومالي وقيمتي الذاتية، وهذا يعني أنهما سيحصلان على هدايا في العيد، لكنها لن تقترب من كم هدايا السنوات السابقة.

تقبل ابني الأخبار بشكل جيد بطريقة ملحوظة، بل إنه أضاف إليها لمحة إيجابية حينما قال: "لا بأس يا أبي، فعلى الأقل ما زال هناك من سيحضر لنا الهدايا القيمة في العيد".

وبعد أن انتهيت من هذه المهمة الثقيلة، تسالت وذهبت إلى حاسبي الآلى لأرى ما إذا كان هناك أي فائض ممكن في الميزانية التي وضعتها. هذا العيد دائماً ما يُعدني عن صدارة المشهد! ولكن مراجعة الميزانية أظهرت أنه ليست هناك أية فرصة لشراء الهدايا القيمة. كان هناك جانب آخر من العطلة قد تأثر بفقدى عملي، وهو السفر؛ فقد كنا بحاجة إلى السفر لزيارة أبوي، وخاصة لأن أمي قد أصيبت بسكتة دماغية منذ شهر أكتوبر. وبالمناسبة، فقد كانت أنباء إصابة أمي بالسكتة الدماغية هي الشيء السيئ الثالث الذي في هذا الأسبوع من شهر أكتوبر، بالإضافة إلى فقدى عملي ووفاة حيواننا الأليف الذي كان قد قضى معنا فترة طويلة.

لذا فقد كنا نعلم أن علينا زيارة والدي في فيرجينيا لحضور العيد معهما، لكن بالنسبة لنا فإن الذهاب لزيارتهم سيكلفنا أكثر مما نستطيع تحمله ما بين تكلفة البنزين وغرفة الفندق التي أقيم فيها، حيث أصاب بحساسية من كليهم.

لكن الأمر لم يكن على الشاكلة نفسها من حموي، وهو ما وجدنا أنفسنا نفعله قبل العيد بأسبوع، حيث ذهبنا بالسيارة لزيارتهم؛ فقد كانا يعيشان على مسافة أكثر قرباً من والدي، لذا فقد كانت تكلفة البنزين أقل، لكن الفارق الأكبر هو قدرتي على البيت في منزلهم بدلاً من البيت في فندق.

وفى منتصف الطريق إلى منزلهما، بدأت أشعر بالذنب تجاه والدتي، لكن هذه الأفكار قاطعتها مشكلة أكثر إلحاحًا.

قال طفلي الصغير: "إنني أحتاج إلى قضاء حاجتي".

"حسنًا، انتظر، يجب أن نعثر على مخرج جانبي من الطريق. هل ستجلس على النونية في محطة الوقود؟".  
"لا".

فتنهدت؛ فقد كنا قد قطعنا نصف الطريق نحو تدريبه على استخدام النونية، كما أنه في بعض الأحيان يرتدى ملابس داخلية كملايس "الصبية الكبار" ويستطيع الحفاظ عليها جافة دون أن يبيلها، لكن عندما يتعلق الأمر بالتبرز، فقد كان يعند بشدة. كان يحذرنا عندما يكون على وشك قضاء حاجته، لكن يرفض في الوقت نفسه الجلوس على النونية. وبدلاً من ذلك كان علينا أن نخلع عنه بنطاله وملابسه الداخلية، ثم نلبسه حفاظة تشبه الملابس الداخلية ثم نتركه ليحضر حاجته كما لو كان لا يزال يرتدى الحفاظة المعتادة.

لذا فقد أوقفنا السيارة خلف أقرب محطة وقود بها متجر واستعدنا لقضاء الأمر. كانت زوجتي على استعداد للقيام بالجزء الصعب بينما أقف أنا خارج السيارة في هواء الليل الذي كانت حرارته ٢٠ درجة منتظراً أن تفتح زجاج نافذة السيارة وتناولني حقيبة محكمة الإغلاق تحتوي على الحفاظة المتسخة والمناديل. كانت مهمتي أن ألقى بهذه الحقيبة بعيداً بينما تغير له ملابسه وتلبسه الملابس الداخلية مرة أخرى.

وعندما تسلمت منها الحقيبة أخيراً، كان عليّ أن أتجول حول المتجر حتى مقدمته حتى أعثر على سلة قمامة، وقد عانيت حتى عثرت على واحدة، ومر بخاطري سريعاً أن أحتفظ بالحفاظة حتى أرسلها فيما بعد بالبريد لمديري التنفيذ السابق.

لكني كنت عاقد العزم على وضع الحقيبة في سلة قمامة، لذا فقد دفعني بحثي عن السلة لدخول المتجر، ونسيت كل ما يتعلق بالحقيبة بمجرد أن لاحظت العرض البراق لبطاقات اليانصيب التي يتم خدشها عند الخزينة، وعندما تذكرت قواعد الخاصة بشراء بطاقات اليانصيب، بالإضافة إلى تزايد احتمالية المكسب عن الشراء من متجر كريبه منعزل، ولذا فقد تأكدت من أنني يجب أن أشتري واحدة.

انحرفت جانباً متجهاً إلى منضدة الخزينة وطلبت شراء بطاقة، وأنا أبحث في جيب بنطالي عن المال بيد بينما أمسك بيدي الأخرى الحقيبة المتسخة وأخفيها خلف ظهري، ونظرت إلى بطاقة اسم البائعة وكان مكتوباً عليها: "فرجينيا" كأنها موجودة لتزيد من سعيي إحساسي بالذنب تجاه أبوي.

وصلنا إلى منزل حمويّ بهالتنا الفوضوية المعتادة، فقد شعر الصبيان بالإثارة عند رؤية الشيكولاتة وجديهما، أما أنا فقد كنت أخرج الحقائق من السيارة بأسرع ما يمكن حتى أقلل من مخاطر إصابتي بانخفاض في درجة حرارة جسدي، واهم أتذكر بطاقة اليانصيب التي اشتريتها إلا في صباح اليوم التالي، وعندئذ عثرت على قطعة نقود معدنية وبدأت في خدش البطاقة وأترقب ما سيظهر من أرقام. وقد فزت بمبلغ ٢٠٠ دولار عند خدش الخانة الأولى، فشعرت بنشوة الفوز تسري في أوصالي. وقد اعتقدت أنه لن تكون هناك المزيد من الجوائز، لكنني أكملت خدش المناطق الأخرى في البطاقة، فلم أفر بشيء في الخانة الثانية وكذلك في الثالثة. ثم حصلت على ١٠٠ دولار أخرى في الخانة الرابعة التي خدشتها، وبدأت العطلات فجأة تلوح أمام ناظري.

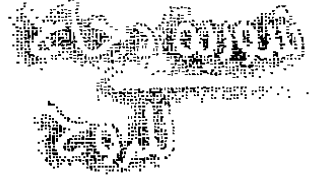
لم أربح شيئاً في الخانة التالية، ثم ربحت ١٠٠ دولار مرة ثانية وثالثة. هل كانت هذه البطاقة رابحة لخمسمائة دولار حقاً؟ أم أنني أخطأت في قراءة الأرقام؟ ولم أربح شيئاً في الخانتين التاليتين. ثم ربحت ٢٠٠ دولار. يا الله! إنهم لا يصدرون بطاقات تفوز بسبعمائة دولار، أليس كذلك؟ لا، ففي الخانة التالية؛ كان هناك ٢٠٠ دولار أخرى! ثم لا شيء في الخانتين التاليتين، ثم ١٠٠ دولار في الأخيرة.

عندما أخبرت زوجتي بأننا قد ربحتنا للتو ١٠٠٠ دولار، سألتني: "كيف يمكن هذا؟"، وعندها كان لا بد أن أخبرها بأنني كنت عابثاً واشتريت بطاقة يانصيب. وعندما سألتني من أين اشتريت البطاقة، كان سؤالها كالضربة التي أفاقتني؛ فأنا لا أتذكر من أين اشتريتها، فلا يستطيع أي منا أن يتذكر رقم المخرج الجانبي الذي سلكناه ولا المدينة ولا رقم الطريق السريع ولا اسم محطة الوقود أو المتجر، فقد كان الأمر مجرد أننا توقفنا ليقضى ابني حاجته لا أكثر، لكن فجأة قدم لنا ابني المقابل الأكبر في المدينة لقضاء الحاجة، بواسطة عاملة صرافة تدعى... "فرجينيا".

قلت لزوجتي: "يا عزيزتي، أعتقد أننا رغم أي شيء يجب أن نزور والدي أثناء العطلة، ويمكننا أن نمكث في غرفة في فندق ليلية واحدة، وربما يجب أن نشترى

هديتين إضافيتين لأطفالنا. ثم ماذا سيحدث؟ لماذا لا ندفع أحد أقساط الرهن العقاري، بينما لا نزال نقطن في المنزل؟".  
والأهم من ذلك أنه، بينما كانت روحانيات العيد تملؤني، رميت أخيراً هذه الحقيبة المتسخة قبل أن أعثر على العنوان البريدي لمديرى التنفيذى السابق.

~ دان باين



## ما كنا نحتاج إليه بالضبط

كل البشر يحتاجون إلى أحذية سفر.

~ مايا أنجيلو

وقفت لاهثة أحاول أن أمنع دموعي من التساقط، غير مصدقة ما رأته عيناي:  
فللمرة الثانية في غضون أربعة أشهر، دفعني ما أراه أمامي إلى التوقف.  
في البداية، رأيت زوجي وهو يسير على رصيف المشاة ليقابلني، وحقيبة أوراقه  
في يده، في منتصف النهار: وهي صورة دائماً ما كانت منطبعة في ذاكرتي. كان هذا  
هو اليوم الذي بدأت فيه حرب الخليج، وانتهت فيه الحياة التي طالما عرفناها. كان  
أحد أصدقاء زوجي قد حضر إليه في عمله في صباح هذا اليوم وطلب منه أن يُخلى  
مكتبه، وشعر زوجي بالراحة إلى حد ما لأنه كان آخر من تم الاستغناء عنه في العمل:  
حيث إن شركته كانت قد قامت بتخفيض عدد العاملين فيها من ٢٥٠٠ عامل إلى ٥٠٠  
فقط، وكانت خسارته عمله في هذا اليوم تعني أن هناك مئات من المهندسين شغلوا  
بالفعل أية وظيفة شاغرة في الشركات المحلية، وقد نحينا هذه الفكرة جانباً، وأنا  
متأكدة من أنه بعون الله ثم بقدراته سيحصل على وظيفة أخرى في فترة وجيزة.  
وهذا ما حدث بالضبط - تقريباً - بعد أربعة أسابيع عندما عرضت عليه شركة  
أخرى تعمل في مجال هندسة الفضاء وظيفة في المشروع نفسه الذي كان يعمل فيه  
من قبل. وقد ابتهجنا لأن هذه الشركة كانت قريبة من دار العبادة التي نذهب إليها،  
وتصورنا أنه بإمكاننا الحصول على منزل جديد في منطقة جديدة ليقل الوقت  
الطويل الذي نستغرقه في الذهاب إلى دار العبادة إلى دقائق قليلة.  
كان هذا في يوم الجمعة، وفي يوم الاثنين التالي كان من المفترض أن يحدد  
زوجي مع الشركة مقدار الراتب الذي سيتقاضاه ويوقع جميع الأوراق المطلوبة، ولكن

بدلاً من ذلك اتصل به مديره الجديد وقال: "لقد قامت الحكومة بتأجيل العقد لمدة ستة أشهر. هل يمكنك أن تنتظر ستة أشهر حتى تبدأ العمل؟" - ستة أشهر في انتظار شيء قد لا يحدث على الإطلاق، هل يمكننا هذا؟ وهكذا تبخرت بهجتنا في الهواء، وخلفت وراءها فراغاً سرعان ما امتلأ بشعور بالارتباك وبأسئلة بلا إجابات، لم يكن آخرها ما تساءلت به في داخلي عن حكمة الله في هذا: "لماذا؟ لماذا يظهر أمامي وفي متناولى شيء مناسب تماماً، ثم يختفي مرة أخرى؟ فما حكمته؟".

نصحتني زوجي بهدوء وقال: "ما بين البطالة وما ادخرناه، يمكن أن تستمر حياتنا طوال فترة الصيف، لكن يجب أن نتخلى عن أى شيء غير ضرورى فى ميزانيتنا" وتحملنا الأمر على مريض، واقتصدنا مصروفاتنا للحد الأدنى، وعقدنا العزم على تخفيض أقصى ما نستطيع من المصروفات، وكان هذا يعنى أن أحبك البناتيل القصيرة لابننا الذى فى فترة المراهقة، وإذا كان قد شعر بالحرى من ارتداء بنطال مُحاك فى المنزل، فإنه لم يقل ذلك قط. كما أن هذا يعنى أن فترات الترفيه بالنسبة لنا قد تحولت إلى استعارة أشرطة الفيديو من المكتبة العامة، بدلاً من الذهاب حتى إلى دار العرض السينمائية الرخيصة التى تعرض الأفلام بعد انتهاء عرضها الأول.

حاولنا أن نتخبط فى لعبة للعثور على خيارات جديدة مجانية أو حتى رخيصة لنستبدلها بأنشطتنا القديمة، ونحاول عمداً أن نضفى الإيجابية على ظروفنا وحواراتنا لأجل خاطر طفلينا. وقد شعرت أنا وزوجي بالقلق بينما نشاهد مدخراتنا وهى تتقلص أسبوعاً بعد الآخر، لكن آخر شيء أردناه هو أن ننقل هذا القلق إلى طفلينا.

لقد طالت الأسابيع لتصبح شهوراً بينما كان زوجي ينشئ علاقات جديدة ويبحث ويرسل سيرته الذاتية فى سعى دؤوب للحصول على وظيفة، دون إجراء مقابلة شخصية واحدة حتى للتدليل على مثابرتة. وقد عملت مدرسة بديلة بقدر ما أستطيع، لكن هذا كان يعنى أن زوجي سيبقى فى المنزل لرعاية ابننا الذى يبلغ من العمر أربع سنوات، وبالتالي كان يقضى أياماً فى المنزل لا يبحث فيها عن عمل.

لقد كان الحصول على عطلة أمراً مفروغاً منه، لذا عندما اتصلت بى أختى هاتفياً لتسألنى إذا كنا نرغب فى الذهاب معهم فى نزهة بالقرب فى البحيرة فى عطلة نهاية الأسبوع، أجبته على الفور: "بالطبع!"، وبدأت بحماس فى إعداد الأشياء التى سنحتاج إليها: "أكياس للنوم، موجودة، وصنارات لصيد السمك، موجودة،



وملابس السباحة، موجودة..."، وفجأة أدركت شيئاً جعل توقعي يفرق كما لو أنه مرساة قارب ألقى فجأة من فوق سطح هذا القارب؛ وهو أن غالبية البحيرات هنا في أريزونا قد تشكلت بعد بناء السدود وملء الأودية بالمياه، ولذا لا توجد شواطئ رملية لبحيراتها، بل إن المناطق الضحلة في البحيرات ممتلئة بالصخور الحادة. لذا يتوجب عليك أن ترتدي حذاء إذا أردت السباحة. كان لابننا الصغير زوج من الأحذية: أحدهما يرتديه خارج المنزل والآخر زوج جيد من أحذية التنس، ولم يكن في إمكاننا تحمل كلفة إتلاف أي منهما، كما لا يمكننا أن نتحمل تكلفة شراء حذاء له حتى لو كان رخيص الثمن.

إن آخر ما أردته هو إلغاء هذه الرحلة والقضاء على سعادة أبنائي بالقيام بشيء ما أخيراً يشبه "حياتنا الطبيعية" السابقة. لذا فقد قلت لزوجي: "هل يمكننا أن نتوقف عند متجر البضائع المستعملة في طريقنا للبحيرة يوم السبت؟". كان لدي دولار واحد بالضبط يمكنني أن أنفقه، لكنني كنت أشعر بتفاؤل مشوب بالحذر من أنني سأجد زوجاً قديماً من أحذية التنس للأطفال، والذي يمكن أن يناسب مقاس ابننا. وبهذا كدسنا معدّاتنا وحقائبنا في السيارة صباح يوم السبت ونحن نتلذذ بسماع همهمة الأطفال، وهم ينشدون أغنية في طريق رحلتنا من المقعد الخلفى للسيارة.

وعند متجر البضائع المستعملة، قفزت خارج السيارة، وهرعت إلى داخل المتجر. وحينها توقف في مكاني أحملق في الشيء المعروض أمامي على رف للمعروضات. كنت خائفة إلى حد ما من النظر، وأمسكت بـ "جوارب السباحة" الجديدة تماماً وبطاقة سعرها الأصلية ما زالت عالقة بها، ثم أدرتها لأرى مقاسها، وكانت من مقاس ابننا نفسه بالضبط، وكان سعرها دولاراً واحداً فقط.

قد يعتبر الكثير من الناس أن هذه مجرد حادثة عادية، لكنها بالنسبة لي كانت معجزة كبرى. وبينما رحلنا بالسيارة، كان هناك في المقعد الخلفى طفل في الرابعة من العمر يشعر بالبهجة الشديدة ويقوم بتجربة حذائه الجديد الرائع. وتأمل كل تلك "الحوادث" التي تجمعت معاً لتشكّل في النهاية هذه اللمحة البسيطة من العناية الإلهية:

- كان على شخص ما أن يشتري هذا الحذاء من مقاس ابني نفسه.
- كان هذا الحذاء غير مناسب لسبب ما.

- اختار من اشترى الحذاء أن يتبرع به لمتاجر البضائع المستعملة بدلا من إعادته للمتجر الذي اشتراه منه.
- تبرع المشتري بهذا الحذاء لهذه المؤسسة بالذات.
- انتقل هذا الحذاء فى داخل هذه المؤسسة حتى استقر فى هذا المتجر الصغير المجاور لنا.
- وصل الحذاء فى الوقت الذى نريده تمامًا.
- كان سعره يتفق تمامًا مع ما يمكننى إنفاقه.
- لم يكن من الممكن أن يراه أى شخص آخر ويشتره قبلى.
- قررت التوقف عند هذا المتجر دون غيره، وفى اليوم والوقت المناسبين.

كان هناك على الأقل تسع حوادث التقت معاً حتى تُشكل هذه الحادثة "العادية" ولكنها تناسبنا تمامًا. فما وجدناه كان أكثر من مجرد زوج من الأحذية! فرغم أن هذا الحذاء كان هو ما نريده تمامًا - بل أفضل مما كنا نريده، لكن ما كنا نريده بشدة أكثر من أى شىء آخر هو الأمل: دليل واضح جلى بالنسبة لى على وجود "من" يعرف ويهتم باحتياجاتنا. وقد شُفى إيمانى المهتز على الفور، وبدأ قلبى فى الشعور بالأمل والرجاء مرة أخرى. وعلمت بطريقة ما أن عائلتى ستكون بخير.

كان هذا منذ عشرين عاماً تقريباً، لكن هذا الحذاء كان بمثابة الدافع الذى أطلق الأمل والثقة بداخلى فى العديد من المواقف العسيرة التى تلت ذلك. لقد تذكرته وتذكرت رسالته الإعجازية بالأمل عندما واجهت أنا وزوجى مرحلة التقاعد فى مرحلة أخرى من مرحل تعثر الاقتصاد، وحيث كانت مدخراتنا قد انخفضت بنسبة أربعين بالمائة قبل أن نحتاج إليها بسنوات قليلة، وما زال هذا الحذاء الأزرق يطمئنى بأن الله يعلم كل شىء وأنه يحشد الحوادث معاً لتشكل فى النهاية معجزة "عادية"، تفى بالضبط باحتياجاتنا وتدفعنى إلى التوقف والتأمل والشكر.

~ روز إم. جاكسون



## الناجى من أمواج تسونامى

الهدف من الحياة هو أن تعيش حياة هادفة.

~ روبرت بايرن

عندما كنت فى الصف الثالث، سمح لى مدير المدرسة بأن أبدأ عطلة منتصف العام فى الشتاء مبكراً شريطة أن أدون يوميات لما يحدث لى يومياً طوال فترة الإجازة. حسناً، إليكم مقدمة يومياتى:

بدا هذا الصباح كأنه صباح عادى ليوم من أيام إجازتى؛ فقد كنت أقضى الإجازة مع أسرتى فى سيريلانكا (موطننا الأصلي)، وكان هذا اليوم هو اليوم التالى لعيد رأس السنة. كنت أنا ووالداى نشعر بالإرهاق الشديد فى هذا الصباح، مما جعلنا نؤجل خططنا للذهاب إلى الشاطئ ساعتين، وكانت ساعتان لا تعنيان أى شىء، لكن انتهت الحال بأن أصبحنا تعنيان كل شىء لنا.

لقد استحممت واستحم والدى ونزلنا للطابق الأرضى لتناول الإفطار فى المطعم المزدحم للفندق بينما قررت والدى أن تنام قليلاً. فحاولنا أن نتباطأ فى تناولنا الطعام حتى لا تضطر والدى لتناول إفطارها وحدها، لكن كان ذلك بلا جدوى، لدرجة أننا انتظرناها بعد انتهائنا؛ ومع ذلك لم تظهر. ثم شاهدنا عمى وعمى اللذين كنا سنذهب معهما فى السيارة إلى شاطئ هيكادوا، وتبادلنا الحديث لفترة من الوقت إلى أن انضمت لنا والدى.

لقد كنت شغوفة بالذهاب بقدر شغف أبى نفسه، الذى كان قد قضى حياته يعيش فى مدينة ساحلية وكان يرغب بشدة فى اصطحابى للشاطئ... لكن لسوء الحظ (حسناً، فى الحقيقة لحسن الحظ) كان على والدى أن تتناول دواء الربو، وهو ما يتطلب أن تأكل قبل تناوله. وعندئذ انتظرنا مرة أخرى إلى أن هرعت والدى للطابق

العلوى حتى تُحضر زجاجة مياهها، واعتذرت عن التأخير، ثم تكدسنا جميعاً فى سيارة عمى متأخرين نصف ساعة أخرى.

لقد استغرقت المسافة ساعتين بالسيارة حتى الشاطئ؛ وصدّمتنا لما وجدناه هناك: كان الناس يجرون ويصرخون بينما كانت الشرطة قد أوقفت الطرقات. طلبت منى والدتى أن أجلس القرفصاء فى أرضية السيارة (كانت تخشى أن يكون هناك إطلاق للنار أو تفجير ما)، فخبأت رأسى فى حجرها بينما كان ضابط الشرطة يشرح لعمى (الذى كان لحسن الحظ هو من يقود السيارة) أن هناك موجة مد عاتية وأنا يجب أن نستدير ونعود أدراجنا على الفور. كان عمى متردداً، لكنه قرر أنه يجب أن نستدير وذلك لوجودى معهم (فقد كنت مجرد فتاة صغيرة).

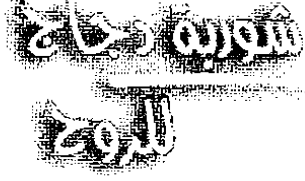
لقد شعرت بالامتنان فى هذا اليوم لأن والدى لم يكن هو من يقود السيارة، لأنه كان لا يصدق حقيقة أن المحيط الذى يعيشه يُزهق الأرواح بمد أمواجه وجذرها، وكان سيستمر فى القيادة متجهاً بنا إلى حتفنا. كنت على وشك البكاء تقريباً بينما نستدير بالسيارة، فقد كان الناس يضربون السيارة ويصرخون: "دعونا نركب معكم! دعونا نركب معكم!" وينتحبون بألم، لكن لم يكن لدينا مكان ولا وقت يمكن أن نمنحه لأى منهم.

لذا فقد عدنا أدراجنا بالسيارة، وتوقف والدى لدى منزل أحد أصدقائه ليطمئن على أن الجميع بخير. وبعد دقائق قليلة عاد إلينا مسرعاً وقال إن صديقه كان فى العمل، وأن زوجته تمر بحالة هستيرية عصبية لأنها لا تستطيع العثور على والدتها (التي كانت تصلى فى دار العبادة)، وأنه قد حاول أن يجلبها معه لكنه لم يستطع أن يتحدث معها لصراخها الدائم. بدا أن الخطر قد زال، لكنه لم يكن مطمئناً للمياه التى تزحف فى اتجاه منزلهم. بالإضافة إلى ذلك، كنا لا نزال جميعاً فى السيارة التى من الممكن أن تجرفها المياه بسهولة.

لذا فقد قدنا السيارة قليلاً إلى دار العبادة؛ إذ كان لا يزال بمقدورنا أن نرى المحيط ولكن على مكان مرتفع بما يكفى لكيلا يصل إلينا. لم تكن الوحيدين هناك، بل ازدحم العديد من الناس معاً فى هذا المكان، وبعضهم كانوا مبتلين. ورأيت رجلاً كبيراً يحمل سيدة عجوزاً على السلال، وسيدة أخرى عجوزاً تحمل القليل من مقتنياتها ولا تستطيع العثور على ابنها أو حفيدها، وبعض الفتيات ينتحبن لفقدن عائلاتهن، وبالطبع كان هناك أشخاص وحيدون، وسيبقون كذلك. حاولت تهدئة السيدة التى تحمل مقتنياتها وبعض الفتيات المنتحبات... كنت فى حالة من

الذهول. قمنا بتوزيع بعض البسكويت محاولين أن نتصور ما سيحدث بعد ذلك. ونظرت إلى المحيط الذى كان لونه بنيًا داكنًا يمتلئ بالحطام. وما إن تأكدنا من أن الوضع قد أصبح آمنًا، حتى عدنا إلى السيارة. كنت مرهقة جدًا، ولم يعد بإمكانى تحمل المزيد... لذا فقد غفوت. وعندما استيقظت كنا ذاهبين لتناول الغداء كما لو أن شيئًا لم يحدث. هل كنت أحلم؟ لا، بل كان كابوسًا. وقد أخبرنى والداى بأننا بمجرد أن استدرنا واتجهنا إلى دار العبادة ضربت موجة عاتية أخرى الشاطئ، وقد كانت هذه الموجة هى ما أزهدق الآلاف من الأرواح، وخلفت وراءها العديد من المشردين، ولم أنظر من بعدها إلى البحر كما كنت أنظر إليه فيما سبق. كما أن هناك مائتى سيارة، والتي لم تستدر وتعود أدراجها مثلنا، بل جرفتها المياه وعُثر على لوحات أرقامها المعدنية فى جزر المالديف أى على بُعد ٧٦٧ كيلومترًا، وانتهت الحال إلى أن دقيقة أو دقيقتين هما ما أنقذتا أرواحنا. لا بد أن هناك هدفًا ما لأحققه، ولا بد أن هناك سببًا لنجاتى من هذه المأساة؛ فقد كنت شاهدة على شيء أثر على العالم بأكمله.

~ شيولى فى. جوناراتن، ثلاثة عشر عامًا



## البدء من النهاية

إن هذا الحصان العجوز المنهك، هو فى الحقيقة حيوان أسطورى يا صديقى.

~ جارب توجو

لقد كانت مهنتى فى الكتابة والتأليف تسير على خير ما يرام، ولا أعنى أن الحال قد انتهت بل قد وقعت عقد نشر طالما حلمت به، كما أن وكلاء الناشرين لم يطرقوا باب منزلى بالمعنى الحرفى للكلمة. بل بدلاً من ذلك، كنت أنشر عموداً شخصياً أسبوعياً فى جريدة اجتماعية صغيرة، وعموداً آخر عن العديد من الأنشطة الاجتماعية المحلية فى الجريدة الكبرى فى المدينة، كما أن هناك بعض المجلات التى نشرت بعض المقالات التى كتبتها، وقد سنحت لى فى بعض الأحيان فرصة كتابة أبواب خاصة، وكان المال القليل الذى أتقاضاه يساعد على سداد قيمة فاتورة أو اثنتين.

كان أهم شيء هو العلاقات التى كونتها؛ فكلا العمودين أصبح له قراء منتظمون، وقابلت أشخاصاً رائعين أخبرونى بأنهم كانوا يتطلعون لقراءة عمودى كل أسبوع، كما تعلمت الكثير من الأشياء الجديدة عن المنطقة التى عشت حياتى بأكملها فيها، فيما عدا فجوة هى فترة السنوات الأربع التى قضيتها فى الجامعة.

لأكثر من ثلاث سنوات، وهبت نعمة هذه الفرص، ولكن قامت المحررة الجديدة فى الجريدة الكبرى بإيقاف عمودى وفقاً لأسباب ادعت أنها مالية متعلقة بالميزانية، فاحتججت وقلت إنه لن يكون هناك المزيد من التغطية للأحداث الخاصة بمن يقطنون فى منطقتى، لكن المحررة طمأنتنى وقالت إن أحد الكتاب من الذين يعملون بالقطعة سيتولى هذه المهمة، كما أنها عرضت علىّ أيضاً مهمة جديدة تتعلق بتغطية نوعية مختلفة من الأخبار عن الأعمال الجديدة فى المنطقة نفسها، فوافقت رغم أن خسارتي عمودى كانت مؤلمة.

على مدار الأشهر القليلة التي تلت ذلك، كنت أبحث عن الأعمال التجارية الجديدة لأبرزها أسبوعياً، وتزايدت صعوبة العثور على مشروعات جديدة بسبب سوء حالة الاقتصاد المتدنى. وبالإضافة إلى ذلك لم أستطع إرضاء هذه المحررين بما أكتب؛ فقد كانت من البداية تتصيد الأخطاء في عملي وتطرح أسئلة لا تنتهي. وكانت إجابات الكثير منها موجودة في المقال الذي كتبتة.

أصبحت الكتابة بالنسبة لي مهمة يومية، فأنا أقدم لها الأخبار وأنتظر تعليقاتها الوضيعة وبداية التأنيب؛ حيث لم ترضها الأخبار الأساسية أو زاوية تناول الموضوع بدأت هذه المهمة الجديدة في شهر يناير، وفي شهر مارس أوقفت المحررة العمود. وأخبرتني في رسالة بريد إلكتروني مقتضبة - بما يتناسب مع طريقتها كملكة في مملكة صغيرة - بأنه بإمكانني أن أنشر بعض الأخبار في أقسام أخرى في الجريدة.

فجأة سُلِب مني على حين غرة شيء كنت أستمتع به، فقد تم إبعادي وحلت الأسئلة والإجابات عن الحيوانات الأليفة محل عمودي، فشعرت باهتزاز ثقفي بنفسي وتساءلت إذا كانت موهبتي في الكتابة قد اختفت، وطراً على ذهني سؤال يتعلق بها إذا كنت قد تعاملت مع الكتابة على أنها أمر مسلم به. لكن دعم زوجتي "إيمي" وتشجيعها لي أعاناني، وحثاني على الاستمرار في الكتابة. وقالت في النهاية: "لا تنظر إلى ما حدث على أنه خسارة، فقد وهبك الله موهبة، وما حدث هو نهاية طريق ما، والتي تؤدي إلى طريق آخر".

تذكرت ذلك وقضيت الكثير من وقتي في العمل على حاسبي الآلي، وظهرت مجموعة من أعمدة المقالات الشخصية لتمهد الطريق لكتاب جديد. لقد تقاعدت مؤخراً بعد العمل لمدة ثلاثين عاماً كمدرس لغة إنجليزية للمرحلة الثانوية. وخصصت وقت فراغي للعب الجولف وأداء المهام التي تدونها لي "زوجتي"، وسرعان ما اختفى ألم الاستغناء عني من قبل المحررة الجديدة وما صحبه من إحساس بالمرارة.

وفي شهر يونيو، التقت "إيمي" مع ابنتي عمتها على الغداء، وكاننا تعمالان في جريدة صغيرة محلية، فتساءلت "كارول" عما أفعله بعد ترك الجريدة الأخرى، وعندما أخبرتها "إيمي" بأنني لا أفعل أي شيء، تساءلت إذا كنت أرغب في العمل لدى جريدتها، فوافقت على مقابلة ناشر الجريدة، وقامت "ساندرا" الناشرة بإلحاقني بالعمل، وكانت وظيفتي هي العمل في المناطق نفسها وتغطية الأخبار نفسها التي كنت أغطيها في السنوات الثلاث الماضية. بالإضافة إلى ذلك، فقد تم تعييني

فى وظيفة محرر الاجتماعيات. ومن المثير للسخرية أن هذه الجريدة كانت توزع كملحق مع الجريدة التى كنت أعمل فيها سابقاً.

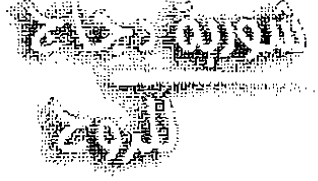
لقد شعرت بنشوة شديدة من هذه الفرصة، ليس فقط لتجدد علاقاتى فى هذه المناطق ومن يقطنون فيها، بل لأن هناك إمكانية لكتابة قسم يتفوق على قسم مديرتى القديمة.

قد يقول بعض الناس إن ذلك هو القدر، وأنه كما تدين تدان، لكنى أفضل الإيمان بأن "إيمى" كانت على حق فى أن الله قدر أن يضعنى على مسار جديد، وأنعم علىّ مرة أخرى.

إن ساعات العمل أطول الآن، لكننى لا أمانع ذلك. لقد فقدت وظيفة بالطبع، وهى وظيفة كنت أستمتع بها بشدة، لكن ما ربحته كان فرصة جديدة شاملة للكتابة. وأهم ما فى الأمر هو أننى تنبّهت لحقيقة أن النهايات دائماً ما تقود لبدايات جديدة. وهى حقيقة تعنى أن الخسارة ليست أكثر من تغيير فى المسار، وقد ساعد الإيمان والصبر على تبيان هذه الحقيقة.

~ جوى ريكتور





## كل شيء له معنى بالمقلوب

الإدراك المتأخر عادة ما يكون جليًا.

~ بيلى ويلدر

يصبح للحياة معنى أكثر وضوحًا في بعض الأحيان عندما تنظر إليها بالمقلوب، وقد تأكد لي ذلك هذا العام. في عيد رأس السنة الماضي، وعندما كان عمري حينها تسعة وثلاثين عامًا، أصبت بداء المناعة الذاتية، والذي هاجم بضراوة ركبتيّ وعينيّ، وكنت في أسوأ مراحلها لا أستطيع السير أو الرؤية إلا بصعوبة، واضطرت لأشهر أن أزحف على أرضية منزلي لأستخدم المرحاض أو لأحصل على كوب من المياه عندما لا يكون زوجي بالمنزل لمساعدتي على السير، ولفترة من الوقت لم أكن أرى سوى ظلال وألوان، وبالتالي لم أستطع القيادة.

ظل والداي يلحان عليّ للحضور إلى لوس أنجلوس ليقوما معي لكن شقتي كانت صغيرة (كما أن الإقامة في فنادق لوس أنجلوس باهظة التكلفة، وكنت متأكدة من أنه لا يمكنهما القيام بشيء لمساعدتي، وبسبب التأمين الصحي الرائع الذي كان يتمتع به زوجي في عمله لدى متحف جيتي؛ فقد كنت أتلقى أفضل رعاية طبية ممكنة.

لقد كانت مشكلتي الوحيدة هي عدم قدرتي على القيادة لزيارة طبيبي في مواعيد الكشف بسبب ضعف قدرتي على الرؤية، ولم أكن أرغب أن يستمر زوجي في التغيب عن العمل حتى يقوم باصطحابي. وبعد أن أوضحت لوالديّ هذه المشكلة بثلاثة أيام، وصلني منهما شيك بنكي مع رسالة قصيرة يقولان فيها إن هذا المال مخصص لـ "سيارة الأجرة" لاصطحابي للطبيب. وبعد ذلك بعدة أشهر، تسلمت شيكًا آخر من أخي لمساعدتنا ماليًا؛ حيث إنني لم أكن قادرة على العمل. أعتقد أنه

من البديهي القول إننى كنت محظوظة جدًا بالرعاية الصحية الرائعة التى حظيت بها من خلال عمل زوجى، وكذلك لكونى أحظى بعائلة ساندتى، وستساندى عاطفيًا وماديًا أثناء هذه الأوقات العصيبة.

وفيما يتعلق بروتيني اليومى، فأنا أعيش فى قرية تابعة للوس أنجلوس تدعى برنتوود؛ لذا فقد كان بإمكانى السير إلى مكتب البريد المحلى والسوق والبنك والمكتبة. ولأننى كنت معتادة المنطقة، فقد كنت أستطيع السير وحدى حتى هذه الأماكن، لكن بمجرد وصولى إليها كان على أن أعتمد على عطف الغرباء، لمساعدتى على عنونة الطرود أو شراء الأطعمة أو إيداع أموال فى البنك أو اختيار "كتاب مُسجل على شرائط كاسيت"، وقد كان هذا العطف هو ما ينقذنى فى هذه الأوقات. وقد علمت من جديد أننى قد حظيت بالمزيد من النعم. إن لوس أنجلوس مدينة كبيرة، لكننى أعيش فى قرية تتسم بمجتمع رائع من أشخاص عطوفين وصبورين ساعدونى أثناء نضالى للمحافظة على ما يشبه الحياة الطبيعية.

رغم شعورى بالامتنان، فإننى كنت دائمًا أشعر بالإحباط والخوف والحزن، لأننى لم أكن أعرف إذا كنت سأسترد قدرتى على الرؤية مرة أخرى أو متى سأستردها، كما ظللت أتساءل عن سبب حدوث ذلك لى. كان الأطباء المعالجون لى قد أجروا العديد من الفحوصات لكن لم يستطع أى منهم تحديد سبب إصابتى بهذا المرض. وقد توصل الأطباء إلى نظرية مفادها أن الحمية السيئة التى أتبعها أو الضغوط التى كنت أتعرض لها فى العمل هى ما أطلقت زمام هذا المرض ودفعت جسدى لمهاجمة نفسه، لكنهم لم يكونوا متيقنين من هذا وقالوا إن عليهم أن يصنفوا حالتى على أنها "عَرَضٌ غريب".

وكما هى الحال فى غالبية المواقف الصعبة، تبدأ العديد من النعم فى الظهور. كانت النعمة الأولى هى أننى، وبشكل جذرى، قمت بتحسين حميتى الغذائية وبدأت فى السير عدة مرات أسبوعيًا. ورغم أننى كنت قد فقدت حوالى ثمانية عشر كيلوجرامًا من خلال استخدام برامج حمية ومنتجات مراقبة الوزن منذ عدة سنوات سابقة، إلا أننى كنت لا أزال أنفر من المياه والفواكه والخضراوات والتمرينات اليومية حتى أصبت بهذا المرض، ولاحظت أننى بمجرد أن بدأت التدريب وتناول المزيد من المياه وتناول الأطعمة مثل الفاكهة والخضراوات والجوز والحليب خالى الدسم، بدأ جسدى فى التعافى، وبدأت فى الاهتمام بهذه الظاهرة لدرجة أننى قررت أننى

سأترك مجال الترفيه الذى كنت أعمل به للأبد، لأحاول أن أعمل بدلا من ذلك فى مجال يهتم بالصحة.

ومع كل هذا الوقت الذى منحنى إياه هذا المرض، بدأت فى تأمل حياتى والأشياء المهمة لى، وقررت أننى أرغب فى القيام ببعض الأعمال التطوعية كنوع من الشكر لله، لأنه منحنى عائلة مُحبة وزوجًا رائعًا ومجتمعًا رحيماً، ولم أكن متأكدة من نوع العمل التطوعى الذى أرغب فى القيام به، لذا فقد انتبعت جيداً وأملت أن تسنح أمامى فرصة ما.

وقد لاحظت، بينما كنت أذهب لزيارة طبيب الروماتيزم أسبوعياً، العديد من المواطنين الطاعنين فى السن وهم يتجولون أمام ما بدا كأنه فندق جميل. وعادة ما كانوا يلوحون لى قائلين "مرحباً"، وعندما كنت فى أسوأ مراحل مرضى وأعانى صعوبة فى السير، كانوا يقفون ليسألونى ما إذا كنت بخير بينما يدورون من حولى بأجهزة السير الخاصة بهم. وقد علمت أن الفندق الجميل الذى يعيشون فيه كان فى واقع الأمر داراً للعجزة تدعى صن رايز، وبحث عنه على الإنترنت، فاكتشفت وجود دار أخرى بالقرب من شقتى، لذا فقد قررت أننى عندما أتحسن سأسأل عما إذا كان بإمكانى التطوع للعمل هناك.

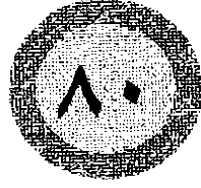
ورغم تأكيداتى أنى كنت فى سبيلى للشفاء، إلا أن والدى فى النهاية قررا وأصرا على الحضور إلى لوس أنجلوس لرؤيتى. ولقد قضيت وقتاً رائعاً معهما، فقد ذهبنا لرؤية الأزهار الجميلة فى حديقة هنتجتون، وهى أحد الأماكن التى يفضلها والداى، كما قضينا ساعات لا حصر لها فى الحديث أثناء تجوالنا فى الحي الذى أقطن به، وشاهدنا زوجى "توم" وهو يلعب التنس. لقد أحببت الاستيقاظ من النوم لرؤية والدى ووالدى.

بدأت فى استعادة قدرتى على الرؤية شيئاً فشيئاً، كما بدأ التورم الذى كان فى ركبتيّ يزول، وبعد أربعة أشهر من إصابتي بالمرض أصبح بإمكانى الرؤية بشكل جيد يسمح لى بالقيادة والسير بسهولة! ورغم أنى كنت لا أزال أتلقى العلاج، إلا أننى شعرت بالإثارة لإحساسى بالعافية مرة أخرى، لذا فقد بدأت فى إرسال طلبات العمل واتصلت بدار صن رايز للاستفسار عن فرص العمل التطوعى. وفى خلال شهر كنت قد حصلت على عمل رائع بدوام جزئى لدى شركة كيرفس، وتم قبولى للعمل متطوعة فى دار صن رايز.

عادت الحياة لجمالها مرة أخرى، وأعتقد أنني فهمت وبوضوح ما أنعم الله به عليّ أثناء هذا المرض؛ فقد منحني الوقت الذي كنت أحتاج إليه لأعيد تنظيم حميتي الغذائية وأقيّم أولوياتي وأفكر في تغيير مهنتي، ثم حدث شيء ما، كان له في الوقت ذاته تأثير شديد عليّ وأوضح لي بدرجة كبيرة السبب الرئيسي لإصابتي بهذا المرض.

لقد توفى والدي دون سابق إنذار وهو نائم، ولم يعانِ أي ألم، ولم تكن هناك أية معاناة ولا مشاعر خوف. كنت أعلم أن وفاة والدي الهادئة كانت كما تمنّاها، لكن هذه الوفاة أحدثت بي صدمة وفراغاً في قلبي، وكان عزائي الوحيد، وهو عزاء عظيم، أن مرضي الشديد قد دفع والديّ للحضور وزيارتي في لوس أنجلوس. إن العزاء في خضم هذه العاصفة هو أنني قضيت أسبوعاً أخيراً رائعاً مع أبي، ولهذا فأنا ممتنة تماماً.

~ ربيكا هيل



المجلة  
الروح

## آراء إضافية

إن هناك الكثير مما يخيفنا في العالم، لكن هناك ما هو أكثر في

إيماننا لطمأنتنا من هذه المخاوف.

~ فريدريك ديليو. كروب



بعد مكالمة هاتفية واحدة سمعت فيها العبارة التالية: "لقد فحص الطبيب الأشعة التي أجريتها على الثدي وأوصى بأن تُجرى أشعة إضافية"، بدأت الأفكار تعتمل في رأسي عما سيحدث "لو أنني...". فهل أنا مصابة بمرض "السرطان"؟ لكنني طردت الفكرة من رأسي وتمسكت بعبارة شهيرة تقول: "لا تقلق من أي شيء"، لكن أفكارى لم تكبح بسهولة.

كانت أشعة الثدي التي أجريها سنويًا قد تبعت إجراءاتي فحصًا جسديًا قبلها بأسبوع، وقد كان كل شيء طبيعيًا. فهل من الممكن أن هناك في أحشائي قنبلة موقوتة بدأت في العمل الآن؟

كان أقرب موعد استطعت تحديده هو يوم الجمعة التالي، أي بعد أسبوع بالضبط، وتقطع نومي في الليالي الثلاث التالية لهذه المكالمات الهاتفية، وتقلبت مشاعري بين الثقة برحمة الله وبين عودة الأفكار المتعلقة بإصابتي بالمرض، عندما أسمح لها بأن تغزو أفكارى وتسيطر عليها. حاول زوجي "روس" أن يطمئنني، لكنني رأيت القلق واضحًا في عينيه، فإلى أي حد كان ما رأيته انعكاسًا لما أشعر به من مخاوف؟

قمت في صباح يوم الاثنين بالاتصال بالطبيب لأرى ما إن كانت هناك فرصة لرؤيته بعد إلغاء أحد المرضى موعده، وتم تقديم الموعد ليكون يوم الأربعاء. وفي أثناء ذلك، كنت أقوم بالتحضير لتدريس بعض المواد الدينية، وجذب انتباهي أحد

الأسئلة وهو: "ما التوجه الذى تحتاج إليه ليكون عمك لوجه الله؟"، وقد كانت الإجابة هى الإيمان، والآن أنا بحاجة إلى التصرف بإيمان، وكان هذا يعنى أن أتوقف عن التفكير فى سيناريوهات إصابتي بالمرض، أى لا أسمح لها حتى بأقل حيز من تفكيرى، وسأثق بما تختبرنى به المقادير سواء كان مرض السرطان أم لا. وفى يوم الأربعاء، لفت انتباهى تصرف موظفة الاستقبال فى المركز الطبى وأزعجنى ما شعرت به من حميمية تجاهها، فهذا شىء غريب، فهى يجب أن تكون غريبة عنى تماماً؛ أى أنها شخص أراه مرة واحدة فى العام وليس مرة كل أسبوع. قدمت لى استمارة، وقبل أن أعترض، قالت لى إنها تعرف أنتى قد أكملت استمارة مماثلة فى الأسبوع الماضى، لكنهم بحاجة إلى استمارة أخرى لهذه الزيارة. نظرت إلى السؤال القائل: "ما سبب إجراء تصوير الثدي الإشعاعى؟"، وقد كانت الإجابة عليه فى الأسبوع الماضى سهلة: "إنه إجراء سنوى". أما الآن فأنا أتساءل عما ينبغى على كتابته.

شعرت موظفة الاستقبال بترددى فقالت: "اكتبى فقط آراء إضافية". آراء إضافية؟ إنها تبدو عبارة طبية تماماً، وموضوعية جداً، كما لو أن الغرض منها هو إخفاء حقيقة أن هذه "الآراء الإضافية" ستحدد ما إذا كان جسدى قد بدأ فى مهاجمتى أم لا، فأكملت الاستمارة وأعدتها إليها وانتظرت. ثم قامت سيدة أنيقة بمناداة اسمى، وتعرفت عليها فقد كانت فنية الأشعة التى أجزتها لى فى المرة السابقة، وفى هذه المرة كانت الحميمية التى شعرت بها مريحة، فتعجبت من عدم اتساق أفكارى. تلمست بعض المعلومات عن الأشعة السابقة بينما كانت تهيئنى للتصوير بأشعة إكس، وقالت: "تكلسات صغيرة"، لكنها أسرع بإضافة أن هذه التكلسات أمر شائع، وعادة ما تكون غير سرطانية، وأن الطبيب سيحدد التشخيص فى "الآراء الإضافية" بناء على الحجم والشكل وانتشارها، فجاهدت لتقبل كلماتها. طمأنتنى بعينيها الطيبتين وابتسامتها المشرقة، ولم يكن من المسموح لها بأن تمنحنى المزيد من المعلومات سوى أن تقول إن نتائج الفحص ستكون لدى طبيبى بعد يوم أو يومين، وأثناء مفادرتى، ابتسمت لى مرة أخرى. فهل يمكن أن أتعامل مع هذه الابتسامة على أنها دلالة على أن كل شىء بخير؟ لكننى كنت بحاجة لما هو أكثر من مجرد ابتسامة.

فى المنزل، قمت بالولوج إلى الإنترنت، وبعد بحث سريع توصلت إلى تعريف التكلسات الكبيرة والتكلسات الصغيرة، وسرعان ما انتهى شعورى بالراحة بسبب تكلساتى "الصغيرة"؛ فالتكلسات الكبيرة فى غالبية الأحيان تكون غير سرطانية. أما التكلسات الصغيرة فهى أمر مختلف، فمن الممكن أن تكون دلالة على الإصابة بالسرطان، وإن كان ذلك ليس دائماً، فتذكرت المثل القائل: "القليل من المعرفة شىء خطير".

أتت نتائج الفحص بمكالمة هاتفية - كانت تكلساتى من النوع الصغير وعلمت أنها ظهرت منذ آخر فحص أجرته فى العام الماضى، وأوصى الطبيب بإجراء فحص للنسيج وأعطانى اسم جراح ورقم هاتفه، وسألته إذا كان يثق بأن يعالج هذا الجراح زوجته فقال: "لقد وثقت به من قبل بالفعل".

كان بإمكان الجراح رؤيتى يوم الثلاثاء التالى فى الثامنة والرابع صباحاً، وسعدت بهذا الموعد العاجل، لكنه يعنى أيضاً المزيد من الانتظار.

الانتظار - كلمة طالما كرهتها، فقد كانت دوماً بالنسبة لى مرادفة لكلمة الإضاعة، أى إضاعة وقت ثمين يمر دون أية فائدة، ولا يمكن تعويضه أبداً. كنت قد سمعت أن نهاية الرحلة أقل أهمية من الرحلة ذاتها، والآن فهمت مغزى هذه العبارة، فإن العضلة ليست ما إذا كنت مصابة بالسرطان أم لا، بل إن الفكرة هنا هى كيفية استجابتى وتعاملى مع هذه الظروف - فهل سأعامل معها بثقة وإيمان، أم بشك وخوف؟ واخترت أن أومن بمن ثبت لى مراراً أنه قريب منى - الله.

وصلت لعيادة الجراح فى الثامنة صباحاً يوم الثلاثاء، وكانت المرة الأولى التى أصل فيها مبكرة فى موعد ما منذ أشهر. قام الطبيب بفحصى وشرح لى كيفية إجراء فحص الأنسجة، حيث سيقوم جهاز يتحكم فيه الحاسب الآلى بتوجيه الإبرة التى ستستخلص عينة من الأنسجة، ولا بد أن تعبيرات وجهى تغيرت، لأن المريضة قدمت لى بعض المناديل الورقية وأسرع الطبيب لطمأنتى وقال إن ثمانين بالمائة من التكلسات حميدة، فاستعدت رباطة جأشى بما يكفى لأسأله عن عدد الفحوصات التى أجراها من هذه النوعية، فأجاب هو والمريضة فى الوقت ذاته قائلين: "ألف مرة"، فشعرت بالقليل من التحسن.

تم تحديد موعد الفحص يوم الاثنين التالى، وموعد المتابعة مع الجراح بعد ثلاثة أيام للحصول على النتائج - أى المزيد من الانتظار.

اتجهت بشكل طبيعى نحو الانشغال الدائم، أى ملء وقتى بما يكفى من أنشطة لإلهائى عن الظروف التى تهدد عالمى، لكن وردت إلى خاطرى عبارة أخرى: "تماسك واعلم أن الله معك". ومرة أخرى كان على أن أختار بوعى التخلّى عن سيطرتى على الظروف؛ وهى سيطرة لم أكن أملكها من الأساس.

وصلت أنا و"روس" مبكرين فى يوم إجراء فحص الأنسجة. لم تكن الإجراءات مريحة، لكنها لم تكن على القدر نفسه الذى تخيلته من الألم، وكان الطبيب يشرح لى ما يفعله فى كل مرحلة، وفى منتصف الإجراءات بدأت فى التصيب عرقاً لشعورى بالخوف، وذكرت نفسى بأننى لست وحدى وأن الله يقربى وسيساعدنى، وبعد ساعة كنا فى المنزل. شعرت ببعض الألم، لكن الأسوأ منه كان أننى مجبرة على الانتظار حتى يوم الخميس بعد الظهر لأعرف النتائج.

دعوت الله أن تكون نتائج الفحص سلبية، لكننى تذكرت سؤالاً طرحته على تلامذتى فى أحد فصول الدراسية وهو: "إذا لم يستجب الله لدعائك، فماذا سيكون رد فعلك؟"، وقد علمت أنه مهما كانت النتائج، فإن الله يحببى وسينجبنى من هذا.

يوم الخميس كنا ننتظر مرة أخرى حتى يتم استدعائى، وبينما كانت الممرضة تصطحبى إلى غرفة الفحص سألتنى عن شعورى. قلت: "هذا ما أتيت لأعرفه".

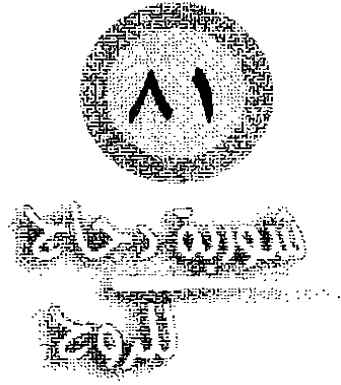
فرفعت نتائج فحص الأنسجة الخاصة بى وأشارت إلى كلمة "حميدة" وقالت: "أنت بخير، بخير حقاً".

وأكد لى الطبيب هذا التشخيص ووجهه تعلوه ابتسامة عريضة، وطلب إجراء تصوير بالأشعة على الثدي للمتابعة بعد ستة أشهر، وتوجهت بالشكر والحمد لله على رحمته التى لا أستحقها.

اعدت بتفكيرى للمكاملة الهاتفية الأولى، هل كانت منذ ثلاثة أسابيع فقط؟ بدا أن حياتى لم تختلف منذ هذا اليوم حتى الآن، لكننى أصبحت مختلفة. ومع ذلك فقد ظل هناك شىء وحيد لم يتغير، وهو العناية الإلهية مهما كان ما سيحدث، سواء أصبت بالسرطان أم لا.

~ آفا بينينجتون





## نعمة صغيرة شقراء

الأحفاد هم النقاط التي تصل بين الخطوط من جيل إلى جيل.

~ لويس وايس

إن كل واحد من أحفادي الأحد عشر متميز بالنسبة لي! منذ عدة أيام كان حفيدي "هانتر" - البالغ من العمر عشرة أعوام - في زيارتي، فأخبرني بأن عليّ الإسراع وكتابة بعض القصص لكتاب من سلسلة كتب شوربة دجاج للروح عن تعديد ما لديّ من نعم، فقال: "جدتي، لماذا لا تكتبين عن حفيدك؟"، فعلمت من ابتسامة الفخر التي علت وجهه أنه يقصد نفسه، ولم أستطع التوقف عن احتضانه! في الحقيقة، هناك رابطة خاصة تجمعني مع هذا الطفل الصغير الأشقر؛ فقد كنت من رعايه بعد ولادته وانتهاء فترة إجازة الحضانة الخاصة بوالدته، وعندما عادت زوجة ابني "شارون" لعملها كان الطفل "هانتر" يبقى معي يوميًا منذ يونيو ١٩٩٩.

وفي شهر يوليو عام ١٩٩٩، تلقينا خبرًا كارثيًا بأن ابنتنا البالغة من العمر ثمانية وعشرين عامًا قد توفيت في حادثة سيارة، فانقلبت حياتي رأسًا على عقب. وبداية من إجراءات الجنازة لم أستطع أن أرى أمامي سوى الحزن، وكان عليّ أن أقرر إذا كنت سأستمر في رعاية "هانتر" أم لا، بينما كنت لا أزال منغمسة في أحزاني. وقد منحني حملي هذا الطفل الصغير بين ذراعي شعورًا جارفًا بالراحة والحب دفعني إلى اتخاذ قراري باستمرار في رعايته أثناء وجود والديه في العمل، وأعتقد أن ذلك كان أفضل علاج لي استطعت اكتشافه في هذا الوقت. وأتذكر هدهدته واستشاقى رائحة رأسه الصغيرة وهي بين أحضاني، والتفكير في أن طفلًا صغيرًا

أشقر أضفى على حياتى منذ فترة طويلة مضت السعادة نفسها! فقد كان يذكرنى بشدة بابنى!

كانت هناك أيام لم أستطع فيها التوقف عن البكاء، لكن بدا أن احتضانى "هانتر" والبكاء فوق رأسه الحانى كان يساعدى. كان باستطاعتى الشعور بحبه غير المشروط عندما يرفع رأسه لى ويبتسم، وعادة ما كنت ألاحظه وهو ينظر بلا هدف إلى الهواء ويبتسم ويقرقر بفمه ويبدو كما لو أنه يحدث كائنات غير موجودة! لقد شعرت كما لو أن له ملاكاً حارساً جديداً يرعاه لم يلتقه من قبل... وهو عمه "دونى" الذى يشبهه إلى حد كبير عندما كان طفلاً! كان "دونى" يعيش فى نورث كارولينا ولم يكن قد سافر بعد إلى تينيسى لرؤية ابن أخيه الوافد الجديد لأن أجله كان قد حان. لقد ظهرت هذه النعمة الصغيرة الشقراء فى حياتى فى الوقت المناسب الذى كان يعلم الله فيه مدى احتياجى إليها، أى قبل شهرين من فقدى ابنى. يقولون إن لكل شىء سبباً، وفى هذه الحالة، فإننى أوّمن تماماً بصحة هذه العبارة! حسناً يا "هانتر"... إن جدتك كتبت بالفعل قصة عنك!

~ بيفرلى إف. ووكر





عندك

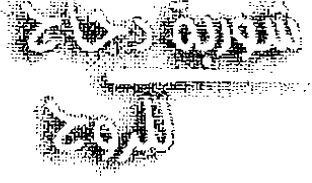
منظور جديد

منظور جديد

إن الحياة التي أعيشها اليوم مذهلة، وأنا أعدد نفسي  
كل يوم والهبات التي وهبني الله إياها.

~ ساشا أزيبيدو





## لقد عثرت على ابني مرة أخرى

إن كل يوم عبارة عن فرصة للحصول على نهاية سعيدة.

~ مؤلف مجهول

اسمحوا لي أن أحكى لكم قصة تعبر عن قوة الامتنان والتفاهم المتبادل، واللذين  
ظهرتا من خلال الاستماع المتعاطف.

أشركني أحد أصدقائي الأعزاء في إحدى المرات في قلقه الشديد على ابني  
الذي قال عنه إنه "متمرد" و"مضطرب" و"عاق".

قال لي صديقي: "ستيفن، أنا لا أعلم ما الذي عليّ فعله، لقد وصل الأمر بيننا  
لدرجة أنني عندما أدخل الغرفة لمشاهدة التلفاز مع ابني، يغلّق التلفاز ويخرج  
منها. لقد بذلت قصارى جهدي حتى أقرب منه، ولكن هذا الأمر يتعدى حدود  
قدرتي".

في الوقت ذاته، كنت أدرس بعض المحاضرات بالجامعة عن كتاب العادات  
السبع للناس الأكثر فعالية،\* فقلت: "لماذا لا تأتي معي لتحضر محاضرتي الآن؟ إننا  
بصدد الحديث عن العادة الخامسة - كيف تستمع بتعاطف إلى شخص آخر قبل أن  
تحاول التعبير عما يجول في خاطرك. أنا أعتقد أن ابنك يشعر بأنك لا تفهمه".  
فرد عليّ: "أنا أفهمه بالفعل، ويمكنني أن أتخيل كم المشكلات التي سيقع فيها  
إذا لم يستمع إليّ".

فقلت: "دعني أفترض أنك لا تعرف شيئاً عن ابنك - ابدأ معه صفحة جديدة،  
ثم استمع له دون أن تقوم بأي تقييم أو حكم أخلاقي عليه. تعال معي إلى المحاضرة  
لتتعلم كيف تقوم بهذا الأمر وكيف تستمع إليه ضمن إطاره المرجعي".

\* متوافر لدى مكتبة جرير

وقد ذهب معى إلى المحاضرة بالفعل. معتقداً أنه قد فهم ما عليه فعله بعد محاضرة واحدة، ذهب إلى ابنه وقال له: "أنا بحاجة إلى أن أستمع إليك - ربما لم أفهمك، لكنى أرغب فى أن أفهمك".

رد عليه ابنه قائلاً: "إنك لم تفهمنى قط - قط"، وابتعد عن والده.

فى اليوم التالى، قال لى صديقى: "ستيفن، إن الأسلوب لم ينجح. لقد حاولت معه، وكانت تلك هى الطريقة التى عاملنى بها. شعرت كما لو أنى قلت له: "أيها الأحمق، ألسنت ممتناً لما فعلته لك وما أحاول فعله الآن؟ أنا لا أعلم حقاً ما إذا كان هناك أى أمل أم لا".

فقلت: "إنه يختبر صدقك - فما الذى اكتشفه؟ لقد اكتشف أنك لا ترغب فى أن تفهمه حقاً، بل ترغب فى أن يسير كما تهوى".

فرد على: "يجب عليه أن يفعل ذلك هذا التافه الصغير. إنه يعرف جيداً ما يفعله ليصعب على الأمور".

قلت له: "انظر إلى ما فى داخلك الآن... إنك غاضب ومحبط وتتملكك الأفكار المتضاربة. هل تعتقد أن باستطاعتك أن تستخدم أسلوب الاستماع السطحي مع ابنك لتساعده على أن يفصح عما بداخله لك؟ هل تعتقد أنه باستطاعتك أن تتحدث معه أو حتى تتنظر إليه دون أن تظهر تلك المشاعر السلبية التى تعتمل داخلك؟ عليك أن تقوم بالمزيد داخل عقلك وقلبك، وفى النهاية سوف تتعلم أن تحبه وتقدره كما هو دون شروط بدلاً من أن تكتم حبك له حتى يسير على هواك، وخلال هذا ستتعلم أن تسمع إلى ما يهمله، وعند الضرورة، ستعذر له عن أحكامك السابقة عليه أو أخطائك السابقة أو أى شىء يتطلبه الأمر".

فهم صديقى ما أقصد، واستطاع أن يرى أنه يستطيع أن يمارس الأسلوب بشكل سطحي، ولكنه لن يستطيع أن ينتج الطاقة اللازمة لممارسته بحق وباستمرار بغض النظر عن النتائج.

لذا فقد عاد إلى الصف ليتعلم المزيد وبدأ فى العمل على التحكم فى مشاعره ودوافعه، خاصة الحاجة إلى التقدير والاحترام والتعاطف، وسرعان ما بدأ يشعر بتوجه جديد يولد داخله، وتحولت مشاعره تجاه ابنه لتصبح أكثر حناناً وحساسية وانفتاحاً. لقد أصبح ممتناً من ابنه، لأنه أصبح راغباً فى فهمه وتقديره.

قال لى أخيراً: "أنا جاهز. سوف أحاول معه مرة أخرى".

فقلت: "سوف يختبر صدقك مرة أخرى".

فرد عليّ: "لا بأس يا ستيفن. فى هذه اللحظة، أشعر بأنه سيرفض أية مبادرة سأخذها معه، ولكن لا بأس. سوف أستمر فى المحاولة لأن هذا هو الأمر الصحيح لفعله، وهو يستحق هذا. إنى أشعر بالكثير من الامتنان له وللتعلم بالطريقة الصعبة".

فى تلك الليلة، جلس صديقى مع ابنه وقال له: "أعلم أنك تشعر بأنى لم أحاول أن أفهمك أو أقدرك، ولكنى أرغب فى أن تعرف أنتى أحاول ولن أكف عن المحاولة". مرة أخرى، رد عليه ابنه ببرود: "إنك لن تفهمنى أبداً"، ونهض مفادراً الحجره، ولكن بمجرد أن وصل إلى الباب، قال صديقى لابنه: "قبل أن تذهب، أريدك أن تعرف أنتى آسف جداً على ما سببته لك من إحراج أمام أصدقائك فى تلك الليلة". التفت ابنه وقال: "أنت لا تعلم مدى الإحراج الذى شعرت به"، واغرورقت عيناه بالدموع.

قال لى صديقى فى وقت لاحق: "ستيفن، إن كل التدريب والتشجيع الذى منحته إياى لم يكن له مثل تأثير اللحظة التى رأيت فيها ابنى يبكى. لم تكن لدى أدنى فكرة عن أن الأمر أثر به، وأنه بهذا الضعف. للمرة الأولى، رغبت بحق فى أن أستمع إليه. لقد زاد امتنانى كثيراً".

وقد استمع إلى ابنه بالفعل... بدأ الفتى يفتح لوالده بالتدرج، وتحدثا حتى منتصف الليل، وعندما دخلت زوجته وقالت: "حان وقت النوم" قال ابنه بسرعة: "إننا نرغب فى الحديث، أليس كذلك يا أبى؟"، واستمر فى الحديث حتى الساعات الأولى من الصباح.

فى اليوم التالى، أقبل عليّ صديقى فى رواق المبنى الذى يوجد به مكتبى والدموع فى عينيه وقال: "ستيفن، لقد وجدت ابنى مرة ثانية".

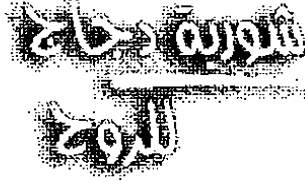
كما اكتشف صديقى، هناك بعض المبادئ الأساسية التى تحكم جميع العلاقات البشرية، وأن العيش بتناغم مع هذه المبادئ أو القوانين الطبيعية أمر أساسى لتحقيق حياة أسرية سعيدة. فى هذا الموقف، على سبيل المثال، كانت المبادئ التى ينتهكها صديقى هى المبادئ الأساسية للامتنان والتعاطف والاحترام، وانتهكها الابن بدوره، ولكن اختيار الأب أن يحيا بتناغم مع هذه المبادئ - أن يحاول أن يستمع إلى ابنه بصدق وتعاطف - قام بتغيير الموقف بأكمله نحو الأفضل، كما شعر الابن أيضاً بالامتنان من والده ومن التفاهم الذى توصلنا إلى تحقيقه فيما بينهما. يمكنك أن تغير عنصرًا واحدًا فى أية معادلة كيميائية فيتغير ناتجها تمامًا.



إن تجربة مبادئ الامتتان والتعاطف والاحترام والقدرة على الاستماع بصدق  
وتعاطف إلى إنسان آخر تعد من بين سمات الأشخاص المؤثرين بشدة في جميع  
مجالات الحياة.

هل يمكنك أن تتخيل شخصًا مؤثرًا بحق لا يحترم أو يقدر الآخرين أو الذين لا  
يستمع إليهم بعمق وفهم؟

~ ستيفن آر. كوفى



## الفتاة داخل الصندوق

تمتع بالأمور البسيطة،

لأنك في يوم ما ستنظر إلى الخلف

وتكتشف أنها كانت أمورًا رائعة.

~ روبرت براولت

تعثرت في الصندوق في ظهر أحد الأيام الممطرة أثناء تنظيفي المرآب. كان هذا الصندوق مدفوناً تحت شجرة زينة صناعية وكومة من خيوط العنكبوت، وكان هذا الصندوق أحد الصناديق التي لم أقوعلى إفراغها عندما عدنا إلى كاليفورنيا. ولدهشتي، وجدت مجموعة من الكتب الدراسية والصور القديمة وبطاقات المعايدة وبعض الحلوى الصغيرة عندما وضعت يدي داخل الصندوق... كانت ذكريات حياتي مكدسة في صندوق لم يتفتت بفعل الانتقالات المتعددة.

أغلقت الصندوق؛ فلم تكن لديّ الرغبة في فرز تلك الأشياء اليوم. عندما كانت الأمطار تضرب سطح المرآب بقوة وضعت وجهي بين كفّي وبدأت في البكاء - لم تكن تلك المرة الأولى التي أبكى فيها اليوم، فقد كانت توافه الأمور تدفعني إلى البكاء هذه الأيام مثل حرق قطعة من الخبز أو فقد مفاتيحي أو عندما لا يجب أطفالي الأربعة وجبة العشاء التي أعدتها لهم من المكرونة والجبن. لقد شعرت كما لو كنت قنبلة موقوتة، يمكن أن تنفجر في أية لحظة. ما الذي انتابني؟

منذ ثلاثة أعوام، انتقلنا إلى "أريزونا" آمليين في بداية جديدة لأسرتنا الصغيرة. كنا قد تتبعنا "حركة حمى الذهب" ونحن نخرج من كاليفورنيا، واشترينا منزلنا الأول في مكان كنا متأكدين أنه "البيئة المناسبة لأطفالنا". كانت مدينتنا الجديدة تفتخر بمتنزهاتها الجميلة في كل مكان ومنازلها الجديدة المترامية وجميع مقومات

الحياة الجيدة. عندما حصل زوجى على وظيفة جيدة فى المدينة، بدا كما لو كان كل شىء سيصبح على ما يرام وأن كل أحلامنا ستتحقق.

بمجرد أن استقر بنا الأمر فى منزلنا الجديد، بدا أن كل ما فى داخله بدأ فى الانهيار؛ فقد أصيب ابنى الأكبر بمرض شُخص على أنه "متلازمة توريت"، فى حين كان ابنى الأصغر يعانى مفضًا قولونيًا حادًا، وبدأت وظيفة زوجى التى بدت واعدة فى إنهاكه، فى حين حاولت أنا أن أسانده بالطاقة المحدودة التى تبقت لى. نتيجة لذلك، اضمحلت إمكانياتنا المادية بشكل كبير، الأمر الذى وصل بى إلى طريق مسدود. ألم نأت إلى هنا بحثًا عن حياة أفضل؟

فى عصر أحد الأيام، بدأ كل شىء فى الانهيار؛ حيث وصلت درجة الحرارة فى هذا اليوم إلى ١٢٠ درجة فهرنهايت عندما تعطل مكيف الهواء الجديد، الأمر الذى اضطرنا إلى الانتقال للإقامة فى فندق. ألقى زوجى بملابس عمله فى صندوق سيارتنا المتهالكة التى قاىض سيارته الجديدة بها، ونظر إلى بحزن قائلاً: "أنا آسف، لو كنت أعرف أن الأمور ستسوء بهذا الشكل...".

بعد ثلاث سنوات تقريبًا من انتقالنا، وجدت نفسى أعد الصناديق مرة أخرى. وانفجرت الدموع التى حبستها طويلاً عندما رثيت أحلامنا. لقد غيرت شركة زوجى مقرها، وبعد ذلك حصل على وظيفة فى كاليفورنيا، وبسبب انخفاض أسعار المنازل، بدأ أننا سنضطر إلى رهن منزلنا - ذلك المنزل الذى ادخرنا المال من أجله وحلمنا به وبنيناها حجراً فوق حجر. ألقى نظرة أخيرة على سطح مطبخى الجرانيتى، ثم وضعت الصناديق فى شاحنة الأثاث وحاولت ألا أنظر إلى الخلف مرة أخرى.

ابتسمت فى وجوه أطفالى متظاهرة بالشجاعة أثناء صعودنا درجات منزلنا المستأجر "الجديد" فى كاليفورنيا، ثم تكلمت بحماس قائلة: "انظروا إلى المنظر" وكنت أحاول أن أكون إيجابية، ولكن فى الليلة نفسها عندما جُبت أنحاء المنزل شعرت بالغربة. لقد حاولنا جاهدين أن نجعل الأمور تتجح. كيف فشلنا؟

فى خلال أسابيع من عودتنا إلى كاليفورنيا، أصبت بفيروس خطير تركنى ضعيفة لشهور، وبسبب عدم قدرتى على الخروج والاختلاط بالناس، أصبحت منطوية ومحبطة؛ فقد مُحى فى داخلى أى أمل للحصول على حياة جديدة ها هنا، وكان أقصى نجاح بالنسبة لى هو وضع دجاجة فى حلة الطهى الكهربائية والذهاب لغسل شعرى؛ فالمرأة النشيطة التى كانت فى يوم من الأيام منظمة حفلات من الطراز الأول والقائدة والاجتماعية، اختفت الآن خلف الشعر المتلبد والبنطال المتسخ.

كان هذا اليوم أحد تلك الأيام السيئة؛ فلم أجد الوقت لأغير بنطالي أو لأغسل شعري، حينما تعثرت في الصندوق. كنت أعتقد أنى سأتمكن من فرز الكومة التي لم نفرزها منذ انتقلنا إلى هنا، وجعلت أطفالي يشاهدون فيلم رسوم متحركة وشغلت نفسي بالمرآب. بعد ثلاث ساعات، كنت قد تناولت كيساً كاملاً من المقرمشات ولكنى لم أفعل شيئاً بكومة الأشياء. بعد ذلك فتحت الصندوق.

في نهاية الأمر، أخذت نفساً عميقاً وفتحت الصندوق مرة أخرى، وأخرجت محتوياته واحدة بعد أخرى: هذه صورة لى وأنا ابتسم في يوم تخرجى واضعة إكليلاً سخيلاً من الزهور حول رقبتى، وكان يقف بجانبى زميل سيصبح فيما بعد زوجى، وهذه بطاقة بريدية من أفضل صديقاتى، تخبرنى فيها كم كانت فرحتها شديدة لأنى خصصت بعض الوقت لحديث من القلب أجريته معها، وتلك أول صورة صوتية لابنتى، التى صحت حينها مبتهجة: "إنها بنت"، وبطاقة معايدة بالعيد من ابنى رسم عليها رسومات وردية رائعة، وكتاب العام الخاص بمدرستى الثانوية والذى افتخرت فيه بأقبح قصة شعر فى العالم، ودبوس خشبى مترب فزت به نظير مشاركتى فى مسابقة الولاية فى التهجى (كنت خسرت بسبب كلمة "مجاور" والتى لن أنساها ما حييت).

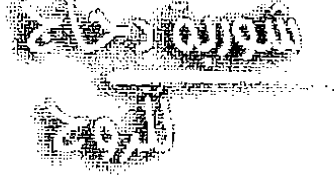
فحصت الأشياء التى كانت فى الصندوق وانهمرت دموعى مرة أخرى؛ فقد ظلت جميع هذه الأشياء الثمينة مهمة لسنوات تنتظرنى كما لو كانت هبة من الله. أجزاء منى، من حياتى... أجزاء فقدتها على طول طريق حياتى. أين ذهبت تلك الفتاة المبتسمة ذات قصة الشعر الرديئة (لم يتحسن شعري كثيراً منذ ذلك الحين، ولكن رغم ذلك... متى كانت آخر مرة ابتسمت فيها بهذا الشكل؟).

نظرت مرة أخرى إلى الصورة وهزرت رأسى - لقد فقدت نفسى بشكل ما خلال رحلة حياتى. فى زحام الحياة، فقدت نفسى وفقدت كل الأمور التى كانت تهمنى بحق، وعندما تفتت تلك الأحلام، نسيت كم ابتعدت وكم كنت أمتلك من نعم.

كان هذا هو اليوم الذى قررت فيه أن أبدأ فى الحياة من جديد، فالتقطت هذا الصندوق وتلك البقايا. وبدلاً من غلق الصندوق فتحت قلبى، وأصبحت أستلقى فى الفراش مع أطفالي فى صباح أيام السبت بدلاً من الإسراع لغسل الملابس، وعددت النجوم مع ابنتى ونحن جالستان على درج منزلنا فى إحدى الليالى النادرة ذات السماء الصافية، وتركت ابنى يأخذ قطعة من الكعك من الوعاء دون تحذيره من الميكروبات، ثم خفضت زجاج سيارتى وقدمتها على الطريق الساحلى عائداً إلى

المنزل، مستمعة إلى أغنية لـ "بون جوفى" وأنا أدق على عجلة القيادة مثل المراهقات.  
وللمرة الأولى فى حياتى، لم يهمنى ما يعتقده الآخرون فىّ.  
إنى ممتنة لتلك الفتاة فى الصندوق، فقد علمتني أن الحياة ليست سهلة دائماً،  
ولكننا فى النهاية، وفى غمار هذه التجارب، نجد أنفسنا أقوى مما كنا نعتقد ونشكر  
للأمور البسيطة ونحتفى بالماضى وتنظر إلى المستقبل.

~ كارين كوكزوارا



## لقاء غير متوقع

عادة ما تُضاء أكثر لحظات سعادتنا إشراقاً بأمر غير متوقعة.

~ صامويل جونسون

لقد سمعنا صوتاً من بين الشجيرات يقول: "هل تملكون الوقت للمشاركة في حفل ما؟".

كنا، أنا وزوجي، في طريقنا إلى قمة جبل إيفانز في كولورادو لمشاهدة الأشجار التي تتميز بها المنطقة. توقفنا في منطقة للتنزه للقيام بجولة سير قصيرة. كنا نبحث عن الصفاء والقوة، لأنه في اليوم السابق انهارت سوق الأوراق المالية، ولم نكن نعلم كيف سننجم من هذه الضائقة المالية. كان كلانا قد شارف على التقاعد، وكان زوجي "ديف" يعمل بدوام جزئي في ملعب للجولف، وكنت أنا أعمل ليوم واحد فقط مدرّسة بروسة الأطفال. كنت قد طردت من عملي الآخر الذي كنت أعمله بدوام جزئي، ولم يكن "ديف" يعمل في الوقت الحالي لأن عمله موسمي. كنا نحيا على دخل الفائزة الذي نحصل عليه من مدخراتنا، وكنا نعلم أننا سنضطر إلى القيام بتغييرات جذرية في أمورنا المالية. وقد اكتشفنا في الماضي أنه عندما نقوم برحلة إلى الجبال تتغير وجهة نظرنا للأمور.

نظرنا إلى الخلف، فرأينا مواطناً أمريكياً من الهنود الحمر يقف في منطقة خالية فوق مجموعة من الصخور. كان طويلاً ويضع على رأسه رابطة رأس هندية تلتف حول شعره الفضي، وكان يضع بطانية هندية مزخرفة حول كتفيه، وكان حافي القدمين. وتحت قدميه كانت هناك بطانية حمراء بسيطة مغطاة بأشياء مختلفة. سألته: "ما هذا الاحتفال؟".

رد على قائلاً: "إنه احتفال لشكر الله، وطلب المعونة منه للكثير من الناس".

"هل يمكننا أن نقوم بذلك عندما تنتهي من جولتنا؟".

رد على قائلاً: "حسناً، ربما أكون قد ذهبت حين عودتكما، حيث إن كل شيء معاً للاحتفال الآن".

تساءلت ما إذا كان ما يفعله أسلوباً للحصول على المال منا، لذا سألته: "هل الاحتفال مجاني؟".

فرد قائلاً: "بالطبع، ولكن لا يمكنك المشاركة إلا إذا رغبت في ذلك".

لم يكن زوجي واثقاً في البداية، ولكن بعد أن أدرك أن الاحتفال لن يتعدى العشر دقائق، وافق كلانا وعدنا إلى المكان الذي كان يقف فيه. قدمنا له أنفسنا فأخبرنا بأنه يُدعى "مايكل بيرد بير"، وأنه طبيب قبيلة من الهنود الحمر تُدعى سيوكس في داكوتا الجنوبية، وكان في بولدر بكولورادو من أجل حضور مؤتمر. قبل أن يبدأ رحلته، وعد العديد من الأشخاص بأنه سيقوم بهذا الاحتفال في هذه البقعة المقدسة في الجبال، وقال إن جزءاً من الاحتفال سيكون بلغته الأصلية، وجزءاً آخر سيكُون بالإنجليزية، واستسمحنا في ألا نلتقط أية صور، فوافقنا.

سألته: "هل يمكن أن نخبرنا بما ترمز إليه هذه الأشياء الموضوعية على البطانية؟".

"في يدي اليسرى جزء من شهاب سقط على الأرض منذ آلاف السنين. والكريستالة التي في يدي اليمنى لها خواصها الفريدة أيضاً. إن الأشياء التي على البطانية ترمز إلى جميع المخلوقات من أكبرها إلى أصغرها: هناك كف دب ما زالت برائته موصولة به، وشخشيخة مصنوعة من جمجمة فأر المسك، ويرمز جلد الثعبان إلى تجدد كل شيء، لأن الثعبان يتخلص من جلده القديم لينمو له جلد جديد، وهناك أيضاً قطعة من الخشب المتحجر وصخرة فريدة من نوعها، وهناك فأسان من فتوس التوماهوك، إحداهما قديمة للغاية ومزخرفة بالخرز وأخرى أحدث منها تعبيراً عن سير الوقت".

نظرت إلى كرة من الخيوط المتشابكة تتدلى منها كرات صغيرة مختلفة الألوان وسألته قائلة: "ما هذه؟".

قال: "هذه صلوات لتلقى البركة، أنت تعلمين أن الخير يحيط بك طوال الوقت. وهذه الكرة تعبر عن صلوات آلاف الناس في جميع أنحاء العالم، وليس في أمريكا فقط".

قال لنا إنه يرغب في توجيه الشكر إلى العناية الإلهية التي وهبتنا كل هذه النعم، وبعد ذلك سيطلب من الله أن يلبي صلوات الملائكة. رفع ذراعيه نحو السماء، وإننى بلغته بهدوء متحولاً ببطء ليواجه الاتجاهات الأربعة، ثم قال بالإنجليزية: "نشكرك على كل شيء. من فضلك تقبل الصلاة الخاصة من ديفيد ومارنا جونز"، واستمر ذاكراً أسماء عدد آخر من الأشخاص والعائلات الأمريكية الأصلية، ثم اختتم الاحتفال عن طريق التغنى مرة أخرى بلغته الأصلية.

سأله زوجي: "هل هذه نهاية الاحتفال؟"

أجاب "مايكل"، ولم يكن يعلم أننا قلقون بشأن الضائقة المالية التي نمر بها، قائلاً: "نعم، لقد وعدتكم بأنه سيكون قصيراً. أنتم تعلمون أن الله لا يرغب أن يحيا الناس في فقر، ولا بأس من أن تملك ما يكفيك من مال".

فكرت أنه سيطلب منا المال لمساعدة قبيلته، ولكنه قال بدلاً من ذلك: "لا تقلقا، ستصبح أموركم على خير ما يرام".

سألته: "كيف تعلم أن هذه البقعة بقعة مقدسة؟ هل ورثت هذا المكان؟"

أجاب: "نعم، قد تتعجبين من سبب قربه من هذا الحمام الخارجى - البقعة المقدسة جاءت أولاً، ثم أضيف الحمام الخارجى فيما بعد"، فضحكنا جميعاً. أخبرته بأن زوجى يهوى بحق ثقافة الهنود الحمر، وأن عائلة والده كانت تحيا بالقرب من إحدى محمياتهم فى ميشن بداكوتا الجنوبية، وقلت أيضاً إننى أتفق مع مفهوم الهنود الحمر عن أن جميع الأشياء مرتبطة ببعضها.

وضحكت قائلة: "أعتقد أن الأرواح موجودة فى الفراغات بين الذرات".

قال مايكل: "بالضبط، هل سمعت من قبل عن دون ميغيل رويز؟"

أجبت بالنفى.

فقال: "لقد ألف كتاباً أعتقد أنك ستستمتعين به يسمى *The Four*

*Agreements*

أجبت: "سوف أشتريه".

شكرته أنا و"ديف" على سماحه لنا بأن نكون جزءاً من الاحتفال، وتمنينا له الحظ السعيد وتصافحنا جميعاً وودعنا بعضنا. سرنا أنا و"ديف" عائدين إلى المرآب، الذى كان خالياً إلا من سيارتنا وسيارة "مايكل بيرد بير". فى طريقنا للمنزل تحدثنا عن مدى غرابة ما مررنا به. لم نتوقف قط من قبل فى إحدى مناطق



المتنزه، ولو لم نتوقف لالتقاط بعض الصور عند البحيرة ونحن فى طريقنا إلى الجبال، لم نكن نلتقى بهذا الرجل أبدًا.

بعد أن وصلنا إلى المنزل، تحدثنا عن أمورنا المادية، وأدركنا أنه مطلوب من كل منا أن يعمل بجد أكبر. حصل " ديف " على وظيفة يعمل بها فى أيام الإجازات فى محلات راديو شاك، وعاد مرة أخرى إلى عمله بملعب الجولف، حيث كان مهتمًا من اشتراك الجولف المجانى الذى سيحصل عليه كجزء من مستحقات تقاعده، بينما حصلت على وظيفة كمدرسة بديلة فى مدرستين مستخدمة شهادتى فى التعليم الابتدائى، وأنا أستمتع حقًا بالتدريس من جديد وبالمشاركة فى تطوير تلك العقول الصغيرة.

إننا نستخدم بعضًا من مدخراتنا وقلصنا ميزانيتنا الشهرية وتخلينا عن الرفاهيات مثل تناول الطعام فى الخارج كثيرًا، ولكن وضعنا قد تحسن. لقد أصبحنا نقدر بعض الأمور الصغيرة بشكل متزايد مثل الوقت الذى نمضيه معًا حيث أصبحنا أقرب من بعضنا أكثر مما كنا طوال حياتنا؛ فلقد طمأننا احتفالنا مع "مايكل بيرد بير" وعزز من تواصلنا وأمدنا بالقوة.

~ مارنا مالاج جونز



شؤون عامة  
للذبح

## ساعة الغداء

إن الوقت وهم، ووقت الغداء وهم مضاعف.

~ دوجلاس آدمز

أمسكت في يدي علبة من الزبادي وحاولت أن أكل منها أثناء قراءتي بريدًا إلكترونيًا أرسله لي العملاء خلال ساعة الظهيرة. حتى خمس عشرة دقيقة في غرفة طعام الموظفين بدت كأنها رفاهية مبالغ فيها؛ فشركتنا، مثلها مثل الكثير من الشركات، اقتصدت في التكاليف عن طريق عدم تعيين موظفين بدلاً من الموظفين الذين يتركون العمل، وكان من المتوقع من الموظفين الذين بقوا في أعمالهم أن يملأوا الفراغ الناتج عن هذا.

لقد كان هذا الأمر يعنى بالنسبة لي عدم الحصول على ساعة الغداء، بالإضافة إلى استكمال العمل في المنزل خلال الليل أو في عطلات نهاية الأسبوع. لم أشعر بأننى أعمل في وظيفة، بل شعرت بأننى أنا الوظيفة. وقد أردت أن أستقيل، ولكن بسبب الحالة الاقتصادية المتردية، شعرت بأننى لن أتمكن من هذا حتى أضمن أنتى سأشغل وظيفة أخرى. لقد كان الأمر جيدًا من الناحية النظرية، ولكن بسبب أن تلك الساعة الإضافية قد جعلتني أشعر بشعور غريب، كان من الصعب أن أحمل صاحب العمل المحتمل على أن يوظفني. لقد شعرت بأنى كالفأر في المصيدة. بعد ذلك، غيرت وجهة نظري محادثة بالمصادفة مع ابنة أحد الأشخاص تبلغ من العمر ست سنوات. لقد كانت الفتاة نشطة للغاية، وكانت تقف مع والدتها في صف في متجر البقالة.

سألتها: "هل حظيت بيوم جيد في المدرسة؟"

أومأت برأسها إيجابًا.

"ما مادتك المفضلة؟"

"الغداء".

ابتسمت بسبب إجابتها، وتذكرت أن هذه الإجابة كانت إجابتي أنا أيضًا في طفولتي؛ ففى وقت الغداء، لم يكن هناك أحد من الكبار ليخبرنا بما ما نفعل ومتى نفعله؛ حيث يمكنك أن تجلس وتتحدث مع أصدقائك أو تلعب لعبة الصراحه الحماسية، ويمكنك أن ترسم صورة أو تتأرجح على قضبان التآرجح، فى المتزه. لقد كان هذا الوقت ملكك لتقوم بما ترغبه. أحيانًا كنا نخطط لما سنقوم به فى هذا الوقت، فنحضر بطاقات ملصقة لتبادلها أو ننظم دورة للعبة الكرات الصينية لأسبوع كامل، وأحيانًا كنا نتصرف بعفوية أكبر، حيث كنا نقرر ما نفعله أثناء تناول شطائرنا من زبدة الفول السوداني والمربى وشرب علب الحليب الكرتونية.

لقد تركتني هذه المقابلة القصيرة فى حيرة: ما الذى حدث لوقت الغداء؟ كنت أعلم أن قانون العمل ينص على أنه من حقى أن أحظى بساعة لتناول الغداء. لذا قررت أن آخذ تلك الساعة. لقد كان المكتب يقع فى وسط مدينة صغيرة فبدأت فى استكشاف المدينة: على بعد بضعة مربعات سكنية كان يقع متحف للفن المحلى وكان دخوله بالمجان، وفى نهاية شارع آخر، فوجئت بوجود بعض الخيول ترعى فى حقل، وإن هناك متجر هدايا أنيق معد للبحث فى شتى أنواع المعروضات اللطيفة والطريفة، خاصة البحث فى بواقى معروضات موسم الأعياد والضحك على بعض المعروضات، مثل نظارات شمس على شكل فانوس ووشم بابا نويل الذى يزول سريعًا، والذى لم يمتلك أى شخص بعد نظر بدرجة تكفى لشرائه.

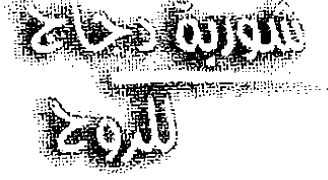
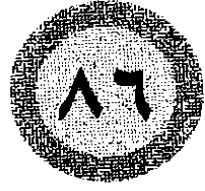
عندما بدأ الطقس فى البرودة، كنت أزور متجر الكتب المستعملة أو المكتبة العامة. بالقرب من المكتبة كانت هناك بركة صناعية صغيرة تجتذب طيور البيط وبعض الأطفال بصحبة آبائهم، وكانوا جميعًا يمثلون تسليه كبيرة عندما يطلبون أن يتم إطعامهم - حتى إسراعى إلى البنك أو لمكتب البريد خلال ساعة الغداء منحنى قدرًا من السعادة. لقد كان القيام بهذه الجولات خلال الأسبوع يمنحني بعض الوقت خلال عطلات نهاية الأسبوع للقيام بالأنشطة المسلية.

عندما قررت أن أسترده ساعة غدائى، توقعت أن أواجه بعض التعليقات الخبيثة أو النظرات الممتعضة من زملائى بالعمل، ولكن هذا لم يحدث. فى الحقيقة، رأيت، متعجبًا، بعضًا من زملائى يتركون مكاتبهم خلال فترة الغداء، فبدأنا ندعو بعضنا

إلى التمشية خارج الشركة عندما يكون الجو لطيفاً، ووجدنا أن هناك موضوعات أخرى للحديث عنها بعيداً عن شكاوى العمل المعتادة.  
إننى ما زلت أبحث عن وظيفة جديدة، على ألا يكون بها قدر الضغط العصبى الذى لاقيته من الوظيفة السابقة. قد لا تتمكن دائماً من تغيير ظروفك، ولكن يمكنك دائماً أن تغير من منظورك للحياة.

~ ميشيل ماتش





## طوارئ القلب

لا يمكننا القيام بأمر عظيم،  
بل هناك أمور بسيطة نفعلها بحب عظيم.  
~ الأم تريزا



عندما اصطحبت إحدى صديقاتي إلى غرفة طوارئ المستشفى المحلى بمدينةنتنا، قضيت يوماً ساعات في حياتي. لقد سمعت قصصاً مرعبة عن أشخاص قضوا اليوم بأكمله - ثمانى أو تسع ساعات، وربما أكثر - منتظرين، ولكن كانت صديقتي بحاجة إلى أن اصطحبها إلى المستشفى، لذا ذهبت معها.

جلست في مقعد غير مريح وبدأت في تصفح المجلات القديمة التي وهبتها إحدى دور العبادة المحلية. فى لحظة ما، أثناء جلوسى كنت غير مدركة لجميع الأشخاص المحيطين بى. فى هذه اللحظة، ولسبب ما، نظرت حولى فى عدم راحة وأنا غير قادرة على التركيز على القراءة.

كانت هناك أم شابة مع أطفالها الثلاثة - كانت واحدة منهم فتاة صغيرة فى عمر السابعة مصابة بطفح جلدى سيئ على ساقها، وكانت تعبت فى كل شىء. لدرجة أن أمها المتعجلة حاولت إثناءها عما تفعل، وكان الطفلان الآخران، صبي صغير ورضيع، يبكيان باستمرار، وكان الصوت يرتفع أكثر كل لحظة.

انحنت امرأة شابة كانت تقف بجانبهم على الأم المنهكة وقالت لها شيئاً ما. فابتسمت الأم بامتنان وأومأت برأسها، واتجهت المرأة الشابة للأم وأخذت منها الرضيع ووضعتة بين ذراعيها، وعندما قدمت له زجاجة من الحليب، بدأ الرضيع فى الرضاعة بشراهة.

جذبت الأم الصبى الصغير من فوق أحد المقاعد حيث كان يحاول الصعود إلى النافذة، وكان يصرخ بسبب إحباطه من عدم تمكنه من تحقيق هدفه. وقفت الأم ممسكة به وهو يتحرك من جانب لآخر، وعندها أشارت إلى النافذة. كان المطر ينهمر، وأخذ الصبى يقرع زجاج النافذة. ربت الأم ظهر الصبى بيدها متتبعه إيقاع المطر وهى تغنى بحنان، ولم يمر وقت طويل حتى بدأ رأسه يثقل واستقر فى النهاية بين ذقن الأم وكتفها، فجلست منهكة وأراحت رأسها على رأس الصبى بحنان عندما نام.

فى الوقت ذاته، كانت الفتاة ذات السنوات السبع تتحدث مع رجل عجوز يضع على ساقه ضمادة دامية - كانت مفتونة بقصة سقوطه من فوق شجرة أثناء محاولته إنقاذ قطته، وكان العجوز يشرح لها كيف أن المطافئ حضرت لمساعدته. ابتسمت بسبب قصته القديمة السخيفة.

ظهرت إحدى موظفات المستشفى وقالت للأم الشابة: "إننا مستعدون لك الآن. دعينى آخذ الأطفال منك".

فوجئت عندما ظلت المرأة الشابة التى هدأت الرضيع مكانها. فسألتها: "أليس مسموحًا لك بالدخول مع صديقتك؟". إذا كان هذا هو النظام، كما فهمت، فسيكون نظامًا غير معقول.

ردت على المرأة قائلة: "لا، أنا لا أعرفها، لكنى رأيت أنها بحاجة إلى المساعدة فى تهدئة أطفالها. أنا هنا لأنى حامل، ومن المحتمل أن أفقد الجنين". اغرورقت عيناها بالدموع وارتجفت شفتاها، وقبل أن أرد عليها نادوها أيضًا للدخول.

أخذت نفسًا عميقًا ودعوت الله أن تكون هى وجنينها بخير. تجولت بنظري فى حجرة الانتظار فوجدتها خالية إلا منى ومن الرجل العجوز الذى كان يسلى الفتاة الصغيرة ورجل آخر لم ألتفت إلى وجوده من قبل. نظرت إلى الرجل العجوز الذى ابتسم لى بود.

ضحكت قائلة: "أحسنت بالتسرية عن تلك الفتاة الصغيرة بقصتك الجميلة". قال بخجل: "إنها تتجح دائمًا مع الصغار. إنى أحب الأطفال رغم أنى لم أرزق بأطفال".

سألته: "كيف أصيبت قدمك حقيقة؟".

رد على قائلاً وهو يشير برأسه إلى الشاب: "عندما حضر دانييل لأخذ كلبه، فقدت توازني وسقطت من فوق السور، وعندما حاول دانييل مساعدتي سقطت من الآخر فوقى".

في هذه اللحظة، حضرت ممرضة إلى حجرة الانتظار وأخذت العجوز عاملاً كرسى متحرك لرؤية الطبيب.

نظرت إلى "دانييل" قائلة: "هل يمكن أن تكمل القصة؟".

قال مضطرباً: "بالطبع، يمتلك السيد "س" هذا الكلب منذ حوالي ١٥ عاماً. وقد مات الكلب بسبب كبر سنه على ما أعتقد، ولكنه كان يحب الكلب لدرجة أنه لم يستطع أن يدفن الكلب ويرحل. كما ترين، فهو والسيدة "س" سيتقاعدان وسينتقلان من منزلهما - لم يمتلك الشجاعة على ترك صديقه العزيز ويرحل".

نظر "دانييل" في عيني وقال: "لذا ذهبت لأخذ جثته إلى المحرقة، وها أنا ذا. أحرق جثث حيوانات الناس الأليفة".

في هذه اللحظة نادى الممرضة "دانييل"، فامتعضت قائلة: "تباً لكفاءة العمال في هذه المستشفى".

جلست وحدي الآن مع أفكارى بهدوء أفكر في فترة العصر التي قضيتها في غرفة الطوارئ، وفي الكثير من القصص الحلوة والمرة التي سمعتها هنا، ولكن ارتفعت معنوياتي كثيراً وشعرت بالبهجة بفضولهم. فكرت في المرأة المتفانية التي نحت خوفها وحزنها على جنينها جانباً واندفعت لتساعد أمماً منهكة على رعاية أبنائها، والرجل العجوز الذي ساعد على تهدئة الطفلة الصغيرة بقصته الطويلة، في حين ما زالت ساقه تدمى بالألم، والشاب العطوف، الذي أمد شخصاً ما بالسلوان عندما فقد حيوانه الأليف العزيز.

إن ما حدث في عصر هذا اليوم سيؤثر في فترة من الوقت. انتظرت، نعم. ولكني لم أهدر وقتي هباءً. في الوقت الذي نركز فيه على الجوانب المظلمة من الحياة، كان الوقت الذي قضيته في غرفة الطوارئ نعمة مفاجئة حياني الله بها.

~ ليندا بي. بريدن



الناب  
العدد ٨٧  
الطبعة الأولى

## درس من قمة إيفرست

لقد تسلقت جبلي، ولكنى يجب أن أواصل حياتى.  
~ تينزينج نورجاى

بكيت أنا و"فينجو" من صعوبة التنفس ونحن ممسكان ببعضنا بقوة على قمة الجبل. كانت الدموع تتجمد فى الحال على وجنتينا بسبب الهواء الذى تبلغ درجة حرارته ٢٥ درجة تحت الصفر. خلع "فينجو" باحترام الكوفية الصفراء التى طبع عليها بعناية أسماءنا وتاريخ اليوم باللغتين، الإنجليزية والنيبالية، وثبته على أحد الأعلام التى تحركها الرياح. كانت البرودة القاسية تتزايد وأحاطت بجسدى من كل جانب حتى داخل بدلتى ذات القطعة الواحدة التى تحيط بى كالشرنقة. لم أجرؤ على خلع قفازى الثقيل عندما كنت أبحث عن كاميرتى، فقد كنت أعلم أن أصابعى قد تُصاب بقضمة الصقيع إذا ما لمست أى شىء معدنى فى هذه الرياح المثلجة.

عندما أخرجت كاميرتى الصغيرة من جيبى المعزول وجدتها مغلقة بالثلج، ويبدو أن بعضاً من اللعاب قد تسرب من جهاز الأكسجين الخاص بى إلى جيبى وتجمد. لم أصدق حظى عندما ضغطت على زر التشغيل فعملت الكاميرا، وكانت بحاجة إلى القليل من الجهد لفتح غطاء العدسة.

بعد أن التقطنا بعض الصور لبعضنا وتحدثنا فى جهاز اللاسلكى إلى كل من "تك" و"جانجيو" فى مخيم القاعدة، كان قد حان الوقت للرحيل. بعد سنوات من التخطيط والتدريب والتضحية وقفنا على قمة العالم لمدة عشر دقائق. قبل الساعة الخامسة صباحاً بقليل فى يوم الرابع والعشرين من مايو عام ٢٠٠٨، على الحدود الفاصلة بين نيبال والتبت، بدأنا أنا و"فى" فى الهبوط من فوق قمة إيفرست من



طريق الجرف الجنوبي الغربي، مدركين جيداً أن نصف رحلتنا قد اكتمل، وكل ما علينا الآن هو الهبوط بكامل أصابع أيدينا وأقدامنا وهي لا تزال سليمة.

إن الجزء الأكثر خطورة من هذه المحاولة هو الهبوط، فعادة ما يحدث عدم انتباه نفسى بعد الهبوط من القمة، مما قد يؤدي إلى العرقلة أو الانزلاق خارج الحدود الآمنة، مما قد يتسبب فى قتلك. إن التأثير المضاعف لقلّة الأكسجين يؤثر بشدة على حسن اتخاذ القرارات وتقنيات التسلق، وكلما ازداد الوقت الذى تقضيه فى "المنطقة المميّنة" - أعلى من ٢٥٠٠٠ قدم فوق سطح البحر - زاد الخطر على الأدمة الدماغية، والذى عادة ما تقتل متسلقى جبال الهيمالايا؛ ففى لحظة تكون واعياً وفى الأخرى تسقط فى غيبوبة.

والآن، أثناء سيرنا فى ضوء النهار، لم يكن هناك مفر من الخطورة المرعبة أثناء نزولنا مروراً بصخرة مكسورة وسيرنا بمحاذاة الجرف الشاهق. لقد كان الأمر الأكثر ضغطاً هو أننا كنا نجرى لساعات بتأثير الأدرينالين لأنه كان من الخطر جداً أن نتوقف للحصول على أى غذاء يمدنا بالطاقة أو لأخذ رشفة من الماء. فى البداية كنا نتقدم بسرعة، ولكننا اضطررنا لأن نتحى ونفسح المجال لتسلقين كانا منهكين لدرجة منعهما من التحى جانباً وإعطائنا الحبل. لقد مر الوقت أثناء مرورنا بجانب الجسمين المتشعبين بالسواد المتمسكين بفأسى الثلج الخاصتين بهما وهما يجاهدان لالتقاط أنفاسيهما ومتناسيين كل شىء عدا معاناتهما.

فى النهاية، وأنا أتبع خطى "فينجو"، أمسكت بمجموعة من الحبال القديمة وتأرجحت على طريقة طرزان متجاوزة الشخص الأخير. كان أى انزلاق من شأنه قتلنا؛ حيث يوجد على جانبنا الأيمن هاوية تبلغ ٧٠٠٠ قدم، وعلى جانبنا الأيسر هاوية تبلغ ١٠٠٠٠ قدم. طوال ١٥ عاماً من تسلق الجبال لم أقدم على مثل هذه المخاطرة قط، فثبتت نفسى فى الجبل جيداً. بعد أن مررنا بمتسلقين آخرين عند هيلارى ستيب والقمة الجنوبية سألت نفسى: "هل كنت أبداً بهذا السوء أثناء التسلق؟"، حيث إن الناس كانوا يبدون غير مدركين الواقع، وما زالت أمامهم ساعات حتى يصلوا إلى القمة. كانت الهاويات شاهقة ومرعبة، فرددت فى عقلى: "لا مجال للأخطاء الآن، ركزى فى كل خطوة تخطينها وفى كل مكان تثبتين نفسك به، وركزى حتى على كل حركة بسيطة، وابقى على قيد الحياة".

وصل الإرهاق إلى ذروته عندما وصلنا إلى القمة الجنوبية الصغرى؛ حيث كانت الشمس قد غابت ولم تكن هناك سحب فى السماء الزرقاء الصافية، ولكن الرياح

كانت باردة وشديدة، فتجمدت يداي عندما كنت أرف أنشودة الأمان والحلقة المعدنية حول الدعامة. كانت ساقاي على ما يرام ولكن كانت ذراعاي بهما خدر شديد لدرجة جعلتني أصب كامل اهتمامي على تلك المهام البسيطة التي كانت حلقة الوصل الوحيدة بيني وبين الوصول إلى بر الأمان. هبطنا دون تفكير لساعات، وحاولت باستمرار أن أستخدم عضلات الأذرع المختلفة عن طريق استخدام تقنيات الاحتكاك لأدلى الحبل.

واصلت صلواتي وأنا أتقل من موضع تسلق لآخر وأثناء السير عندما بلغ مني الإرهاق مبلغه: "إن الطريق لا ينتهي أبداً". ولسبب ما، كانت تلك الصلوات تمدني بالأمل والسلوان. لقد أصبت بحروق من الشمس في طبقة التروبيوسفير من الغلاف الجوي وبعض الإصابات في وجهي بفعل قناع الأكسجين، ومع كل شهيق أخذه كان القناع يستقر على الجروح ويؤلمني. وقد تراكم الضباب على نظارات الثلج بكثافة، مما جعل من المستحيل أن أرى طريقى. كنت أشعر بالحر في أماكن من جسمي وبالبرد في أماكن أخرى في الوقت نفسه، وعندما كنت أحاول أن أبرد أحد أجزاء جسمي كان يبرد جزء آخر، فشعرت بغضب وسخط متزايد، وعلاوة على ذلك كان "فينجو" يسبقني بكثير، وكانت كل خطوة من خطواته تنم عن الألم.

مر بجانبى اثنان من المتسلقين، ويبدو أنهما لم يصابا بالإرهاق بعد لأن أحدهما قال لى: "صديقى، لقد وصلت إلى القمة، أليس كذلك؟". كنت لا أزال غير قادر على تمييز ملامحه بسبب عظمى الغائب بفعل الارتفاع الشاهق عندما قال: "إنه مكان رائع لالتقاط صورة"، وأشار إلى الكاميرا. وأخيراً وأنا في حالة نقص الأكسجين تلك أدركت أنه "والتر"، أحد مرشدى الجبال من النمسا، ففكرت في أنى لم أكن لأتوقف وأنظر حولى إذا لم ينبهنى "والتر" لوجوده.

كنت أركز على التألم والصراخ أكثر من مشاهدة العالم الرائع الذى أعتليه. لاحظت الآن العالم البدائى والثلج والجليد وصخور أعلى جبل فى العالم الواقعة تحت قدمى، ورأيت كانشينجونجا - ثالث أعلى قمة جبل فى العالم - على يسارى وماكالو - خامس أعلى قمة جبل فى العالم - على يمينى. سوف أكون بأمان. بكيت عندما أدركت فجأة كم أنا محظوظ، وقلت لنفسى: "لن آتى هنا مرة أخرى فى حياتى، لذا من الأفضل أن أشاهد ما حولى".

لقد أصبح الماضى والمستقبل مجرد حلم، وكل ما تبقى لى هو تلك اللحظة؛ فقد كنت فى مكان جميل وخالاب أمرٌ بتجربة غير عادية ولن أفوتها. ذكرت نفسى بأن

أحيا كل خطوة وأن أظل واعياً. وعلى النقيض، لم أتخلَّ عن فكرة أن عدم الانتباه خلال التسلق قد يودي بي إلى الموت. هذا هو مبدأ التوازن الخاص بقمة إفرست: جمال وموت يحدثان في اللحظة ذاتها. أدركت مصدر السخط العقلي الذي أصابني و"فينجو": كنت، ولم أزل، مرتعباً. تشاركت هذه الفكرة مع "فينجو" في شرفة على علو ٢٧٥٠٠ قدم عندما تمكنا من شرب أول جرعة من الماء منذ ساعات كثيرة. أوماً "فينجوشيربا"، الذي تسلق قمة إفرست خمس مرات من قبل، برأسه في تفهم دون أن ينبس ببنت شفة.

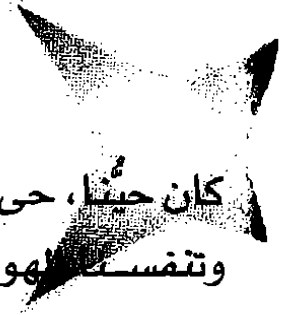
~ دكتور/ تيموثي دبليو. وارن



التربية وحاج  
للروح

## لقد نجونا

لا يجب أن نحيا من أجل أنفسنا فقط؛  
فهناك آلاف الروابط التي تصلنا بمن حولنا.  
~ هيرمان ميافيل



كان حيننا، حي رانشو برناردو، مشتعلًا، فهربنا بأعجوبة وتوجهنا إلى ستاد كوالكوم،  
وتنفسنا الهواء النقي بلهفة، وقُدِّمت لنا المياه وشطائر السجق - وكان لها تأثير  
السحر على توترنا.

هناك، أنشأنا مكانًا للأطفال في منطقة المعاقين ووضعنا بها حفيدنا التوأمين  
الذين يبلغان من العمر ستة أشهر، وهما "جوى" و"ليزى"، وكان الرماد يلمح  
وجنتيهما. عرضت قنوات التلفاز تغطية مستمرة لانتشار الحريق. كان الحريق  
قد وصل إلى الطريق السريع والتهم جانب التل، ثم دمر خمسة منازل على التلال  
الشرقية، وتعرى جبل هيستوريك باتل وتفحم عدا التمثال الفولاذي الأثري الذي  
كان يعلوه.

وصل الحريق إلى الطريق السريع وكذلك غرب طريق آي-١٥. اختفت ١٠  
منازل عندما كان رجال الإطفاء الشجعان يكافحون الحريق بالمعاول وخراطيم  
المياه، ولكنهم لم يستطعوا السيطرة على الحريق، فقد حولت رياح الإعصار القوية  
إطفاء الحريق إلى ضرب من المستحيل. وصل الحريق إلى طريق أجوامييل ودمر  
عشرين منزلًا، ونحن نتابع من خندقنا الخرساني.

ومن حولنا، تبادل جميع الذين تم إجلاؤهم باهتمام المعلومات، وركلوا في  
طريقهم هاتف زوجي "جيم" المحمول أثناء تقصيرهم أي شارع يحترق. لقد كان  
الناس يتسمون بالبطولة حتى أثناء شعورهم بالإحباط - كانوا يتبادلون الطعام

والمشروبات والأخبار والتسرية عن بعضهم. ولقد رأيت بين الحشد وعلى شاشات التلفاز الكثير من الوجوه المألوفة، وفجأة انفجرت بالبكاء وقلت: "هذا منزلي".

كان جيرانتنا، عائلة كاين، الذين جاءوا معنا، قد صعدوا إلى الدور الثاني وشجعونا على أن ننضم إليهم - قائلين إن هذا أفضل من أجل الرضيعين. صعدنا "جيم" إلى أعلى ليختار بقعة نجلس بها قبل أن نترك مقاعدنا، ثم استدعانا عن طريق الهاتف. سحبنا المهد المليء بالأطفال ومررنا بمجموعة كبيرة من الخيام وأكياس النوم والبطاطين والمخدات المتناثرة على الأرض.

جذبت عربة الأطفال في حين كانت أم الرضيعين، ليندا، تحمل المهد صاعداً السلم الحلزوني وصولاً إلى مستوى النادي. كانت هناك أقسام زجاجية مسورة من أجل كبار السن الذين خرجوا من دور المسنين. جلسنا بين تلك الأقسام في الممر بالقرب من جهازى تلفاز وحمام، ووضعنا المقاعد بجانب بعضها كسور محيط بمها. الرضيعين وجلسنا القرفصاء على الأرض منتظرين ما سيحدث.

أتى المتطوعون من دور العبادة والمؤسسات الخيرية وقدموا الماء والطعام والمؤن. وحتى المقاعد العالية ومقاعد الأطفال، فأخذنا فقط ما نحتاج إليه تاركين البقية لمن نجوا بالكاد بحياتهم.

عندما حل الليل، كان الإرهاق قد بلغ منا مبلغه، ووصلت طالبة جامعة ولاية سان دييجو حاملين البطاطين. كنا جالسين في الممر أى في العراء في شهر أكتوبر، فتم وضع حاجز للهواء بارتفاع ثلاثة أرباع طول الحائط، ولكن كان هواء الليل البارد يتسرب من الجزء العلوى المفتوح. ولأن المبنى كان من الصلب والخرسانة، فلم يكن هناك فرق بين درجة الحرارة داخله وخارجه، ولكننا شعرنا بأنا آمنون من الحريق. فالتحفنا البطاطين وغطينا مهد الرضيعين بالأغطية.

أحضر الجيش أكواخاً من الصلب - ونصبوها، ومن المدهش أننا أصبحنا كجنود الوحدات العسكرية: باستخدام المقاعد في آخر كل كوخ، أقمنا سوراً خائفين على الرضيعين اللذين بين حوالي ١٠٠٠٠ شخص من الأغراب. بقى "جيم" مستيقظاً طوال الليل يحرسهما في حين نمنا نحن بعمق. تسلمت منه المهمة عند الفجر، واشتركتنا جميعاً في رعايتهما خلال النهار.

كان "جوى" و"ليزى" غافلين تماماً عما يحدث، وكانا يهلان لأي شخص يمر بجوارهما. توقف كل من مر بهما ليبتسم لهما ويلاعبهما، وكان الرضيعان مصدراً لا ينتهى للسعادة.

بالقرب منا، فى غرفة النادى الصحى، كان يتلقى ما يزيد على مائة من العجائز الرعاية الصحية؛ فقد كان بعضهم مرتبكا وقلقا، وعادة ما مددنا لهم يد المساعدة عندما كانوا يقولون لنا: "لا أعلم كيف سأعود" من دورات المياه. حاول المراسلون الصحفيون أن يلتقطوا لهم الصور وهم فى أوضاع تدعو للشفقة، ولكننا طردناهم.

لقد حضرت جميع أنواع وسائل الإعلام - المحلية ثم الشبكات الكبرى والمراسلون الدوليون، وحتى طلبة الصحافة. نشرت قوات حرس الحدود قائمة بالمنازل المدمرة، ثم عرضت شركات التأمين المساعدة، وطهت شركات التأمين الزراعى الفطائر والسجق، وقدمت محلات ستارباكس القهوة، وأقام السياسيون المحليون أكشاكاً صغيرة، وقدمت شركات الاتصالات أرصدة للهواتف المحمولة وطرقاً للدخول على شبكة الإنترنت، وفى اليوم الثالث أقيمت أماكن الاستحمام.

وصل الفنانون منذ البداية: لاعبو الجيتار والمغنون والمهرجون وبائعو البالونات وراسمو الأوجه، وقدمت دور العبادة ألعاباً للأطفال وألعاب الفقاعيح والأقلام الفسفورية والملونة. وصل الحاكم شوارزنيجر بالمروحية - توقعت منه أن يهبط من الهليكوبتر على جبل على أحد جوانب الإستاد.

اتسع الجمع من مجرد بعض اللاجئيين المتحيرين ليشمل المتطفلين والنصابين؛ حيث رأيت امرأة تبيع الهبات التى حصلت عليها فى الداخل إلى أم مع أطفالها بالخارج. سمع بعض الناس أن المكان يشبه المهرجان فقدموا، وعلمنا أنه قد حان الوقت للرحيل.

رحل "جيم" فى صباح اليوم الثالث ليرى ما إذا كان باستطاعتنا دخول منطقة "ويسوود"، أكثر المناطق تضرراً - ولكن كانت قوات الحرس الوطنى والشرطة تغلق جميع المداخل؛ فقد كانوا لا يزالون يبحثون عن تسربات الوقود والمناطق المشتعلة.

عدنا أدراجنا منهكين، حيث لم يكن لدينا أى مكان أكثر أمناً من هذا لنذهب إليه. بحلول الظهيرة، كان العمدة ونواب البرلمان والسيناتورات ومشرف المقاطعة والجميع يذيعون فى التلفاز حال المدينة، ولكن لم يخبرنا أحد بأى شىء. وقد منعت مشرف المقاطعة من المغادرة وسألته، فقال لى بصدق إنه ينصح بأن نبقى حتى يتم إخبارنا بأن نعود إلى منازلنا.

فى تمام الساعة الثانية، استمعت إلى العمدة ونائبنا فى البرلمان يتحدثان من "ويسوود"؛ حيث كانت هناك تقارير غير مؤكدة عن أنها قد فتحت من جديد.

سألت المراسلة عن سبب قولها للعامّة شيئاً مخالفاً لما يقوله نائب البرلمان قبل دقائق قليلة، ولكنها ارتبكت بفعل المعلومات المتضاربة مثلنا - كان علينا الخروج من هذا المكان.

استدعيت "ليندا" من الزحام المتزايد في الأسفل وطلبت منها أن تطعم الرضيعين وتغير حفاظيهما - فقد كنا راحلين. فى الدور العلوى كانت امرأة غريبة تحمل "جوى" - كانت قد سمعت عن اللاجئيين وقررت أن تتسلل لتقدم يد المساعدة. أخذت "جوى" منها متشككة وغيرت حفاظته، ووضعتة فى بطانية عندما كنت أعد الطعام للطفلين. حملته المرأة مرة أخرى وجلست بجوار "ليندا" وهى تطعم "ليزى". جمعت حاجياتنا بسرعة تاركة كل ما قدمه لنا المتطوعون - ربما كنت منهكة فحسب، ولكنى شعرت بأن هذه المرأة ستهرب أخذاً معها "جوى" داخل الجمع الذى وصل عدده الآن إلى ٢٠٠٠٠ شخص - أعتقد أننى أشاهد المسلسلات البوليسية كثيراً.

ألحت علينا المرأة لمساعدتنا على حمل الرضيعين، ولكنى رفضت بحزم، وطلبت المساعدة من أحد متطوعى دور العبادة، وهو شخص قوى البنيان، ليساعدنا على حمل الحاجيات. دفعت "ليندا" الرضيعين داخل عربتهما، وحملت أنا بعض الحاجيات، وسرنا فى طابور واحد نحو سيارتنا المغطاة بالرماد.

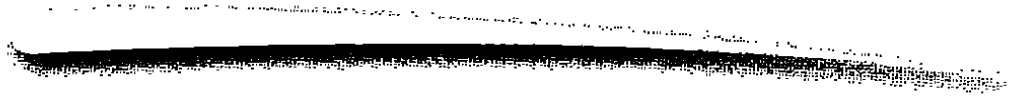
عادت والدة "ليندا" إلى بيتها فى إسكونديو، لذا سوف تذهب "ليندا" بالرضيعين معها. أما "جيم"، الذى عانا الإرهاق من جراء السهر طوال الليل، فقد ذهب إلى منزل أحد أصدقائه فى "بواى" واستحم وغير ملابسه وخذ إلى النوم، أما أنا فقد كنت متلهفة لرؤية الحى.

لم أشعر بالسعادة أو الامتنان من مغادرة مكان ما مثلما فعلت عندما غادرت هذا المكان. لا يمكننى التفكير فى إستاذ إسكونديو أو مدينة سان دييجو بالقدر الكافى، وكذلك المتطوعون ورجال الأعمال الذين تبرعوا ببحر من المؤن. كما أتى بعض المحفزين لتقديم الراحة الرسمية مثل كلينتون هارت.

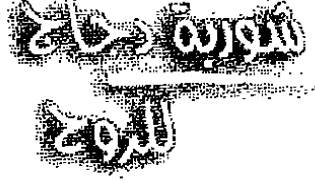
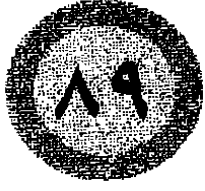
فى ويستوود، قابلت عدداً من حواجز الطرق... كانت السيارات متوقفة على طول الطريق، وقد أمكننى أن أصعد فوق سور الحاجز لأرى منزلى. صعدت فوق صندوق محولات كهربائية، وكان هناك: المنزل الذى قررنا منه فى سواد الليل، حيث عشت طوال ٢٥ عاماً وربييت أبنائى.

بدا هذا الهروب قبل الفجر كما لو كان منذ أمد بعيد، وعندما يُسمح لنا بأن نعود أدراجنا، سوف أتطوع بالعمل مع الجمعيات الخيرية لمساعدة الأشخاص غير المحظوظين. كان إجمالي المنازل المحترقة: ٣٦٥ منزلاً في رانشو برناندو، و١٥٠٠ منزل في مقاطعة سان دييجو. لن نتوقف أبداً عن تذكر تلك النعمة التي حباها الله بها.

~ نانسى كانفيلد

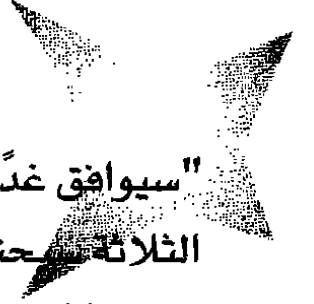






## دون سابق إنذار

ترفع الأمطار من مغنوياتي وتروى روحى.  
~ إميلي لوجان ديسينس



"سيوافق غداً الذكرى الثلاثين لزواجك، وسوف تكون ذكرى استثنائية، لأن أبناءك الثلاثة يحتفلون به معك" - قالت ابنتى "بيتسى" تلك الملاحظة لى و"جيم" أثناء توجهما إلى مطار تامبا لتقل أخاها "ستيف". وكانت أختها لورى، تعد منزلنا المطل على الممر البحرى بين الشواطئ، وكنا قد خططنا للعودة إلى المنزل بحلول منتصف الليل.

بعد أن ألقينا التحية على "ستيف" أثناء تسلمه الحقائق وتبادل العناق، انتبهنا إلى التنبيه الذى يذاع عبر سماعات المطار: "على المغادرين للمطار أن يقودوا بحذر: فقد تجاوزت سرعة الرياح مائة ميل فى الساعة". عاصفة؟ لم نتلق أية تحذيرات عن أية عاصفة عندما شاهدنا الأخبار.

فى الخارج راعنا منظر الرياح العاصفة والسيول، وكانت "بيتسى" عصبية عندما كانت تقود السيارة فوق جسر يعبر خليج تامبا، وكانت تقود بالسيارة بسرعة خمسة أميال فى الساعة مشغلة أضواء إشارة الانتظار. لقد كادت العواصف الشديدة تحاول أن تدفعنا إلى المياه العميقة عندما قبضت "بيتسى" بشدة على عجلة القيادة وكافحت من أجل الحفاظ على بقاء السيارة على الطريق. لم ينبس أحد ببنت شفة. وكنا ندعو بصمت.

بعد الرحلة المرعبة، دخلت "بيتسى" بالسيارة إلى مدخل المرآب المغمور بالمياه الذى انتشر فيه سعف النخيل وأغصان الأشجار، فقفز جيم خارج المنزل وصاح فى

"ستيف": "ساعدننى على رفع القارب على الشاطئ - سوف تدمره العاصفة إذا لم نسرع". أسرعنا أنا والفتيات لننقذ الزرع فى الأصبص والأثاث الأنيق.

رحت فى نوم عميق حتى أيقظنى صوت الرياح العاصفة فى حوالى الساعة الثالثة صباحاً، وهبطت إلى الدور السفلى فى الظلام فوجدت "ستيف" يحدق فى القارب من خلال الباب الزجاجى المنزلق، وكانت الأمواج العاتية ترفعه عالياً وتتركه يسقط كأنها تعاقبه، وكان يبدو كما لو كان طوربيدًا جاهزًا للانطلاق. قال "ستيف": "قد يضطدم القارب بحجرة المعيشة فى أية لحظة". وأضاف: "انظري، إن المياه قد سالت من أسفل الباب وانتشرت على الأرضية".

فى الوقت نفسه، سمعنا طرقًا على الباب الأمامى للمنزل، وعندما فتحت الباب لفحت الرياح الباردة التى تحمل أوراق الأشجار وجهى، وكان يقف على عتبة الباب شرطيان مبتلان من رأسيهما وحتى أخمص قدميهما، وقالوا: "لقد أتينا لكى نخبركم بعدم جدوى إخلاء المنزل؛ فقد فاضت المياه فى كل مكان ولا يوجد سبيل للخروج من المدينة، ابدلوا قصى جهدكم للنجاة - حظًا سعيدًا".

استيقظت بقية أسرتنا وبدأت فى وضع المناشف تحت الأبواب لمنع المياه من التسرب للداخل. ارتفعت الأمواج العاتية فوق الحاجز البحرى وبدأت فى ضرب جانب المنزل، ولقى "جيم" و"ستيف" الكثير من الإرهاق أثناء حملهما التحف الثقيلة للطابق العلوى، ثم عادا لرفع أثاث الطابق الأرضى على أحجار. وشاهدنا، بوجوه مشدوهة، الأمواج وهى تحطم قاربنا، فقد تهشمت السارية فى مؤخرة القارب وغرق المحرك فى قاع البحر، وانحنت مقدمة القارب بشكل جعله يشبه حوتًا يتضرع إلى الله.

لقد شق ضوء الفجر السماء الداكنة وبدأت الرياح تهدأ، أخيرًا، فخرجنا من المنزل لنستقصى الدمار الذى لحق بقاربنا ومنزلنا وحديقتنا وجيراننا. التقطت "لورى" بعض صور الدمار من أجل تقديمها لشركة التأمين ولوضعها فى ألبوم صور العائلة، ولكنى كنت فى داخلى أعلم أنى لن أرغب أبدًا فى رؤية أية صور تذكرنى بالعاصفة.

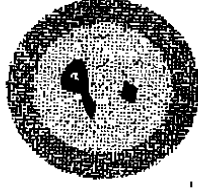
هبطت مروحية الأخبار فجأة كأنها ظهرت من العدم، وانطلق فريق الأخبار إلى مرسى القوارب الخاص بنا أثناء تصوير المصور قاربنا المحطم... وكنا سنشاهد التفاصيل فى أخبار الساعة السادسة. بعد ذلك، طرحت البرامج الإخبارية سؤالاً عن سبب عدم تحذير الناس بالعاصفة المميتة، فى ليلة الثالث عشر من مارس عام

١٩٩٣، التي دمرت ١٨٠٠ منزل وقتلت ٢٦ شخصًا. ورغم أنها لم تكن إعصارًا شهيرًا، فإنها صُنفت كأسوأ عاصفة ضربت شرقى الولايات المتحدة فى القرن العشرين، ونتج عنها أمواج عاتية على طول ساحل خليج فلوريدا.

بدأت أسرتنا، وهى منهكة ومحرومة من النوم، فى تنظيف الفوضى المتخلفة عن العاصفة وإعادة المنزل إلى ما كان عليه. فجأة، قالت لورى: "ذكرى زواج سعيدة". فصدمت؛ فقد نسيت أن اليوم كان من المفترض أن يكون احتفالاً، فتوقفت عن نزح المياه من على الأرضية. ترك جيم بعض المناشف المبللة وقبلنى أمام أبنائنا المهللين.

عندما نظرت فى وجه زوجى الذى تزوجته منذ ثلاثين عامًا وأوجه أبنائنا الثلاثة، نتاج هذا الزواج، شعرت بالامتنان لأننا آمنون ومجتمعون. وقد كانت "بيتسى" محقة عندما قالت إن هذه الذكرى ستكون فريدة من نوعها واننى سأذكرها طول حياتى.

~ ميريام هيل



شؤوننا  
الروح

## لحظات ثمينة

تمنحنا الحياة لحظات قصيرة لنقضها معاً...  
ولكننا أحياناً، فى تلك اللحظات القصيرة،  
نحصل على ذكريات ترافقنا ما تبقى من العمر.  
~ مؤلف مجهول

كنت جالسة بجوار النافذة فى المستشفى، فرأيت عصفوراً يقفز من غصن لآخر.  
فكرت: كم هى ثمينة هذه الحياة. كان اليوم هو عيد الأم، وفكرت فى الهدية الرائعة  
التي حصلت عليها - ابنتى الثالثة "كمبرلى آن". عندما نظرت إلى ابنتى النائمة  
أصدرت صوتاً بشفتيها يشبه المص، وكان شعرها الكستنائى مجعداً تتخلله بعض  
الخصلات الذهبية.

همست لنفسى قائلة: "كيم"، لقد وهبك الله وظيفة عظيمة - وظيفة مقدسة".  
كنت قد خزنت فى ذاكرتى اللحظات الثمينة التى قضيتها مع رضيعتى وانتظرت لحظات  
أخرى كثيرة قادمة، وسوف نعود إلى المنزل قريباً. ألبست رضيعتى منامة وردية اللون  
مطرزة بزهور صغيرة على ياقتها، وألبستها أيضاً مريلاً كتب عليها "أحب أبى".  
نظرت فى وجه زوجى الباسم حين قال: "هل ابنتى مستعدة للذهاب إلى  
المنزل؟".

"نعم، نحن جاهزتان"

عندما كانت الممرضة تدفعنى بالكرسى المتحرك وضولاً إلى السيارة، كان ابنتى  
وابنتى الآخران يسيران بالقرب منى، وسرعان ما أصبحنا فى سيارتنا العائلية.  
بعد وقت قصير، دخل "تيد" بالسيارة إلى مدخل المرآب وأوقف السيارة. قلت: "لقد  
وصلنا إلى المنزل يا صغيرتى".

بمجرد أن دلفنا من الباب الأمامى، قال لى روى: "هل يمكننى حمل "كيم"؟".  
"نعم، ولكن ادعم رأسها جيداً". نظر "روى" إلى "كيم" بحنان عندما استقرت  
بين ذراعيه.

قالت ابنتى "ليندا" بتعجب: "إنها صغيرة للغاية".  
فرددت عليها: "لقد كنت صغيرة مثلها فى الماضى".  
قالت "ليندا" بفرح: "أمى، انظرى، لقد أمسكت بأصبعى". جلسنا معاً على  
الأريكة لبضع دقائق، وبعد ذلك بدأت "كيم" تبكى فناولها "روى" لى.  
خلال الأشهر الثلاثة التالية، كانت أصغر عضوة فى أسرتنا هى محور حياة الأسرة  
بأكملها؛ فقد كان "روى" يحب أن يحمل أخته. لقد كان يعانى صعوبة فى النطق ولكنه  
كان يبتسم لها عندما يحملها كما لو كان يتحدث معها، وقد سمعت بالمصادفة "روى"  
يقول لـ "كيم": "عندما تذهبين إلى المدرسة لن يجرؤ أحد على مضايقتك".  
أحبت "ليندا" أن تحمم "كيم" معى وأن تختار لها ملابسها، وكانت تسألنى  
بحماس: "أمى، متى ستنتقل كيم إلى غرفتى؟".  
فأرد عليها: "قريباً".

واستعداداً لهذا اليوم المنتظر، قمنا بإعادة تزيين حجرة "ليندا" – لتناسب  
البنات، وقمنا بدهان الغرفة، واختلست "ليندا" نظرة خبيثة وقالت: "إنك تبدين  
مضحكة بهذا الدهان الأصفر على أنفك".

"أراهن أنى كذلك. ولكن هل أعجبتك غرفتك؟".

"نعم، أنا أحب اللون الأصفر".

ذهبت أنا و"ليندا" للتسوق واشترينا غطاء من أجل فراشها، ولحفاف أطفال من  
لون مهد "كيم" نفسه.

فى صباح أحد الأيام، شعرت برغبة شديدة فى احتضان "كيم"، والتي مرغت  
أنفها فى رقبتى، وتشاركنا لحظة رائعة. بعد يوم مزدحم بالأعمال، تركت "كيم"  
لتأخذ قيلولتها، وربت ظهرها حتى نامت، وخرجت من الغرفة على أطراف أصابعى  
دون أن أعلم أنها لن تصحو أبداً من قيلولتها – ماتت "كيم" جراء متلازمة موت  
الأطفال المفاجئ.

كانت الأيام التالية كالحلم الذى أحاول جاهدة أن أستيقظ منه.

أحاط بنا الأصدقاء وأفراد العائلة – وأمدونا بالغذاء وبطاقات التعزية والمكالمات  
الهاتفية التى أشعرتنا بالراحة. فى جنازة "كيم"، كانت هناك باقات من الزهور

فى مدخل دار العبادة، وشعرت بالراحة من كلمات الرثاء التى قالها الجميع. حاول الأصدقاء تهدئتنا بقولهم: "إن "كيم" فى مكان أفضل"، أو "لقد أصبحت مع الملائكة".

ولكنى أردت أن تكون ابنتى هنا معى؛ حيث رغبت فى مشاهدتها وهى تكبر، لكنى وجدت الراحة مع هؤلاء الذين قدروا حياة "كيم" القصيرة. قال لى أحد الأصدقاء المقربين: "لقد جعلتلى حياة "كيم" أفكر فى حياتى - إنى أرغب فى مساعدة الآخرين".

عندما وقفت بجانب قبر ابنتى، هب نسيم لطيف، وبدا كما لو أن شخصاً ما لمس وجنتى، ومع النسيم سمعت همساً رقيقاً يقول: "احتفظى بالذكريات"، فنظرت حولى إلى "تيد"، وأحطت طفلياً بذراعى، واستدرنا نحن الأربعة ورحلنا.

كان الحزن يعصف بى كأموج البحر العاتية، وكان يتخلل جميع أحاسيسى، وكانت موجاته تبدو فى بعض الأحيان هادئة وفى بعضها الآخر عاتية. سرعان ما عاد "تيد" إلى عمله، وعاد أطفالى إلى مدرستهم، بينما جلست فى المنزل وحدى متسائلة عن الكيفية التى سأواجه بها المستقبل - كانت هناك لحظات بدا لى أنى أسمع "كيم" تبكى، ولكن ظل مهدها خالياً.

عندما عادت "ليندا" و"روبي" من المدرسة بدا عليهما الحزن، وذهبا إلى غرفتيهما، فأدركت أنه يجب على أن أساعد طفلياً على التغلب على الحزن وأن نستمر فى حياتنا.

قلت لهما: "لا بأس من البكاء. لا بأس من افتقاد "كيم"، وعن طريق السماح لهما بالتعبير عن مشاعرهما لاحظت أنهما يزدادان قوة وسعادة يوماً بعد آخر. قبل مولد "كيم" كنت أدير حضانة فى منزلى، وكنت أنوى أن أبدأها من جديد عندما تبلغ عامها الأول، ولكن بعد موتها منعتى حزنى من أن أقوم بهذا.

بعد عام، قررت أن أعود إلى الدراسة. لم أكن فى الحقيقة أرغب فى التعلم، ولكنى كنت بحاجة إلى شىء جديد يشغلى، فسجلت لدورة تعليمية على آلة التشقيب. فى نهاية الدورة التدريبية التى استمرت ٦ أسابيع حصلت على شهادة، لكنى وضعتها فى درج المطبخ ونسيت كل شىء عنها. بعد ذلك، بحلول نهاية الأسبوع، تلقيت مكالمة هاتفية من أختى، حيث قالت: "كارين، هناك قسم لآلات التشقيب قد افتتح فى شركتنا. هل أنت مهتمة بالوظيفة؟".

"نعم، ولكنى بحاجة إلى شخص ما ليرعى "روبي" و"ليندا" لساعتين بعد موعد المدرسة". وقد طلبت من جارتى "جينى" أن تقوم بهذا الأمر، فوافقت، فقرررت أن أذهب لإجراء المقابلة الشخصية، ولدهشتى، حصلت على الوظيفة.

كما تبين فيما بعد، كانت مهاراتي كمشغلة لآلة التثقيب قاصرة. فى نهاية الأمر نقلنى مشرفى إلى قسم الحسابات واجبة التحصيل. عملت على حسابات "كورى تن بوم"، عالمة دين فقدت أسرتها بأكملها فى مخيمات العزل خلال الحرب العالمية الثانية. ولكن، بعد أن انتهت الحرب، لا تزال "كورى"، وهى فى سن الثانية والخمسين، متمسكة بإيمانها وتطوف العالم لتشارك الناس رسالة الأمل والسماحة.

خلال العام التالى، قابلت الكثير من علماء الدين وسمعت قصصهم عن الشجاعة، وكانت قصصًا عن أشخاص عاشوا فى ظروف قاسية، وتقدموا للأمام - حتى وهم مجروحون.

بالتدريج، أدركت أنى أنا أيضًا أتقدم للأمام خطوة خطوة.

وجدت سعادتى فى مشاهدة أطفالى يكبرون: "روبي" يحصل على ترقياته فى الكشافة، و"ليندا" ترعى عرائسها وتتدرب على استخدام أدوات الزينة وتتحول بالتدريج لتصبح شابة جميلة. نعم، لقد استمرت الحياة، بلحظاتها الجيدة والسيئة وأحيانًا العصبية.

بعد خمسة عشر عامًا، جلست بجوار النافذة بالمستشفى فرأيت عصفورًا يلتقط ثمرة فاكهة ويطير مبتعدًا. ابتسمت ابنتى "ليندا" عندما دخلت ممرضتها حاملة لفة صغيرة جدًا بين ذراعيها، وقالت: "قالت العصفورة إن هذه الفتاة الصغيرة ترغب أن تحملها جدتها".

عندما حملت حفيدتى، "بريانا"، استمتعت باللحظة، ونظرت فى عينيها اللامعتين وابتسمت وقلت: "ليندا، إنها رائعة الجمال".

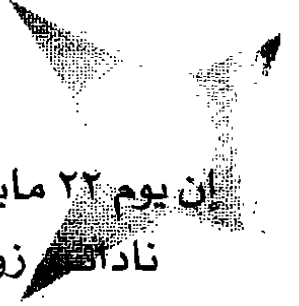
بعد أربع سنوات، استقبلت أخت "بريانا"، "ستاسى". لقد غمرنى الله بنعمة، وكانت ذكرياتى عن "كيم" مثل رائحة الزهور الجميلة - عادة ما تسبب الإحساس بالسعادة.

~ كارين كوزمان



## خمسة قلوب مفتوحة

من خلال القلب فقط يمكن للمرء أن يرى الأمور في نصابها الصحيح؛  
فإن الأمور المهمة لا تُرى بالعين المجردة.  
~ أنتوني دي سانت - إكسوييري



إن يوم ٢٢ مايو عام ٢٠٠٩، يوم لن أستطيع أن أنساه.  
ناددت زوجي عند طاولة المطبخ قائلاً: "لاي آن ... مكالمة هاتفية لك، إنه  
والدك"، فقفزت تاركة لعبة "حماسية" كنت أعبها مع ابنتي.  
سألت والدي وأنا مبتهجة: "أهلاً أبي، ما الأمر؟"، ولم أكن أعلم أن إجابته  
ستغير حياتي وحياة أسرتي وكل شيء.  
رد والدي: "إن أمك في المستشفى، حيث يقومون ببعض الفحوصات على قلبها"،  
وكان صوته بعيداً ومرتبكاً.  
قلبها؟

"لسنا متأكدين مما يحدث لها، ولكنها شعرت بالآلام في الصدر أثناء ممارستنا  
رياضة المشي أمس".

ألم بالصدر؟ دار عقلي - منذ متى وهي تعاني آلاماً بالصدر؟  
استمر أبي في الحديث، ولا أتذكر كلمة مما قال. كان يحاول أن يبدو هادئاً  
ومسيطرًا على الأمور، ولكنني كنت أعلم أنه يرتجف في داخله. تدافعت أفكار  
وتساؤلات كثيرة في عقلي على الفور. ماذا يحدث لأمي؟ وما الذي ستظهره  
الفحوصات؟ ماذا لو كان أمراً لا نتخيله؟

شعرت بأني مشلولة وغير مصدقة؛ ففي مثل تلك اللحظات التي نقرأ عنها  
والتي يتوقف فيها الزمن، تكون منفصلاً تماماً عن الواقع... تجربة تخرج فيها من



جسدك تقريباً، حيث تسمع أمراً ما ولكنك لن تستطيع استيعابه. كان أبى قد أخبر أختى الصغرى، وكان على وشك إخبار أختى التوأم، ولكنى سمعت نفسى أقول له: إننى سأخبرها.

أن أقول إننا أسرة متماسكة، فإننى بذلك أقلل من قدرها. كنا نتناول العشاء دائماً مع بعض عندما كنا أطفالاً، ولا نزال نفعل ذلك عندما نجتمع فى الإجازات أو خلال الزيارات الأسبوعية الدائمة. كنا نغنى أغانى "جوردون لايتفوت" معاً عندما كنا نذهب بالسيارة كل أسبوع إلى المخيم، وفى سن المراهقة كنا نبقى مع والدينا فى المنزل فى ليالى أيام الجمعة لنلعب معهما ألعاب الطاولة أو الورق. والآن، بعد أن كوَّنا أنا وأختى أسرنا - ونعيش بعيداً عن والدينا - ما زلنا متواصلات معهم وقربيات منهم للغاية، ولا تمر الكثير من أيام الجمعة دون أن نتناول معهما عشاءنا الشهير المكون من سلطة الإسباجيتى والكيزر، مع كل من يتمكن من الحضور. إن والديَّ هما محور هذه الأمسيات، وما زال حبهما متقدماً فى قلوبنا بعد مرور كل تلك السنوات.

كانت أمى دائماً تتمتع بصحة جيدة، وهى تحب أن تنزه الكلب يومياً مع والدى. ودائماً ما يأكلان الغذاء الصحى، ولا تترك نفسها تتمادى فى تناول الحلويات. كانت تستمتع لسنوات بدور المستشار الشخصى الذى يساعد الناس ويوجههم للتغلب على صراعاتهم الداخلية - كان لها قلب كبير لم نتخيل قط أنه سيحتاج إلى أية مساعدة.

لم يجعل بخاطر أى منا أنها ستحتاج إلى عملية قلب مفتوح. لقد كانت العملية تجربة مرعبة بالنسبة لنا جميعاً. انتظرنا خمس ساعات ونصفاً أن تنتهى العملية - انتظار وصلاة وأمل... ثم المزيد من الانتظار. جلسنا فى غرفة انتظار قسم القلب العائلية وكان الوقت يبدو كما لو كان يسير ببطء، وكانت هناك ثلاث أسر تنتظر أحياءهم أيضاً. متواصلين بتجارب متشابهة، لم نشعر بأننا أغراب عن بعضنا، وشعرت بقلقهم وأملهم. انتظرت ويجانبى أسرتى؛ حيث كنا هناك جميعاً - أختاى وأبى وأنا معاً، كنا ندعم بعضنا، فاحتضنا بعضنا وصلينا لله. كانت قوة رغبتنا فى شفاء والدينا هائلة. كنا نعدد نعمنا فى الأوقات التى قضيناها معاً بالفعل. فكرت فى حبها لأبنائى والتزامها برعاية ابنتى الكبرى عندما كنت فى فترة التخصص فى كلية الطب، مراعاتها لى عندما كنت أعمل لحسابى الخاص وكانت تشجعنى فى جميع أوقات احتياجى لها - صوت ضحكتها.

بعد ساعات من الانتظار، أتى الجراح إلى غرفة الانتظار.  
جميع الانتظار والمشاعر تبلورت في هذه اللحظة. كنت أحبس أنفاسي - كنا جميعنا نعمل. كنا نمسك أيدي بعضنا عندما قال الطبيب: "لقد انتهت العملية، وقد أصبحت على ما يرام وهي مازالت في غرفة العناية المركزة، ولكن سيمكنكم رؤيتها خلال ساعات"، فتنفسنا جميعاً الصعداء، وتحرك والدي وصافح الطبيب بشدة واستمرت المصافحة فترة طويلة، وكانت عيناه مغرورقتين بالدموع. لم نستطع أنا وأختاي أن نتوقف عن الابتسام والتمسك ببعضنا - كنا نبدو كشخص واحد يتشارك التجربة السيريلية نفسها.

لم يمر وقت طويل حتى كان أبي يتصل بجميع الأهل والأصدقاء ليخبرهم بأن "ويندي" أصبحت "على ما يرام".

ما زالت والدي تتعافى من عملياتها الجراحية، ولكن كان قلبها مفتوحاً بأكثر من طريقة، ففتحنا نحن الخمسة قلوبنا إلى الأبد. تصف أختي الصغرى هذا الأمر على أنه: "طبقات من الحب لم أتصور قط أنى قادرة عليها". قالت أختي التوأم إنها لم تقدر قط تقارب أسرتنا قبل أن يحدث ما حدث، ولم يتحدث أبي كثيراً عن الأمر ولكنه أصبح لين العريكة وأكثر لطفاً، وأصبح يمتلك من الحنان ما لم أشعر به من قبل. وقد حصلت أمي على فرصة ثانية لتحيا، وكان امتنانها لا يمكن وصفه.

بالنسبة لي، غيرتني أهمية ما حدث هذا اليوم؛ حيث أصبحت أكثر تقبلاً لما يحدث وأكثر تقديرًا للأمور الصغيرة، وتوقفت عن "فعل" الكثير وبدأت في الاستماع لأطفالي ولزوجي أكثر - أنا الآن أختار ممارسة الحب والتقدير للأشخاص والأشياء لحظة بلحظة.

في اليوم الثاني والعشرين من مايو، رغم أن أمي كانت مريضة، فتحت عملياتها الجراحية خمسة قلوب، إلى الأبد.

~ لاي آن ساكس





علائق

بعمقك

التحلى باليمان

إن الله لن يسمح للمتعب بأن تواجهنا إلا إذا كانت له غاية محمودة من ذلك، وهي أن نحصل على نعمة عظيمة من جراء هذه المحن.

~ بيتر مارشال





## تقديم الشكر

إن الموسيقى غذاء الروح.

~ جون إيه. لوجان



كانت أصوات الطائفة المروحية عالية لدرجة كادت تصيبني بالصمم، ولكن كل ما كنت أسمع في أعماق قلبي وروحي هو صوتي وأنا أشدو بأغنية "أقدم الشكر بقلب يملؤه الامتنان"، وكان ذلك قبيل زحى هرباً من الجحيم المستعر، الذي كان يدعى منزلنا المتنقل، بسويغات قلائل، وقد رأيت جلد ذراعيّ وقدميّ وهو يذوب، وشعرت بألم شديد في ظهري، وكانت الحرارة تذيب جسدي بمعنى الكلمة، وموجات الدخان الأسود أعمت عينيّ عندما كنت أبحث عن زوجي وابنتي، وعندما هربت بسرعة من أسنة اللهب صرخت بأعلى صوتي: "أنقذوا عائلتي! أنقذوا عائلتي!".

والآن، وأثناء تحركي ببطء، وأنا مستلقية على نقالة الإسعافات الأولية، كان كل ما أتذكره هو الأغنية التي كنت أغنيها، وقد نقلت بسيارة الإسعاف إلى أقرب مستشفى لتلقى العلاج، فأخبروني بأن عائلتي لا تزال على قيد الحياة، وقامت الممرضات بتمزيق ملابسى بسرعة في الموضع المحترقة من جسدي، ونزعوا خاتم الزواج من أصبعي المتورم، وكنت أستطيع سماع ابنتي البالغة وهي تصرخ عدة مرات من الحجرة المجاورة: "أريد والدتي!"، فظلت مصرة على الذهاب إليها، ولكن قام ثلاثة أشخاص من القائمين على مداواتي بحملني على الاستلقاء في السرير، ولم أكن أدري مدى خطورة إصاباتي، وكان قلبي ينفطر مع كل صرخة من صرخاتها. وكانوا يستمرون في طمأنتي على أنها بخير، وقاموا بنقل زوجي بطائرة مروحية إلى مركز الحروق الذي يبعد عنا بثلاث ساعات، وفي ذلك الحين بدأت الأغنية تدور في رأسي - إن أفراد عائلتي لا يزالون أحياء، وكل ما وددت فعله هو شكر الله.

أنا الآن داخل الطائرة المروحية فى طريقى إلى مركز الحروق، وكنت أغنى  
"أقدم الشكر بقلب يملؤه الامتتان، أقدم الشكر لله الحنان - أقدم الشكر على ما  
فعله من أجلى". وعندما أخرجونى من الطائرة، كانت فى استقبالى هناك إحدى  
صديقاتى الطيبات، وحاولت تحريك يديّ أثناء الغناء، فساعدتنى بلطف حين  
انضمت إلىّ فى الغناء، وظللت أقول: "إن الله كريم"؛ فقد أبقانا جميعاً على قيد  
الحياة.

لقد ساعدتنى هذه الأغنية على اجتياز أحلك الساعات. وبعد عدة أيام، وعندما  
استيقظت فى وحدة الحروق، أدركت فظاعة الحادثة؛ فقد كان ثمانية وأربعون  
بالمائة من جسدى قد تعرض للحرق، وكسر ظهري، وقفزت ابنتى من النافذة هرباً  
من النار، ولكنها أصيبت بكسور عدة، وكان زوجى راقداً فى حالة من الغيبوبة  
وتفصله عنى حجرتان، وبرأسه خمسة عشر خدشاً، واحترق ثمانية وستون بالمائة  
من جسده، وتبلغ فرصة نجاته تسعة بالمائة.

لقد كنت محتجزة داخل جسد محترق بشدة، وكان الألم مفرطاً، وكنت فى  
الواقع سجيناً داخل هذا الهيكل الذى يرتعش بصورة لا إرادية. وقد انهمرت الدموع  
من عينيّ، ولكن يديّ وذراعيّ المحترقة لا يمكنها مسح هذه الدموع.

لقد كانت حياتى بأكملها مليئة بالتحديات، وأعلم أن إيمانى وموسيقاى كانا  
هما اللذان يساندانى دائماً فى الماضى، أما فى هذه المرة، فيجب على أن أثق  
بهما وأسمح لهما بمساعدتى على اجتياز فترة العلاج والشفاء هذه. وقد قام ابنى  
بإحضار مُشغِّلٍ للأقراص الموسيقية، وأقراصى الموسيقية الجميلة، فظلت الموسيقى  
تعمل طوال اليوم وتمدنى بالتشجيع.

لقد أصبحت أغنية "أقدم الشكر" أغنيتى الرئيسية أثناء تغيير الضمادات، فكل  
يوم يمر علىّ يكون مليئاً بالألم مفرطاً أثناء إِمضائى ساعتين فى تغيير الضمادات كل  
صباح وكل مساء، ولذلك كنت أطلب من ممرضاتى أن يقمن بتشغيل موسيقاى،  
وعندما كنت أحاول الغناء، كنت أركز على كل كلمة، فكانت هذه الكلمات تمدنى  
بالأمل الذى أنا بحاجة إليه لاجتياز هذا الأمر، وقد كانت الممرضات يغنين طوال  
قيامهن بتغيير ضماداتى، ووجدت أن هذه الموسيقى تساعدنى على التحكم بالألم.  
وأيّما ظننت أننى لا أستطيع تحمل مرور دقيقة أخرى أثناء هذه العملية، كنت  
أتحول إلى موسيقاى.

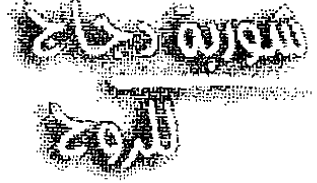
واستمرت الألحان خلال أوقات التحدى وأوقات السعادة فى حياتى.

الحمد لله أن زوجى وابنتى ظلا على قيد الحياة، وأنا الآن أغنى أغنى مبهجة لأحفادي، وحياتنا تسير بأحسن حال. ومنذ أن جعلناها لحناً لنا ونحن نشارك قصة نجاحنا مع الأشخاص والعائلات الناجية من الحروق، وورثنا أغنية الأمل. وآمل أن تجدوا أنتم أيضاً أغنية في أعماق قلوبكم، لتجتازوا بها لحظات التحدي في حياتكم، مع العلم أنه مهما كانت محاولاتكم، فإن هناك كلمات تصلح لأن تغنى.

~ سوزان لوجلى







## الصديق الحقيقي هبة من الله

فردان خير من فرد واحد...

لأنهما لو سقطا، فإن أحدهما سيأخذ بيد صاحبه.

~ حكمة يونانية قديمة

منذ زمن ليس ببعيد، مررت بوقت عصيب جداً في حياتي، ولم أستطع مواجهته في الحقيقة، ومنذ هذه اللحظة من لحظات حياتي، شعرت بأنني أصبحت في النهاية أتفهم الأشياء، وأحرز بعض التقدم، وكانت عقليتي مهياًة لتحقيق النجاح من أجل عائلتي. وكما ترى، فقد أسأت ترتيب أولوياتي، وكنت أعتقد أن النجاح في الحياة يُبنى على كم المال الذي أجنیه، والوظيفة التي أشغلها، والأشياء التي يمكنني توفيرها لعائلتي، ودائماً ما كنت أضع في ذهني أنني أقوم بكل شيء من أجلهم. ولكن ذات يوم، هجرتي زوجتي، وأخذت ابنتنا معها، وبعد أسبوعين فقدت وظيفتي، وفي النهاية فقدت منزلي، وسيارتي، وكل شيء كنت قد عملت جاهداً من أجل الحصول عليه. كنت في لحظات الإحباط أدعو الله، وأنتظر منه الإجابة.

لقد ظلت لعدة أيام، وأسابيع، وشهور، أبكي وأدعو الله، وأسأله: "لماذا تحدث لي هذه الأشياء؟ يا إلهي، لقد كنت حريصاً على الذهاب إلى دار العبادة، وإخراج الصدقة، والحياة في طاعتك بقدر ما أستطيع. إذن، ما السبب في وقوعي في هذه المشكلة التي وجدت نفسي أواجهها فجأة؟".

لم يسبق لي أن حظيت بأصدقاء يمكن لي القول إنهم أصدقاء حقيقيون مقربون، فقد كان معظمهم مجرد معارف كنت أذهب معهم لتناول الغداء في أيام العطلات، وكان بعضهم يزورنا، ولكن ذلك يحدث عادة إذا قمنا نحن بدعوتهم على العشاء. ولكن لم يسبق أن مر علينا أي شخص لمجرد أن يقول: "مرحباً، هل أنتم بخير؟ وهل

تسير أموركم على ما يرام؟ إننى لم أركم منذ يوم أو يومين، فشعرت بحاجتى إلى الاطمئنان عليكم".

ومع ذلك، قبل حدوث هذه المحنة بعامين، وأثناء عملى مديراً لمتجر محلى لبيع الكتب، التقيت بأحد الرجال المهذبين، والذي كان حريصاً على بيع كتاب - الذى كان قد ألقاه - بنظام الدفع الآجل. لذا، بعد مراجعة الكتاب قبلنا القيام بنشره. وخلال الشهرين التاليين، كان "سام" يزورنا فى مناسبات عدة لتفقد كتابه. ولأن هذا الكتاب هو أول كتاب ينشر له، فقد كان تواقاً لتحقيق ربح من ورائه، وكان فى كل مرة يمر علينا فيها، كنا نتحدث عن كتابه، وكنت أخبره بأننى سأبذل قصارى جهدى لأعطيه رأى حول مختلف الناشرين. وقد تولدت صداقتنا خلال هذه المحادثات، فبدأنا بتناول الغداء معاً، وخلال عامين توطدت صداقتنا لدرجة أننا أصبحنا نأتمن بعضنا على أسرار متعلقة بحياتنا الخاصة.

لم أدرك فى ذلك الوقت أن الله كان يُعدنى لما سأواجهه فيما بعد؛ فبعد أن هجرتنى زوجتى، أصبحت وحيداً. ولم تكن علاقتى بوالدى وأخى وأختى وطيدة. لقد كنت أحبهم، وكنا نتحدث أحياناً، ولكن لم تكن بيننا تلك الرابطة التى تجعلنى أثق بهم وأخبرهم بحقيقة وضعى. ولكن أصبح لدى "سام"، والذي قد كان يزورنى بصورة منتظمة لمجرد الاطمئنان علىّ، وكان فى بعض الأحيان يأتى ويحضر معى طعاماً، أو يطلب منى الذهاب معى إلى المطعم. ونظراً لكونى عاطلاً، لم يكن لدىّ بالطبع المال الكافى لتناول وجبات الطعام خارج المنزل، ولكنه كان يصر على ذهابى معى، ويخبرنى بأنه سوف يتولى دفع الثمن، وقال لى عدة مرات: "لا تقلق بشأن الحساب، فأنا أستمتع بصحبتك ورفقتك". ونظراً لكونى شخصاً مليئاً بالكبرياء، كنت فى بعض الأحيان أجد من الصعب علىّ القبول، وكنت أشعر بأننى ما دمت لا أستطيع دفع ثمن وجبتى، فلا يجب علىّ الخروج. ولكن الله كان يعلمنى درساً فى التواضع.

لقد كنت فى العديد من المناسبات أشعر باكتئاب، وبأننى وحيد، ثم إننى كنت أسأل الله سؤالاً فى صلاتى وهو: "يا إلهى، لماذا أخوض هذه التجربة؟ فأنا أشعر بوحدة شديدة". وفى بعض الأحيان، لا يكون معى ولو دولاراً واحداً، وتكون سيارتى فارغة من الوقود الذى يساعدى فى السير أثناء بحثى عن عمل. وقد ظللت عاطلاً لمدة شهرين، ولكن فى تلك الفترة كان "سام" يزورنى، وقبل مغادرته كان يضع يده فى جيبه ويقول لى: "لقد أحسست أنه يجب علىّ أن أعطيك هذا المبلغ من المال"، ثم يضع المال فى جيب قميصى. وفى حالة الكبرياء التى تعترينى، كنت أود أن أقول له: "شكراً، لا أريد مالاً

منك"، ولكنى فى الحقيقة كنت فى أمس الحاجة إلى هذا المال، وغاية فى الامتنان أن  
إن ما لم أتمكن من إدراكه لبعض الوقت هو أن الله كان يولبنى عنايته من خلال  
"سام". وقد كان "سام" أكثر من مجرد كونه شخصاً يزورنى من حين لآخر؛ فقد  
كان يجلس معى فى بعض الليالى، ويستمع إلى قصتى الحزينة بصبر حين أبكى  
وأشكوله ما بى، ثم يمدنى بكلمات تشجيعية، ويقدم لى النصح. وكنت فى بعض  
الأحيان أشعر بإحباط شديد لدرجة أنى لا أستطيع التركيز على ما أحتاج إلى فعله  
من أجل العثور على عمل، فكان يجلس أمام جهاز الحاسوب الخاص بى، ويمضى  
ساعتين أو ثلاث ساعات فى البحث عبر الإنترنت عن وظائف من أجلى، ويقوم  
بإرسال سيرتى الذاتية نيابة عنى؛ حيث لم يكن لدى الحافظ للقيام بهذا، ووصلت  
إلى أدنى مستويات الإحباط، وكنت على وشك فقدان الأمل.

وأثناء أدائى الصلاة فى إحدى الليالى، وعندما كنت أتوسل إلى الله، ذكرت  
قصة وردت فى الأثر عن أن الله أرسل عبداً صالحاً إلى أحد جداول الماء، وأمره  
بأن يمكث هناك لفترة، فكان يشرب من مياه الجدول، وبعث الله إليه طائراً يحمل  
له الخبز واللحم فى كل صباح وكل مساء - وأدركت عندما تكشف لى الأمر أن هذا  
بالضبط ما كان يحدث معى فى حياتى.

وقد سألت الله منذ البداية عما إن كنت اقترفت ذنباً أو فشلت فى القيام بشئ  
تسبب فى نزول عقابه على؛ حيث شعرت بأن هذه التجربة عقاب من الله لذنب اقترفته  
فى حياتى، وفشلت فى التوبة منه. ولكن ليست هذه هى القضية على الإطلاق! فقد  
كان الله يعلمنى أن أثق بقدرته على إمدادى بكل ما أحتاج إليه فى حياتى اليومية،  
وكان يعلمنى أنتى لا يمكن لى أن أقف فى الحياة وحدى كجزيرة منعزلة، بل نظراً  
لكونى جزءاً من هذا المجتمع، فأنا بحاجة إلى وقوف الآخرين إلى جانبى.

وفيما يتعلق بقوت يومى، والمال اللازم لشراء الوقود، والحافظ، والتشجيع،  
كان الله يرسل إلى صديقى "سام" بصورة منتظمة. وقد كنت أشكر "سام" لكونه  
صديقاً حقيقياً، وأشكر الله على إنعامه علىّ بهذا الصديق الحقيقى فى هذه المرحلة  
العصيبة فى حياتى، وكنت أدعو الله أن أصادف شخصاً بحاجة إلى صديق حقيقى،  
وأن أكون حساساً بالدرجة الكافية لإدراك المحتاجين، وأن أكون متواضعاً بالدرجة  
الكافية لأبذل قصارى جهدى وأملأ الفراغ الموجود فى حياتى.

~ بوب آربا



## التوربة حاجة للروح

# نعم تفيض عن الحاجة

لقد علمنى كل ما رأيتهُ فى حياتى أن أثق بالخالق فيما يتعلق بما يخفيه لى.  
~ رالف والدو إيميرسون

كان السؤال بسيطاً جداً: "هل معنا المال الكافى لـ...؟"، وكان زوجى "بوب" يسألنى هذا السؤال فى كل مرة يذهب فيها إلى المتجر، أو يحتاج إلى ملء سيارته بالوقود، ولم يكن سؤاله هو ما يقلقنى، بل ما يقلقنى هو أنى سأضطر لإعطائه المال. وفورَ شرائه سيارة أحلامه تقريباً، بدأت أسعار الوقود فى الارتفاع، وكانت تكلفة هذه السيارة الجديدة باهظة بالنسبة لنا؛ فقد كانت أسعار الوقود المتزايدة والكم الذى تستهلكه هذه السيارة منه مدمرة لميزانيتنا. وقد كانت تلتهم المال الزائد عن حاجتنا الذى سمح لى "بوب" بالتصدق به، وكانت تتعدى ذلك إلى ما نسميه بضروريات حياتنا. وقد كلفتنا آخر مرة قمنا فيها بملء السيارة تماماً بالوقود ستين دولاراً، وخلال أسبوعٍ تطلبت منا هذه السيارة الجميلة الحمراء اللامعة أن نملأها مرة أخرى. ولأن "بوب" هو الفرد الذى يكسب الجزء الأكبر من دخل أسرنا، فقد كنت أشعر بالذنب حين أقول له إنه ليس لدينا المال الكافى بالمصرف للقيام بهذه الأشياء، كما كان جدول عمله غير ثابت، ولذلك، إذا ذهبت إلى عملى من الساعة الثامنة صباحاً إلى الخامسة عصرًا، فقد لا يرى أحدنا الآخر - ولم يكن أى منا يرغب فى ذلك. وقد كنت أنهمك فى عمل المنزل لأعوض قلة كسبى المال من عملى، ولكن أصبح من الصعب علىّ تعليل مُكثى فى المنزل، والأسوأ من ذلك أن سوق العمل قد تدنت فى حين بلغت أسعار الوقود عنان السماء.

كنت أتفقد فى معظم الأيام إعلانات الوظائف بالصحف، وأقوم بإرسال سيرتى الذاتية إلى أصحاب الأعمال، وأذهب لعمل المقابلات الشخصية حين يتصلون بى،

وفعلت كل ما بوسعى لكي أساعد زوجي، لكن يبدو أنه لا أحد منهم يرغب في عدا  
لديه، فكنيت أدعو الله أن يهديني سبيل الرشاد.

وذات صباح في شهر أبريل عام ٢٠٠٧، جلست أطلع كتابًا يحوى قصصًا دينية،  
فاستوقفتني قصة تحكى عن رجل صالح استطاع أن يطعم عددًا كبيرًا من أفراد  
قبيلته الجائعين، وطلب هذا الرجل من أتباعه أن يُحصُوا كل ما لديهم، فوجدوا  
لديهم خمسة أرغفة وسمكتين، وهناك مائة رجل - إضافة إلى النساء والأطفال -  
فتوجه هذا الرجل الصالح إلى الله بالدعاء أن يبارك لهم في هذا الطعام، فكفاهم  
ويتضح في فقرة أخرى من فقرات القصة أنه تقبل الخبز والسمك، وشكر الله عليه  
وأظهر الامتنان لما لديه.

إن ما كان يملكه هذا الرجل الصالح لم يكن كافيًا، لكنه لم يتذمر، ولم يسأل  
الله أن يعطيه المزيد، بل أخذ ما لديه، وسأل الله البركة فيه، وشكره عليه. ثم قام  
بتقسيمه بين أولئك الذين لا يملكون أى شيء، فكفاهم، بل زاد عن حاجتهم. وكان  
كم الطعام الكافى لهذا العدد يزيد فى الحقيقة عن كم الطعام المتوافر بمقدار اثني  
عشر ضعفًا.

وتوقفت عن القراءة، وأغلقت عينيّ. فقد كنت أتذمر، وقد كنت أقول لـ "بوب" في  
كل مرة يريد فيها شراء الوقود للسيارة إننا نحتاج إلى التخلص من هذه السيارة.  
ولم أشكر الله على أننا لا نزال قادرين على شراء الوقود لها، بل كنت أشعر بالقلق  
من أننا قد لا نتمكن من شراء الوقود فى المرة القادمة، وهذا الفعل بعيد تمام البعد  
عما قام به ذلك الرجل الصالح.

وفتحت عينيّ، وبحثت عن أسباب توجب شعورى بالشكر والامتنان، وبدأت أسأل  
الله أن يبارك لنا فى ما لدينا، وشكرته على إمداده إيانا بكل ما نحتاج إليه، وشكرته  
حتى على الأشياء التى لا نحتاج إليها كسيارة "بوب". وكلما ازداد شكرى لله وسؤالى  
للبركة، ازدادت الطمأنينة بقلبي.

وأثناء وجبة الغداء، أخبرت "بوب" بما دار فى نفسى، وقلت له: "إننى أوّمن  
بحاجتنا إلى الثناء على الله، وشكره على كل ما أنعم به علينا، وكلمة الثناء تعنى أن  
تتحدث بكلام حسن عن الله، لأننى أوّمن بأن علينا إبداء الشكر والامتنان لله على  
ما لدينا".

لم يقل "بوب" شيئًا، بل عقد حاجبيه وصرف بصره بعيدًا عني، بينما استمر فى  
تناول غدائه، ولكن الطمأنينة التى بقلبي تؤكد لى أنتى على صواب.

أمضيت تلك الظهيرة أتحدث بامتنان، وأثيت على عائلتي، ومنزلي، وكل شيء  
جال بعقلي، وشكرت الله على كرمه وفضله علينا، وبرّه بنا. وقد نمت في تلك الليلة  
وأنا أشعر بطمأنينة لم أشعر بمثلها منذ زمن بعيد.

وفي الصباح التالي، تلقيت اتصالاً من واحدة من معارفنا، كانت تقطن في  
الجزء الشمالي من الولاية - كانت "إنيز" هذه شريكة في إحدى الشركات التي  
تقدم خدمات التوزيع، وكان لهم حساب في أحد البنوك الواقعة في المنطقة التي  
أعيش فيها، وأراد البنك أن يبدأ مساراً لتوزيع الرسائل في منطقتي لخدمة البنوك  
الموجودة في المدينة، فطلبت "إنيز" مني مساعدتها على بدء هذا الأمر.

وعملت معها ومع البنك المحلي في تخطيط هذه المسارات، وكل العمليات  
اليومية، وطلبت مني تولى إدارة المسار عندما نفوز بالمناقصة، وسوف أكون مسئولة  
عن تعيين الموظفين، وتدريبهم، وتنظيم جداول العمل، وتوليت العمل بنفسى في  
مسارين، وقمت بتعيين موظفين آخرين لتولى بقية المسارات.

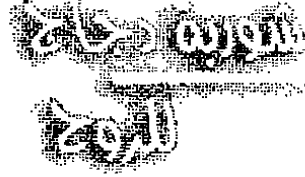
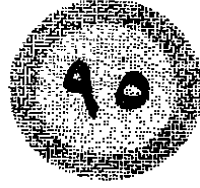
وهكذا حصلت على وظيفة دون التقدم إليها، وانتقلت من حالة كسب ما لا يكفى  
من المال، إلى ما يزيد على الحاجة، كما كانت هذه الوظيفة مناسبة لجدول عمل  
زوجى، فقد أصبح بإمكاننا تناول العشاء معاً كل يوم، وكان يجدى بالمنزل حين  
عودته من العمل وطوال العطلات الأسبوعية.

كانت "إنيز" تثنى علىّ بصورة مستمرة، فقد كانت مسرورة من عملى، وكنت  
مسرورة بالعمل معها كذلك، وحمدت الله على هذه الوظيفة، وكنت أثنى عليها  
بصورة مستمرة، وقد كانت معجزة بالنسبة لى، بل هى مدد من الله.

أعلم الآن عندما أشاهد انخفاض معدل البطالة، وأرى قلة رغبتنا فى التقاعس  
عن العمل، أن الله سوف يمدنا بالمؤونة، وقد أخبرنا بأنه ذو مشيئة، وأثبت لنا قدرته،  
لذا أرفض أن أكون قلقة.

لقد تعرض زوجى إلى اقتطاع جزء كبير من راتبه نظراً لحالة الاقتصاد، وأصبح  
دخلنا الآن أقل من الشهر الماضى، ولكنى أستمر فى الثناء على الله لما لدينا، وما  
زلت ممتنة لما أمدنا الله به. وقد أخذت ما لدينا وقمت بتقسيمه، ولهذا كان كافياً  
جداً. لأننى وثقت بالله وحده، لا بالاقتصاد.

~ جوى فيلدر



## أسلوب الحياة في مقابل الحياة

إننى أعيش حياتى، ولست أشتري أسلوب حياة.

~ باربرا كرجر

إن نمط الحياة "المثالى" لن يساوى ثمن حياتك؛ فلو ضحيت بجودة حياتك الأسرية أو حياتك الروحانية من أجل أن تتعم بنمط الحياة المثالى، فأنت تخدع نفسك. ويخبرنا المجتمع بأننا لو حصلنا على هذا الشئ الإضافى، فسوف نصبح سعداء. ومرة بعد مرة، نستسلم لنجد أنفسنا ما زلنا غير سعداء حقيقةً، لذا نعود إلى البحث عن هذا "الشئ الإضافى".

حدث ذات يوم منذ عامين مضياً أن عاد زوجى "سكوت" من العمل وهو غاية فى الاكتئاب والإنهاك. وفى الحقيقة، كان زوجى يعانى الاكتئاب منذ عامين، وقد كان ما تجاهلته خلال انغماسى فى حياتنا اليومية شيئاً مذهلاً، وهو أنك بمجرد أن تظن نفسك ملكت الأمور كلها، تنهار الحياة فوق رأسك. ويكل صدق، أصبت بالذعر.

نحن نعيش فى ما أسميه بـ "ستيفورد"، وهو مجتمع عمرانى للعائلات مخطط بصورة جميلة جداً. وهو عبارة عن تجمع صغير تحت أشعة الشمس الساطعة، وبه ملاعب لكرة القدم، وطرق للتنزه سيراً على الأقدام، وملاعب للجولف، إن شئت أن تسميها كذلك. ولدينا منزل جميل، ويوجد بالقرب منا دار عبادة، ومدارس جيدة لابنائنا، ونحظى بنمط حياة مريح جداً. ونمتلك سيارات مناسبة، ونعمل بوظائف مناسبة، ونستمتع بإجازات مناسبة، لكن ما كنا نفتقده هو الحياة الأسرية؛ حيث كان "سكوت" يعمل من ستين إلى تسعين ساعة أسبوعياً، وليس هذا خطأ طبيعياً،

بل واقفنا، وقد ظل يعمل وفقاً لهذا الجدول الجنونى طيلة خمس عشرة سنة، ولهذا لا عجب من إصابته بالاكْتئاب.

إن الوقت شيء لا يمكنك استرجاعه، وقد فقد "سكوت" أعياد ميلاده، وإجازاته، وكل شيء من أجل عمله. وقد كنت أقوم بتربية أبنائنا وحدى، وأصبحت منهكة أيضاً، فلم أكن أقوم بهذا الأمر بصورة حسنة؛ لأننى كنت أقوم به وحدى. وفى الواقع، لم تكن عائلتنا تبدو بصورة حسنة رغم أننا كنا مجتمعين معاً فى مكان جميل. وفى ذلك الشهر الذى كنا نقيم فيها واقفنا، واجهنا بعض الأسئلة الصعبة مثل:

هل الوقت الذى أمضاه "سكوت" بعيداً عن العائلة يساوى المال الذى اكتسبه؟ ولو ترك وظيفته، فهل سنتمكن من الإنفاق على أبنائنا الأربعة؟ وعندما بدأنا الحديث عن مسائلنا المالية الحالية (التي كنت مسئولة عنها فى ذلك الوقت)، سألتنى "سكوت" إن كان لدى مشكلة مالية، فقلت له بوجه عابس: "بالطبع لا". ولكنى أدركت الحقيقة، فقد كان نمط حياتنا تموّله بطاقات الائتمان، ونعيش فى مجتمع باهظ التكاليف). ولم تكن مضاهاة أساليب المعيشة هنا فى مقدمة أهدافنا، ولكنها ظلت قابعة فى ظلال قلوبنا.

لقد وصلنا أخيراً إلى النتيجة نفسها، فـ"سكوت" لا يمكنه الاستمرار فى العمل بالطريقة نفسها، إذا أراد أن يظل محتفظاً بقواه، ولا يمكننى الاستمرار فى تربية أبنائنا وحدى، إذا أردت أن أظل محتفظة بصحتى. فما الذى يجب علينا القيام به؟ إنه سؤال صعب، يتطلب إجابة لا تقل صعوبة عنه.

لقد دعونا الله لأنفسنا، وكان أصدقائنا يدعون لنا، ودعونا بصورة أكثر، ثم اتخذنا القرار الصعب، وهو أن نعود إلى الولاية التى نشأ بها "سكوت"، ونعيش مع والدته إلى أن يتم بيع منزلنا. وسوف يقوم هو بالبحث عن وظيفة تدعم هدفنا الجديد فى العمل معاً على تربية أبنائنا، وإنعاش زواجنا.

لقد ظننا أن هذه العملية سوف تستغرق أقل من ستة أشهر، ولكنها استغرقت فى الحقيقة عامًا ونصف العام - وهذه فترة طويلة بالنسبة لنا لنمضيها فى هذا المسكن الانتقالي، ولم يعجبني هذا الأمر على الإطلاق، وأثار غضبى، وزاد عنادى وشعورى بمرارة العيش. لماذا لا يكون لدى منزل جميل؟ ولماذا لا أمتلك ملابس جميلة، وأحظى بإجازات جميلة، وبكل هذه الأشياء الرائعة؟ إننى ما زلت



أرغب فى الاستمتاع بنمط حياتى. وأحب منزلى الجميل، وحمام السباحة، وملعب الجولف. وأنا عالقة هنا فى منزل ليس لى، ولا شىء مما حولى يخصنى، فعَلام بقاءى هنا؟

لا داعى لأن أقول إن تلك السنة كانت تمثل سنة ضغوط، فقد كنا معرضين للضغوط، وكذلك زواجنا، وأبناؤنا. ولكن هل نمط الحياة الذى تركناه يساوى قيمة زواجى، وسعادة أبنائى، وسعادتى الحقيقية؟ وقد أدركت أن الإجابة عن هذا السؤال سهلة جدًا، وهى: لا، على الإطلاق!

إن نمط الحياة "المثالى" لا يساوى قيمة الحياة أبدًا.

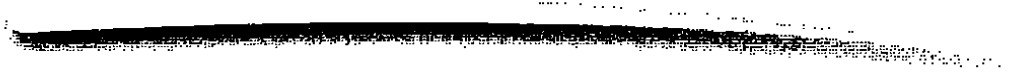
وعندما بدأت فى طرح الأسئلة الصعبة، والدعاء من أجل الحصول على الإجابات التى نعلم أنها ستكون قاسية، قمنا بترتيب أولوياتنا، ولكن ما زال أمامى الكثير لتعلمه، ولن يتغير قلبى بين عشية وضحاها. وقد توصلت إلى أنه فى الوقت الذى كنت أهتم بأبنائى، الذين تتراوح أعمارهم بين سبعة أعوام وأربعة وعشرين عامًا، طوال تلك السنوات، كنت أيضًا أنانية، فكثيرًا ما كنت أضع رغباتى وحاجاتى أمام رغبات وحاجات عائلتى. إن الأنانية من طباع البشر، ولكن عندما أنظر إلى الماضى، أرى أننى كنت أكثر بؤسًا حينما نأيت بنفسى عن سبيل الله بأن قدمت أولوياتى الخاصة بنمط حياتى على الحياة التى أرادها هولى.

فى نظام معيشتنا الجديد غير المألوف، بدأت فى الاهتمام بكتبى الدينية فى النهاية، وبدأت فى إعادة بناء حياتى الإيمانية، ثم نظرت إلى قلبى نظرة فاحصة، واخترت أن أزهر أينما يغرسنى ربى، فبدأت أعيد اتصالى به. وبينما لم تتغير ظروفنا كثيرًا، إلا أننى أشعر برضا حقيقى. وقد يبدو "نمط حياتنا" الحالى محط سخرية بالنسبة لمستويات حياتى الماضية، ولكن عائلتنا لم تكن متقاربة كما هى حالها الآن، ولم تكن أكثر إيمانًا مما هى عليه الآن.

أظن أننى تمكنت من إيجاز الأمر برمته ذات يوم فى محادثة جرت فى السيارة بينى وبين ابنى البالغ من العمر أربعة عشر عامًا، حيث كنت أحاول أن أوضح له أنه فى حين أنه ليس لدينا الكثير من "الأشياء" كالتى كانت لدينا فى ولاية أريزونا، إلا أنى اتخذت ووالده هذه القرارات من أجل أن تصبح عائلتنا أكثر تقاربًا. وقد علق "تايلر" ببساطة قائلاً: "أتعلمين يا أمى، لقد كنت أرى والدى خلال أول عام لنا هنا أكثر مما رأيته طوال الاثنى عشر عامًا التى مرت من حياتى".

لقد كان هذا الأمر بمفرده كافيًا لأن يجعل كل يوم نعانيه بسبب الضغوط،  
يستحق هذه المعاناة. وفي الحقيقة، قد نكون تخلينا عن كل شيء اعتدنا تمييز  
أنفسنا بواسطته، إلا أن ما حصلنا عليه في المقابل لا يقدر بثمن، فقد استرددنا  
حياتنا.

~ كای کلیبا



## اسمى هو الجدَّة الأم

إنك لا تختار أفراد عائلتك، فهم من عطاء الله لك مثلما أنت من عطاء الله لهم.  
~ ديسموند توتو

عندما وصلت إلى سن الأربعين، مررت ببعض الأحداث التي غيرت من حياتي. فقد أنهى أكبر أبنائي مرحلته الثانوية، وانتهى زواجى الذى دام عشرين عاماً، وتركت وظيفتى محررة بإحدى الجرائد الصغيرة، وتوفى عدد من أقربائى، وقمت بتغيير محل إقامتى مرتين، وأصبحت جدَّة لأول مرة.

لم يقابل الإعلان عن اقتراب المولود بالتهليل، فابنتى سوف تصبح أمًّا وحيدة، وكان زواجى مضطرباً لدرجة لا يمكن وصفها، ولكن عندما رأيت صورة الجنين بالموجات فوق الصوتية، وسمعت نبضات قلبه، وشعرت بهذه الحياة الغالية تتحرك للمرة الأولى، امتلأ قلبى بالسرور.

إن الله لا يخطئ مطلقاً.

لقد علمت أن ميلاد هذا الطفل سوف يكون نعمة، وبعد مرور اثنى عشر عاماً، أصبح هبة بالنسبة لى.

وعندما كان عمره ستة أشهر، بدأت رحلة تربيته وحدى. حسناً، لم أربه وحدى طوال الوقت، فقد كان الله معى دائماً، وقد كانت والدتى الرائعة تقف إلى جوارى خلال إصابته بالمرض والضعف.

تقول ابنتى "ميمى" إن هذا الطفل سبب لحياتها، وهو مصدر لسرورنا، ويتمتع بروح محبوبة، وبحسن دعاية كبير بدرجة تفوق مخاوف جدته، وهو طالب متفوق، ويحب دور العبادة، وممارسة الصيد، واللعب بالكمبيوتر، والبناء، وحل الألغاز، والقراءة، وهو عون كبير لى فى شئون المنزل، بل والعمل أيضاً.

ولا يمكننى تخيل حياتى بدونهُ. وكان بعض الناس يقولون لى إنه ليس من العدل بالنسبة لى أن أُجَبَرَ على تربية هذا الطفل، ولكنى كنت أقول لهم إن هذا يشعرنى بالفخر.

لم تكن تربية ابنى بالأمر اليسير دائماً، فقد كنا نواجه بعض المواقف الصعبة، ولكن إيمانى بالله وهدايتهُ لى، دائماً ما كانا يعينانى على الخروج منها. وفى هذا العام، سوف أبلغ الثالثة والخمسين من عمري، وسيبلغ حفيدى الثالثة عشرة؛ أى سيصبح مراهقاً ولحسن الحظ، ما زال بإمكانى مجاراتهُ، فيمكننى ركوب السيارات الصغيرة، واللعب بالطائرات الورقية، ولعب الجولف الخاص بالأطفال، والسير مسافة طويلة، والتخييم، واصطحابهُ لقضاء وقت ممتع خارج المنزل. أمامى طرق صعبة فى تربيته، وأشعر أحياناً بالخوف، وأسأل نفسى: هل يمكننى القيام بهذا وحدى؟ ولكنى أتذكر بعدها أننى لست وحدى، فالله معى، ولدى أفراد عائلتى، والعديد والعديد من أصدقائى. ويحتل هذا الفتى الغالى مكان الصدارة فى أولوياتى حينما أكون فى العمل، أو أقوم بأعمال تطوعية فى مجتمعى، أو أكون فى المنزل، وكانت ابتسامته التى تنتقل لمن يراها تشع بمحبته للعائلة، وكان سَبَاقاً إلى تقديم المساعدة دائماً.

كان حفيدى يدعونى بجدته، وهو يعلم أن ابنتى هى والدته الطبيعية، ولكنه كان يشير إلى ببساطة فى بعض الأحيان بـ "الجدَّة الأم" وكنت فخورة بهذا الاسم!

~ جليندا لى

## الإخلاص لله

إن الإيمان هو الفضيلة التي بواسطتها - من خلال التمسك

بالإخلاص لله - نخضع لله؛ لكي ننال ما يعطينا إياه.

~ ويليام أميس

في العام الخامس بعد أن بدأ زوجي عمله في دار العبادة، لم يتغيب عن عمله إلا نادراً، وكان يؤدي جلسات مطولة من الوعظ والإرشاد لمدة خمسة أيام أسبوعياً. كان هذا العمل مرهقاً ذهنياً، ولكن "جوزيف" كان سعيداً، ثم تبدلت الأحوال، وفقد زوجي عمله.

قال لي: "لقد كنت واثقاً بأن الله يعد لي مستقبلاً باهراً هناك، ولكنه الآن لم يعد بحاجة إلي"، وبدأ صوت "جوزيف" يرتجف وهو يضع رأسه بين يديه. لقد كان شعور "جوزيف" بالإحباط شديداً، وتحطمت روحه، وبدأ يشعر بأن الله غير راض عنه، وأصبحت هذه الفكرة تزعجه وتراوده باستمرار.

لقد أتصل به أصدقاؤه وزملاؤه في دار العبادة ليعربوا عن شعورهم بالأسف لما أصابه، وأجاب عن أسئلتهم التي طرحوها عندما علموا بمسئولياتهم الجديدة في تلك البيئة المتغيرة.

وأخبرني بسرهم قائلاً: "لا بد أنني أخفقت بطريقة ما، وإلا لظللت في عملي هناك".

كانت صحة زوجي النفسية لا تقل أهمية عن كيفية تدبرنا أمورنا المالية، وبخاصة حينما يسألني بعض الأسئلة مثل: "ما الخطأ الذي ارتكبته؟" أو "ماذا سنفعل الآن؟".

ولكى نجتاز هذه الأزمة، كنت أدرك حاجتنا إلى عون الله، فكنت أدعوه من أجلنا، ثم بدأت أرى أثر مساعدته إيانا.

وقد اكتشفت أنه وفقا لخطة تقديم المعاشات، التى كان اسم "جوزيف" مقيداً ضمنها بعد إنهاء عمله مع صاحب العمل السابق، لذا يمكن له التقدم للحصول على معاش مبكر، وهذه أول إشارة على مساعدة الله إيانا.

لقد كنت أعمل مديرة منزل قبل ولادة ابنينا منذ خمسة عشر عاماً، وقررت أن أطالب مؤسسات التأمين الاجتماعى بإعطائى معاشاً فى هذا العام، حيث بلغت الثانية والستين من عمري، وعلمت الآن أن بإمكانى تقديم طلب بأحقية ابنى فى الحصول على إعانة للأطفال أيضاً. إن الله لم ينسنا، فقد كان يوافقنا بالمدد.

كان تعليم ابنينا من أكبر اهتماماتنا، وقد قمنا بإعادة إلحاقهما بمدريستيهما، ولكن هل سنتمكن من الاستمرار فى تقديم المستوى التعليمى الذى تعهدنا بتقديمه لهما؟ وبعد تقديمنا طلب مساعدة مالية، تم منحنا خصماً قدره أربعون بالمائة من مصروفات العام الدراسى التالى، وقد كنا فى قمة السعادة!

ثم حان دور مظلة التأمين الصحى لكى تشملنا جميعاً. وبعد بعض الاستفسارات والبحث عبر شبكة الإنترنت، علمت أنه يحق لى ولزوجى الحصول على تأمين صحى مخفض، ولابنينا الحق فى الحصول على رعاية صحية مجانية وفقاً لبرنامج التأمين الصحى للأطفال بالولاية - وهكذا لا يزال الله يلبي حاجتنا.

ونحن الآن نعيش حياة أكثر توفيراً على دخل بسيط ثابت، ومن حسن الحظ أننا لا ندفع ثمن رهن عقارى لمنزلنا، ولكن التكلفة المرتفعة للخدمات كان تشكل اهتماماً آخر، وقد تقدمت بطلب مساعدة مادية بشأن هذه التكاليف، فحصلت على خصم على فواتير الكهرباء والتدفئة.

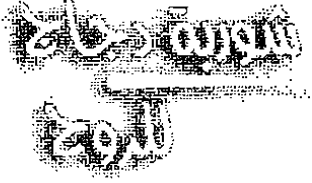
لقد زادت نعم الله علينا منذ أن أصبح زوجى عاطلاً، وقد كنت أشعر بخيبة أمل لأن "تيم" و"بين" لم يكونا يستطيعان رؤية والدهما إلا لوقت قصير يومياً عندما كان يعمل فى دار العبادة بدوام كلى. أما الآن، فيقوم والدهما باصطحابهما إلى المدرسة فى الصباح، ثم يعود ليصطحبهما إلى المنزل بعد ذلك. وقد أصبح حراً فى الذهاب إلى الرحلات الميدانية التعليمية والنزهات التى تقوم بها الجماعات الشبابية. ولكن الأهم من ذلك كله هو أنه أصبح لدى زوجى الآن الوقت الكافى للجلوس مع ابنينا والتحدث إليهما، وهما شاهدان على برّ الله بنا فى وقت المحنة.

قبل أن يتوقف "جوزيف" عن العمل، كنت مهتمة بأمر الساعات الطويلة التي كان يقضيها في العمل، وكيف أن هذه الساعات كانت تؤثر على صحته. أما الآن فنحن نمضي الوقت معاً خلال اليوم، وهو يبدو أكثر استرخاءً.

سأل "جوزيف" ابنتنا: "ربما بإمكانى تقديم المساعدة بالمدرسة، فهل لا يزال لديك حاجة إلى متطوعين للأعمال الأساسية؟"، كما تمت كل الأمور التي تركت دون إكمال في المنزل أيضاً.

لقد رأيت شعور زوجي بخيبة الأمل يتلاشى بصورة تدريجية، ونحن نستشعر رأفة الله بنا بصورة مستمرة، ونرى آثار رَحْمَاتِهِ الجديدة في موقفنا المتغير. وسأستمر في إحسان الظن والإخلاص لله.

~ بات جين دافيس



## هذا اليوم بالذات

لعل الله يمنحك المتعة فى كل يوم من حياتك.

~ جوناثان سويفت

قد أحتاج إلى العديد من الصفحات لكى أبين فيها التحديات التى واجهناها أنا وزوجى، فقد احتفظت بدفتر يومياتى لمدة ثلاثين عاماً؛ ليساعدنى على الاحتفاظ بوجهة نظرى. وقد قمت مؤخراً بكتابة هذا الكلام:

يا إلهى، استيقظت فى هذا اليوم بالذات وأنا على قيد الحياة، هنا، الآن، فى هذا اليوم. وفى هذا اليوم سوف أحترم جسدى، وسوف أغذيه جيداً، وأنظفه، وأحفظه. وبأخذ حمام دافئ، وتناول وجبة صحية، وبتثبيت حزام الأمان بسيارتى، وانتعال حذاء مناسب... سوف أحترم جسدى الذى منحته إياى - هذا الجسد الذى نفثت فيه الحياة عند ولادتى، وتنفثها فى كل يوم، وفى هذا اليوم بالذات.

فى هذا اليوم بالذات، لم أستيقظ وحدى، ولكننى متفردة كما هى حالى، لكونى جزءاً من البشرية، ولكون كل الأشخاص متفردين أيضاً. دعنى أحترم الكيان البشرى، وأعامل كل فرد من أفرادهم مثلما أعامل يديّ، ووجهى، وأقدامى. ومثلما أغذى جسدى، دعنى أغد الكيان الأكبر أيضاً، فمثلما أغدق اللبن على طعامى فى الصباح، دعنى أتذكر أيضاً إغداق لبن العطف على عائلتى، وجيرانى، وزملائى، وعلى الغريب الذى أقابله فى الطريق، وأن أغدق الدعوات الحارة على الأرواح التى تسكن الأراضى البعيدة، وأن أفكر فى العطف عليهم.

فى هذا اليوم بالذات يا إلهى، سوف أشعر بلا شك بالغضب، فدعنى - بدرجاتى، ومهاراتى، و"معرفتى بالحياة" - لا أغفل الحكمة البسيطة التى لدى المحارة، فدعنى أحول هذه الأشياء الطفيلية - التى قد تغزو سلوكى وتشويه بالمرارة



أو اليأس - إلى لآلى تبرق فى عالمى، وإلى جواهر تقدم للآخرين دليلاً على أن الحياة والأمل يمكنهما قهر اليأس والخوف.

وفى هذا اليوم بالذات يا إلهى، دعنى أتذكر الابتسام، والضحك، والغناء، والرقص، حتى إن كانت ركبتاى تؤلماننى، ودعنى أتذكر أن أشاهد الحمائم ترفرف بأجنحتها فوق نافذتى، وأن أرى البريق النحاسى لأشعة الشمس عند وقوعها على ذيل السنجاب، وأن أستمع إلى الجرو الصغير وهو يلعب المياه الموجودة فى طبقه. ودعنى أشاهد الزهرة الزاهية الموجودة فى الجدول بمدينة فيرميليون حتى لو كانت هذه النبتة من "الأعشاب الضارة"، ودعنى أستمع برؤية الملصقات التى توضع على ممتص الصدمات بالسيارات المزينة بمعدن الكروم اللامع، والحقائب الضخمة التى يحملها المراهقون النحفاء. وعند سيرى إلى مكتب البريد، دعنى أسر بالأطفال الذين يهتمون فى عرباتهم الصغيرة، والأمهات الجميلات اللاتى يرتدين ثياباً مزركشة بصور الأزهار، ورائحة كعك القرفة الساخن المنبعثة من المخبز المجاور. وبما أنتى ما زلت على قيد الحياة فى هذا اليوم بالذات، فدعنى أستمع به!

~ فيليس ماكينلى



## هبة من إحدى الصديقات

هناك كلمة واحدة يمكن للمرء استخدامها كقاعدة طوال حياته، ألا وهي المبادلة.

~ كونفوشيوس

بعد مرور أسابيع، كنت في انتظار استقبال مكالمات هاتفية تفيد بفقدانى وظيفتى نتيجة لإجراءات تخفيض حجم العمالة، وكانت الأوقات عصيبة، وقد كنت أعمل بدوام جزئى بإحدى المدارس الخاصة، وكان كل الموظفين على علم بأن المشكلات التى يواجهها الاقتصاد قد قللت من قبول الطلاب. وقد كنا على علم أيضاً بأن المدارس المحلية الأخرى قامت بخفض أعداد الفصول، بل تم غلق إحداها، وقد كانت المسألة متعلقة بالوقت وحسب حتى أصبح بلا عمل على الإطلاق.

وعندما ذكرت إدارة مدرستنا أنها مضطرة للقيام ببعض إجراءات خفض النفقات، مثل عدم استبدال بعض الأشخاص الذين يتركون المدرسة، وتجميد الزيادات، والاستغناء عن الموظفين الثانويين، كنت واثقة بأننى سأكون أول من يقومون بتسريحه من بينهم. وبعد كل ذلك، كنت أعمل فى المدرسة لمدة عام، وأشارك فى أحد الأعمال السكرتارية مع امرأة أخرى كانت تعمل فى هذه المدرسة لعدة سنوات، وقد كنت أعمل فى الفترة الصباحية، بينما تعمل هى فى الفترة المسائية. وإذا اضطروا لقصر وظيفتنا على شخص واحد يعمل بدوام جزئى، فسوف أكون أنا من يقومون بالاستغناء عنه. وقد كنت أنا وزوجى نحب هذه المدرسة، وأردنا أن يستمر أطفالنا فى التعلم فيها، ولكننا نعلم أنه أمر صعب - إن لم يكن مستحيلًا - من الناحية المالية أن نبقى أطفالنا الثلاثة فيها، مع كونى بلا عمل.

كان جميع أطفالنا متكيفين جداً مع مجمع المدارس هذا، ويبلون بلاءً حسناً فى دراستهم، وكانوا يتشاركون معنا دروسهم الدينية التى يتلقونها مرة واحدة

أسبوعياً، وتلك التعاليم الدينية اليومية التي يتلقونها في فصولهم المدرسية، وقد كون جميعهم صداقات عديدة، وذلك كانت فكرة جعلهم ينتقلون من مدارسهم، أو أن يعودوا لتلقى تعليمهم بالمنزل هي فكرة غير سارة على الإطلاق.

ولأننى كنت أعمل بدوام جزئى، لم أكن أعمل فى فصل الصيف، ولكننى كنت أتفقد الموظفين بدوام كلى؛ لمعرفة كيف تسير الأمور، لكن كانت الأخبار سيئة، فلم تتم زيادة قيد الطلاب زيادة سريعة، ولذلك تم خفض الوظائف، وفقد المدرسون مساعدتهم، وتم دمج بعض المراحل الدراسية مع بعضها فى فصل واحد، ولذلك فقد بعض المدرسين عملهم، ولم يكن دخلى يكفى للإنفاق على أسرتى، ولكنه كان يسمح لأطفالى بالانتظام فى الدراسة، وكنت أدعو الله يومياً لأولئك العاملين بالمدرسة، الذين هم فى أمس الحاجة لوظائفهم؛ لكى يتمكنوا من دفع مستحقاتهم وإطعام عائلاتهم، ولكنى كنت أدعو الله أيضاً من أجل أن يستمر أطفالى فى التعلم بالمدرسة. وفى نهاية كل دعاء، كنت أدعو الله طمعاً فى مشيئته الخير لنا؛ فأنا أدرك أنه يعلم حاجاتنا أكثر من علمنا نحن بها.

وقد ظلت السيدة، التى كنت أشاركها العمل، تعمل بالمدرسة بينما كان أطفالها يرتادون هذه المدرسة حتى أنهوا دراستهم، وكانت بمثابة المستشار بالنسبة لى، وغالباً ما كنت أطرح عليها أسئلتى؛ لأنها على معرفة بوضعنا أكثر من إمامى أنا به. وإذا فقدت وظيفتى، فلن أفقد دخلى وحسب، بل سأفقد العمل معها ومع السيدات الأخريات اللاتى يعملن بالمكتب، ولكن مثلما قلت سابقاً: إن الله سيعتنى بنا فى موقفنا هذا.

جاءت المكالمة، وتم تقليل العاملين بدوام جزئى بوظيفتى من فردين إلى فرد واحد، وكنت مستعدة لذلك، ولكن ما لم أكن على استعداد له هو أنى علمت أن شريكى فى العمل قامت بالتخلى عن وظيفتها طواعية؛ لكى تبقينى فى عملى. وهكذا، فقد صرف الله الأمور بطريقة لم تكن متوقعة.

لقد أنعمت هذه المرأة الرائعة علىّ وعلى أسرتى بأن ساعدت أطفالى على البقاء فى المدرسة. وقد قالت لى ذات يوم فى الهاتف: "لقد أردت أن أتيح لأطفالك الفرصة ذاتها التى أتيحت لبناتى فى البقاء بالمدرسة حتى إنهاء دراستهن".

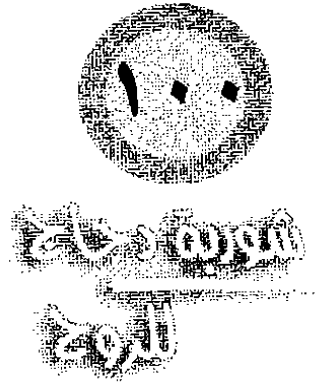
لم تقم هذه الصديقة الرائعة بترك وظيفتها من أجلى وحسب، بل كانت تحل محلى فى العمل أينما احتجت إلى إجازة فى يوم ما، وكنت أضطر إلى الاتصال بها هاتفياً فى عديد من المرات، فى اللحظة الأخيرة، عندما يمرض أحد أطفالى،

أو عند الحاجة، فكانت تساعدني على الفور، وكثيراً ما كنت أدعو الله لها بالخير، وأخبرها بأنها كانت نعمة كبيرة جداً أنعمها الله على عائلتي خلال تلك الأوقات العصيبة.

كان الله هو الذي يساعدنا حتماً في اجتياز هذه الأوقات العصيبة، ويبرهن لنا في عديد من الحالات - مثل هذه الحال - على كيفية قيامه بهذا من خلال محبة الآخرين لنا، التي تدفعهم إلى التضحية من أجلنا.

~ أنجل فورد





## انتكاسة يوم الانتخابات

لكى تنجح فى حياتك، فأنت بحاجة إلى ثلاثة أشياء: التمنى، والدعم، والمرح.  
~ ريبا ماكنثير

كنت قد غادرت بسيارتى توًا منزل أحد عملائى القدامى فى نهاية الظهيرة، عندما لاحظت وجود مكالمة غير مستلمة فى هاتفى النقال، وكانت هذه المكالمة من زوجى، فتأوهت قائلة: "آه، أووه" قد يعنى ذلك شيئًا واحدًا، ثم انتظرت حتى أصل إلى المنزل لأعاود الاتصال به.

وقد قلت له بطريقة مبهجة قدر ما أستطيع عندما أجاب على الهاتف: "مرحبًا يا عزيزى، أنا أسفة لأنى لم أقم بالرد على مكالمتك الفائتة، ما الذى حدث؟"، وانتابنى شعور فى أعماقى بمعرفة ما سيقوله لى؛ فقد ظل يعانى متاعب فى عمله لعدة أشهر، وقد تولى مجموعة من المديرين قسمه، وهم رجال يبدو عليهم الميل إلى التخلص منه.

فقال لى: "لقد انتهى الأمر".

وأظن أن دقائق قلبى توقفت لمدة ثانية أو ثانيتين، فقلت له: "حقًا؟".

فقال: "نعم، لقد أصبحت عاطلاً".

وفى ذلك اليوم البارد من أيام نوفمبر - وهو اليوم نفسه الذى دخل فيه "باراك أوباما" التاريخ كأول رئيس أسود منتخب يتولى رئاسة الولايات المتحدة - تم طرد زوجى من الشركة التى ظل يعمل فيها لأكثر من ثلاثة وعشرين عامًا؛ فقد عمل هناك منذ تخرجه من الجامعة، وقبل أن نتزوج.

لا أدرى كيف لم تنهمر دموعى على أرضية المطبخ حين سمعت قوله، فبالتأكيد لم يكن زوجى بحاجة حينها إلى التعامل مع زوجة هلوعة، واقترحت عليه قائلة: "لم لا

تمنح نفسك بعض الوقت "لتستجمع نفسك" قبل عودتك إلى المنزل"، وذلك لعلمي أنه ربما لا يود مواجهتي أو مواجهة ابنيه في ذلك الحين. فقَبِلَ اقتراحى وأنهينا المكالمة.

كانت دقات قلبى تتسارع حين كنت أنظر إلى الساحة الخلفية من النافذة، وكانت الأفكار التى تثير القلق والغضب تدور فى رأسى.

تلك الشركة الحمقاء الحمقاء! وهؤلاء الناس الحمقى!

خطر ببالى شخص واحد بصورة خاصة: إنه المشرف السابق على زوجى فى العمل، والذي كان أيضاً صديقاً دائماً له. كيف له أن يتورط فى أمر كهذا؟ وكيف لهم أن يطردوا زوجى من العمل دون أن يعطوه أدنى تعويض؟ وبعد مرور ثلاثة وعشرين عاماً، ومع كونه موظفاً يُعتمد عليه، وجاداً فى العمل، وأهلاً للثقة! أهذا ما يناله؟ كان الأمر برمته غريباً جداً بدرجة أكبر مما يمكن للعقل تفهمه حينها، ولكن هناك بعض الأمور الواقعية جداً التى نحتاج إلى مواجهتها.

مثل إخبار ابني المراهقين.

فقمتم بمناداة الفتيين لنجلس فى غرفة المعيشة، واعتقدت أنه من الأفضل تهيئتهما لتقبل الأمر قبل عودة زوجى إلى المنزل؛ فهو لن يكون فى الحالة النفسية التى تسمح له بتوضيح الأمور بهدوء ويسر.

قلت لهم: "أيها الفتيان!"، وأخذت نفساً عميقاً ثم أردفت: "أود الحديث معكما".

فحملق كلاهما فىّ، وقد بدا من الواضح أنهما أحسا بأن هناك مشكلة ما.

وسأل البالغ منهما خمسة عشر عاماً: "هل توفيت جدتنا؟"، وهو يشير فى كلامه إلى والدتى البالغة من العمر اثنين وثمانين عاماً، والتى كانت تعاني مرض ألزهايمر، وكانت صحتها مُعتلة.

فهزرت رأسى نفيًا وقلت لهما: "كلا، كلا، ليس الأمر من هذا القبيل"، رغم أنه كان بصورة ما كذلك، فالمشاعر والعواطف التى تصاحب فقدان الوظيفة تكون مشابهة جداً لتلك التى تعترينا عند حدوث حالة وفاة؛ فأنت تشعر بالحزن، والغضب، والاكتئاب، وأضف إلى ذلك الشعور بالفقد، وتجد أنك غارق فى بحر من العواطف التى تحتاج إلى أن تختار من بينها ما أنت بحاجة إليه.

ظلّ الفتيان يحملقان فىّ، فقررت أن أصارحهما وحسب، فقلت لهما: "إن والدكما قد أُقيل من عمله اليوم".

وساد الصمت.

وقد طمأنتهما قائلة: "سوف نكون بخير"، وكنت أعلم في أعماق قلبي أننا سوف نكون كذلك، ولكن في الوقت نفسه كنت أتساءل كيف ستسير أحوالنا في الأشهر المقبلة. كنت أعمل في وظيفة بدوام جزئي، وكان زوجي هو العائل الأساسي للأسرة، وكانت وظيفته تؤمن لنا دفع مستحقات التأمين الصحي ومستحقات وثائق التأمين على الحياة، فماذا سنفعل الآن؟

وسأل ابني الصغير القلوق مرة أخرى: "هل سنضطر إلى الانتقال من منزلنا؟". أما ابني البالغ من العمر سبعة عشر عاماً - الذي نادراً ما يظهر انفعالاته - فقد ظل هادئاً، بل هادئاً للغاية.

فجاءت إجابتي الثابتة الواثقة: "كلا، لن نضطر إلى الانتقال من منزلنا".

لم يكن لدي أمل، وكنت أقلق في صمت، ولكن من يدري ما يمكن أن يحدث خلال الأشهر القليلة القادمة، ولم تعانِ منطقتنا فقدان الوظائف مثلما عانت بقية المناطق في البلد، ولكن ليست هناك ضمانات عندما يتعلق الأمر بالبطالة وتأمين فرص عمل جديدة. ورغم ذلك، لم أشارك هذا الهم مع ابني؛ فلم يكن هناك داعٍ لطرح مخاوف لم توجد بعد. وبالنسبة لكلا الفتيين الملتحقين بالمرحلة الثانوية، لم تكن فكرة الانتقال من المنزل بالشئ الذي يرغب فيه أي من أفراد عائلتنا، وكان مما يشعرني بالحزن أنهم قد يضطرون للقلق بشأن أشياء كهذه الآن.

ثم سألت الدموع حينها، وكنت أكره أن أبكي أمام ابني، فكبحت هذه الدموع الهادرة بسرعة جداً، ولكن بدا واضحاً لهما أنني قلقة، ومجروحة. ولكنني حاولت أيضاً أن أكون متفائلة قدر الإمكان.

قلت لهما: "سوف يعثر والدكما على وظيفة جديدة، وأنتما تعلمان أنني كنت أريده أن يترك هذه الشركة لفترة. وربما تكون هذه طريقة الله في إعطائه وظيفة جديدة... وظيفة أفضل... وظيفة ينال فيها التقدير".

كنت أدعو من أعماق قلبي أن يكون هذا صحيحاً، فعاد الولدان إلى غرفتيهما، وانتظرت عودة زوجي، وعندما دخل من الباب بعد قليل، اصطنعت ابتسامة شجاعة لأقابله بها، وقمت بعمل قصاصات ورقية لأنثرها عليه عندما يدخل إلى المطبخ.

وقلت له: "مرحباً! مرحباً بعودتك! أصبحت حراً حراً في النهاية!"

فضحك ضحكة خافتة، وأنا واثقة بأنه ظن نفسه متزوجاً بامرأة ساذجة. وقال: "أصبحت حراً، لا بأس - حراً وعاطلاً".

فى نهاية تلك الليلة، ازداد حديثنا جدية، وتحدثنا عن المستقبل القريب، وكيف سنقوم بالتخطيط لتغطية نفقاتنا، وتحدثنا عن إرسال السير الذاتية، وعن ابنينا، وعن كل الأشياء.

وقد دعونا الله؛ فلا بد أن له غاية من وراء كل هذا، وبعد مرور السنين، سننظر إلى الماضى لنرى كيف تم كل شىء لصالحنا، ورغم ذلك، لم يشعرنا الموقف الآن بأنه جيد، بل أشعرنا بالخوف، كما لو كنت تائهاً فى كهف شديد الظلام دون بارقة نور، ولم أحب الشعور بالخوف، لذا ألقىت عنى هذه الهواجس.

قلت لزوجى مُحاولَةً التخفيف من الحالة المزاجية السائدة فى الغرفة: "حسناً، انظر إلى الجانب المشرق".

فسألنى: "وماذا يكون؟".

فقلت له: "إنك لن تضطر إلى الاستيقاظ فى الساعة الخامسة إلا الربع بعد الآن، ويمكنك النوم بمنزلك كما تشاء!".

فابتسم حقيقة لهذا القول.

وقد وجدت بعض الأشياء التى يمكننى إضافتها لقائمة الجانب المنير، فهو لن يضطر كل يوم إلى تناول ما يتبقى من طعام غداً، وسوف يوفر جالونات عديدة من الوقود؛ حيث إنه لن يضطر إلى الذهاب يومياً إلى المدينة، وسيقضى وقتاً أكبر بالمنزل، وهو أمر جيد بالنسبة لى ولولدينا، وقد ظل يعمل بجد كبير لسنوات عديدة، وقد فاته إمضاء العديد من الوقت مع العائلة، وسوف يكون من الجيد بقاءه معنا.

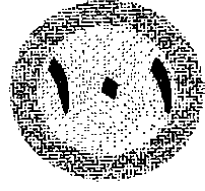
قلت له: أتعلم شيئاً، أظننى سأستمتع بكونك عاطلاً، ولتفكر فى كل الأمور التى يمكنك القيام بها للمنزل أثناء تواجدك به، فساحة المنزل تحتاج إلى تمهيد، والأشجار تحتاج إلى تهذيب، وسقف غرفة النوم يحتاج إلى الإصلاح، و...".

وقد فهم فكرتى، وقال: "أمل أن أجد وظيفة جديدة قبل أن تهلكينى من كثرة العمل".

فابتسمت له وقلت: "نعم، سوف تجد وظيفة جديدة، ولكن حتى يحين ذلك الأمر، فأنت ملكى!".

~ ميشيل شوكلى





## الشرب من كوب "أولا"

ابحث لنفسك عن كوب شاي؛  
فإبريق الشاي موجود خلفك.  
والآن، حدثني عن مئات الأشياء.  
~ ساكى



لم يفشل معي هذا الأمر قط. وعندما رشفت شاي أوراق التوت الساخن من الكوب سهل المنسار المصنوع من الخزف الصيني، رأيت صديقتي العزيزة "أولا" جالسة عند المنضدة مرة أخرى، وتحسست أصابعي الزهور البرية الجميلة المرسومة على الكوب الذي أعطتني إياه، ومرة أخرى، كان يملؤني الشعور بالامتنان عندما تأملت صداقتنا التي لا شبيه لها.

كانت "أولا" عبارة عن كتلة ضئيلة الحجم هشة لامرأة فى الثمانينيات من عمرها، تمضى جُل وقتها على كرسي متحرك، وقد لا نبدو صديقتين مقربتين فى الظروف العادية، فأنا أم - فى الثالثة والثلاثين من عمري - لأربعة أطفال، فمن يظن أن بيننا الكثير من الأشياء المشتركة؟ ولكن بيننا رابطة من شأنها أن تجمعنا أكثر من أى شيء؛ فنحن نتقابل عند جماعة لمواساة المحزونين تلتقى فى ليلة كل يوم اثنين، وكلتانا توفى عنها زوجها مؤخرًا، وتسعى كل منا إلى التداوى من هذا الألم العميق الذى يهدد بالقضاء علينا.

بطبيعة الحال، يكون هناك الكثير من الأسى والنحيب فى جماعتنا، وهناك بعض من توفى عنهن أزواجهن، وبعض آخر ممن توفى أباهن مؤخرًا، وقليل منهن يذهبن إلى هناك بسبب وفاة أحد أبنائهن، وكان بعضهن قد عايش مرضًا طويلًا أصاب من يحبونهن، بينما هناك أخريات يمررن بصدمة نتيجة حادثة مأساوية

أفقدتهن من يجبن على حين غفلة منهن، ومن المعروف أن اجتماعاتنا تكون مليئة بالكثير من الألم والغم، وكانت جماعتنا هي المكان الذي يتفهم فيه الآخرون حقيقة ما نمر به.

لقد كانت بعض عضوات الجماعة هادئات ومنعزلات، وبالكاد يكبحن عواطفهن، وهناك أخريات منغمسات في رثاء أنفسهن، ويسألن باستمرار لماذا حدث لهن هذا الشيء الفظيع، وهناك قلة من المنتظمات في الحضور كن كالتدور الضاغطة التي كان بخارهن المحتبس على استعداد لأن ينفث من أضيق ثقب - وكانت هناك "أولا".

في كل أسبوع، تقوم ابنتها بنقلها على الكرسي المتحرك إلى داخل الحجرة، ولم يكن هناك ما يلفت الأنظار إليها، فقد كانت مجرد امرأة عجوز بيضاء الشعر نحيلة تجلس على كرسي متحرك، ورغم ذلك، فجسدها الضعيف هذا يخدع الأبصار؛ فبداخل جسدها الصغير الذابل تسكن روح قوية العزيمة، وفي كل أسبوع، يتكشف لنا المزيد من هذا. ومع هذا الجسد الواهن، ف"أولا" تمتلك شخصية صريحة، وكانت على استعداد دائم لمشاركة أية مزحة من أجل التخفيف من هذا الحزن - بل كانت تشارك في ما هو أكثر من ذلك، وقد كانت سنها تسمح لها بتقديم التوجيه والتشجيع لنا، وكنا ننصت إليها جميعاً، فكلنا يعلم أنها اجتازت العديد من الأوقات العصيبة في حياتها. لقد هجرها زوجها الأول هي وأبنائها الأربعة، وبعد زواجها الثاني اكتشفت أن زوجها هذا مدمن للكحوليات، وبعدها تعرض لحادث انفجار مما تسبب له في حدوث تشوهات جسدية عديدة، وتوفى اثنان من أبنائها في عمر مبكر.

لقد كان الشيء الذي تشاركنا فيه مميّزاً عن بقية الأشياء، وفي جماعة من الناس حياتهم مدمرة كهذه، كانت "أولا" تذكرنا بصورة مستمرة بأن نفكر في الأمور بتدبر لكي نكون شاكرين لله، وأكدت لنا أننا لو فعلنا هذا، فسترتفع معنوياتنا، وكانت تقول لنا إنه لو لم نستطع التفكير في شيء آخر سوى النكبات التي أصابتنا، فعلى الأقل يجب علينا أن نشكر الله على الهواء الذي نستنشقه، ونور الحكمة والإيمان - اللذين ولدا نتيجة رحلة طويلة شاقة - يشعان من خلال وجهها المجمع. وقبل انتهاء كل اجتماع من الاجتماعات، كانت "أولا" تبدأ بشكر الله على بعض الأمور، وقد حاول بعض الأشخاص اتباع نهجها، وقد كان من المدهش رؤية الأمل في وجوه الناس حينما ينضمون إليها.

وللأسف، كان الآخرون في شدة الغضب، أو أعماهم الألم عن التفكير فيما يمكنهم تقديم الشكر لله عليه، وقد كانوا لا يرون سوى حزنهم العظيم، ويظلون يشعرون بالمرارة ويكتنفهم الحزن.

أما أنا فقد اخترت أن أتبع نهج "أولا". فإذا كانت تشعر بالشكر والامتنان رغم كل الأوقات العصيبة التي مرت بها، فيمكنني محاولة القيام بهذا حتمًا، وقد اشتاق قلبي لاستشعار الأمل الذي رأيته في "أولا". كان الأمر صعبًا عليّ في البداية، حيث بدت خسارتي فادحة، ولم أدر ما إن كنت سأتمكن من معاودة الابتسام مرة أخرى أم لا. ورغم أن الأمر يحثني على الشعور بالأسف على نفسي، فإنني كنت عازمة على الشعور بالامتنان.

لذا قررت البدء بتقديم الشكر لله على الهبة العظيمة التي وهبني إياها، وهي بقاء "ستيف" في حياتي لمدة عشرين عامًا، وقد أحببته سنوات كثيرة، وقد كانت هذه فترة أطول مما حظى بها بعض الناس، فإياها من عشرين عامًا رائعة! ويعجب عقلي حينما أفكر كيف كانت حياتي ستبدو لو لم أقابله، وتنهال الذكريات عليّ في وقت قصير؛ لتمدني بالمزيد من الأسباب التي تدفعني إلى تقديم الشكر لله، مثل النزاهات التي كنت أقوم بها عبر الحقول المليئة بالأزهار البرية، واستكشاف المنازل القديمة المهجورة معًا، والنعمة الهادئة المنبعثة من الجيتار الخاص بـ "ستيف"، التي تملأ المنزل كل ليلة.

ثم فكرت في أبنائي الأربعة الذين يعتمدون عليّ، وكيف أن حياتي ستكون خاوية بدونهم؛ فهم يحملون بداخلهم صفات من والدهم، ويحيون بها ما تبقى من حياتهم، وكم كنت ممتنة لكل واحد منهم، وممتنة على الوقت الذي كانوا يمضونه مع والدهم.

وقد شكرت الله على ابنتي البالغة من العمر خمسة عشر عامًا، والتي تحمل حب والدها الشديد للمغامرة، وطريقته الهادئة المريحة في التعامل مع الناس، وأشكره على ابني الأكبر، الذي تعلم من والده الوقوف بصلافة كرجل مخلص وقادر على تحمل المسؤولية، ثم أشكره على ابني هادئ الطبع البالغ من العمر سبعة أعوام، والذي شاهد معاناة كثيرة أثناء مرض والده أكثر مما يمكن لمعظم الناس أن يشاهدوه في حياتهم، وأعلم أنه سوف يستخدم عاطفته العميقة هذه في المستقبل، ويجب عليّ أن أشكر الله بالطبع على ابني البالغ من العمر عامين، والذي جاء كصدمة وسط حالات الطوارئ الشديدة وفترات البقاء بالمستشفى.

كما فكرت بكل الأطباء والمرضات الذين أظهروا لنا العطف خلال مرض "ستيف" الطويل"، ويجب علىّ تقديم الشكر لله أيضاً على أصدقائنا وعائلتنا الذين منحونا الوقت، والمال، والدعوات خلال تلك الأوقات العصيبة.

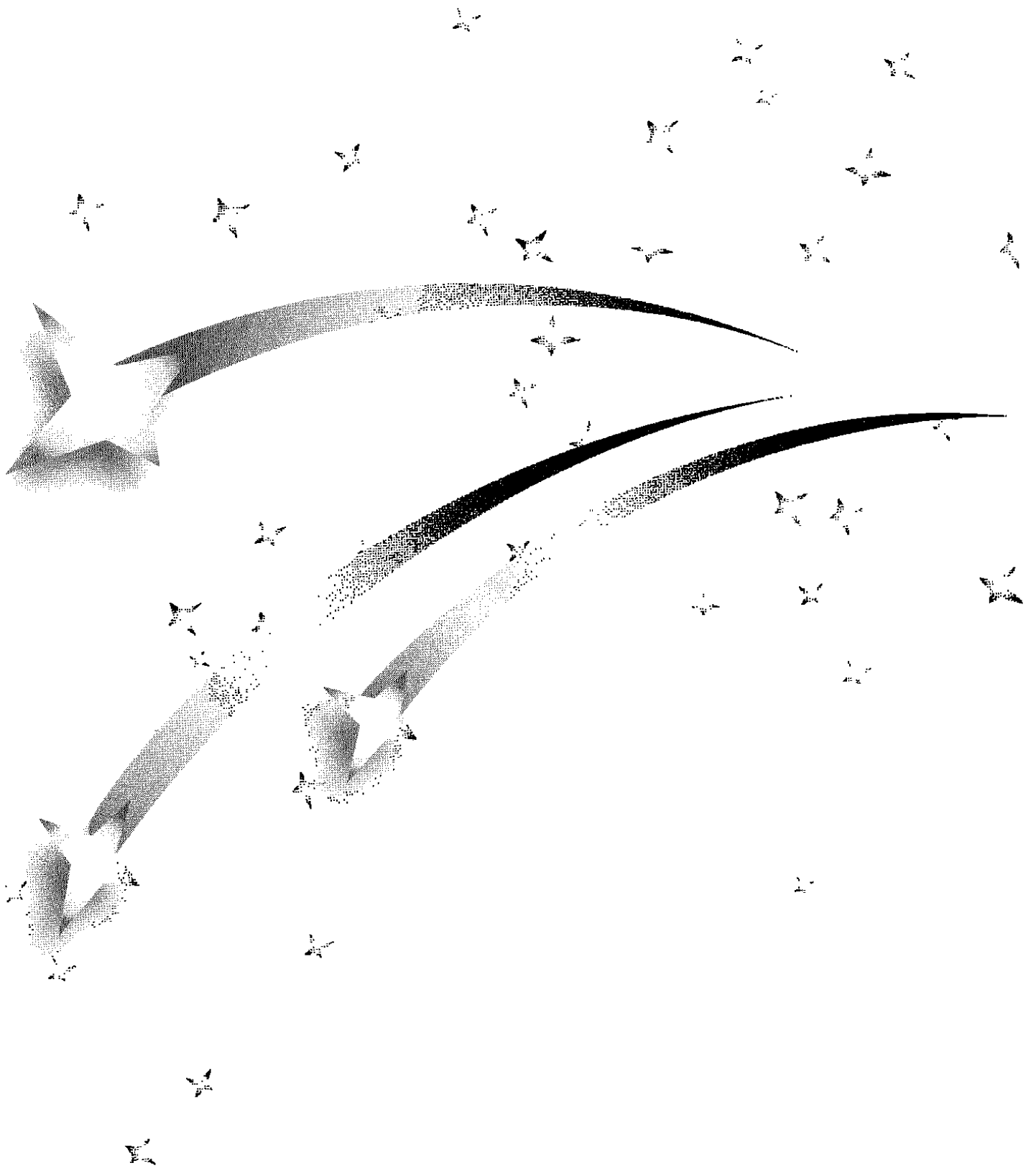
وعندما أفكر في المعركة القاسية التي خضناها مع مرض "ستيف"، أود أن أشكر الله على القوة التي منحنا إياها جميعاً - فقد قاومنا شيئاً كان من المستحيل علينا مقاومته وحدنا.

ورغم أنني أفقدت زوجي كثيراً، فإنه لا بد لي من شكر الله على أنه حررني في النهاية من قبضة المعاناة اليومية، وحاولت تخيل كيف يبدو المشهد حين يجمع شملنا يوماً ما في الآخرة، وتوقفت لأشكر الله على تلك الحياة الأخروية، التي ستكون خالية من المرض، والموت، والأوقات العصيبة.

لقد أدركت فجأة أنه يملؤني شعور هادئ بسرور يبعث على الطمأنينة! وقد نبع هذا الشعور من قلبي الممتن، وبدا مستقبلي مشرقاً ومليئاً بالأمل، وعلمت أنه يمكنني الاستمرار، وأنتى لن أكون وحيدة أبداً، وشعرت بأنتى غارقة في النعم!

لقد مرت صديقتي العزيزة "أولا" بهذه الحياة فيما مضى. وفي كل مرة أشرب فيها من الكوب الذي أعطتني إياه، أشعر في عذ نعم الله عليّ. ومهما يحدث معي، فلا يطول الوقت حتى أشعر بنعم تعجز الكلمات عن وصفها. وقد قيل إن المتشائم ينظر إلى النصف الفارغ من كوبه، بينما يرى المتفائل النصف المملوء من كوبه، وعندما أحمل كوب "أولا" بين يديّ وأستشعر الأشياء لأشكر الله عليها، ألاحظ أن كوبي يفيض بما فيه!!

~ إيفا جوليوسون



شورية دجاج

للروح

عندك

تعملك

تعرف على المشاركين

تعرف على المؤلفين

شكر وتقدير

نبذة عن سلسلة شورية دجاج للروح

شاركنا

***FARES\_MASRY***  
***www.ibtesamh.com/vb***  
***منتديات مجلة الإبتسامه***

## تعرف على المشاركين

تعيش راشيل ألورد وسط ولاية ويسكونسون وتمارس الكتابة بها. وبجانب قضاء أوقاتها مع طفليها الرأتعين وزوجها المدهش، فهي تهوى ركوب الطائرات والسفر إلى أى مكان لكى تتعرف على الثقافات، والمناظر الطبيعية، والأهم من ذلك الطعام. وهى الآن عاكفة على تأليف واحدة من رواياتها.

تستمتع ليندا أبل بمزاولة مجالها المهني "الثاني" ككاتبة ملهمة ومتحدثة محفزة، وقد تم مؤخراً نشر كتابها الأول بعنوان *Inspire! Writing from the Soul* ، الذى يعد دليلاً تعليمياً للكتابة الملهمة. تفضلوا بزيارة موقعها على [www.lindacapple.com](http://www.lindacapple.com).

عُين بوب آربا رجل دين بإحدى دور العبادة عام ١٩٩٧، وكان يضطلع، على مدار الأعوام السبعة عشر الماضية، بخدمة دار العبادة فى مجالات الإرشاد الدينى، والإنشاد، ورعاية الشباب. يحب بوب عزف الآلات الموسيقية، والقراءة، وكتابة الشعر، وتأليف القصص الدينية، وهو الآن يقوم بتأليف روايته الثانية. يمكنك التواصل معه على بريده الإلكتروني [Arba2722@yahoo.com](mailto:Arba2722@yahoo.com).

دان باين، كاتب مقالات بارز ومؤلف ساخر ينتمى لمدينة رالى، بولاية نورث كارولينا. وقد كان يمارس الكتابة من أجل الترويج عن الآخرين منذ أن تحداه أستاذه فى الصف الثانى، ويأمل أن يثبت يوماً ما لمعلمه السابق المتهمك أنه بالفعل حقق نجاحاً. لمزيد من المعلومات عن تلك القصة، تفضل بزيارة موقعه على [www.danbain.net](http://www.danbain.net).

كارول باند، كاتبة عمود ساخرة ومؤلفة تنشر أعمالها بجميع دور النشر على مستوى البلاد. تواصل معها عبر بريدها الإلكتروني [carol@carolband.com](mailto:carol@carolband.com) أو اقرأ مدونتها على [www.carolband.wordpress.com](http://www.carolband.wordpress.com).

لقد حصل روب إل. بيرى على بكالوريوس الآداب من جامعة كاليفورنيا، بمدينة بيكرسفيلد، وظل يعيش بالمدينة مع زوجته "كارى" وابنه "إيثان"، وهو عضو بنادى رايترز أوف كيرن، ويحب ركوب الدراجات، والسفر، وقضاء أوقاته مع أسرته. يمكنك التواصل معه على بريده الإلكتروني [berrys@bak.rr.com](mailto:berrys@bak.rr.com).



تستمتع لورا إل. برادفورد بتحفيز الآخرين عن طريق رواية قصص الإيمان والعائلة. وقد ظهرت كتاباتها في كتب: *Life Savors* ، و *ACup of Comfort* ، وسلسلة كتب شوربة دجاج للروح، بالإضافة إلى رسائل الكتاب الإخبارية بولاية أوريجون.

ليندا بريدن، كاتبة ملهمة تعيش بولاية جورجيا وحاصلة على درجة ماجستير في الموارد البشرية، وتشر قصصها في بعض المجلات مثل مجلة *سيمبل جوي*، و *جايد سبوتس*، و *ريد بوك*. وهي متحدثة شهيرة، الأمر الذي يعكس أسلوبها في الكتابة، ويحقق للجماهير التفاؤل والرغبة في الضحك بأعلى صوتهم!

تزوجت كوني شتورم كاميرون من "تشوك" منذ ثلاثين عامًا، وأنجبا طفلين: تشيس (إليزابيث) وتشيلسي (مات)، ولديها ربيبة تدعى "لوري" وثلاثة أحفاد. وهي متحدثة ومؤلفة كتاب *God's Gentle Nudges*. تواصل معها على موقع [www.conniecameron.com](http://www.conniecameron.com).

باربارا كانال، كاتبة مستقلة وصاحبة عمود في صحيفة *ذا كاثوليك صن*. وقد نشرت مؤلفاتها في كتاب *Chicken Souf For the Veteran's Soul* و *Chicken Soup for the adopted Soul*، وهي صاحبة كتاب *Our Labor of Love: A Romanian Adoption Chronicle*. وهي تحب ركوب الدراجات، والتزلج، ورعاية الحدائق.

نانسى كانفيلد، سيدة متزوجة ولديها اثنان من الأبناء، وأربعة أبناء لزوجها، وخمسة أحفاد، ويعيش اثنان من أحفادها معها، نظرًا لانضمام أمهما إلى سلاح البحرية. وهي مؤلفة كتاب *Home Kids: The Story of St. Agatha Home for Children*. لمعرفة المزيد عن الكتاب، زر موقع [www.StAgathaHome.org](http://www.StAgathaHome.org) أو تواصل معها عبر بريدها الإلكتروني [ncanf@san.rr.com](mailto:ncanf@san.rr.com).

كتبت ليا إم. كانو في مجلة *ترانزیشنز أبرود*، ومجلة *إم إيه إم إم*، كما أسهمت في كتاب *ChicKen Soup For the Breast Concer Survivor's soul* وكتاب شوربة دجاج للروح: *أوقات صعبة وأشخاص أقوياء*. وهي معلمة للغة أجنبية تعيش بمدينة لاجونا بيتش الساحلية، بولاية كاليفورنيا. يمكنك مراسلتها عبر بريدها الإلكتروني [leahmc@hotmail.com](mailto:leahmc@hotmail.com).

كريستن كلارك، مؤسسة مدونة هيز ويتيس مينيس تريز وشاركت في تأليف كتاب *New Beginnings Marriage Ministry*. وقد أسهمت كريستن ببعض القصص في العديد من المؤلفات، بما في ذلك مجموعة قصص بعنوان *Out of the Clueless Pit* المستوحاة من دار عبادة ويندوود بريسبتيريان. وهي تعيش مع زوجها "لورانس" بولاية تكساس.

كارلى كولينز، طالبة بالصف الثانى الثانوى، وموادها المفضلة هي اللغة الإنجليزية وعلم النفس. وهي تحب القراءة، وركوب الخيل، والعدو، وموكب الألوان. وتتمنى أن تلتحق بجامعة جورج تاون لتصبح صحفية.

هاريت كوبر، كاتبة مستقلة ومعلمة، وهي متخصصة في كتابة القصص الواقعية الإبداعية وكتابة المقالات، وتظهر أعمالها في العديد من كتب سلسلة شوربة دجاج للروح، بالإضافة إلى الصحف، والمجلات، والرسائل الإخبارية، والمواقع الإلكترونية. وتتناول مؤلفاتها غالباً موضوعات عن الصحة والتغذية والأسرة والقطط والبيئة.

ستيفن آر. كوفى، هو الكاتب صاحب الكتب الأكثر مبيعاً، ومؤلف كتاب "العادات السبع للناس الأكثر فعالية"\* وكتاب *The 8th Habit: From Effectiveness to Greatness*. وكان آخر كتاب ألفه بعنوان *The Leader in Me: How Schools and Parents around the World Are Inspiring Greatness, One Child at a Time*. شارك في مجموعة ستيفن كوفى على موقع [www.stephencovey.com](http://www.stephencovey.com).

جينيفر كرايتس هي المصورة والكاتبة التي نشأت بمدينة هونولولو، وتشر مقالاتها وصورها عن السفر وأسلوب الحياة المعاصر، والغذاء، والتربية، والعلوم في المجلات والكتب على مستوى العالم. وهي تدعو القراء لزيارة موقعها على [www.jennifercritesphotography.com](http://www.jennifercritesphotography.com).

برسيللا دان - كورتنى، كاتبة مستقلة وطبيبة نفسية، وهي متزوجة وأم لثلاثة أبناء، وقد نشرت مقالاتها في العديد من الصحف والمجلات، وهي تقرأ باستمرار قصصها في محطة الراديو المحلية، وهي الآن تؤولف كتاباً عبارة عن مجموعة من مقالاتها. وهي تحب العدو والتزلج واليوجا والخبز وكل ما من شأنه أن يحافظ على سلامة صحتها.

\* متوافر لدى مكتبة جرير

بات جين دافيس، ربة منزل وكاتبة تعيش مع زوجها وابنيها في فيلادلفيا بولاية بنسلفانيا، وقد نشرت مقالاتها وقصصها القصيرة في الكتب المحلية والإقليمية. وقد انتهت بات من تأليف رواية تاريخية ملهمة، ويمكنك التواصل معها على بريدها الإلكتروني [patjeannedavis@verizon.net](mailto:patjeannedavis@verizon.net) أو قم بزيارة موقعها الإلكتروني: [www.patjeannedavis.com](http://www.patjeannedavis.com).

ظهرت موهبة الكتابة لدى سوزى دينسمور في سن مبكرة، حيث بدأت بكتابة قصص الحيوان القصيرة. وهي طالبة بمعهد أدب الأطفال، وتتضمن اهتماماتها التصوير، وقد نشرت مؤخرًا رواية بعنوان *A Part Of My Life*. وهي تخطط للاستمرار في كتابة القصص والكتب الملهمة. تفضل بمراسلتها عبر بريدها الإلكتروني [susie@mrphoto.com](mailto:susie@mrphoto.com).

حصلت ديرما سايزمور درج على بكالوريوس الآداب من جامعة مانشستر عام ٢٠٠٨. وهي تعمل بمركز ليرن مور سنتر، وقد تخرجت في جامعة سبالدينج بقسم الفنون الجميلة. وهي الآن تكتب روايتها الأولى. وديرما زوجة لـ "بيرى" وأم لـ "مايا" و"زاك".

آن دون، كاتبة بارعة تظهر أعمالها في العديد من كتب سلسلة شوربة دجاج للروح، بالإضافة إلى العديد من المؤلفات والمجلات الأخرى، وهي تشعر كل يوم بالامتنان لنعمها التي لا تحصى: زوجها ممن تحب منذ المرحلة الثانوية، وصحتها والعديد من الأصدقاء وأفراد العائلة.

حصلت كريستينا دايموك على بكالوريوس العلوم في الاتصالات من جامعة يوتا. وقد عملت محررة وقامت بتدريس مادة التسويق بالكلية العامة المحلية، وهي حاليًا تتعلم التزلج عبر البلاد.

تلقت بريتنى إريك تعليمها بكلية ريجينيس بلندن، حيث كانت بداية مهنة الكتابة. ومنذ ذلك الحين، سافرت عبر العالم، وأنشأت شركتها الخاصة، وتزايد ارتباكها من جنس الذكور بشكل أكبر. وهي كاتبة واعدة لقصص الواقع. يمكنك التواصل معها على [www.wordsbybrit.com](http://www.wordsbybrit.com) أو اقرأ مدونتها على [www.bluntdelivery.com](http://www.bluntdelivery.com).

ولدت ماريا فيكتوريا إسبينوسا - بيترسون في الأرجنتين. وفي عام ١٩٩٩، تخرجت في كلية الحقوق ثم انتقلت للعيش بالعاصمة بيونس آيريس، وهناك التقت بزوجها "جيرمي". وهما الآن يعيشان مع طفليهما في أرلينجتون، بولاية فيرجينيا، حيث تعمل ماريا هناك معلمة يوجا. تواصل معها عبر بريدها الإلكتروني [marichy007@hotmail.com](mailto:marichy007@hotmail.com).

تعيش أندريا فيسك بمدينة نيويورك منذ عام ١٩٩٥، حيث بدأت دراساتها في هندسة الديكور بمعهد فاشون للتكنولوجيا، وبجانب مهنة التصميم التي تمارسها فهي تحب الكتابة وتعمل الآن على نشر روايتها الأولى. ولها مدونة أيضاً على موقع [www.galinthecity.wordpress.com](http://www.galinthecity.wordpress.com).

جوى فيلدز، صاحبة مجموعة البريد الإلكتروني بايبل ستادي نوتس على مجموعات ياهو، بالإضافة إلى مقالاتها التي اشترتها كل من مجلة "فيث" و"فريندز" و"وور" و"كراي" ومجلة سيزوند كوكينج الإلكترونية. ولديها، هي وزوجها، "بوب"، ابنان وحفيدان. وهما يعيشان بولاية أوكلاهوما.

أنجل فورد، زوجة وأم لثلاثة أبناء. وهي تستمتع بالخدمة في دار العبادة، والرحلات الخيرية التطوعية، وتحب قضاء الوقت مع عائلتها وأصدقائها، كما تحب الكتابة. وهي الآن تؤلّف كتاباً وتعد للحصول على درجة الماجستير. تفضل بمراسلتها على بريدها الإلكتروني [secretaryforhim@yahoo.com](mailto:secretaryforhim@yahoo.com).

بيتسي إس. فرانز، كاتبة مستقلة ومصورة متخصصة في حركة البيئة والطبيعة والحيوانات البرية والبيئة والموضوعات الملهمة والفكاهية التي تخص الإنسان. وهي تعيش بمدينة ملبورن، ولاية فلوريدا مع زوجها "توم". تفضل بزيارة بيتسي على موقعها [www.naturesdetails.net](http://www.naturesdetails.net).

إلين كيه. جرين، كاتبة مستقلة، من السكان الأصليين لمدينة نيو أورليانز وأحد الناجين من إعصار كاترينا. تفضل بمراسلتها على بريدها الإلكتروني [ekgreen@hotmail.com](mailto:ekgreen@hotmail.com).

تعرف على المشاركين ٣٩٧

ولد بيتر جيه. جرين في مدينة تورونتو بكندا، ويعيش الآن في غربى نيويورك. وهو موسيقار وكاتب أغان متخصص في الموسيقى الروحانية، ويتمنى الاستمرار في عمله ككاتب يقدم التشجيع والإلهام.

تعمل كارين إتش. جروس كاتبة حرة، وتقوم بنشر كتاباتها في المجلات الوطنية، وتشارك في موقع Associated Content حيث تكتب فيه تحت عنوان "Top 1000"، وهي مشجعة مفرمة بالرياضات التي تتفوق فيها جامعة ولاية لويزيانا، وتستمتع بقضاء الوقت خارج المنزل، ومع العائلة. ويمكن مراسلتها عبر بريدها الإلكتروني [lsu\\_is\\_number\\_1@yahoo.com](mailto:lsu_is_number_1@yahoo.com).

شيولى فى. جونارتن، طالبة فى الثالثة عشرة من عمرها بالمرحلة الإعدادية، وترجع جذور عائلتها إلى جزيرة سيريلانكا، وهى تستمتع بكتابة القصص، والشعر، واللعب بجروها الصغير "كوكو". وتخطط للاستمرار فى كتابتها التى تتمتع بروح حرة.

تعمل سارة هاماكير كاتبة حرة ومحررة، وهى مؤلفة كتاب *Hired@Home*، والذى هو دليل لإمكانية عمل المرأة من المنزل بحرية. وقد حصلت على درجة الماجستير فى اللغة والآداب من جامعة ماريمونت، وتعيش سارة فى ولاية فرجينيا مع زوجها وأطفالها الأربعة. قم بزيارة موقعها عبر الإنترنت [www.sarahhamaker.com](http://www.sarahhamaker.com).

بدأت كاتبة أدب الرحلات ديبى هاريل عملها منذ الثامنة من عمرها، واستمرت فى ولاية ميتشيجان حيث تتمتع بميزة مساعدة الآخرين فى سرد قصصهم. وتجذب عاطفتها نحو الرسائل الإيجابية التى غالباً ما نتعلمها فى وسط سلبيات الحياة. وهى ترحب بأفكاركم على البريد الإلكتروني [deb@pricelesstreasures.org](mailto:deb@pricelesstreasures.org).

ميريام هيل هى المؤلفة المشاركة لكتاب *Fabulous Florida* ومشاركة مستمرة فى سلسلة كتب شوربة دجاج للروح، وتقوم بنشر أعمالها فى مجلات *The Christian*، *Science Monitor*، *Grit*، *St. Petersburg Times*، و *Sacramento Bee*، و *Poynter Online*. نالت أطروحة ميريام جائزة أونرابول مينشن الشرفية للكتابة الإبداعية فى مسابقة *Writer's Digest Writing Competition*.

كان الدكتور دون، والد ريببكا هيل، يعمل أستاذًا في أفريقيا، وعمل أيضًا أستاذًا لمادة الرياضيات بجامعة فلوريدا للزراعة والميكانيكا، وهو عضو مخلص بجمعية ديرلاك يو إم سى وأب مثالي يمكن أن تتمناه أية فتاة، وكانت ريببكا تبحث بين المتاحف عن مسكن دائم للمجموعة الفنية الأفريقية الخاصة بالدكتور "دون".  
[bohoembassy@verizon.net](mailto:bohoembassy@verizon.net)

تمت كارا هولمان كثيرًا، لأن إصابتها بمرض السرطان منذ ثلاثة أعوام قد أدت إلى انضمامها إلى جماعة كتابية، وهو ما ألهم طموحاتها الكتابية من جديد. تعيش كارا في مدينة بورتلاند بولاية أوريجون مع زوجها وأصغر أبنائها الثلاثة. وقد ظهرت أعمالها عبر شبكة الإنترنت في إحدى المدونات وفي مدونتها على موقع:  
<http://caraholman.wordpress.com>

تعيش ماندى هوك في ولاية كولورادو مع زوجها وابنتيها، وتم نشر أعمالها في الجرائد الوطنية، وفي طبعتين سابقتين من سلسلة شوربة دجاج للروح. وتعمل محررة للجرائد نصف الشهرية المسماة بـ *Pikes Peak Writers NewsMag*، وتعمل في الترويج لروايتها الأولى، وتقوم بكتابة الثانية وموقعها هو: [www.mandyhouk.com](http://www.mandyhouk.com).

كيلى هانسيكر، زوجة، وأم، وجدة، وفي وقت فراغها تمارس الكتابة من منزلها في ولاية كارولينا الجنوبية. زوروا موقعها الإلكتروني: [www.kelleyhunsicker.com](http://www.kelleyhunsicker.com).

ظل ديفيد هيمان - الرياضي الذي لم يقرب التدخين - يصارع مرض سرطان الرئة في المرحلة الرابعة منذ عام ٢٠٠٨، وكان يشعر بالسعادة مع كل ما تلقى الحياة في طريقه، ويتلقى الدعم المعنوي من زوجته "روث" وأبنائه، ويقوم ديفيد بتأليف كتاب يتحدث عن زوجين يقومان ببناء زواج عظيم مليء بالسعادة.

قامت روزام. جاكسون - التي تعمل معلمة ومتحدثة - بتأليف كتب بالمشاركة مع الدكتور "والث كاليستاد" و"دونا بارتو". وهي تستمتع بالتخييم والقيام بالتنزه سيرًا على الأقدام، وتحب بصورة خاصة مشاركة أحداث من حياتها ومفاهيمها الخاصة في المنتقيات النسائية والمناسبات. ويمكنك قراءة المزيد من رسائلها التأميلية على الموقع التالي: [www.rospiration.blogspot.com](http://www.rospiration.blogspot.com)، أو تواصل معها على بريدها الإلكتروني: [ecrmjackson@msn.com](mailto:ecrmjackson@msn.com).

تعرف على المشاركين ٣٩٩

بينما ترتشف ريببكا جاي قهوتها الممزوجة باللبن، فإنها تقوم بالتحضير والكتابة لجميع وسائل النشر، وتمارس القراءة والكتابة يوميًا، وتحاول دائمًا تحسين مهاراتها. تعمل ريببكا معلمة دينية أيضًا، وتقوم حاليًا بتعلم اللغة الصينية، ولديها ابن يافع.

تقوم مارنا مالاچ جونز برعاية عائلتها، وقد تقاعدت عن العمل مبكرًا في مجال توظيف الأشخاص، وقامت بتقديم ندوات عن العمل، وتقوم بالبحث عن المعلومات لندوات حول رعاية كبار السن من الوالدين، ونشرت أولى قصصها تحت عنوان "العثور على الحب المفقود" في كتاب *Chicken Soup For the Father and Daughter Soul*. يمكنك التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [marnakj@hotmail.com](mailto:marnakj@hotmail.com).

تشارك إيڤا جوليوسون - التي هم أم لسبعة أبناء، وجدة لتسعة أحفاد، و"عالمة روحانية" - حبها لله من خلال الكتابة، والتدريس، والعمل مع الأولاد، وظلت مدة سبعة أعوام ترسل رسائل روحانية للمساعدة على تحفيز الآخرين على أن يحيوا حياة خاصة عميقة مع الله. وتلقى هذه الرسائل تواصل معها على بريدها الإلكتروني [evajuliuson@hotmail.com](mailto:evajuliuson@hotmail.com).

وُلدت تامي إل. جستيس وترعرعت في مدينتي كولومبوس ونيو أرك بولاية أوهايو. كانت تمارس كتابة القصائد والقصص منذ أن كانت في السابعة من عمرها. وهي تعمل حاليًا عملاً حرًا في مهنة تتناسب مع كبار السن، ولديها طفلان هما: "ديفيد فيليبس الثالث" و"سامانثا شين". يمكنك التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [justice1964@yahoo.com](mailto:justice1964@yahoo.com).

شاركت ماريلين كيننتز في تأليف ثلاثة كتب لتقوية المرأة وإعطائها سببًا للسخرية من الحياة، وظلت تقوم بتيسير عمل جماعات دعم المرأة طوال الأعوام الستة الأخيرة، ولا يسعها التفكير في سبيل أفضل يمكنها السير فيه خلال فترة منتصف عمرها. ويمكن التواصل معها على: [marilynkentz@aol.com](mailto:marilynkentz@aol.com) أو معرفة المزيد عنها من خلال الموقعين التاليين: [www.fearless-aging.com](http://www.fearless-aging.com)، أو [www.themommies.com](http://www.themommies.com).

تتمتع كاي كليبا بزواج سعيد مع زوجها سكوت، وهى أم لأربعة أطفال رائعين، من بينهم طفل من ذوى الاحتياجات الخاصة، وتهوى كاي التحدث والكتابة إلى المرأة عن البهجة التى نشعر بها من النعم. نرجو زيارة مدونتها على الموقع الإلكتروني: <http://kayklebba.blogspot.com>، أو مراسلتها على بريدها الإلكتروني: [kayklebba@gmail.com](mailto:kayklebba@gmail.com).

تعمل ميمى جرينوود نايت كاتبة حرة، ومُشارِكة مهمة فى سلسلة شوربة دجاج للروح، وتعيش فى ولاية لويزيانا الجنوبية مع زوجها ديفيد وأبنائها الأربعة: هالى أوهارا، وهولى، وهيوسون، وديفيد جونا. وهى تبحث حالياً عن ناشر لروايتها الأولى (Hello out there!). تفضلوا بزيارة مدونتها [blog.nola.com/faith/mimi\\_greenwood\\_knight](http://blog.nola.com/faith/mimi_greenwood_knight).

حصلت كارين كوكزوارا على درجة علمية فى اللغة الإنجليزية من جامعة شيكو ستيت فى عام ٢٠٠٠. وقامت بتدريس اللغة الإنجليزية بإحدى المدارس الثانوية قبل أن تتقاعد لتربية أبنائها الأربعة. تقطن كارين فى ولاية كاليفورنيا الجنوبية، وتستمتع بالتنزه على الشاطئ، ومشاهدة الأفلام القديمة، وصنع كعك الشيكولاتة (محاولة ألا تحرقه!).

تعد كارين كوزمان متحدثة ملهمة، ومؤلفة كتاب *Wounded by Words*، واستمتاع كارين بالحياة وحسها الخاص بها يتلجان القلوب. وقد قامت بتأليف قصص ووضعها فى العديد من مجموعات الأدبية والمقالات التى نشرت فى المجلات. يمكنك التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [ComKosman@aol.com](mailto:ComKosman@aol.com).

حصلت ميشيل إتش. لاسينا على درجة ليسانس الآداب فى التواصل من جامعة جلاسبورو ستيت فى عام ١٩٧٣. ونشرت لها قصص بمجلتى كانترى وومان. وإن جى لايف ستايلز وكتابى *The Girls' Book of Success*، و *Chicken Soup for the Soul in Menopause*. وهى مستمرة فى العمل على نشر رواية بوليسية من تأليفها. يمكن التواصل معها عبر: [mandj59021@earthlink.net](mailto:mandj59021@earthlink.net).

تعمل جليندا لى مديرة للإعلانات فى مجلة للتسويق عبر البريد. وهى مؤلفة كتابين عن الأفكار الإعلانية، ولها العديد من المقالات التى نشرت بالمجلة، والعديد من



القصائد. وهي تستمتع بالكتابة، والقراءة، والبستنة، والصيد، وقضاء الوقت مع عائلتها والعمل التطوعي. نرجو التواصل معها على: [nanmom1@gmail.com](mailto:nanmom1@gmail.com).

تعمل جانين إيه. لويس كاتبة حرة، وتعيش في ولاية كنتاكي مع زوجها جيسى، وابنها أندرو. وقد تخرجت في جامعة إيسترن كنتاكي، ونالت درجات علمية في الصحافة والتعليم الابتدائي. وتعشق جانين الكتابة، ورعاية الأطفال، وقضاء الوقت بصحبة عائلتها.

تعد باتريشيا لورينز كاتبة في فن الحياة، ومتحدثة، ومؤلفة لأحد عشر كتابًا، من بينها *The 5 Things We Need to Be Happy*، وكتاب *Life's Too Short to Fold Your Underwear*. وهي واحدة من أكبر الكتاب المشاركين في سلسلة شوربة دجاج للروح بقصص يبلغ عددها قرابة الخمسين قصة. تفضلوا بزيارة موقعها الإلكتروني: [www.PatriciaLorenz.com](http://www.PatriciaLorenz.com)

تعد سوزان لوجلي متحدثة لبقة ومؤلفة، وتم نشر قصصها كتابي في *Chicken Soup for the Christian Woman's Soul* و *Caregiver's Soul* وفي مجلة تودايز كريستيان وومان وفي العديد من المؤلفات الأخرى. وهي مساندة للناجين من الحرائق، وتحدث بالنيابة عنهم. ويمكن التواصل معها على البريد الإلكتروني: [suenrusty@aol.com](mailto:suenrusty@aol.com).

قامت ناتاليا كيه. لوسينسكي بتأسيس أول صحيفة تحت عنوان *Nat's Neat News Notes* عندما كانت في العاشرة من عمرها. ومنذ ذلك الحين وهي تعمل مساعدة للكتاب في العديد من العروض التلفزيونية، وتساعد مؤخرًا في إعداد أفلام وثائقية لقناة *The History Channel*. وتقوم أيضًا بكتابة فيلم وسيناريوهات تلفزيونية، وقصص قصيرة. ويمكن التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [writenataliainla@yahoo.com](mailto:writenataliainla@yahoo.com).

تعمل ميشيل ماك كاتبة حرة في ولاية كولورادو. وظهرت أعمالها القصصية في العديد من المجموعات الأدبية من بينها *Chicken Soup for the Shopper's*

*Soul و Chicken Soup for the Coffee Lover's Soul*. تفضلوا بزيارة موقعها الإلكتروني: [www.michellemach.com](http://www.michellemach.com).

تخرجت شيريل ماجوير في كلية بوسطون، وحصلت على درجتى البكالوريوس والماجستير في علم النفس الاستشارى. وتدير شيريل الموقع التالى: [www.swapsavers.com](http://www.swapsavers.com)، وهو عبارة عن شبكة اجتماعية لمحدودى الدخل. وتكتب في موقعها مدونة عن كيفية ادخار المال. وبريدها الإلكتروني هو: [swapsavers@hotmail.com](mailto:swapsavers@hotmail.com).

حصلت جينجر مانلى على درجتى البكالوريوس والماجستير في التمريض من جامعة فاندربيلت، وعملت ممرضة مساعدة في الطب النفسى في مركز فاندربيلت الطبى، وتقوم بالبحث عن المادة العلمية لكتابها الواقعى *Praying for Gloves*، وتحكى فيه عن قصة ممرضتين، وعن الطرق التى استطاعتا من خلالها إحداث التغيير في وسط كينيا. وعنوان بريدها الإلكتروني هو: [manleygt@aol.com](mailto:manleygt@aol.com).

تعد جوديث ماركس - وايت كاتبة حائزة على العديد من الجوائز، وظل عمودها الصحفى *The Light Touch* ينشر في صحيفة ويستبورت نيوز لمدة خمسة وعشرين عامًا. وهى مؤلفة روايتين هما: *Seducing Harry*، و *Bachelor Degree*، وتقوم جوديث أيضًا بتدريس الكتابات الهزلية بكلية نورداك الأهلية بمدينة نوروك في ولاية كونيككت.

يعد إم. شون مارشال واحدًا من الجيل الذى تربى في حقل الأعمال الحرة الاجتماعية، وقد عمل في مؤسسة كيورداشن، وهى مؤسسة غير ربحية مقرها كاليفورنيا، تقوم بتمويل الأبحاث المتعلقة بعلاج مرض الحثل العضلى، ويتمتع شون بحياة أسرية "سعيدة بدرجة مثيرة" مع زوجته وابنتيه. نرجو التواصل معه على العنوان الإلكتروني التالى: [sean@mseanmarshall.com](mailto:sean@mseanmarshall.com).

يعمل باتريك ماثيوز رئيسًا لشركة لايف أوك جيمز، ومصممًا للعبة *Story Tellers* الحائزة على العديد من الجوائز. وكذلك يكتب عمودًا صحفياً بعنوان *Daddy Tales* ويتحدث فيه عن حياته كأب.

تعرف على المشاركين ٤٠٣

تم نشر أربعة مؤلفات شعرية لـ فيليس ماكينلي، وهي مؤلفة كتاب الأطفال *Do Clouds Have Feet?*، والذي نال العديد من الجوائز، وتم نشره في كندا، والولايات المتحدة، وبريطانيا. وهي تعيش في الجنوب الغربي لولاية فلوريدا مع زوجها الدكتور هانفورد بريس. نرجو التواصل معها على: [leafybough@hotmail.com](mailto:leafybough@hotmail.com).

تعيش تاشا ميتشيل حالياً في شمال غربي ولاية جورجيا مع زوجها وابنها الصغير. وهي طالبة متفرغة لنيل درجة علمية في التمريض، وتستمع بالرحلات، والرقص، والقراءة، والكتابة الإبداعية. وتخطط لإنهاء أول كُتُبها في المستقبل القريب. نرجو التواصل معها على: [tashakmitchell@yahoo.com](mailto:tashakmitchell@yahoo.com).

تعمل ميغ ويرنر موريتا إخصائية تغذية منذ عام ١٩٩٢. وبدأت رحلتها من جامعة كال بولي بمدينة سان لويس أوبيسبو في ولاية كاليفورنيا، حيث تعلمت الفلسفة التي تقضى بـ "التعلم عن طريق الممارسة". وبعد أن أنهت درجة الماجستير، سعت ميغ وراء رغبتها في العمل على دراسة مرض السكر أثناء تدريبها الخاص في بيفرلي هيلز. تستمتع ميغ كثيراً بالحياة!

تعد ريزا ني كاتبة تتسم بطابع منطقة خليج سان فرانسيسكو. وهي محررة مشاركة في المجموعات الأدبية التالية: *Writin' on Empty: Parents Reveal the Upside* و *Downside*، و *Everything in Between When Children Leave the Nest*. وتم نشر كتاباتها ومقالاتها في العديد من الصحف، والمجلات، والمجموعات الأدبية، ومن بينها كتابان من سلسلة شوربة دجاج للروح.

تعد إيميرى بي. أوبراين من السكان الأصليين لمدينة ليك تشارلز بمدينة لوس أنجلوس، وقد تخرجت في جامعة جرامبلينج ستيت وجامعة ماريلاند. وقد عملت مراسلة إخبارية، ومحررة في جميع وسائل الإعلام، وتعمل حالياً محررة في الفترة المسائية بموقع [MSN.com](http://MSN.com). نرجو التواصل معها على بريدها الإلكتروني: [emeribrien@hotmail.com](mailto:emeribrien@hotmail.com).

قدمت جينيضر أوليضر، المؤلفة والمتحدثة التحفيزية، من مدينة كوبيراس كوف بولاية تكساس، حيث تقوم مع زوجها بتربية أربعة من الأولاد الرائعين، وقد نشرت

لها العديد من القصص فى سلسلة شوربة دجاج للروح، وفى وسائل نشر أخرى  
مُتَلَجَّة للقلب.

تعشق لافيرن أوتيس الكتابة، وتقوم حالياً بأول دورة تعليمية لها لدراسة الكتابة  
ياحدى الكليات المجتمعية المحلية، وقامت بنشر أعمالها فى مجلات كانترى  
وبيردس وبلومس، وتشمل هواياتها الأخرى التصوير، ومشاهدة الطيور، والبستنة،  
وإمضاء الكثير من الوقت مع عائلتها. ويمكن التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني:  
.lotiswrites@msn.com

تعد شانتال بانوتزو كاتبة ومؤلفة للنصوص الإعلانية. وقد ظهرت مقالاتها  
وكتاباتها فى مجلتى كريستيان ساينز مونيتور، وجيوغرافيك جليمس، ووسائل نشر  
أخرى، وقد نالت حديثاً جائزة Rosalie Fleming Memorial Humor Prize.  
وكمواطنة أمريكية مغتربة، ظلت شانتال تنتقل بكثرة بين أرجاء أوروبا، وعاشت فى  
مدينة زيورخ بسويسرا (www.chantalpanozzo.com).

تمتلك لارين باكيت وزوجها كين مدرسة لغات فى منطقة بوسطن. وإلى جانب  
تدريسها اللغة الإنجليزية، تقوم لارين بتسليّة الأطفال (من خلال سرد القصص  
عليهم، وممارسة الألعاب السحرية، والموسيقى، وعمل أشكال مختلفة بالبالونات،  
والرسم على الوجه). وهى أم لستة من الأولاد، وجدة لأحد عشر حفيداً، وهى تحمل  
درجة الليسانس فى الأدب الإنجليزي. وعنوان بريدها الإلكتروني هو: @lpaquette  
.learnesnow.com

تعمل آفا بينينجتون كاتبة، ومتحدثة، ومعلمة دينية، وقامت بنشر مقالاتها فى  
المجلات، وشاركت فى خمسين مجموعة أدبية من بينها اثنا عشر كتاباً من سلسلة  
شوربة دجاج للروح. وهى مؤلفة كتاب *A Year Alone with God*، وهو كتاب قيم  
يتحدث عن الأمور الروحانية. ويمكنكم التعرف على المزيد عنها من خلال زيارة  
الموقع الإلكتروني التالى: www.avawrites.com.

تخرجت سوزان دبليو. بيترز فى جامعة كانساس، وعاشت وعملت فى عدد من  
الدول قبل عودتها إلى موطنها الأصلي - الغرب الأوسط - فى عام ٢٠٠٦. وتقوم

تعرف على المشاركين ٤٠٥

بكتابة القصص القصيرة والشعر، وهى تدرّس الكتابة الأكاديمية فى إحدى الكليات المجتمعية المحلية. ويمكن التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [swpetersksusa@yahoo.com](mailto:swpetersksusa@yahoo.com).

يعمل جو ريكتور محرراً مجتمعياً فى صحيفة *Karns/Hardin Valley Shopper News*. ويمارس جو أيضاً الكتابة الحرة، وقد ظهرت أعماله فى كتب أخرى من سلسلة شوربة دجاج للروح، مثلما ظهرت فى المجلات وعدد آخر من الكتب. وهو يأمل فى العثور على ناشر لأعماله. ونرجو التواصل معه على البريد الإلكتروني: [joerector@comcast.net](mailto:joerector@comcast.net).

تشارك تيريزا ساندرز كثيراً فى سلسلة شوربة دجاج للروح. وقبل انتقالها إلى الكتابة الإبداعية، كانت تيريزا كاتبة تقنية حازت العديد من الجوائز، وعملت مستشارة، وكانت تنشر كتاباتها فى الصحف التجارية. وعلى الرغم من أنها مولودة فى سبرينجفيلد بولاية ميسورى، وتخرجت من جامعة ماريلاند، فهى تعيش مع زوجها وأبنائها الأربعة فى ضاحية سانت لويس.

تعمل لى آن ساكس مرشدة روحية للسعادة، ومتحدثة ملهمة، ومقدمة برامج بالإذاعة، وباعتبارها منشئة لمؤسسة *Living In The Moment* ([TheMoment.ca](http://TheMoment.ca)) تلتزم لى آن بمساعدة الآخرين على العثور على السعادة، وقد حصلت على درجة الماجستير فى علم النفس الاستشارى من كلية ألدل علم النفس التخصصى فى تورونتو.

تعد هيثر سيمز شيشتيل كاتبة، ومحامية، وأماً متفرغة لابنتها سامانثا. وهى تعيش فى كولورادو مع عائلتها، وتستمتع بالشمس، والجليد، والجبال. ويمكنك متابعة قصتهم على الموقع التالى: [www.samsmom-heathers.blogspot.com](http://www.samsmom-heathers.blogspot.com)، أو مراسلتها على عنوان بريدها الإلكتروني [heather.schichtel@gmail.com](mailto:heather.schichtel@gmail.com).

قامت جاكلين سيوولد بتدريس الكتابة الإبداعية، والإيضاحية، والتقنية للمرحلة الجامعية، وعملت أيضاً أمينة مكتبة أكاديمية، ومتخصصة فى الوسائط التعليمية. وقد ظهرت قصصها القصيرة، وقصائدها، ومقالاتها، وآراؤها النقدية،

وكتاباتهما فى وسائل النشر المختلفة، وتم نشر ثمانية من كتبها. وآخر رواياتها هى  
*The Drowning Pool*.

تعيش ميشيل شوكلى مع عائلتها فى منطقة تكساس الوسطى، وتمارس كتابة الأدب التاريخى، وهى عضوة فى الجمعية الأمريكية لكتاب الأدب، وتستمتع بمشاهدة الأفلام مع زوجها، والمزاح مع أبنائها، والقراءة، وبخاصة قراءة المادة البحثية لرواياتها. زوروا مدونتها على: [michelleshocklee.blogspot.com](http://michelleshocklee.blogspot.com).

دايل ألن شوكلى كاتبة حائزة على العديد من الجوائز، ظهرت بصورة ثانوية فى العديد من وسائل الإعلام. وهى مؤلفة لثلاثة كتب، وشاركت فى العديد من الأعمال الأخرى من بينها سلسلة شوربة دجاج للروح. ويمكن التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [dayle@dayleshockley.com](mailto:dayle@dayleshockley.com).

نالت دينا سلاتر درجة الليسانس فى الآداب مع مرتبة الشرف، ثم حصلت على درجة الماجستير فى العلوم. وظلت تدرّس اللغة الإنجليزية لمدة سبعة وعشرين عاماً فى روكلاند بمدينة نيويورك، قبل تقاعدها فى مدينة نيو جيرسى. وهى تحب السفر، ولعب الورق، وهى قارئة وافرة العلم.

تستمتع أليانا سميث بتأليف القصص القصيرة، وتشارك فى العديد من المجلدات الخاصة بسلسلتين من الأدبيات هما: *Chocolate for Women*، و *A Cup of Comfort*. وهى تحب العمل أيضاً لحساب المؤسسات غير الربحية، والتطوع لأسباب إنمائية، وقضاء الوقت مع زوجها فرانك. يمكن التواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: [writersmith@yahoo.com](mailto:writersmith@yahoo.com).

تعمل شيرى إيه. ستانزاك كاتبة حرة للعديد من المجلات، والدوريات، ووسائل الإعلام عبر الإنترنت، وتكتب بصورة منتظمة لموقع محلى هو [www.riverbills.com](http://www.riverbills.com) وقد قامت أيضاً بتأليف كتابين. وهى تستمتع بقضاء الوقت مع عائلتها، وركوب القوارب، والطيران، والكتابة. ونرجو التواصل معها على: [sherri0526@aol.com](mailto:sherri0526@aol.com).

تعرف على المشاركين ٤٠٧

دايان ستارك، مدرسة سابقة تحولت إلى أم متفرغة للمنزل وكاتبة حرة. وهي تحب الكتابة عن الأشياء التي تراها أكثر أهمية بالنسبة لها، وعن عائلتها، وعن الإيمان الكامن بداخلها. وتم نشر أول كتاب لها، الذي كرسه للمدرسين، في خريف عام ٢٠٠٩. ويمكن التواصل مع ديان على بريدها الإلكتروني: @DianeStark19@yahoo.com

تعيش هيلين شتاين مع زوجها كين في منطقة البحيرات العظمى بولاية ميتشيجان. ولديهما أربعة أبناء وخمسة أحفاد مفعمين بالنشاط. وظلت لمدة ثمانية عشر عامًا تحرر وتكتب مقالات عن الأمان لشركات النقل. وهي تقضى الوقت مع عائلتها، ومساعدة والديها، وتعتنى بحديقتها دائمة الخضرة، وتمارس رياضة التنس.

تقاعدت جويس إي. سودبيك عن العمل في مؤسسة ليجورى للنشر في عام ٢٠٠٨. وقد قامت بالنشر سابقاً في سلسلة شوربة دجاج للروح، ومجلة ليجوريان مجازين، ونالت مؤخراً الجائزة الأولى في مسابقة للشعر، وهي تقوم بكتابة القصص القصيرة، والشعر، وتخطط لبدء روايتها الأولى.

تعيش آن ماري بي. تايت في مدينة كونشوهوكين في ولاية بينسلفانيا مع زوجها جو وابنها سامي "أروع فتى في يوركشاير". وقد شاركت بالعديد من القصص في سلسلة شوربة دجاج للروح. وعندما لا تمارس آن ماري الكتابة، تستمتع أيضاً بالطهى مع الغناء وتسجيل الأغاني الشعبية الأمريكية والأيرلندية. تفضل بالتواصل معها عبر بريدها الإلكتروني: irishbloom@aol.com

تعد بي. جيه. تايلور مؤلفة حائزة على العديد من الجوائز، وظهرت أعمالها في صحيفة جايدبوست، وفي أكثر من اثني عشر كتاباً من سلسلة شوربة دجاج للروح، وفي العديد من المجلات والصحف. ولديها زوج رائع، وأربعة أبناء، وحفيدان. ويمكنك التواصل معها عبر موقعها التالي: www.bjtayloronline.com

ظلت تيري تيفاني تقدم النصائح للبالغين لمدة سبعة عشر عاماً قبل امتلاكها متجرًا لبيع الكتب الدينية. وهي تسكن في فلوريدا مع زوجها حيث تتمكن من التفرغ للكتابة. وقد ظهرت قصصها في المنشورات التي توزع بعد الخطب

الدينية، والمجلات، والمجموعات الأدبية الأخرى المتنوعة. نرجو زيارة موقعها  
التالى: <http://terri-treasures.blogspot.com>

تقوم بولا موجيرى تيندال -وهى ممرضة معتمدة - بكتابة قصصها، والعثور  
على الإلهام من خلال تجارب حياتها اليومية، ومن خلال الطبيعة حينما تنظر  
إلى البحيرة التى تسكن بالقرب منها فى فلوريدا، وتقوم بإكمال كتابها الأول، وقد  
نشرت أعمالها سابقاً فى كتاب *Chicken Soup for the Grandma's Soul*،  
ويمكن التواصل معها على بريدها الإلكتروني التالى: [lucylu54@aol.com](mailto:lucylu54@aol.com).

تستمتع بيضرلى إف. ووكر بالكتابة، والتصوير، وكتابة نبذة عن حياة عائلتها،  
والبقاء برفقة أحفادها. وهى تشرف على جماعة لمواساة التعساء عبر شبكة  
الإنترنت، وقد نشرت قصصها فى العديد من كتب سلسلة شوربة دجاج للروح، وفى  
كتاب *Angel Cats: Divine Messengers of Comfort*.

كان الدكتور تيموثى وارن مدير عيادة ناجحة للمعالجة بواسطة التدليك باليدين،  
فى مدينة وارويك بولاية رود آيلاند، منذ عام ١٩٨٧. وظل شخصاً رياضياً طوال  
حياته، ومارس رياضة تسلق الجبال حتى الأعوام الخمسة عشر الماضية. وقد تسلق  
قمم أعلى الجبال فى أربع قارات، وكان آخرها قمة جبل إيفرست. وهو يعيش فى  
عمق الغابة مع زوجته روزمارى. ويمكنك التواصل معه عبر موقعه الإلكتروني  
التالى: [www.drjimwarren.com](http://www.drjimwarren.com).

يعمل بيل ويترمان مستشاراً بحثياً متقاعدًا فى أوكلاهوما. وهو عضو فى الجمعية  
الأمريكية لكتاب الأدب، وقد تخرج فى جامعة أوهايو، وظل هو وزوجته بام يقومان  
بإلقاء خطب دينية طوال عشرين عاماً. نرجو التواصل معه على موقعه الإلكتروني:  
[bwetterman@cox.net](mailto:bwetterman@cox.net)

فاليرى وايزناند، التى تقوم بالكتابة تحت اسم فاليرى هانسين، هى مؤلفة العديد  
من الروايات الدينية، وعندما انتقلت للعيش فى منطقة الأوزاركس، وجدت مطلبها  
مثلما وجدت جواً جميلاً مليئاً بالحب والأشخاص المهتمين بها. وقد تزوجت زميلها



منذ سنوات عديدة! ويمكن التواصل معها من خلال بريدها الإلكتروني التالي:  
.val@valeriehansen.com

يعيش وودي وودبورن، ويمارس الكتابة، في مدينة فينتورا بولاية كاليفورنيا. وهو كاتب صحفى صاحب عمود خاص بالرياضة، فاز بالعديد من الجوائز الوطنية سابقاً، وشارك في تأليف كل من كتابي *Raising Your Child to Be a Champion in Athletics*، و *Arts and Academics*، ويعمل الآن على تأليف كتابين حديثين. ويمكن التواصل معه على: [Woodycolum@aol.com](mailto:Woodycolum@aol.com).

تقوم أشلى يونج بدراسة فن الكتابة، وتأمل أن تعمل في إحدى الصحف، وأن تقوم بتأليف كتب للأطفال. وقد أصيبت أشلى بمرض السرطان عندما كانت في الرابعة عشرة من عمرها، وهي الآن في حالة تماثل للشفاء منذ ستة أعوام. نرجو مراسلتها على بريدها الإلكتروني التالي: [pirategirl1588@aol.com](mailto:pirategirl1588@aol.com).

## تعرف على المؤلفين

**جاك كانفيلد** شارك في تأليف سلسلة شوربة دجاج للروح، التي وصفتها مجلة "تايم" بأنها "ظاهرة العقد في مجال النشر". شارك "جاك" في العديد من الكتب التي حققت أفضل المبيعات، بما فيها كتب *The Success Principles™: How to Get from Where You Are to Where You Want to Be, Dare to Win, The Aldin Factor, You've Got to Read This Book, The Power of Focus: How to Hit Your Business and Personal and Financial Targets With Absolute Certainty*.

"جاك" هو المدير التنفيذي لمجموعة كانفيلد للتدريب بمدينة سانتا باربارا، بولاية كاليفورنيا، ومؤسس جمعية Self-Esteem بمدينة كوليفر سيتي، كاليفورنيا. وقام بتقديم ندوات مكثفة عن التنمية الشخصية والمهنية يتناول فيها مبادئ النجاح لأكثر من مليون شخص في ثلاث وعشرين دولة. وهو خطيب بارع ونشط، ولقد تحدث لمئات الآلاف من الأشخاص في أكثر من ١٠٠٠ شركة وجامعة ومؤتمر ومحفل مهني، وشاهده الملايين على برامج التلفزيون المحلي مثل: *The Today Show, Fox and Friends, Inside Edition, Hard Copy, Talk Back Live Eye to Eye, Nightly, 20/20*، والبرامج التي تُعرض على قناة سي إن إن وهي، *News* التي تُعرض على قناة إن بي سي، وبرنامج *Evening News* الذي يعرض على قناة سي بي إس.

حصل جاك على العديد من الجوائز والأوسمة الشرفية من بينها دكتوراه فخرية حصل عليها ثلاث مرات وشهادة موسوعة جينيس للأرقام القياسية نظراً لأنه تم إدراج سبعة كتب من سلسلة شوربة دجاج للروح في قائمة الكتب الأفضل مبيعاً حسب جريدة نيويورك تايمز بتاريخ ٢٤ مايو عام ١٩٩٨.

يمكنك التواصل مع جاك كانفيلد من خلال البيانات التالية:

رسائل بريدية: ص.ب. ٣٠٨٨٠، سانتا باربرا، كاليفورنيا ٩٣١٣٠

هاتف: ٨٠٥-٥٦٣-٢٩٣٥ • فاكس: ٨٠٥-٥٦٣-٢٩٤٥

[www.jackcanfield.com](http://www.jackcanfield.com)

**مارك فيكتور هانسن** هو المؤلف المشارك لسلسلة شوربة دجاج للروح مع جاك كانفيلد، وهو متحدث شهير ومؤلف الكتب الأكثر مبيعاً وخبير بالتسويق، وقد أحدثت رسائل "مارك" المؤثرة عن الإمكانية والفرصة والمبادرة بالفعل تغييراً كبيراً في آلاف المؤسسات وملايين الأشخاص في مختلف أنحاء العالم.

"مارك"، مؤلف غزير الإنتاج قدم العديد من الكتب الأكثر مبيعاً، مثل *The One Minute Millionaire. Cracking the Millionaire Code. How to Make the Rest of Your Life the Best of Your Life. The Power of Focus. The Aladdin Factor. Dare to Win* بالإضافة إلى سلسلة شوربة دجاج للروح. وكان له عميق الأثر في مجال القدرات البشرية من خلال مكتبة تسجيلاته الصوتية والمرئية ومقالاته عن موضوعات التفكير الإبداعي وتحقيق المبيعات وبناء الثروات ونجاح النشر والتنمية الشخصية والمهنية. كما شارك أيضاً في سلسلة ندوات ميجا.

وقد ظهر في عدة برامج تليفزيونية مثل: أوبرا، وبرامج قناة سي إن إن، وذا توداي شو. وقد اقتبست مقولاته في مجلات عدة مثل: تايم، يو. إس. نيوز آند وورلد ريبورت، يو إس إيه توداي، ذا نيويورك تايمز، إنتربرينووار، وقد أجريت معه لقاءات إذاعية لا حصر لها، حيث كان يطمئن سكان الأرض قائلًا: "يمكنكم بسهولة أن تعيشوا الحياة التي تستحقونها".

حصل "مارك" على العديد من الجوائز التي قامت بتكريم روحه المغامرة وقلبه المحب للخير والفتنة التي يتحلى بها. وهو عضو قديم في جمعية "هوراشيو ألجير" للأمريكيين المتميزين.

يمكنك التواصل مع مارك من خلال البيانات التالية:

شركة مارك فيكتور هانسن وشركاه.

رسائل بريدية: ص.ب. ٧٦٦٥، نيويورك بيتش، كاليفورنيا ٩٢٦٥٨

تليفون: ٩٤٩٧٦٤٢٦٤٠، فاكس: ٩٤٩٧٢٢٦٩١٢

[www.markvictorhansen.com](http://www.markvictorhansen.com)

**أمي نيومارك**، ناشرة ورئيسة تحرير سلسلة شوربة الدجاج للروح، لها باع في الحياة المهنية يمتد لثلاثين عامًا كمؤلفة ومتحدثة ومحللة مالية ومديرة أعمال

فى عالم الاقتصاد والاتصالات. وهى خريجة جامعة هارفارد مع مرتبة الشرف، وتخصصت فى اللغة البرتغالية ودرست اللغة الفرنسية وكانت تسافر كثيرًا. وهى أم لأربعة أبناء فى عمر الجامعة وابنين بالفين لزوجها تخرجا من الجامعة مؤخرًا.

بعد مشوار مهنى طويل فى تأليف الكتب التى تتناول الاتصالات وعدد كبير من التقارير المالية والخطط التجارية والإصدارات الداخلية للشركات، كانت سلسلة شورية الدجاج للروح بمثابة متنفس للهواء النقى بالنسبة لها. لقد وقعت فى أسر حب سلسلة شورية الدجاج للروح وكتبها المغيرة لحياة الكثيرين، واستمتعت بضم كل هذه الكتب معًا لتقدمها للقارئ.

يمكنك التواصل مع أمى وبقية فريق مؤلفى شورية دجاج للروح عبر البريد الإلكتروني [webmaster@chickensoupforthesoul.com](mailto:webmaster@chickensoupforthesoul.com)

عادة ما تقول مبتكرة الألعاب لورا روبينسون إنها "تبيع الضحك منذ ٢٠ عامًا"، حيث شاركت فى ابتكار لعبة الخداع الكلاسيكية الأفضل مبيعًا Balderdash (بيع منها ١٥ مليون نسخة فى جميع أنحاء العالم). بالاشتراك مع زميلتها فى العمل "إليزابيث بريان"، ابتكرت لورا لعبة Count Your Blessings، القائمة على مفهوم لعبة سابقة وضعته كاتبة مقيمة فى لوس أنجلوس تُدعى "راشيل نابليس". وقد أطلقت لورا، المعروفة بأنها "توماس إديسون صناعة الألعاب"، لعبة Identity Crisis, the Funniest Game about Famous Names عام ٢٠٠٧. ذكرت لورا عنها فى كتاب المخترعات لعام ٢٠٠٥، وأصبحت متحدثة دائمة الحضور فى الكثير من ندوات المخترعين.

تعمل لورا أيضًا ممثلة وموسيقية، وهى تمتلك مسيرة مهنية ناجحة فى مجال الأفلام والتلفاز فى لوس أنجلوس وتورنتو. كانت تظهر باستمرار فى مسلسل الجريمة Night Heat على محطة CBS، وحلت ضيفة على الكثير من مسلسلات التلفاز الشهيرة، مثل Frasier، وCheers، وانتهت مؤخرًا من تصوير برنامج موسيقى قائم على فكرة تليفزيون الواقع يُدعى Big Voice، والذى من المقرر أن يُعرض على محطة تلفاز أمريكية كبيرة فى ربيع عام ٢٠١٠.

تعيش لورا فى تورونتو مع زوجها وابنيها. وهى "أم تحمل رسالة جليلة فى الحياة"، وتلتزم بابتكار ألعاب ومنتجات ذات "رسالة هادفة" تحتفى بالقوة

التحويلية للامتنان. مع "بريان" أيضاً، تستعد لورا لإصدار لعبة Win-Win ، اللعبة العائلية المستوحاة من سلسلة كتب العادات السبع للناس الأكثر فعالية. كما أنها تشعر بالسعادة والامتنان لوجودها ضمن فريق عمل كتب شوربة الدجاج للروح وإصداراتهم الملهمة.

يمكنك التواصل مع لورا على الموقع التالي: [www.countyourblessingsgame.com](http://www.countyourblessingsgame.com) أو زر الموقع التالي: [www.identitycrisisgame.com](http://www.identitycrisisgame.com).

إليزابيث بريان أم وفتانة وكاتبة حملت على عاتقها مهمة نشر رسالة الامتنان من خلال الابتكار في جميع المجالات. مع شريكها في ابتكار لعبة Balderdash المخترعة "لورا روبينسون"، طورت بريان لعبة: Chicken Soup for the Soul Count your Blessings ، المستوحاة من نسخة سابقة طورتها الكاتبة "راشيل نابليس".

تلتزم كل من إليزابيث ولورا بابتكار ألعاب هادفة تجمع بين أفراد الأسرة من خلال الاستمتاع واللعب، وهما أيضاً مستعدتان لإصدار لعبة عائلية بالاشتراك مع "فرانكلين كوفى" تحت عنوان Win-Win ، بناءً على سلسلة الكتب الأكثر مبيعاً تحت عنوان العادات السبع للناس الأكثر فاعلية.

وتتمتع إليزابيث بمسيرة مهنية ناجحة كفنانه وقد عملت بالكثير من برامج المنوعات في جميع أنحاء الولايات المتحدة. وهي مشهورة بتصميماتها الفريدة للأزياء التي يرتديها عدد كبير من المشاهير، وظهرت في فيلم *Vanity Fair* وبيعت في متجر Wynn في لاس فيجاس.

لقد امتد شغفها لمساعدة الآخرين من خلال فكرهم الإبداعي. كرمتها الكثير من المؤسسات على عملها الفنى الخيرى، وهي أيضاً مؤسسة G.I.F.T (www.giftproject.net)، وهي مؤسسة غير هادفة للربح ملتزمة بابتكار المنتجات التي تزيد الوعي بالقضايا المختلفة وتسويقها. تعبر مؤسسة G.I.F.T عن الامتنان والإلهام والتركيز والثقة - تؤمن إليزابيث بأن امتلاك وممارسة هذه السمات الأربع من شأنها مساعدتنا على الوصول إلى كامل إمكاناتنا.

تشعر إليزابيث بالامتنان والفضل الكبيرين على مشاركتها في هذا الكتاب، مع جمهور سلسلة كتب شوربة دجاج للروح.

يمكنك التواصل مع إليزابيث عبر الموقع الإلكتروني التالي:  
[www.elizabethbryanstudio.com](http://www.elizabethbryanstudio.com) أو [www.countyourblessingsgame.com](http://www.countyourblessingsgame.com)

---

تعرف على المؤلفين ٤١٥

## شكر وتقدير

إننا ندين بعظيم الشكر لجميع من أسهموا معنا في هذا المجال. إننا على علم بأنكم بذلتم قصارى جهدكم في تأليف آلاف القصص وكتابتها والأشعار التي شاركتكم بها معنا وفي النهاية مع بعضكم. وإننا نقدر لكم استعدادكم لمشاركة قصص حياتكم مع قراء سلسلة شوربة دجاج للروح.

ولا يسعنا سوى نشر نسبة صغيرة من القصص التي نستقبلها، بيد أننا نقرأ كل قصة وحتى القصص التي لا تُنشر في الكتاب كان لها تأثير علينا وعلى النص النهائي المنشور.

ونود أن نتوجه بالشكر إلى محررة السلسلة كريستينا جلافين على قراءة كل قصة من آلاف القصص التي استقبلناها لهذا الكتاب وتصفية المتقدمين للاختبار الأخير، وكذلك على مساعدتها لنا في إعداد النص النهائي وتصحيح مسودة الكتاب. كما نتوجه بالشكر إلى مساعد الناشر، دايتي كورونا ومحررتنا ومديرة موقع الويب باربارا لوموناكو على براعة التحرير، والتصحيح، والتنظيم، بالإضافة إلى لى هولمز، التي حافظت على سير العمل بهدوء في المكتب.

كما أننا ندين بوافر الشكر إلى مديرنا المبدع ومنتج الكتاب، بريان تايلور بمكتبة بونيمما على رؤيته الرائعة في تصميم الأغلفة وطيات الأغلفة. وأخيراً، لم يكن هذا العمل ليخرج إلى النور من دون القيادة الإبداعية والفنية لمديرنا التنفيذي، بيل روانا، ورئيسنا، بوب جاكوبز.

# تطوير حياتك بشكل يومي

لقد شارك أشخاص حقيقيون بقصص واقعية لمدة ١٥ عامًا. الآن، تخطت سلسلة شورية دجاج للروح حدود مكتبات بيع الكتب لتصير قائدًا عالميًا في تطوير حياة الناس إلى الأفضل. ومن خلال الكتب والأفلام والأقراص الرقمية والمصادر المتاحة على شبكة الإنترنت وغيرها من الشراكات، منحنا الأمل والشجاعة والإلهام والحب لمئات الملايين من الناس في مختلف أنحاء العالم، وينتمي كتاب هذه السلسلة وقرأؤها إلى مجتمع عالمي فريد من نوعه نشارك فيه النصيحة والدعم والإرشاد والسلوى والمعرفة.

وقد تُرجمت قصص السلسلة إلى أكثر من أربعين لغة، وهي متوافرة في أكثر من مائة دولة. وكل يوم، يعيش الملايين قصة هذه السلسلة في كتاب أو مجلة أو جريدة أو على شبكة الإنترنت. ونظرًا لأننا نتقاسم تجاربنا الحياتية من خلال هذه القصص، فإننا نمنح الأمل والسلوى والإلهام لبعضنا. وتنتقل القصص من شخص لآخر ومن دولة لأخرى مما يساعد على تطوير حياة البشر في كل مكان.



## شاركنا

إننا جميعاً نمر بلحظات فى الحياة مثل تلك التى نستعرضها فى سلسلة شوربة دجاج للروح، فإذا كنت ترغب فى مشاركة قصتك أو قصيدتك مع الملايين فى مختلف أنحاء العالم، فقم بزيارة موقعنا الإلكتروني [chickensoup.com](http://chickensoup.com)، واضغط على Submit Your Story. لعلك تستطيع أن تساعد قراء آخرين وتصير مؤلفاً تُنشر له أعمال فى الوقت نفسه، ولقد بدأ بعض المساهمين السابقين مشوارهم المهني فى الكتابة والخطابة من خلال نشر قصصهم فى كتبنا! إن عدد القصص يزداد بصفة منتظمة - وكان الكم والكيف الخاصين بالقصص التى قدمتموها رائعين، ونحن لا نقبل تلقى القصص إلا عبر موقعنا الإلكتروني، إذ لم نعد نتلقى القصص عبر البريد أو الفاكس. وللتواصل معنا بشأن المسائل الأخرى، يرجى إرسال رسالة عبر البريد الإلكتروني على: [webmaster@chickensoupforthesoul.com](mailto:webmaster@chickensoupforthesoul.com)، أو عبر الفاكس، أو إرسالنا على العنوان التالى:

Chicken Soup for the Soul

P.O. Box 700

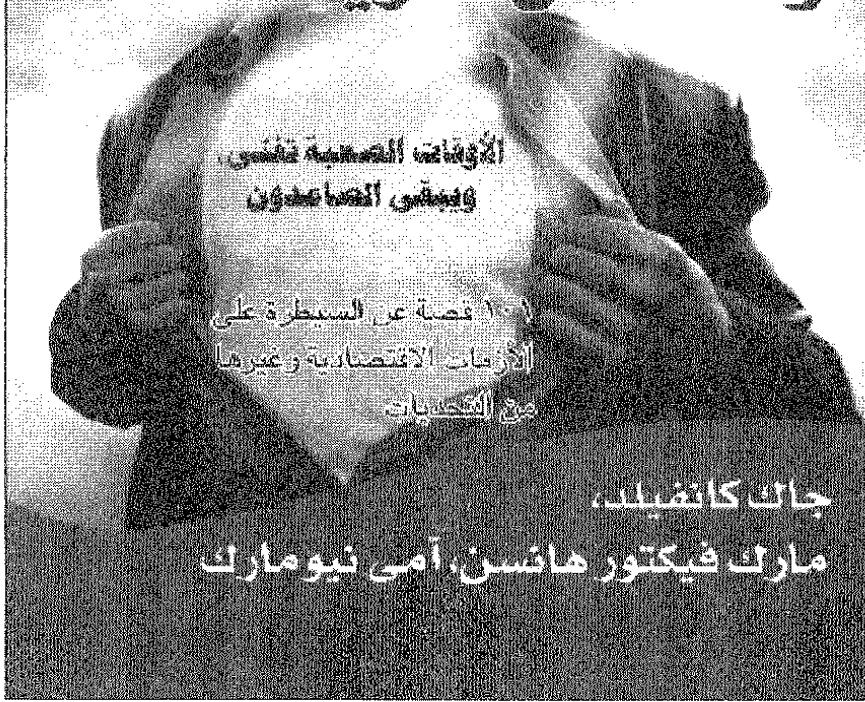
Cos Cob, CT 06807 – 0700

Fax: 203 – 861 – 7194

إليك ملحوظة أخيرة من أصدقائك بسلسلة شوربة دجاج للروح: من وقت لآخر، نتلقى مسودة كتاب من أحد قرائنا دون توجيه دعوة إليه بذلك، ومن ثم نود أن نخبركم بكل احترام أننا لا نقبل مسودات الكتب بدون توجيه دعوة لذلك، ومن ثم فإننا نتجاهل هذه المسودات.

# شورية دجاج للروح

أوقات صعبة،  
وأشخاص أقوياء



لن تدوم الأوقات العصيبة، ولكن الأشخاص الأقوياء هم من يواصلون الحياة. لقد فقد الكثير من الناس أموالاً، ووظائف ومنازل، أو قاموا بتخفيض نفقاتهم، بينما يواجه الآخرون كوارث طبيعية، أو مشكلات صحية وأسرية تقلب حياتهم رأساً على عقب. وتدور كل هذه القصص المشجعة والملهمة حول التغلب على المحن، ولم تقات النفس، والبحث عن السعادة في حياة أكثر بساطة. وتعالج هذه القصص مشكلة تسريح العمالة، والتغلب على الديون، والسيطرة على الأمراض المزمنة والتغلب على الخسارة، والتطلى بالإيمان، والبحث عن وجهات نظر جديدة، والمنحة المتخفية في صورة محنة. فأى شخص يمر بلحظات عصيبة سوف يجد خلال هذا الكتاب التشجيع والإلهام والدعم.

مزيد من الإلهام  
والتشجيع