تصميم : همس الجنة
ما بين
الأثر والشفاء
زهرة رفاس

مابين
الأثر والشفاء

زهرة رفاس

من إصدارات دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني رواية:

تأليف :زهرة رفاس

التصنيف:مجموعة نصوص وخواطر

نبذة عن الكتاب :

هناك لحظات لا ننجو منها بالكلام... بل بالكتابة.

في هذا الكتاب، كتبت زهرة بصوتٍ منخفض، صادق، هش... لكنها لم تكن ضعيفة.

كانت تبحث عن نفسها وسط الألم، وسط العلاقات التي انكسرت، وسط خيباتٍ لم تجد من تحتويها.

"ما بين الأثر والشفاء" هو دفتر نجاة، ليس فيه نصائح... بل تجارب.

ليس فيه نصوص منمّقة... بل مشاعر حقيقية خرجت كما هي.

تقرأ هذا الكتاب، لا لتتعلم شيئًا، بل لتتذكّر أنك لست وحدك.

وأن الكتابة – أحيانًا – كافية كي نبقى على قيد الحياة.

تنسيق داخلي :جيهان سمير

تصميم الغلاف وموك اب :همس الجنه

مديرة الدار :

أستاذة /مرح إبراهيم سلوم

مع دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

حلمك يصبح على أرض الواقع

دار فضاء المعرفة للنشر الإليكتروني

مقدّمة

لـــم أكـــن أظـــن أننـــي ســـأكتب يومًـــا بهـــذه الطريقة.

أن أفـــتح قلبـــي بهـــذه الصـــراحة، دون تـــزيين، دون ادّعـــاء، ودون خـــوف مـــن أن تُفهمني الدنيا خطأ.

لكنني كتبت...

لأننـــي وصـــلت إلـــى لحظـــة لـــم يعـــد فيهـــا شيء يُنقذني سوى الكتابة.

كتبـــت فـــي لحظـــة انكســـار،كتبت حـــين بكيـــت ولـــم يســـمعني أحـــد،كتبت عنـــدما بـــدا كـــل شيء ثقيلًا جدًا... وأنا أخجل من البوح.

مـــا ســـتقرؤه هنـــا لـــيس نصوصًـــا مرتبـــة، ولا خـــواطر مُعلّبـــة،بل شـــظايا مـــن شـــعور،

وبقايـــا محـــاولات للنجـــاة،كلام خـــرج بـــين الســــــــجدة والورقــــــــة،بين الانطفــــــــاء والنـــــور،بين أثـــرٍ لا يُمحــــى... وشـــفاءٍ أرجوه كل يوم.

كتبـــت لأننـــي عشـــت الألـــم، لكـــن لـــم أمـــت فيـــه،وكتبت لأننـــي أحـــب أن أقـــول لـــك بصوت خافت، هادئ، صادق

أنـــتَ لســـت وحـــدك،ربما تجـــد بـــين الســـطور أثرًا يُشبهك،أو شفاءً يشبه ما تتمناه.

وإن لم تفعل...

يكفيني أنك تقرأ ما كتبته لأبقى واقفة.

زهرة(فتاة على الحافه، كتبت لتتوازن)

كنت في السادسة عشرة حين ارتجّ العالم تحت قدميّ.

لم يصرخ أحد، لم تنكسر النوافذ، ولم تسقط السماء... لكن شيئًا بداخلي انهار إلى الأبد.

فقدتُ ابنة خالي... بل أختي.

لم تكن مجرد فتاة من العائلة، كانت نصف ضحكتي، ونبض سري، ورفيقتي التي تكملني بصمت.

كل اللحظات التي جمعتنا، لم تكن كافية لأتعلّم كيف أعيش من بعدها.

رحلت فجأة،تركتني معلّقة بين الحقيقة والدهشة، بين الموت والذاكرة، بين الصدمة والإنكار.

أبكـــي؟ أصـــرخ؟ أهـــرب؟ لا أعلـــم... كـــل مـــا كنت قادرة عليه هو أن أكتب.

كـــان القلـــم هـــو الشـــيء الوحيـــد الـــذي لـــم يخذلني.

كتبت وأنا أرتجف.

كتبـــت وأنـــا أرتجـــف مـــن الحنـــين، مـــن الغضـــب، مـــن الضـــعف، مـــن العجـــز... مـــن كل شيء.

لم أكتب لأكون كاتبة.

لم أكتب ليراني أحد.

كتبـــت لأنـــي شـــعرت أننـــي إن لـــم أكتـــب، سأنفجر بصمتي.

كـــان كـــل حـــرف بمثابـــة دمعـــة مؤجلـــة، وكـــل سطر كأنه أنين من قلب لم يعد يحتمل.

منذ رحيلها، تغيرت فيّ أشياء كثيرة.

أصبحت أكبر من سنيّ، أهدأ من طبيعتي، أعمق من عمري.

تعلّمت أن الفقد لا يُنسى، لكنه يُتَعلَّم.

وأننا حين نُحب بصدق، نظل نحمل الراحلين فينا وكأنهم يعيشون بصوتنا، بأحلامنا، بكلماتنا.

رحيلكِ لم يأخذك فقط... بل أخذ جزءًا مني لن يعود.

لكنه أيضًا أعادني إليّ.

أعادني إلى الله، إلى ضعفي، إلى إنسانيّتي،وجعلني أفهم أخيرًا... أن بعض الكتابات، ليست حروفًا تُكتب، بل أرواحًا تُصرخ على الورق.

لم أُصدّق موتها.

كنت أرفض الفكرة تمامًا، كأنها كذبة كونية لن أبتلعها مهما ضغطوا عليّ بالواقع.

كيف ترحل هكذا؟ دون وداع، دون نظرة أخيرة، دون أن تمسك يدي وتقول لي: "لا تبكي إن غبتُ، سأبقى هنا، في قلبكِ..."؟

كل من حولي يبكون، يسلّمون، يتأقلمون...

أما أنا، فكنت أحارب الحقيقة بالدعاء.

صرتُ أدعو الله في كل لحظة، بحرقة الأطفال وضعف العاجزين، أن أراها... فقط أراها.

لا أريـــدها أن تعـــود. أعلـــم أن المـــوت لا يتراجع.

لكنّي فقط أردت رؤيا تطمئن قلبي.

وجههـــا، صـــوتها، حتـــى ظلّهـــا... أي شـــيء، يا رب، فقط أرني أنها بخير.

كنت أغمض عيني كل ليلة وأهمس:

"يـــا رب، إن كانـــت رؤيتهـــا فـــي المنـــام هـــي كـــل مـــا بقـــي لـــي منهـــا، فـــلا تحرمنـــي هـــذا اللقاء."

وفـــي كـــل صـــباح، أســـتيقظ علـــى خيبـــة... أتحســـس الهـــواء مـــن حـــولي، علّهـــا مـــرّت من هنا.

أراقـــب الحلـــم الـــذي لـــم يـــأتِ، والغيـــاب الـــذي ما زال يتوسع في صدري.

كانوا يقولون إن الميت يزور من يحب،

وأنا كنت أحبها أكثر من الحياة نفسها،

فلماذا لم تأتِ؟ لماذا لم تأتِ، ولو للحظة، تمسح هذا الذبول عني؟

ربما الله يخبّئ لي موعدًا بها حين أكون أقوى.

وربما ما زالت عيناي عاجزتين عن تحمّل رؤيتها.

لكنّي ما زلت أدعو...

أدعو كل ليلة كأنها آخر أمنية لي في الحياة:

"يا رب، أرني مَن أشتاقها، فقط لحظة، فقط مرة... قبل أن أذوب من الانتظار."

لم تكن صدمتي فقط في من رحلت.

بل في من بقوا...

أولئك الذين يفترض أن يكونوا ملاذي، أهلي، إخوتي... صارت علاقتي بهم كالحقل المليء بالشوك، لا أجرؤ على الاقتراب، ولا أقدر على البقاء بعيدًا.

كبرتُ على أمل أن الإخوة هم السند،لكنّي وجدت فيهم ألمًا يوميًا يشبه الخذلان الصغير الذي لا يُرى، لكنه يوجع.

صراخ، تجاهل، كلمات جارحة، مقارنة، أحكام قاسية...

بيتنا صار كأنه ساحة حرب صامتة، الكل يعيش فيه لكن لا أحد يفهم أحدًا.

كنت أبحث عن يد تمتد نحوي، كلمة تحنّ، قلب يسمع، صدر أستند عليه.

لكن كل شيء كان يضيق.

وكلما ضاق بي البيت، اتسع الورق.

وكلما انغلقت الوجوه، انفتحت الصفحات.

الكتابة لم تكن هواية.

بل كانت خيمة أختبئ فيها من العاصفة.

كنت أكتب وأنا أبكي.

أكتب لأن أحدًا لم يكن يسألني: "هل أنتِ بخير فعلًا؟"

أكتب لأنني كنت أُؤذى بالكلمات...

وأعالج نفسي بالكلمات.

ربمـــا لـــو كـــان لـــي أخ يســـتمع، أو أخـــت تفهم، لما حملت هذا القلم أصلًا.

لكـــنّ الله أراد أن أُخلـــق مـــن وجـــع... وأن أُشفى به.

الناس تظن أننا نكتب لأننا نملك موهبة.

لكـــن الحقيقـــة؟ نحـــن نكتـــب لأننـــا نكـــتم الكثير.

نكتـــب لأن قلوبنـــا تتآكـــل كـــل يـــوم، ولا نجـــد من نخبره بذلك.

أصبحت الكلمات إخوتي.

الدفتر أماني.

والقلم... أحنّ من كل أحد.

العـــالم مـــن حـــولي قـــاسٍ جـــدًا،كلما حاولـــت أن أكون لطيفة، شعرتُ أنني غبية.

كلما فتحت قلبي لأحد، طُعنت فيه.

كلمـــا ضـــحكت، شـــعرت أن شـــيئًا فـــي صدري يبكي دون أن يسمعه أحد.

أنا لا أفهم كيف صار الناس هكذا...

يتكلمـــون بقســـوة، يضـــحكون علـــى الألـــم، ويكسرون دون أن يعتذروا.

صـــرت أرى القســـوة فـــي كـــل مكـــان فـــي نظـــرةٍ متعاليـــة، فـــي تعليـــقٍ ســـاخر، فـــي تهمـــيش، فـــي تجاهـــل، فـــي كلمـــة تُقـــال بعفويـــة لكنّهـــا تجـــرح عمقًـــا لا يُشـــفى بسهولة.

كنت أظن أن العالم أوسع، أرحم...

لكننـــي كلمـــا خرجـــت منـــه، عـــدت إلـــى وحدتي مذبوحة من الداخل.

النـــاس لا يفهمـــون أنـــك حـــين تكـــونين حسّاسة، فأنت لا تملكين "زرّ التجاهل".

أنـــت تشـــعرين بكـــل شـــيء... تُـــؤذين مـــن كلمـــة، مـــن تصـــرّف، مـــن نظـــرة، مـــن مجـــرّد نبرة.

حتـــى لـــو ضـــحكتِ، فهنـــاك حـــزن صـــغير يختبئ خلف عينيكِ لا يراه أحد.

أحيانًـــا ألـــوم نفســـي... هـــل أنـــا الســـبب؟ هـــل طيبتي عبء؟ هل عليّ أن أتغيّر لأُقبل؟

لكن داخلي يرفض.

أنا لست قاسية. ولن أكون مثلهم.

وإن أبكـــاني هـــذا العـــالم، فســـأكتب... لأبقـــى طيبة رغم كل شيء.

نعـــم، أكتـــب لأن الكتابـــة لا ترفـــع صـــوتها عليّ.

لا تجرحنـــــي، لا تحاســـــبني، لا تســـــتخفّ بألمي.

أكتـــب لأن الـــورق يفهـــم، بينمـــا البشـــر... لا يفعلون.

فـــي خضـــمّ قســـوة العـــالم، كنـــت أبحـــث عـــن مكان آمن.

كنت أظن أني وجدته فيها... صديقتي.

كانت مختلفة.

لـــم تكـــن فقـــط شخصًـــا مـــرّ فـــي حيـــاتي، بـــل كانت الحياة نفسها.

لبســـنا ملابـــس بعضـــنا، ضـــحكنا مـــن نفـــس التفاصـــيل، بكينـــا فـــي اللحظـــات ذاتهـــا،

تقاسمنا الشوكولا، الدفاتر، الأسرار، والأحلام.

كنت أراها أختًا لم تلدها أمي، ونسخة ثانية من قلبي.

لم يكن بيننا خلاف واضح.

لم نتشاجر.

لم نصرخ.

لكن شيئًا سقط فجأة... كأن شجرة عظيمة انهارت في طريقنا، ولم نستطع القفز فوقها.

كل واحدة وقفت على جانب، ولم يعد أحد يجرؤ على العبور.

كنت أمدّ لها يدي بالكلمات، بالاهتمام، بالإشارات الصغيرة...

لكنّها صارت غريبة.

لم تعد تفهم لغتي.

صمتها كان أشد من أي خصام.

كنـــت أحـــاول أن أُقنـــع نفســـي أن الأمـــر مؤقت.

لكن لا شيء عاد كما كان.

ربما تغيّرت.

أو ربما أنا تغيّرت.

أو لعلّنـــا كنـــا مـــؤقتتين فـــي حيـــاة بعضـــنا دون أن نعلم.

المؤلم حقًا أني لم أكرهها أبدًا.

مـــا زلـــت أحـــتفظ بصـــورة وجههـــا وهـــي تضـــحك، بنبـــرة صـــوتها حـــين تقـــول "أنـــا

جنبـــك"، بكـــل التفاصـــيل التـــي لا تمـــوت حتى لو ماتت العلاقة.

صرت أتجنّب التعلّق.

لم أعد أُحب الاقتراب من أحد بسرعة.

لأننـــي عرفـــت أن أقســـى الأوجـــاع... تـــأتي من أقرب الناس.

واليوم... أكتبها.

ربما لتعود، أو لا تعود.

لكنـــي أكتـــب لأُشـــفى مـــن أثرهـــا، مـــن غيابهـــا، من خيبتي فيها.

أكتـــب، لأن كـــل الخيبـــات لا تمـــوت إلا حـــين تُروى.

ثم... ظهرن في حياتي فجأة،

كأن الله قال لقلبي المتعب:

"اصـــبري، هنـــاك مـــن سيُشـــبهك، مـــن سـيحبك دون مقابـل، مـن سـيكون لـك وطنًـا حين يضيع الوطن في العيون القريبة."

كـــنّ كلمـــات فـــي البدايـــة... ثـــم أصـــبحن دفء.

نســـاء عـــرفتهن فـــي عـــالم الكتابـــة، لكـــنهن أصـــبحن أقـــرب مـــن كـــل الـــذين عـــرفتهم خارجها.

سهير... أستاذتي الفاضلة، النبيلة.

تقرأنـــي بنظـــرة الأم، وتحـــنّ علـــيّ كمـــا لـــو كنـــت قطعـــة مـــن قلبها،كلماتهـــا لا ترفعنـــي فقـــط، بـــل تـــزرع فـــيّ إيمانًـــا بـــأنني أســـتحق، بأنني جميلة حتى في هشاشتي.

آية بلباشة... الحنونة الراقية.

تشـــبه القصـــائد القديمـــة... دافئـــة، وفيـــة، وصادقة كأنها خُلقت من طمأنينة.

تعـــرف كيـــف تُنصـــت للوجـــع دون أن تُفسده.

وحـــين تكتـــب، يُشـــفى شـــيء بـــداخلي كنـــت قد نسيته.

وعـــد محمـــد فضـــل الله... النـــور الـــذي ظهـــر على حين فجأة.

حـــديثها نـــاعم، حضـــورها خفيـــف، وكلماتهـــا تسندني دون أن تطلب شيئًا.

وجودهـــا يربّـــت علـــى ظهـــري دون أن تلمسني.

مـــا زلـــتُ لا أفهـــم كيـــف اقتـــربن بهـــذا الشـــكل،ولا كيـــف صـــار قلبـــي يطمـــئن إلـــيهن بهذه السرعة.

لكنـــي أعلـــم يقينًـــا... أن الله حـــين يأخـــذ شـــيئًا، يعوّضـــك بأفضـــل منـــه، فقـــط حـــين ترضى.

ربمـــا لـــم أكســـب تلـــك الصـــديقة التـــي فقدتها...

لكنني وجدت من يُشبهن قلبي...

مـــن يعـــرفن أن الكلمـــات ليســـت فقـــط حروفًـــا، بـــل منـــازل صـــغيرة نســـكنها حـــين تضيق بنا الدنيا.

واليـــوم... أكتـــب عنهنّ،أكتـــب لأشـــكر الله سـرًّا، علـى هـدايا لا تُلـفّ بـورق، بـل تُغلـف بالحنان.

أنا لا أطلب الكثير...

لا أريد أن أصبح صالحة في لحظة، ولا أن أتحوّل فجأة إلى نسخة مثالية من نفسي.

كل ما أريده هو أن يُمسك الله بيدي...

فقط يُمسك بها... ولا يتركني.

أنا أتغير ببطء، أتقدم خطوة وأتراجع أخرى،أقع كثيرًا، وأشعر أني لا أستحق أن أُرفع...

لكن رغم كل شيء، أُحب الله.

أُحبه بطريقة حزينة أحيانًا،بطريقة مُشوّشة، مُتأخرة، مليئة بالذنوب والخذلان الذاتي،لكنها حقيقية.

أُحبـــه لأننـــي جربـــت الحيـــاة دون قربـــه... فكانت موحشة، خاوية، كئيبة.

ضـــحكت، لعبـــت، أحببـــت، انشـــغلت... لكـــن كل شيء كان ناقصًا.

ناقصًا جدًا.

مـــا أصـــعب أن تضـــحك مـــع النـــاس... وتشعر أن الله ليس معك.

ومـــا أجمـــل أن تبكـــي بـــين يديـــه... وتعـــرف أن كل شيء سيكون بخير.

أدركـــت متـــأخرة... أن القلـــب لا يشـــفى إلا إذا سجد.

وأننـــا قـــد نكتـــب لنُشـــفى، لكننـــا لا نُشـــفى حقًا... إلا إذا بكى فينا الإيمان.

أنا أتغير يا رب... بصعوبة.

أفـــتح القـــرآن فأشـــعر أن الآيـــات تُعـــاتبني، ثم تُحضنني.

أسمع الأذان، فأرتجف.

أراك فـــي كـــل شـــيء... فـــي تـــأخُّر الشـــيء الـــذي طلبتـــه، فـــي الموقـــف الـــذي أنقـــذتني منـــه، فـــي الخـــوف الـــذي نجـــوّتني منـــه دون أن أطلب.

كنت أظن أن البُعد عنك عقوبة...

لكنـــي فهمـــت أن الـــذنب الحقيقـــي هـــو ألا أشتاقك.

وأنا... أشتاقك جدًا.

أشـــتاق ســـجدة حقيقيـــة... لا أُفكـــر فيهـــا بشـــيء غيرك،أشـــتاق أن أصـــلي لأننـــي أُحبك، لا فقط لأنني خائفة.

أشـــتاق أن أُحبـــك كمـــا يليـــق بـــك... لا كمـــا يليق بي.

لذلك أكتب يا رب...

لأني لا أملك شيئًا سواك.

ولأنـــي كلمـــا اقتربـــت مـــن حبـــك... شـــعرت أني أعود إلى نفسي.

"أنا لست مثلهم"

أحيانًـــا لا يكـــون الألـــم مـــن الخـــارج... بـــل من البيت نفسه.

مـــن المكـــان الـــذي يُفتـــرض أن يحمينـــي... لا أن يُشعرني بأنني "أقلّ".

كبـــرت وأنـــا أســـمع المقارنـــات تتطـــاير مثـــل السكاكين في وجهي:

"لماذا لا تكونين مثل أختك؟"

"فلانة أفضل منك."

"لـــو كنـــتِ مجتهـــدة مثلهـــا... لـــو كنـــتِ أهدأ... لو كنتِ مثلها في كل شيء..."

كأنهم لا يروننـي أنـا،

يـــرون فقـــط النســـخة التـــي يتمنّونهـــا... ولا يجدونـها فيّ.

كنت أحاول...

والله حاولت كثيرًا.

كنـــت أدرس، أبتســـم، أتحمّـــل، أتظـــاهر أننـــي لا أتأثر،

لكنني كنت أذوب من الداخل.

لم أفهم لماذا لا يكفي أن أكون أنا.

لمـــاذا لا يـــرون أننـــي أُحـــبهم، حتـــى وأنـــا أُقارن بمن لا أُشبهها؟

لمـــاذا لا يفهمـــون أن كـــل مقارنـــة... كانـــت كأنها تقول لي: "أنتِ لستِ كافية."

بدأت أكره نفسي...

أشـــك فـــي قُـــدراتي، أكـــره وجهـــي، صـــوتي، وحتى عقلي.

كنـــــت أرى الآخـــــرين أفضـــــل، أجمـــــل، أذكـــــى... فقـــط لأنهـــم كـــانوا دائمًـــا هـــم "المثال".

تمنّيت يومًا أن يقول أحدهم:

"أحبـــك كمـــا أنـــتِ... نحـــن لا نريـــدك نســـخة من أحد."

لكنّ أحدًا لم يقلها.

فقررت أن أقولها أنا لنفسي.

أنا لستُ مثلهم...

ولن أكون.

لأن الله خلقني مختلفة،

وأنا لست خطأ... ولا نسخة فاشلة من أحد.

اليوم... أكتب لأُعيد لنفسي حقي المسلوب في أن أكون كما أنا.

ليس أفضل من أحد... ولا أقل من أحد.

فقط... نفسي.

كنت أصرخ أحيانًا...

لا بصوتٍ مسموع، بل بأنين داخلي، مؤلم، خافت، لا يسمعه أحد.

كنت أبكي وحدي، أختنق، أضع يدي على فمي حتى لا يسمعني أحد في الغرفة المجاورة.

لكني رغم كل ذلك...

لم أسمع منهم إلا:

"أنتِ السبب."

"أنتِ دائمًا هكذا."

"لماذا لا تتغيرين؟"

كأن كل خطأ في هذا البيت أنا من فعلته.

كل توتر... أنا.

كل صراخ... أنا.

كل حزن... أنا.

أين هم من ألمي؟

أين هم من وحدتي؟

لماذا لا يسألون يومًا:

"ما بكِ؟"

"هل شيء يؤلمكِ؟"

"هل تحتاجين لحضن؟"

تعبت.

تعبت من التمثيل.

تعبت من القوة الزائفة، ومن دور البنت "الصامدة" التي لا تنهار أبدًا.

بدأت أُهمل نفسي.

تركت كل شيء.

لم أعد أرغب في الدراسة، ولا في الحديث، ولا حتى في الاهتمام بشكلي.

صرت أهرب لهاتفي، لا لأتواصل، بل لأهرب فقط.

الهاتف لم يُشفني، لكنه كان مخدّري.

صـــرت أعـــيش فيـــه، أُطيـــل الســـهر، أتظـــاهر أني مشغولة،

لكي لا أسمع أحدًا يناديني بلومٍ جديد،

لكـــي لا أواجـــه نظـــراتهم... تلـــك التـــي تشـــبه الاتهام أكثر من الحب.

لكن رغم كل هذا الانسحاب...

كان هناك صوت صغير بداخلي يقول:

"أنـــتِ لســـتِ بهـــذا الســـوء... أنـــتِ فقـــط موجوعـــة، ومتعبـــة، وتحتـــاجين احتـــواءً حقيقيًا."

"الانفجار الصامت"

جاءت لحظة...

لم أعد فيها قادرة على التحمّل.

لـــم أعـــد أُجيـــد الصـــبر، ولا الابتســـامة التـــي تُخفي كل شيء.

ولا الإجابـــة المزيّفـــة علـــى ســـؤالهم "كيـــف حالك؟" بـ "بخير".

كنـــت أنفجـــر مـــن الـــداخل بصـــمت منـــذ شهور،

لكـــن فـــي تلـــك الليلـــة... انهـــار كـــل شـــيء دفعة واحدة.

بكيتُ كما لم أبكِ من قبل.

بكيت وكأني أُخرج كل شيء دفنته:

الألـــم، الخيبـــة، القســـوة، الوحـــدة، الكلمـــات الجارحـــة، المقارنـــات، اللامبـــالاة، الضـــغط، الظلم... وحتى الذنب.

لم يكن هناك أحد.

كنت وحدي في الغرفة...

وكل ما فيّ كان ينهار.

يـــدي ترتجـــف، نظـــري ضـــبابي، أنفاســـي متقطعـــة، وقلبـــي يـــئن كـــأن شـــيئًا عميقًـــا انكسر فيه... للأبد.

كل صوت في رأسي كان يصرخ:

"توقفي! كفى! لماذا أنا؟

لماذا أُحارب وحدي؟

لماذا يُطلب مني أن أكون دائمًا بخير؟

لماذا لا يُسمح لي أن أضعف؟"

لم أكن أحتاج أكثر من حضن.

أكثر من كلمة: "أنا معكِ."

لكن لا أحد كان هنا

كنـــت أحضـــن وســـادتي كأنهـــا كـــل مـــا أملـــك،وأُردد: "يـــا رب... أنقـــذني مـــن نفسي."

الانهيار لا يأتي فجأة.

هو يأتي بعد صبر طويل.

بعد محاولات متكررة للتماسك...

بعد سكوت كثير...

بعـــد نظـــرات بلعتِهـــا، وجمـــل ابتلعتهـــا، ودموع كتمتِها حتى اختنق قلبك.

وفـــي لحظـــة مـــا... ينهـــار الجـــدار الـــذي بنيتِه حولك.

وكل شيء يخرج دون إذن.

حتـــى الكلمـــات التـــي لـــم تكـــوني تنـــوين قولها.

تلك الليلة لم تكن عادية.

كانت نقطة.

انتهى فيها شيء...

وولد شيء آخر: أنا بعد الانهيار.

"بعد الانهيار"

استيقظت كأنني خرجت من حرب، عقلي مشوش، عيني متورمة، والهدوء من حولي لا يُشبه السكون... بل يشبه الموت.

لم أكن حزينة فقط.

كنت فارغة.

كأن شيئًا مني انفصل.

كأنني لم أعد أنا.

بعد الانهيار، لا تصير قويًا فجأة،

بـــل تصـــير هشًـــا... تتلفّـــت حولـــك وكأنـــك تبحث عن نفسك المبعثرة على الأرض.

تحـــاول أن تلـــتقط أجزاءك،لكنـــك لا تعـــرف من أين تبدأ،

ولا ما الذي ضاع، وما الذي نجا.

صرت أخاف من لحظة الصمت.

من أن أعود للتفكير، فأقع من جديد.

كنـــت أمشـــي بحـــذر، أتكلـــم بحـــذر، أعـــيش بحذر...

كأنني فوق زجاج مكسور

أردت أن أتغيّر.

لكنني كنت أجهل "كيف؟"

هل أبدأ بالصلاة؟ بالكلام؟ بالبكاء؟

هل أخبر أحدًا؟

هل أكتب؟

أم أكتفي بأن أتنفس... وأنجو؟

كنـــت أُحـــدّق فـــي الســـقف طـــويلًا، دون هدف.

أُمسك هاتفي، ثم أضعه.

أُفكر في الحديث مع أحد، ثم أتراجع.

أخاف أن أبدو درامية،

أو أن لا يفهمنـــي أحـــد،أو أن يُقلّـــل أحـــدهم من حجم الوجع بداخلي.

لـــم أرد شـــفقة،كنت فقـــط أريـــد أن يُصـــدّقني أحد حين أقول: "أنا لست بخير."

وفي خضم هذا الصمت...

بدأ داخلي يهمس:

"انهرتِ، نعم... لكنكِ هنا.

ما زلتِ على قيد النفس.

مـــا زال فيـــكِ شـــيء يُحـــب الحيـــاة، ولـــو خافتًا."

وهذا وحده... بصيص نجاة.

"إنسانة أخرى"

بعد كل ما مررت به...

لا أعرف من أنا تمامًا.

لكني أعرف يقينًا أنني لست كما كنت.

شيء فيّ انكسر ولم يُصلح.

شـــيء فـــيّ نضـــج، لكنـــه نضـــج مُر،يشـــبه ثمـــرة ســـقطت قبـــل أوانهـــا، ونضـــجت مـــن قسوة الأرض، لا من دفء الشمس.

لم أعد أغضب كما في السابق.

ولم أعد أبكي بسهولة.

صرت أقول: "عادي، كل شيء عادي."

لكنني أعرف أن هذا "العادي" مجرد غلاف لشيء داخلي متبلّد... مجروح.

أمسك هاتفي...

أتصفّح كتبًا، مقالات، أقرأ، أكتب، أسكت.

أكتب كثيرًا، أقرأ أكثر، ثم أتوقف.

أضع قلمي ودفتري وأتأمل الفراغ.

أتساءل: كيف سأكون في المستقبل؟

هل سأبقى هكذا؟

هادئة جدًا... أو ميتة قليلًا؟

هل سأشفى فعلًا؟

أم سأتعوّد فقط على العطب بداخلي؟

لا شيء يُدهشني الآن.

لا أحد يوجعني كما كانوا.

كـــأن الصـــدمات الســـابقة أغلقـــت أبـــوابي كلها... فلم يعد أحد يعرف الطريق إليّ.

صرت أكثر وعيًا... نعم.

أكثر فهمًا... أكثر صمتًا.

لكنني أيضًا... أكثر وحدة.

أنا إنسانة أخرى.

لا أقـــــوى... ولا أضـــــعف... فقـــــط... مختلفة

"الكتابة أنقذتني"

لم أبدأ الكتابة حبًا في أن أكون كاتبة،

ولا لأن لديّ ما أقوله دائمًا.

كتبت...

لأن لا شيء آخر كان يُريحني.

لأن الكـــــلام لـــــم يعُـــــد يخـــــرج منـــــي بصوت،فخرج على الورق.

كنـــــت أجلـــــس بهدوء،أمســـــك القلـــــم كمـــــا يُمســـــك الغريـــــق طـــــوق النجاة،وأكتـــــب... لا بحزنٍ عميق، بل بخدرٍ داخلي،

يشـــبه محاولـــة تســـجيل النـــبض... حتـــى لا أنساه.

لم أعد أبكي كما كنت.

ولا حتى أغضب كما كنت.

لكني أكتب.

أكتب لأني لا أريد أن أختفي.

أكتـــــب لأنـــــي خفـــــت أن أفقـــــد مشـــــاعري كلها...

والكتابة تُبقي داخلي حيًا.

كل مرة أكتب فيها،

كأنني أُثبت لنفسي أنني ما زلت هنا،

ولو في سطر،

ولو في نقطة،

ولو في فراغ بين كلمتين.

لم أعد أصرخ، لا أتوسل، لا أشرح...

لكنـــــــي أكتب،والورقـــــــة لا تقـــــــاطعني، لا تُصححني، لا تُقلل من وجعي.

تسمع فقط.

الكتابة لم تُشفني تمامًا...

لكنها منعتني من الضياع الكامل.

من الذوبان في اللامبالاة.

من أن أموت وأنا على قيد الحياة.

أنا أكتب... كي أعيش بصمت.

"هل سأُشفى؟"

أحيانًا... لا أطلب أكثر من إجابة بسيطة:

هل سأُشفى؟

هل هذا الذي في قلبي، في ذهني، في ذاكرتي...

سيمر؟

أم ســـأتعوّد عليـــه فقـــط حتـــى لا يُـــوجعني كثيرًا؟

أنـــا لا أتظـــاهر بـــالقوة،لكني أبـــدو هادئـــة جدًا،

كـــأن كـــل شـــيء بـــداخلي مستســـلم،لا يصـــرخ، لا يقـــاوم، لا يتوسّـــل شـــيئًا... فقـــط موجود.

الكتابـــة جعلتنـــي أفهـــم نفســـي أكثر،لكنهـــا لـــم تُجبني بعد.

كـــل صـــفحة أخطّهـــا، تمنحنـــي راحـــة مؤقتة،ثم تعيدني إلى الفراغ ذاته.

أصـــبحت لا أبحـــث عـــن أجوبـــة ســـريعة،ولا أطلـــب أن يُحـــل كـــل شـــيء فجأة.أريـــد فقـــط أن أصـــدق... أن مـــا فـــي داخلـــي ســـيتخفف يومًا.

لا أريـــــد أن أُشـــــفى تمامًـــــا،لأن بعـــــض الجـــروح كـــوّنتني، ربّتنـــي، فتّحـــت عيـــوني على ما لم أكن أراه.

لكننـــي فقـــط أريـــد أن أتـــنفّس مـــن دون ألـــم مبطّن.

ورغم كل ما كنت أشعر به...

رغم الفراغ، والتعب، والفتور...

جاءتني لحظة نادرة من القوة.

لا أدري كيف جاءت...

ربما كانت نفحة من الله،

أو بقايا نور خافت قاوم الانطفاء.

في تلك اللحظة... أمسكت قلمي.

وجلســـت أكتـــب، بـــلا تخطـــيط، بـــلا ترتيـــب، بلا توقعات.

وخرج مني شيء يشبه الحياة...

كتبت ثلاث مؤلفات بسيطة،كأنني كنت أفرغ روحي على الورق،أو أرمم بها أجزائي التي لم يعد أحد يراها.

لم تكن الكتب عظيمة،لكنها كانت شاهدًا على أنني ما زلت أحاول.

وأن الشفاء لا يأتي دفعة واحدة...

بل يبدأ بجملة... ثم صفحة... ثم كتاب.

"الرجوع إلى الله"

بعد كل ما مرّ بي...

بعد الانهيار، الخيبة، التّيه، الصمت،بعد الكتابات الطويلة،

والسهرات الفارغة،عدتُ...

عدتُ إليه.

لم أعد إليه لأنني "صالحة"

ولا لأنني كنت أستحق القرب...

عـــدت لأنـــي لـــم أجـــد فـــي أحـــدٍ غيـــره... مأمنًا.

كنـــت أظـــن أن الرجـــوع إلـــى الله يحتـــاج لنسخة مني أنظف، أهدأ، أكثر إيمانًا.

لكنني عدت إليه كما أنا:

مُنهكـــــة، كثيـــــرة الـــــذنوب، متعبـــــة التفكير،خجولة من كل تقصيري.

سجدتُ ذات ليلة، دون مقدّمات.

لم أُحسن الدعاء،لم أُرتّب الكلام،

لكـــن دمـــوعي الداخليـــة كانـــت كافيـــة لتقـــول له كل شيء.

قلـــت لـــه:"يا رب... لا أحـــد يفهمنـــي كمـــا تفهمني،

ولا أحد يرى جرحي كما تراه،

أنا لا أطلب الدنيا، ولا راحة لا تزول...

فقـــط أريـــد أن أعـــود إليـــك، دون أن أُكســـر من جديد."

كل من خذلني... أوتر علاقتي بك.

وكـــل مـــن قســـى علـــيّ... جعلنـــي أحتـــاج رحمتك أكثر.

وكـــل لحظـــة كنـــت فيهـــا وحـــدي... كانـــت دعوة مفتوحة منك أن أعود.

الله لم يبتعد أبدًا.

أنا من تاه، وانشغل، وانطفأ...

ثم عاد يزحف نحوه، باكيًا بصمت.

وما إن عدت... حتى بدأت أُغيّر أشياء كثيرة.

بعضها خارجي، لكن أغلبها كان بداخلي.

أغلقت أبوابًا فتحتها في لحظات ضعف.

قطعت علاقاتي بأشخاص كنت أعرف في أعماقي أنهم لا يزيدونني إلا تيهًا.

انسحبت من مجموعات، من محادثات، من ضحكات مزيّفة، ومن علاقات ثقيلة على قلبي.

وصار وقتي يميل نحو الهدوء.

صرت أقرأ القرآن... ليس بلهفة فقط، بل برغبة في أن أشفى.

كل آية كانت تربّت على قلبي،كل حرف من كلام الله... كأنه يُعيد ترتيب داخلي.

فتحت صفحة على مواقع التواصل...

أصـــبحت أكتـــب فيهـــا خـــواطر دينيـــة، تـــأملات، كلمـــات عـــن الحجـــاب، عـــن التوبـــة، عن الثقة بالله.

لم أكن أعلم تمامًا إلى أين أمضي،

لكننـــي شـــعرت أننـــي أعـــود إلـــى نفســـي... إلى فطرتي... إلى قلبي.

ثم بعد شهور،

جاءني لقاءٌ لم يكن في الحسبان...

زميلي من السنة الثانية،

الذي كنت أراه كأي شخص آخر...

صار اليوم قارئًا للقرآن، وختمه

نظرت إليه وقلت في نفسي:

"ســــــبحان الله... حـــــين نعـــــود إلـــــى الله،

يُقابلنا بمن عادوا أيضًا."

كان زميلي... نعم،

لكنه صار أكثر من ذلك:

علامة. إشارة. صديقًا في درب النور.

****

كلمة إلى من قرأني... وإلى من كسرني

إلى من أمسك هذا الكتاب بين يديه...

إلـــى مـــن قـــرأ كلمـــاتي بصمت،وشـــعر أن بعضها كُتب من أجله...

أشكرك من قلبي الذي كتب... ليُشفى.

هذا الكتاب لم يكن مشروعًا أدبيًا.

بـــل كـــان حيـــاة أخـــرى كتبتهـــا لأتـــذكّر كيـــف نجوت.

كـــل صـــفحة هنـــا هـــي حكايـــة صـــغيرة مـــن قلبي...

وجرح قديم...

وسجدة طويلة...

وانتظـــار لـــم يُفهم...وبعـــض نـــورٍ خافـــت، كنت أتمسّك به كي لا أنطفئ تمامًا.

لم أكتب لأبدو قوية، ولا لأُقال مثقفة.

كتبت لأنني كنت أُرمم نفسي،ولأن الحروف، في وقتٍ ما، كانت كل ما أملك.

أشكر من رافقني حتى النهاية،من لم يملّ من صدقي، ومن سمعني دون أحكام.

وأشكر أكثر...

كل من كسرني.

كل من غادر، جرح، خان، احتقر، قلّل منّي.

كل من جعلني أبكي حتى جفّت دموعي.كل من أغلق في وجهي بابًا،كل

مـــن رأى ضـــعفي واســـتهزأ،كل مـــن تركنـــي حين احتجت فقط "أن يُصدّقني."

أشكرهم...

لأنهم دون أن يدروا،

صنعوا مني نسخة لا تُشبِه أحدًا.

علّموني أن الله لا يخذل من رجع إليه.

أن الانكسار ليس عارًا... بل طريق.

وأن الألم إذا كُتب بصدق...

قد يُنقذ قلوبًا كثيرة،

بما فيها قلبي أنا.

وها أنا ذا...

أُســلّم هــذا الكتــاب لمــن يحتــاج يــدًا خفيــة تمسكه دون أن تُرى.

ولمـــن يريـــد أن يشـــعر بأنـــه لـــيس وحـــده فـــي هذا التيه.

قد لا أكون أعرفك،

لكنني كتبت... لك، ولك فقط.

دمت بخير، وإن تعبت...

اكتب، ثم انهض.

تمامًا كما فعلت أنا زهرة

من دفتر الشفاء... إلى قلبك.

مقدّمة

ما بين الأثر والشفاء

لـــم أكـــن أظـــن أننـــي ســـأكتب يومًـــا بهـــذه الطريقة.

أن أفـــتح قلبـــي بهـــذه الصـــراحة، دون تـــزيين، دون ادّعـــاء، ودون خـــوف مـــن أن تُفهمني الدنيا خطأ.

لكنني كتبت...

لأننـــي وصـــلت إلـــى لحظـــة لـــم يعـــد فيهـــا شيء يُنقذني سوى الكتابة.

كتبـــت فـــي لحظـــة انكســـار،كتبت حـــين بكيـــت ولـــم يســـمعني أحـــد،كتبت عنـــدما بـــدا كـــل شيء ثقيلًا جدًا... وأنا أخجل من البوح.

مـــا ســـتقرؤه هنـــا لـــيس نصوصًـــا مرتبـــة، ولا خـــواطر مُعلّبـــة،بل شـــظايا مـــن شـــعور، وبقايـــا محـــاولات للنجـــاة،كلام خـــرج بـــين الســـجدة والورقـــة،بين الانطفـــاء والنـــور،بين أثـــرٍ لا يُمحـــى... وشـــفاءٍ أرجوه كل يوم.

كتبت لأنني عشت الألم، لكن لم أمت فيه،وكتبت لأنني أحب أن أقول لك بصوت خافت، هادئ، صادق

أنتَ لست وحدك،ربما تجد بين السطور أثرًا يُشبهك،

أو شفاءً يشبه ما تتمناه.

وإن لم تفعل...

يكفيني أنك تقرأ ما كتبته لأبقى واقفة.

زهرة

فتاة على الحافة... كتبت لتتوازن

ما بين
الأثر والشفاء

لا تنتظر أن تجد في هذا الكتاب ترتيبًا،
فالنصوص خرجت كما خرجت الدموع،
فجأة وبلا إذن.
هنا مشاعر مبعثرة، خيبات عالقة
خيالات، صراخ داخلي، وهدوء مزيف.
ليست فصولًا، بل لحظات.
ليست خواطر مرتبة،بل نوبات شعور.
بين هذا الأثر الذي تركه الوجع،
وذلك الشفاء الذي لم يأتِ كليًا
،كتبت زهرة.
كتبت كي لا تُنسى،
وكي يتذكّر القارئ أنه ليس وحده.

تصميم : ممس الجنة

مديرة الدار: مرح إبراهيم سلوم