

# حين تتكلم الروح بلغت الحروف

Le monde est fatigué  
de la haine,  
mais l'espoir écrit  
encore des poèmes.

Le Petit Prince

Albert Camus

Dictionnaire

دبوان  
حافظ

فيراخي

نابنا لفسم في خرناب ثيفة حسنة

من از هوان

مزاران كلمة في

دودم را

بيدا كردم

Je n'aime pas être vue,  
j'aime être comprise.

الكاتبة  
فاطمة قنبر



تأليف الكاتبة : فاطمة عادل قنبر

تصميم داخلي وخارجي وتنسيق : فاطمة قنبر

تصميم الفصول : شهد الحسن

تدقيق: إسراء الفاخوري

وسائل التواصل الاجتماعي: Fatima Kanbar

إيميل : fatimakanbar288@gmail.com

## الإهداء

إلى نفسي: التي سقطت ونهضت، وحملت جبلاً من الصبر على  
كتفها، وبقيت مؤمنة بالضوء في آخر النفق حتى وصلت..  
إليك يا من تحملت، ويا من صنت الوعد ولم تكسر الرياح:  
هذا الثمر لروحك أولاً.

إلى سند روحي ووطن قلبي (أمي وأبي): اللذين كان دعاؤهما  
درعاً يتقي قسوة الأيام، وكفاهما الطاهرتان مظلة تظل  
خطواتي.. إلى من زرعاً في ثبات الجبال وطيب الأثر.  
إلى رفيقات الدرب (أخواتي): اللواتي كنّ الأنيس في وحشة  
الطريق، والكتف الذي أستاذ إليه كلما مالت بي الحياة.

## المقدمة

بسم الروح التي تسكن الحروف، وتفيض على  
السطور نبضاً لا يموت.

حين تتأمل خطواتنا الأولى في دروب الحياة،  
ندرك أن الكلمات ليست مجرد حبر يُسطر على  
ورق، بل هي محطات عمر، وشهود عيان على  
دمعة خفية سقطت بصمت، وابتسامة انتصار  
وُلدت من رحم المعاناة. هذا الكتاب لم يُكتب  
بعقل المداد وحده، بل حُفر بضربات الأمل،  
وتشكّل من خلاصة أيام ثقيلة عبرناها بخطى  
ثابتة رغم وعورة الطريق.





بين دفتي هذا العمل، وضعتُ شيئاً من روحي،  
وتعب ليالٍ طويلة، وأحلاماً صغرت في أعين

العابرين

وكبرت في عيني. إنه رحلة عبور من عتمة

الأسئلة إلى

نور الإجابة، ومن ضجيج الروح إلى سكون  
الحروف.

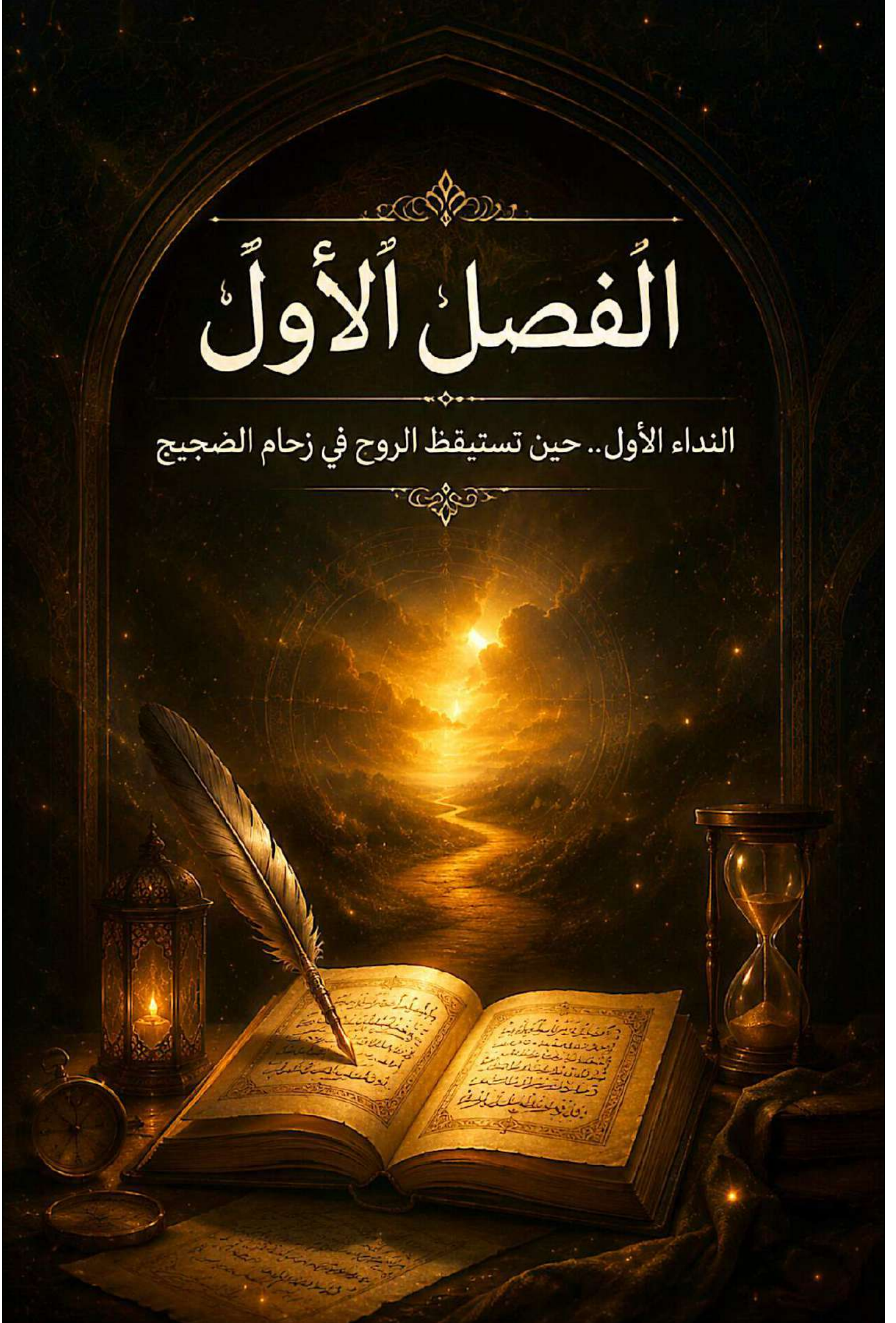
أتمنى أن تجدي بين هذه الأسطر مأوى لقلبك،  
ومرايا تعكس شيئاً من تفاصيلك الخفية.

# الفصل الأول



# الفصل الأول

النداء الأول.. حين تستيقظ الروح في زحام الضجيج



حين تتكلم الروح بلغة الحروف

رحلة في الوعي والحلم واللغة والرضا

والأثر والعودة إلى الذات

الفصل الأول

.....



## النداء الأول..

حين تستيقظ الروح في زحام

الضجيج

لم تكن حكايتي تشبه الحكايات

التي اعتدنا أن نقرأها؛ تلك التي

تبدأ بصدفة جميلة، ثم تتعقد

أحداثها قليلاً، قبل أن تجد طريقها

إلى نهاية سعيدة تنتظرها في

الصفحة الأخيرة. لم تكن حكايتي

تعرف منذ البداية إلى أين تمضي



ولم تكن تحمل خريطة واضحة لطريقها، بل  
كانت أشبه بإنسان استيقظ ذات صباح ليجد  
نفسه واقفاً في منتصف طريق طويل، لا يعرف  
أين يبدأ ولا أين ينتهي، لكنه يشعر في أعماقه  
أن عليه أن يمشي.

ولعل أصعب ما في بعض الرحلات أننا لا نختار  
لحظة بدايتها.

هناك رحلات تبدأ حين نفقد شيئاً، وأخرى تبدأ  
حين نحب، وثالثة تبدأ حين ننكسر، لكن بعض  
الرحلات تبدأ في اللحظة التي نشعر فيها للمرة  
الأولى أننا لم نعد نعرف أنفسنا.





وهناك، في تلك اللحظة تحديداً، وُلد النداء

الأول.

لم يكن صوتاً مسموعاً، ولم يكن أحداً يقف  
بجانبي ليقول لي إن عليّ أن أغير حياتي، بل  
كان إحساساً غامضاً يتسلل إلى القلب كلما هدأ  
العالم من حولي.

كنت أعيش بين الناس، أراهم يذهبون ويجيئون،  
يتحدثون ويضحكون، يخططون لأيامهم القادمة،  
ويتعاملون مع الحياة كما لو أنهم يعرفون تماماً  
ما يريدون منها. كنت أراقبهم وأتساءل في

صمت:



هل يعرف كل هؤلاء إلى أين يذهبون؟  
أم أنا جميعًا نمشي في الطريق نفسه، ونتظاهر  
فقط بأننا نعرف الاتجاه؟  
كان السؤال صغيرًا في ظاهره، لكنه فتح في  
داخلي بابًا لم أستطع بعد ذلك أن أغلقه.  
بدأت ألاحظ أشياء لم أكن ألاحظها من قبل.  
وجه الإنسان حين يبتسم وهو متعب.  
الصمت الذي يأتي بعد ضحكة طويلة.  
النظرة التي يسرقها شخص من النافذة حين  
يظن أن لا أحد يراقبه.



ذلك الشرود المفاجئ الذي يصيبنا ونحن وسط

الحديث.

واللحظة التي يعود فيها الإنسان إلى منزله،

يغلق الباب خلفه، ثم يخلع عن وجهه تلك

الملامح التي ارتداها طوال النهار.

أدركت يومها أن الإنسان يحمل أكثر من وجه.

وجهاً للعالم.

ووجهاً لمن يحب.

ووجهاً لنفسه.



لكن المشكلة أن الإنسان قد يعيش عمرًا كاملاً  
وهو يعتني بوجهه أمام الآخرين وينسى الوجه  
الذي يسكن في أعماقه.

كنت واحدة من أولئك الذين يمشون كثيراً ولا  
يعرفون لماذا.

أركض خلف الأشياء لأن الجميع يركضون.

أحزن لأن الحزن أصبح مألوفًا.

أفرح أحيانًا لأن الفرح مطلوب.





أقول "أنا بخير" في الأيام التي كنت فيها أبعد

ما أكون عن الخير.

ومع مرور الوقت، بدأت أشعر بأن شيئًا ما في

داخلي يطلب مني أن أتوقف.

لم يكن يريد مني أن أترك العالم.

كان يريد مني فقط أن أراه بوضوح.

كبر الإنسان المعاصر وسط الضجيج حتى أصبح

الصمت بالنسبة إليه شيئًا مخيفًا.



نفتح أعيننا على الأصوات وننام على الأصوات  
ونملاً ساعاتنا بالشاشات والأخبار والرسائل  
واللقاءات.

نخشى أن تمر دقيقة واحدة دون شيء يشغلنا،  
وكأننا إذا توقفنا قليلاً فسوف نسمع شيئاً لا نريد  
سماعه.

ربما لهذا السبب نهرب دائماً.  
نهرب إلى العمل.  
إلى العلاقات.  
إلى الهاتف.  
إلى السفر.  
إلى الأحلام.  
إلى الآخرين.





وأحيانًا نهرب حتى إلى أنفسنا المزيفة.  
لكن إلى أين يمكن للإنسان أن يهرب من نفسه؟  
يمكنه أن يغير المدينة، لكنه سيأخذ قلبه معه.  
يمكنه أن يغير الأشخاص، لكنه سيحمل ذاكرته.  
يمكنه أن يشتري بيتًا جديدًا، واثيابًا جديدة،  
وحياة جديدة في نظر الآخرين، لكنه سيستيقظ  
في الصباح نفسه داخل الروح نفسها.  
ولهذا كانت البداية الحقيقية لرحلتي حين توقفت  
عن محاولة الهروب.  
جلست أمام نفسي.

وللمرة الأولى لم أحاول أن أبدو قوة.

لم أحاول أن أبدو سعيدة.

لم أحاول أن أقنع نفسي بأن كل شيء على ما يرام.

فقط جلست.

وكان ذلك أصعب مما توقعت.

في البداية، لم أعرف ماذا أفعل بهذا الصمت.

ظهرت أمامي أسئلة قديمة أخفيتُها طويلاً.

لماذا أخاف؟

ماذا أريد فعلاً؟

من أنا عندما لا ينظر إلي أحد؟

ما الأشياء التي اخترتها لأنني أحبها، وما الأشياء

التي اخترتها لأن الآخرين أرادوا مني أن أحبها؟

كم حلمًا تركته خلفي خوفاً من الفشل؟

وكم مرة قلت "لا أستطيع" بينما كنت في

الحقيقة أخاف أن أحاول؟

كانت الأسئلة كثيرة.



لكنني اكتشفت أن الإنسان لا يحتاج  
دائمًا إلى إجابات سريعة.  
أحيانًا يكون السؤال نفسه بداية النجاة.  
فالروح التي تسأل عن الطريق أفضل  
حالة من روح مشت طويلاً دون أن تتساءل.  
كل تجربة مررت بها بدأت تأخذ شكلاً جديداً في  
ذاكرتي.  
الألم لم يعد مجرد ألم.  
والفشل لم يعد مجرد خسارة.  
والأشخاص الذين غادروا  
لم يعودوا مجرد غائبين.  
حتى الأشياء التي ظننت أنها كسرتني  
بدأت أراها من زاوية أخرى.  
ربما لم تأت بعض التجارب لتكسرنا.



ربما جاءت لتكسر الصورة الخاطئة التي كنا  
نحملها عن أنفسنا.

فالإنسان لا يعرف قوته وهو في الراحة.  
ولا يعرف مقدار احتماله قبل أن يضطر إلى  
الاحتمال.

ولا يعرف قيمة السلام حتى يمر بأيام لا تشبه  
السلام.

لهذا بدأت أفهم شيئًا مهمًا:  
نحن لا نتشكل فقط من الأشياء الجميلة التي  
تحدث لنا.

نحن نتشكل أيضًا من الأشياء التي اضطررنا إلى  
تجاوزها.

كل ندبة فينا تحمل قصة.  
وكل خوف له جذور.  
وكل قوة نملكها غالبًا ولدت من مكان كان ضعيفًا  
في يوم من الأيام.

لم أعد أريد حياة بلا ألم.  
أردت حياة أفهم فيها الألم حين يأتي.  
لم أعد أريد طريقًا بلا عثرات.  
أردت قدمين تعرفان كيف  
تنهضان بعد السقوط.  
ولم أعد أريد إجابات  
جاهزة عن معنى الحياة.  
أردت أن أعيش بما يكفي  
لأصنع معنای الخاص.  
وهكذا بدأت الرحلة.  
لا من مدينة بعيدة.  
ولا من مكان أسطوري.  
بل من نقطة صغيرة جدًا:  
من داخلي.

# الفصل الثاني



# الفصل الثاني

مرايا الوجود.. في عام النفس والتأمل





## الفصل الثاني

مرايا الوجود.. حين تنكسر الأقنعة

.....



حين يقف الإنسان طويلاً أمام  
مرآته الداخلية، يكتشف  
أن المعركة الحقيقية لم تكن قط  
مع العالم الخارجي، بل  
مع تلك النسخ المزيفة التي رضىنا  
أن نرتديها لكي  
يرضى عنا الآخرون. في زحام  
الحياة اليومية، نضع على وجوهنا  
أقنعة القوة حين نكون في قمة  
الهشاشة



وأقنعة الثبات حين تشتعل في  
دواخلنا العواصف، ونتقن فن  
الابتسام المتعب لنعب الطرقات دون  
أن يسألنا أحد عن سبب انطفائنا.  
لكن المدهش حقاً أن النفس  
الإنسانية تظل تشاق إلى حقيقتها  
مهما طال أمد الاختباء. الصمت  
الحقيقي هو أول مفتاح لخلع تلك  
الأقنعة؛ حين ينام الصخب ويفلق  
الإنسان باب غرفته، تبدأ الأصوات  
الدفينة التي قمعناها طويلاً  
بالحديث. صوت الطفل القديم الذي  
لم يزل يصدق البساطة



صوت الحلم الذي أهملناه في محطة الانشغال  
وصوت القلب الذي تعب من كثرة التنازلات.  
إننا لا نحتاج في هذه الحياة إلى أن نكتشف  
أسراراً جديدة في الكون بقدر ما نحتاج إلى  
إزالة طبقات الغبار الثقيلة التي تراكمت فوق  
أرواحنا بفعل المقارنات، والتوقعات، وأحكام  
الناس. وحين يتجرد الإنسان من كل هذه  
الزوائد، ويقف عارياً إلا من صدقه، يدرك أخيراً  
أن الجمال كله يكمن في تلك اللحظة النادرة  
التي يقول فيها لنفسه بلا خوف: "هذا أنا بكل  
كسوري، وبكل بساطتي، ولست مضطراً بعد  
اليوم لأن أعتذر عن كوني بشراً".

# الفصل الثالث



# الفصل الثالث

جغرافيا الأحلام.. والإرادة.. طريقي نحو المدى





## الفصل الثالث

جغرافيا الأحلام والإرادة.. حين يزهر

الدرب من ركام التعب

.....

الأحلام لا تنبت في أرض مفروشة بالورود، ولا  
تفتح أبوابها لمن ينتظر اللحظة المثالية، بل تبدأ  
غالباً من شقوق اليأس ومن أرصفة الانتظار الطويل.  
حين نطرق باب الحلم للمرة الأولى، نظن أن الشغف  
وحده سيحملنا حتى القمة، متجاهلين تلك الليالي  
القاسية التي ينطفئ فيها وميض الحماس، ولا يبقى  
فيها سوى العزيمة الباردة التي تدفع الإنسان ليخطو  
خطوة أخرى رغم ثقل قدميه.  
الإرادة الحقيقية ليست تلك التي تشتعل كالشرارة  
ثم تذوب في أول ريح



بل هي الرماد الذي يظل دافئاً تحت الثلج

ينتظر فرصة للنهوض من جديد. وحين نسقط، لا يعني

السقوط أبداً أننا كنا في الطريق الخطأ، بل هو إشارة

خفية من الحياة لتتعلم كيف نقرأ تفاصيل الدرب بعينين

أكثر نضجاً.

إن التأخير ليس حرماناً، والعثرات ليست عقاباً، بل هي

مصابٍ روحية تهذب فينا الاستعجال، وتمنحنا القوة لنحمل

أحلامنا دون أن تنكسر أضلاعنا تحت وزنها. وحين ندرك أن

الطريق إلى الحلم هو الحلم نفسه بكل ما فيه من تعب

ودموع ومسرات صغيرة، فإننا نكف عن الشكوى، ونتعلم

كيف نصنع من كل عثرة سلماً نرتقي به نحو أنفسنا.

# الفصل الرابع



# الفصل الرابع

واحة الحروف والمعرفة..  
سحر اللغة وبلاغتها





## الفصل الرابع

واحة الحروف والمعرفة.. حين نلج إلى عوالم

لا تنتهي

.....

في مواسم الجفاف الروحي

حين يعجز الكلام البشري عن حمل ثقل ما  
نعريه في الصدور، تأتي الحروف كالمطر  
الخفيف على أرض طال عطشها. القراءة  
ليست مجرد تمرين عقلي لجمع المعلومات،  
بل هي تذكرة سفر مجانية تمنحنا آلاف  
الأعمار لنعيشها قبل أن ينتهي عمرنا الواحد؛  
نرى العالم بعيون لا تشبه عيوننا، ونحب مع  
غرب لم نلتقهم قط، ونبكي على جراح لم  
تكن تخصنا.

أما الكتابة، فهي النداء الأعمق؛ هي المحاولة  
اليائسة والجميلة لترتيب فوضى العالم من  
حولنا على صفحة بيضاء تتقبل نزفنا بصمت  
نبيل.



الصفحة البيضاء لا تحاكمنا

ولا تسألنا عن أخطائنا القديمة، ولا تطلب  
منا أن نرتدي ثياب الحكمة؛ إنها تفتح لنا  
صدرها لنبكي، أو لنفرح، أو لنعيد اكتشاف  
ذواتنا المبعثرة بين السطور.

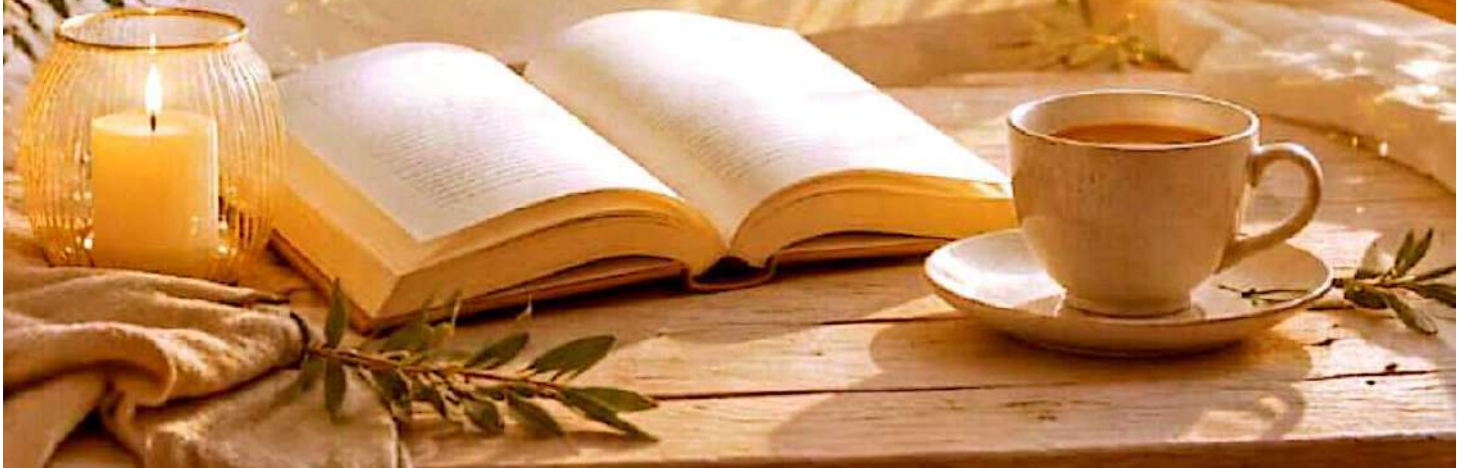
ولغتنا العربية، في هذا كله، ليست مجرد  
أداة للتواصل، بل هي وطن متكامل الأركان،  
بحر عميق تتلاطم فيه أمواج المعاني  
والظلال. كل حرف فيها يحمل نبضاً، وكل  
كلمة تستطيع أن تفتح باباً مغلقاً في الروح.  
وحين نكتب، فإننا لا نترك أثراً كي يتذكره  
الناس، بل كي نطمئن إنساناً تائهاً في مكان  
ما من هذا العالم، ونهمس له عبر السطور:  
"أنت لست وحدك في هذا العبور".

# الفصل الخامس



# الفصل الخامس

طقوس السعادة والرضا الداخلي..  
في سويغات الصفا



## الفصل الخامس

طقوس السعادة والرضا الداخلي

بهجة التفاصيل المنسية

.....



## لقد أرهقنا العالم

ونحن نركض خلف سراب السعادة الكبرى؛ نظن أنها  
تسكن في المال الوفير، أو في التصفيق الصاخب، أو في  
النهايات المثالية التي رسمتها لنا الحكايات. وحين نصل  
إلى تلك الغايات بعد أن نفد صبرنا، نكتشف المدهش  
والمؤلم معاً: أن القلق لم يغادرنا، وأن الروح ما زالت  
تبحث عن شيء افتقدته في زحام الطريق.  
السعادة الحقيقية أهدأ بكثير مما نجد، وأبسط من أن  
تختزل في إنجاز عظيم. إنها تسكن في التفاصيل المهمة  
التي نمر عليها كل يوم بلا اكتراث؛ في فنجان قهوة  
يشرب بتمعن في صباح مشمس

في جلسة هادئة مع شخص لا تضطر معه لتكلف  
الكلمات، في صوت مطر يقرع النافذة، وفي نظرة امتنان  
تخرج من صميم القلب.  
الرضا الداخلي لا يعني الاستسلام، ولا يعني التوقف عن  
الطموح، بل هو تلك الطمأنينة العميقة التي تجعل  
الإنسان يسعى بكل شغف، لكنه في الوقت ذاته لا يعلق  
سعادته على وصول محدد. إنه القدرة على أن تقول  
للحياة رغم كل عتمة: "ما زلتُ أرى النور، وما زال في  
قلبي متسع للامتنان".

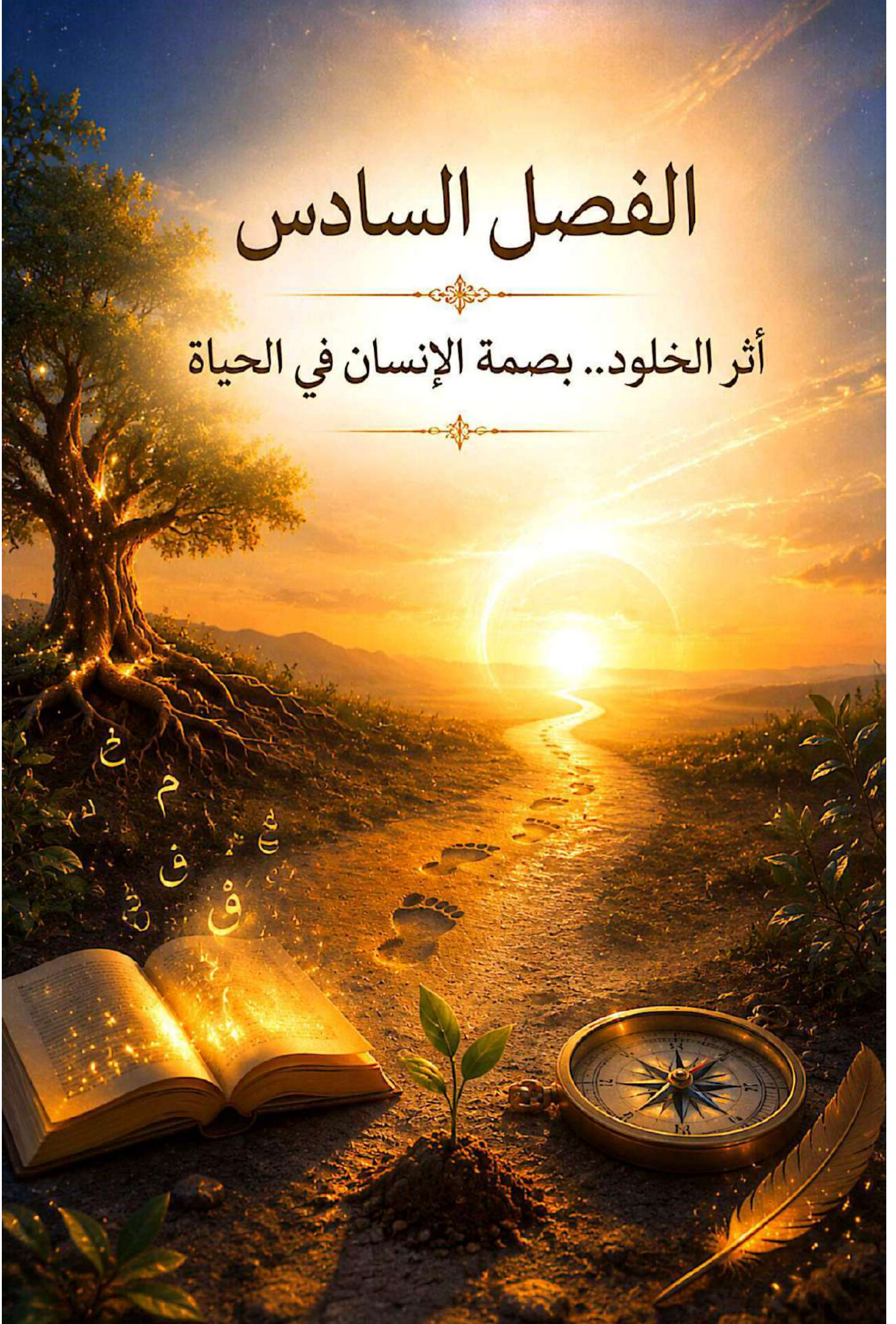


# الفصل السادس



# الفصل السادس

أثر الخلود.. بصمة الإنسان في الحياة





## الفصل السادس

أثر الخلود.. ماذا يبقى منا حين ترحل

الأجساد؟

....

## في أعماق نقطة من الروح

تتراجع رغبة الإنسان العارمة في أن يكون مشهوراً، لتصعد  
رغبة أصيل وأطهر: أن يكون لوجوده أثر لا يمحي. نحن لا  
نتذكر من هذه الدنيا أسماء الذين جمعوا الأموال، بل نتذكر  
أولئك الذين تركوا في أرواحنا ندبة من حب، أو كلمة طابت  
بها جراحنا في يوم شديد القسوة.

الأثر الصادق لا يحتاج إلى ضجيج ولا إلى صاخب  
الاحتفالات؛ قد يولد في كلمة عابرة قلتها لشخص كان على  
وشك الانهيار، في ابتسامة منحتها لعابر سبيل، أو في كتاب  
يحمل صدق روحك ويبقى يعانق القلوب بعد أن يغيب  
جسدك عن هذه الأرض.



## الحياة قصيرة

ولكنها واسعة بما يكفي لتترك فيها بصمة  
نور. وحين يسأل الإنسان نفسه في هدوء  
الليل: "ماذا سيتبقى مني حين أمضي؟"،  
تكون الإجابة الأجل هي تلك الأمنية  
البسيطة: أن يقال يوماً إننا مررنا من هنا  
فجعلنا العالم ألطف قليلاً، وخففنا عن القلوب  
المجاورة شيئاً من ثقل العابرين.

# الفصل السابع



# الفصل السابع

## العودة إلى النقاء الأول.. الخاتمة الكبرى



## الفصل السابع

# العودة إلى النقاء الأول الخاتمة

الكبرى

.....



## وفي نهاية المطاف

أدركت أن الحياة لم تكن الطريق الذي كنت أظنه.

كنت أظن أن المطلوب مني أن أصل.

ثم اكتشفت أن المطلوب كان أن أفهم.

كنت أظن أن السعادة مدينة بعيدة.

ثم اكتشفت أنها نافذة صغيرة في الداخل.

كنت أظن أنني أحتاج إلى أن أصبح شخصاً آخر.

ثم فهمت أنني كنت أحتاج فقط إلى العودة إلى نفسي.

الحياة قصة طويلة.

نكتبها كل يوم.

نكتبها بالاختيارات التي نتخذها، وبالأشخاص

الذين نحبهم، وبالأشياء التي نخسرها، وبالطرق التي نعود منها.

بعض الصفحات جميلة.

وبعضها مؤلم. بعضها نقرأه بفخر.  
وبعضها نتمنى لو أننا نستطيع تمزيقه.  
لكن الكتاب كله ملكنا.  
حتى الصفحات التي لم نجعلها صنعتنا.  
عندما دارت الأيام دورتها الكاملة، نظرت خلفي.  
رأيت الطريق الطويل.  
رأيت الطفل الذي كنت عليه.  
رأيت الأحلام الأولى. رأيت الخيالات.  
رأيت الأشخاص الذين مروا.  
رأيت الأبواب التي أغلقت.  
والأبواب التي فتحت.  
ورأيت نفسي في كل ذلك.  
لم تكن الرحلة ابتعادًا عن نقطة البداية كما كنت أظن.  
كانت عودة إليها.



هناك أشياء نبحث عنها في الخارج سنوات طويلة.

نبحث عن الحب.

عن الأمان.

عن التقدير.

عن المعنى.

عن السلام.

ثم نصل بعد تعب طويل إلى الحقيقة البسيطة:

بعض ما نبحث عنه لا يسكن في الخارج أصلاً.

كان ينتظرنا في الداخل.

لم تكن العودة تراجعاً.

ولم تكن استسلاماً.

كانت شجاعة.

لأن العودة إلى النفس تعني أن تتخلى عن أشياء كثيرة.

عن الصورة التي صنعتها أمام الآخرين.

عن الحاجة الدائمة إلى إثبات نفسك.

عن العلاقات التي لا تشبهك.

عن الأحلام التي لم تكن أحلامك.

عن الخوف من أن تقول:

هذا أنا.

وهذه حياتي.

وهذه الأشياء التي أريدها.

وهذه الأشياء التي لم أعد أريدها.

في النهاية، لا يعود الإنسان إلى نفسه حين يملك كل شيء.

بل حين لا يعود بحاجة إلى امتلاك كل شيء كي يشعر أنه بخير.



هناك فرق بين أن تكون سعيدًا  
لأن العالم أعطاك ما تريد، وأن تكون مطمئنًا  
حتى حين لا يعطيك العالم كل ما تريد.  
الأولى سعادة مرتبطة بالظروف.  
أما الثانية فهي سلام.  
جلست ذات مساء في هدوء طويل.  
لم يكن حولي شيء استثنائي.  
لا مدينة جديدة.  
لا سفر.  
لا احتفال.  
لا انتصار كبير.  
فقط أنا.  
والصمت.  
والقلب.

وفي تلك اللحظة فهمت شيئاً

ظللت أبحث عنه سنوات:

لم تكن الرحلة تبحث عن مكان. كانت تبحث  
عني.

كل الطرق التي مشيتها كانت تقود إلى هنا.

كل سؤال قاد إلى سؤال أعمق.

كل سقوط علمني شيئاً.

كل خسارة كشفت لي قيمة شيء.

كل كتاب فتح نافذة.

كل كلمة تركت أثراً.

كل حلم جعلني أمشي.

وكل خوف أجبرني على أن أتعرف إلى قوتي. لم

يكن شيء عبثاً.

حتى الأشياء التي ظننت أنها كسرتني كانت

تساهم، بطريقة لم أفهمها وقتها، في بناء

النسخة التي أنا عليها الآن



ربما لهذا السبب لا ينبغي لنا أن نكره ماضينا.  
يمكننا أن نختلف معه.  
يمكننا أن نتألم منه.  
يمكننا أن نتمنى لو تصرفنا بطريقة مختلفة.  
لكن لا ينبغي أن نمحوه.  
لأن الإنسان الذي كنت عليه بالأمس هو أحد  
الأسباب التي جعلتني الإنسان الذي أنا عليه  
اليوم.  
والماضي ليس بيتًا علينا أن نسكن فيه.  
لكنه مدرسة يمكن أن نزورها دون أن نعود  
للعيش فيها.  
وفي تلك العودة، رأيت النقاء الأول.  
ذلك الجزء البسيط من القلب الذي لم يكن  
يريد الكثير.  
كان يريد أن يحب.



أن يحلم.  
أن يكتب.  
أن يتعلم.  
أن يضحك.

أن يشعر بالأمان.  
أن يكون صادقًا.

ذلك الجزء الذي غطته السنوات بطبقات كثيرة  
من الخوف والتجارب والتوقعات.

لم يكن قد مات.  
كان ينتظر فقط.

فهمت أخيرًا أن السلام الحقيقي لا يعني أن  
تتوقف العواصف.

بل أن تجد في داخلك مكانًا لا تصل إليه  
العاصفة.

مكانًا هادئًا.

صغيرًا.

صادقًا.

يشبه البيت.

وهناك في ذلك المكان  
لم أعد أحتاج إلى أن أركض.  
وضعت أحلامي إلى جانبي بدل أن أضعها فوق  
صدري كعبء.

وضعت أخطائي خلفي بدل أن أحملها على  
كتفي.

سامحت بعض الذين رحلوا.  
وسامحت نفسي على أشياء كثيرة.  
ثم كتبت الصفحة الأخيرة.

لكنني لم أكتب:  
انتهت الحكاية.

كتبت:

بدأت أفهم الحكاية.

لأن الحياة لا تنتهي حين نصل إلى الإجابة.  
ربما تبدأ حين نفهم السؤال.

وإذا كان عليّ أن أختصر كل ما تعلمته في  
هذه الرحلة، فسأقول:

لا تركض كثيرًا حتى تنسى إلى أين تذهب.

لا تجعل أحلام الآخرين  
أكثر أهمية من صوت قلبك.  
لا تخجل من السقوط.  
لا تكره الأيام الصعبة؛ بعضها جاء ليصنع منك  
إنساناً أقوى.

اقرأ.

اكتب.

تأمل.

أحب بصدق.

سامح حين تستطيع.

اترك أثراً طيباً.

ولا تبحث طويلاً عن السلام في الأماكن التي  
لا تشبهك.

فربما يكون الشيء الذي تبحث عنه في آخر  
العالم جالساً بهدوء في أول قلبك.



وربما لهذا السبب كانت الحروف  
رفيقتي طوال الطريق.

لأن الإنسان قد ينسى الوجوه، وتتغير المدن،  
وتغلق الأبواب، وتغيب الأصوات، لكن الكلمة  
الصادقة تستطيع أن تبقى.

تبقى في كتاب.  
في ذاكرة.  
في قلب.

في إنسان لم نعرف يوماً أنه كان يحتاج إليها.  
وهكذا فهمت سر الكتابة.  
لم أكتب كي أقول للعالم:  
انظروا إليّ.

كتبت كي أقول لمن سيقراً يوماً:  
إذا كنت متعباً، فأنت لست وحدك.  
إذا كنت تائهاً، فهذا لا يعني أن الطريق انتهى.  
إذا سقطت، يمكنك أن تنهض.

هذه المرة لم أكن أبحث عن شيء.  
كنت فقط أمشي.  
وفي داخلي هدوء يشبه الوصول.  
وفي قلبي كلمة واحدة:  
سلام.

خاتمة

إلى كل روح أرهقها الطريق...  
إلى من عاش طويلاً وهو يحاول أن يكون كما  
يريد الآخرون...

إلى من أخفى تعبته خلف ابتسامة...  
إلى من فقد حلمًا ثم خاف أن يحلم من  
جديد...

إلى من ظن أن سقوطه نهاية...  
وإلى كل من يبحث عن نفسه بين زحام  
العالم...

لا أعرف أين ستأخذك الأيام.  
ولا أعرف كم طريقًا ستقطع.  
ولا كم مرة ستسقط.  
ولا من سيبقى بجانبك حتى النهاية.

لكنني أعرف شيئًا واحدًا:

لا تخف من الرحلة.

فبعض الطرق لا نقطعها كي نصل إلى مكان.

نقطعها كي نصل إلى أنفسنا.

وإذا وصلت يومًا إلى تلك النقطة التي يجلس

فيها قلبك بهدوء، دون حاجة إلى إثبات أو

تبرير أو هروب، فلا تبحث عن طريق آخر.

اجلس.

تنفس.

انظر إلى كل ما مرت به.

ثم ابتسم.

لقد عدت أخيرًا.

عدت إلى النقاء الأول.

إلى المكان الذي لم تغادره روحك يومًا.

إليك.

وحين تتكلم الروح بلغة الحروف، لا تعود

الكلمات مجرد حروف...



## الخاتمة

وها نحن نصل إلى النقطة الأخيرة في هذه الرحلة ولكنه ليس النهاية.. بل هو بداية جديدة لحكاية لم تكتمل فصولها بعد.

إن الطريق لم يكن مفروشاً بالورد، بل كان معبداً بالإصرار والتعب، وكل حرف هنا يروي قصة مقاومة حقيقية. أضع بين يديك هذا الأثر، وأنا أدرك تماماً أن ما يصنع القيمة الحقيقية للشيء هو حجم الوجد الذي صاغه.

أرجو أن تكون هذه السطور قد لامست شيئاً من أعماقك، وأن تترك أثراً طيباً يعبر الزمن، تماماً كما عبرت أنا هذه المرحلة بكامل قوتي و ضعفي. دمتم بود، ودامت الحروف وطناً يجمعنا.

النهاية

تمت بعون الله

فاطمة عادل قنبر

## فاطمة قنبر

شابة كرست شغفها لخدمة الكلمة والفن، فهي كاتبة ومصممة جرافيك بصري، ومدرسة ومدربة للغة الفرنسية. تدرس الأدب الفارسي في كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة حلب، وتؤمن بأن الفنون بمختلف قوالبها هي لغة الروح التي تجمع العوالم. لها بصمات واضحة وحضور فاعل في العديد من المنتديات والمنصات الأدبية والثقافية، وقد شاركت بقلمها في عدد من الكتب المشتركة، من أبرزها:

كتاب "ألوان الحياة"

كتاب "المطر لا يدوم"

كتاب "مستنقع الأفكار"

كتاب "جنة قلبي"

وإلى جانب مشاركتها الجماعية، أثرت المكتبة الأدبية بكتابتها الفردي الخاص:

كتاب "حين تكتب الروح بلغة الحروف"

تسعى دائماً لدمج جماليات التصميم بعمق الأدب، تاركة خلفها أثراً طيباً وبصمة لا تُنسى في كل عمل تخطه يداها.



# حين تتكلم الروح بلغّة الحروف

حين تعجز الكلمات العادية عن حمل أثقال  
الشعور، تتولى الروح الكتابة لئنحني القواعد  
جانباً وتتحدث المشاعر وحدها؛ فليست كل  
الحروف تشبه بعضها، بل بعضها يُصاغ بمداد  
الروح لتنزف صدقاً وتحكي ما يعجز اللسان  
عن بوحه

بين دفني هذا الكتاب رحلة عابرة في أعماق  
النفس وعوالم خفية نعيشها بصمت، ليكون  
مرآة لروح وجدت في لغة الحروف وطناً  
وملاذاً لأن ما يخرج من الروح، يستقر في  
الروح تلقائياً.

الكاتبة: فاطمة قنبر

97897711-123456-78



97897711-123456-78