نسمات الأدب
Design: menna Mohamed
حين أزهر
القلب من جديد
نصيرة بولسنان

حين أُزهر القلب من جديد

نصيرة بولسنان

للنشر الالكتروني

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزيمة وإبداع جديد

الكتاب :حين أزهر القلب من جديد

المؤلف:نصيرة بولسنان

غلاف الكتاب:منه محمد

موك اب الكتاب:عزة كمال

تنسيق داخلي:جيهان سمير

إدارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

اهداء

"حين أزهر القلب من جديد"

وتتضـــمن إهـــداءين: لمـــن جعلنـــي اعـــاني فـــي صـــمت، ولمـــن منحنـــي طعـــم الحيـــاة وسمّاني "زيتونة".

*****

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

مقدمة

في البدأ كان الحب نقيا كما اردناه.

ثم جاءت الخيانة كريح باردة كسرت نوافذ الروح، واعقدت انها النهاية.

لكنني تعلمت ان للألم بداية جديدة وأن العوض مهما تأخر سيأتي مادام القلب صادق

*****

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

حين أزهر القلب من جديد

كان قلبي أرضًا باردة، قاحلة، مرّت بها مواسم من الخذلان، ومطر من الوعود الكاذبة، ورياح من الكلمات الثقيلة التي لا تُنسى. تعلمت أن أدفن حزني في الصمت، أن أبتسم بينما روحي تئن، وأن أتماسك لأن أحدًا لم يكن يستحق انكساري أمامه. كنت أتعلم الوحدة، لا حبًا بها، بل لأن بعض القلوب اختارت أن تراني ضعيفة، ثم سخرت من ضعفي.

كنت أحمل حزني على ظهري، وأخفيه عن الجميع، تمامًا كما كنت تخفي قسوتك خلف كلماتك الناعمة. كنت تقول لي "بجيمة"، وتضحك، وكأنها مزحة بريئة، بينما كانت تلك الكلمة تُقرع

داخلي مثل طرقات فظة على باب كرامتي. لم تكن ترى الألم الذي تزرعه، ولا الصدق الذي كنت أقدّمه دون قيد، ولا العتمة التي تركتني فيها وحدي، أغرق، وأنا أُجاهد لأنجو بصمتي.

لكنني نجوت.

وهذا النص ليس بكاءً على أطلال حبٍ مكسور، بل احتفالٌ بقلبي الذي أزهر من جديد.

لأنني، وسط رماد تلك المرحلة، التقيت بمن علّمني كيف يُروى القلب بلطف، كيف يكون للكلمات طعم العسل، وكيف يصبح الحبّ وطنًا، لا حقل ألغام. التقيت بشخص نطق اسمي كأنه دعاء، وسمّاني "زيتونة"، وكأنه يُخبرني أنني

أصلٌ عميق، وجذرٌ لا يُقتلع، وثمارٌ رغم تعب السنين تُثمر جمالًا وبهاء.

هو لم يرمّم قلبي... بل ساعدني أن أرمّمه بنفسي. لم ينقذني... بل مشى إلى جانبي وأنا أُنقذ نفسي. منحني طعم الحياة، لا لأن الحياة معه مثالية، بل لأنه جعلني أؤمن أنني أستحق حياة لا ألم فيها، ولا صمت فيها، ولا كلمات تهزّ كياني باسم المزاح.

لهذا أكتب...

إلى من جعلني أتعلم أن الصمت لا يُنقذ،بل يُذبحنا بالبطيء: شكرًا، لأنك كنت الدرس،وإلى من سمّاني زيتونة،وسقاني ضوءًا بعد عتمة طويلة: شكرًا، لأنك كنت البداية الجديدة.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

حين أزهر القلب من جديد، لم يكن بفعل معجزة، بل بفعل انتباهي لنفسي... وبفعل يدٍ امتدت إليّ بحبٍ حقيقي،وسمّتني باسمٍ يشبه الحياة.

*****

أول لقاء

لم يكن يومًا عاديًا...

كانت تفاصيله تحمل شيئًا من الدهشة، شيئًا من الرجفة، وكثيرًا من الانتظار.

قبل أن أراك، مرّ الوقت بطيئًا كأنّه يختبر صبري، وكل لحظة كانت تتساءل: "كيف سيكون اللقاء؟"

ثم جئت...

وما إن التقت عيناي بعينيك، حتى شعرت أنّ العالم ضاق،ضاق ليتّسع فقط لتلك اللحظة،لابتسامتك المرتبكة، ليدي التي لم أدرِ أين أضعها،لقلبي الذي بدأ ينبض كأنّه لم يعرف الحياة من قبل.

كنتَ هناك، أمامي، حيًّا، حقيقيًّا،بعد كل تلك الكلمات، والخيال، والانتظار،وإذا

بـــي أشـــعر أنّ الفـــرح يمكـــن أن يكـــون مرعبًا.

أن تـــرى مـــن تمنّيتـــه، مـــن رســـمته فـــي أحلامـــك،يقف أمامـــك بكـــل ملامحـــه... ذلـــك يربك القلب أكثر مما يُفرحه.

ضـــحكنا علـــى أشـــياء لا تســـتحق الضحك،وصـــمتنا فـــي لحظـــات كـــان مـــن المفتـــرض أن نـــتكلّم فيهـــا،لكن رغـــم كـــل ذلـــك... كـــان كـــل شـــيء صـــادقًا،كان كـــل ارتبـــاك بيننـــا جميلاً،لأنّـــه لـــم يكـــن إلا دلـــيلًا على أننا نهمس للحظة:

"نحن هنا... وأخيرًا التقينا."

لـــم يكـــن اللقـــاء مثاليًـــا، لكنـــه كـــان حقيقيًا،ومـــا زال صـــداه فـــي قلبـــي حتـــى الآن،

كل مرة أتذكّره، أبتسم وأرتبك... كما لو أنه يحدث من جديد.

ومضة:

اللقاء الأول لا يُنسى،

لأن فيه تختلط نبضات القلب بصوت الخطى... وتبدأ الحكاية.

*****

مساحتك الآمنة وطني حين تضيق بي الأرض

هنـــاك شـــيء لا يمكـــن شـــرحه بالكلمـــات، شـــيء يحـــدث لـــي عنـــدما أكـــون معـــك. ليســـت ســـكينة فقـــط، ولا راحـــة عـــابرة. إنـــه شـــيء أعمـــق... كـــأن العـــالم بكـــل صـــخبه ينســـحب بهـــدوء، ويتـــرك لـــي مســـاحتي، حـــين أكـــون قربك.

وجـــودك بجـــانبي يشـــبه بيتًـــا صـــغيرًا مـــن الضـــوء، يفـــتح لـــي بابـــه كلمـــا أُرهِقـــتُ مـــن العتمـــة. بـــين ذراعيـــك، لا أحتـــاج أن أشـــرح نفســـي، لا أبحـــث عـــن تبريـــر لمشـــاعري،ولا أرتـــب كلمـــاتي. يكفينـــي أن أتـــنفس وأنـــت هنا، كي أصدق أنني بخير.

أنـــت المســـاحة الآمنـــة التـــي لا يســـكنها القلـــق، ولا يزورهـــا الخـــوف. كـــل مـــا فيـــك

يهمس: "لا بأس، أنت لست وحدك". كم مرة شعرتُ أنني أتلاشى، حتى التقيتك... فبدأت أعود إلى نفسي شيئًا فشيئًا؟ كم مرة سقطت داخلي، قبل أن تمتد يدك وتعيدني؟ أنت لا تنقذني بالكلام، بل بحضورك... بصمتك الذي يشبه حضنًا واسعًا يحتويني دون شروط.

كنت أظن أن الأمان شعور نركض خلفه في المدن، حتى أدركت أنه قد يكون إنسانًا. إنسانًا يشبهك. إنسانًا يرى انكساري ولا يخشاه، يسمع ارتجاف صوتي ولا يبتعد، يلاحظ دمعة في عيني ويقف كأنه حارسها.

ومضة: حين أكون معك، لا أخشى شيئًا. كأن العالم كله يبتعد عني بلطف، ليمنحني فرصة أن أتنفس... فقط لأنك هنا.

*****

أحلامنا الصغيرة، حكايتنا التى لم تكتمل بعد

لم تكن أحلامنا كبيرة بمعايير العالم، لم تحمل أسماءً براقة أو أضواءَ المدن، لكنها كانت لنا... تشبهنا. بسيطة، دافئة، تولد من تفاصيل عادية لا يراها أحد سوانا. كنا نحلم بفنجان قهوة لا يُبرد لأننا مشغولان بالحديث، ببيت صغير لا نحتاج فيه أن نغلق الأبواب، لأن قلوبنا كانت مفتوحة دائمًا لبعض.

كنا نحلم بنزهة قصيرة لا نحدد نهايتها، بطريقٍ نجهله، نمشيه فقط لأننا معًا. أحلامنا كانت ضحكة تسرقها الريح في لحظة صدق، كانت يدًا تمتد حين تضيق الحياة، كانت صمتًا لا يخيفنا، لأننا نفهم بعضنا دون كلمات.

لا أحد رأى تلك الأحلام، لكنها كانت تسكن بين نظراتنا، تنبت في كل مرة قلنا فيها "يومًا ما"، وابتسمنا. كنا نبني عوالمنا الصغيرة على أرصفة الكلام، ونسكنها، مؤمنين أنها ستتضج يومًا، تمامًا مثلنا.

أحلامنا لم تكن تطلب المستحيل، كانت فقط تطلب الوقت، والصبر، وأن نظل كما كنا: قلبين يكتفيان ببعض، ويكفيهما أن يكون الغد مشتركًا، لا أكثر.

وإن سألني أحدهم يومًا ما أجمل ما عشناه؟ سأقول: أحلامنا الصغيرة... لأنها حملت في داخلها كل الحب، كل الثقة، وكل الأمل.

*****

وعدك الأول وكلماتك بالحب الأبدي

لا زلت أذكر تلك الليلة، حين تساقط الضوء خفيفًا من عينيك على قلبي، فاستيقظ فيه شيء لم أعرفه من قبل.كانت تلك المرة الأولى التي وعدتني فيها وعدًا لا يشبه الوعود العابرة التي تحملها الرياح. وعدك الأول لم يكن مجرد كلمات، بل كان نبضًا حيًا، اندسّ بين ضلوعي، وبات يتنفس بداخلي.

قلتَ لي يومها:

"لن أكون عابرًا في قلبك، سأبقى، مهما عصفت بنا الأيام."

كانت كلماتك تفيض دفئًا، حتى أني صدقتها دون أن أطلب برهانًا. لم أكن أحتاج دليلاً، فقد كانت نظرتك وحدها

كفيلـــة بإقنـــاعي أن الحـــب قـــد قـــرر أن يستقر.

كلماتـــك عـــن الحـــب الأبـــدي لـــم تكـــن مزينـــة بزخرفـــات لغويـــة، بـــل كانـــت صـــادقة،عارية مـــن التكلّـــف، قويـــة كأشـــجار العمـــر.

وعـــدتني أن نبنـــي معًـــا زمنًـــا لا تهدمـــه الســـنين، ولا تخونـــه التقلبـــات. وعـــدتني أننـــي، أنـــا وحـــدي، ســـأكون موطنـــك، أننـــي ســـتكون لـــي جـــذورك، وأنـــك لـــن تعـــرف للغياب معنى إن كنت أنا الحاضر.

لكـــن الحـــب، كمـــا علّمتنـــي، لـــيس وعـــدًا يُقطـــع، بـــل حيـــاة تُبنـــى، كـــل يوم،بكلمـــة،بنظرة، بصـــمتٍ مشـــترك،ربما تغيّـــرت الأيـــام، وربمـــا ذابـــت بعـــض الكلمـــات فـــي فـــم المســـافة، لكـــن وعـــدك الأول مـــا زال

حيًا في ذاكرتي، ينبض حين أُغلق عيني، وحين أسمع اسمي في الريح. لا أطالبك بأن تعود لتكرره، فالوعد الحقيقي لا يُعاد، بل يُحفظ في القلب، كسرّ لا يُمس.

*****

أحببتك أكثر مما ينبغي

أحببتك حتى لم أعد أعرف من أنا دونك. حتى اختلط صوتك بنبضي، وصار غيابك يشبه انطفاء العمر في صدري. لم أكن أظن أنني أملك القدرة على الانغماس بهذا العمق، على الذوبان في إنسان، كما ذبت فيك.

أحببتك أكثر مما ينبغي...

أكثر من حدود العقل، أكثر من اتزان القلب، أكثر من الوصايا التي تنصحنا دائمًا بأن نُحبّ بحذر. لم أحتفظ بشيء لي، أعطيتك قلبي كله، حتى الأجزاء التي لم أكن أعي وجودها، كانت لك.

كنت أراك النور في العتمة، والصوت حين يصمت العالم. كنت الملجأ حين

تضـــيق الـــدنيا، والكتـــف حـــين يميـــل كـــل شـــيء بـــداخلي. كنـــت أراك الأمـــان، رغـــم أننـــي خفتـــك أحيانًـــا. خفتـــك لأنـــك كنـــت كـــل شـــيء، ولأنـــك كنـــت تملـــك القـــدرة علـــى كســـر كـــل شـــيء فـــي داخلـــي بكلمـــة، بنظـــرة، بصمت.

هـــل تعلـــم مـــا معنـــى أن تُحـــبّ أحـــدهم أكثـــر مما ينبغي؟

أن تختصـــر أحلامـــك فيـــه، أن تُؤجـــل نفســـك لأجله، أن تعتقد أنه كل شيء

*****

الخيانة... والانكسار الأول

لا شـــيء يُشـــبه طعـــم الخيانـــة، لا مـــرارة تعادلهـــا، ولا خـــذلان يُكســـر القلـــب كمـــا تفعـــل هـــي. الخيانـــة ليســـت فقـــط كســـرًا لوعـــدٍ أو طعنـــةً مـــن الخلـــف، بـــل هـــي مـــوتٌ بطـــيء للثقـــة، للحـــب، للطفولـــة التـــي كنّـــا نظنهـــا فـــي قلوب من أحببناهم.

كـــل شـــيء بـــدأ بتفاصـــيل صـــغيرة، لـــم أكـــن أفهمهـــا وقتهـــا. صـــمتك الطويـــل، نظراتـــك الهاربـــة، كلماتـــك التـــي صـــارت أقـــل دفئًـــا. كـــان غيابـــك الأول بـــلا وداع، لكنـــه لـــم يكـــن كـــاملاً. كنـــت هنـــا بجســـدك، لكـــن روحـــك كانـــت تلـــوّح لـــي مـــن بعيـــد، ترحـــل خطـــوةً بعـــد أخـــرى، وأنـــا أقـــاوم، أُنكـــر، أُقنـــع نفســـي أن الحب لا يموت فجأة.

ثم جاءت الخيانة...

عارية، باردة، بلا مبرر. لم تأتِ كسكين، بل كصاعقة. لم تتركني مكسورًا فقط، بل مُبهمًا، غريبًا على نفسي. كيف لي أن أكون كل هذا الضعف؟ كيف سلمتك قلبي بكل يقين، وسلمتني أنت إلى الخذلان؟

الخيانة لا تؤذي مرة واحدة، بل تعيدك إلى كل لحظة صدقت فيها، إلى كل كلمة قلتها وكنتَ تكذب. تغتالك في الماضي والحاضر معًا، وتسرق منك حتى ذكرياتك الجميلة، فتبدو كلها كذبة متقنة.

وعلامات الغياب الأول...؟

كانت صامتة، لكنها كانت كثيرة. نظرة فارغة بعد عناق، تأجيل اتصال بلا عذر، غياب الدفء في "أحبك"، وانشغال

مفاجئ بكل شيء إلّا بي. كنت أشعر بك تبتعد، ولم أعرف كيف أوقفك، لأن الحب لا يُجبر أحدًا على البقاء.

الانكسار الأول لا يُنسى. هو الندبة التي لا تُرى، لكنه يغيّرك للأبد. تصبح أقل اندفاعًا، أقل ثقة، أكثر حذرًا... وتخاف الحب، حتى إن احتجته بشدة.

لكن رغم كل شيء، لست نادمًا على الحب. ندمت فقط على من منحته قلبي وهو لا يعرف كيف يصونه.

*****

كذبتك البيضاء، والخيانة الصغيرة التى هزّت ثقتى

فـــي البدايـــة، كانـــت مجـــرد كلمـــات عـــابرة، كذبـــة صـــغيرة ألبســـتها ثـــوب البـــراءة. كـــذبتك البيضـــاء، التـــي ظننتهـــا لا تضـــر،كانت كـــالعطر الـــذي يخفـــى وراءه الألـــم. قلـــت لـــي: "لـــم يحـــدث شـــيء، فقـــط كـــان حـــديثًا عـــابرًا". لـــم أكـــن أطلـــب منـــك تفصـــيلًا، ولـــم أكـــن أظـــن أن وراء تلـــك الكلمـــات أكثـــر ممـــا يمكننـــي تحملـــه. كـــان صـــوتك مطمئنًـــا، وعينيـــك مليئتـــين بالثقـــة التي منحتها إياك دون تردد.

ومـــع مـــرور الوقـــت، بـــدأت الخيـــوط تتنـــاثر واحـــدة تلـــو الأخـــرى. كانـــت تلـــك الكذبـــة الصـــغيرة تنمـــو فـــي داخلـــي كمـــا لـــو كانـــت

بذرة زرعتها في قلبي، ولاحقًا بدأت أرى كيف أخرجت جذورها إلى أعماق روحي. كانت التفاصيل تبدأ في التشوّش، كانت العيون التي رأيت فيها الأمان يومًا ما، تخفي شيئًا لم أكن أريد رؤيته.

ثم جاء ذلك اليوم، الذي اكتشفت فيه الحقيقة. لم تكن خيانة كبيرة، لكن كانت خيانة كافية لتهز ما بنيته من ثقة. كانت صغيرة بما يكفي لتخفي نفسها في زوايا الأيام، لكن كانت كافية لإحداث انشقاق عميق في كل شيء كنا نؤمن به. اكتشفت أن تلك الكذبة البيضاء كانت الأساس، وبناء عليها انقلبت علاقتنا من

الأمـــان إلـــى الحـــذر، مـــن الطمأنينـــة إلـــى الريبة.

كانـــت خيانـــة صـــغيرة، لكـــن حجمهـــا كـــان أكبـــر بكثيـــر مـــن حجـــم الفعـــل ذاتـــه. لأن الخيانـــة لا تـــأتي دائمًـــا فـــي صـــورة حادثـــة دراميـــة كبيـــرة، بـــل تـــأتي أحيانًـــا فـــي تلـــك اللحظـــات الصـــغيرة التـــي تظنهـــا تافهـــة، لكـــن تأثيرهـــا يكـــون أعمـــق ممـــا تتخيـــل. خيانـــة صـــغيرة بمـــا يكفـــي لتجعلـــك تشـــكك فـــي كـــل كلمـــة، فـــي كـــل وعـــد، فـــي كـــل إحساس.

ومـــع ذلـــك، كـــان أكثـــر مـــا يـــؤلمني هـــو الخيانـــة التـــي حـــدثت فـــي قلبـــي أولًا، ولـــيس فـــي الحقيقـــة. كانـــت تلـــك هـــي الخيانـــة التـــي لا يمكـــن علاجهـــا بســـهولة، الخيانـــة التـــي

تجعلني أتساءل: هل كنت أعيش في وهم؟ هل كانت كل مشاعري تتدفق نحوك فقط لأنني أردت أن أصدقك، لقد اكتشفت أن أصغر الكذبات يمكن أن تهدم أكثر من مجرد علاقة. يمكن أن تهدم جزءًا من الثقة التي لا يمكن استعادتها، جزئيًا على الأقل، حتى لو كان الندم يتناثر على الكلمات بعدها.

*****

مسافة بين القلبين، والفجوة العاطفية

هناك نوع من المسافة التي لا تُقاس بالخطوات ولا بالأميال. هي مسافة عميقة لا تترك لنا سوى الفراغ بيننا، رغم أننا نعيش في نفس اللحظة، تحت نفس السماء، لكننا لا نلتقي. المسافة التي بين قلبين قد تكون أصعب من أي بعد جغرافي، لأنها تلمس شيئًا في الروح، تخلق فجوة لا تُرى بالعين، لكنك تشعر بها في كل لحظة.

أحيانًا، لا أحتاج إلى أن أكون بعيدًا عنك كي أشعر بهذه المسافة. يكفي أن تكون قريبًا في الجسد، لكن بعيدًا في العاطفة،بعيدًا في الاهتمام، بعيدًا في الكلمات. تلك الفجوة العاطفية التي تكبر يومًا بعد يوم، تلك الفراغات التي تملؤها

الوحـــدة والصـــمت، تصـــبح فجـــأة أكثـــر وضـــوحًا مـــن أي وقـــت مضـــى. ربمـــا لا تلاحظهـــا، لكننـــي أراهـــا فـــي كـــل حركـــة صـــغيرة، فـــي كـــل صـــمت طويـــل بيننـــا، فـــي كـــل لحظـــة لا نســـتطيع فيهـــا أن نلتقـــي كمـــا كنا.

فـــي البدايـــة، كـــان كـــل شـــيء يبـــدو طبيعيًـــا. كنـــت أعتقـــد أن الحيـــاة تســـير كمـــا ينبغـــي،وأن المســـافات بيننـــا مـــا هـــي إلا نتيجـــة لضـــغوط الحيـــاة، ولحظـــات مشـــغولة بأعبـــاء لا مفـــر منهـــا. لكـــن مـــع مـــرور الوقـــت، بـــدأت تلـــك المســـافة تـــزداد وضـــوحًا. أصـــبحت ألاحـــظ كـــل التفاصـــيل التـــي تغيـــب عنـــك، كـــل اللحظـــات التـــي أفقـــد

فيها جزءًا من نفسي في محاولة الوصول إليك، وأنت لا ترد على النداء.

وكلما حاولت أن أملأ تلك الفجوة بكلمات أو بوعود، كلما ازدادت المسافة. وكأننا نقف على طرفي نقيض من الحياة، ونحن نبتعد عن بعضنا رويدًا رويدًا، حتى أصبح الوصول إليك أشبه بالحلم البعيد. لم نعد نتقاسم اللحظات كما كنا نفعل، ولم نعد نتحدث كما كنا. لقد ضاعت الكلمات بيننا، واحتفظت في صدري كل تلك الأشياء التي كنت أخشى أن أقولها. هناك فجوة في القلب لا أستطيع ملأها، ولا أعرف كيف أعبّر عن هذه الحيرة التي تملأني.

كلما مرّت الأيام، أصبحت أفكر في تلك اللحظات التي ضاعت منا. هل كانت هذه المسافة بيننا جزءًا من قدرنا؟ هل كنا نظن أننا نحب بعضنا بما يكفي لنبقى على نفس الطريق؟ أم أن هذه الفجوة كانت تسحبنا بعيدًا دون أن نلاحظ؟، أحيانًا، لا تكون المسافة بين قلبين سوى فراغات عاطفية تتسع مع الزمن، حتى تصبح الحروف نفسها عاجزة عن تعبئتها.

*****

الخذلان الأكبر... ولحظة اكتشاف الخيانة

لطالما كنت أظن أنني قد مررت بكل أنواع الألم، أنني قد اختبرت الحزن بكل وجوهه، لكنني لم أكن أعلم أن هناك نوعًا من الألم لا يشبه غيره. كان الخذلان الأكبر الذي ذاقه قلبي في تلك اللحظة، لحظة اكتشاف الخيانة، يختلف تمامًا عن أي ألم آخر.

أنت، كنت أكثر من مجرد شخص في حياتي، كنت جزءًا من أحلامي، كنت الأمان الذي حلمت به طويلاً، كنت كل ما أسعى إليه. وفي لحظة، سقط كل شيء دفعة واحدة. اكتشفت الحقيقة التي كنت أخشى معرفتها، الحقيقة التي كنت أتجاهلها رغم كل الإشارات التي كنت

أراهـا، رغـم كـل الكلمـات التـي كانـت تخبـئ وراءها علامات شك صغيرة.

الخيانـة لـم تـأتِ صـاخبة، لـم تكـن ضـربة قويـة. بـل جـاءت هادئـة، خفيـة، تنزلـق بـين اللحظـات كالخيانـة التـي لا تجـرؤ علـى الظهـور علنًـا. كنـت قـد فهمـت أن الخيانـة لا تـأتي دائمًـا فـي شـكل حادثـة كبيـرة، بـل تـأتي فـي تفاصـيل صـغيرة تختبـئ فـي زوايـا العلاقـة، وتتكشـف فـي لحظـة واحـدة. لحظـة واحـدة فقـط كانـت كفيلـة بكشـفها لـي، مثـل شـعاع ضـوء فـي الظـلام، يكشـف لـك الحقيقـة التـي كانـت تختبـئ وراء الظلال.

كنـت أظـن أننـي أعرفـك تمامًـا، لكننـي اكتشـفت فـي تلـك اللحظـة أننـي لـم أكـن

أعرفك على الإطلاق. الخيانة ليست مجرد فقدان للثقة، بل هي فقدان للجزء الذي كنت أعتقد أنه جزء مني، جزء من أعماق روحي. كانت الصدمة أقوى من أن أستوعبها، كانت اللحظة التي انهار فيها كل شيء من حولي، وكأن الأرض تبتعد عن قدمي، والزمان يقف ساكنًا، والوجع لا يتوقف.

ما أصعب أن تكتشف أن الشخص الذي منحته قلبك، وثقتك، وأحلامك، قد خذلك في الصمت. ما أصعب أن ترى أن تلك اللحظات التي كنت تعتبرها خالدة، كانت مجرد سراب، وأن الثقة التي بنيتها كانت هشّة، كبيت من الرمل يغرق في أول ريح، أكبر خذلان هو أن تكتشف أن

أول من وثقت به، كان أول من خذلك.

أن تتعلم أن الحب قد يكون الأعمق والأكثر قسوة عندما ينقلب عليك

لطالما اعتقدت أن الحب هو ذلك الحلم الجميل الذي لا يزول، الذي يبقى حيًا في كل تفاصيل الحياة اليومية، الذي يملأ الأوقات بالبهجة، والقلوب بالأمل. كنت أظن أنني وجدت فيك كل ما حلمت به، وأننا معًا نسير على دربٍ لا يعيقه شيء، وأننا نستطيع أن نخلق عالمنا الخاص، حيث لا مكان للألم، ولا لمشاعر الخيبة.

لكن، كما يحدث دائمًا، تأتي اللحظات التي تكشف فيها الحقيقة، اللحظات التي يتساقط فيها كل شيء، حينما تدرك فجأة

أن الحلم الذي كنت تحتفظ به في قلبك، قد بدأ يتلاشى. وسقوطه، رغم أنه بطيء وصامت، يشبه غيمة ثقيلة تمطر قلبك بدموع لا تجد لها مخرجًا. تبدأ الأوقات التي كنت تشعر فيها بالأمان في الظهور بشكلٍ مغاير، وتتحول اللحظات الجميلة إلى مجرد ذكريات لا تملك من الدفء شيئًا.

لقد بدأت أشعر بذلك الفراغ، ذلك الفراغ الذي يملأ المكان بيننا رغم قرب المسافة. لم أكن أستطيع أن أسمع صوتك كما كان، لم أعد أرى في عينيك تلك اللمعة التي كانت تُخبئ لي العالم بأسره. وكلما حاولت أن أبحث عنك، أدركت أنك لم تعد موجودًا هناك. لقد

غبت، ولكن لم يكن الغياب هو المسألة الوحيدة، بل كان إدراكًا مفاجئًا أن الحب الذي عشته لم يعد كما كان، وأنه انتهى تدريجيًا دون أن ألاحظ.

كان ذلك أضعف ما شعرت به في حياتي؛ أن أكتشف أن الحلم الذي كنت أعيشه لم يكن سوى وهمٍ جميل، انتهى مع مرور الزمن. كان الحب الذي كان بيننا يوحي لي بالأبدية، لكن الأبدية كانت مجرد كلمة منقوشة على جدار الزمن. ومع مرور الأيام، تلاشت الوعود، وتلاشى الاهتمام، وأصبح كل شيء فارغًا.

لم يكن سقوط الحلم ضجيجًا عاليًا، بل كان غيابًا صغيرًا، بدءًا من الابتسامات التي اختفت، والنظرات التي تاهت في

الزمـــان، والكلمـــات التـــي صـــارت تتنـــاثر بيننـــا وكأنهـــا أشـــياء بـــلا معنـــى. كـــان ســـقوطًا صامتًا كأنه نهاية رحلة،

*****

الألم والضياع... وطرح السؤال "لماذا"

في اللحظات التي يغلفها الصمت الثقيل،حيث تختفي الأصوات وتغيب الأجوبة،يشعر القلب بألمٍ غريب، كأن كل شيء حوله يتناثر ويتركه في حالة من الضياع. حينما تسكنك تلك اللحظة، تجد نفسك محاصرًا في أفقٍ مظلم، لا ترى فيه سوى الأسئلة التي تدور في رأسك بلا توقف. لماذا؟ لماذا كل هذا الألم؟ لماذا يبدو العالم كما لو أنه يتنصل من وعده بالسلام؟ لماذا يظهر الفرح كما لو كان حلمًا بعيدًا لا يمكن الوصول إليه؟

ألمٌ لا يمكن تفسيره بكلمات، ضياعٌ لا تُشرح أسبابه. إنه الشعور بأنك في مكان ما، وفي وقت ما، كنت تسير على

الطريق الصحيح، ثم فجأة، وبلا سابق إنذار، تجد نفسك تائهًا. لا تعرف إن كنت قد ضللت الطريق أم أن الطريق هو الذي ضل عنك. هل هو الوقت الذي ابتعد عنك؟ أم أن الحياة قد تلاعبت بك لتجعلك تشعر بهذا الفراغ العميق في داخلك؟ كيف يمكن لحلمٍ كنت تؤمن به أن يتناثر كغبار في الهواء؟ كيف يمكن لشيء كنت تعيشه بكل تفاصيله أن يتحطم فجأة على صخرة الحقيقة؟

لم أعد أستطيع أن أميز بين الألم والضياع. ربما لأنهما أصبحا متداخلين في نفسي. الألم الذي لا يهدأ، والضياع الذي لا يمكن أن أملأه بأي شيء. أبحث عن إجابة، عن سبب لهذا الحزن الذي

يرافقني. لكن الإجابة لا تأتي، ولا أستطيع أن أجد سببًا لهذا الألم الذي يشدني نحو قاعٍ سحيق. كنت أظن أنني في مكان آمن، في علاقة صادقة، في عالم يخبئ لي الأمل... لكنني اليوم أمام أسئلةٍ أجهل لها إجابات. ربما لأنني كنت أؤمن بما هو وهم، أو ربما لأنني دفعت أكثر من قدرتي على التحمل، فانهارت كل الجدران التي بنيتها حول قلبي.

الضياع ليس أن لا تعرف أين تذهب، بل أن لا تعرف لماذا أنت تسير في هذا الطريق أصلاً. هو أن تبحث عن شيء في نفسك ولا تجده، أن تشعر أنك فقدت جزءًا منك ولن تستطيع استرجاعه مهما حاولت. يصبح الألم كما لو كان جزءًا

منـــك، كأنـــك لا تســـتطيع العـــيش دونـــه، وكأنـــك قـــد اعتـــدت أن تكـــون محطمًـــا، وأن الضـــياع هـــو مجـــرد مرحلـــة مؤقتـــة... لكنـــه لا ينتهي أبدًا.

أحيانًـــا، لا تـــأتي الإجابـــة عـــن ســـؤال "لمـــاذا" بـــل تـــأتي مـــع الألـــم نفســـه، كجـــزءٍ مـــن رحلـــة نحتـــاج أن نخوضـــها لنعـــرف أكثر عن أنفسنا.

*****

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أحاديث غيابك، والتحدث فى الفراغ كأنك لا تزال موجودًا

في اللحظات التي يتسع فيها الصمت حولي، أجدني أحدثك كما لو أنك ما زلت هنا، كما لو أن غيابك ليس سوى وهمٍ عابر. أتحدث في الفراغ، ولكن الصوت الذي ينبعث من داخلي يحمل اسمك، ويملأ كل زاوية من هذا الفراغ. كل كلمة، كل جملة، حتى الأنفاس التي ألتقطها، تحمل بقايا حضورك، وكأنك لم تذهب يومًا. أكتب لك رسائل لا أرسلها، أخبرك عن تفاصيل الأيام التي مرّت، وعن كيف مرّ الوقت دونك، ولكنك في النهاية لا تجيب. ولكنني أستمر، أستمر في التحدث معك في الفراغ، وكأنك جزء

منـــي، وكـــأن غيابـــك مجـــرد غيمـــة ستنقشـــع قريبًا.

هـــل تعلـــم، فـــي غيابـــك، تصـــبح الكلمـــات أثقـــل مـــن أن تُقـــال، ولكننـــي رغـــم ذلـــك، أجـــد نفســـي أخبـــرك بكـــل شـــيء. أخبـــرك عـــن الأشـــياء الصـــغيرة التـــي أفتقـــدها فيـــك، عـــن ابتســـامتك التـــي كانـــت تضـــيء لـــي أيامًـــا عـــابرة، وعـــن الأحاديـــث التـــي كانـــت تجـــري بيننـــا كالعصـــافير التـــي تتنقـــل فـــي الســـماء دون وجهـــة معينـــة. كنـــت أظـــن أن الغيـــاب هـــو اللحظـــة التـــي تتوقـــف فيهـــا الأحاديـــث، لكننـــي اكتشـــفت أن الغيـــاب يعيـــدني للحـــديث، لا معـــك، بـــل مـــع الفـــراغ، ومـــع الـــذاكرة التـــي لا تمـــل مـــن إحيـــاء حـــديثك وكأنك هنا.

كيف يمكنني التحدث في الفراغ؟ كيف يمكنني أن أخبرك عن أشياء لم تعد موجودًا لتسمعها؟ في كل مرة أبدأ حديثًا، أدرك أنني أخاطب شخصًا لم يعد موجودًا، ومع ذلك، لا أستطيع أن أوقف الكلام. هل هو مجرد تذكّر أم أنني أحاول أن أبقيك حيًا في كلمات؟ أم أنني أعيش في وهم أنك ما زلت هنا، وتنتظرني لتكمل الأحاديث التي لم نُنهيها؟

أنت في كل زاوية، في كل لحظة، في كل نفسٍ أتنفسه. ومع ذلك، تظل في غيابك بعيدًا، بعيدًا لدرجة أنني أبدأ في التحدث مع الفراغ. حتى صمتك أصبح حديثًا، حتى غيابك أصبح حديثًا.

أحيانًا، في غياب من نحب، نتحول إلى أبطال لأحاديث لا يسمعها أحد سوى الفراغ، وكأن الكلمات تحاول أن تجبرنا على تصديق أن الحضور لم ينتهِ بعد.

هناك رسائل كتبتها لك، رسائل لن تقرأها أبدًا، ولن تصل إليك يومًا. كتبت لك كلمات كانت صادقة، لكنني كنت أعلم في أعماقي أنك لن تكون هناك لتستقبلها. كتبت لك وأنا أحاول أن أصرخ، أن أخبرك بكل شيء، ولكن الكلمات كانت تضيع في صمتٍ طويل، في فراغٍ عميق تركته خلفك. كان قلبي في تلك اللحظات يكتب كل جرح، كل خيانة، كل لحظة ضياع كانت تسكنني في غيابك.

كنت أريد أن أخبرك بكل شيء، أن أقول لك كيف أنني كنت أصدقك بكل حواسي، كيف كنت أرى في عينيك العالم بأسره، وكيف كنت أنت بالنسبة لي الأمان. لكنك اخترت أن تكون الخيانة، أن تهدم كل شيء دون أن تلتفت خلفك، دون أن تكترث لما تتركه وراءك. لا أستطيع أن أصف لك كم كانت تلك اللحظات ثقيلة، كم كانت الكلمات تنساب من بين يدي وأنا أدرك أنها لن تصل إليك أبدًا. كنت أكتب لك وأنا أعلم أنني لا أنتظر إجابة، بل أحتاج فقط أن أصرخ، أن أقول ما في قلبي دون أن أضعه في وجهك.

كانت رسائلي مليئة بالغضب، بالخيبة، بالحزن. كنت أريد أن أخبرك أنني الآن

أعيش في عالم لا مكان فيه للثقة، وأنك رغم كل شيء كنت أهم شخص في حياتي، إلا أنك جعلتني أتعلم أن الحب ليس دائمًا أمانًا، بل قد يكون خيانة مؤلمة. كتبت لك عن الوعود التي تحطمت، عن اللحظات التي كانت مليئة بالأمل ثم فجأة أصبحت مليئة بالظلام. كنت أريد أن أخبرك أنني لا أستطيع أن أنسى كيف كنت تبتسم لي بينما قلبك كان في مكان آخر، كيف كنت تعدني بينما كنت تخونني. لكن، رغم كل هذه الكلمات، كنت أعلم أنني لن أرسلها،لأنك لم تعد تستحق حتى أن تقرأها.

رسائلي كانت رسائل وداع، لكنها لم تكن مجرد وداع لك، بل كانت وداعًا لجزء

منـــي كـــان قـــد وثـــق بـــك، كـــان قـــد أحبـــك بشـــدة، كـــان يظـــن أن الحـــب يمكـــن أن يـــدوم. لكـــن الحـــب الـــذي كـــان بيننـــا انتهـــى قبـــل أن أســـتطيع أن أقـــول لـــك: "أنـــت الســـبب." لـــن تجـــد هـــذه الكلمـــات فـــي صـــندوق رســـائلي أبـــدًا، ولـــن أرســـلها أبـــدًا، لأنهـــا مجـــرد كلمـــات لـــن تعنـــي لـــك شـــيئًا بعـــد كـــل مـــا فعلته.

لكـــن رغـــم كـــل هـــذا، لا أســـتطيع أن أنكـــر أننـــي كتبـــت لـــك تلـــك الرســـائل. لأننـــي كنـــت بحاجـــة إلـــى أن أقـــول لـــك كـــل شـــيء قبـــل أن أرحـــل، قبـــل أن أغلـــق بابًـــا كنـــت أعتقـــد أنـــه ســـيبقى مفتوحًـــا. كنـــت بحاجـــة إلـــى أن أخبـــرك أننـــي كنـــت أصـــدقك، وكنـــت بحاجـــة إلـــى أن أقـــول لـــك كيـــف أننـــي لـــم أكـــن

أســـتحق أن أُخـــدع، كيـــف أننـــي لـــم أكـــن أستحق أن أعيش في هذا الوهم.

ومضة:

أحيانًـــا، نكتـــب رســـائل لأشـــخاص لـــم يعـــودوا هنـــا، لنعبـــر عـــن الألـــم الـــذي لا نقـــدر علـــى قولـــه مباشـــرة. رســـائل لـــن تقـــرأ أبـــدًا، ولكنهـــا تصـــبح طريقـــة للتصـــالح مـــع أنفسنا.

****

ليالي بلا نوم... حزني وآلامي

في تلك الليالي التي لا تنتهي، حينما يغطّي الليل سماء روحي، ويبتلعني الهدوء المطبق، لا أستطيع أن أغفو. يظل الألم يقبع في زوايا قلبي، يعتصرني بلا رحمة. ساعات الليل الطويلة تمضي، وأنا لا أستطيع الهروب من أفكاري التي لا تنتهي، من الذكريات التي تجثم على صدري، من الكلمات التي لم تخرج بعد،من الأوجاع التي لا تبرأ. وكلما حاولت أن أغمض عيني، يبدأ الحزن في الظهور بوضوح، ينقضّ عليّ كظلال ثقيلة، ويغرقني في بحرٍ من الأسئلة التي لا أجد لها إجابات. لماذا لا أستطيع أن أنسى؟ لماذا لا يهدأ قلبي؟

أشعر وكأنني أسير في دائرة مغلقة،لا أستطيع الخروج منها. ضوء القمر يسلّط على وجهي، وأنا أظل مستيقظًا، أسمع همسات الليل، وأرى كل شيء حولي يتلاشى، كما لو أن الحياة قد توقفت لحظة، تاركةً فقط هذا الشعور العميق من الوحدة. كم هو مرير أن تكون محاطًا بكل هذا الظلام، وأنت تبحث عن أي بصيص من الضوء، أي أمل يعيد لك قدرتك على التنفس.

كل ليلة تزداد الألم في صدري، وكأن كل همسة من الرياح، وكل صوت في الظلام، يذكّرني بأنني فقدت شيئًا ما. ربما كان الأمل، أو ربما كان السلام الداخلي الذي كنت أعيشه، أو ربما كنت

قد فقدت جزءًا من نفسي، لكن ما أنا متأكد منه أنني لم أعد كما كنت. أصبحت تلك الليالي بلا نوم، بلا سكون، مليئة بالحزن الذي لا أستطيع تحمله.

الآلام التي أشعر بها تتناثر في كل ركن من كياني، ولا أستطيع إيقافها. أريد أن أصرخ، لكن الصوت يتوقف في حلقي، وأصبح عاجزًا عن التعبير عن ما يدور في داخلي. ألمٌ عميق يشدني إلى الأسفل، يجعلني أشعر وكأنني أغرق في بحر من الحزن الذي لا ينتهي. لم يعد هناك مكان للهروب. الليل يعانقني، وحزني أصبح جزءًا من طقوسي.

في ليالي بلا نوم، لا يكفّ الحزن عن زيارة القلب، ويبقى الألم صديقًا دائمًا،

كأننـــا نبحـــث عـــن الراحـــة فـــي مكـــانٍ لا نقـــدر على الوصول إليه.

*****

قلبي المشقوق... مكسور نصفين

قلبي الآن ليس كما كان. لم يعد ذلك القلب الذي كان ينبض بالأمل والحب، الذي كان يسكنه الحلم بكل صفائه. بل أصبح الآن قطعة ممزقة، شظايا متناثرة في زوايا روحي. كأنني أعيش بين نصفين من قلبي، كل جزء منه يبحث عن الآخر، كل جزء يشعر بالفراغ الذي تركه النصف الآخر، وكل جزء يعاني من الألم الذي ناتج عن غيابه.

كان القلب في البداية واحدًا، مليئًا بالحياة، لكن الحياة لم تكن رحيمة. لقد أتى الألم ليكسرني، ليشقّني إلى نصفين لا يستطيعان الالتئام. الشق الأول من قلبي يحتوي على الذكريات، تلك

اللحظات التي كانت مليئة بالضحك، بالمشاعر الصافية التي لم يعرفها غيرك. كان هذا الشق يتنفسك، كان يراك في كل زاوية من زوايا حياتي، وكان يعتقد أن هذا الحب سيبقى للأبد.

أما الشق الآخر، فهو مملوء بالفراغ،بالحزن، بالكلمات التي لم تُقال،بالأحلام التي تكسّرت على صخرة الواقع. هذا النصف أصبح أسير الألم، لا يعرف كيف يشفى ولا كيف ينسى. وفي كل مرة أنظر إلى قلبي، أرى النصفين يفصلان بينهما فجوة عميقة، وكأن كل جزء منهما يحاول أن يعيش على طريقته. أحدهما لا يريد أن ينسى، بينما

الآخر يحاول أن يهرب من هذا الماضي، لكنه لا يستطيع.

وفي كل لحظة من حياتي، أجد نفسي في مواجهة هذا الجرح العميق.لا أستطيع أن أترك هذا النصف، ولا أستطيع أن أحتفظ بالنصف الآخر. قلبي، في حالته هذه، يبدو وكأنه قطعة حجر مكسورة، لا يستطيع أحد أن يرممها، رغم كل المحاولات. كل نبضة في هذا القلب هي معركة بين الذكريات وبين الواقع، بين الألم وبين الأمل.

إنني أعيش بين نصفين من نفسي، بين حبٍ كان، وبين حزنٍ أصبح. وكأنني أتجرع الألم في كل لحظة، كلما حاولت أن أبحث عن التئام بين النصفين، أجد

نفسي أغرق أكثر في الجرح، أكثر في الشقوق التي تركتها الخيبات.

قلبي المشقوق لا يعرف كيف يشفى،فكل نصفٍ منه يحمل جرحًا، وكل نبضةٍ تكشف عن جزءٍ مكسور، لا يستطيع أحد أن يعيد له اكتماله.

****

التعافي والنهوض، محاولة أولى عن الابتعاد عن الذكريات

لقد كانت الأيام الماضية عبارة عن رحلة طويلة من الألم، رحلة حاولت فيها أن أكون قويًا، أن أتعافى، أن أتمكن من النهوض بعد أن أسقطتني الذكريات في أعماق الحزن. كانت تلك الأيام تملأني بفراغ لا يملؤه شيء، بكلمات لم أستطع أن أقولها، وبتفاصيل عنك لا أستطيع أن أنساها. لكن اليوم، بدأت أخطو أولى خطواتي نحو التعافي، رغم أن الطريق ما يزال طويلاً.

كانت أول محاولة لي للابتعاد عن الذكريات كالعاصفة، كنت أحاول جاهدًا أن أكسر قيود الماضي، أن أسحب نفسي

من بين تلك اللحظات التي كنت أعيشها وأظن أنها ستدوم للأبد. لكن مع كل محاولة، كنت أشعر بالضعف، وكأنني أعيش في مكانين في الوقت ذاته: مكان يعيش فيه الألم، وآخر يتمنى الهروب منه.

لكني بدأت ألاحظ شيئًا، بدأت أدرك أن التعافي ليس رحلة تكتمل في يومٍ واحد. إنه سلسلة من المحاولات الصغيرة،التي تُبنى يومًا بعد يوم. في البداية، كانت كل ذكرى عنك تقف في وجهي كحاجز، كل لحظة مرت معك كانت كالخنجر الذي يُغرز في قلبي. لكن شيئًا فشيئًا، بدأت أتعلم كيف أضع تلك الذكريات في مكانها الصحيح، بعيدًا عن حياتي الحالية.

لقد قررت أن أفتح الباب للمستقبل،أن أواجه كل لحظة بحذر، ولكن بثقة. نعم،الذكريات لا يمكن محوها، لكنني أستطيع أن أختار كيف أتعامل معها. يمكنني أن أتركها هناك، في مكانها البعيد، وأسمح لنفسي أن أعيش الحياة التي لم أكن أستطيع أن أراها بسببها. في البداية كان الابتعاد عن الذكريات صعبًا، كان كالسباحة ضد التيار، ولكن مع مرور الوقت، بدأت أتعلم كيف أعيش من جديد، كيف أتنفس

****

أحببت نفسي أولًا، بداية حب الذات بعد الخذلان

في اللحظة التي غادرت فيها ظلالك حياتي، بعد أن كنت أظن أنك الأمان،وبعد أن كنت أعتقد أن وجودك يعني أنني لن أحتاج شيئًا آخر، اكتشفت شيئًا غريبًا، شيئًا لم أدركه من قبل أنني كنت أفتقد نفسي. كنت أظن أن الحب يأتي من الآخر، وأنني بحاجة دائمًا إلى شخص ما ليكملني، ليشعرني بالقيمة. لكن الخذلان الذي تلقيته منك، كان بمثابة الصدمة التي أيقظتني من سبات طويل. كنت أظن أنني أحتاجك، لكن الحقيقة أنني كنت أحتاج إلى نفسي أولًا.

كان الألم يملأ قلبي، وكل لحظة بعدك كانت ثقيلة وكأن الأرض كلها أصبحت

تحملني. كنت أعيش في صراعٍ داخلي، أبحث عن السلام في مكان كنت أظنه معك، لكنني كنت أضيّع السلام في نفسي. كان الخذلان بداية لمراجعة حقيقية لعلاقتي مع نفسي. لم يكن الألم مجرد فقدانك، بل كان فقدان جزءٍ من نفسي كنت قد أودعته فيك. ومن هنا، بدأت رحلة اكتشاف جديدة. رحلة بدأت بأن أُحب نفسي أولًا.

في البداية، لم يكن الأمر سهلًا. كنت أجد صعوبة في النظر إلى مرآتي دون أن أرى آثار الخذلان على وجهي. كنت أبحث عن قوتي في أماكن أخرى، في الآخرين، في الأشياء، لكنني كنت أعود دائمًا إلى نفسي لأجد أنني كنت أفتقر إلى

أهم شيء: حب الذات. كان الأمر وكأنني كنت قد نسيت نفسي وسط خضم العلاقة، وسط الانشغال بالعطاء، بالاهتمام بالآخرين، والتفكير في مشاعرهم على حساب مشاعري. كنت قد أهملت روحي وقلبي، وكنت قد نسيت أنني أستحق الحب أولًا، قبل أن أستحقه من الآخرين.

وبينما كان الخذلان يعصف بي، بدأت أتعلم شيئًا عميقًا،أنني لست بحاجة إلى شخص آخر ليشعرني بقيمتي. إنني أصلح لنفسي. أحببت نفسي كما هي، بكل عيوبها، بكل ضعفاتها، بكل ما مرت به. بدأت أتعلم أنني أستحق الحب والسلام الداخلي، حتى في غياب من

ظننت أنه كان سيكملني. كنت أبحث عن هذا الحب في الآخرين، ولكنني بدأت أكتشف أنني أستطيع أن أكون مصدر هذا الحب لنفسي.

في هذه الرحلة، بدأ قلبي يستعيد أنفاسه، وعقلي بدأ يعيد ترتيب أولوياته.

*****

دروس الألم، وما تعلمته مما مررت به

منذ اللحظة التي دخل فيها الألم حياتي، كان العالم يبدو مختلفًا، مظلمًا وأصعب مما تصورت. لم أكن أعرف أن الألم يحمل بين طياته دروسًا قد لا أستطيع أن أراها فورًا، ولكنني الآن، بعد كل ما مررت به، أدركت أن الألم كان معلمًا صامتًا، يعيد تشكيل روحي ويمنحني حكمًا كانت الحياة لن تعلمني إياها لو لم أتعرض لهذه التحديات.

في البداية، كان الألم يراوغني، يخطف مني قوتي ويجعلني أشعر بالعجز. كان كل يومٍ يمر وكأنه امتحان صعب، وكل لحظة كانت بمثابة اختبار لقوة تحملي. كنت أبحث عن مخرج، عن طريقة

للهروب، لكنني سرعان ما اكتشفت أن الهروب ليس حلًا. كان لابد لي من مواجهة الألم، ومن أن أتعلم منه بدلًا من أن أسمح له بتدميري. تعلمت أن الهروب من الواقع لا يجلب الراحة، بل يطيل معاناتنا.

ثم جاء الدرس الأول: المرونة. تعلمت أنه مهما كانت الصعاب، يمكنني التكيف معها. قد لا أستطيع التحكم في كل ما يحدث لي، ولكنني أستطيع أن أتحكم في طريقة استجابتي له. إن القدرة على النهوض بعد السقوط هي أهم درس تعلمته. صحيح أن الطريق كان مليئًا بالألم، لكنني اكتشفت أن القوة الحقيقية تكمن في الوقوف مرة أخرى بعد كل

سقوط، وفي القدرة على التحمل رغم الجراح.

الدرس الثاني كان التسامح. نعم، تعلمت أن التسامح ليس للآخرين فحسب، بل لنفسي أيضًا. كنت أظن أن السماح للآخرين بالمرور دون عقاب يعني أنني أضعف أو أقل قيمة، لكنني اكتشفت أن التسامح هو سلاح القوة. إنه التحرر من السلاسل التي يقيدنا بها الآخرون، والتحرر من العذاب الداخلي الذي نحمله في قلوبنا

*****

حب دون انتظار،العيش بعدم انتظار أي شخص

لطالما كان الحب بالنسبة لي رحلة مليئة بالانتظار، كنت أعتقد أن الحب يتطلب التوقع، أنني إذا أحببت بصدق، يجب أن أنتظر بالمقابل. كنت أظن أن الحب هو تبادل مستمر، وأن انتظار العاطفة نفسها من الطرف الآخر هو جزء أساسي من هذه العملية. كنت أعيش في دائرة من التفاؤل والتوقعات، لا أستطيع أن أكون سعيدًا إلا عندما يمنحني الآخرون الحب الذي أحتاجه.

لكن الحياة علّمتني أن الحب ليس هدية ننتظرها من الآخرين، بل هو شعور يجب أن نمنحه لأنفسنا أولًا. أدركت أن الحب الحقيقي ليس في انتظار الآخر

ليشعرنا بالراحة أو الأمان، بل في قدرتنا على الحب دون شروط، دون انتظار أي مقابل. لقد تعلّمت أنني إذا أحببت نفسي أولًا، لن أكون بحاجة إلى انتظار أي شخص ليمنحني هذا الشعور.

في البداية كان الأمر غريبًا. كيف يمكنني أن أحب دون أن أنتظر شيئًا في المقابل؟ كيف أعيش حياتي بدون أن أعتمد على الآخرين لتحديد سعادتي؟ ولكن مع مرور الوقت، بدأت أكتشف أن هذا هو الطريق الحقيقي للسلام الداخلي. أن أحب يعني أن أكون صادقًا مع نفسي، أن أقبل نفسي بكل عيوبها وميزاتها. حب دون انتظار يعني أنني أحب دون أن أضع شروطًا أو توقّعات على الآخرين.

هو حب لا يبحث عن استجابة، لأنه ينبع من داخلي.

لم يعد قلبي الآن مربوطًا بأي خيوط غير مرئية تنتظر أن يُسحب إليها من شخص آخر.

****

البداية من جديد... وفتح باب الحياة بكل ثقة

عندما نمر بمراحل من الألم أوالخذلان،قد نظن أن النهاية قد اقتربت،وأن الحياة قد توقفت عند تلك اللحظة التي مزقتنا. لكن الحقيقة تختلف تمامًا. على الرغم من كل ما مررت به،وعلى الرغم من كل الخيبات التي تركت أثرها على قلبي وروحي، أدركت أخيرًا أن النهاية ليست سوى بداية جديدة. في تلك اللحظة التي قررت فيها أن أفتح باب الحياة من جديد، شعرت بشيء غريب ينبض في داخلي، شعرت بأنني أستطيع أن أبدأ من حيث انتهيت،وبثقة لم أعرفها من قبل،لطالما كانت بداية جديدة أمرًا مخيفًا، خاصة

عندما تكون قد تعودت على التعايش مع الألم، مع الخوف من المستقبل، مع ذكريات الماضي التي تحاول أن تجذبك إلى الوراء. لكنني قررت أن أكون أقوى من ذلك. قررت أن أضع قدمي على أرض جديدة، وأفتح عيني على مستقبل لم أكن أعتقد أنني سأحظى به يومًا. كان القرار صعبًا في البداية، لكنني علمت في أعماقي أنني لا أستطيع أن أستمر في الحياة وأنا مقيدة بماضي لن يعود، ولن أستطيع أن أنمو إذا ظللت محبوسة في تلك اللحظات التي تجاوزتها،بدأت من جديد بكل ثقة، متبنية كل شيء تعلمته في الماضي كأدوات للنمو. لم أعد أخشى من التغيير، بل صرت أتوق إليه. لم أعد

أرى الحيـــاة كمجموعـــة مـــن العثـــرات المتتابعـــة، بـــل كفـــرص جديـــدة للارتقـــاء. كنـــت أعـيش مـــع يقـين داخلـــي أن كـــل خطـــوة إلـــى الأمـــام هـــي بدايـــة جديـــدة، وأن كـــل يـــوم هـــو فرصـــة لأكـــون نســـخة أفضـــل مـــن نفســـي،فتحت بـــاب الحيـــاة، وأنـــا محملـــة بكـــل مـــا مـــررت بـــه،لكنني قـــررت أن أســـتغل كـــل التجـــارب الماضـــية لتكـــون قـــوة دافعـــة لـــي. أصـــبحت أرى كـــل تجربـــة، ســـواء كانـــت جيـــدة أو ســـيئة، كجـــزء مـــن تكـــويني.لم أعـــد أبحـــث عـــن الكمـــال، بـــل تعلمـــت أن الجمـــال يكمـــن فـــي العيـــوب، فـــي التحـــديات، وفـــي القـــدرة علـــى النهـــوض بعـــد الســـقوط،لم يكـــن هنـــاك وقـــت للنـــدم علـــى مـــا فات،ولا مجال للبقاء في ماضٍ

السلام مع الذات،الطمأنينة التى كنت أبحث عنها دومًا

في زمنٍ كانت فيه الضوضاء تحيط بي من كل اتجاه، لم أكن أدرك أن أعنف المعارك كانت تدور داخلي. كنت أظن أن العالم هو السبب، أن الناس، الظروف، الحظ، والخذلان هم ما يمنعني من أن أكون بخير. لكن الحقيقة التي استوعبتها بعد سنوات من التيه، أن أكثر الحروب قسوة هي تلك التي نخوضها بصمت داخل أنفسنا، وأن السلام الحقيقي لا يُمنح من الخارج، بل يُصنع في الداخل.

لقد كانت رحلة طويلة... رحلة بدأت من لحظة انكسار، من لحظة شكّ، من لحظة

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

فقـــدان. كنـــت أركـــض فـــي كـــل اتجـــاه، أبحـــث عـــن شـــيء يُشـــعرني أنـــي علـــى مـــا يـــرام، أنني على قيد الاطمئنان.

*****

وجوه جديدة... وأمل يولد من جديد

بعد محطات من التعب، وبعد طرق طويلة مشيتها وحدي، كنت أظن أنني التقيت بكل ما يمكن أن يمر بي من مشاعر. ظننت أنني اكتفيت من الناس، وأنني فقدت القدرة على منح الثقة أو فتح نوافذ جديدة في قلبي لأي عابر جديد. كنت مرهقًا من الوداع، من الخذلان، من الحنين لمن لم يعد. حتى اللقاءات بدأت تفقد بريقها، وصار قلبي يختبئ خلف جدرانه العالية، لا ينتظر أحدًا، ولا يفتح الباب لأحد.

لكن الحياة، بعفويتها الجميلة، تعرف جيدًا كيف تفاجئنا. في لحظة هدوء، دون توقع، تبدأ الوجوه الجديدة

بـــالظهور، كأنهـــا جـــاءت لتحمـــل معهـــا فصـــلًا مختلفًا، لونًا لم نره من قبل.

*****

العوَض الجميل، حين يداوي الله قلبك بما لم تتخيله

مررتُ بمحطات ظننت أنها نهايتي. كنت أظن أن خسارتي كانت كبيرة لدرجة لا تُعوّض، وأن الفراغ الذي تركه الراحلون أو ما فُقد مني لن يُملأ أبدًا. مشيتُ في دروب منكسرة، بقلبي المرهق، بخيبات ثقيلة، وأنا أبحث عن إجابة واحدة: لماذا؟ لماذا الألم؟ لماذا الرحيل؟ لماذا كل هذا الفقد؟

لكنني لم أكن أعلم، أن في صمت الأقدار، كان الله ينسج لي شيئًا لا يشبه كل ما فقدته. كنت أُصلّي من قلبٍ مجروح، لا أطلب الكثير، فقط أن أستطيع التحمل. لكن الله، بلطفه، لا

يعطيــك علــى قــدر ســؤالك فقــط، بــل يعطيــك على حساب قلبك ووجعك.

*****

الحب الحقيقي... أخيرًا

بعد محطاتٍ كثيرة من الانتظار، من التعلّق، من المحاولات التي أرهقت القلب ولم تُثمر، ظننت أن الحب الصادق مجرد حكاية تُروى في الكتب، أو أمنية لا يحق لكل القلوب أن تنالها. لكنني أدركت الآن، بعد كل ما مضى، أن الحب الحقيقي لا يأتي حين نبحث عنه بجنون، بل حين نكون مستعدين له بسلام.

أخيرًا... دخل الحب حياتي بهدوء، دون ضجيج، دون وعود براقة، ودون خوف من الغد. جاء كنسمة في وقت كنت قد أغلقت فيه نوافذ الأمل. جاء كدفء صادق في قلب أنهكه البرد. لم يكن مبهرًا بالصخب، بل ناعمًا بالحقيقة.

جاءني كما أنا، دون أن أضطر للتزيُّف، أو التنازل عن جزء من ذاتي كي أُقبَل.

الحب الحقيقي لا يشبه ما عرفته من قبل. لا يؤلم، لا يربك، لا يجعلني أشكّ في نفسي أو أشعر أنني لست كافية.

الحب الصادق هو ذاك الذي يحتضنني في ضعفي، ولا يخذلني حين أحتاجه. هو من يرى عيوبي ولا يخاف منها، بل يمرر يده عليها كما لو أنها تفاصيل أحبها قبل أن يحبني.

في هذا الحب، لا أسأل نفسي إن كان سيبقى، لأن وجوده لا يحتاج إلى طمأنة.

لا أرتبك من صمته، لأن سكوته لا يحمل تهديدًا بالرحيل. لا أركض خلفه، لأن خطواته تمشي بمحاذاتي. هو حب لا

يُربكني، بل يرسيني. لا يُشعل النار في صدري، بل يسكب السلام في داخلي.

أخيرًا، عرفت أن الحب الحقيقي لا يستهلكنا، بل يُعيدنا إلينا. لا يجعلنا نُرهق في إثبات قيمتنا، بل يُشعرنا أننا محبوبون فقط لأننا نحن. هو ليس مثاليًا، لكنه حقيقي. فيه اختلاف، نعم، لكن فيه احترام. فيه صمت أحيانًا، لكن فيه حضور لا يخيب.

وهذا ما كنت أحتاجه طوال الوقت... حب لا يُشبه ما ظننته حبًا من قبل. حب يحملني لا يُسقطني. يبنيني لا يهدم روحي. حب يجعلني أبتسم من أعماقي، وأقول بيقين: "نعم، هذه المرة حقيقي... وأخيرًا."

لم أظن يومًا أنني سأكتب كلمات كهذه، ولا أنني سأصل إلى لحظة أنظر فيها إلى ألم الخيانة كشيء يستحق الامتنان.

لكنني هنا اليوم، أكتبها بصدق:

شكرًا لأنك رحلت.

في البداية، كان وجعي حادًا، يشبه سقوطًا مفاجئًا من مكان عالٍ ظننت أنه آمن. كنت أعيش في وهمٍ جميلٍ صنعته من دفء كاذب وكلمات منمّقة، بنيت أحلامي على وعود لم تكن سوى دخان. وعندما اكتشفت الحقيقة، شعرت أن العالم كله ينهار فوق صدري، وأنني لن أقدر على الترميم من بعدك.

لكني الآن أعلم... أن الخيانة كانت مفتاح النجاة.

رحيلك علّمني أنني كنت أُحب من لا يراني، أُعطي من لا يستحق، وأتخلّى عن ذاتي لأجل من كان أول المتخلّين.

لقد مزّقتني الخيانة، نعم، لكنها كشفت وجوهًا كانت تتقن التنكّر، وعرّت حقيقة كنت أرفض أن أراها.

اليوم، أنظر خلفي لا بأسف... بل بفخر.

لقد علّمتني الخيانة أن أثق بحدسي، أن أضع حدودًا، أن لا أقدّم قلبي على طبقٍ من طيبةٍ وغفلة. أرشدتني إلى دربٍ كنت أهرب منه: درب حبّ الذات، والوعي، والاختيار الصحيح.

وفي غيابك، عرفتني الحياة على وجهي الحقيقي. عرفت من أنا بعيدًا عنك. عرفت كم أنني قوية، كم أنني أستحق،

وكم كنت أختصر نفسي لأُناسبك. الآن، لا أختصر شيئًا. أنا بكامل اتساعي، بكامل ضوئي، بكامل يقظتي.

شكرًا لأنك خنتني. شكرًا لأنك تخلّيت. فقد حررتني من انتظارٍ عقيم، من حبٍّ ناقص، من سجنٍ عاطفي كنت أسميه ملاذًا. شكرًا لأنك أوضحت أني كنت في علاقة مع الوهم.

اليوم، قلبي في مكانه الصحيح. ليس في يد أحد، بل بين ضلوعي، أحميه أنا. أحبّه أنا. وأصونه كما لم يفعل أحد.

وامتنانًا لك، ولجرحك، ولرحيلك، أقول:لقد بدأت حياتي الحقيقية بعدك...

وكم هي أجمل،أحيانًا تكون الخيانة هي الباب الذي لا نملك شجاعة فتحه،

فتفتحه الحياة لنا، لندخل منه إلى أنفسنا... ونتنفس أخيرًا.

*****