حيث لا تنتهي الرحلة

تصميم غلاف: منار محمد

سلاطنية رحمة

حيث لا تنتهي الرحلة

سلاطنية رحمة

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزيمة وإبداع جديد

الكتاب: حيث لا تنتهي الرحلة

المؤلف: سلاطنية رحمة

غلاف الكتاب: منار محمد

موك اب الكتاب: ملك البقري

تنسيق داخلي: آية سحير

إدارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

إهداء:

إلـــى أولئـــك الـــذين كـــانوا مجـــرد أســـماء عـــابرة فـــي حيـــاتي، لكـــنهم زرعـــوا فيهـــا بـــذورًا مـــن النـــور، تلـــك الأيـــد التـــي مـــرت دون أن تلامـــس، لكـــن ظـــلّ أثرهـــا فـــي داخلـــي يرافقنـــي دومًـــا. إلـــى أولئـــك الغربـــاء الـــذين أســـهموا فـــي تشـــكيل جـــزء مـــن نفســـي دون أن يعرفـــوا، لكـــم منـــي كـــل الامتنـــان.

أنـــتم مـــن علمتمـــوني أن الإنســـان قـــد يحمـــل فـــي قلبـــه مســـافة كبيـــرة مـــن التـــأثير دون أن يكون حاضرًا في كل لحظة.

إلـــى أولئـــك الـــذين سيتصـــفحون هـــذه الصـــفحات، الـــذين ربمـــا لا أعـــرفهم الآن، لكـــنهم سيعيشـــون هـــذه الكلمـــات فـــي لحظـــة مـــا. لكـــم منـــي تحيـــةً خاصـــة، لأنكـــم

ستكونون جزءًا من هذه الرحلة التي لا نهاية لها. لعلكم تجدون بين السطور شيئًا يعبر عنكم، شيئًا يلامس أرواحكم كما لامسني، شيء يجعلكم تشعرون أنكم لستم وحدكم في هذا الكون. نحن جميعًا، بطريقة ما، مرتبطون بكلماتنا وأحاسيسنا، ونحن جميعًا نمضي في رحلاتنا التي قد تتشابه أو تتقاطع. إذا شعرت بشيء هنا، اعلم أنك لم تكن وحدك.

إلى نفسي، التي ظلّت تقاوم، التي عرفت معنى السقوط والقيام مرة أخرى، التي صمدت رغم كل شيء. إلى تلك الروح التي شعرت في بعض الأحيان بأنها ضائعة، ثم اكتشفت أنها كانت دائمًا في

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

المكـــان الصـــحيح. شـــكرًا لـــكِ علـــى قوتـــكِ التـــي لـــم تنطفـــئ، حتـــى حينمـــا ظننـــتِ أن النـــور قـــد اختفـــى. أنـــتِ لســـتِ فقـــط مـــن واجـــه الصـــعاب، بـــل مـــن عرفـــت كيـــف تتحـــول هـــذه الصعاب إلى سلالم ترتقي بها.

وأخيـــرًا، إلـــى محمـــد بوجـــاهم، الـــذي كـــان أكثـــر مـــن مجـــرد شـــخص فـــي حيـــاتي، كـــان شـــعاع الضـــوء الـــذي أضـــاء طريقـــي حينمـــا ضـــللت الطريـــق. إلـــى مـــن أعطـــاني القـــوة حـــين كنـــت أظـــن أننـــي فقـــدت كـــل شـــيء، إلـــى مـــن كـــان صـــمتي يتحـــدث معـــه دون أن يحتـــاج للكلمـــات. كنـــتَ الســـبب فـــي ســـعادتي حينمـــا كانـــت الأيـــام غائمـــة، والســـبب فـــي قـــوتي حينمـــا اعتقـــدت أننـــي علـــى وشـــك الانهيـــار. أقـــول لـــك بكـــل صـــدق: لـــولاك لمـــا

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كنـــتُ هنـــا اليـــوم، ولكنـــتُ لا أزال فـــي العتمـــة. شـــكراً لـــك علـــى كـــل لحظـــة جعلتنـــي أشعر أنني لست وحدي في هذا العالم.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الفصل الأول:

قبل أن أصبح كبيرة

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أنـــا... التـــي كنـــت أظـــن أن الحـــب يشـــبه حضن أمي حين تخاف

***

كنـــتُ صـــغيرة جـــدًا لأفهـــم لمـــاذا يُـــدفن الصـــوت فـــي حلقـــي كلمـــا أردت أن أصـــرخ، لمـــاذا ترتجـــف يـــداي حـــين يقتـــرب منـــي مـــن يفتـــرض أنـــه "يحبنـــي"، كنـــتُ أبحـــث عـــن الأمـــان فـــي حضـــنٍ يشـــبه الغيـــاب، وأرتـــب حروفـــي علـــى جـــدران الصـــمت خوفًـــا مـــن أن تفضـــحني دمعـــة، كنـــتُ أظـــن أننـــي لـــو كنـــتُ طيبـــة بمـــا فيـــه الكفايـــة، لـــو ســـكتُّ أكثـــــر، لـــــو انكســـــرتُ بتهـــــذيب، ســـيلاحظونني... لكـــن لا أحـــد لاحـــظ. كـــل الـــذين أحببـــتهم أطفـــأوا النـــور ورحلـــوا، وتركـــوا الطفلـــة التـــي لا تعـــرف كيـــف تغلـــق

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الأبـــواب، ولا كيـــف تمحـــو أثـــر الخطـــوات.

كبـــرتُ علـــى أنقاضـــي، علـــى لائحـــة الانتظـــار، علـــى صـــراخ لا يســـمعه أحـــد، علـــى يـــدي المرتجفـــة وهـــي تحـــاول أن تمســـك بـــذاتها دون أن تســـقط، كبـــرتُ علـــى عتـــاب لا يقـــال، علـــى وجـــع يُحمـــل كأنـــه واجـــب، وعلـــى حـــبٍ لـــم يُمـــنح لـــي، بـــل اقتطعتـــه مـــن ظلّـــي وخبأتـــه تحـــت وســـادتي، كي لا أموت باردة أكثر مما كنتُ حيّة.

قـــالوا لـــي إننـــي ســـأكبر وأنســـى، لكننـــي كبـــرتُ وحملـــتُ كـــل شـــيء علـــى ظهـــري كـــأنني حقيبـــة ســـفر مثقوبـــة، تســـرب منهـــا الضـــوء وبقيـــت العتمـــة تســـكنني، كبـــرتُ وعينـــاي لـــم تعتـــادا بعـــد علـــى النظـــر مباشـــرةً فـــي وجـــوه النـــاس، كـــأنني أخشـــى أن

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

يقــرؤوا فــي داخلــي ذلــك الســؤال القــديم:

"هل أنا حقًا سيئة؟"

السؤال الذي زرعه أول من قال لي :

"اسكتي... لا أحد مهتم بما تشعرين"

كنــت أعتقــد أننــي المشــكلة، أن دمــوعي عيــب، أن حزنــي مبــالغ فيــه، أن صــمتي ضــعف... لكــن الحقيقــة؟ أنــا كنــت أقاتــل بصــوت مبحــوح، أقاتــل لأعــيش بكرامتــي، أقاتــل لأبقــى رغــم خــذلانهم، رغــم القســوة التــي ســموها "تربيــة"، رغــم البــرود الــذي أطلقــوا عليــه "حــب بطريقــة مختلفــة"، أنــا كنــتُ طفلــة تبحــث عــن حضــن لا ينهــار، عــن وعــد لا يُكســر، عــن عــين تقــول لهــا "أراكِ" دون أن تُقال... ولم أجد.

كلمـــا حاولـــتُ أن أشـــرح مـــا بـــداخلي، شـــعرت وكـــأن لغتـــي قُطعـــت بأســـلاك شـــائكة، لا شـــيء يخـــرج منـــي دون أن يجرحنـــي أولًا، كـــأن الكلمـــات تهـــاجمني مـــن الـــداخل قبـــل أن تصـــل إلـــيكم، كـــأنني إن نطقـــتُ وجعـــي فســـوف يُرمـــى علـــيّ ذنـــب آخـــر، أنـــا التـــي كانـــت تحـــاول أن تفهـــم: لمـــاذا يُعـــاملني الجميـــع كـــأنني عـــبء؟ لمـــاذا يجـــب أن أعتـــذر عـــن كـــل شـــيء حتـــى عـــن تنفســـي الثقيـــل؟ لمـــاذا كانـــت نظـــراتهم تشـــبه الشـــتائم؟ أنـــا التـــي أرهقهـــا التبريـــر، التـــي كرهـــت وجههـــا لأنهـــا لـــم تشـــبههم، التـــي قاســـت شـــكل جســـدها فـــي مـــرآة الكـــره، التـــي التهمهـــا صـــمت البيـــت وظـــن الجميـــع أنهـــا بخيـــر لأنهـــا لـــم تكـــن تصـــرخ. لـــم يعرفـــوا

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أنني كنتُ أغرق ببطء، أن الطفلة التي كنتها ماتت مرات كثيرة، ودفنت نفسها كل مرة دون مراسم وداع. فقط كنتُ أحلم أن يُقال لي: "ما بك؟ تحدثي، أنا هنا." لكن لا أحد كان هناك، لا أحد كان جاهزًا لسماع الحقيقة من فمٍ صغير، مكسور، ينزف وهو يبتسم.

كنتُ أضع رأسي على الوسادة كل ليلة وأعدّ عدد المرات التي شعرتُ فيها بأنني لا أستحق شيئًا، كنتُ أمارس طقوس الانطفاء بصمت، أغمض عينيّ بقوة كأني أريد أن أختفي من هذا العالم، أن أعود إلى رحمٍ لم يختر لي هذه الحياة، لم يُسكنني بين قلوب تعرف كيف تُوجع أكثر مما تحب. كانوا يقولون:

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

"أنتِ حساسة جداً"، نعم، كنتُ كذلك، كنت أسمع الألم حتى لو لم يُقال، كنت أقرأ الغضب في نبرة، وأشعر بالخيانة في اللمسة، كنتُ أمتص مزاجهم كأنني مرآة مكسورة تعكس كل شيء إلا نفسها. لم يعلّمني أحد كيف أكون أنانية، كيف أقول لا، كيف أرفض أن أكون سلّمًا يصعدون عليه كلما سقطوا. كنتُ أتنازل عن نفسي كل مرة على أمل أن يروني... وما رأوني. كنتُ أضحك معهم وقلبي يتمزق، أمدّ يدي كي يحبني أحد... وما أحبني أحد. كل ما فعلوه أن علّموني كيف أعيش بنصف روح... وأموت ببطء وأنا أقول: أنا بخير.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أحيانًا كنتُ أتمدد على الأرض وأتخيل أنني شق في الجدار، لا يُرمم ولا يُلاحظ، فقط موجود كي يدلّ على الخراب، كنتُ أراقب انعكاسي في المرايا وأقول: هذه ليست أنا، هذه نسخة مشوهة من طفلة كانت تحلم، كانت تزرع الأمل تحت وسادتها وتنتظر أن ينبت فجراً... لكن ما نبت كان شوكًا، كان خيبة. العالم لم يكن دافئًا كما وصفوه، كان بردًا في حضن أمي، كان رعبًا في صوت أبي، كان وحدتي في عزّ ازدحامهم. أصدقائي كانوا موسميين، مثل المطر، يأتون حين يشتد الجفاف ويرحلون حين أغرق. علّمني الجميع أن أكون قوية، لكنهم نسوا أن القوة التي لا تجد من تحتويها

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

تتحول إلى سُمّ، وأنا سممّتُ نفسي ألف مرة فقط لأبدو طبيعية. هل رأيتم يومًا طفلة تخاف من نفسها؟ من بكائها؟ من صوتها؟ أنا كنت تلك الطفلة، التي صارت امرأة، وما زالت تختبئ تحت الطاولة حين يعلو الصوت... حتى لو كانت وحدها.

كثيرًا ما كنتُ أبتسم كي لا يقال عني "معقدة"، كنتُ أرتب حزني كأنه ديكور، أُخفي الشقوق بوردة، وأرسم على جدران صدري شمسًا كي لا يلاحظوا العاصفة. كنتُ أطفئ ذاتي كي يضيء الآخرون، أتنازل عن مكاني في كل شيء، في الحب، في البيت، حتى في الكلام. أنا التي تعودت أن تنكمش في

الزاويـــة، التـــي لا ترفـــع يـــدها حـــين يُســـأل "من يحتاج؟"

لأن لا أحـــد ســـألها يومًـــا. كبـــرتُ وأنـــا أعتقـــد أن الحـــب يشـــبه التضـــحية المســـتمرة، أن الســـكوت فضـــيلة، أن العطـــاء دون مقابـــل هـــو الطريقـــة الوحيـــدة لتبقـــى فـــي قلـــوبهم... ولـــم يخبرنـــي أحـــد أننـــي كنـــت أمحـــو نفســـي وهـــم يســـمّون ذلـــك "نُـــبلاً". لـــم يكـــن نُـــبلًا... كان انتحارًا بالتقسيط.

أجلـــس اليـــوم فـــي غرفـــة هادئـــة، يملؤهـــا الصـــمت الـــذي كنـــتُ أخشـــاه... وأحبـــه. أنـــا لـــم أعـــد تلـــك الطفلـــة التـــي تنتظـــر، لكننـــي مـــا زلـــت أســـمع بكاءهـــا فـــي الليـــل. كـــل الـــذين مـــرّوا علّقـــوا لافتـــاتهم فـــوق روحـــي، ومضـــوا. وأنـــا، جمعـــت الحـــروف

المكسورة، الغصّات، ووضعتها على ورق... ليس كي أسامح، ولا كي أنسى، بل فقط كي أقول لنفسي:

"لقد نجونا".

أنا التي لم يحبها أحد كما أرادت، أحببتُ نفسي اليوم كما أستحق. لا لأنهم غيّروني... بل لأنني أخيرًا فهمت من أكون: لستُ خرابًا كما ظننت... أنا فقط، كنتُ الطفلة التي لا أحد سمع صراخها.

****

الفصل الثانى:

حين فقدتُ نفسى

أكتب لأتذكر من كنتُ قبل أن يؤذيني الجميع

***

كنتُ أعتقد أنني أتعلم كيف أعيش، لكنني كنت أتعلم كيف أموت بهدوء. في كل خطوة كنت أخطوها نحو الغد، كنتُ أغرق أكثر في اليوم الذي لم أستطع الخروج منه، في اللحظات التي تسللت إليّ دون أن أدري حتى صارت جزءًا من هيكلي العاطفي، من روحي المكسورة. هل فكرت يومًا في أنك تفقد نفسك قطعة قطعة، دون أن تشعر؟ كنتُ أسير في طرقات الأمل التي رسموها لي، ولكنني كنت أفقد فيها كل مرة جزءًا من يقيني، جزءًا من البراءة التي كانت تسكنني.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كـــأن الحيـــاة كانـــت تحمـــل لـــي "فرصًـــا" لكنهـــا تفـــتح أبوابًـــا لأشـــياء أخـــرى أكثـــر قسوة، أكثر شراسة. كانوا يقولون لي:

"كـــل شـــيء سيصـــير أفضـــل، فقـــط امضـــي للأمام"

لكـــنهم لـــم يخبرونـــي أن كـــل خطـــوة إلـــى الأمـــام تعنـــي مزيـــدًا مـــن التخلـــي عنـــي، مزيـــدًا مـــن التعـــرض للغـــدر. لـــم أكـــن بحاجـــة إلـــى الأمـــل... كنـــتُ بحاجـــة إلـــى أحـــد يربـــت علـــى كتفـــي ويقـــول: "أنـــتِ لا زلـــتِ هنـــا، لا تفعلي ذلك بنفسك".

كنـــتُ أظـــن أن الوجـــع يُعـــالج مـــع مـــرور الوقـــت، لكـــن الوقـــت كـــان يخفـــف الجـــرح فقـــط ليُجـــدد نزفـــه فـــي لحظـــة غيـــر متوقعـــة.

هـــل تعـــرف أن النـــدوب التـــي نعتقـــد أنهـــا

شُـــفيت، هـــي فـــي الواقـــع جـــروح مفتوحـــة لكننـــا نغلقهـــا بأيـــدينا كـــي نبتســـم للآخـــرين؟ كنـــتُ كلمـــا جلســـتُ مـــع نفســـي فـــي زاويـــة مظلمـــة، أســـمع صـــراخًا لـــم أســـمعه مـــن قبـــل، أرى أطيافًـــا لـــم أراهـــا، كنـــتُ أجـــد طفلـــة تـــدمع بعيـــونٍ حزينـــة، وتصـــرخ مـــن الأعمـــاق: "لمـــاذا تركتمـــوني هنـــا وحـــدي؟" هـــل كـــان صـــراخها يعبـــر عنـــي؟ نعـــم، كـــان يعبـــر عنـــي، لأننـــي كنـــتُ المظلومـــة التـــي كانـــت تـــدفن نفســـها فـــي كـــل مـــرة حتـــى لا تُـــزعج أحـــدًا. كنـــتُ أعـــيش فـــي واقـــع لا أمـــل فيـــه، ومـــع ذلـــك كنـــت أســـتمر فـــي الابتســـام كـــأنني مجبـــرة علـــى ذلـــك، كـــأنني لوحـــة مرســـومة مـــن غيمـــة، جميلـــة فـــي شـــكلها لكـــن خاويـــة مـــن الـــداخل. لا أحـــد كـــان يراهـــا

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كاملة، لا أحد كان يدرك أنها كانت تتفتت في كل مرة. كأنني كنت أرتدي قناعًا مكسورًا وأنا أمشي في هذا العالم الذي لا يفهم معنى أن تكون مختلفًا، معنى أن تكون هكذا... فقط بلا أحد.

كلما نظرتُ إلى حياتي، كنتُ أراها كأنها فيلم طويل، مشهد تلو الآخر، كنتُ في كل مشهد أختفي أكثر، أرتدي ثوبًا جديدًا لأكون شيء آخر غير نفسي. كنتُ أتعلم كيف أعيش وفقًا لما يريده الآخرون، كيف أكون "مقبولة"، كيف أتنازل عن نفسي كي لا يُقال عني غريبة، كيف أبتسم رغم أني أريد أن أصرخ، كيف أظل صامتة حين أريد أن أروي لهم كم أنا مُنهارة. كنتُ أعيش في عالم ملي

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

بالضوضاء، لكنني كنت صامتة، كنتُ أسمعهم يتحدثون عن كل شيء وكل شخص إلا عني، وكأنني لا أستحق أن أكون جزءًا من هذا الوجود. تبتسم وجوههم لي، وأنا أعلم أن ابتسامتهم لا تعرفني، أن حديثهم لا يهتم بما يجري في داخلي. كنتُ أضحك معهم، لكنني كنت أُدرك تمامًا أنني كلما ضحكتُ أكثر، كلما اختفيت أكثر. كنتُ أحتضر بصمت، وأنا أراقب كل شيء يمر من حولي وأنا لا أستطيع الإمساك بشيء منه، لأنني كنتُ قد فقدتني منذ زمن.

أحيانًا، أوقف عقلي عن التفكير فقط لأهرب من الحقيقة التي تعتصرني، لكن الحقيقة لا يمكن الهروب منها، إنها

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

تلاحقني في كل زاوية من روحي، كظل لا يختفي مهما ابتعدت. كنتُ أُغلق عينيَّ وأتمنى أن أستطيع إيقاف الزمن، لكن الزمن لا يتوقف. كنتُ أريد أن أصرخ، لكن الصوت كان ينحشر في صدري، فتبقى الكلمات حبيسة بين شفتَيَّ كأنها خائفة من الخروج. أحيانا، كنتُ أشعر أنني أصارع نفسي، وأن الحرب التي أعيشها ليست مع الآخرين بل مع الأجزاء الممزقة من داخلي التي أصبحت أستطيع سماعها تنادي: "هل هذه حياتك؟ هل أنتِ حقًا كما تعتقدين؟" كان الألم يتسلل إليَّ من كل مكان، من كل ذكرى، من كل لحظة ضائعة، وكأنني لم أكن أعيش حقًا، بل كنت أقاوم الحياة

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

التـــي حاولـــتُ أن أعيشـــها دون أن أســـتطيع التمســـك بهـــا. كيـــف يمكـــن لشـــخص أن يعـيش بـين جـدران مـن الألـم ويظـل واقفًـا؟ كيـف يمكـن للعقـل أن يتحمـل مـا لا يسـتطيع الجســـد تحملـــه؟ كنـــتُ أحـــاول أن أســـتعيد الأمـل، لكـن الأمـل كـان يهـرب منـي فـي كـل مـرة. كنـتُ أضـحك علـى نفسـي عنـدما أرى فـــي عيـــون الآخـــرين الأمـــل الـــذي فقدتـــه، وأتســـاءل فـــي صـــمت: "أيـــن اختفـــى الأمـــل الذي كنت أحمله بين يديَّ؟"

كنـــتُ أظـــن أننـــي قـــادرة علـــى إعـــادة ترتيـــب كـــل شـــيء، لكننـــي كنـــت أخـــدع نفســـي. كانـــت كـــل محـــاولاتي لمجـــرد النجـــاة بمثابـــة غـــرق آخر في البحر الذي لا شاطئ له.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كلما حاولتُ أن أبدأ من جديد، شعرتُ أنني أبدأ من الصفر فقط لأكتشف أنني لم أكن قد خرجت من البداية أبدًا. كيف يمكن لشخص أن يبدأ من جديد وهو لا يعرف أين وضع نفسه في المرة السابقة؟ كنتُ أركض بلا هدف، محمّلة بجروح لم تلتئم بعد، وكلما حاولت أن أفتح بابًا للأمل، أغلقته الرياح بسرعة أكبر. كنتُ أبحث عن نفسي في مرآة مكسورة، في قصص الآخرين، في كلمات مهدئة سمعها الأذنان لكن لم تستطع أن تهدئ الفوضى في داخلي. كنتُ أسأل نفسي: "هل هذه هي الحياة؟" وهل هذه هي البداية التي ينتظرها الجميع؟ كنتُ أظن أن الألم

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

سيذهب مع مرور الوقت، لكن الحقيقة هي أن الوقت فقط جعل الألم أكثر وضوحًا، وأكثر مرارة. وكلما ازداد الزمن، شعرتُ أنني أبتعد عن نفسي أكثر. كنتُ أتعلم كيف أعيش مع الألم، كيف أتنفس وهو يضغط على صدري، كيف أبتسم وأنا أغرق في بحر من الأفكار السوداء. كنتُ أتمنى أن يأتِ يوم أستطيع فيه أن أقول "أنا بخير"، لكن لم يكن ذلك اليوم أبدًا، لأنني كنت أقولها فقط لأنني لم أعد أصدقها. كان عليّ أن أواجه الحقيقة: أنني لم أعد كما كنت، ولم أعد أستطيع أن أكون كما كانوا يتوقعون مني. كنتُ ضائعة، وأخشى أن

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أجـــدني يومًـــا، لأننـــي لـــم أعـــد أعـــرف مـــن أكون.

*****

الفصل الثالث:

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كنت أكتشف في كل لحظة أنني لم أعد تلك الفتاة التي كانت تبحث عن إجابات لكل شيء. لم أعد أخشى الفراغ الذي كنت أراه في داخلي؛ بل بدأتُ أراه مساحة فارغة تعني إمكانيات لا حصر لها. الفجوات التي كنت أظنها عيوبًا أو نقصًا، أصبحت اليوم علامات لرحلة أعيشها، لا نهاية لها. كل جزء مني، حتى تلك الأجزاء المكسورة، كانت تشهد على قوتي الخاصة. كانت الجروح التي ظننتُ أنها ستظل تلاحقني إلى الأبد، هي التي شكلتني. كانت دروسي في الحياة أعمق مما كنت أظن، وكنت أكتشف في كل تجربة جديدة أنها تعلمني كيف أكون

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

إنسانة أقوى، أكثر هدوءًا، وأكثر صدقًا مع ذاتي.

وفي تلك اللحظات التي كنت أواجه فيها التحديات، بدأت أرى أن القوة الحقيقية لا تكمن في البقاء ثابتًا أو في السيطرة على كل شيء، بل في قدرتنا على التأقلم مع الحياة كما هي. الحياة، كما علمتني، ليست خطًا مستقيمًا نسير فيه نحو النجاح أو الفشل. إنها سلسلة من المنعطفات التي تأخذنا إلى أماكن لا نعرفها، وتعرضنا لتجارب تكشف لنا عن أنفسنا بشكل غير متوقع. وأحيانًا، نحتاج إلى أن نتخلى عن خططنا، أن نترك الأمور تأخذ مجراها، وأن نثق أن

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الحيـــاة ســـتأخذنا إلـــى حيـــث نحتـــاج أن نكون.

كنـــت أتأمـــل فـــي تلـــك الـــدروس التـــي علمتنـــي إياهـــا الحيـــاة، تلـــك التـــي كانـــت غارقـــة فـــي الألـــم فـــي البدايـــة، ولكننـــي بـــدأت أراهـــا الآن علـــى أنهـــا دروس أساســـية فـــي النمـــو. علمتنـــي كيـــف أكـــون صـــادقة مـــع نفســـي، كيـــف أواجـــه ألمـــي وأتقبـــل حزنـــي دون أن أعتبرهمـــا نقيصـــة. كنـــت أكتشـــف أننـــي كنـــت قـــد عشـــت فـــي خـــوفٍ طويـــل، خـــوف مـــن أن أكـــون ضـــعيفة، خـــوف مـــن أن أكـــون غيـــر كافيـــة. لكننـــي الآن، ومـــع كـــل خطـــوة، كنـــت أكتسب شيئًا جديدًا من الثقة.

الحيـــاة ليســـت عـــن محاربـــة كـــل مـــا يواجهنـــا، بـــل عـــن كيـــف نحتضـــن تلـــك

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

التحديات بحب وتقبل. ولم أعد أبحث عن إجابات كما كنت في الماضي. بدأ الحزن يتحول في قلبي إلى نوع من الفهم العميق، إلى تقدير لأدق تفاصيل الحياة. لم أعد أعتبر التحديات عبئًا ثقيلًا، بل كنت أراها فرصًا للشفاء والتطور. كل صعوبة كنت أواجهها كانت تترك فيّ بصمة جديدة، ورغم كل الجروح التي كانت تظل تظهر بين الحين والآخر، كانت تلك الجروح تعلمني كيف أكون أكثر نضجًا، أكثر قبولًا.

كانت الحياة تواصل منحني دروسًا غريبة، لكنني تعلمت أن أكون صامتة في مواجهتها، وأن أكتفي بالاستماع، لا الرد. في اللحظات التي كنت أتوقف

فيهـــا، كـــان العـــالم يتحـــدث إلـــيَّ بلغـــة مختلفـــة. الحيـــاة كانـــت تُحضـــر لـــي حقيقتهـــا بطريقـــة لا أســـتطيع إلا أن أتعلـــم منهـــا. تعلمـــت كيـــف أســـتمتع بكـــل لحظـــة، كيـــف أقـــدر اللحظـــات التـــي أعتقـــد أنهـــا عـــابرة أو بســـيطة، لأنهـــا فـــي النهايـــة هـــي التـــي تُشـــكِل حياتي.

ومـــع مـــرور الأيـــام، أدركـــت أننـــي لـــم أعـــد أحتـــاج إلـــى إجابـــات كاملـــة، وأننـــي لا أحتـــاج إلـــى أن أكـــون فـــي المكـــان الـــذي توقعتـــه ســـابقًا. لـــم يعـــد المكـــان هـــو مـــا كـــان يهمنـــي، بـــل كيـــف أننـــي كنـــت أعـــيش كـــل لحظـــة، وكيـــف كنـــت أتعلـــم مـــن كـــل شـــيء يصـــادفني. أصـــبح حاضـــري هـــو كـــل مـــا أحتاجـــه، ولا شـــيء آخـــر. لـــم أعـــد فـــي حاجـــة إلـــى محاربـــة

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

أي شـــيء، بـــل كنـــت أحتـــاج إلـــى أن أقبـــل أننـــي جـــزء مـــن هـــذه الحيـــاة، بكـــل مـــا فيهـــا مـــن ألـــم وفـــرح، بكـــل مـــا تحملـــه مـــن تحـــديات وآمـــال. تلـــك هـــي الحيـــاة التـــي كنـــت فـــي انتظارهـــا، حيـــاة مليئـــة بالســـلام الـــداخلي، وبالقبول الكامل لما أنا عليه.

*****

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الفصل الرابع:

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كل شيء يبدأ بالتخلي. كنت أظن أن القوة تكمن في القدرة على التمسك بكل شيء، في السيطرة على كل شيء في حياتي. لكن الحقيقة التي اكتشفتها مؤخرًا كانت مختلفة. القوة الحقيقية هي أن تعرف متى تترك الأمور تذهب، متى تتنحى جانبًا وتسمح للأشياء أن تأخذ مجراها دون تدخل. تلك اللحظات التي قررت فيها أن أترك الماضي وراء ظهري كانت لحظات فارقة. تعلمت أن الحياة ليست عن السيطرة، بل عن السماح لها بالمرور كما هي.

الألم كان يرافقني لفترة طويلة، ليس كعدوٍ أهرب منه، بل كرفيقٍ صامت أتعلم منه. أدركت أنني كنت أضيع الكثير من

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

طاقتي في محاربة هذا الألم، محاولًا إبعاده، لكنني الآن أرى كيف أن هذا الألم كان يحمل في طياته دروسًا لم أكن أستطيع أن أتعلمها في غيابه. كان يحاول أن يعطيني درسًا في الصبر، في المرونة، في فهم أن الحياة ليست دائماً عدالةً محضة، لكنها تستحق أن نعيشها رغم كل التحديات. تعلمت أن الحياة ليست عن الحصول على ما نريد دائمًا، بل عن قدرتنا على التعامل مع ما يُعطى لنا.

لكن الفهم العميق لا يأتي بسهولة. يحتاج إلى وقت، إلى تجارب، إلى قسوة أحيانًا. كانت هناك لحظات كنت أعتقد فيها أنني فقدت السيطرة على حياتي،

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

لحظات كنت أخشى فيها أنني لن أتمكن من المضي قدمًا. ومع ذلك، كنت أكتشف شيئًا عميقًا في داخلي: كل تلك اللحظات التي اعتقدت أنني غارقة فيها، كانت تشكلني، كانت تطورني. لم أعد أرى التحديات على أنها حواجز، بل أصبحت أراها منصات انطلاق.

كلما تأملت في الطريق الذي قطعته، أدركت كيف أنني قد تغيرت. لم أعد أتعلق بمفاهيم قديمة، لم أعد أبحث عن التقدير من الآخرين كما كنت في الماضي. أصبحت أرى التقدير الحقيقي في كيف أتعامل مع نفسي، في قدرتي على أن أكون صادقة مع ذاتي، على أن أقبل نفسي بكل تفاصيلها. كانت تلك هي

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

القوة التي كنت أبحث عنها، القوة التي لا تتطلب منك أن تكون شيئًا آخر غير ما أنت عليه.

كل لحظة كنت أعيشها كانت تعلمني شيئًا جديدًا. الحياة كانت تضعني في مواقف كانت تجرني نحو شيء أكبر، نحو جزء أعمق من نفسي. لم يكن الأمر يتعلق فقط بأن أعيش لحظاتي كما هي، بل كيف أتعامل مع نفسي فيها. كيف أقبل الألم، وكيف أحتفل بالفرح. كنت أتعلم أن كل شعور، مهما كان عميقًا أو بسيطًا، هو جزء من هذا الكائن الذي أصبحته، وهو الذي يخلق مع الوقت ذاتي الجديدة.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

لم أعد أخشى ما هو قادم. كنت أرى المستقبل الآن ليس كخوفٍ بل كفرصة. الفرصة أن أعيش الحياة دون أي حواجز، أن أكون أنا، بكل ما في ذلك من تضاريس، من تغييرات، من تجارب. لم أعد أشعر بالقلق بشأن ما سيحدث غدًا، لأنني تعلمت أنني لا أملك سوى لحظتي هذه. وأنا هنا، بكل ضعفها وقوتها، أعيشها بكل ألوانها، بكل ما تحمله من تساؤلات وأجوبة.

وأنا في هذه اللحظات، أشعر بشيء لم أكن أشعر به من قبل. شعور بالسلام الداخلي الذي لم يكن موجودًا منذ وقت طويل. كان هدوءًا نابعًا من القبول، من الرغبة في أن أكون هنا الآن، في هذه

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

اللحظة، مع كل ما فيها. الحياة لم تعد تسير كما كنت أتوقعها، ولكنها الآن تسير كما يجب أن تكون.

*****

الفصل الخامس:

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

كانت الحياة تتكشف أمامي، وكل لحظة فيها كانت تحمل شيئًا جديدًا، شيئًا غير متوقع. لم أعد أخشى التغيير كما كنت في الماضي، بل بدأت أراه فرصة. الفرص كانت تأتي على هيئة صعوبات، على هيئة تجارب تتحدى صبري وقدرتي على التحمل. لكنها، في أعماقها، كانت تقدم لي دروسًا جديدة عن الحياة، عن نفسي، وعن القدرة على إعادة بناء الذات بعد كل سقوط. لم يكن الأمر مجرد تعلم كيفية المضي قدمًا، بل تعلمت كيف أستمتع بالرحلة نفسها، بكل ما فيها من تجارب وألم وفرح.

في البداية، كان التغيير يبدو وكأنه قسوة. كنت أظن أن الحياة قد تركتني في مفترق طرق، وفي كل مرة كنت أعتقد أنني قد اخترت الطريق الصحيح، كانت الحياة تُظهر لي طريقًا آخر. ولكنني الآن أدركت أن كل هذه الطرق كانت مجرد جزء من الرحلة. لم تكن هناك خيارات صحيحة أو خاطئة، فقط كانت هناك خيارات تمنحني الفرصة للنمو، لتعلم أشياء جديدة عن نفسي وعن العالم من حولي. وعندما توقفت عن محاربة التغيير، بدأت أرى الجمال في كل لحظة.

أصبح الماضي بالنسبة لي شيئًا بعيدًا. لم أعد ألتفت إلى الوراء كما كنت أفعل.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

عرفت الآن أنني لا أستطيع أن أعيش حياتي وأنا معلقة في تلك الذكريات. هناك شيء أكبر كان ينتظرني، شيء أكبر من أن يظل يقتصر على ما كنت عليه. الحياة كانت تُعلمني أن أكون مرنة، أن أعيش في اللحظة التي أمامي. وعندما كنت أتوقف عن التمسك بالماضي، كنت أكتشف أن هناك مساحة جديدة تفتح لي. كانت تلك المساحة هي حريتي، حريتي في أن أكون أنا، بكل ماضيي وجروحي، وأيضًا بكل أمالي وأحلامي.

كان السلام الذي كنت أبحث عنه منذ سنوات قد بدأ يظهر في حياتي. لم يكن السلام يعني أنني أصبحت خالية من

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الألـــم، بـــل كـــان يعنـــي أننـــي قـــد قبلـــت هـــذا الألـــم، وأصـــبحت جـــزءًا منـــه. كـــان الســـلام أننـــي تعلمـــت أننـــي لا أحتـــاج إلـــى أن أكـــون مثاليـــة، ولا أن أعـــيش حيـــاة خاليـــة مـــن العثـــرات. تعلمـــت أن الحيـــاة هـــي عـــن التـــوازن بـــين اللحظـــات الجيـــدة والســـيئة، بـــين الســـعادة والحـــزن، بـــين الفـــرح والألـــم. وكمـــا تعلمـــت فـــي الفصـــول الســـابقة، الســـلام لـــيس غيابًـــا عـــن الألـــم، بـــل القـــدرة علـــى العيش وسطه بكل هدوء وثقة.

لـــم أعـــد أنتظـــر أن يـــأتي شـــيء خـــارجي ليملأنـــي بالســـلام. بـــدأت أبحـــث عـــن هـــذا الســـلام فـــي داخلـــي. كـــان علـــيّ أن أتعلـــم كيـــف أكـــون فـــي ســـلام مـــع نفســـي، كيـــف أكـــون راضـــية عمـــا أنـــا عليـــه. تلـــك اللحظـــات

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

التي كنت أظنها ضعفًا، أصبحت الآن اللحظات التي كنت أكتشف فيها قوتي الحقيقية. القوة ليست في الهروب من الألم، بل في مواجهة كل شيء بهدوء، في أن أكون قادرة على العيش مع نفسي بكل ما فيها، بكل تقلباتها ومشاعرها المتناقضة.

ومع مرور الوقت، بدأت أرى الحياة بمنظور مختلف. لم تعد التحديات تهددني، بل كانت تدفعني للنمو. بدأت أرى كل شيء كفرصة، كل موقف كدرس، وكل تجربة كما لو كانت جزءًا من تصميم أكبر لا يمكنني رؤيته في الوقت الحالي. الحياة ليست خطًا مستقيمًا، إنها دوامة، تدور بنا في

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

محـــاور مختلفـــة، ولكننـــا فـــي كـــل مرحلـــة نـــتعلم شـــيئًا جديـــدًا. وتعلمـــت أننـــي لســـت بحاجـــة لأن أرى كـــل شـــيء الآن. الحيـــاة ســـتكون كمـــا هـــي، وأنـــا ببســـاطة يجـــب أن أكـــون موجـــودة فيهـــا، بكـــل شـــيء، بكـــل معاناتها، بكل فرحها، بكل عثراتها.

أدركـــت أخيـــرًا أن الســـلام لا يـــأتي مـــن تجنـــب التحـــديات، بـــل مـــن القـــدرة علـــى العـــيش معهـــا، أن أكـــون حاضـــرًا فـــي كـــل لحظـــة، أن أتعلـــم مـــن كـــل شـــيء، وأقبـــل كـــل شـــيء كمـــا هـــو. أنـــا لســـت بحاجـــة للســـيطرة علـــى كـــل شـــيء. لـــيس علـــيّ أن أعـــرف كـــل الإجابـــات. الحيـــاة فـــي ذاتهـــا هـــي الإجابـــة. إنهـــا مســـتمرة فـــي نموهـــا، فـــي تحولهـــا،

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

وأنا جزء من هذا التحول، جزء من هذه الحركة المستمرة.

ومع ذلك، لا يزال هناك شيء جميل في الاستسلام، في إيقاف المقاومة. لأنه في اللحظة التي توقفت فيها عن المقاومة، بدأت أجد الراحة. بدأت أستطيع أن أعيش كما أنا، دون الحاجة لتبرير وجودي أو تصحيح أخطائي. في هذه اللحظات، بدأت الحياة تتحول، كما لو أنها كانت دائمًا تعود إلى نقطة البداية، حيث كل شيء ممكن، حيث كل شيء يحتمل. حيث الحياة نفسها كانت أكبر من كل الصعوبات، وكانت دائمًا تستحق العيش

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

وبينما كنت في هذه الرحلة الطويلة من التغيير، وجدت نفسي أقوى مما كنت أظن. لم تكن القوة في التفوق على الآخرين، ولا في أن أكون الأفضل، بل في أن أكون صادقة مع نفسي، في أن أقبل كل جزء مني كما هو. تعلمت أن الحياة ليست عن تحقيق المثالية، بل عن قبول العيوب، عن العيش في كل لحظة بكل ما فيها من تعقيد. لأن الحياة ليست ما نخطط له، بل ما نصير إليه حين نترك أنفسنا لتجربة الأشياء كما هي.

لم أعد أخشى التغيير، لم أعد أخشى المستقبل أو الماضي. تعلمت أن الطريق هو جزء من الرحلة، وأن الرحلة نفسها هي التي تشكلني، تجعلني ما أنا عليه.

اليوم، أعيش بسلام داخلي، ليس لأنني خالية من الألم، بل لأنني قد تعلمت أنني لا أحتاج إلى أن أهرب من الألم. الحياة ستظل تتغير، ولكنني أصبحت الآن قادرة على العيش بكل تفاصيلها، بكل تحدياتها، بلا خوف. وفي كل خطوة جديدة، أرى أن الحياة قد أخذتني إلى مكان كنت أجهله، ولكنني هنا، وأعيشها بكل ما فيها من جمال وألم.

*****

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

الخاتمة:

وفي النهاية، تعلمت أن الحياة ليست مكانًا يسعى للراحة فقط، بل هي رحلة مليئة بالمفاجآت، بالألم، بالفرح، وبالدرس تلو الآخر. لم أكن في يومٍ من الأيام أبحث عن إجابة واحدة، بل كنت أبحث عن الحقائق التي تتكشف أمامي في كل لحظة، عن السر الذي يسكن في التفاصيل الصغيرة التي تمر مرور الكرام. الآن، أدركت أن هذه الرحلة لم تكن عن الوصول إلى النهاية، بل كانت عن أن أعيش لحظات التغيير، وأستمتع بكل لحظة مما يعنيه أن أكون إنسانة بكل ما فيها من تناقضات.

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

لقد تعلّمت أن الألم ليس عقابًا، بل هو معلم قاسٍ يُعلمنا كيف نعيش في المساحات الرمادية بين السواد والنور. والأمل، ليس وعدًا بمستقبل مشرق دائمًا، بل هو شعور يمكن أن يتجسد في لحظات صغيرة وسط الظلام، حين نقرر أن نعيش رغم كل شيء. وعندما يتوقف الزمن في لحظة صمت، يصبح الإدراك أكثر حدة، أكثر وضوحًا. وفي تلك اللحظات، حين نقرر أن نكون حاضرين مع أنفسنا، نكتشف أن الحياة قد تكون كل شيء نحتاجه، فقط إذا عرفنا كيف نعيشها دون تردد.

اليوم، لا أبحث عن شيء آخر، فقد وجدته في نفسي. تعلمت أنني لست

بحاجة لأن أكون قوية على الدوام، ولا مثالية في كل وقت. تكمن قوتي في مرونتي، في قدرتي على التعافي، في تعلّمي كيف أستقبل الحياة بكل عثراتها، وأحتفل بكل انتصار مهما كان صغيرًا. والآن، بينما أكتب هذه الكلمات، أتعلم أن الحياة لن تكون يومًا ثابتة. هناك دائمًا شيء جديد ينتظرني، وهناك دائمًا فرصة للنمو والشفاء.

وها أنا، أختم هذه الرحلة التي قد تكون قد وصلت إلى نهايتها، لكنها في الواقع لم تبدأ بعد. لأنه كما تعلّمت، كل نهاية هي بداية جديدة، وكل لحظة هي فرصة أن أكون أكثر قربًا من نفسي، أكثر تعبيرًا عن الحقيقة التي أعيشها، وأكثر

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

صدقًا مع مساري. وهذا الكتاب، رغم كلماته التي انتهت، إلا أن الرحلة التي بدأت فيه لا تزال مستمرة في أعماقي، لأن كل لحظة أعيشها هي فصل جديد في قصة حياتي.

وأنا هنا، في هذا الفصل الأخير، فقط لأنني قررت أن أكون، كما أنا. لأنني فهمت أخيرًا أنني لن أعيش هذه الحياة لأكون نسخة من أحد، بل لأكون نفسي، بكل ما فيّ من قصص ومشاعر وأحلام.

وهكذا، كما أقول دائمًا، لا تنتظروا النهايات لتكتشفوا بداية جديدة. فكل لحظة هي فرصة، وكل خطوة هي بداية جديدة.