النوستالجيا

علاقة معقدة موجهة إلى الماضي

إشراف: نور أيمن مرسي

النوستالجيا

مجموعة مؤلفين

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزيمة وإبداع جديد

الكتاب : قصص

المؤلف: مجموعة مؤلفين

غلاف الكتاب: سمر حمدان

موك اب الكتاب: جيهان سمير

تنسيق داخلي: سها منصور

إدارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

المقدمة

كل شخص منا مريض بالنوستالجيا مريض بصفه عامه، بالتعلق بالماضي والعيش عليه دون النظر اللي الحاضر او الاهتمام بالمستقبل ولكن إلي متي؟ إلي متي النظر إلي الوراء! وكيف العلاج والتخلص من النوستالجيا؟

حساني خيرة أحلام / الجزائر

قتلتها

كان يقال عني عاشق لأنغام الكمان، نعم لأنني سريع التأثر، لم يكونوا على دراية بأن مشاعري كفيلة بإغراق الدموع مثل فيض وادي هائج.

تبدأ حيثيات القصة عند عودتي إلى المنزل وإغلاق باب غرفتي بإحكام، كانت ليلة باردة ممطرة فسحبت بطانيتي لأشعر بالدفء في محاولة للنوم ونسيان الموقف لكن ذلك زاد الأمور تعقيدًا، بدأت صور الأمكنة ترتسم في مخيلتي وبدأ الخيال التمثيلي يأخذ مجراه، انتابني شعور الوحدة ومخاطبة الذات، وكلما أغمضت عيني أتذكر صورة الدماء التي لطخت المكان بأكمله، لقد ارتكبت جريمة قتل، قتلتها، يا إلهي! كانت مطروحة أرضًا والجهة اليسرى تنزف

بفيض من الدماء، أوف طعنتها في القلب، الشرايين تمزقت، أنا مجرم حتى لم أتفقد إن كانت على قيد الحياة أم لا، المشهد أفزعني وأصدرت حكم الوفاة يا إلهي، أنتظر خبر حياتها لا وفاتها، كانت إنسانة تقلل من قيمتي، وكنت مذلولًا أمامها إلى أن تشجعت ووضعت حدًا لحياتها لكن لم أكن بوعيي، تعاطيت ذلك السم الذي أذهب عقلي، ماذا إذًا؟ ماذا سأفعل؟ تنهد تنهيدة ندم وأزاح البطانية ونهض مفزوعًا من الموقف، لقد قتلت من كانت ستصبح شريكة حياتي وزوجتي، أشاركها غرفتي، بعدها وقع طريح الفراش، نهض في حدود الرابعة صباحًا مثل مجنون فرّ من مستشفى الأمراض العقلية، نعم، استعاد وعيه ولم يتذكر شيئًا ولا الأحداث التي صارت، عند تعاطي المخدر يذهب العقل، تذكر فقط أنه

تشـــاجر معهـــا، ومـــاذا حـــدث بعـــدها؟! أيـــن ذهبـــت؟! كيـــف كانـــت نهايـــة الموقـــف؟ لا يـــدري، أصـــبح يخمـــن مـــاذا حـــدث، اتصـــل بهـــا لكنهـــا لا تـــرد، تصـــفح الفيســـبوك فـــإذا بـــه يتفاجـــأ بمنشور نشر بصفحة المنطقة

- "ابنـــة فـــلان فـــي ذمـــة الله بعـــد أن تعرضـــت لطعنة بواسطة خنجر مجهول البصمات."

وصـــرخة، تلـــك الصـــرخة، يـــا إلهـــي! مـــن قتلهـــا؟ دخـــل غرفتـــه مرتبكًـــا يكـــاد الخـــوف يقتلـــه، تمهـــل يـــا أحمـــد، أنـــت لـــم تقتلهـــا، لا، لا، ومـــاذا إن كنـــت أنـــا الفاعـــل؟ ســـأتذكر، قيـــل إن الخنجـــر مجهـــول البصـــمات، هنـــاك احتمـــالان إمـــا أننـــي مســـحت البصـــمات، أو أن صـــاحبه يلـــبس قفـــازات، وأنـــا أرتـــدي قفـــازات بشـــكل دائـــم، بـــدأت الشـــكوك تراودنـــي، هـــل أنـــا القاتـــل؟! صـــار كـــالمجنون يبحـــث فـــي الغرفـــة عـــن دليـــل

مبـــرر، فـــإذا بـــه يجـــد قميصـــه الملطـــخ بالـــدماء فـــي الخزانـــة، اللعنـــة، أنـــا القاتـــل! كيـــف فعلتهـــا يـــا إلهـــي؟! هـــي كانـــت ســـيئة لكـــن لـــم أتخيـــل أن أقتلهـــا يومًـــا، لا، لا، لـــن أســـكت، ســـأبلغ الشـــرطة، ومـــاذا إذًا؟ سأســـجن لا، لا، سأعاقب نفسي بمفردي.

ســـحب قلمـــه الأســـود وكتـــب علـــى جـــدران الغرفة كل ما فعله بالتفصيل الممل:

- "قتلتهـــا بكـــل بـــرودة أعصـــاب، لـــم أكـــن بـــوعيي، لـــم أحبهـــا يومًـــا، كانـــت تســـيء معـــاملتي، لـــم أقصـــد قتلهـــا، الأصـــح مـــوتي أحســـن مـــن حيـــاتي، شـــكرًا يـــا غرفتـــي، ملجـــأ ومـــأمن أســـراري، لكـــن لا أريـــد العـــيش وســـط تأنيب الضمير."

وسحب الحبل ووضعه وسط الغرفة بسقفها وقال:

- "أنا مجنون"

وشنق نفسه ولفظ أنفاسه الأخيرة، نعم، توفي، اختار الموت على العذاب، كان له أخاه التوأم الذي حمل حقائب سفره منذ صغره للدراسة في ألمانيا لكن الفاجعة حطت به الرحال مرة أخرى في أرض الوطن إثر فقدان روحه (أخاه)، بمجرد رؤيته للمنظر وحيثياته، لم تكد تصدق عيناه ما ترى، سقط أرضاً، حينها قرر الانتقام ووضع الأسرة محل اشتباه مفعول به في أي لحظة، بدأ يفعل خططه الانتقامية ويطبخها على نار هادئة.

في ليلة خيم عليها الظلام وهبوب العواصف وزخات المطر، قرر التنفيذ، سحب دلو البنزين واتجه نحو منزل عائلة تلك الفتاة ورمى بعود الكبريت الذي سرى كسرعة البرق مع مسار البنزين، احترق البيت

بأكملـــه، للحـــظ لـــم تكـــن العائلـــة هنـــاك، هـــو تقصـــد ذلـــك ليـــرى معانـــاتهم وتشـــردهم، بعـــدها رأى أن الانتقـــــام الوحيـــــد الـــــذي سيشـــــفي جراحـــه هـــو العـــودة بكـــل بـــرودة أعصـــاب إلـــى المنـــزل كمـــا لـــم يفعـــل شـــيئاً، ســـحب مـــذكرات أخيـــه متصـــفحاً إياهـــا ليكتـــب فـــي آخـــر ورقـــة:

ـ "أنـــت بـــدأت القصـــة مـــع مـــن لا يشـــبهك، مـــع مـــن لا يقـــدر وجـــودك، وأنـــا أنهيتهـــا لصـــالحك، دعهـــم يعيشـــون الكآبـــة مـــدى الحيـــاة ليتعلمـــوا كيـــف يتلاعبـــون بمشـــاعر أنـــاس أبريـــاء مثلـــك يا أخي."

دمـــوعي لـــم تتوقـــف لـــن تتنـــازل لفراقـــك، ســـأعود مـــن حيـــث أتيـــت ربمـــا أتناســـى مـــا أعظـــم تضـــحياتك يـــا أخـــي، رغـــم الإهانـــة وارتكـــاب المغالطـــات فضـــلت المـــوت علـــى تأنيـــب الضـــمير، أنـــا ذاهـــب وســـآخذ مـــذكراتك معـــي،

ضعوا الزهور على قبره وأكثروا منها كان يحبها، الوداع، تثاقلت خطواتي حين خرجت من المقبرة كأنه يقول:

- "عد، لا تتركني لوحدي."

إذًا اسمعي يا ذاتي، العبرة أن تختار الشخص الذي يقدر وجودك، يعطيك الأهمية، يشاركك الألم والفرح، يتقاسم معك تفاصيل حياتك، لا الإنسان الذي لا يبالي بوجودك ولا يقدر ذلك، لو كانت هي تعي ذلك لما ثار غضبه وقتلها.

يارا بوفي / سوريا

حان الوقت لأقول كفى

"٢٠٢٢/٤/١٥"

مـــاذا تنفعنـــي عودتُـــكَ الآن؟ تظـــنُّ أنّـــي كُنـــتُ بخيـــرٍ طيلـــةَ تلـــك الفتـــرة؟ وكـــأنّ كُـــلَّ تلـــك الأحـــداث قـــد كانـــتْ مُجـــرّدُ أوراقٍ خريفيّـــة كنّســـتْها ريـــاحُ أيلـــول بهـــذه البســـاطة؟ أتـــدري كـــم اســـتنزفتُ مـــن وقتـــي وحُبـــي وصـــبري وصـــحتي فـــي انتظـــارِكَ؟ أتـــدري مـــا تركـــه رحيلـــكَ مـــن كـــدماتٍ فـــي الـــرّوح وشـــظاياً فـــي الذّاكرة وأورامٍ في القلب؟

لا، لا أُبـــالغ بـــل حـــدث أكثـــر مـــن ذلـــك حتّـــى، أم عـــن بُكـــائي كُـــلَّ ليلـــةٍ علـــى وســـادتي وظنّـــيَ أنّ هـــذه هـــي النّهايـــة بـــل حتّـــى لـــم تكـــن بنهايـــة، لـــم تمنحنـــي فرصـــةً لـــوداعٍ أخيـــرٍ أو حـــديثٍ أو لقـــاءٍ أخيـــرٍ، بقيـــتُ مُتأرجحـــةً بـــين ذكريـــاتِ الماضـــي وأمـــل المُســـتقبل، وهـــا أنـــا فـــي أســـوءِ حـــالٍ

يمكن أنْ أكونها على الإطلاق! بدأتُ بالبحثِ عن طبيبٍ نفسيّ، نعم، نعم طبيبٌ نفسيّ ولِما كُلُّ هذه الدّهشة؟

أعيشُ أزمةَ رُعبٍ من اللّاشيء، أصرخُ بطريقةٍ مُرعبة، أرتجفُ دائماً ولا أقوى على الصّدمات وقد تكون نهايتي في صدمةٍ ما تقودني إلى الموت، هذا ليس أمراً عاديّاً ولا يمسُّ حالةً طبيعيّةً على الإطلاق! لا تحاول مُجرّد المحاولة في التّفكير أنّ إنجازاتي الّتي حققّتُها أو ابتساماتي في الصّور كانتْ مرحلةً انتقاليةً لتعافيَّ منكَ ونسيانك، لا ابداً! كانتْ كذبة، كذبة لأُواسي بها نفسي وأُسلّيها عن الانهماكَ بكَ وبأخبارك، لم أعُد أعرفُ مَن أكون وكثيراً ما أسألُ نفسي هل أنا بشخصٍ سيءٍ إلى هذه الدّرجة لألقى كلَّ هذا العذاب؟

تعبتُ حقّاً واشتقتُ لكوني "أنا"

المُشكلةُ أنّ الأمرَ كان في غايةِ البساطة والسّهولة واللّطف ليبقى كُلَّ شيءٍ بيننا على ما يرام ولكن لا عليك طالما أنّ هذه التّفاصيل لم تنبعْ من رغبةٍ صادقةٍ منك ومن إرادةٍ مُطلقة إذاً لا عتابَ على ذلك، لا تنتظرْ منّي أن أفتحَ بابَ قلبيَ لكَ لأنّي وبفضلكَ لن أُعاودَ فتحتَه لأحدٍ رُبّما، ضحّيتُ بما فيه الكفاية وحان الوقتُ لأقولَ كفى!

ثيزيري / الجزائر

ومن جوف الحياة أزهري

منذ أن انفتحت عينايا للحياة كنت أصغر فردا في العائلة، كنا أسعد عائلة على الإطلاق، في مدينة كانت تسمى ينبوع الاحلام، هي أشبه بقلعة جدرانها غابات خضراء، أشبه بمدينة الخيال، لم أدرك حيناها ما معنى الحياة لصغري سني، أضحك وألعب كغيري من الأطفال، فهذا من حقي، أمي أسمتني ياسمين، ينادني الأحباب والجيران ورد الياسمين، فالكل كان يحبني علي أنثر عطر الياسمين أينما حللت!

فمن المضحك هذا يا صديقي! ههههه شبيهم كان أشبه من الخيال، لكن على كل حال كنت أستمتع بالحياة وأستغل كل فرصة أحصل عليها، أزهو مع الأحباب وأمرح، كنت أسعد طفلة في العالم، لا أبالي بشيء فقط أضحك

من كل قلبي، فكل من أحب حولي، فلا مكان للحزن عندي.

بقيت على تلك الحال أمرح وأمرح، بعد مرور عام إلى أن جاء اليوم المشؤوم وزار حياتي، كبرت وصرت شابة يافعة دخلت الكلية لأكمل دراستي، وكانت أمي أسعد إنسانة فضحكتها لم تغادر بالي، فحمدت الله كثيرا لأني استطعت أخيرا أن أسعد أمي ولو بإنجاز بسيط لتفتخر بي، لكن لم تكتمل الفرحة فكان للقدر رأي آخر ولم يرحم صغر سني وكسر طموحي!

لقد جاء ذلك اليوم المشؤوم، لم أنساه ولن أنساه طوال حياتي، لم أكن أظن يوما أني سوف أفقد ضحكتي ولم يرحمني الزمان، فلقد أصيبت أمي بمرض أفقدها ضحكتها وصارت طريحة الفراش نال من جسدها

وأصبح هشا، ولم أقدر أن أتركها تعاني وحدها، فلا أحد لها يعينها! تخلى القريب والبعيد عنا!

فتلك الغصة في قلبي أفقدتني توازني، ونسيت أحلامي وضحيت بها وبدراستي، فلقد قاطعتها، أجل قاطعتها من أجل سلامة والدتي ولم تكن تعلم، ففي كل مرة تسألني أتهرب منها وألهيها في كل مرة، لم أقدر، فلقد ضحيت بها من أجل سلامتها فهي كنزي وملاذي، فلا أمان لي في الحياة من بعدها سواها لكن مشيئة الله أخذت بلمستها وقررت تعليمي درسا قاسيا، وحطمت كياني بلا رحمة، وعلمتني القسوة والمعاناة، بعد معاناة طويلة تقريبا بعد مرور شهر وهي على تلك الحال، زارتها المنية ولم أكن بجانبها، كنت أنذاك في رحلة بحث عن

دواء لهـا كـان قـد أوصـاني الطبيـب عليـه، فلقـد كـان مـن الأفضـل علـى الإطـلاق يخفـف الآلام قلـيلا لكـن قلبـي لـم يـدرك بالفاجعـة، صـحيح أنـي شـعرت بشـعور وطعنـة غريبـة فـي قلبـي لكـن ظننـت أنهـا مـن التعـب ولـم أدرك بالفاجعة!

فعنـد وصـولي للبيـت لمحـت مـن بعيـد حشـدا مـن النسـاء قريبـا مـن البيـت، يخـرجن ويـدخلن، فبـدر فـي ذهنـي سـؤال لمـا يـا تـرى؟! فتقـدمت خطـوة بخطـوة، وكـان الخـوف ينخـر جسدي، لا أدري لما؟!

فلقـد كـان أبشـع شـعور أحسسـت بـه علـى الإطـلاق كأنـه أشـبه بكـابوس يصـعب الهـروب منـه، ودخلـت للبيـت وبـدأت بسـؤال إحـداهن، فقالت لي إحداهن:

- يا بنيتي البقية في اعماركم.

فمنذ تلك الكلمة شعرت بصدمة أفقدتني توازني وخارت قواي لكني لم أصدق ذلك وصرخت في وجهها وقلت:

- ما بك! أجننتي!

ولم تنطق بكلمة بعدها، ورأيت صندوقا في الوسط والجميع يحوم حولها يا إلهي! لم أصدق المنظر واستسلمت للواقع المرير، بعد الدفن بدأ الجميع يرحل لبيته، وبقيت وحيدة بين جداني غرفتي، لم أقدر أن أنهض أو حتى أذوق لقمة من الأكل ولو قليلا، كانت الدنيا أشبه بظلام داكن، كنت أعيش على أمل شفائها إذ بي أصدم بالواقع المر، فهذه مشيئة الله.

بعد مرور سنة لم أقدر على البقاء في ظلامي وحزني، ولم يكن حولي لا سند ولا يد لتنير لي الطريق، بعد أن قرر والدي

الـــزواج مـــرة أخـــرى، تـــدمرت مـــرتين لكـــن فكرت مليا وقلت:

- هـذا مـن حقـه، ولـيس لـي حـق أن أمنعـه مـن بنـــاء حياتـــه مـــن جديـــد، فقـــرر الـــزواج وبلـــغ مـــراده بعـــد عنـــاء وبحـــث طويـــل لكـــن مـــا مصيري ياترى بعد ذلك!

لـــم أدرك حينهـــا أن الجحـــيم قـــادم مـــرة أخـــرى إلـــى حيـــاتي، فلقـــد كانـــت أشـــبه بكـــابوس لـــم ينتهـــى ولـــن ينتهـــى، فلقـــد كانـــت قاســـية لا تعـــرف الرحمـــة، فمثلمـــا ســـرقت منـــي المنيـــة أمـــاه، فالـــدنيا وهـــي ســـرقوا منـــي والـــدي، لكنـــي بعـــد عـــزم طويـــل ومعانـــاة حينمـــا لـــم أجـــد مـــن يســـاعدني علـــى التخطـــي والشـــفاء، قـــررت أن أشـــفي نفســـي بنفســـي، فـــلا حاجـــة لـــي لبشـــري، فمعـــي الله ســـندي فـــي الحيـــاة، صـــحيح عانيـــت لكـــن الفـــرج قـــادم بقـــاء الحـــال مـــن المحـــال،

قررت العودة لدراستي، والعمل ليلا ونهارا لأعيل نفسي، وها أنا بفضل الله تحقق مرادي، فلم أكن أنسى تحفيزاتي أمي في مخيلتي، فلقد حققت لها أمنيتها، فالشكر لله، عزيزتي كنصيحة مني لكِ:

- لا تترددي ولا تستسلمي مهما عصفت بك الحياة، فهي عبارة عن اختبارات تختبر مدى صبرك، وشدة صمودك، صحيح أنها قاسية لكنها تفطن الميت الذي بداخلك، قفي ولا تنامي، ولا تعتمدي على أحد، واصنعي لنفسك اسما يتراوى للأجيال بكل فخر، وكوني قدوة في الحياة، صحيح أنك إمرأة لكنكِ لستِ بمخلوق ضعيف، فأنتي رمز للقوة، فليهبكِ كل من استهزأ بك يوما، وعلميهم درسا في الكبرياء حينها سوف يحترمك الصغير والكبير، ولا تخافي فمدام

الله معك فلا قدرة لمخلوق بأذيتك، فلقد تعلمتي جيدا من الحياة وبإمكانك اليوم مواجهة أساليب الحياة، كوني قوية وعبرة لغيرك ولا تستسلمي يوما، فما كان بالأمس صعبا، اليوم سيزول، ثقي بالله ولا تستصغري نفسك أختاه! ففي جوف الحياة ومصاعب الأوقات عيشي ملكة لا تهاب الصعوبات وأزهري.

نوي نوال / الجزائر

ضياع مؤقت

- "إنك في الطريق الخطأ"

مضى على هذه الجملة سبع سنوات لكن لا أذكر تاريخها بالتحديد، كنت مراهقة بلا مبادئ ولا التزامات، فتاة في مقتبل عمرها تسير على خطى متعرجة، رفاق وشخصية وثقة بالنفس كلها متزعزعة، حالي حال بعض الفتيات والفتيان لا يزالون في مرحلة قبل العشرينات، كم هي صعبة لا تعرف أين وجهتك ولا ما الصائب والخطأ، تظل كالميزان تارة في الشمال الذي يُعبِر عن القرارات الطائشة وتارة في اليمين الذي يعبر عن القرارات المتزنة، ما يؤسفني حقًا أن كفة الشمال كانت دائمًا أثقل بكثير من كفة اليمين، تركت نفسي تجري هوى ريحها، تركتها تتبع خطوات تؤديها

للعاصفة التي يمكن أن تهدم مستقبلها، ما دفعني لتذكر هذه الجملة بعد كل هذه السنوات هو الحقيقة المُرة التي عشتها، جعلتني في سباق أتجاوز فيه حاضري وأُخطط لمستقبلي بالماضي الذي أَراهُ ينهبُ قوتي فأتسابق مع الزمن بسرعة السلحفاة بينما هو يمر كسرعة البرق، نتيجته أن عمري سبقني قبل أن أصل الى هدفي، وهل تعرفون ما كان هذا الهدف؟

طبعا، ببساطة هو وصولي للسعادة الحقيقية التي عندما تُسمَع أنغام ضحكاتي يُنصَت إلى رنَّة الفرح والسرور في قلبي، وليس صوتا يُخفي حُزني الذي كسى ملامحي وتآكل به جمالي، في فترة مراهقتي لم أتذكر دائما أن هناك غد ولم أتذكر أن هذا الغد يمكن أن يكون نهاية مشوار حياتي، فذهبت أتناول

روتينا مُتَبل بأنواع من التوابل المُضرة كالسَّهر وعدم الانتظام في الصلاة والصحبة السيئة والتبرج وهجرٌ للقرآن وتهاون في دراسة وثقة في من هب ودب وذنوب علمتها ولم أعلمها ككل البشر، فأسرفت من فواكه مفضلة لدى شياطين الانس والجن وهي الغيبة طبعا، تكلمت عن فلان وفلانة لحد الشبع بلا كيل ولا ميزان ولكن ما كنت أحذر منه جدا هو النميمة، حقيقة أحمد الله على أنه أبعدني عنها- الحمد الله- أي أصبحت أتصرف تصرفات غير لائقة بشخصيتي القديمة حيث كنت هادئة المسمع، لطيفة التعامل، بشوشة الوجه، مجتهدة في دراستي، ملتزمة بصلاتي وقرآني ولو بالقليل، ما لم يتغير حقا هو صفاء نيتي، كنت ولازلت لا أستطيع دراسة الخبث قبل الحب دائما ما يسبق حبي سوء

ظنـــي فأكتشـــف بعـــدها مـــا يضـــرني ويهـــدم مـــا رفعـــت مـــن ســـقف تطلعـــاتي للـــذين أحببـــتهم، فـــي وســـط ذاك كلـــه كنـــت أحـــس أن شـــيئا ينقصـــني لا أدري هـــل كنـــت أبحـــث عـــن الســـعادة فـــي وســـط ذاك الضـــجيج المـــؤذي؟ أم كنـــت أعـــيش حرية مقيدة بأحبال غير مرئية؟

بعـــد عـــام مـــن هـــذا الطـــيش الواضـــح قيلـــت لـــي هذه الجملة:

- "إنك في الطريق الخطأ".

كانـــت كالصـــاعقة، جعلـــت أردد لمـــاذا؟ مـــاذا أفعل؟ لماذا؟

قيل لي حينها:

- "متى آخر مرة فتحت المصحف؟"

خجلت من السؤال وقلت:

- "في شهر رمضان".

ابتسمت وقالت: "وأي طريق خال من كتاب الله سيكون صائبًا؟"

تسمرت حينها في مكاني من الخجل علمت أنني كنت في عالم موازي، عدت للمنزل صليت العصر وجلست، دعوت الله بعبارات عفوية، طفولية:

- "ياربي سامحني، سامحني على كل صلاة أخرتها، وعلى كل صلاة تعمدت تفويتها، سامحني لعدم ذكري لك، سامحني أرجوك، أرجوك، أرجوك، أنت تعلم بحالي أكثر مني، سامحني، أنت ربي لا اله إلا أنت، لا اله إلا أنت، أنت صديقي قبل كل صديق، أنت أحن علي من أمي، تب علي واهدني فإن المعاصي تنهبني، ألم تقل خُلِقَ الإنسان ضعيفًا؟ إنني عبدتك الضعيفة أريد قربك

فقربنـــي ولا تعـــاقبني، قصـــرت ولـــك أقبلـــت سامحني".

بكيـت فـي كـل كلمـة نطقتهـا، حينهـا بكيـت بُكـاءً تـورم بـه قلبـي قبـل عينـي، واستسـلمت لـه روحـي ثـم هـدئت، والحمـد لله، عـدت بعـدها التزمـت واجتهـدت لأتقـرب مـن حبيبـي الغفـور الحلـيم الـرحيم، تحسـنت حقيقـة أحسسـت بالسـلام والطمأنينـة التـي كنـت أبحـث عنهـا، وأصـبحت أنـام وضـميري مرتـاح، وعرفـت أن السـعادة الحقيقيـة لا تؤخـذ بعيـدا عـن الله ولـن نستشـعرها ونـذوقها الا بـالقرب مـن الله، فأصـبحت تـدريجيا أزيـد مـن الطاعـات لأتقـرب لله عز وجل، وأفعل ما يُحِبه ويُرضِيه .

بعـد عـام تعبـت، تعبـت نفسـيًا، ومرضـت، وعـوض أن أكـون مبتهجـة أصـبحت منعزلـة وحزينـة، لـم أفهـم مـا يحـدث لـي، وفـي أيـام

حـــدثت أحـــداث ســـيئة لا أســـتطيع البـــوح بهـــا حتـــى إننـــي لـــم أذهـــب لربـــي لأحدثـــه مثلمـــا تعـــودت، ظللـــت صـــامتة وكتمـــت تلـــك الأحـــداث التـــي آلمتنـــي بـــداخلي والمؤســـف أنهـــا كانـــت بالتسلســـل كأنهـــا تقـــول هـــذا تكفيـــر لـــذنوب الماضـــي، تحملـــي وأصـــمتي، تفاقمـــت وجســـمي لـــم يتحمـــل، زاد المـــرض ولـــم ينفعنـــي لا طبيـــب ولا دواء، وكـــل شـــيء تمـــام التمـــام لكـــن كنـــت أحـــس بـــألم فـــي رأســـي وعينـــاي دائمًـــا يصـــاحبني، نهضـــت كعـــادتي لأصـــلي الفجـــر ودعـــوت الله حينهـــا وأنـــا أبكـــي أن يكشـــف ضـــري ويفـــك كربتـــي، فـــإني تعبـــت وســـألته إن كـــان بســـبب تقصـــير منـــي فـــاغفر لـــي زلاتـــي مـــا علمـــت منهـــا ومـــا لـــم أعلـــم، ذهبـــت للطبيـــب فـــي الصـــباح وشَـــخَّصَ حـــالتي وكشـــف الله ضُـــري، واستعجب الطبيب من أمري، قال لي:

- "كيف لم تنتبهي؟ وكيف لم يرسلوا لك فحوصات لمثل هذه الأعراض؟"

والعجب أن مرضي كان من سنوات عديدة ليس شهرًا أو شهرين، ولا عامًا أو عامين، بل أكثر.

وسألني: هل هذا أمر يغفل عنه الإنسان؟

والله يعلم كيف كانت حالتي، لم أكن حزينة ولا فرحة ولكن حمدت الله أنه أعلمني بالداء الذي في راسي، وسألت أتراه يتركني؟! أتراه يتخلى عني؟ لا طبعًا، والذي خلق الداء خلق له الدواء، والذي خلق عبده لا يُضيِّعُه هذا ما كان يُصبرني، بدأت علاجي وتدريجيًا بدأت صحتي الجسدية والنفسية تتحسن والحمد لله، صحيح أنني لا زلت أعاني، وحتى أنني تعبت وأحسست بالضيق، وأتتني أوقات نفذ صبري فيها ولم

أعـرف كيـف أتمالـك نفسـي واستسـلمت لبكـاء لـم أبكـه حتـى فـي جنـازة جـدتي، لـيس لعظمـة الضُـر لكـن لحظـة ضـعف كمـا أن عـزة نفسـي لـم تتحمـل لا معاملـة الاسـتثنائية ولا النظـرات الشـفقة وغيرهـا مـن تصـرفات تمُـرُ علـى كـل مُصاب.

إحـدى الايـام كنـت جالسـة وحـدي أتأمـل وفـي وسـط الهـدوء التـام الـذي كـان يحيطنـي تـذكرت أننـي دعـوت الله مـرة أن لا يطيـل عمـري لكـي لا يعيلنـي أولادي أو زوجـي ولا يضـطرون للقيـام بـواجبهم تجـاهي تكلفـا بـلا محبـة، فوجـدت نفسـي مريضـة فـي صـغري، طبعًـا هـذا درس مـن الله أن الهـروب مـن المسـتقبل شـيء مسـتحيل وأن النَّصـيب يُصـيب ولـو كان.

مطر ديسمبر / العراق

رائحة الكتب

كنتُ أُحب المدرسة بطريقة لا يمكن وصفها لم تكن مجرد مكان للدراسة بل كانت عالمي، مملكتي الصغيرة، كنت أنتظر الصباح بشغف، أركض نحو الباب وأحمل حقيبتي كأنها كنز، أحببت صوت الجرس، وضحكات البنات في الساحة، ولعبنا تحت الشمس بقلوب صغيرة مليئة بالحياة، حتى رائحة الكتب، نعم، كنت أعشق تلك الرائحة كأنها عطر الطفولة، أختي كانت تأتي معي لكنها لم تشاركني نفس الحُب، كانت المدرسة بالنسبة لها واجبًا، أما أنا فكانت عشقًا، سنة تلو الأخرى يكبر هذا العشق، يكبر الحلم حتى وصلت الصف السادس وهنا توقف كل شيء، اندلعت الحرب وكأن أحدهم ضغط زر إيقاف مؤقت في حياتي، غادرنا الحي، تركنا المدرسة، غادرت

أحلامي دفاترها، وعلّقت حقيبتي على مشجب الغياب، في المكان الجديد حاولت أن أكون طفلة عادية، لعبت مع بنات الحي، ضحكت كثيرًا لكن قلبي بقي هناك، عند الساحة، عند السبورة، عند تلك الصديقة التي كنت أشاركها طعامي وحلوياتي.

مرت السنوات وكبرت، وفي لحظة هدوء بعد العاصفة عدنا، عدت إلى الحي الذي لطالما حلمت به في نومي، عدت وفي قلبي شعلة سأكمل حلمي، سأعود للمدرسة لكن الحياة كان لها رأي آخر، تقدم لي شاب رائع، أحببته جدا ووافقت عليه، تزوجت وكنت سعيدة فعلاً لكني لم أنسَ، كلما رأيت فتاة تخرج من المدرسة بزيها المميز شعرت بشيء ينكسر بداخلي، كنت أُتمتم:

- "لو لم تكن هناك حرب."

وفي أحد الأيام سحبني صوت صغير من أفكاري:

- ماما تعالي اقرأي لي هذي الجملة.

نظـــرت إليـــه نظـــرة يـــأس، الجملـــة باللغـــة الإنجليزيـــة ولـــم أســـتطع أن اقرأهـــا، كانـــت لحظـــة صـــمت لكنهـــا كانـــت نقطـــة التحـــوّل، قـــررت أن لا أستســـلم، أن أبـــدأ مـــن جديـــد، بـــدأت أقـــرأ كـــل شـــيء تقـــع عليـــه عينـــي لافتـــات الشـــوارع، علـــب الطعـــام، أســـماء العيـــادات، شـــعارات المحـــلات، دكتـــورة فلانـــة، الشـــبح للأصباغ، مطعم لمة العائلة.

بـــدأت أتعلـــم الإنجليـــزي، وأكتـــب، وأحســـب، وأجمـــع، وأحفـــظ، تعلمـــت حتـــى أصـــبحت أقـــرأ أفضـــل ممـــن يملكـــون شـــهادة، علمـــتُ أطفـــالي، علمـــتهم كـــل شـــيء القـــراءة، الكتابـــة، الحســـاب، الحلـــم، واليـــوم أحمـــل حلمًـــا جديـــدًا أن أحفـــظ القـــرآن، أنـــا وأطفـــالي، ربمـــا لـــم أُكمـــل المدرســـة

كمـــا تمنيـــت لكننـــي مازلـــت أتعلـــم، ولـــم أخســـر شـــغفي أبـــدًا، فمازالـــت رائحـــة الكتـــب تســـكن قلبي.

قـــد تُغلـــق الأبـــواب فـــي وجـــه الحلـــم لكـــن الإصـــرار يفـــتح نوافـــذ جديـــدة، الـــتعلم لا يحتـــاج مقعـــدًا فـــي الصـــف بـــل قلبًـــا لا يتوقـــف عـــن السعي.

دراجي نور الهدي / الجزائر

حينَ يحكِي المَاضي

المَاضي ليسَ سجنًا لكنه مرآة نرى فيها من كُنا لنعرفَ من نحن الآن، نَبكيهِ تارةً ونبتسمُ لهُ تارةً أُخرى، كم تلهفُ أرواحنَا لذلكَ الماضي حين كنا صغارًا، كنا وطنًا لصغائر الفرح، نبتسمُ لغروبٍ من نافذةِ بيتنا القديم، لصوتِ هديلِ الحمَامْ، لنجمةٍ كبيره تلمع بين النجوم، لنسمةِ ريحٍ مرتْ فحركتْ سكونَ خصلات شعرنا، لابتسامة شيخٍ لنَا، لركضنَا نحو مُتسولٍ واضعينَ بين كَفيهِ قطعةَ نقودٍ براقه، كم كُنا نسعدُ بحلولِ المساء ووقتِ خروجنا لِلْعبِ ولقاءِ صديقاتنا، كم تفننا بالعديد من اللُعبِ؛ الغُميضة، لعبة الخمس حصَوات، ولم تغِب عنا كرة القدم التي كانت تأخُذنا إلى عالمٍ آخر تزرعُ فينا لحظات الفرح وتُوحدُ الغرباء، فيها أسمعُ ضِحكات صديقاتي وهنٌ

يُنادونني بإسمي، واليوم كُلما رأيتُ ملعبًا أو سمعتُ صفارةَ بدايةَ مباراة يُرجعني الحنين لذلك اليوم، فكانت أجملَ ذِكرى، يمُرُ شريط الأيامِ الجميلة على بالي كهواءٍ باردٍ وسط ليلٍ مظلمٍ.

أتذكرُ حتى أيام العيد، يوم كانت له لذتهُ الخاصة، حين كنَا صغارًا، يَشدُني الحنين لأيامٍ كنتُ أضحكُ فيها من قلبِي، لأماكنَ ليستْ لهَا وجود الآن، لأشخاصٍ فارقُونا وكانُوا هم فرحُ دُنيانَا، أحنُ إلى "خالي" الذي كان يغمُرنِي بحضنه في العيد وحتى الأيامَ العَادية، أشتاقُ لصوتِهِ، لمِشيتِهِ، لِمُزَاحِهِ، فتسقُطُ دُموعي كالمَطر.

كبِرنَا وتَغيرَ كل شيء لكن الشَوقَ ظَلّ في زاويةِ قلُوبنَا الهادئة، ويَصحُو كُلمَا رأينَا مشهدًا أو لمَحنَا عِباره، او مرّ اسمٌ أو لحظه

تُشبِهُ التي مرَتْ، أو حتى رائحه، الماضي لمٍ يمُتْ فِينَا، هو يَعيشُ داخِلنَا بِكُلِ تفَاصِيله، فتَجدُنَا نسْرَحُ فَجأه ونغيبُ وسَطَ أحبابنَا، فَنتذَكر حين كانت قُلُوبُنَا أَهْدَى، وحياتَنَا أبْسط وفرحنَا أقرَبْ، ليتَنَا لازِلنَا صغارٍ نَضْحَكُ ونَنَامْ، لا نَعرفُ خوْفًا ولا تفكير، ولا دمُوع نَبكيهَا بِقلبٍ يَتَألمْ، لم تكُن ضِحكَتنَا مشروطَه، والفرحُ لمْ يكُن بأيدِينا، نضحكُ بلا سبب، ونرضى بِسُرعه، بحبة حلوى، بقُبلةٍ على خذنَا.

في الماَضي كُنَا نُؤمنُ أن الأحلامَ لا تنكسِرُ كالزُجاج، وأنّ جِراحَنا سَتُخيط، وأن الابتسامة هي مَخلُوقةٌ معنا، كبِرنَا وعرِفنَا أن بعض الدموعِ تسْكنُ ولا تجِف، وأن بعض الأحلامِ لا تَتحقق، وأن بعض الهمومِ تُزاولنَا لِمدةٍ طويله، صِرنَا نضحكُ ضِحكةّ

تُؤلمُنـــا، صـــرنا فـــي أخـــر النَهـــار نضـــعُ رُؤوســـنَا علـــــى الوســـــادة فتَمتلـــــئ دُموعًـــــا فَتحـــــرقُ وجنتينَا، نصمُتُ كي لا نبوحَ بما وجَعنَا.

ســـــيبقى الماضِـــــي فينـــــا بدروســـــهِ القاســـــيَة ولحظاتـــهِ الجميلـــة، ســـيظلُ كظـــلٍ يتبعُنـــا، نكبـــرُ وهـــو يظـــلُ يُشـــعرُنا أننَـــا صـــغارًا، فيـــا حاضِـــرنَا كـــنْ لنَـــا كنســـمةٍ تعبُـــر ولا تُضِـــر ودعْ فينَـــا بصـــمةً نتـــذَكرُها بحـــبٍ، ســـنعيشُ الحاضـــر لكـــن لنْ ننسَى أبدا ماضينَا.

هبة عيساوي / الجزائر

من الظلام إلى النور

في مدينة ساحلية صغيرة عاشت إمرأة تُدعى نورا، كانت نورا في الثلاثين من عمرها، تحمل في قلبها عبء ماضيها حيث فقدت والدتها في سن مبكرة، وعاشت مع والدها الذي كان قاسيًا وعنيفًا، كانت طفولتها مليئة بالذكريات المؤلمة حيث كانت تشعر بالوحدة والضياع في عالم لا يرحم، وكانت تتمنى لو كان بإمكانها الهروب من تلك الحياة لكن القيود كانت تمنعها.

بعد سنوات من المعاناة قررت نورا أن تتخلص من ماضيها، في إحدى الأيام حزمَت حقائبها وقررت الانتقال إلى مدينة جديدة حيث البحر يلامس الشاطئ برفق، والهواء يحمل رائحة الأمل، كانت تأمل أن

تجد السلام الداخلي الذي كانت تبحث عنه لكن رغم ذلك كانت الذكريات تُلاحقها وتظهر في أحلامها مما جعلها تشعر بالقلق، كانت تتذكر كل لحظة مؤلمة وكل كلمة جارحة وكأنها شبح يطاردها.

في المدينة الجديدة بدأت نورا في العمل كمعلمة في مدرسة محلية، كانت تحب الأطفال وكانت تجد فيهم الأمل والسعادة التي فقدتها، كانت تُراقبهم وهم يلعبون وتبتسم لرؤيتهم يضحكون، وبعد فترة من الزمن بدأت في كتابة مذكراتها حيث كانت تعبر عن مشاعرها وتجاربها، كانت الكتابة وسيلتها للتعبير عن الألم والأمل والتغيير، كل صفحة كانت بمثابة خطوة نحو الشفاء حيث كانت تكتب عن أحلامها وتطلعاتها والأشياء التي ترغب في تحقيقها، لكن أثر

الماضي لم يُمحى من حياتها بصورة نهائية بل أصبح كالشبح يطاردها في حياتها اليومية حيث كانت نورا تُعاني من نوبات قلق مفاجئة خاصة عندما تتعرض لمواقف تُذكرها بماضيها، فعندما كانت تتلقى ملاحظات سلبية من زملائها في العمل، كانت تشعر وكأنها تعود إلى طفولتها حيث كانت تتعرض للانتقادات من والدها، هذا الشعور كان يعيق قدرتها على التركيز في عملها ويجعلها تشعر بعدم الكفاءة، كما كانت نورا تجد صعوبة في بناء علاقات وثيقة مع الآخرين، كانت تخشى أن تُظهر ضعفها أو مشاعرها مما جعلها تتجنب الإنخراط في المحادثات العميقة، كانت تفضل البقاء في دائرة الأمان مما جعلها تشعر بالوحدة رغم وجود أصدقاء حولها، وامتد تأثير ماضيها على اتخاذ قراراتها

الحياتية حيث كانت نورا تتجنب اتخاذ القرارات المهمة في حياتها مثل تغيير وظيفتها أو الانتقال إلى مكان جديد بسبب خوفها من الفشل، كانت تشعر بأن أي قرار قد يؤدي إلى تكرار تجاربها المؤلمة في الماضي مما جعلها عالقة في روتين حياتها.

وفي يوم من الأيام تلقت نورا دعوة لحضور حفل لم الشمل مع أصدقائها القدامى، شعرت بالتوتر حيث كانت تخشى مواجهة ذكرياتها القديمة لكن بدلاً من الهروب قررت أن تذهب، وفي الحفل التقت بشخص من ماضيها وهو أحد أصدقائها الذين شهدوا معاناتها، وبدلاً من الشعور بالخوف شعرت بالقوة وباحت له بما يختلج صدرها، وأخبرته كيف أنها الآن امرأة مختلفة

وقوية، كانت تلك اللحظة بمثابة نقطة تحول حيث أدركت أنها لم تعد تلك الفتاة الضعيفة التي كانت في الماضي، بعد تلك اللحظة شعرت نورة بالتحرر، وفي ذلك المساء عادت إلى منزلها وكتبت في مذكراتها:

- "لقد تعلمت أن الماضي جزء مني لكنه لا يحدد من أكون."

بدأت في تحقيق أحلامها، وفتحت مشروعًا صغيرًا يعكس شغفها بالفن حيث كانت تصنع لوحات تعبر عن مشاعرها وتجاربها، أصبحت مصدر إلهام للآخرين وبدأت تشارك قصتها مع من يحتاجون إلى الأمل.

الرسالة التي تهدف لها القصة:

- تؤكد قصة نورا على أهمية التعافي من الماضي وأنه يمكن للإنسان أن يخرج من الظلام إلى النور، الحياة مليئة بالفرص،

والتغيير يمكن أن يكون بداية جديدة، إن الشجاعة في مواجهة الماضي هي الخطوة الأولى نحو بناء مستقبل مشرق.

لارا كمال / مصر

ما بين صفحه واخري

فتحت درج مكتبها الكبير بغرفتها وأخرجت منه دفتر مذكّرات قديم أوراقه مهترئة وتفوح منه رائحة الزمن البعيد، جلست على الكرسي الخشبي وبدأت تقرأ أولى الصفحات بصوت خافت وكأنها تحاور ماضيها.

- "اسمي جوري أبلغ من العمر اثنتي عشرة سنة، أكتب هذه المذكرات لنفسي في المستقبل علّي أكون قد بلغت حلمي، وأرجو من الله أن أكون سعيدة بما وصلت إليه."

تنهدت وقلبت الصفحة الثانية:

- "اليوم أكتب عن أقسى لحظة مرّت بي، يوم وفاة جدتي، ومنذ ذلك الحين لم تعرف حياتي طمأنينة، انفصل أبي عن أمي وتزوج بأخرى وتجاهل وجودنا تماماً، أصبحت

الحيـــاة ثقيلـــة كأنهـــا تحمـــل فوقهـــا الجبـــال، كنـــت صـــغيرة لكـــن الحـــزن جعلنـــي أبـــدو كهلـــة، طفلـــة في هيئة عجوز تحمل همًّا ينوء به الكبار."

مسحت جوري دمعة انسابت على خدها وتابعت:

- "كانـــت أمـــي تعمـــل مـــن المنـــزل؛ تخـــيط وتفصّـــل وتبيـــع الملابـــس، حولـــت امـــي غرفـــةٌ صـــغيره وصـــنعت منهـــا ميـــدانًا للصـــبر ومحرابًـــا للكفـــاح لكســـب لقمـــه العـــيش، بـــدأت أســـاعدها فـــي عملهـــا، وشـــيئًا فشـــيئًا أحببـــت التصـــميم وصـــار حلمـــي أن أملـــك شـــركة أزيـــاء، وأن تحمـــل علامتـــي التجاريـــة اســـم امـــي "صـــابرة" وهـــي فعـــلا صـــابره، فقـــد كانـــت أمـــي هـــي الصـــبر، هـــي النـــور، وهـــي الخـــيط الأول الـــذي بـــدأت منـــه الحكايـــة، واعترافًـــا بجميـــل صـــبرها الذي غزل لي الحياة خيطًا خيطًا."

أغلقت الدفتر لحظة ثم فتحته على صفحة بيضاء، وأمسكت القلم وكتبت:

- "ها قد تحقق الحلم يا جوري، أصبحتِ مصممة مشهورة والعالم ينتظر جديدك بشغف وصارت تصاميمك عنوانًا للأناقة والتميّز، وأصبح اسم "صابرة" علامة يُقسم بها، يحمل عبق الصبر، وذكرى امرأة نسجت المجد بخيوط الألم."

وبدأت بصفحه اخري وكتبت:

- "(إلى أمي) إليكِ يا أمّي، يا من كانت دعواتكِ سَندي حين انهار كل شيء، وابتسامتكِ ضيائي في ظلمات الأيام، أنتِ النبع الذي لا يجف، والحضن الذي لا يخذل، والحنان الذي لا ينضب، كلّما بلغتُ نجاحًا، تذكّرتُ أن أول خيط فيه نُسِجَ من دمعكِ وصبركِ، يا من صنعتِ من التعب أملاً، ومن

الفقـــر حلمًـــا، ومـــن الشـــقاء فخـــرًا، أنـــتِ قطعـــة من روحي بل أنتِ الروح كلّها."

وفـــي تلـــك اللحظـــة سُـــمع طـــرق خفيـــف علـــى الباب، مسحت دموعها وقالت:

- تفضل.

دخلـــت والـــدتها وعلـــى وجههـــا ملامـــح تعـــب الســـنين لكـــن عينيهـــا بقيتـــا ناصـــعتين بالحـــب قالت بلطف:

- ابنتـــي، أمازلـــتِ لـــم تســـتعدّي؟ أحمـــد فـــي الخـــارج ينتظـــر أن تـــذهبا معًـــا لاختيـــار فســـتان الزفاف.

اقتربـــت جـــوري منهـــا، أمســـكت بكفّيهـــا وقبّلتهـــا ثم قالت بصوتٍ مرتجف:

- أمـــاه مهمـــا مضـــت الأعـــوام، لـــن أنســـى لحظـــة مـــن تعبـــكِ، ولا وجعًـــا مـــرّ عليـــكِ لأجلـــي، أنـــا

اليوم ما أنا عليه بفضلكِ، اتفقنا أنا وأحمد أن نعيش معكِ، فأنتِ لستِ أمّي فحسب بل أنتِ كلّ ما تبقّى لي من الدنيا.

اغرورقت عينا الأم بالدموع وضمّتها إلى صدرها وقالت:

- يا ابنتي كل شيء مضى بات كأنه حلم، أما أنتِ فأنتِ الحقيقة التي أزهرت في قلبي.

ابتسمت جوري وهمست:

- أمي، كل جرح مررت به دفعني إلى الأمام، وكل لحظة حزن كانت حجرًا في سلّم صعودي، ماضيّ كان دافعي، وحاضري سعادتي، ومستقبلي نوري، وأنتِ كل هذا.

مايا أحمد الصالح / سوريا

وداع بلا رسالة

شمس فتاة في العشرين من عمرها انتقلت لتعيش في المدينة في منزل جديد، في أثناء ترتيبها لأغراضها في الغرفة أمسكت دفتر الذكريات خاصتها، فجلست قرب النافذة تتأمل ما فيه من كلمات، قرأت ذكريات الأصدقاء، أيام المدرسة الجميلة مع صديقتي، لحظات اللقاء السعيدة، كانت تملك صديقة أقرب إليها من أختها التي لم يرسلها القدر لها عاشت معها لحظات حب وسعادة، كان اللقاء بها في الصباح أجمل لحظة تركها الماضي في الذاكرة، من شدة تعلقها بصديقتها ظنت أن الأيام ستحافظ على هذه الصداقة وعلى لطف لحظاتها وروعة أوقاتها، لم تعرف أن الزمن أصبح يمحو خيوط الاتصال بينهما، والآن صديقتا تزوجت وباعدت بينهما المسافات لكن

مشـــاعر الحـــب والألفـــة التـــي نشـــأت بينهمـــا أثـــرت كثيـــرا عليهمـــا فـــي الحاضـــر، باتـــت حـــين تتـــذكر وجههـــا تبتســـم وكأنهـــا تراهـــا أمامهـــا، رفعت شمس نظرها إلى السماء وقالت:

- لـــم اتوقـــع يومـــا وداعـــك، بهـــذه الســـرعة ابتعـــدنا عـــن بعضـــنا بعـــد ســـنوات مـــن القـــرب، أنـــا حتـــى لـــم أعانقـــك قبـــل الرحيـــل، الآن أدركـــت أن رســـائل الـــوداع لا تصـــل إلـــى وجهتهـــا، هـــي مجـــرد رســـائل بيضـــاء خاليـــة مـــن الكلمـــات، دفتـــر ذكريـــاتي الآن هـــو مفتـــاح ســـعادتي فـــي الماضي.

جودي ايمن فضو / سوريا

ليت الماضي يعود يوماً

في نهاية عام 2019 وبداية عام 2020م، كنتُ ادرس في الصّف التاسع للامتحان النهائي، فتعرفت على شاب وسيم وظريف الطبع يُدعى حيدر أوهكذا قال لي اسمهُ في اول مرة تعرفنا على بعض، وكان طالب جامعة يدرس في كلية الطب ويعرض المساعدة دائما في دراستي في جميع المواد إلّا أنني كنت ارفض لأنني احبُ الاعتماد على نفسي وقد انهيت دراسة المنهاج اكثر من مرة، وعندما نجحت هنئني بنجاحي فكانت علاماتي عالية، وفي كل يوم كنا نتحدث ونمزح ونتشاجر ايضا كثيرا، رغم إننا نتبادل الاحترام والمعزة القلب بيننا، وفي كل مرة كنا نتشاجر فيها نأخذ موقف ونتوقف عن الحديث حتى يأتي

شهر رمضان ويعود ويهنئني بقدوم الشهر الفضيل ونعود كالسابق وكأن شيء لم يكن، وكان أكثر الخلافات التي تدور بيننا بسب انني لم أقم بإرسال صورتي له لأنني من اسرة محافظة واعيش ضمن مجتمع يتقيد بالعادات والتقاليد، والاهم من ذلك انني اخاف ان اخسر ثقة بابا بي لأنه يثق بي كثيرا ولم يمنعني من اي شيء بل كان سنداً مساناً في كل خطوة اخطوها، ولم يكن معه حتى رقمي، فكنا نتحدث على برنامج الماسنجر، وبقينا نتحدث ثلاث سنوات أو أكثر إلى بداية أشهر في السنة 2022م، وآخر خلاف حدث بيننا لانه تخطى الحدود في الكلام معي فانزعجت كثيرا وقمت بحظره لأنني شعرت انه يقلل من قيمتي واحترامي، فتخليت عن كلّ شيء بيننا، وهكذا مات الكلام بيننا وماتت المشاعر وكل

الـــــــذكريات الجميلـــــــة.

وفـــي ســـنة 2024م دخلـــتُ الجامعـــة فـــي كليـــة دمشـــق، وبينمـــا كنـــت اتصـــفح علـــى برنـــامج الفـــيس بـــوك وجـــدتُ حســـابه الشخصـــي فقمـــت بإرســـال طلـــب صـــداقة لـــه، فقبـــل طلـــب الصـــداقة وبقـــي ثـــلاث ايـــام ثـــن قـــام بمراســـلتي هـــو وتحـــدثنا قلـــيلاً وقـــال لـــي ان عـــادت المحادثـــات جميعهـــا التـــي كانـــت بيننـــا منـــذ عـــام 2021م، فانـــذهلت كثيـــراً لانـــه مـــازال يحـــتفظ بالمحادثـــة التـــي كانـــت بيننـــا، ولكـــن لـــم يعـــد حيـــدر كمـــا كـــان ولـــم أعُـــد أنـــا كمـــا كنـــت، فاصـــبحنا اكبـــر فـــي العمـــر فكنـــت مراهقـــة، وشـــجارنا الأخيـــر خلـــق الحساســـية بيننـــا، ولكـــن إلـــى الآن لـــهُ معـــزة خاصـــة فـــي قلبـــي واحتـــرام كبيـــر، واعتـــرف بـــأنني طـــوال تلـــك الفتـــرة لـــم انســـاه فكـــان يخطـــر علـــى بـــالي دائمـــا ولكـــن اي شـــخص أشـــعر انـــه يقلـــل مـــن احترامـــي فمهمـــا كانـــت قيمتـــه

ومحبتــه كبيــر فــي قلبــي ســوف أقطــع علاقتــي بـــه، أمـــا الآن فاصـــبح بيننـــا الكـــلام محـــدود وقليـل، وفـي كـل فتـرة مـرة، وأمـا عـن حيـدر اتمنـى لـــهُ التوفيـق الـدائم والنجـاح والسـعادة، وأمـا عنـي أنـا كنـت اتمنـى ان يعـود الماضـي يومـاً كمـا كـان بيننـا، ولكـن فـي الواقـع انـه يخـالف شـريعة الله فأنـا اصـبحت واعيـة واسـتطيع تميّيـز الصـح مـن الخطـأ، لـذلك أرفـض ذلـك وسـأتركه ذكـره إلـى أحفـادي فـي كتـاب الحنـين إلـى الماضـي، مـن ثالـث كتـاب اشارك في كتابته.

تـاريخ 2025/4/10م .. أغنيـة جـورج وسوف "ذكريات وايام جميلة"

ملاك بوعزيز / الجزائر

لحظات لا تنسى

في زمن كان يضج بالحياة والأمان، كانت عائلتي مصدر الإلهام، مرت السنوات والأعوام وأنا لا أزال أجول في دائرة الاشتياق، أتحسس الماضي وأحن إلى تلك الذكريات التي لا تمحى من ذاكرتي، كلما مررت بمواقف الحياة الصعبة أجد نفسي أتذكر عائلتي التي كانت دائمًا ملاذي وملجأي، أتذكر أمي التي كانت دائمًا هناك لتسمعني وتدعمني بلمسة حانية وكلمات رقيقة كانت تشفي جروحي وتخفف عني همومي، أتذكر أخوتي فردًا فردًا وكل واحد منهم كان له دور في حياتي، كانوا سندي في مواجهة تحديات الحياة لكن الحياة لا تظل دائمًا كما نريدها، فالأقدار لها كلمتها، والتغيير هو قانونها، نحن لا نملك أن نغير ما كتب لنا لكننا نملك أن نواجهه بقلب قوي

وعزيمة صلبة، الحياة كبحر عميق فيه الأمواج العالية والمنخفضة، وفيه الأسماك الكبيرة والصغيرة، نحن لا نملك أن نغير حركة الأمواج لكننا نملك أن نتعلم السباحة.

وسيبقى افتقادي إلى لحظاتنا السعيدة معًا يزداد يومًا بعد يوم، صوت أمي وهي تكلمني، ضحكات أخوتي وهم يلعبون معي، إلى تلك اللحظات التي كنا نقضيها معًا في جو من المودة والرحمة، في النهاية نحن لا نملك أن نغير النهاية لكننا نملك أن نكتب السطور الأخيرة بيدنا.

حبيبه الشاعر / مصر

اللى ما اتقالش

كان اسمها حنين عندها 13 سنة بس، بس اللي جواها أكبر من أي رقم ممكن يتقال.

كانوا بيقولولها: "انتِ لسه صغيرة، ما تهوّليش الأمور، ما تعيّطيش على كل حاجة".

بس الحقيقة؟ هي كانت بتعيّط مش من الحاجة، من الكتير أوي، حنين كانت البنت اللي بتشيل، بتشيل سكوت مامتها لما تكون متضايقة، بتشيل غياب أبوها اللي اختفى فجأة، بتشيل نظرات الناس في المدرسة لما يلمحوا هدومها القديمة وبتشيل هم السؤال اللي في عينيها:

- "هو أنا ليه؟"

كانت بتروح المدرسة وفي شنطتها كتاب وكسرة قلب، كل ما المدرّسة تقول:

- "احكولي عن يوم مميز في حياتكم"

تبصّ في الورقة وتكتبش لأن أكتر يوم مميز في حياتها هو اليوم اللي ما جاش، يوم ما أبوها وعد ييجي وما جهش، وفي عز الزحمة، في عز صوت الدروس الخصوصية اللي مش معاها تمنها، وفي عز تعب مامتها اللي بتشتغل 12ساعة علشان تجيب مصاريفهم، كان فيه صوت جوا حنين بيصرخ:

- "أنا يمكن سني صغير بس عشت حاجات محدش يستحملها."

مكانتش بتقولها بصوت عالي لكن كانت بتسمعها كل ليلة وهى بتنام في أوضة فيها نور ضعيف وكتير من الخوف، مكانتش عايزة تبان ضعيفة بس في كل لحظة كانت بتحس إن الضلمة في قلبها أكبر من نور

اليوم اللي بعده، أصحابها في المدرسة بيحكوا عن مصيفهم في الساحل وهي بتحكيش، مش بس علشان ما راحتش، علشان كانت بتستحي تحكي عن يومياتها اللي كلها واجب وهمّ، لكن رغم كل ده، كان جواها حاجة مش بتموت، حنين مكانتش بتحب الشكوى، كانت بتحب الأمل حتى لو صغير، كل يوم كانت تقف قدام المرايا وتربط شعرها، وتبص لنفسها وتقول:

- "أنا لسه واقفة، ولسه فيّا نفس."

وفي مرة وهي راجعة من المدرسة، لقت بنت صغيرة واقفة بتعيط، الناس معدّيين بس هي وقفت، قالتلها:

- "مالك؟"

قالت البنت: "ماما سابتني ومش عارفة أروح."

حنين أخدتها من إيدها، وقالتلها:

- "أنا كمان اتسابت بس شوفي؟ لسه ماشية."

مكانتش جملة كبيرة بس كانت أول مرة تقول حاجة بصوت عالي، رجعت البيت، جابت ورقة وقلم وكتبت:

- "أنا مش عايزة أنسى اللي حصل، أنا عايزة أعيش رغم اللي حصل، أنا حنين وسني صغير بس قلبي كبير كفاية يشيل كل ده ويعدّي."

ومن يومها قررت تكتب مش علشان الناس، علشان البنت اللي جواها، اللي عايزة حضن مش نصيحة، اللي محتاجة تتسمّع مش تتسكت، اللي عايزة حد يقولها:

- "أنا شايفك، وفاهمك، وغالية."

ومحدش قالها، فقالت لنفسها، بدأت كل يوم تكتب سطرين، مش علشان توثق الوجع لكن علشان متنساش إنها لسه بتحاول، بقلم

رصاص كانت بتدوّن كل يوم حاجة بسيطة:

- "النهاردة ضحكت شوية"، "النهاردة افتكرت ماما وهي بتحضني"، "النهاردة محدش وجعني وده كفاية."

وبدأت تغيّر حاجات صغيرة في يومها؛ تقوم بدري وتعمل فطار ليها ولي مامتها، تذاكر من غير ما حد يقولها، تسمع قرآن قبل ما تنام، وتبتسم، كانت خطوات بسيطة لكن بالنسبالها كانت بطولات، وفي ليلة من الليالي مامتها دخلت عليها وهي بتكتب وقعدت جنبها وسألتها:

- "بتكتبي لمين؟"

ردت حنين بابتسامة صغيرة وقالت:

- "بكتب للبنت اللي جوايا علشان ماتتهزش تاني."

مامتها بكت مش من الحزن، من الفخر، قالتلها:

- "انتي قوية يا حنين أكتر من أي حد ممكن

يتخيّـــــــل."

ودا كـان أول مـرة حنـين تصـدّق الجملـة دي، ومـن بعـدها بقـت تكتـب أكتـر، وتضـحك أكتـر، وتحـب نفسـها أكتـر، كانـت صـغيرة بـس كانـت حكيمـة، وكانـت بـتفهم إن اللـي بيمـرّ بيـه الإنسـان وهـو صـغير مـش معنـاه إنـه هيعـيش ضـعيف، أحيانًـا الوجـع هـو اللـي بيعلّمنـا نحـب الحيـاة لمـا تكشـر فـي وشـنا، حنـين دلـوقتي مـش نسـيت لكـن بقـت تعـرف تحـط الوجـع فـي مكانـه، وراحـت تـبص فـي المرايـة من تاني وقالت:

- "أنـا يمكـن سـني صـغير بـس عشـت حاجـات محـدش يسـتحملها وعـدّيت، وبعـد كـل ده لسـه عنـدي قلـب يحـب، ولسـان يشـكر، وروح مـش ناوية تستسلم أبدًا."

حنـين كانـت فـاكرة إن الماضـي بـيخلص لمـا نبطـل نحكـي عنـه بـس اكتشـفت إن اللـي مـش

بنحكيه بيعيش جوانا ويطلع في تصرفاتنا، في خوفنا من البدايات، وفي ارتباكنا من الحُب، وفي سكوتنا الطويل لما كل الناس بتتكلم، هي كانت بتحاول تبان "تمام" بس الحقيقة إنها كانت بتتاكل من جوا، كل لما حد يقولها "كِبرتي على سنّك"، كانت بتضحك بس جوّاها بتقول:

- "آه، كبرت بس مش بإيدي، كبرني الغياب، كبرني السكات، كبرني وأنا بداري دموعي علشان ماما متوجعش أكتر."

كان عندها دفتر صغير بتكتب فيه كل حاجة متقالتش زي:

- "أنا محتاجة حضن، أنا تعبت من القوة اللي مش شبه سني، أنا بضحك قدام الناس وبعيط لوحدي، أنا نفسي في يوم أنام من غير كوابيس، أنا بحاول أصدق إني هكون

بخيـــــــــــــر."

وفـــي يـــوم جـــات فـــي المدرســـة بنـــت جديـــدة اســـمها روان كانـــت لطيفـــة وعنـــدها ضـــحكة بتلمـــع زي الشـــمس، حنـــين حسّـــت بحاجـــة غريبـــة ارتيـــاح لكـــن بخـــوف، مكـــانتش متعـــودة حـــد يقـــرب منهـــا بســـهولة لكـــن روان كانـــت مختلفة.

سألتها: "هو انتي دايمًا مبسوطة كده؟"

ردت روان: "لا، بـــس أنـــا اختـــرت أدوّر علـــى النور بدل ما أستسلم للضلمة."

الكلمـــة دي علّمـــت فـــي حنـــين، رجعـــت بيتهـــا، فتحت الدفتر وكتبت:

- "أنـــا كمـــان هـــدوّر علـــى النـــور حتـــى لـــو صـــغير حتـــى لـــو مـــش بـــاين، أنـــا هســـتناه وهلاقيـــه."

ومـــن هنـــا بـــدأت خطواتهـــا تتغيّـــر، بقـــت تـــتكلم أكتـــر، تضـــحك بصـــدق، وتشـــارك حكاياتهـــا،

حكت لروان عن أبوها اللي اختفى، عن ليالي البرد اللي كانت تنام فيها وهي ماسكة قميصه، عن المرات اللي قالت لمامتها إنها تمام وهي مش كده خالص، وروَان سمعتها من غير ما تقاطع، من غير ما تحكم، ساعتها حنين حسّت إن الوجع لما يتقال بيخف، وإن الجرح لما يتشاف يقدر يطيب.

مرت شهور والدفتر بقى مليان بس بدل ما يكون كله وجع بقى فيه حاجات حلوة، زي أول مرة ضحكت من قلبها، وأول مرة حلمت بحاجة تخصها هي، مش بس ماما، مش بس بابا، مش بس البيت، بقت عايزة تكبر، مش علشان تهرب من الماضي لكن علشان تبني لنفسها حاضر مش شبهه، بقت تذاكر بضمير وبتحلم تبقى دكتورة نفسية علشان تساعد بنات زيها اللي

اتقالهم "انتِ صغيرة" بس كانوا شايلين قلوب كبار.

وفي حفلة المدرسة اتطلب منهم يقولوا جملة واحدة توصفهم، طلعت حنين بصّت للجمهور وكان صوتها بيرتعش بس قالتها:

- "أنا حنين، أنا يمكن سني صغير بس عشت حاجات محدش يستحملها، والنهاردة أنا مش بس واقفة، أنا واقفة وبفتخر إني عدّيت وهكمل."

ساعتها صفقوا مش علشان الجملة كانت حلوة لكن علشان كانوا شايفين في عينيها إن الجرح بقى قوة، وإن الماضي ما انتهاش بس اتحول لسلم طلعت عليه.

رفيدة عبد العظيم محمود / السودان

حلم مجهول

كابوسي حلمي الذي أخذ عقلي مني مرارًا وتكرارًا، واليوم أيضًا ما بال هذا الشخص؟ لماذا يركض خلفي؟ لماذا يريدني؟ يقول لي كلمتين فقط:

- "سأظل ألاحقك"

ثم استيقظ، أقوم وأشرب بعض الماء علَّه يفيقني من هذا الخوف، أنام بجانب والدتي حتى الصباح، أجهز نفسي للمدرسة، أجل أنا أدرس في الثانوية، أقابل رفيقاتي؟ لا، ليس لدي رفيقات كُثر فقط اثنتان "إيمان" و "أيه"، كانتا في مدرسة واحدة وكنت أنا في مدرسة غير ومع ذلك كانتا الأقرب لي قلبي، أذهب للمدرسة، لم أكن تلك الفتاة الناضجة بما يكفي، دائمًا أخطئ وهم يعالجون أخطائي، أتمرد، أكذب، أعصي

كلمة والدي، لا أسمع لأحد، امتحنت الثانوية مرتين، ومع كل هذا الحلم لم يفارقني يومًا، نفس الحلم، نفس الشخص، نفس الجملة، نفس الصوت، من هذا؟ ولماذا يلاحقني؟ لا أتحمل ضغط هذا الحلم، أريد أن أعرف معنى هذا الكابوس، ما التفسير له؟ هل سأموت؟ هل سأقتل؟ ماذا ستكون نهايتي؟

بدأت دراستي في الجامعة، ومع كل هذه الأسئلة كنت أخاف من كل شيء، أخاف أن أتعرّف على أناس جدد فأتعرف على هذا الشخص في أحلامي، أخاف أن أراه على الواقع، كنت دائمًا على معرفة بي أنه سيأتي يوم ويقبض علي هذا الشخص الذي يلاحقني لكن السؤال الذي لم أجد له جواب هو: ماذا سيفعل بعد أن يقبض علي؟

ذهبت في أول أيام، لم أكن متحمسة مثل الباقين، وافتكرت عائلتي أني لا أذهب للجامعة بسبب عدم قبولي لهذا المجال وأنني أريد التمرد عليهم فزادت المشاكل بيننا وزاد الضغط علي، صرت أخرج من المنزل وأذهب إلى جامعة "أيه" و "إيمان" حتى لا أحتك بأناس جدد، صنع هذا الحلم عقدة في داخلي، صرت أخاف من كل شيء حولي، فقدني الثقة في نفسي، كنت كلما عاودني الحلم يصيبني الهلع، كدت أصاب بالجنون منه.

في يوم كنت أتصفح في موقع عن تطوير الذات، وفجأة وجدت كلامًا مطابقًا لما يحدث معي، يقول

- "إن شعورك بأن شخصًا يلاحقك أو الحلم بشخص يلاحقك ناتج عن أخطائك التي

تفعلها، فأنت تعتقد أن لا تأثير لها عليك لكن هذا خطأ فهي لها تأثير كبير عليك وعلى مستقبلك، فالخطأ الذي تنفذه اليوم ستعاقب عليه غدًا."

راجعت نفسي وجدت أخطائي لا تحصى ولا تعد، عصياني، كذبي، كل أخطائي، كان أتعاقب عليها حرفيًا، مشاكل دائمة مع عائلتي، لا شخص يفهمني، مجال غير مرغوب وحياة ملخبطة، الآن وضحت لي الفكرة، فلم يكن هذا الشخص الذي يلاحقني في أحلامي غير هذه المشاكل، كانت تلاحقني طوال هذا الوقت، عندها قررت التغيير لم يكن هذا سهلًا علي ولكنني حاولت، لم يكن يومي يمر دون خطأ لكن كنت أحاول معالجته بسرعة، تغيرت تغيرًا بسيطًا، فالتغيير لا يحدث بسهولة لشخص

تطبع على شيء ولكن مع ذلك لم أيأس، تغلبت على طبعي حتى ولو بالقليل، لم أعد أرى هذا الحلم وكأنه توقف عن ملاحقتي لأنني صرت أنا من ألحق مشاكلي حتى أعالجها قبل أن تأذيني، اليوم ها أنا مازلت أتغير، وتغير حاضري كثيرًا، تعدلت حياتي وتفاصيل كثيرة كانت ستؤذيني كثيرًا، ولكن هذا الحلم كان جزءًا من ماضي سيء وجيد، تأذيت منه كثيرًا وتعلمت منه الكثير لذلك سيظل ماضي عالقًا في داخلي وله تأثير كبير على حاضري ومستقبلي، فالحمد لله حمداً كثيرًا على كل شيء.

سوزان أحمد / فلسطين.غزة

بين أتراس الفواجع

هرعت نسمة للاحتماء بجدران منزلها الذي نالت منه يد عدو متوحش في حرب (نزاعة لمعاني الإنسانية) فنهشت منه أعضاء، تتحسس الأمان في ظلهم من حمم قصف شرس يطيش بالأرجاء، قصف أعمى عن أي رحمة أو شفقة، فتسمّر الجسد المنحول بين أحضانهم، وحُبست الأنفاس في طيات صدر عجز عن حمل هلع زلزل النفس فغيبها عن السمع والإدراك لوهلة، وكأنما الوعي سافر بعيدا إلى حيث الفراغ فقُطع حبله السري عن الحياة، ومضغها بين أتراس فواجع مزقتها إربا، وتصعّدت حرارتها حتى تقطرت رشْحا من عرق.

بعد حين (كأنه دهور) غربت رعود القصف عن المسامع فارتخى الجسد باكيا الألم

والوهن اللذان تعجز الأنامل عن الاقتراب من كنههما، فقبعت بحذو سرير كان لأمها تلتقط أنفاس قوة لتكمل معركة البقاء، فتنفست الصعداء وحظيت باستراحة محارب لا تفتأ أن تنصرف سريعا.

كانت أيام نسمة وأسرتها المكونة من أحد عشر مطحونا بين دفتي رحى: غليان قاتل وفتور نادر، تدكهم مجانيق الحرب على مدار شهور مضنية لم تفتر إلا همسا.

هدنة دقت بابهم علها تلملم فتات النفس وغور الضعف وذبول الروح، فعمدت إلى غرفة كانت تخاف الولوج إليها خشية مس الضر، سيما وأنها تطل على بساتين خضر تسمح بأن تكون في مرمى البصر، فاستلقت على سرير لم تطأه منذ أمد تجذب النوم إليه لتقطف شيئا من راحة من مشاق يومها

الكثـــر، فألقـــت رأســـها علـــى وســـادة تســـتجدي منهـــا فـــيض كـــرى لكنهـــا للأســـف لـــم تهـــب، فقـــد تـــدفقت أمـــواج الـــذكرى وتلاطمـــت هوجـــاء بـــين جـــدران العقـــل، فـــي عتومـــد الحنـــين حينـــا وعصـــارة جـــزر القهـــر، فتلـــك كانـــت أيـــام كـــرام ســـابغات جـــادت بـــنِعَم لا تحصـــى وســـعادات لا تعـــد، وهـــذه خطـــوب جســـام عظـــام لا يقـــوى علـــى حملهـــا أُحُـــد، وطفقـــت الـــذكريات تخصـــف علـــى روحهـــا مـــن لهيـــب الشـــوق لأيـــام قـــد خلـــت، تعـــج بـــدفء أحضـــان أســـرة اجْتـــث الحـــرب منهـــا اثنـــين مـــن الولـــد، فباتـــت تبكـــى مـــرا علـــى بتـــر أنهـــار حنـــان قـــد نضـــبت، فتلـــك الأيـــدي الحانيـــات التـــي كانـــت تربـــت علـــى قلبهـــا المكلـــوم فتغـــدق إكرامـــا لا يعـــد، وتلـــك الصـــنائع التـــي هـــي كبـــزوغ الفجـــر بضـــياء لا يحـــد، وذلكـــم الهمـــم الشـــامخات فـــي بـــذل كـــل مـــا يســـعد، وذلـــك العَـــدْو فـــي ميـــادين شـــد العضـــد حتـــى ملكـــت نســـمة

الدنيا وما فيها بلا ادنى شك، فكيف يكون الكظم وقتها على جبال فيض العطاء الراسيات؟ وكيف يكون الوجد لمثل هذه الأيدي البيضاء؟ وكم يضرب الحزن أغوار الروح على مثل هذه القامات؟ وكم يتلهب الشوق المتأجج على فراقهم ويستعر آهات؟ فآه ثم آه ثم آه على حنين يتقطر اشتياقا لأكناف لقاء، ويا حسرتاه على ما فرطت في جنب استقاء من عذب هناء.

أمطرت عينا نسمة ودق الأسى؛ لتسقي الاستشفاء من هاوية الكآبة، وأخذ تكفكف فاجعتها باستغفار وذكر، واستلت من منضدة جوارها القرآن العظيم فلضمت الآية بأختها تحادث ربها وتشكوه الكمد حتى استكانت روحها فدبتِ الطمأنينة فيها

وانقشـــع الكبـــد، وشـــرع اللســـان يتلـــو آيـــات الحمد حتى غاصت في دهاليز الرِّقْد.

أية صلاح / مصر

التخطي

تبدا قصتنا كانت بنوته قاعده علي الأريكة وامها دخلت عليها الغرفة فجأة.

الام: بتعملي ايه؟

البنوتة: نفسي اتخطى الماضي.

الام: سهل بس انتي انسي.

البنوته: مفيش حاجه سهله يا ماما.

الام: كلام الناس مش هيأثر فيكِ يا نوري.

نور: طب اعمل ايه.

الام: لازم تواجهي الحاضر وانسي الماضي واديكي اتعلمتي انك ما تثقيش في حد وانزلي اتصاحبي علي اللي في سنك وكوني صحاب جديده بس اختاري صح.

نور: يا ماما دي اللي كنت بقول عليها

اختـــي بـــاعتني وانـــا معملـــتش ليهـــا حاجـــه.

الام: معلـــــشِ مـــــش اديكـــــي اتعلمتـــــي مـــــن أخطائك، عافري.

نـــور: انـــا نفســـي ابقـــي كاتبـــة بـــس خايفـــه انـــي اكتب لنفسي ومحدش يشجعني.

الام: انا اشجعك يا نوري.

طبعًـــا يـــا آيـــة هكملـــك القصـــة بـــنفس الأســـلوب العـــامي اللـــي بدأتيـــه وهنخلـــي الحـــوار عميـــق وحقيقـــي عشـــان يوصـــل إحســـاس نـــور وهـــي بتحاول تطلع من الحزن وتبدأ من جديد.

نور بصوت مهزوز:

- طـــب لـــو فشـــلت يـــا ماما؟ لـــو النـــاس ضـــحكت عليا؟ لو اللي بكتبه ما عجبش حد؟

الأم بهدوء وحنية:

- وإيـــه يعنـــي؟ المهـــم إنـــك كتبتـــي، عبرتـــي عـــن اللـــي جـــواكي، النـــاس ممكـــن تحكـــم بـــس مـــش

كل حكم صح، كل كاتب كبير بدأ بخوف بس الفرق إنهم كملوا، ما استنوش تصفيق حد، استنوا نفسهم يقولوا "إحنا عملناها".

نور: أنا كل ما أبدأ أكتب بحس صوت جوايا بيقولّي "انتي مش قدها، انتي مش موهوبة، مين هيسمعك أصلاً؟"

الأم وهي ماسكة إيدها:

- اسمعي صوتي أنا بقى، انتي موهوبة وكتابتك هتكون نور لناس تانية، يمكن فيه بنوته تانية زيك تعبانة من الماضي وتلاقي في كلامك دوا، مش لازم توصلي للعالم كله، كفاية توصلي لقلب واحد.

نور: هو أنا ممكن أبقى كاتبة بجد؟

الأم: مش ممكن، انتي خلاص بقيتي، أول ما قررتي تكتبي من قلبك.

نــور: هكتــب يــا ماما وهبــدأ بيــوم مــا خــذلتني أعــز واحــدة كنــت فاكراهــا أختــي، وهكتــب عــن دمــوعي اللــي نزلــت وانــا فــي الأوضــة لوحــدي، وهكتــب كمــان عنــك، وعــن حضــنك اللــي عمــره ما خذلني.

الأم: وإحنــا نطبــع كتابــك ونســميه "مــن حضــن أمي بدأت الحكاية".

نور بضحكة:

- اتفقنــا يــا أمــي، وكــل يــوم هفــتح صــفحة وأكتــب ســطر جديــد وأهــو يمكــن الماضــي علمنا بس الحاضر لسه بنكتبه بإيدينا.

الام: شطوره يا قلب امك اكتبي ونزلي علي برامج.

نور: حاضر.

الام: اكتبــي وامشــي ورا حلمــك.

نــور: انــا هكتــب عــن اللــي كانــت مفكرهــا اختــي

وهكتب عنك وهبدا اكتب من دلوقتي.

الام: طب انا هخرج اعمل الاكل عقبال مانتي تكوني كتبتي.

نور: حاضر.

وبالفعل الام خرجت ونور بدأت تكتب وبعد شويه امها دخلت عليها.

الام: انا عملت الاكل، انتِ بقي عملتي ايه؟!

نور: انا كتبت حوالي الفين كلمه انزلها بقي علي البرنامج.

الام: ربنا يوفقك.

وبعد مرور سنه كانت نور كاتبة مشهوره وبقت واثقه من نفسها واتخطت الماضي ورمت وراها حاجات كتيره ومسمعتش كلام الناس وسمعت كلام امها بس.

العبرة من القصة انك متأمنش لحد بسهولة

وكمـــان متســـمعش كـــلام النـــاس خليـــك دائمـــا واثـــق فـــي نفســـك والقصـــة دي حصـــلت مـــع الكاتبة نفسها الي هي انا بس بشكل تاني.

نور الهدى إسماعيل / سوريا

تعافيت بك

في الامس كنت فتاة منطفئة لا تعرف لذة الحياة، في الامس كنت اجلس وحدي في ظلام مع كتبي المفضلة، اكتب الكثير عن طريق مليء بالخيبات وحياة بائسة، في نهاية كل يوم انظر الى القمر والسماء اتحدث بداخلي واقول:

- هل يمكن أن اكون انا السماء ويأتي لي قمر لينير ويضيئ عتمتي؟

ارى القمر يختفي رويدا رويدا، اذهب الى سريري وانا ابتسم ابتسامة مليئة بخيبات وامل مشاعر مختلطة لا يمكن وصفها، اعيش في ذكريات الماضي ولا استطيع تجاوز كل ما حصل في سابق، لقد كان الماضي كل يوم منه يحمل لي عدة دروس قاسية جعلت مني فتاة لا تنهزم بسهولة،

ولا تثق بسهولة وايضا لا تحب بسهولة، جميعنا لدينا من الهموم ما يكفي، لدينا من عثرات الحياة التي لا نهاية لها، لدينا من الخذلان والدروس القاسية التي لا نهاية لها، لدينا الاعداء والاحباء، لدينا ماضي ومتاعب لكن يجب ان نختار الاشخاص بعناية، ان ننظر الى الاشخاص الايجابية التي تصنع منا اشخاص سعداء تحبنا وتفعل الكثير من الاشياء لنبتسم، نحن يوجد لدينا الكثير من الاشخاص التي تدخل حياتنا وتبعثرها ثم ترحل وتبقى في قلبنا هذه البعثرة التي لا يمكن تخطيها إلا بترتيب الحياة بشكل الصحيح ولا يمحي الالام إلا اشراق جديد وحب وعوض ينسيك ما مررت بهِ بالأمس، نظرت الى الحاضر ورأيت ذلك القمر الذي يضيئ السماء كذلك رأيتك انت تاتي الي لتضيئي ما انطفأ مني،

لتمحي ما كان من قبلك من تعب وخذلان واوجاع، ادركت عندما رأيت عيناك أن سنيني من قبلك لم تكن سوى سراب، خلقت لي حياة عندما اصبحت في حياتي وكنت لي حاضر مشرق اتجاوز به خيبات السنين الماضية وتعثرات الطرق المحيطة بي، تمنيت لو اعود للماضي ابحث عنك في كل مكان وزمان لتصبح انت الماضي والحاضر وكل يوم امضيه، لتكون محتل جميع ذكرياتي وامحي جميع ما مررت بهِ واستبدله بك وبأيامي معك، تعافيت بك.

إيقان محمد إدريس / السودان

ورقة غُصنها الحياة

رأيتها تسقط أمامي ثم تُقاوم الجاذبية والرياح فتقف بارتجاف عندما تزجُرها الرياح بصوت عالٍ لكنها لم تستسلم بكل يوم تتعلم طرقًا جديدة للبقاء، وتقوي أطرافها لتحتمل الصعاب، ويبدو أنها أتقنت فنّ التغافل فما عادت تكترث للأصوات حولها، وهاهي الآن تسير بخطى ثابتة هدفها الأغر أن تصل لحيث تَمدُّ عيناها، لم تكن تلك ورقة نفلٍ صغيرة بين أشجار ضخمة، ولا قطعة قماش تُقاوم ثِقل الرياح بل هي فتاةٌ تُحاول السير بطرق الحياة الوعرة، بكل يوم تشدّ من أزر نفسها وتقاوم ما يعرِض لها، تواجه الصعاب بعزيمةٍ صلبة وجسدٍ هزيل، لكم من مرات وقعت أسيرة العادات والمجتمع القمعي!

لكنها هدّأت من روعِ ذاتها وطمأنتها:

- "أن يا عزيزتي علينا أن نضع خشية الله نصب أعيننا، وما دونه ليس سوى مثبّطات لا تعنينا".

تكالبت عليها الأيام ورمت بثِقلها عليها لكنها لم تُسلّم للألم وقد واصلت بدرب مسيرها المضني وهي واثقة أن نهاية هذا الشوك ستجد واحاتٍ مزهرة، ما عليها الآن هو أن تحتمل بضع أيامٍ أخرى من أيامها القاسية لتنل بعدها شرف الوصول ولذةَ احتضانِ الحلم، لذا تُساعد كل من تجده مُتعب بطريقها، وتقدم يد العون كلما سنحت لها الفرصة بذلك، ولم تبخل يومًا بتزويد من يحتاجها بمتاع الأمل، فقد كانت مُتّقدة ونضرة رغم شحوب الأيام، تروى معالم وجهها قصصًا عدة في المعاناة والألم لكن سُحنةَ الخير ما تزال تُزين جبينها الناصع حبًا؛ مهما أحاطت غيوم الأسى الداكن

بوجهها لتكون تلك حركة دفاعٍ ذكية تقسِم ظهر الحزن وتريحها قليلًا من سوداويته العنيدة، ذات يومٍ سُئلت عن سر هذه الطاقة لتجيب:

- أردت فقط أن أنجو بنفسي وأثأر لأنثويتي، فالحياة ليست سهلة ولا تمنح السعادة والقوة دون عِراك، ولكنها أيضًا تمنحُنا عدّة وسائل، وعلينا بجهدنا أن نُدرك طُرق استخدامها، والنصيب الأوفى حتمًا سنجده عند اللطيف ثمارًا لصبرنا.

تقوى جمال حسب الله / السودان

رحلة شفاء

أو يُوهم المرءُ نفسه أنه لن يتعافى والزمن كفيل بذلك، الأيام التي تركض ع عداد حياتنا يوماً بعد يوم، كل ساعة أو دقيقة أو حتى ثانية نعيشها كماءٍ تُنبتُ جزوع أنفسنا حتى ننضج فإن نضجت ولن تعلم أنّ لها موسمٌ معين لتثمر فيه أجهدت نفسها وهلكت، ولو فعلت كل شيء بالطبع لن تثمر قبل أوانها، هذا ما كانت تقوله جدتي الغالية ترعرعت بين خبرتها وتلك الحكمة التي مبتغاة من تجاربها، ترعرعت بين أضلعها التي أثمرت أجيالاً حتى ذبلت جذوعها ولكن أوراقها مازالت خضراء، غمرتني بالحب والعطف علمتني كيف أواجه الحياة بينما هي تنفذ أنفاسها الاخيرة كي تهدأ وتسلم من تلك المعارك التي لقلما ينجو فيها المرء، نجت من تلك الامواج التي هلك فيها

كثير من الناس وكأنما خيرتها لأكون وريثة تلك الحياة إلى أن توفاها الله وكنت أبلغ العاشرة من عمري، وكأنما ظلام دامس غطى أرجاء حياتي، وكأنما لهيب نارٍ اشتعلت وأحرقت كل تفاصيلي التي عشتها معاها، انقلبت حياتي رأساً على عقب ما إن أجد نفسي في دوامة تتوالى فبها الصفعات، كبرت ولم أطبق شيئا مما قالته لي كل شيء في حياتي تغير ولم ينجح شيئاً إطلاقاً ولا حتى العلاقات كلها باءت بالفشل لا اذكر ما قالته الجدة، وبعد ثمانِ سنوات من رحيلها واذ بها تأتي إليّ في المنام ترتدي ثوباً أبيضاً لامعاً وتركز على عصاة قد تلألأت والنور في وجهها وقالت:

- "ما بالك يا هنتاه ألم أربكِ بين أضلعي صغيرة ولبثتي معي من العمر سنين، والله

إنـــي أردت مجالســـتك ولكـــن الله علـــى كـــل شـــيء قـــدير، صـــغيرتي لقـــد تغيـــرت الحيـــاة والنـــاس قـــد مالـــت إلـــى مـــن عنـــده مـــال ومـــن لا عنـــده ذهـــب فعنـــه النـــاس قـــد ذهبـــوا وبقـــي القليـــل يـــؤمن بجمـــال الـــروح فروضـــي روحـــك واحـــذري مـــن أن تغرقـــي احـــذري مـــن خمـــسٍ ولا تنســـي خمـــس؛ احـــذري مـــن النميمـــة والشـــتيمة ولا تنســـي أن الله هـــو الخـــالق، احـــذري مـــن مجالســـة الـــذين لا يخـــافون الله ولا تنســـي أن الله بكـــل شـــيء علـــيم، احـــذري مـــن الحاســـد والحاقـــد ولا تنســـي أنَّ الله ينظـــر إلـــى القلـــوب فتلـــك أمـــراض رفـــع الله عنـــكِ شـــأنها، احـــذري مـــن اللـــبس الضـــيق والخليـــع ولا تنســـي أنَّ الكاســـيات العاريـــات لا يـــدخلون الجنـــة ولا يشـــمون ريحهـــا، احـــذري مـــن قطـــع الـــرحم ولا تنســـي أنّ الـــرَحِم مشـــتق مـــن اســـم الرحمـــان فمـــن وصـــلهم وصـــله الله ومـــن قطعهـــم قطعـــه

الله صـــغيرتي لا تفـــوتي وردك مـــن القـــران، ولا تـــردي مســـكين يطـــرق بابـــك، ولا تنهـــرين يتيماً، حفظك الله يا بنيتي ورعاك."

ثـــم اســـتيقظت وانـــا ادون تلـــك العبـــارات حتـــى لا أنســـاها ومـــا إن طبقتهـــا وحاربـــت وقاتلـــت نفســـي حتـــى اســـتعدت نفســـي وســـلامي الـــداخلي ونعمت براحة لم انعم بها قط منذ رحيلها.

ملاذ شمس الدين عبدالرحمن / السودان

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

تلك الفاجعة

يكون ماضينا محفور في قلوبنا فيعجز الفكر عن ما يليه، فلا مستقبل يُكتمل، ولا حياة تُعيش، ولا لحظة تُستغل، تراه غارق في الإثنين، من ماضي سيء لمستقبل مجهول، وحادثة الماضي كانت عند وفاة خالي او بالأحرى انتقاله للجنة، جاء خبره كفاجعة في نصف الشتاء وكان ضحية إحدى الفيضانات، فكعادته راجع لبيته لكن هذه المرة شاءت الأقدام أن تصب على قلبه وقلوبنا هذه المرارة، بالأحرى قدر الله وما شاء فعل، حادثة تبدو بسيطة في مقلتيها لكن في جوفها مؤثرة تُراه شخص غارق في المياه عشرة ايام متتالية لا خبر ولا حبر عليه، ونحن ننتظر والكل يبحث، أيام سيئة جدا كانت علينا، ولليوم لا يزال ذلك الشعور نفسه ينتابنا ان تفقد خال كأب ثاني لك

صعب، وتخاف من هذا المستقبل أن يسرق منك أحد أخر عزيز عليك لكن الاقدار كلها بيد الله، فلا الحنين للماضي يُصلح ولا الترقب للمستقبل يُفيد كل شيء يؤتي في وقته.

كاتي / الجزائر

الحنين إلى تلك اللحظة

لم أنسَ ذلك اليوم أبدًا وكأن الزمن توقف حينها ليُخلّد لحظة لا تبدو عظيمة في أعين الآخرين لكنها كانت فاصلة في حياتي، كنتُ طالبةً في المرحلة الثانوية معروفة بين زميلاتي بشغفي الكبير بالعلم وبأنني لا أقبل بأقل من الكمال، لم يكن تفوّقي مجرّد عادة بل كان جزءًا من هويتي، كنت أظن أنّ النجاح وحده هو من يمنحني القيمة في هذا العالم، وأن أي تراجع مهما كان بسيطًا يعني أنني لم أعد جديرة بالاحترام أو الحب أو حتى نظرة الإعجاب التي اعتدت رؤيتها في عيون الجميع.

في أحد الأيام دخلت قاعة امتحان الفيزياء وأنا أجرّ خلفي ليلةً بلا نوم، وصراعًا داخليًا لم أبح به لأحد، كان البيت يعجّ بالتوتر،

ومشـــاعري كانـــت مشـــتتة لكننـــي أخفيـــت كـــل شيء خلف ابتسامة باهتة وقلت لنفسي:

- "سأتجاوز."

لكننـــي لـــم أفعـــل؛ عنـــدما ظهـــرت النتيجـــة لـــم أســـتطع تصـــديقها، لـــم أُخفِـــق فقـــط بـــل كانـــت الدرجـــة صـــادمة كأنهـــا صـــفعة قويـــة علـــى وجـــه اجتهـــادي كلـــه، صـــمتُّ طـــويلًا ثـــم بكيـــت، لـــم أُرِد أن يرانـــي أحـــد فجلســـت فـــي زاويـــة الغرفـــة وحـــدي أواجـــه نفســـي لأول مـــرة، لـــم يكـــن الألـــم فـــي النتيجـــة فحســـب بـــل فـــي الشـــعور العميـــق بـــأنني فقـــدت شـــيئًا مـــن نفســـي، مـــن أنـــا إن لـــم أكـــن المتفوقـــة؟ مـــن أكـــون إن لـــم يُصـــفّق لـــي أحد؟

مضـــت الأيـــام ثقيلـــة، وكلمـــا نظـــرت إلـــى نفســـي فـــي المـــرآة، لـــم أرَ الفتـــاة التـــي كنـــت أفتخـــر بهـــا، بـــدأت أشـــك فـــي كـــل شـــيء؛ فـــي قـــدراتي، فـــي

حلمي، في نفسي، كانت مرحلة مؤلمة مليئة بالخوف والتردد والانطواء، لكن مع مرور الوقت وبدعم من أشخاص آمنوا بي بدأت أفهم شيئًا لم أكن أراه من قبل أن الخطأ لا يعني السقوط، وأن الفشل ليس نهاية بل بداية لحكاية أقوى، تعلمت أن قيمتي لا تكمن في الدرجة، ولا في ترتيب اسمي في قائمة الأوائل بل في قلبي، في محاولاتي، في إصراري على النهوض كلما سقطت، بدأت أكتب، أدوّن مشاعري، أستخرج من داخلي كل ما كتمته، وكل يوم كنت أشعر أنني أقترب أكثر من نفسي الحقيقية، لا تلك التي كنت أحاول أن أُرضي بها الآخرين.

اليوم حين أتذكّر تلك اللحظة لا أشعر بالخزي بل بالامتنان، لقد كانت المرآة التي كشفت لي ضعفي، فقررت أن أصنع من هذا

الضعف قوة، لقد غيّرني الموقف، نعم، لكنه لم يُنهِني بل أعاد تشكيل شخصيتي من جديد.

إيمان الخزاني / المغرب

أترك الماضي وارحل

في كل مساء كان يسير في الطريق ذاته تحت ضوء القمر الخافت وحيدًا كعادته، لا شيء يرافقه سوى صدى خطواته وصمت الليل الثقيل، كانت الذكريات تتدفق في قلبه كالنهر تحمل بين طياتها وجوهًا رحلت، وأحلامًا انطفأت، ووعودًا نُسيت.

لم يكن الماضي حزنًا فقط بل كان دربًا من التأمل العميق، كل حجر على الطريق حكى له قصة، وكل نسمة ريح همست بسرّ من ماضيه، لم يكره حزنه بل احتضنه كرفيق قديم لا يريد مفارقته، علّمه كيف يصبر، كيف يصمت، وكيف ينهض كل مرة من جديد، ولو كان مثقلًا بالدمع.

وفي نهاية الطريق لم يكن يبحث عن ضوء بل عن راحة، عن فهم، عن معنى لكل هذا

الحـــزن الـــذي حملـــه فـــي قلبـــه ككنـــز خفـــي لا يراه أحد.

وذات ليلـــة توقـــف فجـــأة، لـــم يكـــن فـــي الطريـــق شـــيء مختلـــف لكـــن شـــيئًا فـــي داخلـــه تغيّـــر، كـــأن قلبـــه تعـــب مـــن حمـــل كـــل هـــذا الصـــمت، كـــل هـــذا الانتظـــار، جلـــس علـــى مقعـــد خشـــبي قـــديم تأمـــل السماء الطويلة وسأل نفسه:

- "إلى متى سأظل أعيش في ما مضى؟"

لـــم تأتـــه الإجابـــة لكـــن الـــريح حملـــت إليـــه دفئًـــا غريبًا كأن الحياة تهمس له:

- "لقـد كـان الحـزن جـزءًا منـك، لا كلّـك، الماضـي لا يعني أن تبقى هناك بل أن تتجاوزه."

حـــين نهـــض مـــن مكانـــه لـــم يتـــرك الحـــزن خلفـــه لكنـــه حملـــه بشـــكل مختلـــف، لـــم يعـــد عبئًـــا يثقلـــه بـــل قصـــة يرويهـــا لروحـــه كلمـــا احتاجـــت أن

تتـــذكر أنهـــا نجَـــت، بـــدأ يـــرى فـــي الطريـــق تفاصـيل لـم ينتبـه لهـا مـن قبـل؛ زهـرة صـغيرة نبثـت بـين شـقوق الرصـيف، طـائر يغنـي علـى سـلك الكهربـاء، طفـل يـركض خلـف ظلّـه، فـأدرك أن الحيـاة كانـت تحـاول مواسـاته بصـمتها لكنـه كـان مشـغولًا بـالحزن عـن رؤيتها.

بداوي نسرين / الجزائر العاصمة

سراب الطفولة

عقارب الساعة تتجه نحو الواحدة تماما بعد منتصف الليل، لحظة صمت طويلة، شهيق ثم زفير، تفكير مطوب في ماهية الوجود، الهدف غير مُدرك بعد، ننساق نحو المجهول، نتقدم دون وجهة، إلى أين! ما المحطة القادمة؟

عقلي سَكَن في مكانه، بَهُتَ دون إجابة، عَلَهُ هو الاخر لا يدري إلى أين تأخذنا الاقدار المسطرة، ولبرهة قاطع تفكيري صوت الذكريات، لم أدري كيف اتفاعل معها، ارحب بزيارتها ام ابكي على الاطلال، اتريث دقائق لأتمعن تفاصيلها، لكل ذكرى بسمة عابرة، ضحكة من القلب تجر ألما عميقا، ألمحها كشريط فيديو أشغله وقت ما انفردت بنفسي وتملكتني الوحدة الرهيبة،

تنفرد بي هي الأخرى فتصير انيستي وتعمر شعور الفراغ الذي يجتاحني، ها انا الآن أَلْمَحُ كل خيبة، انكسار، كطفل صغير يتذوق نكهة الفراق لأول مرة بتوديعه جثمان ابيه ويرى الحشود تجتمع من حوله تنوح وتلطم اجسادها في حركات غريبة بالنسبة اِليه ثم ماذا؟

نظر الطفل في دهشة ممزوجة بمحاولة استيعاب، يتأمل هنا وهناك، ماذا يحدث، يحاول مُجاراة الأحداث، ينظر في صمت كأنه احد المتفرجين الجالسين في مدرج كبير ينتظر انتهاء عرض مسرحي، لم يعلم ان السنين ستمضي ليُعزي نفسه على ذلك الفقيد، بعد مدة سيكبر ذلك الطفل لكنه لا يزال عالقا في تلك الذكريات، سيشتاق ويكون اللُقى مستحيلا، سيُهان، يستضعف،

يحتقر، يجرح وينكسر، يترك وحيدا ولن يكون هناك من يحميه، كعصفور صغير حديث الولادة لا يقوى على الطيران ليصطاد ولا يوجد من يمُده بالطعام، سيصبح ذلك الطفل ضعيف يتعلق بالأشخاص بسرعة يبحث فيهم عن ذلك الشخص الذي فقده وهو في سن الخامسة، يبحث فيهم عن الامان ليستريح قلبه ويضمد جروحه ويرمم كسوره لكن لم ولن يجد ويترك وحيدا مجددا ليصاب بخيبة اخرى.

زهور محمد أبكر علي / السودان

شرفة تطل على الأمس

منذ أن انتقلنا إلى هذا البيت، والشرفة الزرقاء لا تكفّ عن مناداتي، شيء فيها يشبهني أو يشبه من كنتُه، كل صباح أجلس على الكرسي الخشبي وأحتضن فنجان القهوة كأنني أحتضن شيئًا أضعته ذات زمن، تتسلل إلى ذهني صورٌ قديمة، أنا في السادسة أركض في حديقة جدتي، وثوبها الأبيض يرفرف وهي تناديني بالاسم الذي لم ينادني به أحد بعد رحيلها:

- "روحي".

كان الماضي جميلًا على الأقل في عينيّ الصغيرة، لكن حين كبُرت لم يكن كل شيء بهذه البساطة، الحنين صار ثِقلًا، كنت أبحث عن رائحة جدتي في كل الأماكن وأقيس دفء أي حضنٍ بمعيارها وأتمنى أن أعود

لتلك الطفلة التي لا تخاف الغد لأن الحاضر لم يكن كما رسمته؛ كل علاقة جديدة كنت أقارنها بما مضى، كل مكان جديد كنت أفتش فيه عن ظلّ قديم، كان الماضي يشدني من يدي كلما حاولت التقدم، وأنا أظنه وفاءً، لكنني اكتشفت أنه قيد، مرت أعوام وأنا أعيش في مفارقة غريبة أشتاق لما كان، وأحزن لما هو، ولا أُعطي نفسي فرصة لعيش ما يمكن أن يكون، حتى حدث أمر بسيط لكنه غيّرني، في أحد الأيام جاءتني رسالة من ابنة خالتي الصغيرة تقول فيها:

- "أنا بحبك علشان دايمًا بتفكريني بماما زمان، صوتك فيه طمأنينة بتخلي الدنيا أبسط."

وقفت طويلاً أمام الكلمة "طمأنينة".

- هل صرت أنا الطمأنينة لأحدهم بعد أن كنت أبحث عنها عند غيري؟ هل الماضي يمكن أن يتحول من قيد إلى إرث؟

منذ ذلك اليوم قررت أن أكون أنا جدّتي الصغيرة لشخصٍ آخر، أصنع حنينًا جديدًا، لا أعيش فيه بل أمنحه لغيري.

غسلت الشرفة، زرعت فيها اللافندر كما كانت تفعل، اشتريت لنفسي فستانًا أبيض يشبهها، وصرت أكتب رسائل بخط يدي لأهلي، وأطهو وصفاتها القديمة، لم أنس الماضي لكنني توقفت عن اجتاحتضنت

الآن حين أجلس على الكرسي، لا أحتضن الذكرى بل أُهديها حياة جديدة.

★★★

كلُ أمسٍ ماضي وكلُ آنٍ حاضر والآتي هو المستقبل لكن ماذا لو بسط الماضي

سيطرته على باقي الازمنة، ماذا لو علِقنا في أحداثٍ قديمة استولت على ما بعدها من اوقاتِنا!

انا فتاةٌ حساسة، لا اقولها بالمعنى الذي تقصده باقي الفتيات، لا! انا فعلاً حساسة اتأثر بالأحرُفِ التي تُنطق والكلماتِ التي تُكتب وقد تأثرت بسبب ثلاث كلمات سُدِدتْ إلى مرمى أُذني لكنها أخطأت وأصابت أورِدةَ قلبي وأبت الترمم والشفاء لكنها كانت دافعاً للتقدم، في ذلك اليوم حينما أتممتُ السادِسة من عمري قرر والدايَّ تسجيلي في مدرسة خاصة لأني كنت خجولةً بعض الشيء وأحتاجُ اهتماما فردياً والذي ظنَّ أبوايَّ توافرهُ هناك، وبالرغم من وضعِنا المادي الذي يكاد يكونُ سيئاً تسجلتُ في مدرسة الأمل الابتدائية التي تُعد

من أرمق المدراس، وفي يومي الأول صادفتُ كثيراً من الطلاب الذي حاولوا مُصادقتي او ربما السخرية مني لا أدري لكنني كنتُ رافِضةً الاندثار في هذا المجتمع، مرَّت الأيام عاديةً جداً اذهب إلى المدرسة أتلقى حصصي ومن ثم أعود للمنزل واستذكِرُ دروسي مع أمي، حتى ذلك اليوم الذي تحدد موعد اختبارات السنة وأخبرنا مدير المدرسة أن الطالب الأول ستكون له جائزة عظيمة وهي مبلغ مالي كبير، حفزني ذلك جداً أردتُ إسعاد امي وابي بالحصول على المركز الأول وكذلك مساعدتهما بهذا المبلغ لذا قررتُ الاجتهاد، كان جميعُ أهل زملائي من ذوي الجاه والمال، لديهم معلمون خاصون وكل أدوات الدراسة والكتب المتنوعة التي تُعينهم على المذاكرة، لكني لم أتراجع وظللتُ أُذاكر بجد

وأبـــوايَّ لـــم يُقصِـــرا فـــي حقـــي بـــل ودعمـــاني أكثـــر، قبـــل حلـــول موعـــد الامتحانـــات لاحـــظ الطُـــلاب والمعلمـــون نبـــوغي الغيـــر معتـــاد، ظهـــرتْ علـــيَّ مخاييـــلُ الذكـــاء والفِطنـــة، جـــذب ذلـــك الجميـــع مـــا عـــدا زميلتـــي الحاقـــدة التـــي تأكلهـــا الغيـــرة لأنـــي ســـرقتُ الأضـــواء منهـــا ونلـــتُ كـــل اهتمـــام المعلمـــين، فـــي اليـــوم الأول الـــذي بـــدأت فيـــه الاختبـــارات كنـــت متوجهـــةً إلـــى الفصـــل فظهـــرت فـــي وجهـــي تلـــك الفتـــاة كأنهـــا كانـــت تنتظـــر مـــروري مـــن هنـــا، وبكـــل غـــرور الدنيا قالت بنظراتِها المملوءة حِقداً وازدراء:

_أراكِ في المركز الأخير يا أيتها الفاشلةُ الفقيرة!

ثـــم انطلقـــت مـــن أمـــامي لكـــن كلماتهـــا الأخيـــرة ظـــلَّ صـــداها يتكـــرر فـــي أذنـــي إلـــى أن ســـمعتُ الجـــرس يُعلـــنُ بـــدأ الامتحـــان فركضـــتُ مســـرعةً إلـــى مكـــاني وبـــدأت الحـــل لكنـــي كنـــت متـــوترة

كثيراً، غاضبةٌ أكثر وربما حزينة، هل الفقر عائقٌ في طريقِ التفوُّق؟!

مضى الوقتُ سريعاً وانتهت جلسة الاختبار وتوالتِ الجلسات تِباعاً حتى جاء يوم الإعلان عن النتيجة، لم أكنِ الأولى ولم أتصدر مركزاً يُقال عنه انه جيد لقد سيطر عليَّ الإحباط، لم يسألني أحدهم عن سبب تزعزع درجاتي، انطفأتُ الأضواء التي قد سُلِّطتْ عليَّ من قبل، وسط كل التصفيق لصاحبةِ المركز الأول انا كنت أبكي دماً لا دموعاً، أهدرتُ تعب أبي وشقاء امي! في منتصف تفكيري العميق وتأنيبي لنفسي جاءتني الحاقدة حاملة الجائزة وألقتها في وجهي ضاحكةً قائلة:

- خذيها يا فاشلة.

مجدداً بعضُ الكلمات تركت في نفسي شيئاً

مـــا، لا لا، لـــيس كالـــذي ســـبق بـــل هـــذه الان دافـــع، أجـــدى التفكيـــر العميـــق غايتَـــه، الان عرفـــتُ أن قيمـــةَ الإنســـان بقلبـــه وعقلـــه لا منصـــبه، ربمـــا الجميـــع هنـــا أغنيـــاء بـــأموالهم لكـــن انـــا غنيـــة بنقـــاء قلبـــي وصفـــاء نيتـــي، بـــدأت المشـــوار مـــن أجلهمـــا وسأُواصِـــلُ المســـير مـــن أجلهمـــا، كلمـــا خمـــد عزمـــي أوقدتُـــه بكلمـــاتِ الحاقـــدة فشـــكراً لهـــا وهنيئـــاً لـــي، كنـــت الطالبـــة الفقيـــرة الفاشـــلة والان انـــا أصـــبحت مـــديرة سلســـلة مـــدراس الأمـــل، لـــو لـــم يكـــن الماضـــي ســـيئاً لمـــا كـــان الحاضـــرُ زاهيـــا، لا تستســـلم لقبـــائح الماضـــي بـــل اجعلهـــا دافعـــاً يرميـــك إلـــى روائع المستقبل.

الفتاة الطموحة / الجزائر

قد يؤدي التفكير المفرط بالماضي الى حالة شديدة من الحزن بسبب الشعور بالعجز أمام أخطاء الماضي التي لا يمكن تغيرها والقلق والتوتر وخيبة الأمل والضغط النفسي الذي قد يؤدي بدوره الي العديد من المشاكل الصحية وفقدان الشهية فيفقدك لذة الحياة والعيش بشكل طبيعي.

لدينا سؤال: هل التفكير في الماضي مرض نفسي؟

أجاب علي هذا السؤال علماء النفس علي أنه ليس مرض نفسي وانما سلوك ولكن عارض شائع من اضطرابات القلق والمزاج لا يجب إن يكون دائما فهو يرتبط بالرفاهية النفسية ورضا أقل عن الحياة يجب التخلص منه عاجلا.

طرق التخلص من الماضي:

أولا تحدث مع نفسك بإيجابية وكن لطيفا معها.

ثانيا لا تنتظر اعتذار من احد.

ثالثا تمارين التأمل والتنفس تساعد في تهدئة العقل وتخفيف التوتر مما يمنحك وضوحا ذهنيا أكبر.

رابعا مراقبة اي شعور واحساس في جسدك.

خامسا بناء الثقة في النفس وتتم من خلال التركيز علي الايجابيات.

سادسا الابتعاد عن التفكير السلبي وعدم تحقير النفس.

سابعا استبدال الافكار السلبية بالأفكار الإيجابية.

ثامنا مواجهة المشاعر والافكار المتعلقة بالماضي والشعور بها وعدم الهرب منها.

تاسعا مسامحة الاشخاص الذين تسببوا لك بأي اذى.

عاشرا القيام ببعض التغيرات في حياتك اليومية.

احدى عشر التركيز علي الحاضر وتحديد اهداف جديدة والتعلم من الاخطاء.

من اسباب تذكر الماضي المستمر:

اوضحت الدراسة التي اجريت في جامعه نيويورك الأمريكية إن الذاكرة البشرية تحتوي علي ملف يحفظ مشاهد وذكريات واصوات حتى لو كانت تبدو تافهة بالنسبة الينا لبعض الوقت للاستفادة منها في حال أصبحت هذه المشاهد والذكريات مفيدة في

وقت ما وقد فسر علماء السلوك إن هذه الحالة في الغالب هي حالة قلقية وسواسية اي إن نمط التفكير وسواسي ويعرف تماما إن الانسان حين يفكر بصورة وسواسية تنتابه الكثير من الافكار السخيفة والتي ليس لها معنى ويدخل في تفاصيل دقيقه جدا وهذه الافكار قد تظل راسخة بخلده لفترات طويلة.

صفية جابر عبدالرحمن / مصر

١. حساني خيرة احلام (الجزائر)

٢. يارا بوفي (سوريا)

٣. ثيزيري (الجزائر)

٤. نوي نوال (الجزائر)

٥. مطر ديسمبر (العراق)

٦. دراجي نور الهدي (الجزائر)

٧. هبة عيساوي (الجزائر)

٨. لارا كمال (مصر)

٩. مايا أحمد الصالح (سوريا)

١٠. جودي ايمن فضو (سوريا)

١١. ملاك بوعزيز (الجزائر)

١٢. حبيبه الشاعر (مصر)

١٣. رفيدة عبد العظيم محمود (السودان)

١٤. سوزان أحمد (فلسطين -غزه)

١٥. أية صلاح (مصر)

١٦. نور الهدى إسماعيل(سوريا)

١٧. إيقان محمد إدريس (السودان)

١٨. تقوى جمال حسب الله (السودان)

١٩. ملاذ شمس الدين عبدالرحمن(السودان)

٢٠. الفتاة الطموحة (الجزائر)

٢١. كاتي (الجزائر)

٢٢. ايمان الخزاني (المغرب)

٢٣. بداوي نسرين (الجزائر العاصمة)

٢٤. زهور محمد أبكر علي (السودان)

٢٥. صفية جابر عبدالرحمن (مصر)

مديرة الدار: رزان كليب

تصميم: سمر حمدان