خواطرُ تُضيء يومك
وتذكّرك أن الحياة أجمل مما تتخيل

لأنك تستحق
أن تعيش
حياةً أجمل

ضوء يشبهني

رحلة قصيرة نحو نفسك،
حيث الأمل يبدأ،
والقلب يزهر من جديد.

ملك مصطفى سلمان

كاتبة أردنية

كل يوم
يدايه جديدة،
وكل خطوة
تقرّبك من
حلمك.

أنتِ أقوى
مما تظنين،
وأجمل مما تتخيلين.

المقدمة

لم أكتب هذا الكتاب لأخبرك كيف تعيش، بل لأخبرك أن الحياة، مهما أثقلتك، ما زالت قادرة على أن تمنحك سببًا آخر لتبتسم.

كل صفحة هنا هي نافذة، وكل كلمة محاولة صغيرة لإضاءة زاوية ربما طالها الظلام. لم أولد قوية، ولم أكن دائمًا أعرف الطريق، لكنني تعلمت أن الإنسان لا يحتاج إلى أن يكون كاملًا ليكون سعيدًا، بل يحتاج فقط إلى أن يؤمن بأنه يستحق بداية جديدة.

كتبت هذه النصوص لأنني أؤمن أن في داخل كل إنسان ضوءًا، قد يخفت أحيانًا، لكنه لا ينطفئ. وأن الأمل ليس معجزة، بل قرار نتخذه كل صباح، رغم التعب، ورغم الخيبات، ورغم كل ما حاول أن يقنعنا بأننا لن ننجو.

إذا وجدت نفسك بين هذه السطور، فاعلم أنك لست وحدك. وإن لم تجدها، فأتمنى أن تجد شعورًا يربت على قلبك، ويذكرك أن أجمل الحكايات تبدأ حين نتصالح مع ذواتنا.

هذا الكتاب ليس عن الكمال، بل عن الإنسان... حين يختار النور، حتى بعد أكثر الأيام عتمة.

إلى كل قلب ما زال يؤمن بأن الغد يستحق المحاولة... أهدي هذا الكتاب.

الفصل الأول: حين بدأت أرى النور

كان أكثر ما يخيفني أن أستيقظ يومًا فأجد أنني عشت سنوات طويلة أركض خلف أشياء لا تشبهني. كنت أظن أن السعادة مكان أصل إليه، حتى اكتشفت أنها طريقة أنظر بها إلى الحياة.

تعلمت أن الصباح لا يصبح جميلًا لأن الشمس أشرقت، بل لأن القلب قرر ألا يحملِ الأمسِ معه. وأن الإنسان لا يحتاج إلى معجزة كل يوم، يكفيه أن

يجد سببًا صغيرًا يجعله يبتسم، ولو كان فنجان قهوة، أو رسالة دافئة، أو نافذة يدخل منها الضوء.

لا أحد يولد قويًا، نحن نصبح كذلك بعد كل مرة ظننا أننا لن نستطيع الوقوف، ثم وقفنا. بعد كل دمعة أخفيناها، وكل خيبة تجاوزناها، وكل باب أغلق في وجوهنا، ففتح الله لنا بابًا لم نكن نتوقعه.

اكتشفت أن الحياة لا تعتذر عمّا تأخذه منا، لكنها تمنحنا دائمًا فرصة لنصنع شيئًا أجمل مما فقدناه. لهذا لم أعد ألتفت كثيرًا إلى ما مضى، بل صرت أزرع أيامي الجديدة بالأمل، وكأنني أزرع شجرة أعرف أنني سأجلس تحت ظلها يومًا.

اليوم، لم أعد أبحث عن حياة مثالية، بل عن قلب مطمئن. عن ضحكة صادقة، وعن أشخاص يشبهون الضوء، وعن نسخة مني لا تخجل من أحلامها، ولا تعتذر عن طيبتها، ولا تسمح للخوف أن يسرق منها جمال الطريق.

ربما لن تكون الحياة كما تمنينا دائمًا، لكنها ستكون أجملٍ حين نقرر أن نعيشها بامتنان، وأن نؤمن بأن كل بداية صغيرة قد تصبح يومًا أجمل قصة نرويها لأنفسنا.

الفصل الثاني: الامتنان... حين يغيّر نظرتنا إلى الحياة

لم أفهم معنى الامتنان إلا بعد أن خسرت أشياء كنت أظنها عادية. حينها فقط أدركت أن النعم لا تُقاس بحجمها، بل بالأثر الذي تتركه عندما تغيب.

صرت أمتن لصباحٍ أستيقظ فيه وأنا أتنفس، لصوت أمي وهي تناديني، لضحكة صديقٍ صادق، ولقلبي الذي ما زال، رغم كل ما مرّ به، يعرف كيف يحب وكيف يحلم.

اكتشفت آن الحياة لا تبخل علينا بالسعادة، لكنها تخبئها في التفاصيل الصغيرة. في كوب قهوة يُشرب على مهل، في كتاب يلامس الروح، في غيمة تعبر السماء، وفي دعاءٍ خرج من القلب فوجد طريقه إلى السماء.

لم أعد أطلب من الأيام أن تكونٍ كاملة، لأن الكمال لم يكنٍ يومًا شرطًا للطمأنينة. يكفيني أن أعيش يوما أشعر فيه أنني كنت لطيفًا مع نفسي، وأنني لم أؤذِ قلبًا، ولم أخسر احترامي لنفسي.

هناك معارك لا يراها أحد، لكنها تستحق أن نصفق لأنفسنا بعد انتهائها. معركة أن نبقى طيبين في عالم يختبر قسوة القلوب، وأن نبتسم رغم التعب، وأن نبدأ من جديد كلما ظننا أن النهايات قد سبقتنا.

لهذا، كل مساء، أشكر الحياة على ما منحتني، وأشكرها أيضًا على ما منعته عني. فربما كانت الأشياء التي لم أحصل عليها هي أكثر ما حماني، وربما كانت الطرق التي أُغلقت في وجهي هي التي قادتني إلى الطريق الذي يشبهني.

ومنذ ذلك اليوم، لم أعد أبحث عنٍ حياة بلا تعب، بل عن قلب يعرف كيف يرى النور حتى في أكثر الأيام غيما. فالضوء لا يأتيٍ دائمًا من الشمس، أحيانًا يولد من روحٍ قررت أن تؤمن بأن الغد يحمل لها خيرًا لم تره بعد.

الفصل الثالث: الطريق إليّ

لطالما كنت أظن أنني أحتاج إلى العالم كي أشعر أنني بخير، حتى اكتشفت أن الإنسان قد يكون محاطًا بالجميع، لكنه يشعر بوحدةٍ لا يراها أحد. وأن أكثر الرحلات مشقة ليست تلك التي نسافر فيها إلى المدن، بل تلك التي نسافر فيها إلى داخل أنفسنا.

في كل مرة كنت أهرب من صمتي، كان الصمت يسبقني. وفي كل مرة حاولت أن أكون شخصا يرضي الجميع، كنت أخسر جزءًا مني. حتى جاء يوم تعبت فيه من ارتداء الوجوه، وقررت أن أكون كما أنا؛ بعيوبي، وخوفي، وأحلامي التي لم تمت رغم كل شيء.

تعلمت أن النضج ليس أن تعرف كل الإجابات، بل أن تتوقف عن مطاردة الأسئلة التي تستنزف روحك. وأن بعض الأبواب لا تُغلق لأن الحياة تعاقبنا، بل لأنها تريد أن تفتح لنا بابًا يليق بما أصبحنا عليه.

لا بأس إن تأخرت. لا بأس إن تغير الطريق. ولا بأس إن عدت إلى نقطة البداية أكثر من مرة. فالزهور لا تتفتح كلها في الفصل نفسه، وكل روح لها موسمها الخاص.

كنت أظن أن القوة تعني ألا أبكي، ثم اكتشفت أن القوة الحقيقية هي أن أبكي، ثم أمسح دموعي وأكمل. أن أخسر، ثم أتعلم. أن أنكسر، ثم أجمع أجزائي بيدي، دون أن ألوم الحياة.

اليوم، لم أعد أقارن نفسي بأحد. لكل إنسان توقيته، ولكل قلب حكايته، ولكل روح اختبارها الذي لا يشبه غيرها. وما كُتب لي سيجدني، حتى لو تأخر، وما لم يكتب لي، فلن تغيّره ألف محاولة.

لهذا أمشي بهدوء، وأترك للحياة أن تفاجئني، وأترك لله تدبير ما أعجز عن فهمه. فما دام في القلب إيمان، وفي الروح أمل، فلا توجد نهاية حقيقية... بل بدايات تنتظر أن نؤمن بها.

الفصل الرابع: الضوء الذي لا ينطفئ

هناك ضوء لا تراه العيون، لكنه يسكن الأرواح التي تعبت ولم تستسلم. ضوء يولد بعد كل خيبة، وبعد كل دعاء ظن صاحبه أنه لم يُستجب، ثم اكتشف

بعد زمن آن الله كان يدخر له ما هو أجمل.

كبرت، ولم أعد أبحث عن الأشخاص الذين يبهرونني، بل عن الذين يريحون قلبي. عن الكلمات التي تشبه الدعاء، وعن الوجوه التي لا تُشعرني أنني مضطر لأن أكون شخصًا آخر.

أدركت أن أجمل العلاقات هي تلك التي تجعلنا نحب أنفسنا أكثر، لا التي تجعلنا نخاف من خسارتها. وأن الحب الحقيقي لا يطفئ نور الإنسان، بل يزيده إشراقًا.

كلما مررت بتجربة صعبة، كنت أظن أنها النهاية، لكنها كانت بداية جديدة لشخص أقوى، وأكثر وعيًا، وأكثر امتنانًا. لذلك لم أعد أخاف من التغيير، لأنني أعرف أن الله لا يأخذ شيئًا إلا ليمنحنا ما هو خير، في الوقت الذي يراه مناسبًا.

وأنا اليوم... لا أريد من الحياة أكثر من قلبٍ مطمئن، وروح تعرف طريقها إلى السلام، وأيام أشعر فيها أنني أعيشها حقًا، لا أنني أمر بها فقط.

الفصل الخامس: سلامٌ يشبهني

لم أعد أبحث عن الحياة التي تخلو من التعب، بل عن القلب الذي يعرف كيف يهدأ وسط الضجيج. فالسلام ليس أن تتوقف العواصف، بل أن تتعلم كيف تبقى ثابتًا مهما اشتدت الريح.

أصبحت أؤمن أن أجمل الأشياء لا تأتي راكضة، بل تأتي مطمئنة، كما لو أنها تعرف طريقها إلينا منذ البداية. لذلك لم أعد أستعجل الأيام، فما كُتب لي لن يأخذه غيري، وما لم يُكتب لي لن تصنعه كل محاولاتي.

تعلمت أن أترك بعض الأبواب مغلقة، لأن ليس كل باب يستحق أن أعود إليه، وليس كل ذكرى تستحق أن أوقظها من نومها. بعض النهايات كانت رحمة، حتى وإن ظننتها في يومٍ خسارة.

الفصل السادس: لأنني أستحق

استغرق مني الأمر سنوات حتى أدركت أن حب الذات ليس أن أرى نفسي كاملة، بل أن أحبها رغم كل ما ينقصها.

أستحق أن أبدأ من جديد دون أن يعاقبني الماضي، وأن أفرح دون أن أخشى انطفاء الفرح، وأن أحلم دون أن أعتذر عن أحلامي.

لا أحد يستطيع أن يمنحني قيمتي، لأنها لم تكن يومًا في أيدي الآخرين. قيمتي في المبادئ التي أحملها، وفي الرحمة التي لا تزال تسكن قلبي، وفي قدرتي على النهوض كلما أسقطتني الحياة.

الفصل السابع: رسالة إلى الغد

أيها الغد... لا أطلب منك أن تكون سهلًا، بل أن تمنحني القوة لأواجهك.

لا أطلب أن تخلو أيامي من الدموع، بل أن يكون في نهايتها ما يجعلني أحمد الله على كل ما مضى.

أريد أن أستيقظ كل صباح وأنا مؤمنة أن هناك فرصة جديدة، وأن الله لا يغلق بابًا إلا ويفتح أبوابًا لا تخطر على البال.

سأمضي إليك بقلبٍ خفيف، تاركة خلفي كل ما أثقل روحي، لأنني تعلمت أن الحياة لا تُعاش مرتين، وأن أجمل ما يمكن أن أفعله هو أن أعيشها بامتنان،

وأزرع الخير أينما مررت، وأترك أثرًا طيبًا في القلوب.

وحين أصل إلى آخر الطريق، أريد أن أنظر إلى حياتي وأبتسم، لا لأنها كانت مثالية، بل لأنها كانت حقيقية... عشتها بقلبٍ يحب، ويسامح، ويؤمن أن بعد كل ليلٍ فجرًا، وبعد كل انتظارٍ فرجًا، وبعد كل دعاءٍ استجابةً يختارها الله في الوقت الأجمل.

الفصل الثامن: الأشياء التي علمتني الحياة

الحياة ليست معلمة لطيفة، لكنها عادلة. لا تمنح دروسها على هيئة كلمات، بل على هيئة مواقف. تتركك تسقط، ثم تراقب كيف ستنهض. تأخذ منك ما تحب، ثم تريك أنك ما زلت قادرًا على أن تحب من جديد.

تعلمت أن لا ألوم الأيام كثيرًا، فالأيام لم تكن خصمي يومًا، كانت فقط تكشف لي الوجوهِ التي لم أكن أراها بوضوح. كانت تزيل الأقنعة واحدًا تلو الآخر، حتى لم يبقَ حولي إلا من يستحق البقاء.

واكتشفت أن بعض الخسارات ليست خسارة، بل نجاة مؤجلة. وأن بعض الأمنيات التي لم تتحقق كانت رحمةً لم أفهمها إلا بعد سنوات.

الفصل التاسع: لا تُطفئ نورك

سيأتي من يخبرك أنك لا تستطيع، وأن أحلامك أكبر منك، وأن الطريق صعب. دعهم يقولون ما يشاؤون، فالأحلام لا تتحقق بأصواتهم، بل بإيمانك.

لا تسمح لأحد أن يجعلك تشك في قيمتك. الوردة لا تتوقف عن التفتح لأن أحدهم لم يلاحظ جمالها، والشمس لا تؤجل شروقها لأن الغيوم حجبتها.

كن كما أنت... بسيطًا، صادقًا، واضحًا. ففي عالمٍ امتلأ بالتكلف، أصبح الصدق رفاهية نادرة.

الفصل العاشر: حين يطمئن القلب

سيأتي يوم تنظر فيه إلى كل ما أبكاك، فتبتسم. ليس لأن الألم كان جميلًا، بل لأنك أصبحت أقوى منه.

ستشكر الله على الطرق التي لم تمشِ فيها، وعلى الأشخاص الذين رحلوا، وعلى الأمنيات التي تأخرت، لأنك ستدرك أن لكل شيء توقيتًا، وأن الله كان يرى الصورة كاملة بينما كنت ترى جزءًا صغيرًا منها.

وحينها فقط، ستعرف أن الطمأنينة ليست أن تمتلك كل شيء، بل أن تثق بأن ما اختاره الله لك، هو الخير كله، حتى لو لم تفهمه الآن.

ستبتسم للحياة، وستبتسم لك الحياة. ليس لأنها تغيرت، بل لأنك أنت من تغير. لأنك تعلمت أن ترى النور، حتى في الأيام التي امتلأت بالغيوم، وأن تحمل قلبًا خفيفًا، لا يثقل بالكره، ولا يرهقه الندم، ولا يخيفه الغد.

فالحياة... تبدأ حقًا، عندما نتصالح مع أنفسنا، ونؤمن أن داخل كل واحد منا ضوءًا، خُلق ليضيء الطريق، لا ليخاف من العتمة.

الفصل الحادي عشر: الامتنان الذي أنقذني

في يومٍ ما، كنت أعدّ ما ينقصني، حتى نسيت أن أتأمل كل ما أملكه. كنت أرى الأبواب المغلقة، ولا أنتبه إلى النوافذ التي كانت تفتح بصمت.

وحين بدأت أكتب نعم الله قبل أن أنام، تغيّر شيءٌ في داخلي. لم تتغير الحياة، لكنني أنا من تغيّرت. أصبحت أرى الجمال في الأشياء التي كنت أمرّ بها دون أن أشعر بها؛ في نسمة صباح، وفي دعوة صادقة، وفي شخصٍ يسأل عني دون مصلحة.

الامتنان لا يغيّر العالم، لكنه يغيّر القلب الذي ينظر إلى العالم.

الفصل الثاني عشر: لا تؤجل فرحك

كم مرة قلنا: سأفرح عندما أنجح... عندما أحقق حلمي... عندما تصبح حياتي كما أريد؟

ثم اكتشفنا أن الفرح ليس محطة نصل إليها، بل رفيق طريق. وأن الذين يعرفون كيف يبتسمون اليوم، هم أكثر الناس قدرة على تجاوز الغد.

لا تؤجل ضحكتك، ولا تؤجل كلمة "أحبك"، ولا تؤجل احتضان من تحب، فالعمر لا يعدنا بفرصة أخرى.

الفصل الثالث عشر: أنا النسخة التي انتظرتها

كنت أبحث طويلًا عن شخصٍ ينقذني، حتى أدركت أنني كنت أنتظر نفسي.

كنت أظن أن القوة تأتي من الخارج، لكنها كانت تنمو داخلي بهدوء، مع كل تجربة، وكل دمعة، وكل محاولة لم يرها أحد.

واليوم، عندما أنظر إلى نفسي، لا أرى شخصًا لم يخطئ، بل أرى إنسانًا لم يتوقف عن المحاولة.

وهذا يكفيني.

الفصل الرابع عشر: وصية إلى القلب

يا قلبي...

لا تحمل أكثر مما تستطيع.

سامح، لكن لا تسمح لأحد أن يكسرك مرة أخرى.

أحب، لكن لا تنسَ نفسك.

احلم، لكن لا تربط سعادتك بحلم واحد.

واذا ضاقت بك الدنيا، فارفع يديك إلى الله، فهناك أبواب لا تُفتح إلا بالدعاء، وأوجاع لا يداويها إلا اليقين، وقلوب لا يطمئنها إلا القرب منه.

وحين تنتهي هذه الرحلة، أتمنى أن تقول لنفسك:

"لقد عشت كما كنت أتمنى... بقلبٍ مليءٍ بالنور، وروحٍ لم تتوقف عن الإيمان."

الخاتمة

وحين أصل إلى آخر هذه الصفحات، لا أشعر أن الحكاية انتهت، بل أشعر أنها بدأت في قلب كل من قرأها.

لم يكن هذا الكتاب محاولةً لأقدّم دروسًا في الحياة، ولا لأرسم طريقًا مثاليًا لأحد. كان مجرد يدٍ تمتد بهدوء نحو كل روحٍ أثقلها التعب، لتهمس لها: ما

زال في الطريق متسع للأمل.

تعلمت أن الحياة لا تقاس بعدد الأيام التي عشناها، بل بعدد اللحظات التي شعرنا فيها أننا أحياء حقًا. وأن الإنسان لا يكبر بالسنوات، بل بكل مرة يختار فيها النور بدل العتمة، والتسامح بدل القسوة، والأمل بدل اليأس.

إن مررت يومًا بصفحة شعرت أنها تشبهك، فاحتفظ بها في قلبك. وإن وجدت بين السطور كلمةً أعادت إليك ابتسامةً غابت طويلًا، فاعلم أن هذا الكتاب قد بلغ غايته.

وأخيرًا...

لا تخف إن تأخر حلمك، ولا تيأس إن تعثر طريقك، ولا تسمح للعالم أن يقنعك بأن الضوء بعيد. فالنور الحقيقي لا يأتي من الخارج، بل يولد في اللحظة التي تؤمن فيها بنفسك، وتثق بربك، وتمضي رغم كل شيء.

أغلق هذا الكتاب، لكن لا تغلق قلبك.

ازرع خيرًا، انثر أملًا، وكن الضوء الذي كنت تبحث عنه في الآخرين.

فربما كانت رسالتك في هذه الحياة آن تضيء طريقًا لشخصٍ لم يعد يرى النور.

بكل محبة...ملك مصطفى سلمان

الكاتبة :ملك مصطفى سلمان