

# رسائل بحية العندي

قيمة خبازة



رسائل

بعيدة المدى

ديمة خبازة

رسائل ديمة خبازة

إهداه :

إلى ذلك الرجل الذي يزيدني أربع  
سنوات على التوالي، من معجبة  
تقول لك في كل مرة أتحدث معك فيها،  
يزداد إعجابي بك. أنت لست مجرد  
شخص أكبر مني، بل قدوة أطمح أن  
أصل إلى ما وصلت إليه من نضج  
وحكمة.

إلى الرجل الذي أسر قلبي دون أن  
يدري ذلك، أتمنى لك كل السعادة  
والنجاح، وأن تبقى دائمًا مصدر فخري  
وإعجابي، وأن ينال هذا الكتاب إعجابك.

## المقدمة:

الإعجاب ليس فقط نظرة جميلة،  
الإعجاب هو حالة تشبه الهاوس، شعور  
عميق في الرغبة بالقرب والمعرفة.  
الإعجاب هو أيامًا توثق شغفي، ورسائل  
لم تُرسل بعد، كلها موجهة إليك. هنا،  
تجسد حكاياتي، كل كلمة تحمل في  
طياتها نبضات قلبي المتتسارعة.

ستجد بين هذه الصفحات تواريخًا  
محفورة في ذاكرتي، هي ليست مجرد  
أيام عابرة، بل محطات رسمت ملامح  
هاوس وتفكير وتأمل، أتمنى أن تصلك  
هذه الكلمات، لا كرسائل عادية، بل  
كصدى لقاء ينبع بالشغف والإعجاب،  
ولتعرف كم كنت ولا زلت تعني لي.

## "لوقته أولويات"

في زحمة الحياة وضغط العمل، وجد نفسه غارقاً في دوامة لا تنتهي من المهام والمسؤوليات. لم يكن هاتفه سوى نافذة تطل على عالم يزداد صخباً وإحاجاً. الرسائل تتواتي، والإشعارات تنهال، لكنه لم يكن يجد الوقت أو الطاقة للرد عليها.

كان يرى في كل رسالة عبئاً إضافياً، ومطلبًا جديداً يضاف إلى قائمة مهامه التي لا تنتهي. كان يفضل أن يركز على عمله، وأن ينجز مهامه بأفضل ما يمكن، على أن يشتت انتباهه بالرد على رسائل عابرة. كان يؤمن بأن الوقت أثمن من أن يضيعه في محادثات سطحية، وأن الإنجاز أهم من إرضاء الآخرين.

رسائل بعيدة المدى

لأنه في لحظات الهدوء النادرة، كان يشعر بالندم على إهماله لأصدقائه وأحبابه. كان يتمنى أن يجد الوقت للتواصل معهم، وأن يعبر لهم عن مشاعره واهتمامه. كان يعلم أن العمل مهم، لكن العلاقات الإنسانية أهم. كان يأمل أن يأتي يوم يتمكن فيه من التوازن بين الاثنين، وأن يجد الوقت للرد على الرسائل التي تنتظر إجابته.

الغيمة

خبازة مهتمة<sup>6</sup>

## "مزاوجية"

في عالم يسوده الروتين، يظهر الرجل المزاجي كلوحة فنية تجذب الأنظار بتناقضاتها الساحرة. تارةً تجده كالنهر الهادئ، ينساب رقةً ولطفاً، وتارةً أخرى يتحول إلى بحر هائج، يعصف بكل ما حوله بعواصفه.

هو شخصية تحمل في طياتها غموضاً يثير الفضول، ففي لحظة يكون فارساً نبيلاً، وفي أخرى يتحول إلى شاعر حزين يتأمل النجوم. كلماته تترافق بين العذوبة والحدة، ونظراته تتراوح بين الدفء والبرود، مما يجعله لغزاً يسعى الجميع لحله.

التعامل معه أشبه برقصة على إيقاع غير متوقع، حيث يتطلب الأمر صبراً وحكمة لفهم تقلباته. إنه ليس شخصاً يمكن التنبؤ به، بل هو مفاجأة دائمة، يضفي على الحياة نكهة خاصة ومذاقاً فريداً، يظهر الرجل المزاجي كزائر غريب الأطوار، يحمل في عينيه قصصاً لم تروَ بعد. هو كالنوتة الموسيقية الشاردة، يتربّد بين مقامات الفرح والحزن، ويخلق لحظات فريداً يميزه عن الآخرين، التعامل معه يشبه رحلة في متاهة معقدة، تتطلب صبراً وحذراً. يجب أن تكون مساعدة لتقLBياته المفاجئة، وأن تتعلم كيف تقرأ ما بين السطور في تصرفاته. إنه ليس

خبازة عجمية

شخّصًا يمكن ترويضه أو التحكّم فيه، بل هو طائر حر، يرفض القيود والأغلال.

لُكُن في هذا التقلّب تكمن جاذبيّته، فهو يذكّرنا بأنّ الحياة ليست دائمًا وردية، وأنّ المشاعر الإنسانية معقدة ومتغيّرة. إنه يعلّمنا كيف نتّقبل الآخرين بعيوبهم ونقاط ضعفهم، وكيف نرى الجمال في الاختلاف والتنوع. الرجل المزاجي ليس مجرّد شخصيّة، بل هو درس في التسامح والتعاطف، يضيف إلى حياتنا لونًا خاصًا ونكهة لا تُنسى.

الغيمة

خِبَازَةٌ مُهَرِّبَةٌ<sup>٩</sup>

## "غرور بريء"

كان يرتدي ثوب الغرور كما يرتدي الملوك تيجانهم، يرى العالم من علائه وكأنه لوحة رسمها هو بنفسه، الألوان زاهية والخطوط مثالية، وكل ما فيها يعكس صورته. كلماته كانت سلوفاً لامعة، تقطع بها أوصال الثقة لدى الآخرين، ليبني بها عرشه الخاص. كان يعتقد أن الشمس تشرق كل صباح لتحتفي بطلعته، وأن النجوم تتلألأ لتزيين سماءه.

لكن خلف هذا القناع البراق، كان هناك قلب طيب يرتجف خوفاً من الوحيدة. كان يتوق إلى لمسة حنان، إلى كلمة صادقة تخترق أسوار غروره. كان يحلم بعالم لا

يحتاج فيه إلى ارتداء هذا الثوب الثقيل،  
عالم يتقبله كما هو، بعيوبه ونقاط ضعفه.

وفي لحظة تجلٍ، أدرك أن الغرور ليس  
سوى قفص ذهبي، يحجبه عن نور  
الحقيقة. فخلع ثوبه، وتخلى عن تاجه،  
وانطلق نحو العالم بقارب مفتوح، باحثًا  
عن الحب والقبول، لا عن الإعجاب  
والتبجيل.

الغيمة

## "الملاك"

هذا الرجل، الذي يظهر كأنه خرج من صفحات الأساطير، يمتلك هالة من الجاذبية الغامضة التي لا يمكن تجاهلها. كتابته التي لوحته أشمس التجارب، تحكي قصصاً عن أماكن بعيدة ومغامرات مثيرة. عينيه، نافذتين إلى روحه، تتلألأن بذكاء حاد وفضول لا ينضب، وكأنهما تحفظان بأسرار الكون.

عندما يتحرك، فإنه يفعل ذلك برشاقة الفهد، كل حركة محسوبة ومتقدمة، تعكس ثقة عميقة بالنفس. ملابسه تعكس ذوقاً رفيعاً واهتمام بالتفاصيل، وكأنه يعلم أن الأناقة الحقيقية تكمن في الألوان الصعبة، صوته عميق ورنان، يتتردد في

الأرجاء، يجذب الانتباه ويثير الفضول.  
كلماته مختاره بعناية، تحمل معاني عميقة  
وحكمة مستمدة من تجارب الحياة.

لكن وراء هذا المظهر الخارجي المهيب،  
يختبئ قلب ينبع بالدفء والإنسانية. هو  
رجل يقدر الصدق والوفاء، ويحترم  
الآخرين بغض النظر عن خلفياتهم.  
يمتلك حسّا فكاهيّا فريداً، يعرف كيف  
يضيء الأجواء بابتسامة أو نكتة ذكية.  
هو رجل يعرف كيف يعيش الحياة بكل  
ما فيها، بتقاباتها وتحدياتها، ويستمتع بكل  
لحظة وكأنها الأخيرة.

### الغيمة

## "صعب المنال"

في قلبه مدينة مهجورة، شوارعها  
وحشة وبيوتها خالية، إلا من صدى  
خطواته الخائفة. كان يرى في الارتباط  
فيّا يكّل روحه، وسجناً يقضي على  
حريته. كلما اقتربت منه امرأة، تراجع  
خطوة إلى الوراء، وكلما ابتسم له القدر،  
عبس في وجهه خوفاً.

كان يؤمن بأن الحب لعنة تصيب القلوب،  
فتجعلها أسيرة للألم والفقد. كان يرى في  
كل قصة حب نهاية حزينة، وفي كل وعد  
خيانة محتملة. كان يفضل أن يعيش  
وحيداً في عزلته، على أن يجرب مراارة  
الخذلان، أو أن يحتمل أعباء المسؤوليات  
لأنه في أعماقه، كان يتوق إلى شاطئ

رسائل بعيدة المدى

آمن، إلى مرسى يرتاح فيه من عناء  
الوحدة. كان يحلم بيد تمتد لتمسّك بيده في  
الظلم، وبقلب يشاركه أفراده وأحزانه.  
كان يخاف من الارتباط، لكنه كان يخاف  
أكثر من أن يموت وحيداً، دون أن يعرف  
طعم الحب الحقيقي.

### الغيمة

٢٠٢٥ / ١١ / ١٨

مر على محادثتي الأخيرة معك بضع ساعات ، منذ آخر حديث بيننا ، وأنا أستعيد كلماتك في ذهني ، وإلى الآن عالقة في التحليل المفرط لمفرداتك ووجهات نظرك ، كلمة كلمة . تحليلاتك العميقه ، وجهات نظرك الفريدة التي تفتح لي آفاقاً جديدة ، وحتى كلماتك الرقيقة التي تلامس قلبي بلطف ... كل هذا يتتردد في أعماقى كصدى جميل . ربما بالغت في التفكير ، وأعدت قراءة رسائلك مرات ومرات ، على الرغم بأنني لم أجده على رسالتك اليوم لأنها كانت ردًا على رسالتي الأخيرة في الأمس ، لا أريد أن أرسل إليك قبل أن ترسل لي لأنني أنا من

رسائل بعيدة المدى

بدء في التحدث في المرة الأخيرة، حواراً  
صامتاً يدور في داخلي. أعلم أنك مشغول  
بعملك، وأنك تحمل هموماً وضغوطاً  
كثيرة وربما قلقاً بشأن علاقتك معي،  
وهذا يزيد من احترامي وتقديرني لك،  
فأنت تعمل بجد وأنا أقدر عملك، لا أريد  
أبداً أن أثقل عليك برسائلي أو أزيد من  
أعبائك، ولا أعتقد أنك تنتظر مني أن أبدأ  
الحديث هذه المرة، ربما لأنك تعودت  
على ذلك. ولكن ما أبحث عنه ليس مجرد  
كلام عابر، بل هو شعورك الصادق، تلك  
المشاعر التي تتبع من قلبك مباشرة. إذا  
كانت رسائلك تخفف عني ولو قليلاً، فأنا  
دائماً في انتظارها بشوق ولهفة. أنت لا

رسائل بعيدة المدى   
تعلم كم تعني لي كلماتك، فهي راحة  
لقلبي المتعب.

تأكد أنني هنا، دائمًا بجانبك، معجبة  
ومقدرة لكل لحظة منك، ولكل كلمة، أنت  
لست مجرد شخص في حياتي، بل أنت  
النور الذي يضيء أيامي المظلمة،  
والراحة التي ألجأ إليها عندما تشتد  
العواصف. أنت الأمان الذي طالما بحثت  
عنه، لذلك أكتب إليك بكل لاهفة،  
أنتظر رسائلك بفارغ الصبر، بكل ما فيك  
من جمال وروعة.

**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥/١١/١٩

ها هو اليوم الثاني من عدم حديثنا .  
أراقبك في صمت كما كنت أفعل في  
السابق، رأيتاك تشاهد ستورياتي لكنك لم  
تفاعل كما كنت تتفاعل من قبل. هل لم  
تعد تعجبك منشوراتي أم أنها حركة  
تؤدي لشيء ما ... ؟

الكثير من الأفكار في رأسي تجاهك ،  
لكنني لا أجرب أن أصارحك بها لأنني  
أشعر بالخجل والإحراج من مشاعري  
 أمامك ، لذلك أحرص أن أخفيها جيدا  
 داخل قلبي وأكتتمها ، وأن أتألق دائما  
 بمظهر الأنثى الحالمة التي لا تلتفت  
 إليك ، وكما قالت صديقتي من قبل  
(الرجل يحب من تتجاهله لا من

رسائل بعيدة المدى

يتجاهلهما)، كان كلام صديقتي يزيد الضغط عليي أكثر، لكنك لم تتجاهلني ولو أنك تجاهلتني لما رأيتني الآن أكتب عنك بهذه الطريقة اللطيفة، في المرة الأخيرة أخبرتني بأنني جميلة وبأنك محظوظ لأنني أتحدث معك، وهذه الرسالة جعلتني أشعر بسعادة عارمة لأنني أشعر بالطيران وأنا في مكاني، كم كانت جميلة ومؤثرة، وتحديدا لأنها جاءت منك بعد أن كنت أظن بأنك قد نسيت أمري، وهذا ما جعلني متلهفة عليك أكثر و أكثر، أتعرف بأنك من نوعي مفضل، عزيزي أنا متشوقة

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٠

اليوم الثالث من عدم حديثنا، واليوم في الصباح انزلت صورتي الشخصية على الس торى الخاص بي، ورأيتُك أول من شاهدتها وتفاعلْتُ عليها، وهذا ما جعلني اليوم أصعد على درج المنزل دون أن أشعر بالتعب، لكن هذه هي لمرة الأولى التي أنشر بها صورتي بطريقة واضحة دون أي واقع يشمسني أو مرطب شفاه، رأيتُك تفاعلْتُ عليها، أصبحت أفكري ياترى هل أعجبتك أم أنك تفاعلْتُ عليها من باب المجاملة، والآن أفكّر وأفكّر هل أعجبتك فعلاً أم لا، وكأن لحظتي كلهَا تقلصت حول هذا السؤال، لقد كانت صورة عفوية وأنا في

رسائل بعيدة المدى

الجامعة، لكنها كانت دافئة ولطيفة تعكس  
لون عيناي البحريّة التي أسميتها أنت  
بهذا الأسم عندما كنت تغازلني أتذكرة ؟

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢١

ها هواليوم الرابع، غريب أمرك، مرة  
تجلعني أقفر من شدة الوهم، ومرة أخرى  
تجلعني مرتبكة، يعجبني هذا الشعور  
يعجبني للغاية، أحب الرجل الذي يجعلني  
أفكرا، فالرجل بنسبة لي يجب أن يكون  
لغز ومنزل لا باب له ولا مفتاح، اليوم  
عندما كنت أعد الغداء كنت كئيبة للغاية  
فأنا أكره الطهي وبشدة، فعلت ذلك اليوم  
لأجل أمي لأنها كانت متعبة، فذهبت إلى  
المطبخ وأنا ألقى زفير طويلا وأتبادل  
الشئام بيني وبين نفسي، فأعداد الطعام  
بنسبة لي أمر ممل ومزعج، دخلت إلى  
المطبخ وأنا ثقيلة ألمم وأعد الأطباق  
والمعالق والسكاكين، وكم هو أمر ممل،

أعددت الأولويات كتقشير البطاطس  
وقلتها في الزيت المغلي، كنت عند كل  
قلية أرمي كمية من البطاطس وأجري  
بعيدا خوفا من أن أحترق والمجونة، لكن  
عندما جاء وقت صنع لحم الدجاج،  
فجأة... تذكرت، لمعت عيناي فففررت من  
شدة الشغف و السعادة دون سبب،  
تذكرة بأنك تحب لحم الدجاج جدا، و ذلك  
لأنك أراك دائم ما تتفاعل على فيديوهات  
الطعام والمؤكولات الشهية و تحديدا لحم  
الدجاج، فتحولت من فتاة مملة لأكبر  
طاهية عرفها التاريخ فضحت حتى أكاد  
أموت من شدة الضحك على نفسي،  
واللحظة تخيلت نفسي طاهية عالمية،  
فهذه هي المرة الأولى التي أجيد الطهي

فيها، وضعت الدجاج داخل الفرن بعد أن  
وضعت عليه بعض التفاصيل التي نسيت  
اسمها ثم حضرت السلطة والأواحش،

اليوم صنعت أفضل دجاج في العالم، كما  
لو كنت معي لتذوقه، وكل لحظة كنت  
أطهري فيها اليوم كنت أقول بيني وبين  
نفسي، هو يحب الدجاج ننننن فأنما أيضا  
أحب الدجاج ليس هو وحده في العالم  
الذي يحبه، وكل ذلك فقط لأنك خطرت  
على ذهني صدفة، كم أحب لحم الدجاج  
يا ناصر فقط لأنك تحبه.

**معجبتك المخلصة**

**"الغمية"**

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٢

اليوم الخامس من صمتك.

لم أعد أعرف ماذا يجب علي كتابته الآن في هذه الرسائل التي لن تراها أبدا إلا بعد أن يمضي عليها الكثير من الوقت في حين يراها الجميع ولا تراها أنت، فكل ما بخاطري الآن هو رغبة عميقة لفهم والأقتراب، الحاجة إلى الفهم في علم النفس تُعرف غالباً ضمن مفهوم حاجات المعرفة والفهم (Cognitive Needs) التي أضافها أبراهم ماسلو إلى هرممه الشهير للحاجات الذي يتمثل بـ: مستويات، وهي على الترتيب:

الإحتياجات الفسيولوجية والبيولوجية.

لذلك فأنا من أكثر الأشخاص الذين يفتقرون إلى الفهم ، فأغلب من حولي يخبرونني بأنني غير مفهومة لذلك دائمًا ما تراني أتشبث بمن يجيد معاملتي ويعرف كيف يتصرف تجاهي ، وأدركتاليوم بأنك لا تعلم عني شيء سوا بأنني

احتياجات ادراكية.

احتياجات جمالية.

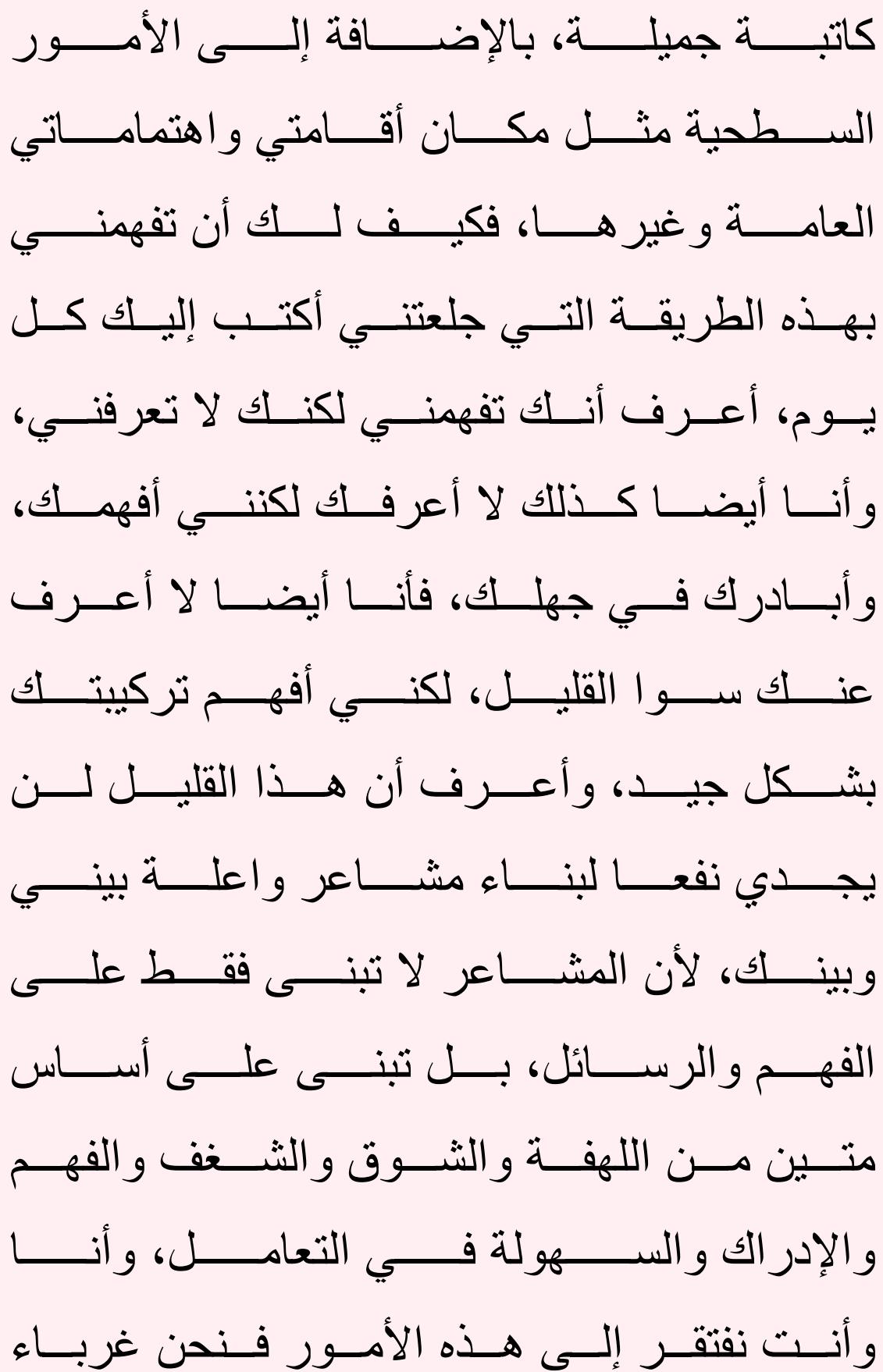
احتياجات تحقيق الذات. / التي تشعر بها أنت أغلب الأوقات

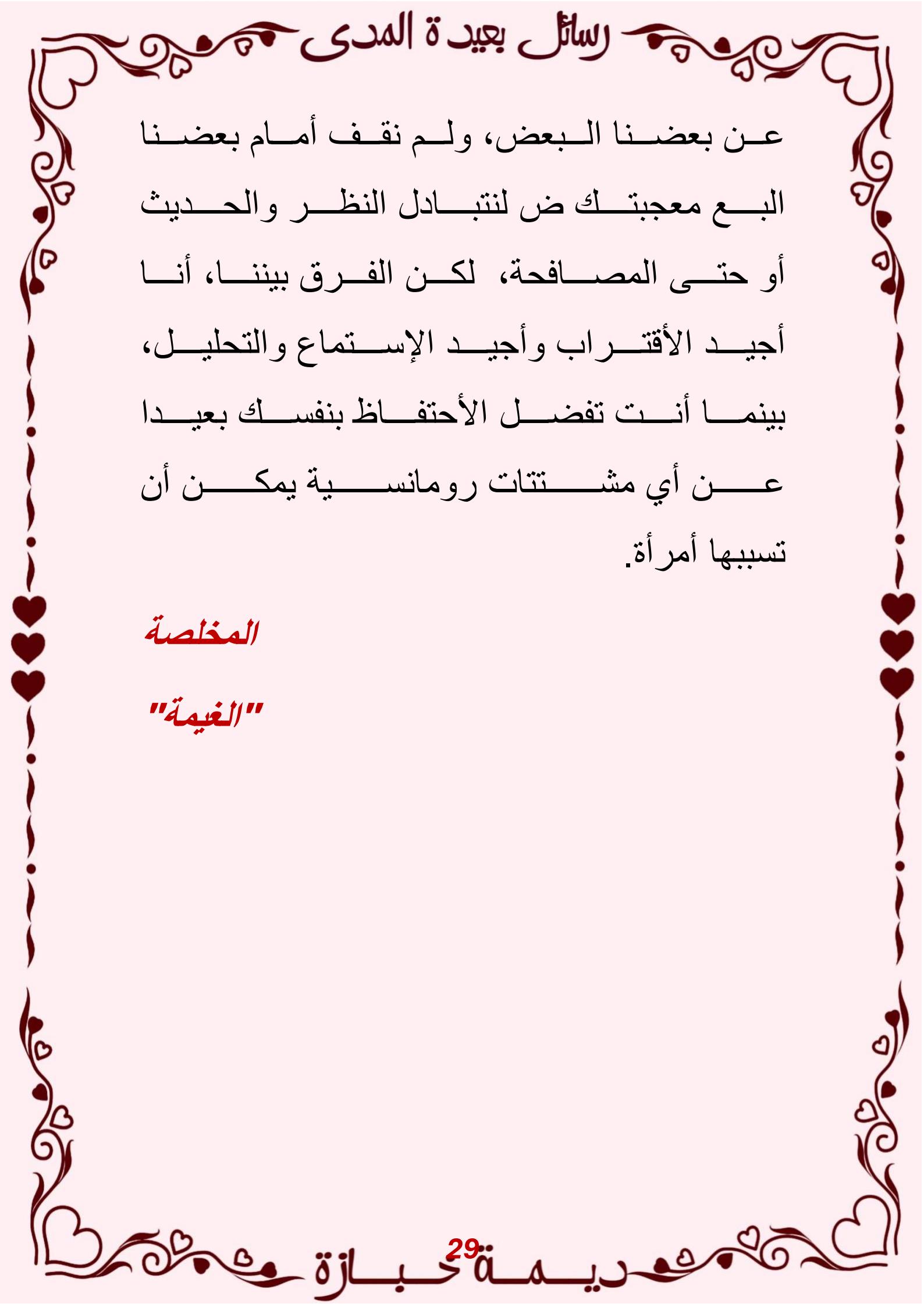
احتياجات التعالي.

الحاجة للتقدير.

احتياجات الأمان.

الاحتياجات الاجتماعية.

رسائل بعيدة المدى   
كاتبة جميلة، بالإضافة إلى الأمور  
السطحية مثل مكان أقامتني واهتماماتي  
العامة وغيرها، فكيف لك أن تفهمني  
بهذه الطريقة التي جلعتني أكتب إليك كل  
يوم، أعرف أنك تفهمني لكنك لا تعرفني،  
وأنا أيضا كذلك لا أعرفك لكنني أفهمك،  
وأبادرك في جهلك، فأنا أيضا لا أعرف  
عنك سوا القليل، لكنني أفهم تركيبتك  
بشكل جيد، وأعرف أن هذا القليل لن  
يجدني نفعا لبناء مشاعر واعلة بيني  
وبينك، لأن المشاعر لا تبني فقط على  
الفهم والرسائل، بل تبني على أساس  
متين من اللهفة والشوق والشغف والفهم  
والإدراك والسلوهلة في التعامل، وأنا  
وأنت نفتقر إلى هذه الأمور فنحن غرباء

رسائل بعيدة المدى  عن بعضنا البعض، ولم نقف أمام بعضنا البعض معجبتك أى ض لتبادل النظر والحديث أو حتى المصادفة، لكن الفرق بيننا، أنا أجيد الأقرب وأجياد الاستماع والتحليل، بينما أنت تفضل الأحتفاظ بنفسك بعيدا عن أي مشتقات رومانسية يمكن أن تسببها امرأة.

**المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٣

اليوم السادس من محادثتنا الأخيرة.

في الأمس كنت أفكرا بك كثيراً واليوم  
أفكرا بك أكثر من الأمس، لا أظن أنك  
تعلم أو تشك في ذلك فكل شيء يصدر  
مني لا يدل على شيء، فأنا لا أعطي  
أكثر مما أخذ، اليوم جاءني شعور بأنك  
منزعج مني لكن لا أعرف ما هو السبب،  
وحدثت زميلاتي عنك عند الظهرة ونحن  
في الجامعة، فأخبرتني بأنني يجب علي  
أن أتوقف عن التفكير بك كي لا يتآزم  
الوضع أكثر ويتحول إلى هوس، وبكوننا  
ندرس علم النفس تفهمنا وجهات نظر  
بعضنا، وأنالمن أعراض فكرتها لأنها  
على حق، لكن المشكلة أن لا توجد

مشكلة بنسبة لي، وهذا ما يحصل معي،  
فأنا أُعشق التفكير بشيء يثير إعجابي فما  
بالك إن كان شخصاً؟

التفكير بك لا يتعبني، على العكس تماماً،  
فعندما أفكّر بك أتحول من خردة مملة  
إلى أنثى مليئة بالحيوية والنشاط تعشق  
الحياة و المواكبة، وهذا الأمر ينعكس  
على حياتي بشكل جيد، فأنا أستمد إلهامي  
من كل شيء يعجبني فأنت بنسبة لي مثل  
السماء عندما تكون صافية، مثل كوب  
القهوة الذي أشربه في الصباح، مثل أكواب  
وردة حمراء أراها فأبتسّم، ككتاب أراه  
فألتقط لأعرف عنوانه، مثل رسامة  
جميلة لدافنشي أقف أمامها لأتأملها،  
وعلى الرغم من أنك لا تلاحظ كل هذا،

رسائل بعيدة المدى

ما زلت على أنتظر أي حرف منك لتعلم  
عيناي و يتسرع نبضي أكثر فأنهض نحو  
الحياة بكل أمل .

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٤

اليوم الثامن .

بعد صمت الأمس الذي خلفته خيبة أملٍ منك، لم أكتب لك أي رسالة لأنني كنت مستابة منك بشدة، واليوم هو اليوم الأول الذي تكسر به جدار الصمت وأجدك تحدث أخيراً. لحسن حظك، كان لديك حجة للحديث كالعادة، الأحداث السياسية العاصفة التي تعصف بمن دينتنا. المظاهرات والاضطرابات تجعلني أشعر بالقلق العميق، وفجأة، أرى تعلية لك على قصتي... و... شتيمة!

لم أتوقع أبداً أن أراك تتبنى هذا الأسلوب، لكن الغرابة تحولت إلى سعادة. في تلك الشتيمة، رأيت انعكاساً لمدى

خوفك على وطني، داخل شتيمتك لطرف المعارضة، ضحكت على شتيمتك لأنها لم تكن بالحسبان، كم أتمنى لو كنت من انتماءاتك، أو لو كنت أشاركك نفس الأفكار والأمال، على الرغم من أنني لم أرد على رسالتك الأخيرة، إلا أنني كنت أفكر بها ملياً. شعرت بأنك تتجذب إلى الأنثى القوية، وهذا ما أنا عليه حقاً. أنا لست مجرد معجبة عابرة، بل معجبة عميقة، أقدر مالي وما علي، و أقدر كل ما فيك من صفات وشجاعة في التعبير عن آرائك." دمت بخير وسعادة يا ناصر.

**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥/١١/٢٥

اليوم التاسع.

كنت أرغب أن أخبرك بأنني أعاني من الصداع وضيق في الصدر كل يوم عندما أستيقظ، منذ فترة يومين تقريرًا ذهبت إلى الطبيب بسبب شعوري بدوار عند الإستيقاظ فطلب مني تحاليل معينة لكنني تكاسلت أمامها فأجلتها، على الأغلب أعاني من فقر الدم ونقص الحديد فكل مرة كنت أشعر بهذه الأعراض كان سببها ذات الأمر، أردت أخبرك بهذا لكنني نتحدث منذ تسعة أيام، واليوم أنزلت سوري أتحدث عن طلب انتسابي لقسم الشرطة، كنت أرغب أن أخبرك بذلك، فأنا أحب كثيرا العمل لصالح

رسائل بعيدة المدى ٢٠٢٣

الدولة، لكن لا أعرف إن كان سبق  
الموافقة على الطالب أم لا لأنني لازلت  
طالبة جامعية ولا أعرف إن كان بإمكاني  
الإنساب وأنا أدرس في الجامعة، في  
جميع الأحوال تم تقديم طبلي في انتظار  
الموافقة، لاحظت بأنك لم تشاهد  
الستوري وعلى الأرجح لأنك تعاني من  
ضغوطات في العمل، على أية حال  
سألته لنفسي جيداً هذه الفترة فالآن  
مدينتي تتعرض للمظاهرات والمشاكل  
الطائفية الهمجية العابرة، بينما مدينتك  
الآن تفرض بالمسيرات ودعم الدولة  
معنوياً.

رسائل بعيدة المدى

اذكر بأنك في الأمس أرسلت لي رسالة  
لأنها كانت سطحية لهذا لم أدخل إلى  
محادثتك إلى الآن.

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٦

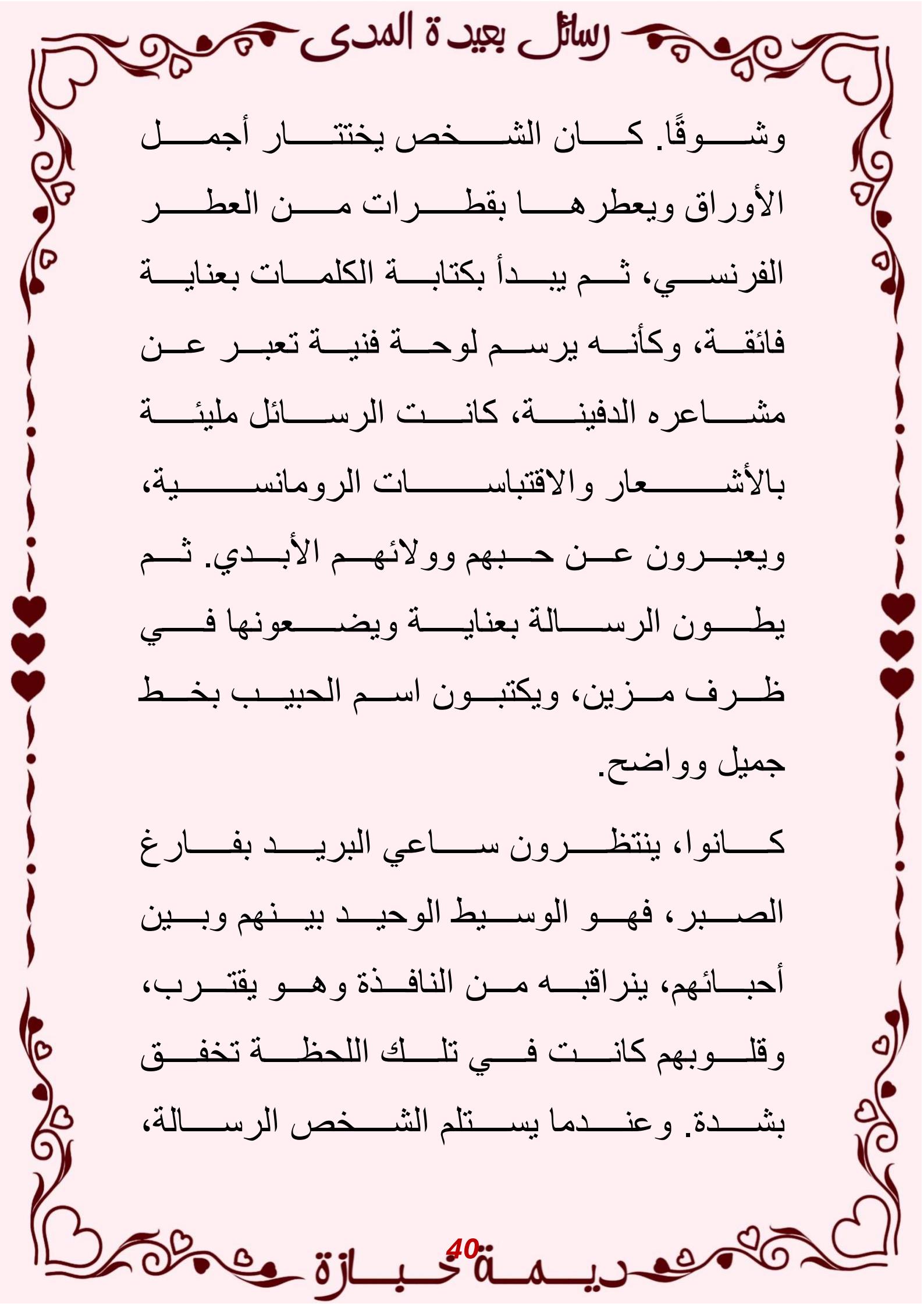
ها هو اليوم العاشر .

وهو يوم الخميس يعني أنها ليلة العطلة،  
لكن على ما ييدو أصبحت غير مهمة  
بنسبة لك، مرت عشرة أيام على محادثتنا  
وإلى الآن لا صوت ولا صدى، كما لو  
كنت في زمن السنتين أنتظر أي رسالة  
منك، أتعلم؟ .... أشعر نفسي هكذا في  
أغلب الأوقات، فكيف لي أن أحب على  
طريقة السنتين وأنا في العشرينات من  
عمرني في هذا الزمن؟! في زمن  
الستينات، كان الحب أشبه بقصة خيالية،  
حيث الرسائل العطرة واللقاءات الخجولة  
تحت ضوء القمر، الحب كان صبراً  
وتضحية، نتمسّك به كأنه جوهرة ثمينة.

أمااليوم، فالامور تغيرت جذريًا. الحب أصبح سريعاً وعابراً، يظهر ويختفي بضغطة زر. العلاقات أصبحت رقمية، والمشاعر تعبّر عنها الرموز التعبيرية. نفتقد إلى العمق والصدق الذي كان يميز حب السنتين القديم، ونبحث عن شيء حقيقي وسط هذا العالم الافتراضي.

أتمنى لو يعود زمن الحب النقى، حيث القلوب تتلاقى قبل الأجساد، وحيث الكلمة لها وزنها والمعنى يبقى للأبد. الحب الحقيقى لا يشيخ ولا يموت، بل يبقى خالداً في الذكرة والوجودان، لكنه يتغير من جيل إلى آخر.

في زمان السنتين، كانت كتابة الرسائل  
للحبيب فناً بحد ذاته، تتطلب صبراً

رسائل بعيدة المدى  وشوقاً. كان الشخص يختار أجمل الأوراق ويعطرها بقطرات من العطر الفرنسي، ثم يبدأ بكتابة الكلمات بعناية فائقة، وكأنه يرسم لوحة فنية تعبّر عن مشاعره الدفينـة، كانت الرسائل مليئة بالأشـعار والاقتبـاسـات الرومانسـية، ويعبرون عن حبـهم وولـائهم الأـبـدي. ثم يطـون الرسـالة بـعـنـايـة وـيـضـعـونـهاـ فـيـ ظـرفـ مـزـينـ، وـيـكـتـبـونـ اـسـمـ الـحـبـ بـخـطـ جميلـ وـوـاضـحـ.

كانوا، ينتظـرونـ ساعـيـ البرـيدـ بـفـارـغـ الصـبرـ، فـهـوـ الوـسـيـطـ الـوحـيدـ بـيـنـهـمـ وـبـيـنـ أـحـبـهـمـ، يـنـراـقـبـهـ مـنـ النـافـذـةـ وـهـوـ يـقـتـرـبـ، وـقـلـوـبـهـمـ كـانـتـ فـيـ تـلـاـكـ الـلـحـظـةـ تـخـفـقـ بشـدـةـ. وـعـنـ دـمـاـ يـسـتـالمـ الشـخـصـ الرـسـالةـ،

رسائل بعيدة المدى

يشعر بفرحة لا توصف، وكأنه حصلنا على كنز ثمين. كانت الرسائل هي وسيلة التواصل الوحيدة، وكانت تحمل في طياتها الكثير من الحب والشوق والحنين.

كانت فيه الحياة أبطأ وأكثر بساطة، زمن السبعينات الذهبي. كانت التكنولوجيا حلمًا بعيد المنال، وكانت الرسائل الورقية هي نافذتنا إلى العالم، علم الحب الحقيقي، هنا في هذا الزمن أتخياك وأنت تنتظر ساعي البريد، هذا الرجل الذي يحمل في حقيرته أخبارًا من بعيد، و كلمات مكتوبة بحبر الحب والشوق. كم كانت ستكون فرحتنا عظيمة عندما نتلقى رسالة، لكن تستقر رسائلي وكلماتي مرارًا وتكرارًا، وتحتفظ بالرسالة كذكرى لا تقدر بثمن.

رسائل بعيدة المدى

في زمننا هذا، اختفت تلك اللحظات  
الجميلة، وحالت محلها الرسائل  
الإلكترونية السريعة. ولكنني ما زلت  
أحن إلى زمن الرسائل الورقية، زمن  
الحب الصادق والكلمات المعبرة.

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٧

اليوم هو اليوم الحادي عشر.

أتعلم ؟ لقد بلغت حداً لم تعد فيه  
أصابعي قادرة على مواكبة عد الأيام  
التي تفصلنا. أعلم أنني لم أقتحم مساحتك،  
وأننا تبادلنا الصمت، فعندما حجبت  
رؤيتك عني، توقفت أنا أيضًا عن  
الظهور. انقضى الخميس، وها هو يوم  
الجمعة يلملم أطرافه، وانت لم ترسل  
كلمة. بصراحة، لم أعد أنتظر، لكن هذا  
لا يعني أن قلبي لم يعد يرتجف.

العد التنازلي لمنازعة مشاعري الأخيرة  
قد بدأ، لأنها بدأت تتلاشى. لقد مرضت،  
ولم أجد منك سؤالاً أو اهتماماً. باحت لك  
عن رغبتي، ولم تبادر إلا بالقليل. تنازلتُ

رسائل بعيدة المدى

مرة أو مرتين، وبذات الحديث، لكن كل ذلك ذهب سدى. الآن،أشعر أنني استنفذت كل السبل، وأنني عاجزة عن فعل المزيد. لم يبق لي إلا أن أودع هذه المشاعر التي كانت يوماً نابضة بالحياة.

أكتب هذا وأنا أحمل في قلبي بقايا أمل،  
لكنني في الوقت نفسه أستعد لوداع  
نهائي. ربما لم يكن مقدراً لنا أن نلتقي في  
هذه الحياة بالطريقة التي تمنيتها، لكنني  
لن أنسى أبداً الشرارة التي أضاءت قلبي  
لحظة. مع كل هذا، مازلت أنتظر سراب  
جديد يجعلني أفكر بك

معجبتك

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٨

اليوم الثاني عشر .

مشاعر المرأة غريبة أغرب مما تتصور،  
أتريد أن تعرف لماذا ؟ حسنا ، ولم أعد  
أمتلك تلك الرغبة في الحديث، إن كلمتي  
أم لم تكلمني لن يتغير بحبياتي شيء،  
أدركت هذا الأمر مؤخرا عندما لاحظت  
أنك رجل مغرور وعدواني بعض  
الشيء، عندما رأيتاك تتجاهل أي شعور  
مني أو يتعلق بي أنشره على الانستغرام،  
فإن كان لا يهمك أمري فأنا أيضا لم يعد  
يهمني أمرك، ولم أدخل إلى محادثتك  
ولن أدخل إليها وللأبد، لدي من عزة  
النفس ما تكفيك وتكفيني وتكفي معارفك  
بأكملها، فإن كنت ترى نفسك صفة

رسائل بعيدة المدى

جذابة ورائعة، فأنما أيضاً أرى نفسي  
نجمة لم يصل إليها أحد، وأنك أول من  
فرط في الصعود إليها، وبالمناسبة... لم  
أعد معجبة بك

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١١ / ٢٩

ها هو اليوم الثالث عشر من محادثتنا الأخيرة.

كنت أورد أخبارك بأن اليوم كان مليء بالغيوم الماطرة والرمادية، وكان أجمل يوم بنسبة لي لأنني أُعشق الجو الممتنئ بالغيوم المليئة بالدموع مع القليل من رخات المطر الباردة والرياح القوية، اليوم وأنا في طريقي إلى الجامعة بينما كنت أجلس بالقرب من نافذة الحافلة وأنظر من خلالها إلى الجو الشتوي الذي يصادر أغصان الأشجار ويسكب من دموع غيومه على الأرصفة، سرحت في فكري بعيداً، فأعادت التفكير في حياتي ومس تقبلي ودراساتي وحتى علاقاتي،

لأنك لم تخطر على بالي في تلك اللحظة،  
لأن الماضي كان هو سيد الموقف وملك  
الساحة في ذهني، فأنا من أكثر الناس  
الذين يحرصون أن يكون الماضي بنسبة  
لهم أمر مثير للإعجاب، فادرك بأنني  
تخلصت من بقاياك التي كانت تهلك  
رأسي، فأنت لم تكون شيئاً بنسبة لي ولم  
أكون شيئاً بنسبة لك، كل مافي الأمر بأنني  
أتوهم فحسب، وهذا أمر جيد لأننا نتبادل  
الآن نفس المشاعر ونفس البرود و حتى  
ذات الصمت، فأنت لم تتحدث وأنما لم  
أدخل إلى رسالتك الأخيرة، أنت لم تعد  
تفاعل مثل قبل وأنا كذلك، ..... كلانا  
الآن نشتراك بالأنانية، فكل منا الآن يريد  
سلامته، فأنت من أكثر الرجال جاذبية

رسائل بعيدة المدى

برأيي، أحب ذلك النوع من الرجال الذين  
يعرفون ماذا يريدون من هذا العالم،  
كذلك معجبة بشجاعتك، أظن بأنك تملك  
حس مغامرة وشجاعة قوية، نعم أتوقع  
ذلك، وأتمنى أن تبقى هكذا قوي وجذاب  
وشجاع وحكييم في أغلب الأمور، اليوم  
رأيتك شاهدت صورتي التي التقطتها في  
الأمس وأنا بالقرب من البحر الأزرق،  
على الميناء الحجرية المليئة بالسفن،  
لكنك لم تتفاعل،.. شعرت حينها بأنك

شعر

**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥ / ١١ / ٣٠

اليوم الرابع عشر .

على ما يedo أنتهى شغفي، أدركت ذاك  
عندما تأفتالي اليوم من كتابة رسالة لك  
وشعرت بأنها ثقيلة على، رغم أنك اليوم  
كله لم تفارق ذهني، رغم أن اليوم كان  
 مليء بالمشغال وضـ غوطات الدراسة  
 والأصدقاء والعائلة، أشعر وكأنني فقدت  
 شغفي تجاهك فأكفر بك دون أن أشعر،  
 لكن لا أعلم ما الذي يجعلني أبقى على  
 هذا الحال، من هنا تبدأ الفلسفة المعقّدة،  
 فإن كان المرء لا يحب فلماذا يفكـ ؟!  
 ديكارت قال من قبل في مذهبـ الذي تقدم  
 به من خلال الشـ : أنا أفكـ إذا أنا

موجود

أما أنا الآن أخالف رأي ديكارت، لأنني عندما أفكّر أصبح غير موجودة، فيذهب عقلي وأنا هنا فأتّحول إلى الحاضرة الغائبة، لذلك أعتقد بأن التفكير والوجود خطان متوازيان لا يلتقيان أبداً، ((أنا أفكّر إذا أنا غير موجودة ))، فأنا منهكة تماماً من أي تفكير أفكّر به ورغم ذلك أوصل على الكتابة، رأيت تفسير منطقي لما يحصل لي من تفكيري المتواصل بك، للأسف لقد تبرّمج عقلي الباطن على هذا النهج، فبرمجة العقل الباطن في علم النفس هي عملية تدريب هذا الجزء العميق من العقل (اللاوعي) الذي يمثل صميم الإنسان وتصوراته وعالي تبني أفكار، معتقدات، وسلوكيات إيجابية

جديدة عبر تقنيات مثل التأكيدات والتخيل والتأمل، لغرض تغيير الأنماط السلبية وتجيئه التصرفات والواقع نحو تحقيق الأهداف، حيث لا يميز العقل الباطن بين الخيال والواقع، لذلك تراني أكتب إليك وأنا حتى لم أقابلك، ويس تجيب اللادواعي لما يزرع فيه، مما يؤثر على ردود الأفعال التلقائية وتك وين الهوية الشخصية، ولكي أعي د برمجة عقلي يجب أن أتبع طرق كثيرة وأنا في الفترة الحالية غير قادرة على هذا.

لأنني أشعر بالضغط من التزامات  
الدراسة بالإضافة إلى الكثير من الأمور  
التي تعطلي عن هذا ، لكن قريبا سأجد

حلّاً لهذه الموضوع، المهم الان.....لا  
تشغل بالك.

## معجم المخلصات

## الغيمة

٢٠٢٥ / ١٢ / ١

اليوم الخامس عشر.

من الواضح قد مضى على تواصانا  
نصف شهر، اليوم تم رفضي من قسم  
الشرطة بباب دوامي في الجامعة، وهذا  
أمر جيد على أية حال، لدى من الضغط  
ما يكفي ي فلماذا أحزن ؟ اليوم راودني  
شعور لكن هذا المرة ليس تجاهك بل  
تجاه نفسي، كما لو أني أختنق ليس منك  
بل من حياتي التي أفتقدها من بين  
أصابعي، اليوم كان سيء للغاية وأثر جدا  
على نفسيتي، كم كنت أتمنى لو كنت  
بجانبك الآن، لأبكي على كتفك وأنهار  
أمامك بكل شفافية، وأمطر على صدرك  
حتى يغمى عليي من شدة الدموع،

وأتحدث وأثرثر وأفض فض وأصعد  
وأهبط بكل طاقتني، لكنك لست هنا ولا  
أعرفك بها ذا القدر ولا تعرفني، ولم  
نتواصل منذ مدة ولم أعد متأملة أن  
تحادثني، لكنني تأقلمت على الكتابة لك  
وهذا الشيء الوحيد الذي جعلني أقاوم  
أيامي كلها لأكتب لك كل يوم، فالكتابية  
اليومية أمر مريح جدا، فكيف لو كانت  
هذه الكتابات التي أكتبها لشخص معجبة  
به، ولا أرغب أن أتخلى عن الكتابة له،  
فالكتابية بنسبة لي نافذة صغيرة تجعلني  
أتنفس، فإن أردت أن تقتلي، أمنعني من  
الكتابية، فالكتابية لم تكن يوماً بنسبة لي فن  
أو موهبة فقط، بل كانت روح تائهة  
تبث عن مسكنها داخل جسد يرثب في

رسائل بعيدة المدى

تدوين ما يحدث في رأسه، كون يريد أن ينبعط على وجه الوجود، حياة ت يريد أن تولد لا أن تخفي وتموت، فهي لعبتي وحديمي أيضاً .. وأكره أن أقول هذا

لكن صدقني : لا شيء أسهل على من الكتابة ياناصر ، فقط مُدّني بالوقود اللازم ، ودرج إلى قلبي صدمةً مروعةً أو فرحاً مباغتاً ، أقحمني في جنaza مفاجئةً أو أغنية مجهولة ، تأمر على ومزقني ،

إهدي طعنة في الظهر ، أو موقفاً ثبت لي من تكون حقاً

رسائل بعيدة المدى

اي شيء يجبرني على التأثير، فهذا هو  
وقودي لأنجح وأتالق بكتاباتي، لا شيء  
بعد الإعجاب والكتابة .

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ٢

اليوم السادس عشر .

عزيزي أين أنت الآن، ؟! لقد مر وقت لا  
بأس به في عدم مشاركتك لأي سوري  
على الأنس تغرايم وليس من المعتمد أن  
تفعل ذلك، ينتابني القلق حولك إن كنت  
بخير أم لا، فأنا أراقبك منذ خمس أو ستة  
أشهر تقريراً و كنت دائمًا تنشر يومياتك  
بشكل متواصل، أين تذهب وكيف حال  
عملك بالإضافة إلى نشر اهتماماتك  
السياسية والدينية والعملية، لكن الآن عم  
الصمت داخل أرجاء حساباتك، توقعت  
بأنك قد وضعتني ضمن قائمة الإخفاءات  
لكني بحثت عنك من حساب آخر ولم  
تنزل أي شيء منذ مدة، هذا ما جعلني

رسائل بعيدة المدى

أقلق بشأنك، فإن كنت مشغولاً بالعمل  
ففعل أي شيء يريح قلبك، أرجو أن  
تكون بخير يا ناصر ولا أريد غير ذلك

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ٣

اليوم السابع عشر.

منذ قلائل كنت أشاهد المباراة بكل شغف،  
وكنت أفعل ذلك لأنني متأكدة أنك  
تشاهدها، كنت متشرفة ومحمسة لنتيجة  
المباراة بين سوريا وقطر، ويا للهول  
الحمد لله لقد تمت النتيجة تعادل، وسعدت  
جدا لأجل هذا كانت مباراة رائعة، عندها  
كنت أدخل إلى حسابك وأخرج وكأنني  
أنتظر أن تشاركني هذه الفرحة العامة  
على الجميع، أنزلت ملاحظة على  
حسابي "كانت مرممة رائعة" لعلك تراها  
وترد عليه، وبعد أن انتهت المباراة  
رأيتك أنزلت سوري وأخييرنا بعد  
انتظار طويلا، شعر بسعادة عارمة بعد

رسائل بعيدة المدى

أن التقطرت خبر منك، كنت كذلك تشاهد  
المباراة على الأغلب كنت مع عائلتك  
مثلي أنا شاهدتها مع عائلتي، تفاعلت  
عليها لعلك تتذكرني.

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ٤

اليوم الثامن عشر.

لقد مضت الأيام بسرعة أسرع مما ينبغي، وأوشكت الآن على نسيان ملامح أحاديثنا،اليوم شاركت فيديولي وأنا أحفل في انتصار الثورة،الاثنين هو عيد الثورة لقد مضى عام تقريبا على سقوط النظام الظالم الديكتاتوري، كنت أحفل في الزحام وكانت حفلة مروعة،أنزلت السكري لكونك لم تدخل لتشاهدتها وهذا ما جعلني أشعر بشيء من الإحباط لأنك لم تشاهدها،أحب أن تشاركتني جميع لحظاتي، لكن لا بأس، فمديناك أيضا كانت تحفل، ويمكن أن يكون هذا سبب كافي لعدم ملاحظتك لمنشوري، لكونك لم

رسائل بعيدة المدى

تنشر وأنت في الإحتفال، لاحظت بأنك لا تحب لازدحام، أليس كذلك؟ أو لربما لم تحفل مع الناس بسبب ضغوط عملك، أعرف أن عملك يتطلب الكثير من تنظيم الوقت والإلتزام، فطبيب الأسنان غالباً ما يفترض عليه أن يتعامل مع الكثير من أصناف البشر الغريبة، ويجب عليه أن يتحملهم و يتكيف مع مناخ عمله.

على أية حال أشتقت إليك لكي لن أرسل لك مرة أخرى مهما أتعتنني المراقبة، لأنني أعرف تماماً ماذا سيحصل عندما أرسل لك.

رسائل بعيدة المدى

أعرف أنك لن تجيب أو ستجيب بعد مئة  
ساعة، فلماذا المرة يعرض نفسه  
لتجاهل؟

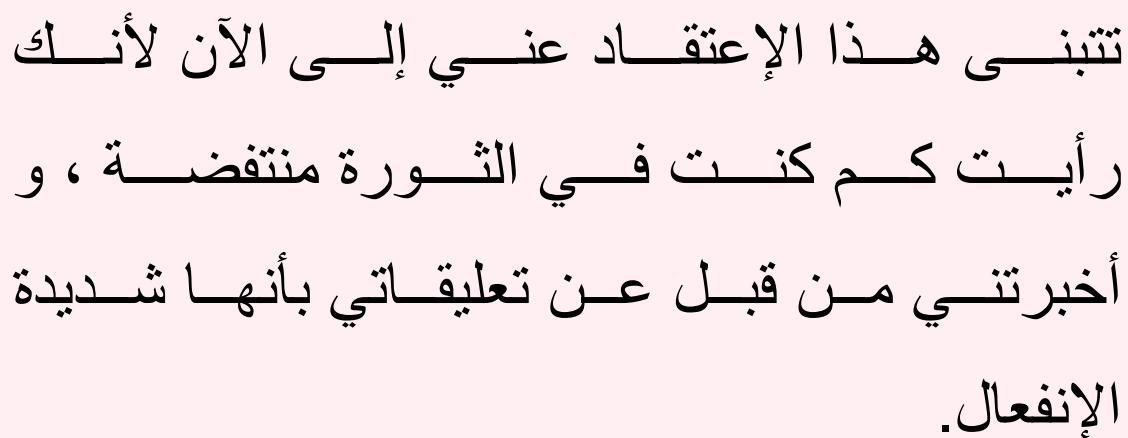
معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ٥

اليوم التاسع عشر .

منذ قليل كنت أذكر عما كنت مازلت  
تتساءل عن طائفتي الدينية، من قبل حدث  
خلاف طفيف وسوء تفاهم بيني وبينك  
عن هذا الموضوع، وأخبرتاك بأنني من  
الطائفة السنوية لكنك لم تفتنع، وأظن أن  
السبب وراء ذلك عدم ارتدائي للحجاب  
مثل باقي النساء، أو ممكن لأن مدینتي  
أشتهرت بالطائفة العلوية، أنا مثلك أنتمي  
لطائفة السنوية، لكن العلوية في مدینتي هم  
كثيرون جداً، بعد المشاكل والشجارات  
التي حصلت في المدينة الآن عم الجميع  
في سلام، لا نحب الطائفية لأنها تفسد  
الدولة وتسبب الدمار، لكن لا أظن أنك

رسائل بعيدة المدى   
تبني هذا الإعتقاد عنى إلى الآن لأنك  
رأيت كم كنت في الثورة منتفضة ، و  
أخبرتني من قبل عن تعليقاتي بأنها شديدة  
الإنفعال.

المهم الآن، لا تنسى غدا هناك مباراة  
أيضا بين سوريا وفلسطين شاهدها .

**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥ / ١٢ / ٦

اليوم العشرون .

أرسلت إليك في الأمس رسالة، كنت  
أتحدث بها عن مبارأة اليوم، وفي  
الصبح أرسلت إليك "صباحو"، أجبت  
علي بعد أن مر على أرسالها نصف  
ساعة .

- صباح النور

أجبت بكل رسمية كما لو كنت أعرفك أم  
لا، كانت مفراتك فاترة، فاترة لدرجة  
جعلتني أبتعد عنك أكثر مما أنا بعيدة،  
وأحسب ألف مرة قبل أن أرسل لك مرة  
أخرى، لأنني ندمت بعد أن شعرت بأن  
الإجابة على رسائلي أمر عادي غير  
مرحب به، فأنا لست من الأشخاص الذين

ييذلون جه دا للحصول على ما يريدون،  
لم اعتاد أن أفعل شيء لاثير الانتباه، لا  
لست كذلك

رسائل بعيدة المدى

القبول منك، ولن أكرر فعلتي مرة أخرى، أسمعني

أنا أعرف أنك لا تهتم لكن لا تتوقع مني أن أجعلك كذلك.

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ٧

اليوم هو الواحد والعشرون .

في الأمس كان أجمل يوم بالنسبة لي، لأنني عندما أنتهيت من كتابة رسالتي لك، أرسلت لي رسالة، مما جعلني أؤمن بالخاطر ، هذه ليست المرة الأولى التي ترسل بها بعد أن أفك ربك، تبادلنا أطراف الحديث عن المباراة والسياسة، والوضع الحالي، سألتني عن أحوال مدينتي وعن الإحتفالات كون اليوم هو يوم الإثنين ( عيد التحرير )، لقد مضى عاما كاملا على سقوط نظام الأسد الجزار، ذلك النظام الذي سُلب من أحلامنا أعظمها، اليوم كان الإحتفال في جميع المحافظات صعب للغاية وذلك

بس بب الطقة س والعاصفة، وعلى الرغم  
من ذلك كان هناك عدد لا بأس به تحت  
المطر يحتفلون وأنا منهم أيضا، فانتصار  
الثورة بنسبة لي نعمة ورحمة وهبة من  
الله تعالى لنا، ورغم سوء حظنا، أحتفلنا  
في مدينتي تحت المطر متاغمين مع  
بعضنا البعض، وكذلك سكان محافظتك  
فهم أول من ناهضوا بالثورة ضد النظام  
الأسيدي الإرهابي، أما بالنسبة للمباراة  
فكان ت مباراة رائعة للغاية بين فلسطين  
وسوريا وكانت نتيجة موفقة لصالح  
الطرفين على حسب كلامك، كنت أتحدث  
معك بشغف وبلاغة عارمة، لكن سر عان  
ما خرجت من المحادثة كعادتك ولام  
يز عجزي لأمر كثيرا، لكنه قلص لهفتي،

وضعت هاتفي قرب وسادتي وذهبت إلى النوم، لعلك توقظني برسالة منك، أستيقظت في الصباح ولم أر رسالة، على أية حال كنت أرغب في مصارحتك بخصوص ليلة أمس، "أنا لا أهتم بالرياضة إلى هذا الحد الذي وصفته لك، لكني كذبت عليك وأخبرتاك أنني أتابع الرياضة منذ زمن طويل، وفي الحقيقة لا شيء يلفتني شيء في المباراة غير وسع الملعب وجمال اللاعبين الرياضيين، لكنني تصنعت الإهتمام لأنني أعلم أنك تحب الرياضة، أعتذر على الكذبة".

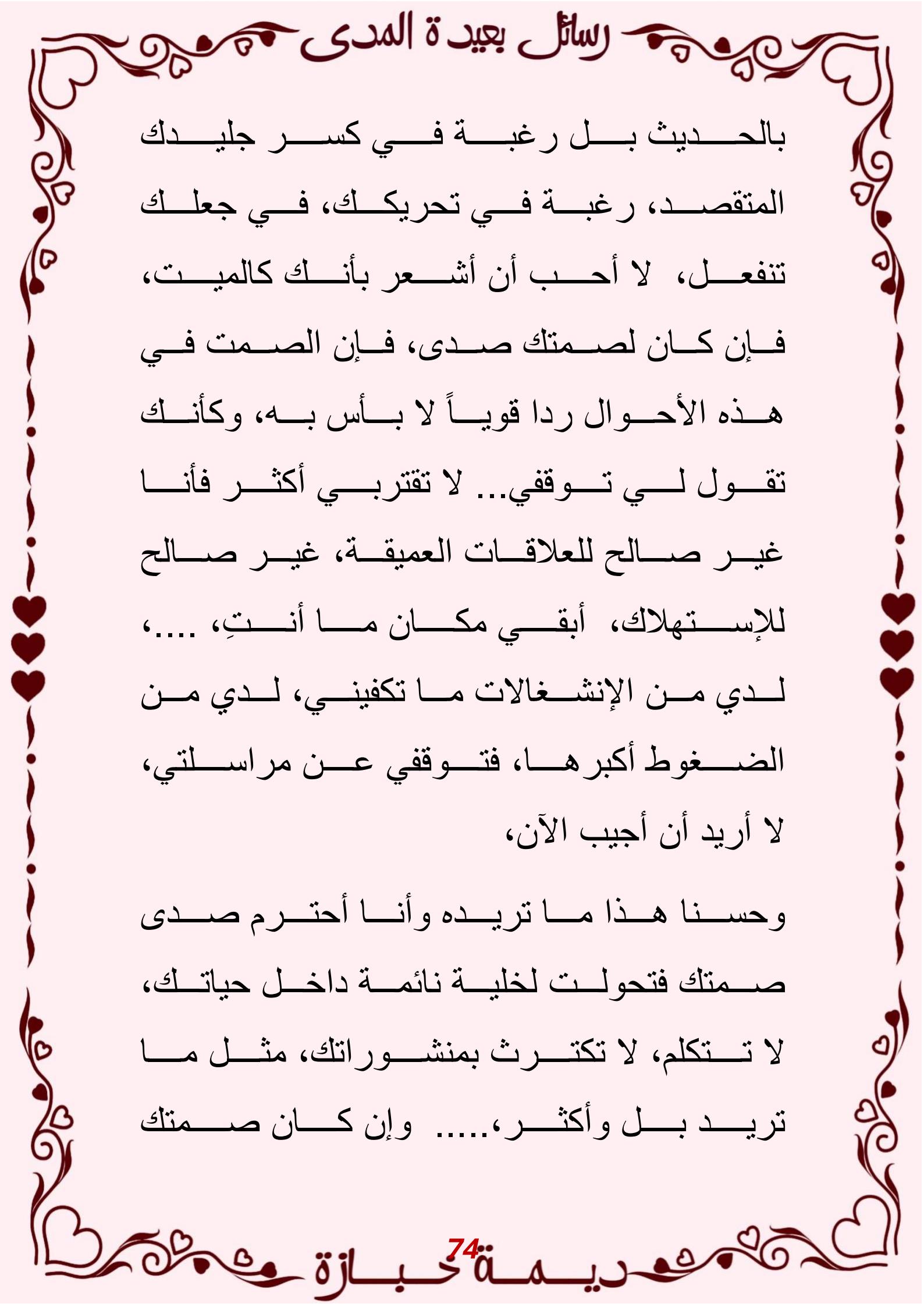
**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥ / ١٢ / ٨

ها هو اليوم الثاني والعشرون .

منذ بضع ساعات، علقت على منشور لك  
لكنك لم تجب، ولم تجني على رسائلي  
السابقة، شعرت حينها بأنك ترحب في  
دعي بعيدا، خارج نطاق حياتك، لكن لا  
بأس لم يعد يهمني ردك، ولم أرغب  
بشكل مبالغ أن أكون دخيلاً، لأنني  
أعرف أن الشخص الغريب الدخيل دائماً  
ما يتلقى الهجوم، بغض النظر عن كونه  
من يكون، فأنا عادةً لا أجيب على  
الرسائل والأرقام الغريبة، وحتى  
الأشخاص الذين أعرفهم معرفة سطحية  
لا أسمح لهم بالدخول إلى حياتي  
الشخصية، فأنا أرسلت لك ليس رغبة

رسائل بعيدة المدى   
بالحديث بل رغبة في كسر جليدك  
المقصود، رغبة في تحريكك، في جعلك  
تفعل، لا أحب أن أشعر بأنك كالميت،  
فإن كان لصمتك صدى، فإن الصمت في  
هذه الأحوال رداً قوياً لا بأس به، وكأنك  
تقول لي توفي... لا تقترب بي أكثر فأنا  
غير صالح للعلاقات العميقة، غير صالح  
للاستهلاك، أبقى مكان ما أنت،...،  
لدي من الانشغالات ما تكفيوني، لدى من  
الضغوط أكبرها، فتوقف عن مراسلي،  
لا أريد أن أجيب الآن،

وحسناً هذا ما تريده وأنا أحترم صدى  
صمتك فتحولت لخايبة نائمة داخل حياتك،  
لا تتكلم، لا تكتثر بمنشوراتك، مثل ما  
تريد بل وأكثر،.... وإن كان صمتك

رسائل بعيدة المدى  ليس بصدى فكأنك تقول لي، "لم أكن مكترت" أنا فقط مشغول" ليس لدي وقت لهذا" أبتعدى من هنا، وعادة ما يكون صمت الرجل مفعم بالصدى ، ويسىمى صمت الرجل في علم النفس "الصمت العقابي" (Silent Treatment) إذا كان للتجاهل المتعمد، أو "الصمت الدفاعي" كآلية حماية، أو "الصمت الانطوائي" بسبب شخصيته الهدئة، وقد يكون أيضاً "صمت المقاومة" أو "الصمت بسبب الضغوط" حيث يحتاج المساحة لتفكير، وهو سلوك معقد له دوافع متعددة ، لكن أنا أعرفك جيدا يا ناصر، أعرف أنك متعب ومزاجي وحساس وعدواني، أعرف بأنك واقع في

رسائل بعيدة المدى

حب الأنـا ولـديك نـزعـة نـرجـسـيةـ، ولـديك  
مشـاغـلـ كـثـيرـةـ، لـكـنـ آـنـاـ أـيـضـاـ لـديـ  
أـنـشـغـالـاتـ وـيـمـكـنـ أـنـ تـكـوـنـ أـضـخـ منـ  
أـنـشـغـالـاتـكـ، وـلـوـ فـتـحـتـ هـاـتـفـيـ لـرـأـيـتـهـ يـمـطـرـ  
وـيـعـصـفـ بـالـرـسـائـلـ، لـكـنـ الإـهـتـمـامـ  
بـشـخـصـ غـيـرـ مـهـمـ تـمـ أـمـرـ مـخـجـلـ بـنـسـبـةـ  
لـلـأـنـثـىـ، أـمـرـ يـجـعـلـهـاـ تـشـكـ فـيـ قـدـرـاتـهـاـ  
فـيـ جـمـيـعـ الـأـحـوـالـ لـمـ أـبـادـرـ بـشـكـ مـفـرـطـ  
لـتـتـخـذـ أـحـتـيـاطـاتـكـ لـهـذـهـ الـدـرـجـةـ، وـلـوـ قـلـتـ  
لـيـ لـاـ تـرـاسـيـلـنـيـ، وـالـلـهـ لـمـاـ أـرـسـلـتـ إـلـيـكـ  
طـيـلـةـ عـمـرـيـ.

معجبـتـكـ المـخـلـصـةـ

"الـغـيـمـةـ"

اليوم الثالث والعشرون . في الصباح  
أستيقظت على فزعة المنبه كالعادة بعد  
ليلة طويلة من الأرق، أستيقظت رغم  
عن أنفي وأنا ناعسة جداً، ما دفعني  
لأتذكرك عندما أخبرتني من قبل بأنك  
تكره الأستيقاظ باكراً، وبأنك أيضاً تعاني  
من الأرق مثلي، ودائماً ما تتأخر عن  
العمل، أتعلم؟ كنت كذلك أيضاً، عندما  
كنت في الثانوية، كنت أ Semester بشدة رغم  
أن دوام المدرسة كان في تمام الساعة  
الثامنة، كنت أستيقظ كل يوم بعجلة  
متاخرة كالعادة فإذا هب بسرعة نحو  
المغسلة لأغلس وجهي وأتجه بسرعة  
نحو الخزانة فأرتدي بأسرع مالدي من

سرعة، حتى بالكاد تكون ملابسي  
المدرسية مبعثرة، قميس بالملوّب  
وجوارب كل فردة مختلفة عن الأخرى،  
فأذهب بسرعة إلى القاعة لأطرق الباب  
ليس تقباني مدرس الفلسفة، فينظر لي  
نظرة من الأعلى إلى الأسفل فيضحك  
علي ويخبرني بأنني متفوقة وعلاماتي  
مرتفعة في مادة الفلسفة بشكل دائم فلماذا  
هذا التأخير وهذه البعثرة؟!، ذات مرة  
أخبرني أن أتحدث معه بعد انتهاء الدوام  
وتحديدا في غرفة المدرسين، ذهب بعد  
الدوام لنتحدّث فأخبرني جملة غيرت  
حياتي منذ ذلك اليوم إلى الآن قال لي :  
(( تذكري أول خطوة من خطوات النجاح  
هي الإستيقاظ باكرا )) وفعلا، فأنا لم أر

رسائل بعيدة المدى

في حياتي أشخاص ناجحين يتآفون من الإستيقاظ في الصباح، ومنذ ذلك اليوم وأنا أحرص أن أنام جيدا، لا يوجد أحد يكره الإستيقاظ إلا الفارغين الذين يعانون من ضياع الوقت، والفراغ الدائم.

وتذكرت أيضا عندما قلت لي بأنك تكره الفراغ، كنت أود أخبارك بأنني قرأت عن ماتكره منذ قبل، وبكوني كاتبة وطالبة متفوقة في علم نفس، رأيت بأن الفراغ لا يكمن بالوقت الممتلئ بل يكمن من الداخل، الشعور بالخواء والتجويف رغم أنهاك من كثرة الأعمال والمشاغل، الفراغ لا يقتصر على كمية الوحدة بل على كمية شعورك بالمعنى، يُسمى الفراغ النفسي في علم النفس

رسائل بعيدة المدى   
بالفراغ الداخلي أو الفراغ العاطفي  
(Emotional Emptiness)

شعور عميق باللاشيء، ونقص في  
المشاعر أو المعنى، ويمكن أن يرتبط  
بأعراض مثل الملل، الوحدة، فقدان  
الهوية، الشعور بالفراغ النفسي هو أحد  
أنواع مرض الاكتئاب، وأنما من أكثر  
الأشخاص عرضة لهذا الإكتئاب،  
فالكاتب دائماً ما يصاب بفقدان الشغف  
ويتمثل بشعور الإنسان وكأنه يوجد ثقب  
أسود داخل قلبه يجعله يشعر طوال  
الوقت بأنّ ما يراه، أو يسمعه، أو  
يتعرّض له في حياته الخاصة وفي العالم  
الخارجي، وما يمر به من تجارب مختلفة  
لا قيمة ولا معنى، وكأنّك تسبح في

## معجم المخلص

## الفيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ١٠

اليوم الرابع والعشرون.

اليوم وأنا في كافيتريا الكلية، عند انتهاءي من دوامي في الجامعة، خطرت في ذهني، وذلك بسبب الأغنية التي كانت تملئ أرجاء المقهى، كنت أجلس لوحدي بالقرب من النافذة كان المطر قد غمر المكان من الخارج ، بينما كان المطر الذي في داخلي يهطل على الورق، كنت أمسك القلم وأكتب بكل مالدي من مشاعر متشابكة وملتفة حول بعضها، أكتب بغزارة كما تفعل الغيوم السوداء ذلك، للحظة اخترقت كلمات الأغنية رأسي و قاطعت أفكري، كانت أغنية لكاظم الساهر تذكرت حينها أنك تحبه

رسائل بعيدة المدى

جداً وتستمع إلى أغانيه منذ أن كنت  
مراهاً، كانت الموسيقى مؤثرة للغاية  
بينما كلماتها تقول (وما بين حبٍ وحبٍ  
أحبك أنت،.... وما بين واحدة ودعتني  
و واحدة سوف تأتي أفتشر عنك)

رميت القلم الذي كنت أثر به كتاباتي  
وأخذت أسمعها بتمعن، فتساءلت، هل  
فعلاً نزار قباني كان يحبها لهذه الدرجة !

تذكرة أيضاً أنك تحب نزار قباني،  
شاعر المرأة، سبق لنزار أنه محترف  
في تقدير المرأة، فهل أنت كذلك أيضاً  
؟ أم أنك أقل جدية حيال ما يقوله من  
شعر ؟! تذكرة أيضاً أنك تحب محمود  
درويش، أنا أحب محمود درويش أكثر  
من نزار قباني، لديه مشاعر أشد

رسائل بعيدة المدى

روحانية من نزار، محمود درويش كان يكتب لحبيته ريتا فقط، لا يكتب لغيرها، بينما نزار قباني، كان يكتب لأكثر من امرأة، تذكرت أيضاً قصيدة لنزار أريدك أن تقرأها جيداً وتتذكرنني بها.

إغضبْ كما تشاءُ..

واجرْ أحاسيسِي كما تشاءُ

حطمْ أواني الزّهرِ والمرايا

هذّبْ بحبِّ امرأةِ سوايَا..

فكلُّ ما تفعلهْ سواهُ..

كلُّ ما تقولهْ سواهُ..

فأنتَ كالأطفالِ يا حبيبي

نحبّهم.. مهما لنا أساووا..

إغضبْ! فأنتَ رائعٌ حقاً متى تثورُ

إغضب! فلولا الموجُ ما تكونت بحوز..

كُن عاصفاً.. كُن ممطراً.. فإنَّ قلبي دائمًا  
غفورٌ.

أوووه ما أجمل هذا، نزار قباني مع  
صوت كاظم الساهر والتفكير بك قرب  
نافذة المطر

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ١١

اليوم الخامس والعشرون .

اليوم أورد أخبارك بأن الأنثى لا تحتمل الغضب، فالغضب بالنسبة للأنثى حادث قاتل وحتمي، فالأنثى عندما تغار تكيد وتحتقر، بينما أنا ( "أغار منك وعليك" )

اليوم عندما كنت أصعد وأنزل في الأنستغرام فرأيتك تتبع صنفا من النساء، ذلك الصنف الذي يفضل أن يكون في القمة، وكل واحدة كنت أراك تتبعها كنت أحقرها بكل كره وغضب، فالأولى كانت تعمل كطبيبة أسنان مثلك، والثانية كانت صانعة محتوى، أما تلك العاهرة الشقراء الروسية عليها اللعنة،... الرابعة فكانت مشهورة، أما ما تبقى فهم نساء

يرغبن أن يكونون في القمة، تذكرت  
عندما عرفت أنك اجتماعي ولديك  
مريضات مميزات يتفااعلون على  
منشوراتك، حينها قد جن جنوني واللحظة  
كنت سأفقد صوابي، فأنا عندما أعجبت  
بك، كان السبب الأساسي هو عدم تقربك  
من النساء فكيف لذلك أن يحصل بي!؟  
هل خدعت نفسي أم ماذا؟ هل هذا  
قلب !؟ هم ليسوا أفضل مني، ولو  
أني فعلت مثلهم على السوشيال ميديا  
لأخفيتهم خلف حضرتي، لن أقارن نفسي  
بهم، مهما كنت معجبة بك، فكل امرأة  
كنت أراها داخل حسابك، كانت تشعرني  
بالمنافسة وأنا من أشد الناس هروباً من  
المنافسات فكيف لو كانت المنافسة لأجل

رسائل بعيدة المدى

رجل، كلامن أفعل ذلك ولن أدخل  
ضمن قائمة المتساهلين لديك، كلام  
ومستحيل لو سأموت لمن أفعل، فأنا أنشى  
لا أقبل القسمة .

محبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ١٢

اليوم السادس والعشرون .

في الأمس لم تحدث وفي الغد لن تحدث أيضا، وفي الحقيقة عدم التواصل ليس بهذا السوء كما يعتقد البعض، اليوم في الصباح كنت أسرح شعري أمام المرأة، ولاحظت بأنني جميلة أكثر من قبل لأنني أتبعت تسلية الشعر الأملس كما تحب أنت، أتذكر أنك قلت لي من قبل بأنك تحب الشعر الأملس، أخذت أتبرج أمام المرأة وكأنني الأنثى الوحيدة على وجه الأرض، أتأمل تفاصيل ملامحي وأضع عليها لمسات الميك أب الخفيفة وكأنني ألون رسمة فنية فريدة، على الرغم من أن الميك أب ليس من اهتماماتي، لكنه

يعطى لوجهي روح وحركة، وطيف  
رقيق من الجاذبية، لكن أنا عادةً أخرج  
في وجهي الطبيعي كما تعلم، ولأنني  
أفضل أن أشعر براحة الثقة فأضيف  
لوجهي واقي الشمس ومرطب شفاه فقط،  
ورغم ذلك يرونني الجميع جميلة  
وجذابة، لكن اليوم جربت الروج الأحمر  
الدموي مع ربطة عنق حمراء والقليل  
من الكحل داخل العين، ومكثفة رموش،  
فردت شعري على كتفي وأخذت أرش  
عطري المفضل على جميع أنحاء  
ملابسني، فتساءلت عن نوع العطور التي  
تفضلها، ثم علقت حقيبة الحمراء على  
كتفي بهدوء وحذر خوفاً على طلاء  
اظافي أن ينزع، أخذت ألتقط لنفسي

رسائل بعيدة المدى حمزة  
بعض الصور قبل أن أغادر المنزل،  
فذهبت من المنزل بكل ثقة وجاذبية كما  
لو كنت ذاهبة لمواعيده، صعدت إلى  
الحافلة التي ستنقلني إلى الجامعة،  
فلاحظت بأن الجميع كان ينظر إلى،  
وكانني النور الوحيد في المكان، نظر  
إلى الرجل الذي كان يجلس أمامي،  
فلاحظت بأنه يشبعها قليلا، فنظر إلى  
وفتح عينيه بدهشة فأنزلت عيني بسرعة  
إلى الأسفل خجلا، عندها التفت إلى  
جانبي فنظرت إلى الفتاة التي أمامي  
فكانت تشبه تلك العاهرة التي تتبعها،  
فاستحررتها بشدة، التفت بعدها إلى  
الوراء قليلا بطريقة عفوية، فرأيت شابا  
يرتدي مثل السترة التي كنت ترتديها في

رسائل بعيدة المدى

الستوري السابق، بقيت على هذا الحال  
حتى وقفت الحافلة فنزلت مسرعة،  
متوجهة نحو بوابة الجامعة قبل أن أتأخر  
عن المحاضرة، كنت في رأسي دائمًا يا  
نيرو، حتى وأنا في أجمل حالاتي وعز  
انشغالاتي، فإن كان عدم الحديث هو  
الإنسغال، فأنا أيضًا لم أتحدث معك لذكك  
في رأسي

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ١٣

اليوم السابع والعشرون.

المزاجية هي من أصعب الأنواع بنسبة  
لي، لكن الرجل هو الأكثر صعوبة منها،  
فكيف إن اجتمع الرجل والمزاجية في أن  
واحد، منذ فقرة سألهي صديقتي عن ما  
هو أكثر شيء معقد بنسبة لي، فأجبتها  
دون تردد

" الرجل "

- الرجل ؟؟

نعم الرجل،... فهو من أكثر الأشياء  
غرابة

- وكيف عرفتني ذلك ؟

الرجل، يحب أن يعيش دور البطل، يحب أن يملك كل ما في الحياة، يحب أن تتجه الأنظار كلها نحوه، يعقد كلاماً، يتسرع، يبالغ في نفسه بشدة، وتمر على الرجل أوقات يعتقد بأنه نبياً

- اذا وما الغريب في الأمر !!

الغريب في الأمر لأنه يحرق مشاعره في الحب دفعه واحدة، عندما يحب، لا يشعر مثلنا نحن النساء، بل يشعر بأن الأنثى التي يحبها يجب أن تكون ضمن أشيائه الخاصة، يجب أن "يحصل" لا أكثر من أن "يحصل" وإن لم يحصل سيشعر بالنقص.

شعوره بالنقص مرتبط بـأنثى لا تريده، الغريب في الأمر

رسائل بعيدة المدى

بأن مشاعره تتراجرجه بين الرغبة  
والحصول الآني، أنا لا أستطيع فهم  
مشاعر الرجل ودوافعه بشكل دقيق،  
لanzi أعرف بأنه يستطيع أن يحب  
الجميع، يذكرني بنفسه عندما كنت  
صغيرة، كنت مغرمة بالدمى وإلى الآن  
مغرمة بها بشكل جنوني، وخصيصا  
الباربي الشقراء ذات الفستان الأبيض،  
فعندما كنت صغيرة كان والدي يشتري  
لي دمية واحدة تملأ من الجمال  
والانسيابية مالديها (( شعر أشقر،  
وفستان ملون، وعيان زرقاء مثلية )) ،  
كنت أفرح للغاية وأبقى أتأمل بها ساعات  
طويلة، وبعد أن يمضي بضع أسبوعين  
تتلاشى الرغبة، فأرميهما داخل دولاب

رسائل بعيدة المدى

الدمى مع صديقاتها، تبقى هي مرتدية  
الفستان الأبيض بكامل جمالها داخل  
دولاب الدمى، بينما أنا كنت قد سأمت،  
فأعود إلى والدي لأخبره بأنني أريد دمية  
أخرى، ليكسر صوت أمي الحوار وهي  
تقول : أين دميتك ؟ لديك الكثير من  
الدمى، يكفي هذا لديك من الدمى ما  
يكتفي، والآن بحسب دراستي النفسية لم  
أستطع أيضا تفسير ما يحصل داخل ذهن  
الشخص المزاجي، أعتقد بأن الأسباب  
ما زالت مجهولة إلى الآن، أنا أيضا لدي  
طرف مزاجية، فإن لاحظت بأن رسائلي  
لأك أغلبها تخالف بعضها، من قبل  
أخبرتك بأنني لم أعد معجبة، وفي  
الرسالة التي تلتها عدت لأخبارك بأنني

رسائل بعيدة المدى

معجبة، حتى أنا لا أدرى لماذا، لكنني  
أعرف بأن المزاجية لها حدود ودرجات  
معينة تختلف من شخص إلى آخر،  
وكذلك الرجل، يختلف من وجهه نظر  
رجل إلى آخر، لكن في طبيعة الأحوال،  
المزاجية والرجل من أشد صعوبة بالنسبة  
لي، لأنني لا أفهمهم بشكل دقيق.

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

اليوم الثامن والعشرون .

من ذ قلپل أرسلت إلیك رسالة تنص :

## أُخْبَرْنِي أَيْهُمَا أَخْتَارَ ...؟

فأجبتني ، (( إن كان الذي ستردينه طويل فعليك بالأسود ، أما إن كان قصيرا فعليك بالأحمر ، )) .... تذكرت حينها أنك

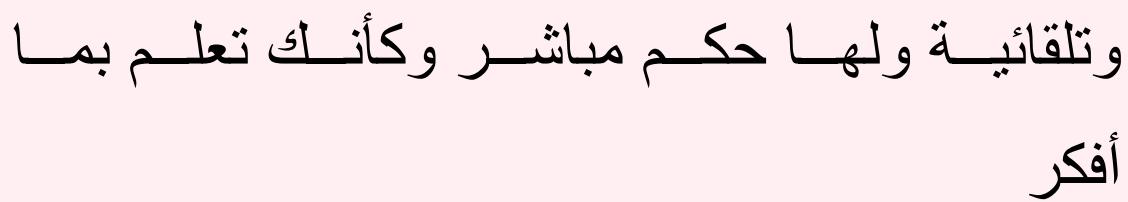
منذ يومين أنزلت صورتك على الستوري  
و كنت ترتدي الأسود و كنت جداً جذاب  
خصوصاً حلاقة شعرك الجديدة، لكن  
أغلب صورك الشخصية ترتدي الأبيض  
و الأسود هل الأسود هو لونك  
المفضل؟!...

عَم الصَّمْت بَيْنِي وَبَيْنَ نَفْسِي، وَضَحَّكَتْ  
قَالَ يَا مَعَ ابْتِسَامَةِ دائِمَةٍ عَلَى وَجْهِي  
وَعَيْنَيْنِ مَنْدَهَشَ تَانَ، وَرَدَّتْ بِـدَاخِلِي  
حَسَنَا.... لَم أَسْتَفِدْ شَيْئاً....

وماذا إن كان اللون غلاف لكتاب ما !؟؟

۴۵

لَمْ أَعُودَ الْإِرْسَالْ، لَأَنِّي صَدِمْتُ مِنْ  
أَجْوَبْتُكَ لَكُنِّي لَا أَنْكِرُ بِأَنَّهَا كَانَتْ جَمِيلَةً

رسائل بعيدة المدى   
وتلقائية ولها حكم مباشر وكأنك تعلم بما  
أفكر

لكن الألوان بنسبة لا أستخدمها للملابس  
فقط، عم السلام داخلي وانتابني بعض  
القلق وحس الفكاهة، وغيم فوق رأسي  
التساؤلات حولك، تتممت بيني وبين  
نفسي ..... أهل هو رجل سطحي؟؟؟

**معجبتك المخلصة**

**"الغيمة"**

٢٠٢٥ / ١٢ / ١٥

اليوم التاسع والعشرون.

هذا الليلة هي الأسوء بالنسبة لي، ها أنا أكتب إليك وأنا أبكي وكأن كل ما في المكان يهاجمني، والهواه الذي حولي ضيق، وكل ما في هذا الكون ينوي سحيق أنا لا أحد غيري، هي الحياة هكذا مزعجة للغاية، فأنا تمر علىي أوقات أتأفف من رفع أطرافي، أشعر بتعب الشديد عندما أقف على ساقي، أشعر بثقل شديد من حمل نفسي ينقلها خطوة واحدة وكأنني عملاقة ضخمة، أسمع صوت أقدامي عندما تقف على الأرض وتمشي وكأن الأرض تهتز من ثقلي، حتى أنني أشعر بأنني أتعذب عندما أرف جف

عيني لأنها ض ، في بعض الأحيان كنت  
أشحط نفسي من منزلتي رغمما عنني،  
وأسير في الطرقات وحدي، وكأنني  
أصعد على جبل عالي ، حتى أصل إلى  
المقهى المفضل عندي لكي يتحسن  
مزاجي، أخبر النادلة بأن تحضر لي  
مشروب المفضل، ومع ذلك صوت  
الصراخ الذي في جوفي يزن عليي بأن  
أنهار ، ....أكابر وأكابر لأقفع نفسي بأن  
كل شيء يسير على ما يرام، حتى أتناول  
بعض الحلويات التي طلبتها مع مشروب  
المفضل، وعند أول لقمة أشعر برغبة في  
الإيقاء فأغضب وأغضب حتى أكاد أجن  
من الغضب فتنفجر عيني من الدمع  
وأحاول أن أكتم صرخاتي حتى لا

يلاحظني أحد من الحضرة ، فاذهب إلى  
الحمام بسرعة مخبأة وجهي داخل كف  
يدي لأغسل وجهي قبل أن يشعر أحد  
بهشاشتي ، فأتحدث لنفسي لأخبره لا  
عليك ، كل شيء على ما يرام فقط أهدي ،  
فتبكي وتبكى وكأن البكاء هو حلها  
الوحيد ، فأحاول مرة أخرى أن أحتويها  
وأن أصمد أمامها لتفتنع أخيرا وتهدا ،  
حتى أعود إلى الطاولة مرفوعة الرأس  
وكأن شيء لم يكن بي ، ضغوطات  
الحياة يانا ناصر مزعجة ، مزعجة  
لتجعلني شبه ميته ، فحتى صوت المطر  
أصبح يزعجني ، في علم النفس، يسمى  
هذا بـ: التوتر النفسي (Stress) هو  
استجابة الجسم والعقل لأي تغيير يتطلب

التكييف، وهو شعور طبيعي بالضغط أو الإرهاق ناتج عن تحديات الحياة، لكن ما يحصل لي بالضبط هو، ما يُسمى بالكبت النفسي في علم النفس بـ "الكبت" (Repression)، وهو آلية دفاع لا شعورية يقوم بها العقل لإخفاء الذكريات والمشاعر المؤلمة، ويعادله "الكبح" (Suppression) وهو عملية واعية لنسayan أمر ما بش كل مؤقت، أما متلازمة الكبت العاطفي (Emotional Suppression Syndrome، ولحسن حظي لا أعاني من متلازمة الكبت، بل حالة عارضة، لا أكثر، وذلك لأنني من أكثر البشر رقة وحساسية، فأثبتت الدراسات أن الكاتبات والمبدعات

رسائل بعيدة المدى

من أكثر الأشخاص عرضة للإكتئاب،  
فهل أنت أيضاً تمر بمثل هذا الضغط  
والاكتئاب؟

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

٢٠٢٥ / ١٢ / ١٦

اليوم الثلاثين.

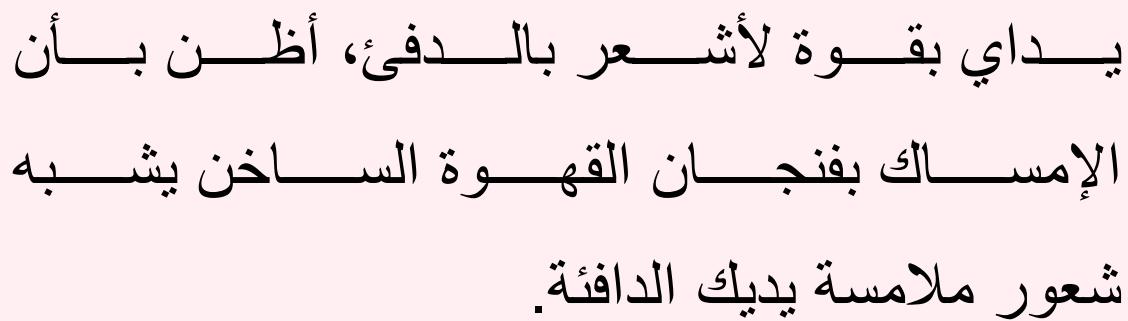
وهذه الرسالة هي رسالتني الأخيرة التي سأكتبها لك، منذ قليل خرجت من المنزل مسرعة، بعد أن أرتدت ملابسي السميكة فوقهم معطفِي، ذهبت لأتجول في ليالي ديسمبر، فديسمبر هو الشهر الأقرب إلى قلبي ولن أفوّت فرصة التّجول وحدي في شارعي المفضل (المحلق - جبلة) ، فخرجت من المنزل بهوس دون أن أفكّر، كان الليل يطمس أرجاء السكة وضوء النجوم واضح للغاية وكأنّها مجوهرات تلمع في أعلى أعلى الأفق، رفعت رأسي إلى السماء وأنا أسير بخطوات رومانسية أفتّش عن القمر، فرأيته في وجه السماء

رسائل بعيدة المدى

ييرق ويعج بالنور الذي أحلم أن يكون هو النور الوحيد في الكون، سرت بسرعة هاربة، أنظر خلفي بتأهّب خوفاً من أن أحداً يتّبع خطواتي ليخطّفي، بينما كان البرد يداعب أطرافي بلاطف لأضيعتهم في جيبي، كان البرد في ليالي ديسمبر شديد للغاية، نظرت إلى أرجاء الشارع فوجدت في نهايته متجر صغير لبيع القهوة لكنه صامت وكأنه ينتظرنّي، بدأت أتوجّه إليه بهدوء بينما كان البخار يخرج من أنفاسِي بسبب البرد، وصلت إليه وأنا متيسّة من شدة البرد.

- واحد قهوة حلوة لو سمحت

مسكت القهوة الدافئة بين يدي الباردين فشعرت بالحب، كما لو كنت معي لتمسّك

رسائل بعيدة المدى   
يداي بقوة لأشعر بالدفء، أظن بأن  
الإمساك بفنجان القهوة الساخن يشبه  
شعور ملامسة يديك الدافئة.

أخذت أحثسي القهوة متناغمة مع تفاصيل  
الطقس، وفي قلبي روایات تسرد دون أن  
تكتتب، نظرت حولي لكنني لم أراك،  
نظرت إلى السماء فرأيت القمر والنجوم،  
عدت أدراجي إلى المنزل قبل أن يتأخر  
الوقت فأخذتني، وليتها كانت هنا  
لتخطبني، عدت مسرعة إلى المنزل  
اللاحق نسمات البرد إلى أن وصلت دون  
أن أشعر، أدخلت المفتاح في عين الباب  
ودخلت كالسهم السريع، فوجدت أمي  
تنتظرني، كانت تقول لي بأنني سأمرض،  
ذهب لأبدل ملابسي وأدفن نفسي داخل

رسائل بعيدة المدى

فراشي وأنا أقول بيني وبين نفسي، حتى  
وإن مرضت فهو لن يحادثني .

معجبتك المخلصة

"الغيمة"

"الخاتمة :"

((لم أكن يوماً شاعرة لكني كتبت الشعر  
من أجلك ))

لأجلك يا ناصر، أصبحت تلك الشاعرة  
التي تفك وتنابر.

لأجلك يا ناصر، أصبحت أجمل  
وأعاند.

لأجلك يا ناصر، نامت وردي الحمراء  
قبل أن أقابلك وأكابر.

لأجلك يا ناصر ، أصبحت حروفك  
تذوب بين مفرداتي وتنزلق بين كتاباتي  
دون أن أشعر وأقاوم .

لأجلك يا ناصر ، دونت لك العديد من  
السطور السرية تحت قلبي العتيق لتنحل

رسائل بعيدة المدى

في جسدي وتنص هر وتتخمر مني  
كالعرق الفاخر.

لأجلك يا ناصر ، سأشهر تحت شرفة  
البيت وأراقب تفاصيل عقارب الساعة  
بعناية بعد أن ينسلب لون الليل من فوق  
غروب الشمس على شمع العذاب الناطر.

لأجلك يا ناصر ، أصبحت أتحفظ من  
الكلام لكي لا أكذب و أراوغ .

لأجلك يا ناصر ، اعتداد على المجاملات  
و التفكير في كلامك و إعادة معالجة  
الشعور الجارح .

لأجلك يا ناصر ، لا لأنك ناصر بل لأنني  
انحرفت نحو كيان صامت .

كتاباتي : ديمة خبازة

# رسائل بعيدة المدى

ما زلت أكتب لك دون أن تعلم، وما زلت أفك  
بك وبشدة وأنت لا تعلم أيضًا، وما زلت أبحث  
عنك ورقم هاتفك في جواري، معجبة بك  
ولأول مرة أعترف بهذا أمام الجميع في حين أن  
يراه الجميع ولا تراها أنت، لأن الاعتراف لك أمر  
مثير للارتباك والضعف، صدقني الاعتراف لك  
خطيئة مخجلة، أنا أعرف أن الاعتراف في بعض  
الأحيان يكون مريحاً، لكن بنسبة لكاتبة مثلني  
الأمر يتطلب الكثير، لست من النساء التي  
تتوسل وتلهمت وراء ما يعجبها، لذلك سأبقى  
معجبة سراً وللأبد

## ديمة خبارة