

مضاد اکتئاب

ياسمين أبو الفضل



مضاد اکتساب

ياسمين أبو الفضل

إهداء

إليّ

لأنني وللأسف الشديد

السبب في خروج هذا العبت إليكم.

إهداء آخر..

إلى الذين لولاهم ما كنت هنا اليوم، إلى الذين رأوني قبل أن أراني حتى، وآمنوا بي قبل أي أحد، إليهم قبل كل أحد، حصيلتي اللغوية كلها أمامكم تقف عاجزة، ومهما حاولتُ أحرفي أن توفيقكم حق شعوركم لن تستطيع.

"بتعبير بسيط"

أنا دُونَكُمْ

دُونُ.

مقدمة

حاول ألا تصدق كل ما ستقرأه هنا..
ولا تصدق عنوان الكتاب أيضًا..

الفصل الأول

أما قبل..

"أحياناً أشعر بالوحدة، فأعود مجرد طفل واهن يرتجف من الظلام، ويتمنى لو
أضاء أحد أبويه ضوء غرفة النوم. لكن ليس من حق من كان في عمري أن
يفكر في ذلك بعد الآن."

أحمد خالد توفيق.

[1]

اليوم..

وقفت في منتصف الطريق أريد البكاء بكل ما أوتيت من قوة؛ لأن كل شيء فيّ يئن، فبكيت كلي عدا عيناى، ثم تحركت، لم أقدر على رفع قدماي، كأن قدماي التصقتا بالأرض، فحركتهما حتى خطا في الأرض خطأ، خطأ بالأمي، خطأ بقيح جراحي.

لن أقول أنى عدت إلى غرفتي بعد معاناة لأنتحب وأبكي نفسي وأيامي، لن أخبرك أنى شعرت بقلبي وهو يهبط بين قدمي من كثرة ما أثقلته الأيام، لن أخبرك أنى رأيتني وأنا أقتل نفسي آلاف المرات اليوم، لن أخبرك بكل ذلك؛ لأنه لم يحدث، ولأن الجثث لا تشعر بأي شيء على الإطلاق.

[2]

السعادة هي أكثر شيء نسبي على وجه الحياة بالنسبة لي، ففي حين أن ما يسعدك هو النجاح، والترقية، والسفر.. فما يسعد أمي هو أن تتعلم وصفا طعام جديدة، وما يسعد أختي المتزوجة أن ترى ابنها_ الذي لم يبلغ من العمر سوى عامين_ يحاول أن يأكل بمفرده كالكبار، أما ما يسعدني هو أن يمر يوم واحد دون أن أزرف الدمع على أي سبب كان.

سمعت كثيرًا أن السعادة اختيار كما كل شيء في حياة الإنسان، رغم ذلك لم أصدق ذلك ولو لدقيقه واحدة مهما أُعيد لي، إلا أن أخبرتني معالجاتي النفسية أن اكتب جدول فيه الأشياء التي أحبها وتسعدني.. في البداية عندما فكرت لم أجد شيء يجعلني كذلك، لكنها أخبرتني أن أعيد التفكير.. وأن المشكلة تكمن في أنني أظن أن الأشياء التي تجعلني سعيد لابد أن تكون عظيمة في حين أن السعادة تكمن في أبسط الأشياء، فأعدت التفكير.. ووجدت بالفعل أن هناك أشياء بسيطة إلى أبعد حد تجعلني سعيد، كشرب الشاي، وسماع مباراة كرة قدم، والجلسة مع أصدقائي، والتمشية على النيل، ولعب الرياضة. وجدت أشياء رغم بساطتها إلا أنها تجعلني سعيدة، فقررت أن أضعهم في جدول، وأجتهد كل يوم أن أفعل من هذه الأشياء على قدر المستطاع، وكلما فعلت شيئًا أضع أمامه علامة صح في الجدول.. في البداية لم جني الأمر ثمارًا، إلا أنني بعد فترة وجدت أن الوضع اختلف كثيرًا، وأن مزاجي في تحسن مستمر بسبب تلك الأشياء البسيطة؛ فأدركت أن المرء وإن لم يستطع أن يسعد نفسه، أو يمحي مشاعر الحزن من قلبه إلا أنه يقدر على تقليل بشاعة الأمر.

عضو واحد فقط في جسدك يمكنه أن يجعلك تُعاني أشد المعاناة، بحجم قبضة يدك ويمكنه أن يقبض روحك من فرط الألم الذي يسببه.

ظلام دامس يعتري الأماكن كلها رغم وجود نور ساطع، ضوضاء تسيطر علي رأسك رغم الهدوء المطبق من حولك، ذلك الألم الذي تشعر به الآن في جسدك إثر أنك أصبحت ضحية للفقد. أو ضحية بُعد شخص بدأ طريقًا معك وفي منتصفه قرر أن يُكمل الطريق وحده دونك أو أن يعود أدراجه دون سابق إنذار، أو كانت المشكله تكمن في أنك رسمت الطريق معه والوجه اليه، أو أنه كان الوجهة والطريق.

لن أخبرك أنك تبالغ في حزنك الآن، أو أنك بالغت في الحب منذ البداية. لكنك إن جلست لبعض الوقت فقط لتفكر في سبب حزنك ستجده لسبب واحد فقط وهو كونك الشخص المتروك في القصة، فإن كنت من بدأت الأمر وتركته أولاً _ حتى وإن كنت تحبه بقدر حبك له الآن _ كان سيكون الألم أقل بكثير، أو لم تكن لتتألم من الأساس.

للأمر وجهان لا ثالث لهما صدقني.

الأول هو أننا لا نحب أن نكون الطرف الضعيف _ المفعول به _ بل نحب أن نكون الطرف الأقوى _ الفاعل _ ، تذكّر جميع علاقاتك المنتهية الآن وأنت تقرأ هذا، تحسس موضع ندوبك القديمة كلها، كم مرة كنت أنت الشخص التارك في القصة ولم يهتز لك جفن؟! وكم مره كنت الشرير في الرواية ولم تشعر بذلك حتي؟! صدقني كبريائك أكبر بكثير من حبك لشخص، إلا من حبنا لأنفسنا مهما ادّعينا عكس ذلك، أنت تبكي فقط لأنك لم تسبقه في تركه، فأنت تتألم لنفسك لا لفقد.

أما بالنسبة للوجه الثاني للأمر: فهو نقيض ما قبله تمامًا، فإننا يا صاحبي _ وإن لم تصدق ذلك _ نحب أن نكون الضحية في القصة دائمًا، يعجبنا وقت البكاء، يُغرينا الشعور بالانكسار، وقبل كل ذلك نحب أن تلتفت الناس إلينا. فكوننا الضحية يخفف عبئ كبير عن كاهلنا، يجعلنا أبعد من أن يُشار إلينا بالمدنّب، لا ينتظر منك أحد تبرير؛ لأنك أضف من أن تبرر، فالطريق الأسهل دائمًا في أن تكون الضحية، وإن ظننت يوماً أنك تقاوم فأنت في الحقيقة غارق في ذلك الدور وتحب أن تؤديه بإتقان، تعيش بقناعة أنه لا أحد مر بتلك الصعوبات قبلك، ولا أحد يشعر بما تشعر، وإن مُدت لك يد المساعدة حتي تُخرجك من ذلك القفص الذي وضعت نفسك فيه لن تمد يدك، ستقول أن القفص مغلق بالأصفاد ولا يمكنك الوصول إليها رغم كون المفتاح مائل بين يديك وجميعنا نراه.

فمهما حاولت أن تقول أو تُثبت أنك تحب أحدًا أكثر منك، وأن فراقه أحدث فارق لديك، فأنت تحاول عبثًا لأننا نعلم، وهم يعلمون، وأنت أول العالمين أنك لا تتألم لأجله بل لأجلك.

منذ قليل أنهيت الرواية التي أقرأ فيها منذ أسبوع، أخذت فيها كل هذا الوقت ليس لأنني بطيء في القراءة، بل لأنني قبل كل فصل كان يجب أن أستعد نفسيًا لمواجهة ما هو قادم من أحداث.

كانت الرواية تتحدث عن المعتقلات في سوريا قديمًا، الحقيقة أن هذه الرواية مختلفة بالنسبة لي؛ لأن أنا التي قبل أن أقرأها لست أنا بعد أن أنهيتها، نظرتي للأشياء اختلفت تمامًا، أدركت كمّ النعم التي أحسبها هينة وهي في الحقيقة عظيمة؛ لهذا كلما سألني أحد ترشيح رواية هي أول ما يتبادر إلى ذهني، ليس لأنها الأقوى في الحكمة ولا أنها ذات القصة الفريدة من نوعها، بل هي قصة عادية، جل ما يميزها أنها ترقى بالإنسان إلى مرحلة الإنسانية، تجعلك ترى الحياة من زاوية مختلفة، أرشحها ورجائي كله أن تُحدث فرقًا مع كل شخص يقرأها مثلما أحدثت معي.

تلك الرواية وهي رواية "بيت خالتي" جعلتني أدرك اني ما دمت أمتلك بيتًا أوي إليه فأنا حي، ما دمت أملك صنوبر ماء في منزلي فأنا إنسان سعيد، علمتني أن أبسط الأشياء التي من كثرة وجودها لم نعد ندرك أنها نعمة.. فإن جننا لنحصى نعم الله في موقف واحد مثل: أن تصل إلى منزلك وتلقي التحية على أهلك ثم تدخل غرفتك لتنام من كثرة الإنهاك.. أن تلقي التحية على أهلك إذن أنت لديك أهل في حين أن هناك آلاف الأطفال في دور الأيتام، أن تخرج وتعود بسهولة يعني أن لديك قدمين تمشي عليهما، أن تلقي التحية يعني أنك تستطيع التحدث، أن تنام بعد يوم متعب اي أنك لا تعاني من الأرق المزمن الذي ربما يمنعك من النوم لأيام مهما كنت متعبًا، أنت على قيد الحياة يعني أن الفرصة أمامك لتحاول مرة أخرى وتدخل الجنة.. وهكذا إلا ما لا نهاية إن فكرت كذلك في كل موقف يمر عليك بعد فترة ستدرك تغيير في نفسك وروحك، ستري أن نظرتك للأشياء

كلها تغيرت.. ستدرك وقتها أنه حتى التنفس من دون ألم يستحق أن تبني أيامك
كلها تشكر الله عليه. فالحمد لله على الحمد لله.

أنهض مترنحًا، أسير نحو أيامي مرهق ومُثقل بالخيبات، الضجيج يملأ المكان،
أبحث عن طريقة لصم أذني، لكنني مهما حاولت الضجيج لا يختفي، لأدرك على
حين غفلة مني أنني لن أصل إلى الهدوء قط؛ لأنه يأتي من أعماقي.

لا أستطيع التنفس، الجو خانق مهما بدا غير ذلك، فأتساءل كيف يستطيع المرء
التنفس عندما يشعر أن الجدران تنقبض على صدره مهما بدى المكان واسعًا؟

مرت قافلة الحزن على قلبي، حطت رحالها في غرف قلبي الضيقة، وما إن
أحاول إخراجها حتى أجدها تتلبسني أكثر كأنها تحاول الذوبان فيّ.. أنا حزين
ومضطر كل يوم لبلع أحزاني وحبسها في قلبي؛ لأن الكون لا يتسع لنا سويًا.
جل أيامي ثقيلة علىّ كأني أحمل عبئ الكون كله على كتفيّ ولا قدرة لي على
مقاومة كل هذا الحزن، ولا يمكنني أن أحمله معي طوال الوقت.. ليت العالم كله
يرى الحزن بعيني أو ليته يرى العالم من عين حزني، لعله وقتها سيشفق عليّ
من ثقل ما أشعر.

الحزن أسوأ شعور في الحياة، أن تستيقظ بألم في قلبك إثر انتحابك في الليل قبل
أن تنام، بعد أن استلقت أتشاجر مع الأصوات في رأسي طوال الليل، تخبرك
وسادتك كم احتضنت من عبرات لا نهاية لها حتى كادت أن تغرق في بحر
صنعتة عيناك الذابلتين.. أن تفتح عينيك، تحاول أن تتحرك فلا تقدر أن تتحرك
قيد أنملة، أنقاض جسدك الفاني لا تتصاع إليك مهما حاولت، تشعر أن الحزن
يعصر خافقك وتتمنى لو أنك تغمض عينيك ولا تفتحها مجددًا، تتمنى لو تنام إلى
الأبد.

أن تتساءل في كل ليل وكل صباح كيف تكون نهاية يوم دون هروب؟ كيف يمكن للمرء أن يحيا يوماً طيباً، دون كبح رغبة في غرس سكينه في قلبه؟

أن تشعر بالألم ينهش روحك، تتألم في كل موضع من جسدك، رغم ذلك لا تستطيع تحديد مكان للألم؛ لا تقدر على أن تقول هنا يؤلمني رغم أنك تبيت ليلتك تنن من شدة ما تتألم.. تفكر في كل ثانية ولحظة في يومك كيف تتخلص من الشعور، فتصل في النهاية إلى أنك السبب، وجودك في حد ذاته هو المعضلة الكبرى، فإن أنت رحلت سيرحل كل الألم معك.

أن أستيقظ من نومي أشعر أنني لا شيء، أنظر في المرأة لملاسي الرثة، لوجهي تحت آثار الألم، وهيأتي البالية منذ زمن، الحروف تخرج مني بعد جهد، الكلمات تجاهد حتى تبدو منتظمة تُفهم، أصرخ، أناذي: أريد النجدة، لا أحد يسمعني؛ لأن حنجرتي لا تسع صوتي ليخرج، وجهي شاحب، جسدي هزيل حد الموت، الضجيج يملأ رأسي، تتلاطم المواقف، تُعاد الأيام أمامي، ويخدش جدران ذاكرتي كل شيء يمر عليها..

رغم كل ما أعانيه، العالم لا يبالي، العالم الواسع لا يهتم أحد، هو سيستمر إن كنت هنا وإن لم تكن، الأمر سيان لديه.

"أن تكون مكتئباً يعني أنك تتألم هكذا في المطلق" تركض الأشياء في رأسي كوحوش ضارية تنهش خلاياي طوال الوقت، ولا أدري كيف أهرب منها، أن أبكي حتى يتورم قلبي، أن أموت ألف مرة قبل أن أموت، أن أصبح حُطاماً..

ومهما حاولت ترميم نفسي لا أستطيع، ومهما حاولت زرع الورود في قلبي فهو
يؤكل من الداخل، ولا شيء قادر على تحويل الصدع بداخله لورود، أنا أشعر
أني رغم كوني على قيد الحياة إلا أنني لا أهاب الموت؛ لأن الجثث لا تخشى
الموت.

البكاء والنحيب لا يكفيان للتعبير عما أشعر، لا يسعني أي شيء في الكون،
ومهما حاولت أن أصلح ما أفسده الكون في أعقاب بهدم كل ما أصلحته، كأني
معاقب لا لشيء إلا لكوني هنا، لا لشيء إلا لكوني أنا.

[6]

في طريق العودة إلى المنزل لم يكن الطريق قصيرًا كما هو كل يوم، رأيت أشياء غريبة من حولي، الأشياء هي نفسها لكن تم استبدالها بطريقة أو بأخرى، أبطأت خطواتي، وظللت أراقب مشدوهاً بما أراه، لم تكن الأشجار خضراء اليوم بل كانت رمادية أو ربما سوداء اللون، وجوه الأشخاص كانت شاحبة بطريقة مختلفة، كل البشر متشابهين كأن لا ملامح لهم، السيارات كانت جميعها تمشي ببطء كأنها لا تقوى الحراك، حتى الأطفال كانوا كما المسنين في وجوههم.. أغلقت الورد على نفسها اعتراضاً على ما يحدث، عبرت كل الأشياء من حولي عن حزنها، إلا أنا كنت أضحك على ما أراه أمامي، ولم أعلم إلى الآن هل عبرت جميع الأشياء عن حزنها؟ أم أنها كانت مرآة وكنت أرى انعكاسي على الأشياء كلها.

[7]

على عكس من حولي كلهم أنا لا أخاف البدايات أو النهايات، جل ما يرعبني هي منتصفات الأشياء، في المنتصف دائماً أشعر بالوحدة، كأني في بئر عميق نائي عن البشر، ومهما صرخت لن يسمعي أحد؛ لأن كلّ في معركته.

أن تكون عالقاً لا يسعك التقدم ولا يمكنك الرجوع مرة أخرى. الحياة _بالنسبة لي_ إذا أردنا مرادف لها ستكون "المعارك". تأمل حياتك! أليست كل أيامك معارك تخوضها؟ في بعض الأحيان تكون المعارك اختيارية، وفي أحيان أخرى ندخلها مجبرين عليها، يجد المرء نفسه في منتصف المعركة دون سيف ودون سابق إنذار، ذلك المنتصف المميت، الذي ربما نهلك ونحن لم نعلم بعد كيف نتجاوزه، تجد نفسك وحيداً فجأة لا تستطيع الاستنجاد بأحد؛ لأن المعركة فردية، وخصوصية لأعلى درجة، فهمها حاولت لن يشعر أحد بما تشعر به، وإن نجوت لن تستطيع أن تنجو إلا بذاتك.

مهما كانت النهايات مؤلمة، يكفيني منها أني وصلت إلى البر وإن لم يكن أمان، أما بقائي في المنتصف، كأني أسبح في محيط لا أدرك في أي اتجاه أذهب ولا أين أنا، أن أشعر وقتها أن كل الطرق تؤدي إلى الجحيم.

ضحكنا في وقت واحد عندما نقول شيء لا يفهمه سوانا، يأخذني بين أحضانه عند شعوره أنني بحاجة لذلك، كما لو أنه يريد أن يخبأني بين ضلوعه كيلا يطولني أذى العالم، دموعي التي أذرفها على كتفيه قبل أن أذرفها من عيني، أن يحبني بقدر لا يمكنني وصفه سوى بأنه وطن على هيئة بشر، وفي كل زاوية من قلبه هناك مسكن لي أمكت أينما أحب.

الصدقة مختلفة عن جل العلاقات الأخرى، في كثير من الأحيان أشفق على كل من لا يمتلك أصدقاء، كيف يتقافز الخوف أمام المرء ولا يهرول إلى صديقه ليديره؟! أتساءل كيف تكون حياة المرء دون شخص تألفه أكثر مما تألف نفسك؟! شخص لا تشقى بصحبته.. شخص تشعر معه أن الحياة تمتد يد العون لك على صورة بشر؟!!

ولأجل كل ذلك يبقى فراق صديق جرح لا ينضب مهما حاولت أن تطببه بالأيام، يبقا هاهنا في قلبك يتسع بمرور الأيام، تصاب بالدهشة عندما يمر أمامك على حين غفلة منك.. تقف موضعك لا تستطيع الحراك، يمسك الشوق بقدميك، تستوطن الذكريات عقلك، تدق الذكريات والصور في رأسك، يمر أمامك عُمر كامل من كل شيء فعلتماه معاً، تخترق دموعك سكون وجنتيك.. وتساءل أيامك من بين عبراتك كيف وصلنا إلى هنا؟ ولا تجد جواب، لتعود وتساءل ما الذي حدث لنا يا صديق؟ لا جواب أيضاً.. ثم تسأل وانت تنتحب هذه المرة.. كيف يمكن أن تصبح مصدر القلق بعد أن كنت مأمني الوحيد؟ ثم تصمت للأبد.

"يقولون: إن شعور الأمومة لدى الفتاة فطري، أنها أم وإن لم تصبح كذلك، منذ نعومة أظافرها وهي تحلم باليوم الذي تصير فيه أمًا، تحلم أن تمتلك قطعه منها بين أناملها، وتراها تكبر يومًا بعد يوم."

رغم القسم على ذلك أنا لم اصدقه يومًا، كيف لكل ذلك أن يكون جميلًا؟! في الحقيقة أنا لا يغريني أن أكون أمًا. لا أتوق للأمومة يومًا، لا أنوي أن أجرب مشاعر الأمومة مهما أقسموا أنها لا تضاهيها مشاعر؛ لأنني أراها مرهقة للحد الذي لا حد له.

أن تكوني أمًا يعني أنكِ مسؤولة عن حياة شخص آخر مسؤوليه كاملة، مأكله، ومشربه، وملابسه، ونظافته، ونفسيته، وتصرفاته، وأي شيء وكل شيء له علاقة بهذا الشخص. الأمر ليس كالعامل له ساعات محددة في اليوم، الأمر أشبه بأن تكون عبدًا، فأنت تعمل ٢٤ ساعة ٧ ايام في الاسبوع دون راحة، دون وقفة تتنفس فيها الصعداء، لا أجازة مهما تعبت ومهما لم ترد أن تكمل. غير كل ذلك.. إن افترضنا إنهم على صواب وأن مشاعر الأمومة جميلة، ألن تعتبر هذه أنانية؟ أن آتي بإنسان للحياة لمجرد اني أريد أن أجرب مشاعر جميلة، ما ذنب ذلك الطفل أن يأتي لهذه الحياة البائسة دون رغبة منه وبقرار مني، ما ذنبه أن يعيش ما عايشته من ألم، لماذا أجبره أن يعيش للفقد بعد الأُنس واليأس بعد الأمل والجوع بعد الشبع.

بعد فترة من التفكير، ونذر من التأمل أدركت أنني كنت مخطئة، أنا لذي مشاعر أمومة، بل ربما مشاعري أقوى من كل الأمهات الذين أنجبين، أنا أحب طفلي كما لم أحب شخص من قبل؛ ولذلك لن أنجبه؛ لأنني أخاف عليه، أخاف على

قطعة مني أن تتألم كما تألمت أو أكثر، أخاف على بعض مني أن تعاني مثلما عانت كلي من قبل.

الحب بصورة عامة جميل بشكل لا يوصف، ولمن جربه خاصة جميلة بطريقة أخرى مختلفة.. أن أدعو لك قبلي، أن أدثرك في دعائي قبل أن أدثرنني، أن يكون كل ما أتمنى هو تحقيق ما تتمنى، كل ذلك وأكثر ربما لأنك أما بصورة أخرى.

لسنوات طويلة كنت أظن أن الحب كل الحب ألا تخذل من تحب، ثم ومع مرور الوقت أدركت أن على أي حال ستخذل من تحب وسيخذلك هو كذلك، لكن المحب الحق هو من يستطيع أن يرى الفرق واضحًا بين صدقك وزلاتك، أن يأمن حبك، ويختار في كل مرة أن يُسامحك؛ لأنه يعلمك أكثر مما تعلم أنت نفسك؛ ولأنه يحبك ثانيًا ويحترمك أولاً.

[11]

قديمًا كنت أوّمن أني لا يجب أن أكون ممتنًا للحظاتي المؤلمة بأي حال من الأحوال، تلك الأوقات التي سلبتني مني، واستبدلتني بشخص آخر، بحجة أني هكذا أنضج.. أنا لم أكن أريد أن أنضج، كل ما أردته هو أن أكون أنا بأي حال كنت.. لكني الآن أحب تلك الشخصية الناضجة التي أنا عليها الآن، أحب أن يدرك كل من تحدثت معي ان عقلي أكبر مما أبدو عليه، أشعر بنشوة الإطاراء كلما تفوه شخص بمدحي على هدوئي ورزانتني.. تمر ذكرى أوقاتي الصعبة كحجافل عليّ، لكنها الآن لا تؤرقني، لا تطرق بابي سوى بشعور الفخر أني ممر بكل هذا بمفردي.

الحقيقة هي أني ما زلت أنا، لكني أنا بصورة أنضج، بنظرة أهدأ للمصاعب، لا ألتاع من كل كرب يمر على قلبي، أنا في كل الأوقات الشخص نفسه، لكن قلبي الذي باتت مشاعره ميتة أصبح ينظر واثقًا للأشياء كلها دون أن يطرف له جفن.

مؤخرًا.. دخل حياتي شخص جديد، أحببته كثيرًا، أشعر معه أنني أنا دون زيف،
وأنني أستطيع أن أحياء، وأضحك، وأبكي، وأصرخ معه إن أردت.

خرجنا يومًا سويًا، شربنا الشاي ولم أحتج سكر كان يكفيني حديثه.. عدت إلى
منزلي ليلتها وقد نبتت إليّ أجنحة لا يسعها الكون من كثرة خفتي، الفراشات
ترفرف حولي في كل جانب، لمعان عيني بادٍ لكل الناظرين إليّ. إلا أنني في
الليلة ذاتها نُقرت جدران ذاكرتي بكل ذكرى مرت أمام عيناى، استقبل حلقي
علقم كل حلو تجرعه يومًا في موقف مشابه، خفت كثيرًا، نمت وفراشي يقطر
منه ماء تصبه عيناى صباً على وسادتي، ثم استيقظت في اليوم التالي أخبرته:
"أنى لن أستطيع، خزانتي مكتظة بالخيبات، ليس هناك مكان لخبية جديدة فيها؛
لذلك سأبتعد أنا قبل أن تفعل أنت، قبل أن تُضاف إلى قائمة جراحي جرح جديد"..
أرسلت رسالتي وبكيت، بكيت لأنى من كثرة ما ركضت وراء الأشياء ولم ألحقها
بت أخاف الزحف إلى أشياء جديدة، بكيت لأن كل لحظة شعرت بالدفء فيها
تحولت بعد ذلك إلى نيران تجتاح صدري.

بالنسبة إليّ، لا أعرف شيئاً يعنيه الصباح سوى الألم، أستيقظ كل يوم متأففاً.. يا إلهي.. أمازلت على قيد الحياة؟! أتألم بمجرد فتح عياني، لا لشيء إلا لكوني مازلت هنا..

"بدأ الأمر منذ بضع سنين، عندما كنت في بداية العقد الثاني من عمري، فقدت وقتها إحدى صديقاتي، بل هي صديقتي الأقرب إلى قلبي، علمت يوماً أنها رحلت إلى الأبد، بكيت يومها حتى ظننت أنني سأموت من كثرة ما بكيت، كان الفراق الأول في حياتي، ضرب روحي في مقتل، أضرم العجز فيّ فصرت كخرقة بالية، أصاب جزء مني بالموت، كان الفراق الأول كالبرق صعق روحي في ومضة منه واختفى وما بقا منه جرح ملتهب يظل يخرج منه القيح للأبد.. استيقظت صباح اليوم التالي أشعر أن قلبي مشقوق إلى نصفين، كل قطعة منهما تائهة في صحراء واسعة، من يومها وإلى الآن أنتظر أن يُشفى جرحي، أن يتلاشى حزني بمرور الأيام، لكنني أدرك بعد كل فراق جديد أنني وضعت رأسي على صدر أحزاني ليلتها ولم أقم ثانية.. منذ ذلك الصباح وأنا أكره كل شيء يعنيه الصباح، من خيوط شمس ذهبية وغرفة مضيئة، ولون زاهٍ للأشياء، أكره أن استيقظ كل يوم بقلب وجل، أتمنى في كل صباح أن يتحول فراشي إلى قبر يحتضني إلى الأبد.

في كل ليلة تمر عليّ وأنا أتألم فيها أتذكر ألمي الأول، ليلتي الأولى وأنا أتألم لم تغادرني يوم، هي ذكرى راسخة في عقلي، مع كل حزن أتجرعه هي حاضرة، ومع كل انتحاب لي هي هنا، كلما استيقظت بعد ليل انفجرت فيها من كثرة البكاء، فمُلئت الغرفة بأشلائي، أستيقظ في صباح اليوم التالي مرغماً بعد أن شق قلبي في الليلة الماضية، مضطر لأن ألمم أشلائي المحتضرة، حتى أصبحت أمنيته ألا أنهزم أمام نوبات هلعي، أن أحيأ يوماً بشعور الحياة لا بمشاعر ميتة،

أن أعيش يومًا دون أن أتمنى الموت في كل ثانية، لأنني أدرك أن الموت لا يستحق العناء، أما العناء كل العناء في الحياة.

جاء ديسمبر..

دائمًا ما يكون ديسمبر حزين، أشعر بالوحشة في كل ليل، أشعر أن حزني يسع العالم، بل أن حزني هو العالم.

أكره كل شيء يعنيه الشتاء، أكره البرد، أكره ارتجاف يداي، وارتعاد جسدي الهزيل، أكره أني لا أستطيع أن أبرح مكاني مهما حاولت.

أحاول الحديث، يتحشرج صوتي، يخرج مرتجفًا.. لأدرك أخيرًا أن البرد لم يكن بسبب الشتاء، بل يأتي البرد من داخلي.

رغم كل محاولاتي تأتي بعض اللحظات لأدرك أنني لن أقدر يوماً، أنا لم أكف عن المحاولات أبداً، رغم ذلك تكلم جميعها بالفشل.

أنظر كل يوم حذاء شرفتي وإلى بصيص النور الوحيد في الغرفة القادم من هذا الاتجاه، أسمع بأذن خيالي قلبي وهو يئن، أصوات رأسي وهي تعلو حتى كادت تصل إلى عنان السماء، انسكاب الدمع من عيني على أرضية الغرفة ليحرفني في طريقه إلى الهاوية، فأترنح بدوار مشاعري المهترئة، أحاول الوصول إلى النور الوحيد الذي أراه، فأجد أنه لم يكن سوى نور بنار احتراقي كل ليلة، لأعود خائباً ليس لي سوى جحيم مشاعري.

الفصل الثاني

أما بعد..

"إن الموت ليس هو الخسارة الكبرى
الخسارة الأكبر هي ما يموت فينا ونحن أحياء."

محمد الماغوط

[1]

إِلَى

إِلَى قَبْلِ كُلِّ ذَلِكَ..

أريدك يا عزيزتي أن تعلمي أنه لا ضير إن لم يحبنا من أحببناه فنحن أيضاً لم نحبنا يوماً، يجب فقط أن نعرف أن هذه مشكله وستُحل، ونعترف أن الحرقه في عيننا من آثار التعب، وأن الألم أسفل ضلوعنا من آثار الحزن، هكذا هو الأمر.

أعلم أنك لا تشعرين بالانتماء لأي شيء، لا إلى بيتك، ولا إلى جامعتك ولا أي مكان تسكنين فيه، وأعلم صدقيني أن اللا انتماء شعور صعب.. أعلم أن كل الأماكن لا تناسبك، ولا تعلمين أين تذهبين بكل الخراب الذي استوطن قلبك.. لكن صدقيني التيه ليس لنا نحن سنصل إلى بر الأمان يوماً؛ ولكيلا نندم أننا لم نحاول بالقدر الكافي، ولنتأكد أننا نستحق الأفضل، كان يجب أن يكون الألم بهذا القدر فقط.

[2]

إلى أمي

الرسالة الأولى

كلما تحررت من أصفاد حزني أجد أصفاد جديدة تلتف حولي يا أمي، تتغير الأسباب لكن الأصفاد واحدة في النهاية. أتساءل كل يوم عن أسباب حزني.. أنظر إلي في المرآة، أسأل نفسي التي أراها أمامي بالية كخرقة لا تصلح سوى للحرق، أسألها ما السبب؟ كيف وصلنا إلى هنا؟ ما خطانا كي نعاقب عليه كل هذا الوقت؟ لتجيبني نفسي التي في المرآة أن الخطأ ليس خطانا بل خطأك أنت يا أمي، أنت من أخطأت وأنجبتني إلى هذه الدنيا، وبسببك أنت أنا أعاقب كل يوم. بكيت يومها يا أمي، ظننتم أن بكائي كطبيعة الأطفال بداية يباشرون بها استعمال رثيتهم، أما بكائي يومها لم يكن سوى اعتراض على كوني هنا.

الرسالة الثانية

مرحبًا أمي..

الأسئلة القديمة نفسها، تلك التي اعتدت أن تطرحها عليّ كلما نمت كثيرًا، كلما شعرت أن عيناى منتفختين من كثرة البكاء..

تسأليني عن أحوالى؟

_ صدقيني يا أمى حاولت أن أنجو بشتى الطرق لكنى مهما حاولت محاولتى ليست كافية..

تقولين انى أنام كثيرًا!

_ كيف عساي أخبرك أن الأمر ليس كما يبدو وأنى والأرق صديقان لدودان لا نتفارق لكنى لا أريده.. أنا أغمض عيناى أرى السواد، أحلم، لكنى مهما حاولت لا أنام صدقيني..

تخبريني أنى كسولة لا أريد الحراك!

_ الحقيقة هى أنى لا أقوى الحراك.. حتى التنفس يحتاج طاقة هائلة فى بعض الأحيان..

الاكتئاب يا أمى من بعيد يبدو شاحب وصغير كبذرة لم تنبت بعد.. أما وأنا داخله فهو شجره عملاقة جذورها متفرعة فى روى قبل جسدى، شجرة تبتلعنى داخلها ومهما قاومت لا أستطيع الانفصال عنها.. فأنا أصغر من أن أجابها..

أنا يا أمى هنا بمفردى، أواجه وحش كاسر لا أستطيع ببعض الكلمات أن أصف لك كم هو مخيف، لكنه يرعبنى..

أنا أشعر بالوحدة مهما حاولت ألا أشعر بها ومهما حاولت أنتِ أيضًا ألا تشعرينى بها..

الرسالة الثالثة

مرحبًا عزيزتي..

أردت فقط أن أخبرك أن حالتي تسوء أكثر كل يوم.. نقطه الصفر ترحب بي مرة أخرى بعد أن ظننت أنني تخطيتها، أكتب إليك الآن وأنا أبكي، أود أن أصرخ لكن حبالى الصوتية تأبى لصوتي أن يخرج، وكالعادة لا أقوى الحراك

مشاعري تهاجمي اليوم، كل الأشياء التي أهرب منها تأتي بغتة حتى أكاد أختنق بها هنا بمفردي.

كل يوم وكل ليلة، وكل ساعة، أجاهد ألا أقتل نفسي.. أشعر بالانتصار عندما أتخيلني غارق في دمائي والسكين جزأه الأكبر داخل قلبي يمزقه إربًا، أتمنى لو أنني أستطيع أن أتوقف هنا، أن اتبخر، أن أغدو منعدم أكثر من العدم ذاته.

هذه الحياة أضحت قاسية عليّ، أعلم منذ البداية أنها ليست عادلة لكن ليس إلى هذا الحد، أود فقط لو أن مشاعري تتركني قبل أن اتركها أنا قسرًا.

الرسالة الرابعة..

اليوم يا أمي وأنا في طريق العودة بكيت؛ لأن كل الأشياء التي سعيت لها تفلت من بين يدي، فلا أنا ميت ولا أنا على قيد الحياة، تضيق دنياي بي كل يوم، كل الأشياء تمشي، كل الأشخاص تتحرك إلي، أنا ثابت موضعي أبكي أيامي وأبكي حظي وعدم قدرتي على النهوض.

إنني متعب ولا أدري لي أي موطن أرتمي فيه، كل الأماكن لا تشبهني، كل المواطن ليست موطني.

بلا رغبة مني أجد أنني افكر كيف أقتل نفسي، أرى نصل السكين يذبطني فلا أشعر سوى بالخلاص مما أشعر، أنا لا أريد أن أموت بل أريد لمشاعري وأفكاري أن تفعل.

دون أن يلاحظ الآخرون أنا أموت في اليوم ألف مرة، وليس هناك شيء قادر على محو ندوبي التي تكبر كل يوم أكثر حتى كادت تبتلعني داخلها.
أنا مبعثر وكل شيء حولي كذلك، ولا أعلم هل بي علة أم بالزمان؟!!

الرسالة الخامسة..

مرحبًا أُمي..

لم أكتب لكِ منذ مدة؛ لأن الكتابة غادرتني كما غادرني كل شيء أحببته قبلاً.

أنا الآن أتألم كالمرات السابقة بعد أن ظننت أن ذلك القدر من الألم غادرني، لكن.. من يقدر على أن يوقف الطواحين في رأسي؟ من يقدر على نزع السكاكين التي تجتاح قلبي؟

كل آلامي تُدمي الآن وتؤلمني بقدر لا أقوى على تحمله، وفي وضح النهار يا عزيزتي والشمس تتوسط السماء، عيني لا ترى شيئاً سوى الظلام الدامس، جل الناس تمشي، تتحرك، تصل إلى مسعاها الإلي، أشعر أنني أجرى لأميال طائلة لأجد أنني في النقطة ذاتها لم اتحرك قيد أنملة.

الحقيقة أن محاولاتي أجمعها تغدو هباءً منثوراً أمام هذه الحياة، فكلما حاولت إخراج السكاكين من قلبي ما تلبث فتضربه بسكاكين جديدة.

أنا يا عزيزتي مهما حاولت أن أرمم بقاياي تأتي عاصفة لتخبرني أن الانقراض لن تبقى سوى أنقاض.

[3]

إلى صديقي

الرسالة الأولى..

"أخاف أن استيقظ في يوم ولا أجداك هنا"

صدمتني هذه الرسالة منك يا صديقي حين صباح، تألمت لكوني سببًا في خوفك، سببًا في معانتك بشكل من الأشكال.

أنت تحديدًا تعلم أنني لا أريد أن أقتل نفسي، تعلم أنني لا أقوى ذلك بأي حال، لكنك تعلم أيضًا أنني لا أقوى أن أكمل حياتي بهذا الشكل، تزيد معاناتي كل يوم أكثر، أحاول أن أنجو مني ويحدث هذا بصعوبة بالغة، أفكر ألف مرة في اليوم كيف أتخلص من كل هذا الألم، وما الطريقة المناسبة لفعل ذلك؟!!

لكني لا أريد أن أموت.. فهناك حياة أخرى هناك ولا أقوى ذلك أيضًا، كل ما أريد هو أن أتلاشى، كأنني لم أكن من البداية، أو أن أظل نائمًا للأبد.

قلت لي هذا يا صديقي بعد أن سمعت عن حادثتي انتحار متتاليتين، خفت أن أكون ثالثهما، طمأنتك، أخبرتك ألا تخاف، وأني لن أفعل ذلك بكل تأكيد، احتضنت خوفك وربت على قلبك، هدأت من هول خوفك بعض الشيء، لكنني خائف أكثر منك أضعافًا مضاعفة، أخاف ألا أسيطر على أفكاري يومًا، أن ألقى بجسدي تحت قطار سريع، أن أغرس سكينًا حادًا في قلبي لينتهي الألم.. ترتعد أوصالي كلما فكرت في الذعر المرسوم على وجوهكم حين تروني غارقًا في دماي يومها.. لكنني طمأنتك يا صديقي.

الرسالة الثانية..

مرحبًا صديقي

أنا معتم يا صديقي، ولست قويًا كما تظن، أنا أغرق في حزني كل يوم ولا أستطيع إنقاذ نفسي، الأفكار تتلاطم في رأسي، تنهش عقلي فأضرب رأسي في الجدار عدة مرات لعل أفكارني تكف عن سحقي، فيتصدع رأسي ولا تتوقف الأفكار فيه.

رغم أنني يا صديقي لست موطنًا لي لكني أعلم كيف أكون موطنًا لك، ورغم عتمتي أعلم جيدًا كيف أكون قمرًا في لياليك الكاحلة.. رغم ثقل كتفي عليّ إلا أنني أعلم كيف أكون ثابتًا لأجلك.

أنا أحبك حتى لو لم أعبر عن ذلك كثيرًا

أنا هنا دائمًا لأجلك

ولأجلك فقط.

[4]

إلى عزيز قلبي

الرسالة الأولى..

مرحبًا عزيزي

إلى من تحلو أيامي بوجوده هنا في قلبي

إلي من أحب رغم أن كل الحب لن يوفيك حَقك أو مشاعري تجاهك، حروف العربية كلها عاجزة، وحصيلتي اللغوية جَمَّ لا تكفي لشرح كم أحبك وأحب وجودك.

أذكر يوم كنت أرددت من بين عبراتي "يؤتيكم خيرًا مما أخذ منكم" ولم أكن أدري ليلتها أن الخير، كل الخير متمثل في قدومك.. فأن أهدأ، أن أراني أجمل، أن أشعر أنني أستحق الحب.. كل هذا يعني أنك بجانبني الآن.

شكرًا لكونك تحاول مع من لا يحاول لأجل نفسه، مع شخص متقلب، متألم، يُعاني كل يوم ويبكي.. ممتنة لكونك تحاول مع عقلٍ لا يهدأ مهما حاول.. ولأنك تخفف عني ثقل شعوري ولأن وجودك كفراشة أثرها باقٍ يلا يزول.

وممتنة كل الامتنان؛ لأنك تسربت داخلي دون جهد مني، ولأنك اقتحمت حياتي في وقت مثالي مثلك تمامًا.

الرسالة الثانية.

مرحبًا عزيزي..

ليست مقابلتنا الأولى لكنها الأجمل على الإطلاق، كنت لطيفًا اليوم كعادتك، شعرت أنك تحبني كأن لم يُخلق غيري على وجه الأرض، من كثيرة ما شعرت بخفتي ظننت أنني نبتت لي أجنحة وقدماي لا تلمسان الأرض، أحببتني حتى سألت نفسي هل أستحق كل هذا الحب؟!

أذكر موعدنا الأول يا عزيزي إلى الآن، شربت الشاي بالنعناع لكني لم أضع سكر يومها كانت تكفيني عيانك.. لا تكفيني كل حروف العربية لأعبر لك عما أشعر، لكني ممتنة للزمن لأنك فيه، أنت يا عزيزي تصلح أشياء لم تفسدها داخلي، أنا أحبك وما جعلني أقع في حبك هو أنك تجعلني أقع في حبي أولاً .

الرسالة الثالثة.

مرحبًا عزيزي..

أريدك هذه المرة أن تخبرني لماذا تركي بهذه السهولة؟ لماذا في كل مرة أصبح أنا الطرف الأسهل للنسيان؟ حتى أصبحت أظن أن المشكلة تكمن فيّ.

في كل مرة أعود خاوية ليس معي سوى جحيم خسارتي.. لكن في هذه المرة تحديدًا ظننت أنني أمنت، أنني وجدت لي موطن بعد طول تشرد، قد بنيت لنا منزلًا جميلًا هادئًا في مخيلتي لنعيش فيه، ونحتسي على شرفته كؤوس الشاي كما فعلنا في موعدنا الأول، كان بيتًا دافئًا كالشاي ولذيذًا بلذة دعاباتك المرححة، لكنني سرعان ما استيقظت من ثباتي ووجدت الصدع يلمئ قلبي إثر تهدم البيت عليه، وجدت أنك أدت ظهرك لي، كما فعل كل شيء أحببته قبلاً، أذكر ما كتبت في موعدنا الأول، أذكر أنني لم أحتج سكر يومها وكانت تكفيني كلماتك، كلماتك ذاتها التي أصبحت نصل سكين مغروس في كل موضع في جسدي، ندوبي التي سببتها لي لن تنضب أبدًا، ولا ذلك الثقب الذي صنعته في قلبي سيبقا هاهنا للأبد؛ لأن تذكر كلما تحسسته أن المرء دائمًا يُقتل بسيف من يقيم حربًا لأجله.

الرسالة الرابعة.

مرحبًا عزيزي..

أعلم أنك تحديدًا لن تقرأ هذا، وأنتك وإن قرأت لن تتأثر، وإن تأثرت لن تتحدث، لكنني سأكتب على أي حال.

أنا بطبيعتي يا عزيزي أتألم حد الموت يوميًا، بل أموت في اليوم ألف مرة، لكنك كنت تجعلني أضحك، أهدأ، أشعر بالحب، بوجودك كان يمكن للرحيق أن يلمئ المكان، أما الآن فأنا أتقى جل الرحيق الذي استنشقتة يومًا معك.

الرسالة الخامسة.

مرحبًا ..

لن أقول عزيزي هذه المرة.

في آخر ليلة من العام وددت لو أنك هنا، لو أنا قضينا تلك اللحظات معًا، أشارك إنجازاتك وتشاركني هزائمي، لكن اختيارك كان عكس ذلك، انتهى عام كنت موجود فيه، وسيبدأ عام لن تكون كذلك.

أكره أن أكتب عنك، أخاف أن تلتمس الحاجة فيّ بدلًا من تحسس الجرح الغائر في قلبي إثر رحيلك، وأكره أن أستشعر أن مصدر طمأنينتي أصبح هو ذاته مصدر الخوف لي.

أنا أحترم رغبتك في الرحيل، أقبل أنك كان يجب أن تنجو بنفسك من برائين أحزاني، ليس الأمر أنني لم أتقبل ذلك برحابة صدر، لكن الأمر أن ما لا أقوى على تقبله هو مدى بساطة الفكرة لديك، أنك أدت ظهرك كأن شيئًا لم يكن.

على أي حال لن أتحدث طويلًا هذه المرة؛ لأن ما أشعر به أقوى من أن تصفه أحرف، لكنني أدركت اليوم أن سبب مأساتي معك أنني لم أعرف طريق الوسطية، لقد وقعت فيك وقوعًا عميقًا لم أستطع أن أف من لحظتها، لكنني سأحاول أن أسبح في طريق الطمأنينة وحدي.

وربما هذا آخر ما سأكتبه لك.

[5]

إلى جدي.

مرحبًا..

جدي العزيز

كنت تزورنا كل جمعة بعد الصلاة، أتعلم كم من جمعة انتظرت انقضاء الصلاة لتأتي؟! أتعلم كم جمعة مرت دون صوت همهماتك في صلاة العصر، دون صوت أقدامك وانت تعلقو الدرج في سكينه؟!!

رغم مرور سنوات على رحيلك لم يقتنع عقلي بعد أنك لم تعد هنا، هناك شيء يخبرني أنك تحتاج بعض الوقت وستكون هنا بعد قليل.

موضع مجلسك ينتظرك يا جدي، حتى هو لم يقتنع بعد أنك رحلت، فكيف يمكنك أن ترحل دون أن تودعنا يا عزيزي؟ وإلى أن تودعنا أنت لم ترحل بعد.

غداً الجمعة سأنتظرك مثلما فعلت في كل الجمعات السابقة.

[6]

إلى ابنتي

مرحباً عزيزتي..

أنا احبك.. وأخاف عليك يا حبيبتي من هذه الدنيا، الأيام هنا قاسية بشكل مبالغ فيه، قائمة كأن لا ألوان سوى الأسود فيها، الأسابيع متشابهة بشكل مرعب بعض الشيء وأنا أخشى عليك من كل هذا.. أخشى عليك من أن يخلج الصقيع قلبك الصغير رغم أن الجو حار، أخاف عليك من وحدة الأيام رغم وجودي معك، أخاف ألا أفهمك مثلما لم أفهم، أخاف ألا أقدم لك كل ما تحتاجينه بالقدر الكافي، ألا أكون أم تليق بابنة مثلك..

لأنني أحبك أكثر من أي شخص آخر، ولأنني أخاف عليك ليس كمثلك أحد.. قررت ألا تأتي لهذه الدنيا الفانية، أنا لن أتحمل أن أراك تزرفين الدمع، لن أقوى على مسح دمعتك في كل الأوقات، ولأنني لا أريد أن أكون أنانية معك وأنجباك لأنني فقط أريد أن أفرح بمشاعر الأمومة تلك، ولأنني أحبك أكثر من أي أم تحب ابنتها لن أتركك تعاني مثلما عانيت هنا.

إلى معالجاتي النفسية.

مرحباً بك..

للمرة الأولى اليوم أشعر أن هناك من يسمعي، من يتقبلني بأي طبيعة كنت، أن أجد من يسمعي، أن أتحدث دون أن أخاف من حكم أن أبدو كما أنا على طبيعتي، كل هذه أشياء لم أكن أتخيل ولو لثانية أنها ستحدث.

إنّ يا عزيزتي أشعر أنك ستكونين مخلصتي، بعد أن كنت أتحدث عن مشاعري مع مسحة في الخوف من ألا تفهم مشاعري، أما الآن أقولها بكل ثقة أنا أعاني وأحتاج إلى مساعدة.. بعد أن كنت أراقب الزبول وهو يملأ جسدي، وبعد أن رأيت وجهي يعتليه الشحوب، لابد أنه حان الوقت الآن لأراه ينحصر عني، بعد أن كنت أقف ساعات أمام المرأة أتخيلني أقتل نفسي أظن أنه حان الوقت لأمسد على شعرها، أن أحتضنها في وقت حزنها، لأن أحتوي مشاعرها، إن الطفلة التي في داخلي كانت قنبلة تنتظر فقد نزع الصمام عنها لتنفجر في وجهه، الآن باتت صامته باتت أهدأ، وحتى إن انفجرت بعد ذلك أظن أنني سأقبل انفجارها لن أكرهها لكونها غاضبا من كل شيء.

أنا أحبك وأشكر الله الذي جمعني بك.

الرسالة الثانية..

مرحبا عزيزتي..

روحي الآن تتأرجح بين جرح والتئام، مشاعري ميتة تماما كأني جثة هامدة ثقيلة فارقتها روحها لكنها تركت همومها فيها.. كل صباح أسترق النظر من نافذة أحزاني على الحياة فأجد أن كل الأشخاص تضحك، والأطفال تلهو وتلعب، حتى العجائز يمشون في الأرض مرحًا.. إلاي أنا وحدي هنا لا أقوى على مغادرة غرفتي، وحدي أحسب المسافة بين الأرض ورأسي.. هل ستهشمها بالكامل أم أن هناك احتمال لتتويج مساعي بغير الموت؟!!

الرسالة الثالثة..

مرحبا معالجتى..

أدرك اليوم بفضلك معنى أن يستيقظ المرء لا يريد أن يقتل نفسه، أن يمر اليوم دون رغبة تآكل أحشائي في قتل نفسي، أدركت اليوم أنني يوماً ما سأدرك أن للحياة ألوان غير الأسود، وأن صخب الأطفال فيه شيء من المرح، وأن التجمعات فيها بعض من الألفة، يوماً ما سأرمق ما حولي ببعض الحب، ليس اليوم لكنه يوماً ما.

إلى أكتاي..

مرحبًا..

لن أطلق عليك عزيزي؛ لأنك لست كذلك بأي حال من الأحوال، لكني وللأسف ممتن لك بالطريقة ما.

بفضلك نظرتي للحياة أصبحت أهدأ، نظرتي لمشاعر الناس أصبحت أرق، وبفضلك أنظر لجل الناس نظرة شفقة، أدركت أن الجميع يعانون منك ومعك، وبفضلك أدركت أن أشفق على الجميع بلا استثناء، أنت علمتني ألا أقول شيئاً دون أن أراجعه، أن أنظر كيف سيقع على قلب من أمامي، علمتني أن أرى معاناة الناس في صمتهم، وأن المنطوي ليس كذلك لأنه يحب ذلك، بل لأنه لا يقوى الحديث، ومن لا يضحك على نكاتي ليس لأنها لم تعجبه، بل أن ثغره لا يسعه الضحك ليس لأنه لا يريد، بل هو يريد ربما أكثر من أي شخص آخر، علمتني أني يجب أن أنجو بأي طريقة.. ربما كنت أقصى ما قاسيته في الحياة لكني رغم ذلك أحاول، أدركت أني مهما حدث بعد ذلك لن يكون أصعب منك، لن يتشبث بي مثلما تشبثت أنت، عانيت معك سنيًا ولازلت أعاني، لكن مهما كنت متشبثًا، ومهما كنت قاسيًا أنا أستطيع أن أنفك من براثنك، تعلمت منك أن أقدر الألوان في الحياة، أني عندما أرى شخصًا يضحك لا أسأل كيف له أن يضحك والجميع حزين، بل أقدر محاولته وأنه رغم كونه لا يستطيع يحاول.

أعلم أن حياتي من دونك كانت لتصبح أجمل بعشر مرات أو يزيد، كنت سأضحك أكثر، سأصنع ذكريات أكثر لكنها معك علمتني ما كنت لن أتعلمه حتى لو عشت سنين أضحك؛ لذلك ورغم كل ذلك أنا ممتنة لك بطريقة ما.

إلى كاتبى المفضل

مرحبا بك..

أعلم أنك لا تعرفني، ربما لا تعلم أنني على قيد الحياة حتى، لكنى بطريقة ما أشعر أنك تعرفني، وتشعر بما أشعر، وإلا أنك ما كنت لتعبر عني بهذا الشكل المُنْتَقِن بقلمك، أن تكتب أسطر، فتكون مني وإليّ، أن يشعر بها قلبي.. كل هذا لا يستطيع أحد غيرك أن يفعله، أحب أن ما تكتبه يشبهني، وأحب أن يفهمني شخص بهذا القدر، رغم أنني أعلم أن ذلك غير صحيح لكنى فى بعض الأحيان أشعر أنك تقصدني أنا تحديداً بحروفك، وأنتك تهديني إياها دون أن تدرك ذلك حتى.

[10]

إلى عزيزي الذي لن أعرفه

إلى قارئ العزيز..

أتمنى لو نلتقي يوماً لأبادرك السلام؛ لأخبرك أنني ممتنة لك إلى أبعد حد.. وإن لم أراك، وإن لم نلتقي يوماً فأنا أحبك؛ لأنني لولاك ما كنت هنا، لولا أنني أراك تنتظرني لم أكن لأكتب من جديد.

شكراً لك لأنك جعلت لأحرفي قيمة.

شكراً لأنك قرأتني وقرأت لي.

شكراً لكونك موجود.

"م"

مضاد اكتئاب

ياسمين أبو الفضل

البكاء والنحيب لا يكفيان للتعبير عما أشعر، لا يسعني أي شيء في الكون، ومهما حاولت أن أصلح ما أفسده الكون في أعقاب بهدم كل ما أصلحته، كأني معاقب لا شيء إلا لكوني هنا، لا شيء إلا لكوني أنا.



ياسمين أبو الفضل