مُذكّراتُ تمارا

تمارا قنديل

مُذكّراتُ تمارا

مُذَكَّرَاتُ تَمَارا

تمارا قنديل

إهداء

سلامٌ وودٌّ من الله عليكم

قلوبُكم كيف حالها الآن؟

أرجو أن تكون بالسعادة عامرةً

هل رُسِمَت على شفتيك البسمة اليوم؟

عليكم أن تبتسموا؛ كي تُضيؤوا بابتسامتكم وجوه أحبائكم نورًا وإشراقًا ووُدًّا، عاكسين بهذا إنسانيّتكم وصفاء أرواحكم، قاطنين في عوالم التّفاؤل، مُتنَاسين كلَّ الشُّرور.

شكرًا لكم لأنّكم مثاليُّون، مميَّزون، رَغْم تواجدكم في هذا العالم المُخيف

شكرًا لكم على تحمُّلكم الصِّعاب التي تُحيط بكم، وي كأنَّها هالةٌ سوداء قاتمة.

أنتم أقوياء، لا تلتفتوا خلفكم، وامضوا مُتنَاسين أوجاع ماضيكم، انظروا أمامكم، مستبشرين بِغدٍ مُشرقٍ يُشبه أيدي الأطفال

حافظوا على شموخ رؤوسكم، وجمال مَبْسَمِكُم؛ فكلُّ مرٍّ سيمرُّ.

البسمة لا تَنْسَاهَا، فأحدهم يحيا على أمل أن يراها تُنيرك كالبدر وأحلى.

أنتم الأقوياء، بكم تزهو الحياة حياةً، أنتم قمرنا في اللّيلة الظّلماء.

دُمتم بودّ.

تمارا قنديل

البسمة لا تَنْسَاهَا، فأحدهم يحيا على أمل أن يراها تُنيرك كالبدر وأحلى.

أفكار ساذجة

في داخلي أفكار لا تكنّ لي بصلةٍ
كيف يمكن استئصالها دون التهابات كادحة من شدةِ تعقيدها؟ لا يمكن للمرء أن ينهش نفسه بيده، وي كأنه لا قيمة له.
أتمنّى لو أنّ هذه الأفكار الساذجة، تنتهي ولا تبقى بالوجود.
أيمكنني أن أسير باتجاه عقليّ، وأستأصله؟
أم أخرجه وأضعه بوعاءٍ، وأعيده من جديد.
لا أعلم صدقًا في داخلي دوامات لا أستطيع السيطرة عليها، ولكن يجب إزالتها حتمًا.
أعلم بأنّي لا أنتمي إلى هذا المكان نفسيًا وعقليًا ولكن أنا مجبرٌ أن أتحدى وأواجه الصِّعاب، وأعتقد بأن هذه الحرب النفسيّة والعقليّة ستنتهي بأقلِّ خسائرَ ممكنة؛ إذ إن العقل سينتصر ولكن بعد شقاء وكمٍّ من الكدمات، وتصبح آثارَ عارٍ لا تمّحى.
أيُعقل؟
يجب أن أعدل بين كلاهما فحسب، وإلا سيبقى الندم يلاحقني ويقتلني.

أنا القنديل..

ذاك السواد الّذي يعم داخلكم، لا يكِّن لي بصلةٍ

سماع صوتِها

كنت أسير في الليل وأنا في عالمٍ آخر، ووجدت طاولة وكرسي في آخر الشارع، ذهبت وجلست أفكّر، وأتذكر أيامنا معًا، كلّ ما أريده الآن هو إخراجها ولكن وحدتي دائمًا مَن تُسيطر، وتذكّرني بها، شيء خارج عن إرادتي.

إذ وإلّا بصوت قربي يقول لي:-

" مرحبًا بك، نحن في الساعةِ الثانية بعد منتصف الليل وهذا موعد إغلاق المحل، هل تريد شيئًا؟

كنت في غفلةٍ حينها وكأنّي أسمع صوتها.

- أخي هل تسمعني!

- نعم، أعتذر ولكن أريد فقط ماء وسأذهب فورًا.

- لا بأس، أتريد ماء باردًا أم دافئًا؟

أريده باردًا مثل قلبي الذي لم يعد يألفه شيء.

-لم أفهم!

لا شي، أحدّث نفسي.
- لم تُجبني كيف تريده؟

*أعود لسماعِ صوتها مرّة أخرى، كنت أتمنى لو أن هذا الرجل يستمر في تكرار جملته: هل تريد ماءً باردًا أم دافئًا؟
- أنتَ ما زلت هنا، لم يبق أحد هنا، وشارف الوقت على الانتهاء، اليوم شاقٌّ جدًا وأنتَ لا تفهم!

أعتذر أريده دافئًا كدفء وجهي واحمراره عند رؤيتها
- من هي؟
ضحك الرجل ضحكةً صفراء كأنه يستهزئ بي، قلت له أنا لم أقل شيئا فقط أريد قليلاً من الماءِ.

-أنتَ قلت هكذا....
بالطبعِ أنتَ مُغفل، اذهب.

لا أريد شيئًا ولا أريده.

قنديل

كأنّه قِنديلٌ ينير دربي، أجهل إن كان مجازيًّا أم حقيقيًّا.

لا أستطيع التّمييز ما إن كان نفسه الطّريق الذي أبحث عنه مُنذ زمنٍ أم أنّها تجرِبةٌ معقّدةٌ!

هي مجرّد خربشاتٍ عقليّةٍ صمَّاء.

قِنديلٌ ينير عقلي، وآخر يوجِّه قلبي..

سأرى شيئًا لم أرَه من قبل، كجمال ثلجٍ تساقط في غير موعده، محتاجًا درجة حرارة عالية كي يذوب ويغادرنا.

لن أبوح بشيءٍ سوى الصمت..

ولا أنكر بأنّه يأكل جسدي.

لن أبوح لكي لا أندم على كلمةٍ خرجت من فِيهي دون قصدٍ لأحدٍ.

لا أملك منهم سوى الحنان والأمان، وبعضًا من الجراح... ولا أرى شيئًا سوى الصَّمت لكي لا أُجبر على خسارة بعضهم.

أتمنّى لو أنّ صمتي يتحدّث، ويُنهي داخلي اللاوعي، يا ليت التمنّي يتحقّق..

يا ليت القلب يعود بدقاتِ قلبه، وكأنّه ترنُّمات ساعةٍ تتحرَّك دون إزعاجٍ.

يا ليت ويا ليت..

كيف أجعل صمتي يتحدَّث بكلِّ عُمقٍ؟ وكأنَّه سكينٌ حادٌّ مُجبرٌ على قطعِ لسانِ أحدهم ويبوح بكلِّ ما فيه؟

كيف يمكن أن أخبر لساني بأنَّه قادرٌ على أن يتحدَّث ولو بكلمةٍ

كيف!؟

لم لا أستطيع البوح بكلِّ شيءٍ؟

أهذا ضعفٌ أم خوفٌ من الخذلان أم الخسارة؟

لا أدري!

لعلّ كلَّ شيءٍ يكون كما كان.

ولكن أنا أُفَضِّل الصَّمت الَّذي يتآكل داخلي دون رحمةٍ.

عليك بالارتفاع

القاع لم يعد يُصلح إلاّ للذين يؤمنون بالخيبات والإحباط

لا يُليق بنا إلّا القمم
نحن لها

فوضى عارمة

كنتُ ولا زِلتُ أخشى هذهِ الفوضى العارمة داخلي، أفكِّرُ بشكلٍ مُفرطٍ للغاية.

أوشكتُ على تعمُّقِ الأفكارِ المُتشابِكَةِ، لكن يبدو أنّ هذا التّعمُّق ليس إلّا استراحة لي من هذا الواقع، كما أنّ هذا التّعمُّق ما هو إلا إفراطٌ وتفريطٌ بمشاعري المُبعثرة، مُعتقدةً جازمةً أنّها مشاعر تُحاكي واقعنا المرير المُعقّد، وما هي بخيالٍ البتّة، واقعٌ مليءٌ بالخيباتِ المتراشقةِ أملًا، أملٌ كي نحيا، مُدركةً أنّ الخيبات في كثيرٍ من الأحيان تُعتبر جالبةً للأمل الذي ينمو بتفاؤلنا، كل هذا التّعقيد أسميته: "خيبة أمل"

ها!!!؟!

ما هي خيبة الأمل؟

خيبة الأمل هي تلك التي تَكسِرك، ثمّ تأتي هونًا فتُجبرك؛ تُجبرك بالأمل.

أتخشى الخيبة وأنتَ مَن يَخلِقُها؟!

أنتَ مُبدعٌ فاشلٌ يا عزيزي.

عليك أن تتحلّى بالإبداع وتتخلّى عن عقائدك المفرطة التائهة الساذجة، التي تنبُت من تشابك أفكارك المعقّدة، يمكنك استئصالها.

يمكنني؟ وكيف؟!

نعم، بالكاد يمكنك؛ أدخِل يدك إلى رأسِكَ، أمسك بها بإحكامٍ خشية أن تهوي لقلبك، قم بسحبها من داخلِكَ راميًا بها نحو الأفق، إلى العدم إلى اللا وجود.

إن اتَّبعت وصفتي ستتجنب فقدان عقلك وخسارته للأبد!

ها؟ إذن لا حاجة لهذه الوصفة؛ فهذا هو المطلوب، أن أمسي بِلا عقلٍ وأصبح كما ولدتني أمّي؛ إنسانًا لا يفكّر إلّا ببطنه والنّوم.

ليتني أفقد عقلي!

متى سأبحر في نومٍ لا خوف فيه ومنه.

سيتلاشى كلّ شيء.

متى؟

بعد السقوط!

لا، بل بعد أن تُرجَم بخيبةٍ وتُجْبَر بالأمل.

نقتحم من يُشبهنا..

ليسوا مجرد أناسٍ عابرين في دربنا بل هم الطريق الذي نؤدي إليه، نستعد لمواجهة كلِّ ما يحيط بنا، نتعامل بكلِّ حبٍّ وإخلاص، نتعامل كما نحن، نكون ونرى كلَّ شيءٍ مثل ما نرى أنفسنا، لا نريد مقابل، نستطيع سيطرة عالم بأكملِه عند أول قطرة حبّ نلتفت على ناظرينا ونذهب، ونعود من جديدٍ لننقّي أعيننا مرة أخرى، ولا يُمحَى الشَّقاءُ داخلنا، نراكم بين جفوننا ونستصعب رؤيتكم بوضوح، نخشى أن نلتهب، ولا نحتاج دواءً وأنتم بأعيننا دواءٌ وداء، نراكم من بعيدٍ وداخلنا يحترق..

نعم! نحن أقوياء، وعند أول لقاء لن نسيطر كما كنّا... ونراكم كيفما كنّا، كمزاجٍ يُعدّل بالدقيقة عشرين مرة..

نشكو للهِ القلب..

خربشات خربشات.

نستطيع سيطرة عالم بأكملِه

عند أول نظرة

حـــــــــــــبّ

نلتفت على ناظرينا ونذهبْ

ما بعد منتصف الليل..

تضع رأسَك على وسادتك، مُغمضًا عينيك، ترى حُلمًا تودّ تحقيقه، ولكن مهما فررت لعوالم الخيال، لن تجد أي شيءٍ يُعوض ما بداخلك.

خَيالُكَ واسعٌ في الحقيقةِ، ولكن عند نومكَ تصبح حطامًا، وداخلُكَ يشكو إرهاقًا مستمرًّا، وألمًا لا تدري من أين انبثق.

تضع يديك على فمِكَ لكتمانِ ضجيج قلبكَ، وانهيار دموعِكَ، ونبضات قلبك المتسارعة، مثل مطرقةٍ لا تهدأ في أذنيك، وفي عينيك سوادٌ فما عُدت ترى سوى ما ينطقه قلبك، وكأنّه خيالٌ، وبعدها تدخل في سُباتٍ عميقٍ، وتسرقك أحلامك من جديد..

لِمَ تتأثر بعد منتصف الليل؟

هنالك حقيقةٌ مخبأةٌ عن الوجود، ولكن بمقدوري الإحساس بها، هي تقلباتٌ إنسانيةٌ لا أستطيع البوح بها، لكلِّ شخصٍ ما تقلّباتٌ مختلفةٌ لا تدري كيف تتخلَّص منها.

وأعود وأصدح من جديد بأنّني لا أميل لأحدٍ، أنا فقط أميل ميلًا مجازيّا إلى شيءٍ يتحمّل آلامي وأستقبل عَبَرَاتي فقط!

أميل لوسادتي وأملؤها بدموع لا تتوقف، وقلبي لا تُخمد نيرانه.

وأنتقل إلى خيالٍ وحلمٍ آخر.. وكأنّ شيئًا لم يكن...

وسلامٌ على نداء قلبي

لماذا أرى الحزن خيّم على من حولي عندما أكون حزينة؟!
فالشجر حزين يتطاير هنا وهناك وتسقط أوراقُه ألمًا، أراه حزينًا
وتنهمر الدموع من الغيوم
لماذا أراها حزينة؟؟
والأرض تهتز وجعًا، أثقلت الأحمال كاهلها
لآلامكم اهتز قلبي
ولنفس المشهد سأعود
بوجه آخر سأعود
فأنا اليوم سعيدة
نسمات هواء حركَّت كلّ شيء في قلبي قبل عينيّ
أشجار تتمايل وتتراقص على زقزقةِ عصافير أطربت قلبي
وسماءٌ تملؤها غيوم بيضاء تتساقط منها حباتُ مطرٍ تحسبها لؤلؤًا منثورًا
هنا وهناك
وكأنّها دموع فرحٍ روت الأرض فاهتزت سعادة.

أيها القلب كيف تكُن يكُن الكون حَولك...
وإن لم تكن سعيدًا تَظَاهر بالسعادةِ ولو بابتسامة ترتسم على وجهِكَ
وقل في نفسك:-
أنا "سعيد للغاية".

انتهاء العلاقات

انتهاء العلاقات لم يكن في يوم من الأيام انتهاء وفقط
بل هو بالأصل تراكمات متواصلة ومتتابعة، نحن البشر لدينا وقت صلاحية لانتهاء تلك الطاقة الجبّارة ووقت صلاحيتها طويل... لكنه بالنهاية سينتهي، لذلك أنتم وتصرفاتكم كانت ضمن انتهاء صلاحيتكم لدينا.

فأنتم لستم وحدكم من تستوطنون حياتنا
اذهبوا لنرى غيركم ونعطي الفرصة لأناسٍ ربما يستحقون ما لا تستحقون أنتم !!

سنبقى نسامح ونسامح إلى يوم نبعث فيه إلى الله، ولن ننسى ليس حقدًا بل هي ذاكرة محفورة تغزو عقولنا... فقط لا غير.

لا داعـــــي لبيت

العزاء الذي تقيمه

فـــي قلبـك حدادًا

على شيءٍ لـن يعود

مُطلقًا

ثق بالله

كُن حَسن الظنِّ بالله

ما خيّب الله إنسانًا أحسن الظن به جلّ وعلا

لا نعلم ماذا كتب الله لنا لكن يقيننا بلطف الله وكرمه ورحمته، يجعلنا نرضى بقضائه وقدره والإيمان بالقضاء والقدر كفيل بيقين يملؤنا بسعادة داخلية تحيط بنا لنجد القناعة والزهد رفيقَنا

أقسم بالله شعرت بسعادةٍ تغمرني وأنا أكتب تلك الكلمات فلك الحمد والشكر على نعمةِ الإسلام يا الله.

اللَّهم اكتب لنا الخير أينما كان فبعد دعائي هذا لا اعتراض على حكمك يا أحكم الحاكمين

ربّي جعلت لنا طريقًا منيرًا نسلك به من التعاليم ما يكفي من راحةٍ وطمأنينة

لكن تلك النفس تسلك طرقًا فرعيةً مظلمةً لفضولٍ أثقل كاهلها ولا تجد حلًّا سوى العودة

وما استفادت تلك النفس سوى تضييع وقتٍ دون فائدة.

نسألك يا رب العفو والعافية وحسن الخاتمة.

يُلامسون قلبي أولئك الذين يدعون بالتفاؤل
والأمل مهما تعدَّدت الأسباب والظروف.
لم تجعل قلبك مُحاطًا بكلّ هذهِ الأحزان؟
وربّك أعلم بما تُخفيه الصُدور. استودع نفسك إلى الله، لن تخيب أبدًا.
سلامٌ على أوجاعكم. تالله لو أنّني أستطيع لأبدلتها إلى فرحٍ دائمٍ إلَى يومِ تُبعثون.

تأثر إنسانيّ

للإنسان طبيعة تتأثر بمن حولها
تأثرها يعود لعدة جوانب بعضها ملموسٌ وواضحٌ وبعضها محسوس،
آثاره نفسيَّةٌ خفيّةٌ تظهر تدريجيًّا وهو الأصعب .
سواء كانت مشاعر حبٍّ واحترام
أو مشاعر كرهٍ وانتقام، فهي مرتبطة ببناء العلاقة سلبيّةً كانت أم إيجابيّةً
على سبيل المثال إذا أحببت شخصًا ستحبّ وتكره ما يحبّ ويكره هو.
وإذا كرهته ستكره ما كنت تحبّ إن أحبّه والعكس صحيح، فهي ليست
قاعدة بقدر ما نجدها عند معظمهم أو نستطيع وصفها بشريعة الأغلبية
للأسف.

لذا دقق جيدًا عند دخول أحدهم حياتك وقبل الاستقبال والتأهل دع
عقلك يرسم مسافة أمان لا بأس بها للاطمئنان

عزيزي لا تستهن أبدًا فالعشوائية في أمور كهذه لا تُحمد عُقباها.

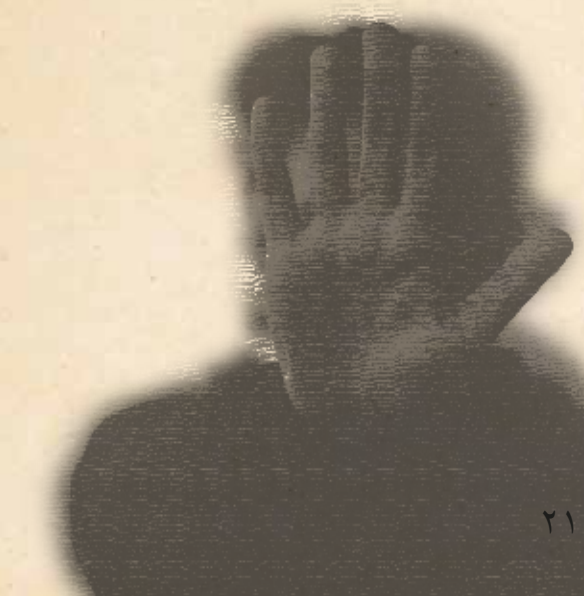
و كما قالوا في المثل الشعبي : "رافق السعيد تسعد".

أرجوكم ! يكفي

عبارة أبدأ بها حديثي لشدة ألمي
فما أراه بأمّ عيني أذاب قلبي وجعًا
أولادكم أمانة فاحفظوا تلك الأمانة
عاملوهم برفقٍ ولين
لا تنزعوا براءتهم بقسوة تجعل منهم أطفالًا كبارًا في السن

حتى نرى جيلًا بارًّا بوالديه
فلنقدم البِرّ لهم كي يَردّوه في يوم من الأيام لنا
التربية والتعليم لا دخل لها بالقسوة

حقًا يكفي
لنبدأ من جديد
أبناؤنا بناة المستقبل
و للبناء أساسٌ محفورٌ في الأعماق.



لا زلت على قيد الحياة ..

على الرغم من المصاعب التي أواجهها ولكن إلى الآن أملك الروح في داخلي

أنا مُنهك لدرجة الانهيار... ولا أحد يُدرك ما في داخلي، جميعهم يقولون أنني أسعد الناس وأكثرهم راحة، ولكن أنتم تقرؤون الظاهر وليس الداخل، إذا قرأتم من الداخل، تنظرون إليّ نظرة حزنٍ وتعقيد، ولكن لا أريد هذه النظرة..

أنا قوي ويا مرحبًا بالقوة

داخلي أشبه بقطعةٍ هشّةٍ لا فائدة منها ..

لكن لا زلت على قيد الحياة ..

كلّ زهرة في قلبي جذورها "الأمل"

الليل يا ليل ..

ماذا يُريد منّا الليل؟
هل يُريد إعادة الذكريات، أم يعيد لنا الماضي
أم يُحدّد لنا مستقبلنا أم ماذا؟

لا نُريد منك أي شيء، لا تأتِ لأنك تُعيد لنا الماضي
ونصبح بأسوأ حالة
نُريد فقط الراحة! نريد الاستمتاع ونريد العُزلة دون ذكرياتٍ مُتعبة.

أصبحنا ننتظر الصباح يأتي؛ لكي لا نتذكر ماذا حصل في البارحة
يا ليل نحن نكتفي بأوجاعنا!
لا نُريد سوى الراحة لا نُريد الذكريات
تصبح الوجوه بأسوأ حال ووجه عابس وسواد في أسفل العينين
نحن نُريد الاستمتاع بالحياة
نحن نُحبّ الحياة ولكن لا نُحبّ الليل
الليل يا ليل .. إن أردت أن تأتي، فيا أهلًا ومرحبًا بك بالذكرياتِ الجميلة، ولا مرحبًا بك بالذكرياتِ الأليمة... لا تأتِ.
لقد هَرمنا.

الحب

أيقنت بأن جميع من حولك زائلون .. ؟

ولكن لا يبقى سِوى شخصٌ واحدٌ عالقٌ بأجفانِك في داخلِكَ، ولكنك لا تدري! هل سيعود؟

هل سَتلتقيان يومًا ما؟

لا يوجد شيء بمخيلتك سِواه، جميع تفاصيل حياتك تتعلق به.

كل شيء يتعلق بهِ في داخلك، صوتُه الذي يرنرن في عصافير أذنيك ودقاتُ قلبِه وكأنه حبلٌ متصلٌ بحبل قلبك فتكون دقات القلب متشابكة .

هل هذا حبٌ أم جنونِ الحب أم ماذا؟

أنتَ تعيش بروحٍ واحدةٍ وعندما يعشق القلب لا داعي لإنكار هذا الشيء .

أنتَ تعيش بجسدٍ وعندما تعشق تصبح بلا شيء .. سِوى نظرات الحب التي تختلط بالقلب وبهذا الشخص الذي عشقتهُ لأول مرة أيقنتَ بأنه زائل أيضًا ولكنه غيرُ زائلٍ من جسدك، تفكيرِك، روحك فقط زائل زوال اللمس والحِس

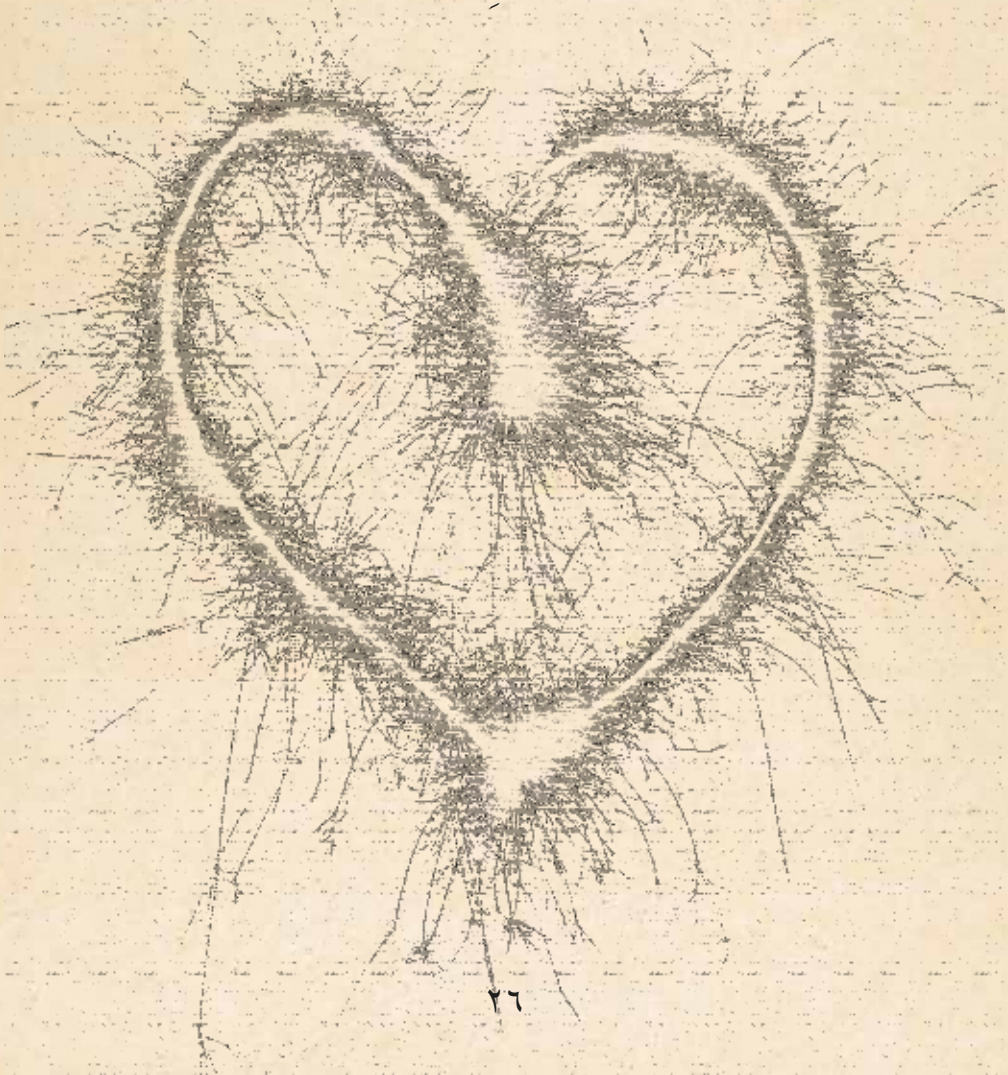
كما قال أبو تمام :-

نَقِّل فؤادكَ حيثُ شِئتَ مِن الهوَى

ما الحُب إلا للحبيبِ الأولِ

كم منزلٍ فيّ الأرضِ يألفهُ الفتى

وحنينه أبدًا لأوّلِ منزلِ.



لا أستطيع النسيان ..

كلُّ شيءٍ حدث لي وكسر في داخلي شيئًا، لا أستطيع نسيانه، أنتَ تعرف الجميع عند أول موقف لك سواءً كان فرحًا أم حزنًا
يمكن أن يحدث سوء تفاهم ولكن يجب أن تتعامل في جميع المواقف بدقة وحذر لكي لا تقع في فخٍ ليس من مستواك.
كلّ شيء حطّمني نفسيًا لا أستطيع نسيانَه، حتى الأشخاص في هذه المواقف.. نبرات الصوت .. التفاصيل .. لا أستطيع نسيانها، هل يُعقل أن تكون مُعشّشة في داخلك أن التفكير قدّ غلب على عقلي لكي لا أنسى! لا أعرف ولكن أنا من الداخل مشوش فكريًا، لا أستطيع التفكير بالطريقة الصحيحة.
أي شيء أفكّر بهِ أقوم بفعله دون دقةٍ وتخطيط !!! هل يُعقل كلّ هذا ؟؟؟
أرجوكم، أستطيع نسيان هذه التفاصيل التي أراها بعيني وأسمعُها إلى الآن! وأردّد بكلِّ مرة: "إلى متى؟ ....إلى متى؟"
عندما أنتهي من الحياة؟ أم عندما أنتهي وأبقى على قيد الحياة!

أريد فقط النسيان .. ولكن لا أستطيع.

ليس كلّ ما نكتبه يُمثلنا.. قد
نرتدي أثواب الحزن وداخلنا
يفيضُ سعادة
اللَّهمَّ سعادة عامرة في قلوبنا

إحساس رحماني

شعور يراودني بكلِّ خطوة أخطوها بأن كلّ ما بداخلي من الممكن أن يكون إحساسًا رحمانيًّا أم يكون من الله ليخبرني عمّا يدور في حياتي أو ما سيحصل في المستقبل

هذا شعور غريب للغاية أو كما نقول بأنه شعور لا أحد يشعر به إلا عندما تكون في عالم النسيان، عالم الضجيج في داخلك

عندما تلتقي بأشخاص غرباء وتحادثهم ويتحرك بداخلك شيء من الشعور لا تبحث عن شيء سوى سؤالٍ يراودك في ذهنك لماذا اجتمعت بهِ ! ولكن ما علاقة اجتماعك بشخص مع الشعور الذي يراودك في داخلك؟؟

ليس لديك علاقةٌ به ويتحرك بداخلك شعور، هنا يجب أن تعلم بأنّه شعورٌ رحمانيٌّ يقول لك نعم هذا هو ! كيف ؟؟

لا أدري ولكن أنا الآن متشتت جدًا لا أدري هل هذا حب أم ماذا؟؟ هل هو انجذاب فقط ؟ ولكن أنا منذ ولادتي حتى الآن لأول مرة أحسست في داخلي لهفةً لهذا الشخص أصبحت دقات قلبي تتطاير ولكن لماذا ؟! من الممكن أنني أحببته بسبب دقات القلب المتواصلة كادت أن تخنقني.

تحوّلٌ كبيرٌ ما بين الدقيقة والأخرى.

تحوّلٌ من جمالٍ إلى بُركانٍ يفيض بنا وذكرياتٍ تملؤ قلوبَنا وجعًا وأفكارًا تُرهقنا بكلّ ما يعمّ بداخلنا، هل نفتقر إلى حبٍّ؟ أم نفتقر إلى ماضٍ أم إلى حياة!

مشاعرُ مُبعثرةٌ متشابكةٌ، تعمّ باللاوعي التامّ، فقط نستطيع سماع أفكارنا، ونحس بأوجاعنا.

ولكن متى؟

بعد منتصف الليل!

كيف يمكننا أنّ نحوّل ألمًا إلى خيال، كيف يمكننا أنّ نُبدل مشاعرنا الملوثة إلى مشاعر نقيةٍ بيضاء لا تُتلى عليها أيُّ بُقعةٍ سوداء... بعد أنّ تدّق الساعة الثانية عشرة نُعلن استسلامنا، ما السرّ؟

أودّ أنّ أخبركم أنَّ الهدوء لن يكون دومًا مناسبًا، ضجيج مَن حولك يُسيطر على أفكارك ويحصرها.. في بداية يومك تكون إنسانًا وجهُه مليءٌ بالفرح.. وعند وقت نومك تُقلَب على عاقبيها أثرٌ لا يلتحم.. تُحدِّث وتلوم نفسك؛ لمَ فعلت...؟ سيمضي الوقت وأنتَ تكرِّر لمَ فعلت.. وتنظر إلى ساعتك ألا وهي الساعة الثالثة فجرًا... وتبحر في نومك وداخلك ضجيجٌ لا يرحم ... ويطلّ عليك صباحٌ جديدٌ ويومٌ جديدٌ لا يتغير شيءٌ على قلبك وأفكارك سوى أنّك تكرّر لمَ فعلت؟ لمَ فع....

يجب عليك أنّ تَمحي ذكرياتك، وهو ماضٍ أليم فعلًا، لا يمكنك لوم ذاتك، بل لم الثانية عشرة بعد منتصف الليل....

وتبحر في نومِك وداخلك ضجيجٌ لا يرحم..

لا بدّ لنا أن نلتقي

لا بدَّ لنا أن نلتقي؛ بعد كتمٍ واشتياقٍ، بعد غيابٍ وارتخاءٍ.
لا زلت أنتظرك بفارغ الصّبر؛
علّنا نلتقي مجدَّدًا.
علّنا نعود كما كنّا.
علّنا نتحرّر من العادات والتقاليد.
نبكي سويًّا
نعيد كلّ الذكريات
نجعل من الأحزان أفراحًا، نجعل الحياة تمطر زهرًا، والعصافير ترفرف برؤيتك
ونلتقي.
لا بدّ وأن تجمعنا الأيام، والذكريات والحنين، واللّمسات، والأحزان....
لا بدّ وأن نلتقي بمكانٍ ما.
نعم أنتظر بفارغ الصّبرِ، سنعود، وننسى ما مضى ونبدأ من جديد
لا بدّ أن نلتقي.

مُعلّمي

ها نحن نخطو الخطوةَ تلو الخطوة، نخطوها لِنعبُرَ كلَّ الصعابِ، نحقِّق الأحلام، نمشي الدّرب
نُعطي بجُهدٍ، نعمل بكَدٍّ لنحقّق الرفعة
ليس ليعلو اسمنا فحسب، بل لنعلو خُلُقًا وعلمًا..

نعطي لليوم ولغدٍ ولبعدِ غد، فنحن بناةُ المستقبل نرسُمه بأيدينا نحن من يعلِّم ويتعلَّم، نُربّي،
نسعى ونسعى ونحقِّق لنصِل إلى القمة
نقدِّم بكلّ حبٍّ وإخلاصٍ؛ كي نأخذ كلَّ الحبِّ والإخلاص.
نحن بناةُ المستقبلِ، نحن بناةُ المجد والأمل

مُعلِّميّ
يا نورًا يُضيء عتمةَ الجهل بعلمِه، يا شمعةَ الدرب، ويا زهرة الودّ
أخذنا منك كل ما نوَدّ،
أسميناك بكلِّ ما يُعَدّ وكلّ ما يُسدّ
بأنّك شديد الإخلاص والودّ

افعل ما شئت فأنتَ حر نفسك ..

أنتَ كفراشةٍ تتطاير في السماء ولا يدري بها سوى الله وحده، لا تكن متواكلاً على البشر، فلا أحدَ يعطيك كما تُعطي، كُن أنتَ..

كُن متفائلًا، مهما حصل لك وإن كان ما لا تتوقعه..

فهذه دُنيا لك وعليك ولكن أنتَ من تتحكم بأن تكون لك أو عليك،

ثق تمامًا بأن الله هو من يزرع لك الخير كله، لا البشر

كُن أنتَ متوكلاً لا متواكلاً.

لا زِلتُ طفلًا..

جميعُنا يمر في عدة مراحلَ لبناء حياته، بدايتها طفولة بريئة هشّة لا تدرك شيئًا سوى الأكل والنوم بهالة أمانٍ وحنانٍ لا حدود له، مقرّه قلب أمي الواسِع وحضن أمي الدافئ ! ننتظر حياةً قادمةً يحكمها المجهول المخيف، وقلب أمي لا سواه يحيطني بالمعلوم إحساسًا و هذا يكفي، نكبر ونشيخ، نحتاج ذاك القلب الملائكي أكثر وأكثر

ضُمّيني يا حبيبتي، طبطبي علي فأنا بحاجة ليديكِ وسماع دقات قلبك وهي تحتويني بكلّ تفاصيلي يا أمي

فأنا يا أمي لا أزال طفلةً

كبُرَ جسدي ليصبح أقوى وقلبي دونك لا يقوى!

طبطبي عليّ إلى ما لا نهاية يا حبيبتي

نكبر كل يوم ونحن لا ندري بأن مشاغل الحياة وتعبها يزول عندما عيناىَ تلقى عينيكِ وشفتاىَ يقبلان يديكِ

فالصعاب تهون ولو كانت بحجم الكون .

ذراعيكِ راحةٌ لا حدود لها

أدامكِ اللهَّ لنا وأدام حسيسك في صدورنا وفي أجسادنا إلى يوم يبعثون .

أحبك يا أمي.

ماذا تكتب لنا الأيام؟

هل تكون أيامنا كلها خيرًا، أم تكون على عاقبيها أثرًا لا يلتحمُ أبدًا؟؟
هل سنربط بأيدينا على قلوبنا من شدّة الألم، أم سنترك أنفسنا ونطير كعصفور يغرِّد من فرحتِه فوق شجرةٍ يرى أوراقَها نغمات جيتارٍ يسمع صداها كلُّ من مرَّ حوله؟؟؟
نكون بكامل سعادتنا عندما نرى الفرح قد اقترب منّا، وننسى كلَّ ألمٍ، ويهمِس في مخيلتك كلُّ يومٍ كان يغمرك بالسعادةِ
ننسى كلَّ شيءٍ مجرد أن ننظر بأن الفرح قد اقترب، أما الحزن! يمثلك كشخصٍ قدّ حُكِم عليه بمؤبدِ... يُعمي على عينيه وقلبِه كلُّ شيءٍ، تراه حزينًا!
وسوادٌ يعمّ داخله، ولكنه يملك إحساسًا داخليًا بأن القدر سيتغير إن كنت مع الله.. وبعدها سترى نورًا يأتي باتجاهِك وستعلم بأنه نور اللهِ الذي لا يُبالي..
ماذا تكتب لنا الأيام ..؟
دعها تفعل ما تشاء، وأنتَ كنّ كما تشاء...

أرجـــو
أن ينـال
كـلّ منّا
مـا صبر
لأجلـــه
أرجو أن
يعوضنا
اللهَّ جميعًا
بشـــيءٍ
لطالمـــا
تمنينـــاه

أذى نفسيّ

من الصعب أن تواجه أشخاصًا في حياتك يُظهِرون لك معدنهم اللطيف الرقيق وأنه لا يوجد أشخاص آخرين مثلهم

يستدرجون طيبتك وكرمك.

والأصعب أن تكون شخصيتك من المعدن الذي لا يكتم بداخله أبدًا ومع ذلك ينسى أو بالأحرى يتناسى.

لأنه يتعامل بعفويةٍ دون حقدٍ يسكن داخلَه، هم يتظاهرون بطيبةٍ كاذبةٍ وهم من سبّبوا لك كلَّ الأذى. ليس أذًى جسديًا فحسب، بل نفسيًّا وهو الأصعب !! لتجد نفسك وحيدًا، أسيرًا لتلك المواقف ويصبح جميع اللوم عليك.

لذلك كن على يقين بأن الأشخاص الذين يتظاهرون بحبّهم الشديد هم في الغالب الأشخاص الذين تتلقى منهم صدماتٍ لم تكن تتوقعها في يوم من الأيام.

وختامًا ما يجعل الأمل موجودًا في حياتنا أن اللهَّ باقٍ دائمًا و أبدًا.

أُخفي الدمع

إنّي أُخفي الدّمع، وفي قلبي نيرانٌ تحرقني، ولهيبٌ أسمع صداه ولا أراه، إلّا أنّي أسمعهُ بداخلي يتفتّت كلَّ ثانيةٍ

أيعقل؟

أسير وأتذكّر

أسمعُ صوتًا يقول لي: انهض ولا تُخفي دمعك، واذهب إلى مكانٍ لا ترى به أحدًا سوى ظلّك

واصدح واصرخ

أخرِج كلَّ ما فيك من أوجاع، ولا تدع قلبك المُهيمن عليك، أنتَ ما زلت قويًّا، ولكن دون الآخرين، لا ترفع سقف توقعاتك بأن يقف بجانبك أحدٌ، أنتَ من تواجه نفسك وتتخطى العثرات، أنتَ بيدِكَ كلّ شيءٍ، ولكن عليك فقط أن تُخرج دمعك لتطفئ النيران التي بداخلك

لحظة انهمار أوّل قطرة دمعٍ من عينيك!

إنّي أخفي الدّمع وفي قلبي نيران، ما زال اللّهيب يحرق جَسدي، ولا زلتُ أراكم دون رحمة، وأنا أهتف قائلًا: كفى!

لا أحد يسمعُني سوى نفسي

لا يكفيني ارتياحٌ بعد الدّمع، وانخمادٌ للهيبي؛ لأنّني سأبتسم وكأنّ شيئًا لم يكن.

لن أُفصح بما أحسست بِهِ، وليبقى الحريق يسكن جوفي، مُبعثرًا بآثاره جسدي، كأنه عارٌ لا ينمحي

كل الدّمع يُمسح، وأنا أَذبل كوردةٍ أهملها بعضهم دون سقاية... تُنسى كأنها لم تكن.

ما زلت أخفي الدّمع...

أخرِج كلَّ ما فيك من أوجاع

ولا تدع قلبك المُهيمن عليك

لسنا مُذنبين.

لم أكن يومًا مذنبةً، عندما خذلتكم وتركتكم خلفي.
ولا حتَّى عندما قطعت تواصلي بكم.
لم أكن مذنبةً عندما رأيتكم تنهشون دماءنا وكأنّنا دوابٌ تائهةٌ دون إحساسٍ، وكنتم دونما رحمة.
تريدون أن تصنعوا منّا أشخاصًا لا يتكلّمون، ويتجهون كما تشاؤون، كأنّنا لا نعقل.
كيف، ولماذا؟!
ألأنّنا زرعنا الثّقة بكم؟
أم لأنّكم تستلذّون بتهميشنا من الداخل وأنتم تتنعمون بالسعادة.
هل نحن مُذنبين بتركنا أيديكم بعد كلّ ذلك؟!
لم تستحقّوا منّا سوى الفراقِ.
نحن نكمل طريقنا بأنفسنا
لا نريد رؤيتكم، ولا سماع صوتكم
سامحكم الله وعفا عنكم رغم كل طعناتكم لنا من الخلف.
لسنا مُذنبين!

قيد الأمل

ما زلت على قيد الأمل.

على الرَغْمِ من المصاعبِ التي أُواجهها، ولكنّي للآن أملِك الشغف.

منهكةٌ لدرجة الانهيار، ولا أحدَ يعلم ما بداخلي، أأنتم تقرؤون الظاهر فقط؟!

أم أنّكم تنهشون أجسادنا وحَسْب؟!

أبغض نظرات الشّفقة، الحزن والتعقيد، الخوف والفقدان.

بِتُّ لا أملكُ سِوى قلبٍ مُهمَّشٍ، أشبه بقطعةِ بسكويتٍ هشَّةٍ تُفتَّتُ أمام أوَّل رشفة شايٍ.

ومن هُنا أُعلن أنِّي على قيد الأمل؛ على قيد الحياة.

العطاء

نعطي أكثر من اللازم لأشخاصٍ لا يُقدّرون ما معنى العطاء، ولا يدرون بأنه ينبع من القلب لكلّ شخصٍ يمر من خلالك ليس لوحدهم، من الممكن أن نتبادل بالعطاء، ولكن هناك بعض القلوب المليئة بالحقد والكراهية، مليئة من كلمةٍ سبّبت لهم الكثير، وبالتالي نحن الذي نعطي يصبح اللوم علينا بكلِّ كلمةٍ انهدرت من أفواهنا دون قصد، ولكن نعود من جديد ونعطي، ليس لأننا نكرر أخطاءنا، بل نحن نعود إلى الأصل الذي خُلقنا منه.

وبعدها يضعف العطاء ونجدّده على أشخاص آخرين وتُعاد وتتكرر هذه الأخطاء

وبالنهاية لن نتوب عن العطاء النابع من القلب، من الممكنِ أن نُظهرَ الطابعَ الإيجابيَّ للآخرين؛ لكي نُعطي أجمل ما لدينا، ولكن الضغط والكِتمان يولِّدان بداخلنا آثارًا سلبيَّةً، نُظهرها دون وعيٍ منا.

خارجةً عن السيطرةِ.

لكن بطبعنا نحن الّذين نملك الابتسامةَ الساحرةَ والعيون الذابلة ببراءتها، لا نملك سوى الأوجاع بداخلنا، ليس وجعًا نفسيًّا أو معنويًّا فقط

من الممكنِ أن يكون وجع الخذلانِ والانكسارِ من بعض الأشخاص

الذين كنت تعتقدهم " أحبابًا"
نعم تأثَّرنا، ولكن إلى متى؟
نحن نُعطي بكلِّ حبٍّ وصدقٍ وليس من طبعنا أن نبادلكم الشُّعور ذاته.
نحن نبادلكم بأصلنا وليس بأصلكم.
يا من كُنتم وما زلتم بداخلنا؛ سننسى ولن نسامح.

دُمتم بتجديد العطاء

نعطي بكلِّ حبٍّ وصدقٍ
ليس بطبعنا أن نبادلكم الشُّعور ذاته.

عتاب النفس

نعاتِب أنفسَنا مرارًا وتكرارًا على مشاعر مليئةٍ بالحبّ قدمناها لكم على طبق من ذهب

لماذا نكران الجميل بطبعكم ؟؟

وهل جزاء الإحسان إلا الإحسان ؟؟

هل أنتم راضون الآن ؟

سامحكم الله وأسأل الله أن يعين قلبي على مسامحتكم

ليس لأجلكم بل لأن قلبي لا يستحق هذا الألم

تلك الذكريات الأليمة التي جمعتني بكم سأجعل منها درسًا أعود له وأذاكره جيدًا

و كل دمعة انهمرت من عيني و كأنها لهيب أحرق جسدي سأعتبرها صعقةً كهربائيةً

أعادت ليَ الحياة من جديد

ولترقصوا على آلام غيركم !!

أغبياء

ستجدون من يرقص على آلامكم !

إن الله يُمْهِل ولا يُهْمِل.

فئة

فئةٌ من الناس تحبّ مكابّ النفايات، يتلذّذون بإحباطك، وتجريعك خيبات الأمل، مليئون بالغضب.. وعند تراكُم نفاياتهم فوق بعضها البعض.. يبحثون عن مكانٍ ليفرغوا ما بداخلهم من حقدٍ وخُدعٍ كاذبةٍ، وأحيانًا يفرغونها بكَ.. لا تدَع نفاياتهم تصل إلى أقرب الناس إليك كي لا تخسر أحدهم ... لذا عليك ألّا تأخذ الموقف مسألةً شخصيةً، عليك فقط أن تُلوّح لهم بيدك وتبتسم أنتَ يجب عليك أنّ تحب وتحترِّم من يتعامل معك بشكلٍ صحيح وتدعو الله لِمن لا يتعامل معك بشكل صحيح ، "الله يهديه" وعليك بالانسحاب التّام وأن تتمنى لهُ الخير لأن الحياة فقط تعتمد ١٠٪ على ما تصنعه أنتَ، و ٩٠٪ على كيفية تعاملك للأمور والمواقف.

هَزُلت

علمتني الحياة

مهلاً مهلاً...

لا تزرع أشواك حقدك أمامي، فكل ساقٍ سيُسقى بما سقى، وستجني ثَمرة ما فعلت..

علمتني الحياة أنّ جمال الأفعال، وحسن الملافظ تجعلني أسيرًا، مُغمِضًا عينيّ باتجاه صحيحٍ لا غُبار عليه..

علمتني أن حلاوة اللسان تجذبني وتأسر قلبي بسماعِها..

مهلًا.. لا تجعل أشواكَك تلاحقني وتخدش جسدي، ليس من الأدب أن تخدش وتجرح تحت مسمّى "المزاح"

علمتني الحياة...

أنْ لا أصاحب إلا من يكتم سري ويستر عيبي، ويطوي سيئاتي ويمحقها..

لا مَن يطعن ظهري، ولا يصون فؤادي!

فلعلك تأتيني يومًا حافي القدمين وتسير على أشواك أفعالِك...

علمتني الحياة بأن لا شيء يطفئ ناري سوى ركعتين في جوف الليل؛ لأستنجد بأرحم الراحمين..

...

علمتني الحياة، أن أقف أمام الحق ولو كانت نهايته موت!

علمتني أن أتجه إلى عقلي، وسلامٌ على قلبي

وأعطي قدرًا يسيرًا من الحب، والمشاعر الصادقة..

علمتني أن لا أقطف ثمرةً في غير موعدها، لعلها تأتي بالجميل، وأن أرضى بما كُتب لي..

علمتني أن لا أنتظر شيئا!

تاللهَّ لو أنّ البعض تعمّق داخلي، وخبر الذي أنويه من خيرٍ له، لذهب مُسودّ الوجه من أمامي..

لائمـًا نفسه: لِمَ فعلت؟

....

علمتني بأنّ الصمت لم يكن يومًا رضى! بل كان خذلانًا، فعدم القدرة على ردٍ لا ينفع بشيءٍ.

علمتني أن إرضاء الناس أشبه بشارعٍ طويل لا ينتهي.. والنظر إليه مخيف كأنه حلمٌ مزعج، تستيقظ خائفًا ولا أحد يحتويك...

علمتني بأن مكانتك عند أحبائك لم تكن بالقدر نفسه عندك...

مهلًا.. مهلًا..

علمتني أنّ من أسرع في جوابٍ أخطأ ولام نفسه، ومن ساء في لفظه

لحقه حظه..

علمتني بأن أكتم كلّ جميل ليس لأجل الحسد أو ما شابه!! بتاتًا، بل كي لا أشعر بالخذلان أو الخسارة..

علمتني أنه لا يجب أن أقول كل ما أعرف، وبالمقابل أعرف ما أقول..

علمتني بأن المحبة أخلاق، وأن نهاية العلاقات لم تكن نهايات وفقط، بل لاعتبرها دروسًا أعود وأتذكرها دائمًا..

وفي النهاية أنا لم أتعلم شيئًا من الحياة...

حتى نفسي لا أعلمها، لا يعلم بها سوى ربّ من خلقها...

مهلًا مهلًا....

وداخلك ضجيج لا يرحم.

كلّ معركةٍ تزعزعت داخلي، وكلّ ما أحسست بهِ، وما أصابني من قساوة القلبِ، كانت نتيجة لما صَنَعتهُ أيديكم لي، دموعٍ تذرف لترِوِ آلامي، وقلبٌ لم يعد يتحمّل ضجيج الآهات بين شِعابه.
رفقًا بقلوبنا.

النهاية

نَفْسُك، ارقد بجانبها، أمسك مُقدّمة رأسك مُعانِقًا آخرها، وقل: بسمك اللهمّ أعوذ بك من كلِّ أوجاعٍ جُبِلَت داخلنا وكلّ ألمٍ يستوطِنُنا، دون قصدٍ من الآخرين..

اجلس بجانب نفسك وأخرج من جوف أعماقك شهقةً تُبدِّد كلّ أمرٍ عسير، تذكّر كلّ ماضٍ جميلٍ مررت بهِ، تذكّر كلّ خيرٍ من الله.

اجلس مُرافقًا روحَك، واستودع نفْسَك، وقل: اللهمّ إنّك عالمٌ بغيبِ قلبي، استودعتك إيّاه من كلِّ إثمٍ وافتقارٍ لمشاعرَ مبعثرةٍ هشّةٍ..

اجلس بجانب نفسك واجعل يُمناك تُعانق يُسراك.. واربط على عقلك وصُن قلبك ولا تبسطه لِكلّ عابر سبيل.

أنتَ كونٌ صغير برأك ربٌّ عظيم، أنتَ اللّطف الذي أَنزل به اللّطيف، أنتَ التّفاؤل والحبّ، أنت النّور في جوف العتمات، والسَّكينة في انتفاضة الرعشات، أنت البحر في جوف الصّحراء.

لا تسْتَهِن بنفسِك!

أنتَ خُلقت لتكون شيئًا ولو كان في نظرك مستحيلًا.. إنّ اللهَ قادرٌ على أن يبدِّد الحزن بالخير الوفير.

كُن أنتَ، كُن كالقنديل الذي يُنير دروب التّائهين ودربك، لا تكن كشمعةٍ أطفأها أحدهم؛ بحجة انزعاجه من نورها.. لا تكن كما يريدون، يكفي أن تكون أنت أنت.

عليك كتم نَفَسِ الشّرِّ.. وإخراج النّفس الخَيِّرِ.

لأجلك أنتَ..

لأجل واهِبكَ....

لأجل العالمين.....

تأليف:
تمارا إبراهيم قنديل

تصميم وإخراج:
ياسين جابر

الفهرس

الإهداء	١
أفكار ساذجة	٣
سماع صوتها	٥
قنديل	٧
لن أبوح	٨
فوضى عارمة	١٠
نقتحم من يشبهنا	١٢
ما بعد منتصف الليل	١٤
لماذا ؟	١٥
انتهاء العلاقات	١٦
ثق بالله	١٨
تأثر إنساني	٢٠
أرجوكم يكفي	٢١
لا زلت على قيد الحياة	٢٢
الليل يا ليل	٢٤
الحب	٢٥
لا أستطيع النسيان	٢٧

الفهرس

إحساس رحماني	٢٩
الثانية عشر	٣٠
لا بد لنا أن نلتقي	٣٢
معلمي	٣٣
افعل ما شئت	٣٤
لا زلت طفلاً	٣٥
ماذا تكتب لنا الأيام	٣٦
أذى نفسي	٣٨
أخفي الدمع	٣٩
لسنا مذنبين	٤٢
قيد الأمل	٤٣
العطاء	٤٤
عتاب النفس	٤٧
فئة	٤٨
علمتني الحياة	٤٩
النهاية	٥٣