

”عزيري افعيت“

الكتابة كمحاولة للتعافي

سارة درويش

عزيزي رفعت..

«الكتابة كمحاولة للتعافي»

سارة درويش

تصحيح لغوي: سارة سرحان

إهداء..

إلى رفعت طبعًا.

وإلى صديقتي التي تقرأ هذه الحروف الآن وتبتسم بخجل لأن

هذه المحبة تربكها..

إهداء ثانٍ..

إلى المجهول صاحب هذه الرسالة التي وجدها الدكتور كيرلس
بهجت على جدار داخل دورة مياه بإحدى الجامعات.. أنا
أعلم بما تعاني يا صديقي وأتمنى لو تعرف هذا يوماً..

فبراير كان شهر صعب علي بدأ
اكتشفت فيه مرضي النفسي ، وانصرت . ولم يكن أحداً بجانبني
بيكن كما لم أبكي في حياتي قط ، وفقدت جزء من روحي
ولصت الحزن كثيراً حتى غلب مني و تفاقم
أنا اليوم أحسن من قبل
ولكنني أعاني .
ولا يعلم بذلك الأمر سوى جدار الحمام .
ومن يهتم بما يكتب على الجدران أيضاً .

[March 22
2017]

.. عن الكتابة كمحاولة للتعافي

فبراير 2015 كان قاسياً عليّ أيضاً كشهورِ وأعوام عدة سبقته. في تلك السنوات شعرت بفجوة مرعبة بيني وبينى، فجوة لم أشعر بها من قبل وكأن روحي داخل جسدي محاصرة بفراغ أسود مفرع تسقط فيه كل الأشياء المبهجة، وحتى المحزنة، التي أستقبلها وتضيع للأبد قبل أن تصل لروحي وتؤثر فيها. كنت متبلدة تماماً.

في فبراير 2015 قررت أن أبدأ الكتابة إلى رفعت، الذي قد يعرف البعض أنه "رفعت إسماعيل" بطل سلسلة روايات "ما وراء الطبيعة".

لم أكتب لرفعت لأنه كان لسنوات طويلة "فتى" أحلامي - قبل أن أكتفي بصداقته لأنه لم ينس ماجي أبداً - ولكن لذلك السبب الذي أحبه لأجله جميع من عرفوه:

لأنه ذلك الشخص الذي لا تخجل أن ترتجف أمامه كطفل وتعتزف بأنك خائف وضعيف. هو ذلك البطل الذي لم يتظاهر بالبطولة أبداً ويمكنك أن تعترف أمامه كقديس بكل آثامك.

حين كتبت لرفعت كان لدي الكثير من المشاعر الحبيسة، المخاوف الساذجة والشكاوى التي لا يعبأ بها أحد، فضلاً عن شعور قاسٍ بأن الحديث - في هذه الحالة النفسية - مع آخر يعني أنك تقدم لهذا الآخر حبل مشنقتك على طبق من ذهب. كنت أشعر بالخوف والضالة والضياع الشديد رغم أنني أدور في مسار محدد ربما أكثر من اللازم.

حين كتبت الرسالة الأولى كنتُ أشعر بوحدة شديدة رغم وجود الكثيرين من حولي، ليس لأنهم ليسوا جيدين

بما يكفي ولكن لأنني في ذلك الوقت كنت فقدت القدرة على التعبير عن مشاعري، فقدت القدرة حتى على تحديدها ومعرفة ما يزعجني. كانت الصورة تبدو مثالية تمامًا رغم شعوري الواضح والقوي بالخلل.

حين بدأت توقعت ألا أكتب أكثر من رسالتين أو ثلاثة ثم أمل وأنسى الموضوع كعادتي، ولكنني كتبت لرفعت مرة بعد أخرى وكنتُ أشعر بالراحة. في البداية كنت أستخدم الرسائل كوسيلة لتحفيز دموعي والتنفيس عن نفسي و فقط، لم ألمس أبدًا ذلك التأثير المبهر للرسائل على روحي إلا بعد ما يقرب من عام. هذه الرسائل منحني السلام، جعلتني أقرب لنفسي، جعلتني أتخفف من الكثير من الضغوط والمخاوف، التي حين نشرتها، وجدت آخرين يقاسمونني إياها.

قبل هذه الرسائل قرأت كثيراً عن الكتابة كوسيلة للتعافي، تلك الوسيلة التي استخدمها المعالجون النفسيون لسنوات طويلة من أجل مساعدة الناس على الشفاء من الضغوط النفسية والصدمات، ولكنني لم أجرب أبداً أن ألمس هذا التأثير وألاحظه. ولكنني الآن ألمسه بوضوح شديد ليس فقط في مشاعري وإنما أيضاً حين أعيد قراءة الرسائل من الأولى إلى آخر رسالة كتبتها. لا أزعم أنني الآن في حالة مثالية، ولكنني على الأقل قادرة على التواصل مع نفسي، قادرة على التعبير عنها.

هذه الرسائل شخصية جداً وربما لا تفيدك حين تقرأها بشيء؛ لكنها تجربة عمرها عامين مطروحة بين أصابعك ربما تدفعك للكتابة كمحاولة للتعافي.

"عزيزي رفعت" .. الرسالة الأولى

لا أعرف لماذا قررت أن أكتب لك، ظننت السبب للوهلة الأولى هو أنك ستفهمني، ولكن بعد المزيد من التفكير أدركت أن السبب قدرتي تمامًا، ربما أن أكمل سلسلة النحس التي تلاحقك منذ ولادتك أيها العجوز.

عزيزي "رفعت" أنا في الحقيقة أكتب إليك لأنني أقرأ خطابات الآخرين لمجهولين وتعجبي، وقررت أن أجربها، لا أعرف السر في أن كتابتنا الخطابات لشخص واحد تجعل الحروف تنساب من بين أصابعنا كالسيل. أكتب

إليك لأني أودُّ الهرب ولا أجرؤ عليه، ولا أعرف إلى أين
أذهب، لأني حزينة وتعيسة دون أي أسباب قوية لذلك.
أكتب إليك لأني أشتاق للكتابة، للأريحية التي كنت أرسم
بها نفسي على الورق فلا أنسى ملامحي أبدًا مثل الآن .
أنا الآن لا أعرف من أنا، لا أستطيع تبين رغباتي ولا
طباعي، ولا حتى تفسير انفعالاتي لنفسي. أكتب إليك
لأنه ما من سبيل آخر للراحة، ولأنك لن تسمع، ولأنك
لن ترد.

أشعر برغبة في البكاء دون سبب، أو لأسبابٍ أعجز عن
ترتيبها في كلمات . ومللت البكاء بين أيدي أصدقائي
الذين لا أزيدهم إلا بؤسًا. كل مرة يفرعون لأجلي،
يهتمون بي، ويفتشون في كلماتي عن سببٍ للحزن
وللرغبة في البكاء فلا يجدون، يشعرون أن هناك ما أخفيه

عنهم، ورغم ذلك يربتون - افتراضياً - على كتفي. أشعر
 بالخجل من حناهم فأسكت . أشعر بالخجل من حزني
 فأكتمه؛ ولكنني حزينة. أخشى أني حزينة لأجل أوغاد لا
 يستحقون ذلك، أو للدقة، لأجل وغدٍ واحدٍ ؛ ولكن
 الحقيقة أني حزينة لأجل نفسي. أصرخ للمرة المليون
 كطفل حفاضه مبلل يحتاج على هذا الإهمال ، يرى أنه لا
 يستحقه. أنا لا أستحق كل هذا الإهمال. أبكي أحياناً
 ليهتم أحدهم، ولكنني أبكي مرة أخرى لأنني مضطرة
 للبكاء كي يروني! أخشى أني مختلة، مريضة بتسؤل
 الاهتمام تماماً مثل هؤلاء الذين حاكمتهم داخلي ولعنتهم
 لأنهم مرضى بتسؤل الاهتمام ؛ ولكنني أذكر مرات هروبي
 من الضوء فأستبعد ذلك.

اليوم التهمت 3 أكياس من الشيبسي بعد ساعات قليلة
فحسب من قراري بأني سأقلع عن الأملاح قدر
الإمكان؛ لأنه يجب أن أحسن إلى جسدي أكثر. كنت
ألتهم الشرائح بشراهة وشعور قاسٍ بالانتقام، أدسها في
فمي كمن يدس الخناجر في جميع أنحاء جسده لينتحر
بطريقة بشعة.

بعد عودتي من العمل، بعد نوبة غضب عارمة، وشعور
بالقهر، والكثير من المشي، والكثير من التفكير في طريقة
للخروج من هذا السجن، قررت أن أمارس الرياضة لأشد
عضلات بطني لأن جسدي يستحق بعض التدليل.

أنا حزينة. حزينة لأنني في الخامسة والعشرين من العمر
وأهت أكثر منك عند صعود الطابق الرابع، ولأنني في
تمارين عضلة البطن كنت أرفع قدمي بصعوبة وكأنني أرفع

جوالين من الرمل. أنا حزينة لأن هليس لدي الكثير من القدرة على الاستمتاع بالحياة، لأنني السجنان الوحيد نفسي. حزينة لأنني لم أعد أستمع إلا نادرًا بأي شيء . بعض الأكل، والقليل من الأفلام، وحدها قادرة على إمتاعي، وكل ما هو سوى ذلك مجرد وسائل لقتل الوقت.

أنا حزينة لأنني أشعر بالجن وأحيانًا الخسة حين أفجّر نوبات غضبي في وجه آخرين؛ لأنني عاجزة عن مواجهة المسؤولين الحقيقيين عن غضبي. عاجزة عن الانسحاب والتحليق بحرية لأنني مكبلة بمسئولياتٍ عدة.

هل تدرك ما أقوله يا "رفعت"؟ أنا فتاة في الخامسة والعشرين تقول إنها مكبلة بالمسئوليات، ولا تستطيع أن تتحمل تبعات رفض القهر الذي يمارس ضدها، وتحشى

المغامرة! أنا أردد بالضبط ما يقوله كهل لديه 9 أطفال،
ولا يملك أي موهبة لكسب العيش!

16 Feb. 2015

إلى "رفعت" .. الرسالة الثانية

للمرة المليون بعد الألف أدرك اليوم أنني أخشى الحب .
 منذ أفسدتنى يا رفعت ربما، أو منذ أصبحت ألاحظ أن
 البدايات نفسها تتكرر. قلبي ينقبض ويسقط في قدمي ما
 إن أشعر بأحدهم يقترب، ودون أن أشعر أجديني أحارب
 لإبعاده.

أفسدتنى يا رفعت وأصبحت أبحث عن حبك في كل
 قصة محتملة، أقارنه بك، هل سيحبني مثلما أحببت
 "ماجى"؟ هل سيراني كما يراها؟ والأهم.. هل سيعدني
 أن يظل معي حتى تحترق النجوم؟

أفتش عن صبرك في كل محاولاتهم لاستعجال الوصول.
 أتمنى لو أن أحدهم ينتظرنى بالصبر نفسه، يحيا عشرات
 السنوات ولا يريد من الدنيا سوى قُرْبِي، بالمسافة التي

تمنحني الحرية، ويكتفي أنني على الطرف الآخر من الأرض. أفكر طويلاً، هل أشبه "ماجى" لأستحق حباً كحبها؟ هل أتحمل جنبك، يا "رفعت"، ممن أحب؟ هل أحتمل أن يهرب مني لأنه يخشى أن نقرب فأكرهه، وهل يتفهم آخر أن أهرب للسبب نفسه؟

أنا أخاف القرب بقدر احتياجي له. أنا التي اعتادت أن تستمد قوتها من البعد، من جهل الآخر بنقاط ضعفها، من الأسوار العالية التي تبالغ في تأمينها لأنها تعرف أن البيت وراء الأسوار دون باب.

أبالغ في التدقيق وفي الاختيار، وأنا لم أعد متأكدة هل أستحق ما أريد؟ ليس في ما يخص الحب وحده، بل كل شيء. توقفت عن جلد ذاتي منذ مدة، وليس هذا ما أحاول أن أفعله، ولكنني لم أعد أعرفها كذلك.

مر وقت طويل منذ المرة الأخيرة التي فككت فيها قلبي
ومشاعري وأفكاري قطعة قطعة وتحسستها لأعرف من
أنا. منذ وقت طويل وأنا أتعامل مع نفسي كما أتعامل
مع شعري المتشابك وأنا متعبة.. أمرر الفرشاة بهدوء من
السطح ليبدو على ما يرام، وأنا أعلم أن الوضع معقد
جدًا في الأسفل، ولكنني أعلم كذلك أن رأسي لن تحمل
ألم فض الاشتباك.

18 Feb. 2015

إلى رفعت.. الرسالة الثالثة

أنا سعيدة لاكتفائي بك، أصبحت أجد من خلالك
 مهرباً جيداً من الأوقات السخيفة في يومي، كلما
 حوصرت بالسخافات يهرب عقلي لا إرادياً إلى رسائلك،
 أراجع شريط يومي وأفكر.. عن أي شيء سنتحدث
 الليلة؟

(مسحت للتو عشرات السطور الفارغة التي لا تستحق
 أن أهدر فيها وقتك ولا أرهق بها عينيك يا صديقي).
 الشيء المهم الذي ينبغي أن نتحدث عنه حقاً هو أنني
 أخشى كثيراً على رسائلنا من الروتينية يا "رفعت". في
 طريقي إلى المنزل كنتُ أفكر طويلاً كيف يمكنني المواظبة

على روتينٍ واحدٍ لمدة ثلاثين يومًا؟ أنا أحببت جدًّا
 التجربة التي شاهدتها في إحدى خطب "تيد" عن تجربة
 شيءٍ جديدٍ لمدة 30 يومًا، وأحتاج حقًّا لأن أفعل 4
 طقوسٍ لمدة ثلاثين يومًا، من بينها هذه الرسائل إليك!
 كيف أواظب على تدليل نفسي، وممارسة الرياضة، وتجربة
 بعض الصفات النسائية التي تشعرني حقًّا بأنني أفعل
 شيئًا غير قتل نفسي، لمدة 30 يومًا؟
 هل يمكنني أن أفعل ذلك حتى وأنا أشعر بالغضب وأريد
 أن أكل الحائط؟ هل يمكنني المواظبة على الحديث بينما
 تخنقني رغبة قاسية في البكاء؟ هل يمكنني الكتابة إليك
 يوم إجازتي؟ حين أهجر هذا الجهاز اللعين الذي يلتصق
 بأصابعي طوال ساعات استيقاظي على مدار الأسبوع؟

أنا مزاجية يا "رفعت"، لو لم تلاحظ ذلك، وأشعر بالتعب من ذلك أكثر من أي شخص آخر في حياتي.

أشعر أنني يمكنني تقبل التهاون في أي من الطقوس الأربعة إلا الكتابة إليك، فحديثي معك، هو طريقة ملتوية للحديث إلى نفسي ولكن بحدة أقل.

من خلالك أواجه نفسي من خلف ستار يحجب عني حدثها، لأنني في الوقت الحالي على الأقل، لن أحتمل مواجهة عاصفة كالقديمة. كمن ينزع الضمادات عن وجهه للمرة الأولى بعد حريق مرعب، وقبل أن يواجه ملامحه أمام المرأة للمرة الأولى، يحاول أن يتحسس وجهه في البداية ليمهد لنفسه حجم الكارثة.

إلى رفعت.. الرسالة الرابعة

كيف يمكن لشعورنا بالعمر أن يكون مخادعًا لهذه الدرجة
يا "رفعت"؟ كيف أرتد لطفولتي في ثوان حين أتعث في
واحدة من صديقات "الابتدائي"، ثم أشيخ في لحظة،
بمجرد أن أودع أُمي على باب الشقة، لأعود مجددًا، فتاة
عاملة كبيرة ومسئولة وليست "آخر العنقود"؟

المؤسف أنه ليس لي بينهم عمر ألوذ به، وقت سعيد أتمنى
الهرب إليه، حتى لو توفرت آلة للزمن لن يمكنني العودة إلى
زمنٍ مضى، ويبدو أنني لن أتمنى الهرب للمستقبل.

يراودني شعور بأن المشكلة فيّ وليس في ما يحدث لي، في
طريقة تقبلي للمشكلات، وفي الإفراط في التفكير في ما

يخص المستقبل، وحمل الهم "قبل الهنا بسنة" - كما يقولون.

يوم الأربعاء تعرفت إلى فتاة أخرى تنضم إلى طابور أولئك الذين يشعرون بالخجل من أوجاعي الضئيلة مقارنة بأوجاعهم؛ ولكن هذه الفكرة حمقاء جدًا فلا يمكننا أبدًا مقارنة حجم أوجاعنا بمآسي الآخرين. لا أريد ترديد كلام مكرر أنت بالتأكيد تعرفه، أنت تعرف أننا قد نملك الدنيا كلها، ونأخذ منها ما لا نتوقعه، ولكننا نظل نحن ونتحسر على الشيء الوحيد الذي أردناه ولم نأخذه.

ابتأست كثيرًا حين تحدثت معها رغم شعوري بالفخر بها. حزنت لأنها تقاتل، وهو لم يكن كذلك، لأنها نجحت في تخطي المأساة، ونحن "اثنان من الكبار البالغين" لم ننجح! حزنت لأنني رأيت النجاة ممكنة ولكننا لم ننجح! لم أحزن

لأنها نجحت يا "رفعت"، ولكن لأننا لم نفعل! ربما لم نكن
صادقين بما يكفي؟ ربما لم يملك أحدنا الإرادة لتحقيق
الحلم ذاته، ربما مثلما تقول صديقتي كنت أحب القصة
وليست تفاصيلها؟ ربما..

أعرف الكثير عن أن الأفضل هو ما يختاره الله لنا، وأنا
أحياناً ما نختار تعاستنا، وأنا حين تتجسد أحلامنا واقعاً
نفقد الشغف بها وقد نكرها أحياناً، وفي حياتي الآن
خير مثال على قبح ما تمنيته يوماً، ولكنني أعجز عن
المسامحة في هذا الحلم!

إلى رفعت.. الرسالة الخامسة

أحياناً أقرأ لأعود لصوابي، كما أفعل هذه الأيام. أحياناً ننسى وجوهنا الحقيقية ونتخيل أنه بإمكاننا التنازل عن أشياء لم نعد نراها كبيرة، من أجل أشياء أكثر إلحاحاً. أو نتنازل عن الأشياء التي طال بحثنا عنها ولم نعثر عليها، ورأينا الكثير من أشباهها، من النسخ الممسوخة لها التي تجعلنا نفقد إيماننا بالأصل.

ولكن بمجرد أن أقرأ يا "رفعت"، أعرف ما أريد. أعرف أنني إن لم أعثر على ما أريد لن أرتضي بديله، وسيظل يشبه الشوكة في حلقي كلما حاولت ابتلاع الحياة تؤمني. أبتعد عن القراءة لأصبح أكثر واقعية، وتواضعاً في أحلامي، ثم أكره نفسي وأكره العالم فأهرب إليها كملاذٍ أخير.

أفسدني القراءة كما أفسدني أنت ؛ رفعت سقف
توقعاتي وأحلامي ولكنها لم تفعل شيئاً في ما يخص
مستوى الأرض التي أقف عليها.

21 Feb. 2015

إلى رفعت.. الرسالة السادسة

كعادتني هربت حين شعرت أن العلاقة بيننا تحولت إلى روتين، أكتب إليك لأنني يجب أن أكتب إليك وليس لأنني أريد الكتابة، كالعادة تكفيني مرة واحدة أتكاسل فيها عن شيء أعتبره إنجازًا لأهجره تمامًا.

رسالتي الأخيرة كانت في الواحد والعشرين من فبراير على ما أذكر، والآن أعود إليك تمامًا كما أتيتك أول مرة. مثقلة بالحكايات والكلام المكبل على أطراف اللسان/ الأصابع، يموت من شدة التدافع كلما حاولت أن أخرج.

كل شيء على ما هو عليه يا "رفعت"، منذ الواحد والعشرين من فبراير، ثلاثين يومًا مرت ولم أغير شيئًا ذا أهمية، لا زال مزاجي يفسدني ويتحكم فيّ بطريقة مقلقة.

لا زلت عاجزة حتى عن فهم نفسي، وعاجزة عن المبالاة
بأي شيء. لا زلت توقعاتي تتحقق، ولا زالت الدنيا
تشبه فيلمًا سخيًّا يتكرر يومًا بعد آخر.

المشكلة ليست فيها بالتأكيد، بل في زاوية رؤيتي لها، في
الركن الذي أوهم نفسي بأنه أكثر الزوايا أمانًا ولا أريد أن
أغيره، ولا حتى لتجربة ما هو أفضل.

لاحظت الآن فقط يا "رفعت"، أنني أعود إليك كلما
قررت أن أحسن إلى نفسي، أبدأ التجربة تلو الأخرى،
مرة بالرياضة ومرة بالأكل الصحي.. وفي كل مرة لا
يكتمل إحساني لنفسي إلا بك، بالحديث معي من
خلالك.

أنا أحب الكلام للدرجة التي تجعلني أصمت لأنني أشعر
أن الكلام يُمتهن، يخرج ممن لا يعنيه إلى من لا يسمعه.
وأنا الآن أحوج ما أكون للكلام، أقتنص الفرص النادرة
للحديث بأمان مع أشخاص معدودين أثق تمامًا أن
كلامي معهم لن يتحول إلى خناجر في ظهري. في حاجة
للكلام مع بعض الأشخاص / المرايا الذين يعيدون ترتيبي
من الداخل، تذكرني بمن أكون وما هي قدراتي الحقيقية،
وفي أي مكان يجب أن أضع نفسي.

الكلام وحده بإمكانه أن ينتشلني من شعوري بالجن،
والضالة، وعدم الرغبة في الحياة.. الكلام وحده يجعلني
أشعر بأني لا زلت حيّة، أنا منذ كفت عن الحديث عن
رأيي، وأحلامي، وأفكاري، نسيتهما يا "رفعت"! أصبحت
مشوشة، أشك في أنني لم أعد أملك رأيًا ولا أحلامًا.

للمرة المليون أفيق عندما أقرأ أو يسوقني القدر لأشاهد
فيلمًا، الكتب والأفلام تحديداً تضعني في مأزق. تجعلني
أتبين الحياة التي أريدها.

الأحلام تتواطأ ضدي يا رفعت كل ليلة تغدر بي، تذكرني
بما أريد أن أنسى، وتذكرني بالأسوأ: كل ما أتظاهر بأنه لم
يعد يعني، لا يزال يعني حقًا أكثر من اللازم.

23 Mar. 2015

إلى "رفعت" .. الرسالة السابعة

أشعر بالضيق . لم أتخيل يومًا أن الضيق يمكن أن يأتي بهذا الشكل .. دائمًا ما كانت الكلمة ترتبط في ذهني بالفراغ والفوضى، بغياب أي خيط يربطنا لأي شيء، ولم أتخيل أبدًا أنه يمكن أن أضيع وأنا مربوطة لساقية تدور وأدور معها، ولكنني أضيع في هذه الحدود الضيقة جدًا والمسارات المحسوبة! أضيع مني يا "رفعت".

تفاصيلي أفلتت مني لدرجة مخيفة، تسربت من دون أن أشعر فلم أستوعب في الوقت المناسب لأنقذها، وما تبقى، ما تبقى مني لا يزال يتسرب وأنا أعرف .. ولكنني

لا أعرف يتسرب من أين.. ولا أعرف حين أحدد مكان

الثقب هل سيمكنني إصلاحه في الوقت المناسب أم لا!

وحدها الكتابة يا "رفعت"، تعيد لي تفاصيلي، ترتبني

وتجعلني أفهم من أنا.. ولهذا الأسباب أهرب منها! حين

قال "غسان" *: "لماذا لا تكتبين؟ أتخافين مني أم من

نفسك أم من صدق حروفك؟ اكتبي!" نكأ أسوأ

جروحي. لا أعرف إلى متى سأظل أخشى مواجهة

نفسي، وأي شيء مرعب أخفيه داخلي حتى أنني أخشى

مواجهته؟ متى سأفعلها وماذا سيحدث لي! لا أعرف.

أتذكر الآن بشكل ملح المشهد الأخير من ذلك الفيلم

الغامض "Enemy" حين دخل غرفة زوجته ليراها

تحولت إلى عنكبوت أسود ضخماً يملأ الغرفة، هذه الصورة هي كل ما يخطر ببالي الآن حين أفكر في ما أخفيه داخلي وأخشى مواجهته!

الفيلم الذي لم أفهمه، جدد مخاوفي من "الغريب" الذي يختفي وراء كل منا حتى أولئك الذين نجهلهم. الغريب الذي أبعد عن الجميع كي لا أراه. أنا أخشى ذلك الغريب الذي يختفي وراء ظهر الشخص الوحيد الذي سأحب أن أعرفه! ويجب أن أفعل.

أنا حزينة يا "رفعت"، لأنني لا آتيك إلا بأكوام من الحزن والمخاوف والتعاسة، لا ألجأ إليك إلا حين أوشك على الغرق، ولكن هل تصدقني يا "رفعت"، أنا لا أضن عليك بلحظات سعادتي ولكنني لم أعد قادرة على الإحساس بالسعادة ولا الفرح ولا حتى الاستمتاع اللحظي بالشئون

الصغيرة التي طالما عشقتها! الحالة تسوء يا "رفعت" .. وأنا
خائفة.

20 April 2015

إلى "رفعت" .. الرسالة الثامنة

أحبك يا "رفعت"، لأنك لست مثاليًا، ولا تدّعي ذلك،
ولا حتى تحاول أن تصبح كذلك. أحبك لأنك حقيقي
جدًّا، فأرى حتى قبحك جميلًا لأنه حقيقي.

أفكر كثيرًا هذه الأيام في الشعرة بين أن نهتم بأنفسنا،
ونحاول أن نكون أجمل، وأفضل، كأهم جميل يمكن أن
نسديه للعالم، وبين أن ندّعي المثالية والكمال. تلك
الشعرة الفارقة بين أن "نكون" وأن "نبدو".

أفكر لماذا أفضل دائمًا أولئك الواضحين بأخطائهم
وعيوبهم وخطاياهم على أولئك الذين يظهرون لي وجهًا
ملائكيًا وكأن الدنيا لا تعنيهم في شيء؟ هل لأنهم -

المثاليين - لا يأخذون مواقفًا حقيقية أبدًا؟ هل لأنني أراهم دمي بلاستيكية، وجهها يحمل انفعالًا واحدًا فحسب في كل الأحوال حتى لو كنت بصدد خلع رأسها أو ذراعيها؟ أراهم مرعبين جدًا حتى أنني - على سبيل التغيير - أريد أن ألعب هذا الدور ليوم واحد!

أخافهم يا "رفعت"، لأن أولئك الذين يحاولون إخفاء نقصهم يكرهونه، ولن يتقبلوا أبدًا نواقصي! أخافهم لأنهم يعتقدون أن ما يفعلونه إحدى علامات النضج، ولا أراه سوى محاولة طفولية للمكابرة، كتلك التي فعلناها مرارًا في صبا، حين كنا نكتم وجعنا وشعورنا بالقهر ونعلن بسماجة وابتسامة عريضة لوالدينا أن الضربة لم تؤلم!

يقول النقاد الفنيون إن أي ممثل بإمكانه أن يلعب دور الشخصية الطيبة، ولكن الاحتراف الحقيقي يظهر في

لعب دور الشخصية "الشريرة" بتركيبتها المعقدة جدًا.
 وكذلك الحياة يا "رفعت"، بإمكان أي شخص أن "يبدو"
 طيبًا، ومثاليًا جدًا، يكفي أن يرسم ابتسامة عريضة طوال
 الوقت، يتظاهر بتقبله للجميع طوال الوقت، يتماهى مع
 أي شخص يقابله، يلفظ كلامًا لطيفًا طوال الوقت، لكن
 الاحتراف الحق هو أن تعيش "حقيقيًا" تدفع ثمن مواقفك
 الحقيقية، تقول ما تود أن تقوله لا ما ينتظر الآخرون أن
 يسمعه منك، تظهر بالشكل الذي تحبه، تبتسم لمن
 يبتسم لهم قلبك فعلاً، وتخلص حياتك ممن يشكلون عبئًا
 عليها.. أن تكون "حقيقيًا" لا تعني بالضرورة أن تكون
 "شريرًا" ولكن البعض سيرونك كذلك، وأحيانًا ستكون
 كذلك لأن هذه هي الحقيقة! أنت "إنسان" يخطئ
 ويصيب، يظلم ويعدل، يغضب وينفعل ويحزن..

في طفولتي كان أبطال المفضلين في السينما وشخصيات الكارتون هم الأطيب، أو الأكثر مثالية - للدقة، ولكنني حين نضجت أصبحت أعجز عن التعاطف معهم، وبعد بعض الوقت أصبحت أكرههم حقًا : "ميكى"، "ذكية الذكية"، "سميرة أحمد"، "شمسة"، "أدهم صبري"، وقائمة تطول لأولئك الأشخاص الذين أثق بأنهم ليسوا ملائكة، ولكنهم لا يصدرون لنا إلا هذا الوجه، يجعلوننا نشعر بالدونية والضعف، نحاول أن نطمس كل ملامحنا، نكتب مشاعرنا "الحقيقية" أملًا في أن نصبح "مثاليين" ونشبههم ولكننا في الحقيقة لا نشبه أحدًا!

أكرههم يا "رفعت"، لأنهم ليسوا مثاليين ولكنهم يبدون كذلك.

إلى "رفعت" .. الرسالة التاسعة

"سارة" فشلت في الاحتفاظ بالوردة يا "رفعت" ، تلك الوردة التي حصلت عليها حين قررت الخروج من منطقة راحتي لأجرب أشياءً جديدة وأجرب العالم. أحببتها وقتها جداً، منحتها اسمًا ورعيتها يومًا بعد الآخر، ثم دون أن أشعر توقفت. لا أعرف هل هذا لأنها أتني طواعية وبالصدفة البحتة، ولم أسع للحصول عليها وهي تراوغي ككل شيء آخر ؟ أم لأنها عاجزة عن النطق - أيضاً ككل شيء آخر - يطالني بوضوح بالاهتمام به وبالقيام بمسئوليتي تجاهه!

أضعت وردات كثيرة من قبل ولا زلت أفعل، كل أولئك الذين يعجزون عن مطالبي بالاهتمام بوضوح أفقدتهم،

كل من يفشلوا في تحمل عجزني عن الاهتمام بشكل متواصل أفقدهم.

كل الفرص التي لا يُصادف مرورها في حياتي كوني مضطرة لالتقاطها أفقدها. أتألم لذلك ولكنني لا أفعل شيئًا. الأسوأ أنني أصبحت أشعر بالراحة كلما فقدت المزيد، كل ما/ من أفقده يحررني من خوف فقدانه، يجعلني أخف! ولكنني الآن أخف من أن أتمكن من الثبات على الأرض!

كل ما في الأمر أنني أدرك تمامًا أن الآخرين ليسوا مضطرين لاحتمايي، ولا أطلبهم بذلك، لكنني أمتن جدًا لهم حين يفعلون. وكل ما أخشاه يا "رفعت"، أن أشبهه، أتحول لشخص مؤذ يتلذذ بإيلام من قرروا احتمالاه، محبة لا اضطرارًا، وكأنني أقول لهم "اشربوا بقى!"

المحكمة انعقدت للمرة المليون اليوم وللمرة الأولى لم أجدني
 مذنبه، ورغم ذلك في هذه المرة أيضاً بكيت! أشعر بالظلم
 ليس فقط لأنني لم أختَر أي شيء، ولكن لأنني سلبت
 حتى الحق في فهم سبب تدميري!

من أبسط حقوقي لأتقبل خسارتي بروح رياضية هو على
 الأقل أن أعرف لماذا خسرت؟ لم أعد حتى أطلب بمعرفة
 قواعد اللعبة.. فقط أطلب بمعرفة سبب الخسارة!

شعوري بالظلم جعلني أشعر بالحققد. شعرت بالرعب اليوم
 لأنني أدركت ذلك بوضوح وواجهت نفسي به "أنا أشعر
 بالحققد!" وأعجز عن التعامل مع العالم وأنا أحمل هذا
 الشعور الذي يشبه "الفلتر" المر أرى من خلاله كل الدنيا
 وأعجز عن الاستمتاع بها!

الشيء الوحيد الذي هوّون عليّ هو أنني لم أجن تمامًا، ولم أفقد القدرة على السيطرة على تصرفاتي، ومنعت نفسي من الانتقام بطريقة تفسد عليّ "آخرين" حياتهم.

أقول لصديقتي: "متهيألي ربنا هيجازينا خير يا بسكوتة على إننا بنحاول نبقي كويسين؟" الصراع المرير بين ما تدفعني نفسي إليه وما أريده لها يشعري بالضياع.

أفقد البوصلة وأتخبط وكالعادة أشعر بالذنب لأنني متخبطة، ولأنني فاقدة الإحساس بمتعة الحياة، ولأنني غاضبة لعدم استمتاعي بالحياة! ولغبائي لكوني غاضبة ولا أغير شيئًا! حتى اللحظة التي أدركت فيها أنني أحاول!

بالتأكيد يعرف الله أنني أفعل، ويعلم - أكثر مما أعرف -
أية حرب أخوضها! ويعرف أنني لا أريد أن أكمل حياتي
بهذا الشكل.

7 July 2015

إلى "رفعت" .. الرسالة العاشرة

منذ ما يقرب من ثلاثة أشهر وأنا عالقة أمام السؤال نفسه يا "رفعت"، أعجز عن إجابته أو تخطيه: "مين هي سارة؟"، أود حقًا أن أعرف نفسي بعيدًا عن عملي، وعن هواياتي وعن الأشياء التي أحبها فلا أجد ما أقوله.

هل نحن كذلك بالفعل؟ هل نحن عبارة عن مهنة وعائلة وهوايات وأشياء وأشخاص نحبهم؟ أعجز عن استيعاب هذا. هذا المخلوق المزروع في الأرض منذ 25 عامًا هو ليس شيئًا في حد ذاته!

هو عبارة عن لوحة بازل بأجزاء متفرقة إذا غابت إحداها لا يكتمل؟ أجب أن أعرف نفسي بعيدًا عن عملي،

فأقول "أنا سارة، 25 عامًا، أحب القراءة والتدوين
والقطط و... " أجد نفسي لا أتحدث عن "سارة" فعلاً!
أتحدث عن كل ما تحيط نفسها به ولكن لا أتحدث عني
فعلاً.

أجد نفسي بعدها أفكر، ومن أنا فعلاً؟ أعرف منذ زمن
أن لدي مشكلة في التعبير عن نفسي بالطريقة التي أريد
الناس حقاً أن يعرفوني بها، ولكنني أفكر ما هي الحقيقة؟
هل الصورة التي أراها لنفسي من داخلي؟ أم الصورة التي
يراهها الناس لي؟ الأمر يبدو أكثر منطقية حين نتحدث
عما يراه الناس، فهم يرونني من كل الزوايا بينما أنا أعجز
حتى عن رؤية وجهي إلا بمساعدة مرآة.

أعرف منذ زمن أن الانطباع الذي أتركه للمرة الأولى
يكون خاطئاً، وأن الصورة التي تتكون لدى الناس عني

عندما يعرفونني بشكل سطحي خاطئة تمامًا، ولكنني أفكر مرة أخرى فأجد أن هذا هراء! والحقيقة هي أنني "أنا" فعلاً من يرونها بتصرفاتها والكلمات التي ترددها والانطباع الذي تتركه.

أعرف منذ زمن أيضاً أنني أخجل أن أتحدث عن نفسي بشكل جيد، أخجل من إطراء نفسي، بل أحياناً أفضل المبادرة بكشف عيوي قبل أن يتحدث عنها أحد أو حتى يكتشفها كي أشعر أن الأمر "بيدي لا بيد عمرو" ثم أجلس في النهاية أبكي لأنني أشعر أن الناس يخسوني حقياً، ولا يعرفون قيمتي الحقيقية (التي بالمناسبة لا أعرفها أنا من الأساس)!

أعرف منذ زمن أنه لكي يراك الناس جميلاً وواثقاً ولطيفاً ومحترماً يجب أن تشعر إزاء نفسك بكل هذا في البداية،

ولكنني أشعر أن هذا مستحيل! كيف أشعر بكل هذا
تجاه نفسي وأنا أعرفها جيداً! أتذكر محادثة "ماجي" معك
أيها العجوز عن القمر الذي نراه جميلاً لأنه بعيد ولكن
إذا اقتربنا منه نجده مليئاً بالحفر والتجاعيد كوجه مجدور..
هذا بالضبط ما يحدث معي، أنا أقرب من أن أراي
جميلة! أقرب من أن أتوهم أنني قوية وعظيمة ولطيفة وإلى
آخر هذا الهراء! أنا أرى كل الندوب بوضوح شديد
ومزعج حتى أنني لم أعد أرى سواها!

23 July 2015

إلى "رفعت" .. الرسالة (11)

في تلك الليلة حين ارتميت على الفراش وبكيت بحرقة
كنت أشعر بقهر حقيقي يا "رفعت"، ليس فقط لأنني
أشعر بأنني وحيدة في مواجهتهم، ولكن لأنني وحيدة في
المطلق.

تلك الوحدة التي تعانيتها "وحدك" ولا يدركها الآخرون،
الوحدة التي تنبع من داخلك لأنك - رغم وجود الكثيرين
ممن يريدون أن يكونوا سندًا حقيقيًا لك - عاجز عن
الالتكاء على أحد، عاجز عن البوح بما تعيشه، عاجز
حتى عن تحديده.

طوال الوقت كان أسوأ ما يحدث في كوابيسي هو ذلك
 الخرس المصاحب للصدمة والرعب الشديدين، الخرس
 الذي يضاعف رعبى ويجعلني أفقد الأمل في الخلاص لأن
 أحدًا لن يعرف أنني في مأزق! الآن يا "رفعت"، أعيش
 هذا الكابوس طوال الوقت وإما أعجز عن وصف ما
 أشعر به، مهما تظاهرت بأني أفعل، أو أعجز عن
 تحديده أصلاً.

أشعر بالذنب تجاه الأيدي الممدودة لتسندني فأردها
 خائبة. أشعر بالخوف والحزن كلما أدرك أنني وحيدة
 لدرجة أنني لا يمكنني أن أقول لأحد أنني حزينة بدون
 سبب وخائفة بدون سبب، وتعيسة جدًّا. وأشعر بالرعب
 كلما أدركت أنني نسيت كيف أستند على آخرين ولو
 للحظات ألتقط فيها أنفاسي لأواصل.

أواجه أزمة في التفرقة بين أن أرتمي في أحضان آخر
 لأرتاح قليلاً وأن أتكى عليه تمامًا فأبدو ضعيفة، فأكره
 نفسي، ويخذلني، أخشى ألا يمكنني إدراك الشعرة الفارقة
 بين السكن لآخر، وبين الاتكال عليه والخضوع له.

أفكر كثيرًا، لو أن هناك من يستعد حقًا لأن يستمع لكل
 هرائي وهلاوسي عن مخاوفي التي لا أعرفها فعلاً وأسباب
 تعاستي غير الملموسة، هل سألجأ إليه؟ هل أملك
 الشجاعة للاعتراف بضعفي؟ يحكون أن أقصى علامات
 محبة القطط لك أن تكشف لك عن بطنها، تلك المنطقة
 التي تعتبرها أضعف ما فيها. فهل بإمكانني أن أكشف
 عن باطني؟ عن أضعف ما فيّ لآخر؟

"مُهجة" عاتبتني أكثر من مرة، تقول لي: "إنّ اللي
 بتخلي الناس تتخيل إنك سوبر وومن"، أدركت أنها محقة

من مدة، ولكنني قريبًا فقط أدركت أنني لم أصدّر تلك الصورة للآخرين فقط، ولكن حتى بيني وبين نفسي.

أمي حين كانت تنساني في دعائها وأعاتبها كانت تقول لي "إنّ ما يتخافش عليك يا سارة"، الآن تدعو لي، ربما لأنني بعيدة، ولكنها لا تزال تظن أنني "ما يتخافش عليّا".

أشعر أحيانًا أنني كذلك، ولكن ليس شرطًا أن أكون ضعيفة لأحتاج للسند وللراحة. حتى الأعمدة الصلبة لا يمكنها أن تحمل بيتًا وحيدة، حتى الأعمدة المصبوبة من حديد وأسمنت، المغروسة بثبات تحت الأرض تحتاج أحيانًا للترميم، للرعاية، كي لا تنهار بما تحمله من ثقل.

ليتي انكسرت يا "رفعت"! .. الرسالة (12)

تلك الصورة لقدم حافية لامرأة مشدودة الأعصاب
توشك على السقوط، بينما تمسكها يد رجل بقوة
لتمنعها من السقوط استوقفتني كثيراً يا "رفعت". انقبض
قلبي حين رأيته ليس فقط لأنني اعتبرتها مؤلمة، ولكن
لأنني لم أرها كالكثيرين، تعبر عن المساندة والثقة. رأيت
يداه اللتان "تلصمأها" قاسيتين لا تسمح لها بأن تستريح.
تشبه تماماً تلك القسوة التي يرتكبها بحقنا أولئك الذين
يجبونا، ولا نملك ألا نغفرها لهم.

قسوتهم حين يجبرونا بمساندتهم مرة، وبخوفنا من خذلانهم
مرة، على أن نواصل المشي بكل هذه الأوجاع التي تثقلنا،
نحشى أن ننهار فنفرعهم، يخشون أن ننهار فيسندونا في

اللحظة الأخيرة، وكل ما نحتاجه نحن أن نستريح قليلاً ولو بالسقوط أرضاً.

مر بيالي الكثير من الكلام حين رأيتها، ولكن لأنني الآن لا أملك رفاهية أن أكتب ما أريد وقتما أشاء، نسيتَه كله، وكل ما أذكره هو أنها تمثلني بشدة.

كل صباح، أخوض حرباً مع كل خلية في جسدي، أجبرها أن تطيعني ونواجه هذا العالم ليوم آخر، وكل ما أحلم به هو إغماءة طويلة تعفيني من التفكير واتخاذ القرارات وحسابات العواقب. كل ما أحلم به أن أنكسر . ألا أكون بهذه القوة/ أو المشاشة! ألا أمشي إلا على ساقٍ قوية متعافية، ولا أضطر للمشاركة في هذا الماراثون اللاهث بجبيري.

كل ما أتمناه يا "رفعت"، هو أن أغادر منطقتي الرمادية التي لا تقودني في النهاية إلا إلى مزيد من الحيرة والكآبة. الرمادي يكسو حياتي كلها لدرجة أنني عاجزة عن تحديد حتى أبسط الأشياء التي كانت يوماً ما بديهية بالنسبة لي. كل يوم أتساءل هل فعلاً أحب ما أحب وأكره ما أكره؟ هل أنا تعيسة حقاً؟ هل أنا سعيدة؟ هل أفعل ما أريده حقاً أم ما أقنع نفسي أنني أريده؟ هل أمشي في الطريق الذي حلمت به أم الذي توهمت أنني أحلم به؟

أشبه الأشياء تفسد حياتنا. حياتنا كلها أشبه بعبوة اللبان رديء الصنع الذي يبيعه في المترو بربع ثمن عبوة اللبان الأصلية، يطابقه تماماً إلا من اختلاف طفيف في طريقة كتابة الاسم أو حروفه ليهرب صانعه من المساءلة. يشتره البعض ويظنوا أن كل اللبان مثله تماماً، قطعة

مطاط يختفي طعمها وسكرها بعد بضع دقائق وتسبب
 ألماً في الفم لأنها متجلدة. يكرهونه أو يفقد لذته ومعناه
 بالنسبة لهم لأن كل ما يعرفونه هو النسخة رديئة الصنع!

حين أرجوك أن تسانديني..

لا تحملي أنت..

لا تمد يديك لتمعني من السقوط..

ولا تتخوف كل هذا العبء..

كل ما أرجوه أن تتركني أسقط..

وتظل هنا..

تطمئني..

تربت عليّ بحنان..

تخبرني أنه لا بأس..

لن ينهار العالم..

لن تنهار أنت..

لن أفقد كل أحبتي..

لو فقط.. استرحت للحظة

24 Jan. 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (13)

اختلال ترتيب رقعة الشطرنج يربكني ويؤكد لي للمرة
الألف أنني أقدم الروتين وأكره التغيير بل أخافه.
لا أعرف هل هؤلاء الذين نخسرهم حين يتحركون للبقعة
الخاطئة في رقعة الشطرنج، نخسرهم لأنهم أصبحوا فعلاً في
المكان الخطأ؟ أم لأنهم، الآن فقط، أصبحوا في المكان
الصحيح، حيث الإضاءة المناسبة تكشف وجههم
الحقيقي الذي لا نعرفه وبالطبع لا نجهه!
أشعر بالخوف من قطعة الشطرنج التي ستتحرك في المرة
المقبلة وأرى وجهها آخر لها، والحركة التالية للقطع التي

أحتمي بها الآن، والقطعة الأخرى التي يجب أن أفقدها
لتستمر اللعبة.

بالمناسبة، مضى عام بالتمام يا "رفعت"، على رسائلي
هذه، الرسائل التي من المفترض أن تكون يومية أكملت
بالكاد متوسط رسالة لكل شهر، رغم أنني أتوق لك
وأجوع للكتابة.. وأفتقد تلك الأيام التي كنت أملك فيها
رفاهية التمرد على ما هو مفروض من أجل أن أكتب.
أن أتجاهل المذاكرة والليل الذي يتآكل سريعاً ويفصلني
عن الامتحان، وأكتب.

اليوم، أكتم كل ما أريد أن أكتبه داخلي وأنا أعرف يقيناً
أنني أقتله للأبد، وألعن ذلك الإحساس بالمسئولية الذي
يقدره الآخرون كثيراً فينا، ويمتنون لأجله، بينما هو في
الحقيقة يقتلنا نحن.

أحاول أن أهون على نفسي، فأضعها على الجهة المقابلة،
أفكر في شعوري لو أن أحدًا عاملني بهذه الصبيانية،
وأخبرني بكل صراحة، أنه لم يفعل ما كان من المفترض أن
يفعله لأن شيئًا يجبه ألح عليه. أفكر في رد فعلي،
وحملي عليه بالأناية وعدم تحمل المسؤولية، وأبتلع ما
أود أن أكتبه صامتة، لأفعل ما يجب أن أفعله.

وحين أعود لبيتي منهكة، غير قادرة على أكثر من
التفكير، أعيد النظر في الأمر نفسه، أفكر لماذا أنا غاضبة
من هؤلاء الذين يتصرفون بتلك الصبيانية، أفكر لماذا أنا
غاضبة منها "هي" بالذات؟ هل لأنها لم تصبح نسخة
مني؟ هل لأنها تضع نفسها على قائمة الأولويات؟ وما
مشكلتي في ذلك؟ لو كان بإمكانني أن أفعل ذلك لفعلته،
فما المشكلة؟

أشعر كثيراً أنني "ألعب" الحياة بجدية أكثر من اللازم.
 تماماً كما أَلعب مع أي طفل. لا يمكنني أبداً أن أتخلى
 عن أحد قواعد اللعبة أو أتعامى عن الغش أو أتغافل عن
 خطأ ارتكبه لمجرد أنه طفل، أو لأنها لعبة! حتى اللعب
 أمارسه بصرامة شديدة والتزام تام بالتعليمات حتى لو
 أفقده ذلك لذته!

جزء من غضبي منهم لأنهم يخرقون قوانين اللعبة ويغشون
 في اللعب بمنتهى "البجاجة"، والجزء الآخر لشعوري بأنه
 يتم استغلالي بكل الطرق الممكنة.

كلما غضبت لهذا السبب الأخير تذكرت ذلك الاتهام
 الذي أوجعني قبل 8 سنوات من الآن، وإلى الآن لم
 أنسه، أفكر هل أنا أنانية؟ هل فاقد الشيء لا يعطيه وأنا
 بالفعل عاجزة عن العطاء أو الاحتواء؟ هل هم عاجزون

عن تمييز تلك الشعرة بين الاستغلال والمساعدة؟ أم أنهم يدركونها وبكل بساطة، ووضوح، يريدون استغلالي؟

هل تذكر تلك اللوحة التي أود أن أرسمها ولكنني للأسف لا أرسم إلا بالكلمات؟ هذه اللوحة المرسومة في ذهني منذ سنوات لمجموعة من الناس على وشك الغرق، بدلاً من أن يحاولوا التجديف للوصول للشاطئ أو على الأقل للبقاء على السطح، يحاول كل منهم الإمساك برقبة الآخر عله ينجو فيقتلون بعضهم بعضاً، هذه اللوحة تلخص حالي تمامًا مع تعديل طفيف عليها، فقط أراني في المنتصف والجميع يحاول أن ينقذ نفسه بإمساك رقبتى.. وأنا أختنق!

26 Feb. 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (14)

نسحب من بعض المعارك ويظنون أننا فعلناها لأننا
 أضعف، لا يفهمون أننا مللنا الحرب وأن بعض الأشياء
 إن لم تأتِ بسلام فهي لا تستحق عناء المحاولة.
 أراقب هوسهم المحموم للمعارك والمنافسة وأعجب من كم
 الطاقة التي يملكونها ليهدروا منها كل هذا في المعارك ويظل
 لديهم ما يكفي من الطاقة ليفتحوا عيونهم صباحاً
 ويدخلوا معركة جديدة.

أتساءل: من المخطئ فينا؟ أحياناً أراهم لا يأخذون الحياة
 بالجدية اللازمة، هذه المجازفة وهذا الهراء يعني أنهم
 بالتأكيد لا يدركون قيمة هذه الحياة التي يهدرونها في
 المعارك المستمرة. ولكن بالمزيد من التفكير أرى أنني أقل
 نضجاً من أن أفهم الطريقة التي يديرون بها الحياة، أشعر

بأنني أتضائل وأنهم وحدهم يدركون ما يفعلون حقًا.
 أتذبذب بين الإحساسين وأشعر بالدوار وتتراقص الصورة
 أمامي، تارة أراهم عمالقة وتارة أخرى أقزامًا.

لو أنني كتبت هذه الرسالة قبل أيام يا "رفعت"، لقلت
 لك أن هذه الحيرة تشعرني بالخوف، وأنه يجب أن أدرك
 في وقتٍ ما من منا المخطئ، ولكنني لسبب لا أفهمه لم
 أعد أكثر. لم يعد يهمني كثيرًا هل أنسحب من هذه
 المعارك ترفعًا أم جنبًا، ولكنني أعرف جيدًا أنه لو منحت
 الخيار مرة أخرى، سأختار الانسحاب.

مرة أخرى شردت، ونسيت السبب الذي أكتب لأجله
 هذه الرسالة وهو أنني أشعر بالسخط وأنا أقدم للعالم كل
 يوم أحققًا جديدًا، أمنحه تمامًا ما يريد، أنصب له ساحة
 الاستعراض، وأراجع لأشاهد الجمهور يصفق له منبهراً.

أتمنى لو أنهم يخذعونني كي لا أشعر بأني بهذا السوء!
ولكنهم للأسف لا يفعلون وأنا أدرك تمامًا الحقيقة.

قبل أسابيع يا "رفعت"، واجهت حقيقة ما فعله في
عملنا بشكل مجرد وصادم للغاية . رأيتنا أشبه بالذباب
الذي يتبع الجثة ويحوم حولها، فكرت ألف مرة في المشهد
الذي أنا هذه المرة جزء منه، وتساءلت هل أتمنى أن تكون
قصتي مشابهة؟ ورغم أن الإجابة بلا كانت قاطعة إلا أنني
لم أغير شيئًا حيال الطريق إليها.

هذه الأيام أمضي غالبية وقتي مع هذا المخبول "هاوس"،
يشبهك كثيرًا ولا عجب أنني أحبه، حتى أنني أصبحت
أشك بأني مثل "ويلسون" أو "كاميرون" مريضة بحب
من يحتاجون إليّ ويعيشون في تعاسة محققة، المهم أنني
أراقب هذا المخبول غير الاجتماعي وأراقب بقلق أنه

يروقني، أفكر في حياته التي انتهت تقريبًا ولا يبقى منها
سوى العمل، وأتساءل بقلق عن الفارق بيننا فلا أجد
فارقًا سوى أنني حتى لم أصل لبراعته في عملي.

هذا البريق للمهارة التي نتمتع بها فنبدو للآخرين كسحرة
مدهشين، مخيف حقًا، يجعلنا نشعر أحيانًا أن الجميع
بإمكانهم أن يغفروا لنا كل شيء طالما لا يزال سحرنا هذا
متوهجًا، نهرب من الآخرين لأننا نخشى أن نحتاجهم،
ونعرف أنهم لا بد متواجدين بالقرب منا لأن سحرنا
يجذبهم. نكتفي بذواتنا لأننا نخشى الخذلان، ونغرق في
الكآبة كعقاب أبدي للنفس على ما تفعله مع الآخرين
ولا نعرف لهذه الدائرة نهاية!

إلى "رفعت" .. الرسالة (15)

قرأت قديماً أن ذلك الصوت الذي يسمعه الناس صادراً
مني، ليس صوتي.. أو بمعنى أدق، ليس نفسه الصوت
الذي أسمعه أنا من حنجرتي. للموضوع تفاصيل كثيرة
تتعلق بسرمان الصوت بين عظام الجمجمة، والكثير من
التفاصيل التي سقطت من ذاكرتي تماماً، لكنني أشتاق
جداً لسماع صوتي "الحقيقي" يا "رفعت"!
تشغني جداً هذه الفكرة، حقيقة أن الصورة التي نراها في
المرآة ليست تماماً صورتنا، يحيرني ذلك الاختلاف في

صورتني بسبب الإضاءة، أراني في بيت القاهرة هادئة،
ببشرة قمحية، وأسنان لا بأس بها لكنني ممتلئة.

في بيتنا هناك، أراني سمراء، بأسنان بائسة ولكنني أقل
وزنا، في مرآة العمل الضوء أشد قسوة، أرى بوضوح كل
أثر تركته البثور على بشرتي، وآثار عبث الطبيب والزمن
بأسناني، في مرآة الميكروबाص أحب جدًا أن أنظر
لأصابعي، أراها طويلة وجميلة على عكس الطريقة التي
أراها بها من الزاوية التي أرى بها نفسي في الحقيقة!

قرأتُ قديمًا أيضًا أن القطط لا ترى كل الألوان التي نراها،
ولا ترى الأشياء بالزاوية التي تدركها عيوننا، وبعض الطيور
كذلك. وأذكر أيضًا أنني قرأت أن إدراك كل منا للألوان
يختلف عن الآخر، وما أراه بالنظارة يختلف تمامًا عما أراه

بعيني دونها، والاثنان يختلفان عما أراه بالعدسات
اللاصقة.

أشعر بالرعب أحياناً من هذه الفكرة وأحياناً بالغضب.
أشعر بأن الحياة لعبة غير عادلة، نطن أننا نرى الشيء
نفسه، ونتعامل مع الأشياء نفسها ولكن لا أحد يرى
الحقيقة ولا أحد يعرف أصلاً ما هي. أشعر أن الحياة
عبارة عن "استغماية" كبيرة ولكننا جميعاً معصوبي الأعين
نتخبط باحثين عن أشياء لا نعرفها أصلاً! أشعر بالخوف
لأنني حتى لا أعرف ملامحي "الحقيقية"، فكيف أعرف
"نفسي"!

حتى الكلمات يا "رفعت"، ما أكتبه / أنطقه ليس هو ما
يفهمه الآخرون فيحبونه / يكرهونه، ورد فعلهم ليس هو
ما أفهمه، فما هذا الهراء الذي نعيشه! كيف من المفترض

أن أتخذ قرارًا صائبًا وسط كل هذا الضباب؟ كيف وإلى
أين من المفترض أن أصل؟

هذا اليقين الذي يملكه البعض أيضًا يدهشني ، وأحياناً
يشعري بالخوف، هل هناك ما فاتني في قواعد اللعبة
لذلك أنا لا أفهم بينما هم يفعلون؟ أم أنهم أغبياء ولم
يدركوا حقيقة ما نعيشه؟ هل أعطاهم المدرس في غيابي
"قانوناً" ما يعرفون باستخدامه كيف يصلون لحل المعضلة؟

25 March 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (16)

للمرة الأولى يا "رفعت"، آتيك دون أن أكون مُحملة بالخيبة. ذلك الشيء، الذي سلب من روحي دون أن أعرفه، بدأ يعود. أشعر بالفرحة، لكن رغم كل شيء يشوبها بعض الخوف. حين تمرض وتكون على حافة الموت يا صديقي ربما لن تفزع بقدر ما يفزعك أن يتحسن كل شيء فجأة، دون سبب واضح ودون أن تفعل شيئاً. هذا بالتحديد ما أشعر به الآن.

الحياة تُحسن إليّ بشكل لم أعتده هذه الأيام، وبدلاً من الاستمتاع بهذا التحسن وحالة الرضا، أترقب ضربتها القادمة. وهذا هو التعريف الحرفي للغباء. ولكن رغم كل شيء، ورغم كل هذا الخوف، أشعر بأنني أقوى. شيء ما

داخلي يطمئني.. "بعد أن خبرت كل هذا البؤس لا شيء قادر على إزعاجك"، لكنني سرعان ما أسكت هذا الصوت في داخلي وأحذره أن تسمع الدنيا هذا الهديان فيستفزها ذلك لتحديه.

المهم، لنعد إلى موضوعنا يا "رفعت"، حاولت الكتابة لك قبل أيام، لم أنشغل عنك في خضم هذه الهدنة بيني وبين الحياة. كنت أود أن أحكي لك الكثير لكن لم يسعفني الوقت. فضلت أن أستمع بالحالة عن الكتابة عنها، ولا يمكنك لومي يا عزيزي، فحين تضع أمامي دجاجة وأنا أتضور جوعاً لا تنتظر مني أن أتفحصها بكبرياء وأصفها لك قبل أكلها.

بشكل ما أشعر أن ما أهدر من كرامتي عاد. شعوري بالرغبة في أن ألطم أحدهم على وجهه وأخبره بصراحة

عن رأيي به قل بعض الشيء، عوضتني تلك الصفحة غير
المباشرة، وأرضت غروري كثيراً.

أشعر بالسعادة أيضاً لأنه للمرة الأولى تتحقق أحلاماً
تمنيهاً طويلاً وتخيلاً مستحيلة بهذه البساطة. اعتدت
دائماً أن أتعب في مطاردة أحلامي لدرجة تجعلني أزهدها
حين تتحقق، وللمرة الأولى، وبشكل غير متوقع أبداً،
شعرت بلذة تحقق الأحلام بهذه البساطة.

أشعر بالرضا يا "رفعت"، لأنني أكتشف تدريجياً أن ما
فعلته لسنوات طويلة لم يذهب أبداً هباءً. في كل لحظة
أكتشف، بالصدفة، وأحياناً ببعض البحث أنني لم أضع
وقتي هدرًا.

أشعر بالسعادة منذ قرأت هذه العبارة التي كتبها لي
صديق أثق به "فكري كذا المكان اللي انتي فيه دلوقتي،

هو كبير على فتاة نشأت في طنطا وماهاش ضهر ولا
 واسطة، وشقت دا بدراعها ومدونتها"، منذ كتبها
 ارتسمت على وجهي ابتسامة واسعة ، لا تزال موجودة
 حتى الآن، كلما خفتت أعيد على نفسي العبارة نفسها
 وأبتسم.

أشعر بالرضا يا "رفعت"، لأنني للمرة الأولى من سنوات..
 أشعر بالثقة. وهي بالنسبة لي قيمة أكبر كثيراً من مجرد
 ثلاثة أحرف. وأعرف جيداً كم بذلت من روحي، وكم
 شعرت بالتعب حتى أصل لها. أشعر بالرضا لأنني أخيراً
 شعرت بالرضا، وهو أفضل من السعادة بكثير، وأكثر
 واقعية منها.

إلى "رفعت" .. الرسالة (17)

غبت طويلاً عن الكتابة إليك يا "رفعت"، مضى شهر تقريباً منذ كتبت خطابي الأخير. حاولت مراراً أن أكتب لك عن الرضا الذي يسكنني، أو بمعنى أدق يغمري ولكنني فشلت. شعرت بأن أي كلام أكتبه مبتذل. أحببت أن أمتلئ بهذا الشعور للأبد وخشيت أن أكتبه فيتسرب مني.

أعرف أنني حين أكتب عن حزني أغسل نفسي منه، أفرغ منه قليلاً لأنه لم يعد داخلي متسعاً للمزيد، ويبدو أننا لهذا السبب نبخل بالكتابة عن السعادة.

كل ما أتمناه أن أكتب عن فرحي بالصدق نفسه الذي
أكتب به عن الحزن. وأن يستقر فرحي في أعماق قلبي
تمامًا مثلما يستقر الحزن، ولكنني أعرف أن السعادة شعور
سريع التبخر والتلاشي حتى أنني لا أحب أن أعتبر ما
أشعر به الآن سعادة، فأفضل الرضا لأنه أسمى وأبقى ولا
يخلو أيضًا من بعض الحزن الرقيق.

أشعر أن السعادة موصومة دائمًا بالوهم، نتوهم أنهم كما
نظنهم فنسعد لذلك، ونتوهم أن ما نعيشه يدوم ونسعد
لذلك، ولكن الرضا يحمل ذلك الصدق الناضج، نعلم
أنهم ليسوا تمامًا كما نريد ونرضى، نعلم أن كل ما نعيشه
مؤقت لا محالة ونقنع بهذا القليل الذي نتمتع به.

رددتُ لِنفسي كثيراً بيت الشعر "وأؤمنُ أنَّ أعوامًا
 عِجافًا.. يعوّضُها القليلُ مِنَ الثواني" * ، ولكنني وقتها لم
 أكن "أؤمن" يا "رفعت"، كنت أحلم بأن يعوضني الله عن
 أعوامي العجاف بالقليل من الثواني. الآن فقط جربت
 وآمنت.

لا أعرف كيف رد الله لي روعي التي تسربت مني قطعة
 قطعة.. عادت كما ذهبت دون أي تدخل مني. في
 البداية داخلي الخوف من أن أفقدها مجددًا، ولكنني بعد
 بعض الوقت، والتفكير ربما أو بدون سبب ربما، وجدتني
 راضية. راضية بوجودها وقناعة بأنها لن تدوم طويلًا،
 ومتقبلة ذلك.

لا أعرف ماذا تغير يا "رفعت" مؤخرًا، ربما ما تغير هو
 أنني غادرت قوقعتي قليلًا؟ أم أن حجابًا بيني وبين كل ما
 يمكن أن يمديني بالثقة انكشف..

بمناسبة القوقعة التي غادرتها ، رأيت في الأيام القليلة
 الماضية عددًا من الناس أكبر مما قابلته ربما خلال 4
 سنوات مضت. كنت أشاهد الدنيا كما لو أنني طفل
 يغادر بيته للمرة الأولى، رغم أنها ليست المرة الأولى، ورغم
 أنني لست طفلة.

كل الوجوه التي قابلتها يا "رفعت"، كنت أبحث فيها عن
 شيئين لا أكثر.. الرضا والصدق. رأيت الأول كثيرًا على
 عكس ما توقعت، ولكنني احترت كثيرًا في الصدق. للمرة
 الأولى أشعر أنه أحيانًا ما يكون الإفراط في الصدق كذبًا
 - هذا التعبير ليس دقيقًا لكنني لم أجد غيره - أعني أنه

حين تبدو طبيعيًا في ظرفٍ استثنائي فأنت بالتأكيد لست على طبيعتك.

رأيتُ أيضًا ما لم أبحث عنه يا "رفعت"، انكسار الآخرين الذي تكون شاهدًا عليه لدرجة أن تشعر بأنك متورط فيه، تود لو تبتلعك الأرض ولا تستمر في هذا الموقف دقيقة أخرى، ثم تشعر بأنك أنت أيضًا منكسر لأنك مضطر للتورط في كسره ؛ مثل ذلك الجندي المكلف بتعذيب متهم لا يعرفه، ويعرف أنه لو لم يعذبه سيكون مكانه.

بالمناسبة يا "رفعت"، قائمة أحلامي أنجزت بالكامل، بما في ذلك أحلامًا ظننتها مستحيلة. وأخيرًا بعد 5 أعوام أو أكثر سأضع قائمة جديدة.

إلى "رفعت" ... الرسالة (18)

في كل مرة أقف أمام اختيار صعب ولو حتى بيني وبين نفسي يمر أمام عيني كل ما فعلت. أتذكر قول درويش "سلامًا على ما صنعت بنفسك لأجل نفسك" ويكون قراري واضحًا : لن يكون بإمكانني أن أرجع للوراء أو أتخلى عما تعبت لأحققه فكانت لذته مضاعفة.

أحيانًا أكره ما أنجزت لأنه بشكل ما يقيدني، أتمنى لو أنني لا زلت حرة وصغيرة وليس لدي ما أخشى فقدانه.

أحيانًا أشعر أن الصدفة التي بنيتها فوقى لتحميني وأحتمي بها تحولت إلى صخرة ثقيلة تجعل خطواتي أبطأ وأكثر ألماً. أتمنى لو أن لدي من الشجاعة ما يجعلني أترك كل شيء ورائي وأمضي. أتخلى عن هذه الصخرة وأبدأ

من جديد وأحلم من جديد وأتعب من جديد. ولكن
 لأنني واثقة أن أول ما سأفعله - من جديد - هو بناء
 صدفة أخرى أراجع عن الفكرة.

لست تعيسة يا "رفعت"، ولكنني أفتقد أيام فوضاي
 السعيدة وعشوائيتي، حين كنت أتصرف أكثر مما أفكر
 وأخطو قبل أن أفكر في موضع قدمي وفي مدى خطورة
 الحركة المقبلة.

حياتي تحولت إلى مباراة شطرنج طويلة وأنا منزعجة من
 كل هذا التعقيد. رغم أنني أتظاهر بالقوة إلا أنني لست
 قوية بما يكفي بعد لأرسي قواعد اللعبة. وأتمنى حين
 يحدث ذلك أن أحتفظ حتى ذلك الوقت برغبتني في أن
 ألعبها ببساطة ودون تعقيد.

لو أن هذا يحدث يا "رفعت"، لو أن الحياة بمثل هذه
البساطة لكنت الآن سعيدة جداً.. أو تعيسة بشكلٍ
خالص. وأي الحالين أفضل كثيراً من التأرجح بين السعادة
والتعاسة دون لحظة يقين واحدة.

7 May 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (19)

هذا ليس عدلاً يا "رفعت" .. أسوأ ما يحدث في حياتي هو ما لخصه "عماد أبو صالح" حين كتب "كنا نمسح دموعنا ونقول : "لايهم حين نكبر سنكسرهم أيضاً" .. إلا أنهم وحينما تأتينا الفرصة المناسبة ينكسرون من تلقاء أنفسهم". أغلب من أساءوا لي حين حانت لي الفرصة للرد عليهم كانوا أضعف من أن يمكنني أن أقسو عليهم.. يرى البعض في هذا عدالة من السماء وردًا من الله على ما ارتكبهه بحقنا دون أي تدخل منا. ولكن هذا الغضب المكبوت داخلي لا يسكته ضعفهم! المرارة لا تزال بحلقي ورغبتني في انتزاع حقي بنفسني تحرقني من داخلي.

أسوأ ما يفعله من يسيئون إلينا هو حناهم، أو تظاهرهم بالحنان. هو ليس اعتذارًا كي يبرد قلوبنا، ولا هو المزيد من القسوة التي تجعل رصيدهم لدينا ينفد تمامًا فنثور عليهم ونصارحهم بكل ما أوجعنا. هذا التأرجح بين القسوة والحنو يضع أعمارنا في الحيرة ؛ لأننا لسنا أنانيين بما يكفي لنفعل ما يريحنا بغض النظر عن مدى قسوته على الآخرين.

أحيانًا أكره الطيبين يا "رفعت". تستفزني طيبتهم التي تمنعني من مصارحتهم بما يوجعني، بأخطائهم الغبية التي تتكرر ولا يمكنني أن أضع لها حدًا لأنني كلما شحذت قسوتي وغضبي لأواجههم يستقبلونني بوجه طفل لا يمكنني أبدًا أن أصفعه بكلامي!

كتب "عماد أبو صالح" أيضاً: "المنسي، الصعب، الحتمي هو أن تكره الأم. حبل الحنان الذي يلتف كحيّة حول رقابنا. القاتلة المحترفة بسلاح الحب. الكيان الهش الذي يسحقنا بضعفه ويزرع طول الوقت من أن نرد أذاه فنكسره" هذا تحديداً ما أشعر به تجاه الكثيرين ، أكره هشاشتهم المعلنة والواضحة والتي تستجديك أن تحملهم لأنك أقوى وأعظم. فيما تتأمل أنت هشاشتك الداخلية ولا تعرف هل تلعن تخاذلهم تجاه أنفسهم أم قسوتك على نفسك.

أكره هؤلاء الذين يحملون طول الوقت لافتة "قابل للكسر" ويطلبون منك في كل لحظة أن تنتبه إليها، بينما هم يجرحونك بخناجرهم، وإن تدمرت يذكرونك أن قواعد

اللعبة واضحة من البداية. هم أعلنوا شروطهم بينما أنت لم تعلن خاصتك، فلتبتلع سخطك وتحمل في صمت. أحياناً أشعر يا "رفعت"، أنهم أقوى مني. أنهم يمتلكون من الشجاعة ما يكفي لكشف هشاشتهم بهذا الوضوح ومواجهة العالم بها، بينما أحاول أنا إخفائها وإنكارها كوصمة فأحمل عبئها مرتين.

16 May 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (20)

هل هو النضج يا "رفعت"، أم كثرة الخيبات التي تمنعنا عن التشبث بما نريد كما ينبغي؟ نتظاهر بالزهد فيه كي نحفظ ماء وجهنا أمام نفسنا أولاً، ثم أمام الدنيا حين يخذلنا ما نريد ولا يكون كما ظننا أو ببساطة.. لا يكون لنا.

في الرابعة من عمري لقنتني الحياة الدرس الأول في وجوب التخلي. فردة الحذاء التي لم أتخل عنها حين انسلت من قدمي، تركت جرحاً لن أنساه بسهولة، كنت أصغر بالتأكيد من أن أنتبه إلى أنه في لحظة ما، وأنا أجري بسرعة معينة، لا ينبغي أن أحاول استعادة ما يسقط مني لأن خسارتي ستكون أكبر بكثير منه.

كنت أصغر من أن أفهم أنه لا ينبغي أن أنظر ورائي، ولا أفكر في ما فقدت وأن أستمتع بالرحلة، وأجازف بالاستمرار بما تبقى مني كي لا أفقد توازني، وأخسر كل شيء.

لكنني لم أفهم يا "رفعت". ظللت حتى وقت قريب أتشبث بما أريد حتى اللحظة الأخيرة. حتى لو فقدت الشغف به، فقط لأنني أتحدى الدنيا ولا أريد أن أخسر أمامها.

منذ أيام، ذكرني "فيسبوك" بعبارة كتبتها حين رأيته في هذا التوقيت تحديداً ابتسمت بسخرية، كنتُ بكل غباء وسذاجة أواصل تحدي الدنيا في التمسك بما لم أكن متأكدة وقتها هل أريده فعلاً أم لا !

وأمس ذكرني "فيسبوك" مرة أخرى، بما كتبه سابقًا عن
النضج الذي يجعلك أعقل من أن تجزم بشيء ما، بـ"ربما"
التي تسيطر على كلامك و"أكيد" التي تتلاشى تقريبًا.
عن هذه اللعنة حين تلحق بالأشياء التي تحبها، وتشعر
بالخوف أو التردد "هل أحبها فعلاً أم أتوهم ذلك؟" ..

هذا التردد الذي يجعلك تصمت طويلاً في سجودك،
تضارب في قلبك الأمنيات، ولكنك تخشى أن تطلبها
من الله عليها تتحقق يوماً وتصبح لعنتك! تقارن ذلك
بلسانك الملهوف الذي دعا الله طويلاً بأشياء ترتجف
هلعًا الآن من تخيلها لو حدثت.. تشعر أنك في سنوات
سداجتك تلك كنت أفضل.. كانت الحياة بالنسبة لك
أسهل كثيرًا. تؤمن في داخلك بأن كذا وكذا لو حدث
ستكون سعيدًا. هكذا ببساطة. وإن لم يحدث ستكون

تعيّسًا. بالبساطة نفسها. لكنك الآن لا تعرف حقًا إن حدث ما تتمناه هل تكون سعيدًا؟ وإن لم يحدث هل هذا سبب تعاستك حقًا؟ هل الأمر بهذه البساطة وهل المعادلة بذلك الوضوح أم أن طرفًا خفيًا في المعادلة يظهر في اللحظة الأخيرة ويقلب الموازين كلها؟

هذا التفكير يأكل روحك حقًا. يجعلك تمنى لو أنك واحدًا ممن لا يلمون بأكثر من أن ينقضي يومهم وكفى. بلا أسئلة كبيرة ولا الكثير من الحيرة. تشعر أنهم يعيشون حقًا يا "رفعت"، بينما أنت تتعامل مع الحياة كمسرح جريمة، تتحرك داخله بجذر، وتتفحص كل شيء حولك كدليل أملاً في الوصول إلى حل اللغز دون التورط فيه!

إلى "رفعت" .. الرسالة (21)

أخبرك من قبل إن أسوأ ما يحدث في كواييسي هو أن
 ينحبس صوتي وأجد نفسي عاجزة حتى عن الصراخ. أن
 أرى كل هذا الخوف وحدي وأعجز عن أن أحكي للناس
 عنه. أفكر منذ يومين في هذا الشعور يا "رفعت". هل ما
 يربعني ألا يفهمني الناس؟ ألا يدركوا ما أعانيه فلا
 يساعدوني! أم ما يربعني هو ذلك الشعور بالعجز؟
 أكره الشعور بالعجز وألعه ألف مرة. فهمت مرارًا ما قاله
 دنقل: "حين تريني عاجزًا.. تمني لي الموت فهو رحمتي
 الوحيدة"، أذكر تلك المرة حين ازداد وزني بشكل ملحوظ
 ومزعج بالنسبة لي. كنت أعرف أنه ازداد، وأسمع
 ملاحظات أُمِّي بأنه ازداد، وأشعر بالغضب لأنه ازداد،

وبالجنون لأنني عاجزة عن فقدان جرام واحد! أفكر بتلك
 الأيام التي كدت أجن فيها لأنني عاجزة عن منع عقلي
 من التفكير في أمرٍ ما. عاجزة عن إيقاف هذه التروس
 التي تهدر بجنون في عقلي حتى أتخيل أنها لفرط جنونها
 ستفلت وتدمر جمجمتي.

أذكر تلك الليالي الطويلة التي سهرت فيها أحاول
 استعادة قطي الصماء من سطح البيت، ألعن عجزها عن
 سماعي وعن فهمي وعن الاطمئنان للمعبر الآمن الذي
 أمده إليها لتصبح بأمان، وألعن عجزني عن التوقف عن
 التفكير في ضرورة مساعدتها! أنا أخاف العجز يا
 "رفعت" .. العجز هو أسوأ كواييسي!

هل حكيت لك عن كواييسي من قبل؟ أنا أتمتع بخبرة
 طويلة فيها حتى أنني في بعض الأيام أفقدتها. كان

الخوف من أن ينسوني ويتركوني ورائهم هو أول كوابيس الطفولة. ربما كان يعكس شعورًا ما بالإهمال بأنني هامشية وأنه من السهل أن يحدث أي شيء دون أن يلحظ أحد غيابي.

كان هذا الكابوس يتكرر يوميًا حتى أنه لم يعد مخيفًا. يرحل الجميع ويتركوني في البيت الذي لم أحبه أبدًا وحدي، وأحدهم يطاردني بسكين الفاكهة الخضراء التي لم أحبها أبدًا. وأنا محاصرة هناك في ذلك الشارع الذي يمثل في عقلي الباطن المنفى.

في أيامٍ أخرى يا "رفعت"، كان الكابوس هو أنني خرجت من البيت فعلاً وأعجز عن العودة إليه مجددًا، ذلك البيت المقبض الذي لا أحبه كان يتحول إلى حلم لي أبذل الكثير من المجهود والمغامرة كي أدخله.

أما الكابوس الذي لا يزال يلاحقني حتى الآن، هو الغرباء الذين يحاولون اقتحام البيت ويفلحون في ذلك فعلاً وأحاول أن أختبئ في كل بقعة فيه وأستيقظ في كل مرة وهم على بعد خطوات مني.

أتذكر الآن الكابوس الأسوأ لي. كنت أحلم مرارًا بأن هؤلاء الذين أعرفهم ليسوا هم من أعرفهم. وأن كياناً غامضاً ومخيفاً يسكن أجسادهم. كان الكابوس قاسياً لدرجة أنه يفجعني في أقرب المقربين مني، أتذكر حتى الآن شعوري بالرعب وأنا أكتشف في الحلم أن أختي ليست أختي ولا أمي ولا أخي، كان الكابوس يزعزع بكل قسوة آخر خطوط أمانني!

أذكر أيضاً كابوس السقوط والتشبث بأحبال الغسيل المهترئة. مرة أنجو ومرة أسقط ومرات أظل عالقة في

المنتصف مرعوبة حتى من أن يمسنى الهواء ويدفعني
للسقوط وأتذكر أن هذا كان أقسى كثيراً من السقوط
الحقيقي.

أتذكر كذلك كوابيس موتي. كان أكثر ما يوجعني هي
تلك اللحظات الأولى بعد أن أفارق الحياة. حين أسمع
كل ما يدور حولي وأعجز عن الكلام وعن الرد، أو حتى
عن البكاء عليّ! وأنفكر الأقسى، ذلك الكابوس المركب
لرحيل من أحبهم. الليلة الأولى بعد رحيلهم، حين أنام
وأحلم بأنهم لا يزالوا هناك، وأبكي طويلاً حين أستيقظ
لأجده ليس مجرد حلم وأنهم رحلوا فعلاً فأخاف أن
أستيقظ فعلاً لأنني أخاف أن يكون ذلك حقيقياً!

أذكر الكثير من الكوابيس يا "رفعت" .. بدءاً من تلك
التي يهددني فيها مجهولون بفناء العالم، وصولاً إلى تلك

الكوابيس الحقيقية والمنطقية لدرجة أنني أشعر أحياناً أنني
سأعيشها في المستقبل بلا شك، وأن هذا الكابوس هو
مجرد بروفة لما سيحدث، وأنه حتمًا حين يحدث كل هذا
الذي رأيته من قبل سيكون أقل رعبًا!

30 May 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (22)

قليلون يا "رفعت"، من يساعدونك على أن تحافظ على ما تبقى منك. يخبرونك أنك على صواب، وأنت ربما لن تصل لما تريده لكنهم يفهمون جيداً أنك إن وصلت لما تريد بعد أن خسرت نفسك لن تكون سعيداً أبداً. ويعرفون أيضاً أن ما تريده إن تطلب منك أن تخسر نفسك فهو بالتأكيد ليس كما تظنه.

لذلك - أنا التي يتسرب الناس من حياتها كالماء أحياناً دون أن تشعر، وأحياناً تشعر ولكنها أصبحت أوهن من أن تتمسك بهم - لذلك فقط أشعر بالخوف من أن يتسرب هؤلاء من حياتي.

ما تريده يا "رفعت"، ليس صعباً ولكن الآخرين دائماً ما

يوهوننا أنه كذلك. أنه لا بد أن نتنازل، ونخسر ونخوض
 معاركا ونمارس ألعابيا معقدة لنصل إليه، ونحن من
 الأساس نريده فقط لنستريح ! أنا أكره ذلك وأكره أن
 أضطر يوماً لفعل ذلك، أن أضطر لأن أحسب كل
 خطوة، وأفكر في كل كلمة وأدرس مشاعري قبل أن أعبر
 عنها، وأمرر ردود فعلي على عشرات "الفلاتر" قبل أن
 أخرج أحسنها شكلاً للناس.

أكره ذلك يا "رفعت"، وأشعر بالحنق لأنني إن لم أفعل
 ذلك يعتبروني لم أنضج بعد بما يكفي، وكأن كل هذه
 الألعاب والأحاجي ليست المعنى الحرفي للصبيانية
 والحمق!

للمرة الأولى أشعر أن الخطأ ليس عندي. أشعر بيقين
 شديد بأن من يضطر للدخول في هذه المتاهات إنما يفعل
 ذلك فقط لأنه لا يعرف ما يريده، لأننا حين نعرف ما

نريد نرى الطريق إليه واضحًا، ولا نطبق صبرًا على تضييع الوقت في احتمالات أخرى.

أشكر الله على الإشارات التي يرسلها يوميًا وأراها، على ومضات النور المفاجئة، وإحساسي الذي لا أعرف له سببًا منطقيًا ولكنه يكون صائبًا، وأشكره مرة أخرى على أنني أتتبع إحساسي. وأشكره مرة أخرى على من يرتبون علينا بجنان، ويطمئنونا أننا غرباء، نعم.. لكننا لا زلنا حقيقيين.

إلى "رفعت" .. الرسالة (23)

إنه الاكتئاب . أصبحت أعرفه جيداً. الغرفة المظلمة، والهروب إلى الشاشة، والرغبة في الاختباء داخل أي فيلم أحبه أو حتى لا أحبه، المهم أن أضيع في أي مكان. الرغبة في الهروب من السيء حتى ولو للأسوأ، المهم أن يحدث أي تغيير . تمني الدخول في غيابة طويلة لعليّ أستيقظ وأجد شيئاً تغير.

بمناسبة التغيير يا "رفعت"، ألاحظ في الفترة الأخيرة، منذ قررت أن أنتبه للإشارات، أن كل شيء حولي يمرضني على التغيير، وأنا مرة أخرى أتأكد أنني أجبن منه. ذلك الجوع للأمان يجعلني أتشبث بأي حال استقرار حتى لو كان استقرار على وضع سيء. حتى لو كان ذلك

استقرار على بركانٍ من نار أجد نفسي أكسل من أن
 أنفض وأبتعد، وأفضل دائماً أن أبقى في مكاني وأتعذب.
 أحياناً أشعر أنها رغبة لا إرادية في تعذيب الذات، أنني
 أستمتع بهذا الموضع حيث أشعر بالظلم أو بالمعاناة وكأنني
 أشعر أنني لا أستحق الراحة. وأحياناً أشعر أن هذا عرض
 آخر للاكتئاب لا أكثر ولا أقل. أو أن هذا جانب كرهه
 من شخصيتي وأنا أنكره بمنحه هذه المبررات الكبيرة
 الأكبر من حجمه الحقيقي.

اكتشفت مؤخراً يا "رفعت"، أنني أحياناً أرتكب الخطأ
 الذي كرهته لأجله. أنا أحياناً أحب مقعد المتفرج، أحب
 أن أشاهد الأحداث تدور حولي دون أن أتدخل بها أبداً،
 حتى لو كان بعضها يخصني. أستمتع بالاستسلام التام
 بأن أترك الأقدار ترسلني حيث تشاء، كأنها تحدٍ في لعبة

الفيديو التي أحبها، أريح نفسي فيها من عبء تحديد أعدائي وموضع المعركة وأترك للكمبيوتر كل شيء وأتحدى نفسي في أنني مهما كان الوضع عشوائيًا وغير مخطط له سأنجح في تخطيه. نفس المتعة التي أشعر بها حين أستمع للراديو وأتركه يحدد لي الأغنيات التي أسمعها، وأجبر نفسي على تحمل أغنيات لا أحبها. وهي المتعة نفسها التي أشعر بها حين أسافر على الطريق وأنا أعلم أنه ما من شيء في يدي، أنني أتنازل عن حريتي في الاختيار واتخاذ القرارات والمبادرة بأي تصرف بمجرد أن أجلس على كرسي سيارة الأجرة، ونترك جميعنا للسائق زمام الأمور. جزء من حبي لمقعد المتفرج يا "رفعت"، يرجع إلى شعوري بعدم القدرة على الانتماء لأي شيء أو شخص، وجزء آخر يرجع إلى شعوري بعدم اليقين بأي شيء، أنا أعلم

تمامًا أن ما أراه ليس الحقيقة، وما يرونه ليس الحقيقة،
 وكل ما يحدث هو مباراة بين مجموعة من الحمقى
 معصوبي الأعين يظنون أنهم يرون حتى ما وراء الجدران،
 وحين أجلس على مقعد المتفرج أستمتع بالضحك على
 سذاجتهم، وأناى بنفسي عن المشاركة في اللعبة. مرة
 أخرى لا أعرف هل هذه طفولية زائدة أم نضج زائد.
 ومرة أخرى أشعر بأنني لا أبالي . لا شيء يهم، فلن يتغير
 شيء إن عرفت، وأنا لن أتغير حين أعرف.

هل تعرف يا "رفعت"، أكثر ما أحبه في اكتئابي؟ أن
 رسائلي إليك تصبح أكثر طولًا، وأنا أشتاق إليك بقدر
 ما أشتاق لنفسي.

إلى "رفعت" .. الرسالة (24)

يا "رفعت" .. أريد أن أختبئ. أشعر كأنني دخلت الفيلم بعد ساعة من بدئه، لا أفهم شيئاً سوى أن الجنون يسيطر على الجميع. البداية الهادئة المحببة فاتتني وأنا الآن في ذروته. أتمنى لو أختبئ.. لو يغشى علي أو ببساطة أغفو حتى ينتهي هذا الفيلم ويبدأ آخر أعيشه من بدايته. لم أفكر أبداً في الانتحار . أنا أحب الحياة مهما كانت بائسة. لكنني أفكر كثيراً في الهرب. أتمنى لو أن البدايات في بلادنا سهلة لهذه الدرجة التي نراها في الأفلام. يراودني شعور الطفولة، ذلك المأزق حين تتلوث الورقة الوحيدة المتبقية في كراس الجغرافيا ذات الورق الخفيف المش بمحاولاتي المرتبكة لرسم خريطتي الأولى. أمسح ما خططته

بالرصاص برفقٍ ولكنني لا أزال أرى الخطوط القديمة واضحة.

أتذكر ذلك الشعور الذي كان يراودني في سنوات الطفولة وأنا أرسّم أو أكتب بالرصاص، المحاولة الأولى تكون واثقة أكثر من اللازم، وحمقاء أكثر من اللازم أيضًا. أكون مطمئنة لأن الكتابة بالرصاص قابلة للمحو، ولكنني لا أدرك إلا بالتجربة أن ذلك الحفر الغائر الذي يتركه خطنا الواثق أكثر من اللازم غير قابل للمحو. تأتي المحاولة الثانية أكثر خفة، والثالثة أخف، في الرابعة أتردد أصلاً قبل أن ألامس الورقة بالقلم.

أشعر بالضجر، أريد أن أهد كل شيء وأبدأ من جديد. هكذا أفعل دائمًا، أهرب من محاولات الإصلاح والترميم وأستسهل البدء من جديد. أود لو أن ما أفعله في لعبتي

المفضلة يمكن أن يتكرر في الحياة، حين أرى أن الأمور لم تعد تسير على ما يرام أنهي اللعبة فورًا وأعيد المحاولة في ظروف أخرى، أو على الأقل في رقعة أخرى، أو أمام أعداء آخرين.

أنا متعبة يا "رفعت". أدور في حلقة مفرغة من السخط واليأس والإحباط والأمل. حلقة مفرغة من الغضب غير المكتمل، طوال الوقت قلبي يشبه قداحة نصف فارغة، يشتعل بشرار قصير عاجز عن أن يلامس الغاز فيشتعل، ومنتالٍ متعب لا يسمح لي أن أهدأ ولو كجثة باردة.

عيوني مطفأة يا "رفعت"، وكل ما أتمناه أن أحصل على فرصة لأشبع من نفسي، لأن أتكور عليها في ركن هادئ، أربت على كتفي بنفسي أو أحتضني. أخبرني أنه لا

بأس، وأن كل هذا سيمر، وأنه حين يمر لن ينقلني
للأسوأ.

منذ أكثر من أسبوع أنام بعمق مثير للدهشة، ولكنني لا
أشعر بالراحة. دائمًا أنا متعبة أريد أن أنام أكثر وكأنني
أغرق في ثقب أسود. منذ أكثر من أسبوع وأنا لا أحلم.
أو ربما لا أتذكر أحلامي، وهذا شيء مزعج أكثر من
الكوابيس المزعجة التي كانت تراودني أخيرًا.

للمرة الأولى يا "رفعت"، شعرتُ بالخوف داخل البيت
الخالي، وبالكآبة لتناول الطعام وحدي، والرغبة الحادة في
البكاء دون سببٍ واضح. ورغم كل ذلك، أخطط في

عقلي، تمامًا وكأنني مختلة، لتجارب ممتعة أنوي أن
أخوضها في الأيام المقبلة.

أشتاق للسفر جدًا. سفر طويل على طريق، وجهة وصول
لم أرها من قبل. لرؤية أشخاص لا أعرفهم ولا يعرفونني ولا
يرسمون لي أي صور ذهنية مسبقة. أشتاق لأن أسمح لتلك
الشخصية التي أحبها داخلي أن تظهر، أن تسيطر عليّ
وأن يحبوني لأجلها.

26 June 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (25)

أنا متعبة يا "رفعت"، كأني أسير منذ ألف عام في حقل
 ألغام ممتد إلى المالا نهاية. أعصابي المشدودة شعرة شعرة
 خشية المساس بواحد من ألغامه تمنى كل ثانية لو ينفجر
 أحدهم بدلًا من أن أعيش خوف انفجاره ألف مرة. في
 كل مرة أتخطى واحدًا وأجد نفسي لا أزال هنا أشعر
 بالخيبة.

أنا مستهلكة لدرجة أنني لا أجد وقتًا ولا روحًا لأكتب
 لك. عشرة مرات سابقة، وطوال شهر كامل وأكثر كنت
 أحاول أن أكتب لك ولكنني فشلت، وهذه المرة الحادية
 عشرة.

كوايبس الكلام المحبوس في حنجرتي وصوتي الذي لا
يسمعه أحد عادت أثناء نومي من جديد، ولكن المرعب
أنني هذه المرة أعيشها في كل وقت. عاجزة عن الشكوى
عن الصراخ أو التعبير أو حتى الوصول لذلك الجزء
الموجوع في قلبي، حتى بيني وبين نفسي.

قلبي عصبيّ عليّ كطفل يصرخ ولا أفهمه. لست أمه
لأحسه، أو يطمئن إليّ. وليس يخص غيري لأتجاهله لأن
هناك من سيهتم به في النهاية. قلبي يراوغني كطفل يتيم
أيقظوني من نومي ليضعوه بين يدي، وقالوا لي: "كوبي
أمه".

قرأت أحدهم يوماً كتب، أو ربما أنا كتبت، عن ذلك
الشعور بغصة في مكان لا يصله شهيقك ولا زفيرك،
كآخر نقطة عصير في العبوة المغلقة لا يمكن للشفاط

القصير أن يصل لها ويخرجها وتظل هناك حتى تمل فترمي
العلبة كلها، وبعدها تجف أو تتعفن.

أريد أن أصل لهذه النقطة الأخيرة في روعي يا "رفعت"،
حيث يوجد الوجد. لا أريد أن أعالجه، لم أعد أحلم
بذلك، أريد فقط أن أتعرفه.

14 Aug. 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (26)

في هذا العيد شعرتُ بالفرحة يا "رفعت". ربما لأنني
عرفت للمرة الأولى رعب عدم اكتماله. للمرة الأولى كان
البيت خاويًا في ذلك الوقت.

كنتُ أتجول في كل ركن وأتخيل أُمي لو هنا كيف كان
سيبدو الآن. أعيش وحدي شهرًا طويلة دون أن أشعر
بالفزع ولكنني هناك، في البيت حيث البيت، شعرت بأنني
ضئيلة والبيت واسع وكئيب، وأنني مرتبكة لا أعرف من
أين تبدأ مثل هذه الأمور، من أين يبدأ الاستعداد للعيد.
وحين عادا، أُمي وأبي، وعادت الأمور "طبيعية" هداً
الفزع وعدت من جديد الابنة الصغرى في العيد.

في هذا العيد وجدتني دون أن أقصد أشعر بالسعادة.
 خرجت من اندماجي باللحظة وعدت من جديد لمقعد
 المشاهد ووجدت الصورة مرضية، وكذلك التفاصيل.
 ضحكات من القلب، بالونات، طعام شهوي. لا أحد
 خائف، لا أحد منزعج، ولا أحد كئيب. وجدنا جميعًا
 قررنا أن نعيش اللحظة وألا نفكر في ما بعد، والأهم، في
 ما قبل.

فكرتُ كثيرًا وقتها في السبب. لماذا حدث هذا الآن ولم
 يحدث أبدًا من قبل؟ فكرتُ في الخوف الغائب، في الهم،
 في الحمل الثقيل على القلب، في الضحك المتوجس
 بانتظار اللطمة القادمة من الحياة بعد هذه الهدنة، فكرتُ
 في القرارات التي لا نملكها، والأوضاع الإجبارية.

المدهش يا "رفعت"، أني في هذا العيد أيضاً رأيت وجهه الآخر، في تلك اللحظة التي انغمسنا فيها جميعاً في اللعب، وكأننا نجاري الصغار لإرضائهم ولكننا في الحقيقة نرضي أنفسنا وندلل ذلك الطفل الذي أتعبه الجد كثيراً، في تلك اللحظة رأيت وجهه الذي افتقدته عمراً.

ارتبكت مشاعري، بين الرضا بما نلته أخيراً، والسخط لتأخره، والإشفاق لأنه أيضاً كان يفتقده ولم أعرف حتى الآن لماذا اختبأ هذا الوجه طيلة هذا الوقت؟ لماذا كان يجب أن نختبر كل هذا الوجد قبل أن نصل لهذه اللحظة؟ وماذا كان يحدث لو وصلنا إليها في الوقت المناسب؟

كنت ممتلئة بالأسئلة يا "رفعت"، ولكنني قررت ألا أنتظر الإجابات وحاولت أن أنغمس في اللحظة قدر الإمكان، وشعرت بامتنان حقيقي لجنديها المجهول، والامتنان

الحقيقي لله الذي منحني القدرة على تذوقها قبل أن
تضيع.

16 Sep 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (27)

ماذا يرعبني أكثر من الجنون يا "رفعت"؟ أن أفقد نفسي دون أن أشعر، أن أتغير ببطء وأتحول لذلك المسخ الذي أخافه، أن أشبه تلك الكعكة في الثلاجة، كانت طيبة جداً ولكنها ظلت هناك أكثر من اللازم، إلى جوار الكثير من الأشياء التي لا تشبهها فالتقطت من كل ما يجاورها القليل من النكهة الكريهة فأصبحت الأسوأ بينهم على الإطلاق.

في الماضي كنت أخاف أن أشبهه، الآن أشعر أنه، مقارنة بمن آراهم الآن، ليس بذلك السوء، وأخاف أن أشبههم، وأخاف أكثر ألا أشبه نفسي.

أنا أتغير. أعرف هذا وألمسه، وأراقبه برعب، لأن بعض التغيير ينتهي إلى "فراشة" وبعضه ينتهي إلى جيفة متعفنة،

ولا أدري لأي المصيرين أنا أقرب؟ أفضي لصديقتي المقربة بأن طقس السخط اليومي الذي نمارسه ضروري، أخبرها بأننا لو لم نفعله سنكف عن الدهشة، سنكف عن رؤية الأشياء القبيحة كذلك، ويومًا بعد آخر سننسى أنها قبيحة، ولكنني من الداخل، لا أتمتع حقًا بكل هذه الثقة التي أتحدث بها.

طيلة عمري أشعر بأنني لا أتواجد في المكان المناسب أبدًا، أنا غريبة للأبد، لم أشعر أبدًا بأنني أنتمي إلى حيث أكون، ولكنني الآن أشعر أكثر بأنني لست في الوقت المناسب! أشعر وكأنني طفل مبتسر تعجل الخروج للحياة فرأته هشا وقررت أن تختبر مدى جدارته بأن يعيش.

أخاف أن أكون كالأخرين الذين اعتبرهم فقدوا عقولهم وأضرب كفا بكف وأنا مندهشة كيف أعمى الله عيونهم

عن الحقيقة لهذه الدرجة؟ أتذكر سذاجتي القديمة، أتذكر الكذبات الساذجة التي انطلت عليّ لسنوات وأفكر من قال إنني الآن لا أعيش واحدة؟

قيل لي مرارًا إن الشك يقود لليقين الأعظم، ولكنني أخشى أن أجن قبل أن أصل لذلك اليقين! تلك الكلمة الوهمية التي بت أصدق في المستحيل أكثر منها. تلك الراحة التي لا أدري أيصل إليها الحمقى أم الحكماء؟ مرة أخرى يا "رفعت"، أقول لك إنني متعبة. أشعر هذه المرة أنني متعبة أكثر من أي وقتٍ سابق ولكنني رغم ذلك، أشعر للحظات بأنني أختبر حدودي وأختبر قدرتي على الاحتمال.

إلى "رفعت" .. الرسالة (28)

هل تعرف ما معنى أن أكتب لك في هذا التوقيت يا
 "رفعت"؟ للمرة الأولى أترك كل شيء وأسدل فقااعة
 زجاجية حولي وأتظاهر بأنني لا أعبأ بكل هذا الضجيج
 والصخب حولي وأكتب لك.

بالأمس، فعلت كما أفعل كل يوم، كنت ممتلئة بالكلام
 والأفكار حتى أنني كتبت السطور الأولى في رسالة إليك
 داخل عقلي وكررتها مرارًا ولكنني لم أكتبها أبدًا، فعلت ما
 أفعله كل يوم ووضعتك / ووضعت نفسي في مؤخرة قائمة
 مهامى اليومية.

قفزت لذهني بالأمس عبارة صديقة، تدهش لما بدا لها
من صلابتي وصرامتي في التعامل مع مشاعري بهدوء وبرود
جراح، وأنا نفسي اندهشت وأنا أفكر في الأمر نفسه،
وتساءلت مرارًا متى تخلّيت عن صبيانية الأطفال ورغبتهم
السخيفة في التمسك بما لا يملكونه؟ ولا يمكن أن
يملكونه؟ هل هو الخذلان في الأحلام التي تمسكت بها ولم
تمسك بي بالدرجة نفسها؟ أم تلك الصورة التي لا
تفارق ذهني عن الأشياء التي أحيانًا ما يدمينا تمسكنا بها؟
أم أن السبب هو أحلامي التي تحقق كما تمنيتها وسعيت
إليها بدقة تامة ولم تمنحني سوى التعاسة؟
هل يسمى هذا نضجًا أم أنني شخت؟ أو أنا فقط متعبة
ولا أريد المزيد من المعارك؟ لا أعرف ولكنني أعرف جيدًا
أنه لم تعد لدي أي رغبة في التمسك بأي شيء /

شخص، أريد أن يمر كل هذا، أن يمر كل شيء ولا أريد من الدنيا سوى تلك اللحظة النادرة التي شعرت فيها بالسكينة الحقيقية، لا شيء لي ولا شيء عليّ ولا أنتظر أحدًا. لا أريد من الدنيا سوى هذا السلام ؛ ولكنني لا أعرف إلى متى سيظل هذا مقنعًا بالنسبة لي.

أشعر بالحيرة، أنا التي تؤمن بأنه "كل شيء يحدث بسبب ولسبب"* لا أجد تفسيرًا لكل هذا الذي حدث، وما زال يحدث، لا أعرف سر وجود ذلك الخيط الممتد الذي يصبح تارة واهيًا جدًا وأراه تارة طوق نجاة. لا أفهم شيئًا ولكن كل ما أعرفه أنني لست نادمة. بتسامح تام أصبحت أتعامل مع كل ما مضى. لم أعد ناقمة ولا

* سعود السنعوسي - رواية ساق البامبو

غاضبة وكلما تذكرت ما ضاع أجد نفسي تلقائياً أتذكر
 أنني كنتُ سعيدة في لحظة ما، وأن هذا كان جيداً.
 بالأمس أيضاً يا "رفعت"، وجدتني أشعر بالرضا، كررت
 لنفسي "سلاماً على ما صنعتِ بنفسك من أجل
 نفسك*" وابتسمت. هل تذكر ذلك الشعور بالرضا الذي
 كتبت لك عنه قبل شهر؟ ما أشعر به الآن يشبهه،
 كانت روحي وقتها أخف ؛ ولكنني أشعر بأن هذا الرضا
 الذي أشعر به الآن ليس مرهونا بوجود ولا غياب أحد.
 تماماً كما قال بهاء طاهر "... ولما تفرق الذين اجتمعوا
 حولي.. ولما وجدتُ نفسي وحيداً.. اكتملتُ في تمامي**"

* محمود درويش

** أنا الملك جنت

إلى "رفعت" .. الرسالة (29)

متى يا "رفعت"، أتخلص من كل هذا الخوف داخلي؟
أشعر طوال الوقت أنني أحمل زجاجة هشّة، أخشى أن
ترتطم بأي شيء فتفتت. أعرف أنني أقوى كثيرًا من هذا
ولكن هل تعرف ذلك الشعور حين يكون رأسك متعبًا
لدرجة أنك لا تطيق تمرير الفرشاة على شعرك؟ لن يقتلك
بالتأكيد ذلك الألم الخفيف لتعثر أسنان الفرشاة بالشعر
المتشابك.. ربما تفقد شعرة أو اثنتين أو خصلة كاملة
ولكنك لن تموت بالطبع، ولكنك أحيانًا لا تتحمّله،
لأنك تحمل ما يكفي من الألم داخل رأسك لا تحتمل
المزيد من الضغط الخارجي. هذا تمامًا ما أشعر به الآن.
كلما يرن الهاتف يستيقظ ذلك الخوف مجددًا، أخاف أن
أسمع شيئًا، أي شيء، يسبب المزيد من الانزعاج، أخاف

أن أفتح الرسائل الواردة، أخاف من اللون الأحمر يخبرني
 بوصول إشعارات جديدة، أخاف من الظرف الذي يقفز
 فجأة من جانب الشاشة الأيمن يخبرني بوصول بريد
 جديد، أخاف من أي شيء وكل شيء قد يفسد اللحظة
 الراهنة، التي ليست على أفضل حال، ولكنني على الأقل
 لست مستعدة لما هو أسوأ.

أكرر على نفسي السؤال الذي لطمني به صديق: "لماذا
 تفضلين الأمان على أي شيء آخر؟" وإلى الآن لم أجد
 إجابة، وإلى الآن لم أعرف متى أصبحت كذلك ولا من
 أين ينبع كل هذا الخوف داخلي؟!

أشعر دائمًا بقلق قطة منزلية على وشك الولادة، تحمل
 أطفالها في أحشائها كما أحمل أحجاري على صدري،
 تدور في كل مكان تبحث عن مكان آمن تأويهم داخله،

ولا يهدأ لها بال أبداً حتى تجده، على الرغم من أن البيت
 بأكمله آمن بالنسبة لهم! هل تعرف ذلك القلق؟ ذلك
 القلق الذي يدفع قطة لابتلاع أطفالها إن لم تجد المكان
 آمناً بالنسبة لهم؟ هذا القلق يلازمي حتى وأنا نائمة.

الآن يبدو أن هذا القلق تطور إلى الحرمان من النوم هذه
 الأيام، عدد ساعات النوم التي أحظى بها يتقلص، لحظة
 أن أغمض عيني يتحول الفراش إلى سرير من الشوك،
 وأكاد أبكي مراراً لخوفي من ألا أنام أبداً. لم أعد أحس
 ذلك الخدر اللذيذ للحظات ما قبل الغياب في النوم، بل
 أصبحت أسقط في النوم، كما لو أنني أغيب عن الوعي
 من التعب لا أنعم بالنوم.

ماذا يثقل ضميري لهذه الدرجة يا عزيزي؟ لا أعرف.
 ولكنني أعرف جيداً أنني تائهة، أتقبل برضا أن هذا

الوقت سيمر، وأنني في النهاية سأتوقف عن الدوران، أنا
أشبه في هذه اللحظة النحلة الخشبية التي أدارها طفل
بكل ما يملك من قوة وهي تسير لاتجاه غير معلوم أثناء
دورانها، ثم تسكن في النهاية، في مكان ما، وفي لحظة ما
لا أحد يعلمها حتى هي.

**"I'm tired, boss. Tired of being on the road, lonely as a
sparrow in the rain" - Green Mile**

1 Nov. 2016

إلى "رفعت" .. الرسالة (30)

هذه اللحظة ستمر يا "رفعت". أنا أعرف ذلك جيداً، ولكنني لست واثقة مما يأتي بعدها هل سيكون سعيداً أم أنني كالمعتاد، سأشتاق لهذه اللحظة على سخافتها وأردد مرة أخرى "على الأقل كنت نفسي".

مررت بالكثير وحين أعيد النظر للوراء أجد نفسي حقاً قطعت مسافة شاسعة. أشعر بالخوف يا "رفعت" . ذلك الخوف الذي ينتابك حين تذوب آخر ذرة من حماسك وشجاعتك للمضي نحو مكان مجهول، وقد قطعت مسافة طويلة جداً بعيداً عن بيتك، عن أمانك ومنطقة راحتك، وتصبح تماماً في منتصف الطريق، أو بعد المنتصف بقليل، أنت بعيد كثيراً عن أمانك، وبعيد

لمسافة غير معلومة عن هدفك، وكلا الطريقتين يحملان
نفس القدر من المخاطرة! والأسوأ من هذا أنك لست
واثقاً حقاً أنك تسير باتجاه ما تريده، أو أن ما تريده هذا
سيمنحك ما تريد أو تشعر أنك لا تسير حقاً ولكنك
تدفع دفعاً نحو هذا الاتجاه، لست تنزلق من هاوية حتى،
بسرعة وبألم أقل، وإنما يتم سحلك على جبل مليء
بالتواءات والشوك! ولا تعرف كم تبعد قمته ولا حتى ما
ينتظرك عند تلك القمة . هل يستحق الأمر كل هذا
التفكير حقاً؟ هل ينبغي أن نأخذ الحياة بهذه الجدية؟ هل
هؤلاء الكبار المخيفين بهذه الخطورة حقاً؟ أم كما قال
"عماد أبو صالح":

"دائماً يتواطأ الهواء معهم

وينفخ جلابيهم

لكي يظهروا في عيوننا الصغيرة

أضخم من حقيقتهم".

هل ينبغي أن نفكر بهذا القدر في أنفسنا ؟ هل يجب أن

نعرفها ونقترب منها لهذه الدرجة؟ أم فقط يكفي أن

نعرف ماذا نريد؟ حسنًا. في هذه اللحظة أنا أعرف ماذا

أريد، ولكنني لا أعرف فعلاً هل أريده للدرجة التي تجعلني

أصل له كما وصلت لغيره؟

اليوم، شاهدت فيلمًا مرعبًا، يصنف كفيلم غموض لكنه

أكثر رعبًا من أسوأ أفلام الرعب بالنسبة لي، الفيلم يحمل

اسم **A Good Marriage** بعد أول خمس دقائق منه،

تكتشف الزوجة التي أمضت مع زوجها قرابة 25 عامًا أو

30، لا أذكر بالتحديد، أن زوجها الطيب المحبوب الذي

تهم عشقًا فيه ويعيشون معًا حياة مثالية للغاية، قاتل
متسلسل.

هل تدرك المأساة يا "رفعت"؟ 30 عامًا تحت سقف
واحد لا تكون أحيانًا كافية لأن تعرف الشخص الذي
تواصل حياتك معه، لا يخفي كل منا قاتل متسلسل
داخله بالطبع، ولكن هذا يذكرني بالتحديد بالشعور
الذي كان يراودني في طفولتي، حين أجد نفسي فجأة
أتساءل في الفصل كمن استيقظ لتوه من الغيبوبة، أين
أنا؟ ومن هؤلاء؟ وماذا يجعلني أثق بهم هكذا لأجلس
على تلك المسافة بينهم؟

لا أعرف ما سبب هذه الحالة ولكنني أريد أن أبكي. كل
يوم أكتشف شيئًا جديدًا، أحيانًا يكون تافهًا، ولكنه
يفزعني.. يجعلني أشعر بالغرابة، أشعر أنني لا أنتمي لأي

مكان أو شخص، أشعر طوال الوقت نفس شعور بطله
 الفيلم، وهي تنام لليلة الأولى إلى جوار زوجها الذي
 اكتشفت لتوها أنه قاتل متسلسل.

هل تعرف ما هو الأسوأ من اكتشافها ؟ حين تضطر أن
 تخبر الناس بذلك، ثم حين لا يصدقونها، وحين يكتشفون
 أن ما تقوله معناه ببساطة أنها كانت طوال ذلك الوقت
 أكبر حمقاء في العالم، أما ما هو أسوأ على الإطلاق، هو
 أن تضطر لأن تتحول إلى نسخة منه كي تواجهه.

هذا هو الأكثر إيلاماً على الإطلاق، أن يقتلك أحدهم
 معنوياً كل يوم، بدمٍ بارد وبكل هدوء وهو يعلن للجميع
 كل لحظة كم يجبك، ويرى الآخرون كم أنت محظوظ به،
 وحين تكتشف الحقيقة، يكون كبلك بكل هذا الحب
 المعلن أمام الآخرين، والأسوأ هو أنك تكره نفسك حين

تضطر لقتله، دفاعًا عن النفس . الأسوأ أنه يجبرك أن
تشبهه بشكل ما، أن تلعب وفق قواعده لأن قواعده لن
تقودك للانتصار أبدًا!

لا عليك يا صديقي . كل شيء يمر . حتى تلك اللحظة،
حتى شعورك بأنك تكره نفسك، حتى خوفك من أن
تشبهه، حتى اللحظة التي تكتشف فيها أنك، للأسف،
أصبحت تشبهه . كل شيء يمر يا "رفعت"، حتى نحن
وكل ما نعينه لهذا العالم.

إلى "رفعت" .. الرسالة (31)

كان ذلك في يناير يا "رفعت"، أذكر كل ما حدث تلك الليلة بالتفصيل. كنا نعرف أن زيارته، مهما طال، ستكون عابرة! ورغم ذلك لم أصدق أبدًا أنه رحل. بكل سذاجة وعناد وجنون أخذت أضمه وأحدثه، أهز كتفيه، أجرب ذلك البخاخ الذي كان يدسه في فمه ليمنحه، بالتقسيط، ما تبقى له من أنفاس في الدنيا.

كالعادة كنت متمسكة بأمل ساذج وغير منطقي يقول لي إنه سيكون على ما يرام، كررت ذلك مرارًا بثقة لا أعرف كيف توهمتها، كيف توهمت أنه بمجرد رفضي القوي لشيء مفرع كهذا لن يحدث أبدًا!

أرسلوا في طلب الطبيب فلم يأت، عدوى الرفض التي
انتابني سيطرت على إخوتي، وأصر أخي على نقله
للمستشفى، بينما كان يستعد للمغادرة، تقول أمي أن
ندائنا عليه ردّ فيه الروح مرة أخرى، نظر إليّ في عيني،
نظر لنا جميعًا نظرة الوداع، ثم رحل للأبد!

واصلت الرفض، دفست رأسي في الوسادة وبكيت حتى
غرقت في النوم، رفضت أن أستيقظ وأودعه، بينما كانوا
يجهزونه للرحيل، كنت نائمة، أحلم به، أجلس معه في
الغرفة وأقنع نفسي أن ما من شيء قد حدث!

رفضت أن أقبله للمرة الأخيرة أو ألقى عليه النظرة
الأخيرة، فضلت أن أقضي تلك اللحظات معه، مع
روحه، لا جثته!

في مارس تكرر السيناريو بشكل مختلف، حين أخبرني أنه أصيب بالسرطان رفضت أن أصدق، أنكرت الأمر بالهستيريا نفسها، أخبرته وأخبرت نفسي مرارًا أنه لن يموت، أنني لن أذوق أبدًا هذا الوجع! وكأنني أظن الحياة تطلب رأيي ورفضني لمجرد التفكير في الأمر يعني أنه لن يحدث أبدًا!

حين اختنق الحب ببطء كنت أرفض التصديق، كنت أرفض أن هذا سيحدث، أنكره بشدة ولا أسمح لنفسي بالتفكير فيه، حتى تحلل الجثمان أمام عيني وأنا لا أزال أراه جيدًا وبخير، لم أدرك الحقيقة إلا حين حاولت التمسك به، ووجدت أصابعي تقبض على الفراغ.

هل تظني تعلمت يا "رفعت"؟ بالطبع لا! حتى هذه اللحظة حين قرأت صديقة تكتب أن والدتها ماتت

إكلينيكيًا والأطباء يرفضون فصلها عن الأجهزة لترحل
بسلام ضبطت نفسي متلبسة أكتب لها، بالسذاجة
نفسها أو قل بالحماقة نفسها، ربما لا يزال هناك أمل!
متى أكبر يا صديقي؟

2 Feb. 2017

إلى "رفعت" .. الرسالة (32)

"أنا تعبت ومش عايزة أكمل" أعود بالذاكرة لأحصي كم مرة رددتها بيني وبين نفسي وكم مرة قتلتها في الواقع؟ لم أقلها أبدًا يا "رفعت". لو قتلتها مرة واحدة لتغير الكثير، لشعرت ولو لمرة على الأقل، أنني لست أقسى من الآخرين على نفسي.

كنت يا "رفعت"، أعرف دائمًا الحدود الفاصلة، أعرف أين ينبغي أن تنتهي القصة، ولكنني أستمر لأنني كنت دائمًا أختبر حدود صبري، أختبر حدود احتمالي وطاقتي. كنت - بسذاجة - أبتسم برضا حين أكتشف أن بوسعي التحمل أكثر، ولا أعرف أن كل هذه الصخور على صدري تفتت أقدامي.

في كتابٍ عن الابتزاز العاطفي، أدركتُ أنني وقعت
 ضحيته مرارًا. شعرت بالسخط، ثم بالفزع حين
 اكتشفت، بعد بضعة صفحات أنني مارست ضد نفسي
 الابتزاز الذاتي أكثر ربما مما مارسه الآخرون ضدي. كتبت
 مؤلفة الكتاب: "الابتزاز أحيانًا يتطلب شخصًا واحدًا؛ إذ
 يمكننا بسهولة القيام بكل عناصر الابتزاز وحدنا، ابتداءً
 من الطلب مرورًا بالمقاومة والضغط والتهديدات؛ فنكون
 بمثابة المبتز والمستهدف في الوقت نفسه. وهذا يحدث
 عندما يكون خوفنا من الرد السلبي للآخرين قويًا،
 ويسيطر علينا خيالنا فنفترض أننا إذا طلبنا ما نريده،
 فإنهم سينتقدوننا، وسينسحبون وسيغضبون ونتمسك
 بحماية أنفسنا لدرجة أننا لا نقدم على أية مجازفة، حتى
 المجازفة البسيطة المتمثلة في سؤال الشخص الآخر "ما
 رأيك إذا قمتُ ب....."

نعم يا "رفعت". احترفت ممارسة الابتزاز الذاتي ضد نفسي من الطفولة وحتى الآن. في كل مرة كنت أظاهر فيها بأنني ناضجة وعاقلة وأحسب خطوتي جيداً، في كل مرة كنت أتخيل أنني أحمي كرامتي من الرفض، وفي كل مرة كنت أتحامل على نفسي كي لا أخذل الآخر، حتى لو كان هذا الآخر هو ذلك البائع الذي لا أعرف اسمه، ولكنه يلمح إلى أنه يتوقع مني أن أشتري 3 كيلوجرامات من البطاطس لا كيلو ونصف فقط مثلما أحتاج!

الأسوأ أنني لا أكتفي بما أفعله بنفسي، بل أتوقع من الآخرين أن يفعلوا الشيء نفسه، كمجاملة بسيطة لي، ثم أغضب حين لا يفعلون.

أغضب حين أجد نفسي وحيدة، حين لا يحاول أحدهم المساعدة وأنا في قاع تلك الهاوية وأنسى أنني في الأساس

لم أصرخ، أنني خفت ألا يمد أحدهم يده فأشعر بالإهانة،
 فابتلعت هزيمتي في صمت وقررت أن أتعامل معها
 وحدي.

صديقتي أرسلت لي يومًا تلك المقولة لـ "مُحَمَّد عفيفي": "في
 استعراضني للذين خذلوني في حياتي، أجد نفسي مضطرًا
 للاعتراف بأن أحدًا لم يخذلني مثلي" هذا بالضبط ما
 اكتشفته مؤخرًا. أنا تعبت يا "رفعت"، ولكنني، كعادتي،
 سأكمل.

12 March 2017

- ليست الأخيرة -

نوافذ للتواصل..

