مارغريتا ماغنوسون

Telegram:@mbooks90

التأهّب للرّحيل

الطريقة السويديّة في تحرير الأقرباء
من فوضى حياتك بعد الموت

ترجمة نداء فاروق غانم

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إلى أطفالي الخمسة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

«يُعدّ ترتيب المنزل، إن كنت قادرًا على ذلك، من الأنشطة الباعثة على الراحة، ومنافعه لا تُحصى».

ليونارد كوهن

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

مقدمة

ما نحن على يقين منه فقط هو أننا جميعًا سنموت يومًا ما. لكن قبل ذلك يمكننا أن نجرب القيام بأي شيء تقريبًا.

ربما حصلت على نسخة من هذا الكتاب الصغير من أحد أطفالك أو هدية من شخص ما في ظرف مشابه لظرفك وظرفي. أو ربما التقطت نسخة لنفسك، لأنه لمس وترًا حساسًا فيك. المهم أن هناك سببًا وراء هذا. لقد جمعتَ الكثير من الأشياء الرائعة طوال حياتك – أشياء من الصعب على عائلتك أو أصدقائك تقدير قيمتها أو العناية بها.

دعني أساعدك لجعل ذكريات أحبائك عنك ذات أثر محبب في نفوسهم، بدلًا من جعلها مصدرًا للقلق

م.م.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

التأهّب للرّحيل ليس مجلبةً للحُزن

أساعد الآخرين في التأهّب للرّحيل، أو كما نطلق عليه في اللغة السويدية: *döstädning (Dö)* تعني الموت و*(ständing)* تعني لتنظيف. في اللغة السويدية. هذا المصطلح يعني التخلص من الأشياء غير الضرورية، وجعل منزلك جميلًا ومنظمًا حين تشعر أنك على وشك الرحيل عن كوكبنا.

من المهم للغاية أن أخبركم بذلك. ربما يمكنني أيضًا أن أقدم لكم بعض النصائح، إنَّ علينا مواجهة هذا الأمر عاجلًا أو آجلًا. يتوجب علينا ذلك فعلًا إذا أردنا توفير وقت أحبتنا الثمين قبل أن نرحل.

إذًا، ما هو التأهّب للرّحيل؟ بالنسبة لي يعني استعراض كل مقتنياتي، واتخاذ قرار بخصوص كيفية التخلص من الأشياء التي لم أعد في حاجة لها بعد الآن. فقط انظر حولك. ربما هناك الكثير من أشيائك التي تحيط بك منذ أمدٍ بعيد لم تعد تراها أو تدرك قيمتها بعد الآن.

أحسب أن مصطلح *döstädning* جديد نوعًا ما، على عكس الفعل *döstädning*. إنها كلمة تستخدم عندما تقوم أنت أو شخص آخر بعمل جيد عبر التنظيف والتخلص من الأشياء لجعل الحياة أكثر سلاسة وأقل تكدسًا. ليس مهمًا متى يتوجب عليك فعل ذلك في حياتك أو بعد وفاتك، المهم أن تفعله. أحيانًا تدرك أنه من الصعب عليك حتى سدّ أدراجك أو بالكاد باب خزانتك. عندما تبلغ هذا الحد، فقد حان الوقت بلا شك لعمل شيء ما، حتى لو كنت في الثلاثينيات من عمرك وحسب. يمكنك أن تُسمّي هذا النوع من التأهّب للرحيل *döstädning* أيضًا، حتى لو كانت تفصلك عن الموت سنوات وسنوات بعيدة.

في اعتقادي إن النساء غالبًا ما يقمن بالترتيب للموت، لكنهن اعتدن أن يؤدين عملهن بعيدًا عن الأضواء؛ لذا يجب أن يحظين بالتقدير أكثر.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

عندما يتعلق الأمر بالترتيب للموت، في جيلي والجيل الأكبر سنًا مني، تميل النساء إلى الترتيب بعد رحيل أزواجهن أوّل مرّة، ثم يتأهّبن لرحيلهن بعدها. وفي حين أن المرء عادة ما يقول «رتّب فَوْضاك بنفسك»، فإننا هنا نتعامل مع هذا الموقف الغريب للترتيب المسبق لأنفسنا... أي قبل أن نموت.

تجدر الإشارةُ إلى أنَّ عقولَ بعض الأشخاص لا تستطيع تَقَبّل كل ما يحيط بالموت. هؤلاء الأشخاص هُم من يُخلّفون وراءهم الفوضى، فهل يحسب هؤلاء أنهم خالدون؟

ثمة عدد من الأبناء لا يرغبون في الحديث عن الموت أمام آبائهم. يجب ألا يخافوا. يجب علينا جميعًا أن نتحدث عن الموت. إن كان من الصعب علينا التغاطي معه، إذًا، يمكن لترتيب الموت أن يكون وسيلة لبدء النقاش بطريقة أقل حِدّة.

في أحد الأيام، أبلغت أحد أبنائي أني عملت في الترتيب للموت وألّفت كتابًا عنه. وهنا تساءل إن كان الكتاب غارقًا في الحزن وإن كانت كتابته قد جلبت لي الحزن.

لا، بالطبع لا، أجبته. إنه ليس بالأمر المحزن على الإطلاق. لا الترتيب ولا حتى الكتاب.

في بعض الأحيان ينتابني شعور بالانزعاج من عدم انتمائي إلى بعض الأشياء التي أنوي التخلص منها. بعض هذه الأشياء نفعتني. لكني اكتشفت أنه من المجدي قضاء بعض الوقت مع هذه الأشياء لمرة أخيرة ثم التخلص منها. كل غرض له تاريخه الخاص به، وتَذَكُّر هذا التاريخ غالبًا ما يكون مبهجًا. عندما كنت أصغر سنًا، لم أعتد قضاء الوقت في الجلوس والتفكير فيما يعنيه شيء ما بالنسبة لي في حياتي، أو من أين أتى، أو متى وكيف أصبح من ممتلكاتي؟ الفرق بين التأهّب للرحيل

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ومجرد الترتيب الكبير هو مقدار الوقت الذي تقضيه في كل منها. لا يتعلق التأهّب للرحيل بنفض الغبار أو التخلص منه، بل الاستعداد والفِعل المتواصل من التنظيم الكفيل بجعل حياتك اليومية تسير بصورة أكثر سلاسة.

في الوقت الحالي، عندما لا أجري في ستوكهولم، وأستمتع بكل ما تعرضه المدينة، يصبح لدي متسع من الوقت للاستمتاع بكل ما توفره شقتي، وهو ما يعبّر عن حياتي.

العالم مكان مُرهِق. الفيضانات والانفجارات البركانية والزلازل والحرائق والحروب كارثة تلو أخرى. إن الاستماع إلى وسائل الإعلام أو قراءة الصحف يدفعني للشعور بالاكتئاب. وكنت سأذبل إن لم أتمكن من محاربة أخبار العالم السلبية مع الأصدقاء الجيدين أو المغامرات في الطبيعة أو الموسيقى أو الأشياء الجميلة، أو مجرد الاستمتاع بشيء بسيط مثل يوم مشمس (وهو أمر نادر الحدوث في مناخنا الشمالي).

لا أريد أبدًا أن أكتب شيئًا حزينًا؛ هناك بالفعل ما يكفي من الحزن. لذا، آمل أن تعثروا فيما سيأتي من الكلمات والأفكار المقبلة على الفائدة والمتعة، وربما يحمل روح الدعابة في بعض الأحيان.

أن تقوم بنفسك بعملية التأهّب للرحيل يمكن أن يكون أمرًا صعبًا للغاية. ربما يجدر بك الانتقال لمنزل أصغر أو تقليص حجم منزلك لسبب ما، أو قد تصبح أعزب، أو من الجائز أن تحتاج إلى الانتقال إلى دار لرعاية المسنين. عادة ما تؤثر هذه الحالات على معظمنا في مرحلة ما.

إنَّ استعراض جميع مقتنياتك القديمة، واستحضار ذكرياتك عنها في الماضي، على أمل أن تقول لبعض منها وداعًا، أمر صعب للغاية بالنسبة لكثير منا، إذ يميل الناس إلى تكديس الأشياء بدلًا من التخلص منها.

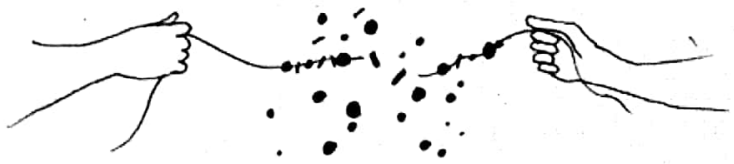
الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ساعدتُ الآخرين على التأهّب لرحيلهم مرّات عديدة، وسأكون ملعونة إذا اضطر شخص ما إلى إعادة عملية الترتيب لموته بعدي.

بمجرد أن يرحل أحدهم، يمكن أن تبدو الأشياء سابحة في الفوضى بما يكفي على أي حال، أستطيع أن أصرح بذلك. هناك الكثير من القصص الحزينة عن الأشقاء الذين يبدؤون الشجار لأنهم يريدون القطعة نفسها. لا حاجة لنا لنعيش مثل هذه اللحظات؛ يمكننا أن نخطط مسبقًا لتقليل فرص وقوع هذه اللحظات التعيسة.

كان لدي، على سبيل المثال، سوار جميل أهداه أبي لأمي منذ زمن بعيد. وبرغبتها أهدته لي. أسهل طريقة لتجنب الخلافات المستقبلية بين أطفالي على السوار هي بيعه! كانت تلك فكرة جيدة للغاية، على ما أعتقد.

في وقت لاحق، ناقشت مسألة البيع مع أطفالي، وكانوا مرتاحين لقراري، فقد وزعت تذكارًا من أبي وأمي لكل منهم. إنه سواري على أية حال، ويمكنني التصرف به كما يحلو لي. بدا أن قضاء وقت ثمين لمناقشة مسألة سوار واحد مع أولادي الخمسة أمرًا غير مبرر. لكن الهدف من التأهّب للرّحيل هو توفير مثل هذا الوقت الثمين.



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

لماذا ألّفت هذا الكتاب؟

أبلغ الآن عمرًا يتراوح ما بين الثمانين والمئة عام. أخذت على عاتقي، بحكم تقدّمي في السن، مسؤولية نقل خبراتي لك؛ لأني أؤمن أن فلسفة التأهّب للرّحيل ضرورية لنا ويجب نشرها بين الجميع. لا يهم ما إذا كان والداك أو أصدقاؤك وعائلتك هم من يتقدمون في السن، أو إذا كان الوقت قد حان لتبدأ بنفسك في التأهّب للرّحيل.

تنقّلت بين منازل عدة داخل وطني وخارجه نحو سبع عشرة مرة. لذا، أدرك جيدًا ما أتحدث عنه عندما يتعلق الأمر بتحديد ما يجب الاحتفاظ به وما يجب التخلص منه، سواء كنت ستغير المنزل، أو ستنتقل خارج وطنك، أو سترحل إلى ما وراء الحدود!

يبدو أن معظم من يأخذ على عاتقه مسألة الترتيب للموت هن النساء، لأنهن يمِلن إلى العيش فترة أطول من أزواجهن أو شركائهن، وأحيانًا كما هو الحال مع العائلة التي نشأت فيها، بقي والدي وحده أولًا.

إذا كان شخص ما يقطن في منزل لسنوات عديدة حيث بقي الأطفال والكبار والأقارب والضيوف المُرحَّب بهم، فغالبًا ما يكون هذا الشخص أكثر انشغالًا من أن يفكر أبدًا في تقليص عدد الأغراض المنزلية، وبالتالي فإن عدد المقتنيات في المنزل يتضاعف بسرعة على مر السنين. فجأة يخرج الوضع عن السيطرة ويمكن أن تبدو حمولة كل هذه الأشياء مُرهِقة. وقد يستنزفك الاحتفاظ بكل هذه الأشياء بشكل مفاجئ يومًا ما. حين يعتذر لك شخص ما عن زيارة عطلة نهاية الأسبوع أو عن العشاء، فإنك تشعر بالامتنان بدلًا من الإحباط، لأنك قد تكون منهَكًا للغاية وغير قادر على الترتيب للزيارة. المشكلة هي أن لديك الكثير من الأشياء للتعامل معها. حان الوقت لتغيير طريقة عيشك، ولم يفت الأوان بعد كي تبدأ!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الوقت الثمين ومساعدة الآباء

يختلف شكل الحياة في أيامنا هذه عمّا كان عليه عندما كنتُ صغيرة. لم أقل أنه كان أفضل، لكن إيقاع الحياة اليوم سريع جدًا، حيث يتعين على الكثير من الأسر الشابة جدولة حياتهم لإضافة طفيفة كي يتسنى لهم توفير الوقت للقيام بما يَعدّونه الأكثر أهمية.

لا تتخيل أبدًا أن أي شخص يرغب – أو سيكون قادرًا – على تحديد موعد إجازة للعناية بما لم تكلف نفسك عناء الاهتمام به. بغض النظر عن مقدار حبهم لك، لا تترك هذا العبء لهم.

أوّل تجربة لي في مجال التأهّب للرّحيل جرَت عندما اضطررت إلى تفريغ شقة والدي بعد وفاة والدتي. كان والداي متزوجين منذ ستة وأربعين عامًا، ولم يكن والدي قادرًا على الاهتمام بكل شيء بنفسه عند الانتقال إلى شقة أصغر، فاخترنا معًا الأثاث والشراشف والأغطية والأواني المنزلية والتحف الصغيرة واللوحات التي تجعل منزله الجديد لطيفًا ومريحًا.

كانت أمي امرأة منظمة وحكيمة وواقعية للغاية. مرضتْ لبعض الوقت، وأعتقد أنها كانت تشك في أنه لم يتبق لها الكثير من الوقت، وبالتالي بدأت في التخطيط لما بعد وفاتها.

عندما بدأتُ في تنظيف منزل والديّ، وجدتُ رسائل مُعلّقة بالملابس وأشياء أخرى كثيرة: تعليمات صغيرة مكتوبة بخط اليد فيما ينبغي فعله مع كل شيء. تم التبرع ببعض الطرود للجمعيات الخيرية، وأُرجِعت بعض الكتب إلى أصحابها الأصليين، كما أُعيد زيٌّ قديم لركوب الخيل لمتحف التاريخ، وهذا ما قيل في نوتة مثبتة بدبوس على واحدة من طيات صدر السترة، وعليها أيضًا اسم الشخص الذي يجب أن أتصل به في المتحف.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

حتى لو لم تكن هذه التعليمات الصغيرة موجهة لي تحديدًا، شعرت بها تواسيني. شعرت أن والدتي كانت هناك من أجلي. لقد قامت بالفعل بشيء من التخفّف قبل الموت. شعرت بالامتنان، وقد برهنت أنه مثال جيد لي عن كيفية تحمل مسؤولية أشيائك الخاصة؛ لجعل الأمر أسهل على أحبائك بعد موتك.

كانت تتراوح أعمار أطفالي الخمسة، في ذلك الوقت، بين عام واحد وأحد عشر عامًا، لذا كان وقتي ضيقًا للغاية. لم يكن لدي سوى القليل من الوقت، فقررنا الاستعانة بخبير مزادات لإخلاء البيت وبيع أي شيء لا يرغب والدي فيه أو يحتاجه في منزله الجديد الأصغر مساحة. قد تبدو فكرة الاستعانة بخبير مزادات عالية الكلفة وفيها شيء من المغالاة، لكنها في الحقيقة ليست كذلك، حيث تُخصم عمولة خبير المزادات من بيع الأغراض، ولذا فهي ليست على حسابي أو حساب والدي. في ظل هذه الظروف، كان هذا الخيار الأفضل بالنسبة لنا فعرض البيت للبيع في المزاد عادة ما يكون مفيدًا للغاية إذا لم يكن لديك أصدقاء أو أشقاء لمساعدتك.

كان على مكتب خبير المزادات الاهتمام بعدة أمور. أتذكر أنه بمجرد بدئنا سار كل شيء بسرعة حتى أني اضطررت إلى إيقاف بعض العمال الذين يحملون الأغراض أسفل الدرج لأتأملها قبل أن تختفي عن بصري إلى الأبد. لكنني لم أعبأ كثيرًا إن ذهب عدد قليل من الأغراض إلى خبير المزادات، فقد كان لدي الكثير من الأمور للاهتمام بها، والتي كانت أكثر إلحاحًا وتعقيدًا – مثل احتياجات أطفالي، وحالة والدي الذهنية بشأن هذه الخطوة، وحزننا لفقدان زوجته التي هي والدتي... لم يكن هناك وقت للقلق الشديد على أي شيء مادي.

وإلى جانب ذلك، تأكدت أن والدي احتفظ بالأغراض الأساسية التي سيحتاجها بالفعل في منزله الجديد مثل الأدوات المنزلية والأثاث. إن

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ذهب شيء قليل من الأشياء بالمزاد، فلن تكون نهاية العالم، فقد كان الهدف الأهم هو التمسك بالأشياء الخاصة التي أراد والدي امتلاكها في شقته الجديدة. احتفظنا بمكتبه الأثير (حيث وضع صورة لأمي)، إلى جانب كرسيه المفضل وبعض اللوحات التي لم يكن يرغب في التخلي عنها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كيف تبدأ؟

كن مدركًا أن الانتقال لمنزل أصغر سيستغرق بعضًا من الوقت. يبدو أن كبار السن يحسبون أن الوقت يجري بسرعة، ولكن في الحقيقة نحن من أصبحنا أبطأ، لذا لا تنتظر طويلا إن تقدّم بك العمر...

لن تنجز هذه المهمة الجديدة بسرعة إذا انتظرت، لكن مع القليل من الممارسة والتحضير، بالتأكيد سيكون من السهل عليك اتخاذ قرارات بشأن كيفية التخلص من الأشياء. ثق بي، فكلما قضيت وقتًا في تأمل حاجياتك، كان من الأسهل عليك أن تقرر ما الذي يجب أن تحتفظ به وما الذي لم تعد ترغب فيه. كلما عملت أكثر على هذا الأمر، قلّ الوقت الذي سيأخذه منك، وربما تعثر على المكافأة الإضافية الرائعة التي ستشعر بها عند زيارة مكب نفايات ورمي أشياء لا قيمة لها بقدر ما تستطيع.

ابدأ بتفقد السرداب أو العلّية أو الخزائن المجاورة للباب الأمامي. هذه الأماكن مناسبة للتخلص مؤقتًا مما هو فائض عن حاجتك. حسنًا، ربما وُضِعَ الكثير من الأغراض في المخزن منذ زمن طويل بشكل مؤقت، وربما لم تعد تذكر ماذا لديك هناك. هذه نقطة جيدة لك؛ لأنك ستدرك الآن أنك لن تفتقد شيئًا إن تخلصت منه.

ألقِ نظرة على مساحات التخزين هذه وابدأ باستخراج ما يختبئ هناك. قد يكون بيت دمية أو معدات الهوكي على الجليد، ومعظمها أشياء لم تعد ترغب في الاحتفاظ بها. أحيانًا تمتلئ علّيتك إلى درجة تجعلك مضطرًا لوضع أغراضك في علّية شخص آخر. هذا فظيع! من برأيك سيهتم بذلك عندما لا تعود هنا؟

أخبر أحباءك وأصدقاءك ما الذي تخطط له. قد يرغبون في مساعدتك، وحتى أخذ الأغراض التي لم تعد بحاجة لها، كما يمكنهم مساعدتك في نقل الأغراض التي لا يمكنك نقلها بمفردك. سترى أن حشودًا متواصلة من

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الأشخاص الذين يروقون لك (أو حتى لا يروقونك) سيأخذون أشياء، مثل: الكتب والملابس والأواني.

Telegram:@mbooks90

ربما لديك حفيد أو شخص ما تعرفه على وشك الانتقال لشقته لأول مرة. وجّه دعوة لهم واعرض أغراضك عليهم وحدّثهم عنها، اقصص لهم الحكايات وراء كل غرض (أو ربما عن حياتك)؛ تلك القصص التي لا يعرفونها. في الوقت نفسه، اجلب بعض الأكياس والصناديق التي يمكنك تعبئتها أثناء تبادل الحديث معهم، بحيث يمكنهم أخذ أغراضهم على الفور.

-الصور والرسائل-

لا تبدأ بالصور الفوتوغرافية... أو الرسائل والأوراق الشخصية التي تخص هذا الأمر. قد يكون هنا الكثير من المرح مع شيء من الحزن الشفيف وأنت تتصفّح الصور والرسائل، ولكن هناك شيء واحد مؤكد: أنك إذا بدأت بها، فستتعثر بالتأكيد في مسار الذاكرة وقد لا تتهاون مُطلقًا مع فكرة التخلي عن أي شيء آخر.

يجب أن تدع الصور والرسائل التي احتفظت بها لسبب ما جانبًا حتى تقوم بتحديد مصائر أثاثك وممتلكاتك الأخرى. بشكل عام، عند الترتيب للموت، يعدّ الحجم أمرًا مهمًا حقًا. ابدأ بالقِطع الكبيرة في منزلك، ثم انتهِ بالقِطع الأصغر. تحمل الصور الفوتوغرافية الكثير من المشاعر مما سيعيق عملك، لكنها مهمة جدًا أيضًا، لذا أفردت فصلًا خاصًا بها لاحقًا في هذا

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الكتاب.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ما تُبقيه وما تتركه

ليس الغرض هو أن نتخلص من الأشياء التي تجعل حياتنا أكثر سعادة وراحة، لكن إن لم تتمكن من تَتَبُّع أشيائك، أو لم تتمكن من أن تُحصي أشياءك، اعلم أنك تملك أكثر مما يجب.

أشعر بالارتياح في منزل مرتب ترتيبًا معقولًا، ولا أرغب في أن تقع عيني على ما لا أحب، وإذا كنت أملك كرسيًا جميلًا فإني لن أضع عليه غسيلي. لا بد أن هناك خطأ ما في الأسلوب الذي انتهجته لتنظيم منزلي، إن كانت الفوضى مستمرة في المكان الذي عملت أصلًا فيه بجد لتزيينه والحفاظ على ترتيبه.

تصبح الحياة أكثر متعة وراحة إذا تخلصنا من بعض الوفرة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الفرز والترتيب

عندما تتأمل منزلك، سترى غالبًا مجموعة من الأشياء التي تشترك في شيء واحد معًا: أنها كلها لك، لكن في الحقيقة، يوجد الكثير من القواسم المشتركة بين الكثير من معظم ما تمتلكه من أشياء. ينتمي كل شيء في منزلك إلى فئات مختلفة تقريبًا، على سبيل المثال يمكن تصنيفها إلى أثاث، وملابس، وكتب، وشراشف، إلى آخره.

هناك فئات مختلفة في المنازل المختلفة بالتأكيد. لاعبو الغولف والبستانيون والبحّارة ولاعبو كرة القدم، جميعهم لديهم أيضا قوائم جرد مختلفة، ويصعب التعامل مع بعض هذه الفئات عندما يتعلق الأمر بالتخلص من الأشياء في منزلك.

اختر فئة تعتقد أنه يسهل عليك التعامل معها، والفئة السهلة هي فئة واسعة وبلا كثير من الارتباط العاطفي، فمن المهم جدًا أن يكون خيارك الأول يسيرًا عليك؛ لأني لا أريدك أن تستسلم بسرعة.

عندما تُحسِن التعامل مع أول فئتين ستشعر بالإنجاز. وقريبًا جدًا ستصبح العناية بمنزلك أسهل بكثير من قبل. أنا أثق أن عائلتك وأصدقاءك سيحثونك على المضي قُدُمًا.

أما عني، فأنا أختار دائمًا البدء في فئة الملابس؛ لأن هذا يسير عليّ، حيث إني أعلم ما تحويه خزانة ملابسي من ثيابٍ كثيرة نادرًا ما أرتديها أو حتى لم أرتدها أبدًا.

كانت الملابس أول ما أبدأ به كلما قمتُ بالترتيب لموتِ أحدهم، كوالديَّ، أو زوجي، أو حماتي. على الأغلب تكون الملابس ذات قياس محدد، وما لم تكن تعرف صديقًا أو أحدًا من أفراد أسرتك له القياس نفسه، فمن الأفضل أن تتبرّع بها جميعها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ولكن إذا كنت ستبدأ بخزانة ملابسك، فافرز ملابسك كلها إلى كومتين (على سريرك أو على الطاولة).

الكومة الأولى للملابس التي تريد الاحتفاظ بها.

الكومة الثانية فهي للملابس التي تنوي التخلص منها.

ثم ابحث في الكومة الأولى واسحب القِطع التي تتطلب تعديلات طفيفة أو التنظيف على الناشف. والبقية يمكنك إعادتها في خزانة الملابس.

أما الكومة الثانية فهي للرمي أو للتبرّع بها.

عندما نظرت إلى كومتي الملابس لم أصدق أنني اشتريتها جميعًا، لكني أعتقد أن هدايا عيد ميلادي وهدايا عيد الميلاد المجيد (الكريسماس) قد جعلت الكمية أكبر. بعضها قياسها صغير جدًا وبعضها الآخر كبير جدًا. إذا كانت قياساتك قد تغيرت كثيرًا خلال العام الماضي، فسأضيف الملابس التي لم تعد مناسبة للكومة الثانية.

وبمجرد أن تمكنت من تخفيف خزانة ملابسي بفستانين وخمسة أوشحة وسترة واحدة وزوجين من الأحذية. أخذ حفيدي زوجًا من الأحذية والباقي أعطيته للصليب الأحمر. مدهش!

يتطلب مجتمعنا بشكل أو بآخر أن نرتدي ملابس مختلفة في مناسبات مختلفة: ملابس يومية وللأعياد وللأوقات السعيدة والحزينة. يجب أن نتذكر أيضًا أن ملابسنا تساعدنا على أن نكيّف أنفسنا وفقًا للمواسم وبيئات العمل المختلفة.

ربما تكون من بين من يحالفهم الحظ في الحصول على خزانة ملابس فسيحة، ولكن إذا كان الأمر كذلك، فإنك لست محظوظًا أيضًا حيث سيكون لديك المزيد من الملابس التي تقوم بتهويتها وغسلها والعناية

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بها... والتخلص منها في وقت لاحق.

عندما كنت شابة، قرأت مقالًا عظيمًا عن كيفية ترتيب خزانة زهيدة الثمن. المسألة هي أن كثرة الثياب ليست هي ما يجعل الشخص حسن الهيئة أو أنيقًا،والمقالة تتناول حسن انتقاء الملابس ومن ثم ترتيبها بعناية. فعليًا عشت بهذه النصيحة ما تبقى من حياتي. إن خزانة ملابسك كأي ركن آخر في منزلك، حيث يتعلق الأمر كله بالتنظيم... ومن ثم يمكنك العثور على الشيء المناسب عندما تحتاج إليه بسرعة وسهولة.

برأيي أن كافة الملابس في الخزانة يجب أن تتناغم مع بعضها، ويجب أن يكون لديك إمكانية دمجها وتنسيقها مع بعضها بعضًا.

والآن، إن كان عليك أن تخفّف من خزانة ملابسك، فمن الجيد أن تأخذ بضع ساعات لتتفحصها كاملة وترى ما الذي يمكنك فعله دونها. من المؤكد أنك ستجد أن هناك عمليات شراء دفعة واحدة وأشياء أخرى لا تتناسب مع أي ملابس أخرى... عندما تنظر إلى خزانة ملابسك ككل، فغالبًا ما يسهل عليك اكتشافها. احتفظ فقط بتلك القطع التي تشعر حقًا بأنك سترتديها، أو إذا كنت مرتبطًا بها ارتباطًا عاطفيًا قويًا جدًا. في بعض الأحيان، تكون الإثارة في الألوان أو النقوش منعشة للعين ومبهجة عند ارتدائها أكثر من تلك التي بها رسمة بسيطة.

لدي سترة مناسبة لكل شيء وفي أي مكان، اشتريتها من سيدة في سوق في الصين منذ عدة عقود. وهي عبارة عن خليط من قصاصات أقمشة متعددة ومطرزة بنقوش تمثّل حيوانات خيالية مضحكة، كما أنها مُلّونة للغاية ومحبوكة بعناية... إنها قطعة من الفرح مصنوعة من مواد أعاد تدويرها شخص مبدع. هل كانت السيدة الصغيرة في السوق هي من صنعها؟ جائز. أريد الاحتفاظ بهذه السترة لأنها تجعلني سعيدة وأرتديها عشية عيد الميلاد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ولكن هذا ليس دليل استخدام... يجب أن نستمر في الاستكشاف والترتيب والتنظيم والفرز!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

مزيد من الترتيب

من الأسهل إجراء عملية التأهّب للرّحيل في منزل مرتب ترتيبًا جيدًا، وما أقصده بكلمة «مرتّب» أن تكون الأشياء في مكانها الصحيح، فعندما تعم الفوضى منزلك كاملًا يصبح من الصعب ترتيبه على الإطلاق. ولكن لم يفت الأوان بعد لفعل شيء حيال مشكلة الفوضى هذه. بينما تمعن التفكير في المكان الذي ينتمي إليه الشيء الذي تقبض عليه في يدك، فربما تجد أنك لا تحتاج إليه على الإطلاق.

حيث أقطن لدينا منظمة تسمى سينيورنت(1). إنه مكان يمكن فيه للمتقاعدين، أو أي شخص تجاوز سن الخامسة والخمسين ويتمتع بمهارات محدودة في مجال الكمبيوتر، الحصول على مساعدة أمام العقبات التي تواجهه في استخدام الكمبيوتر وذلك من كبار السن المتقاعدين وممن هم أكثر قدرة منه. لم يكن مساعدي سعيدًا بالخلل الذي أصاب ملفات حاسوبي. ألقى نظرة إلى الشاشة، وقال: «هذا يشبه أن تضعي مرحاضك في المطبخ»، لذا، همّ بمساعدتي. ونظّم ملفاتي. كنت حينها أبلغ التاسعة والسبعين من عمري، لكني حصلت على المساعدة التي أحتاجها، وبعدئذ أصبح من السهل عليّ أن أجد غايتي عبر ملفات حاسوبي.

بالمثل يمكن أن يحدث هذا معك في منزلك، ولست في حاجة إلى كمبيوتر كي تدرك ذلك. إنها مجرد مقارنة هادفة، لأن كل شيء في الكمبيوتر يكون منطقيًا وجيد التنظيم.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ليس ممتعًا أن تلعب لعبة «إخفاء المفتاح»

حين تُخفيه عن نفسك

عندما كان أطفالي صغارًا، كنا نقيم حفلات أعياد ميلاد اعتدنا فيها أن نلعب لعبة سويدية تسمى *gömma nyckeln*، أو «إخفاء المفتاح». أوه، كم كانت ممتعة! كنت أخفي المفتاح - مفتاح كبير الحجم وقديم من القرن السابع عشر - في مكان ما في منزلنا ثم أُطلِق الأطفال للبحث عنه. كان الأمر أشبه بلعبة الغُمّيضة؛ وهي لعبة الاختباء والبحث، ولكن هنا دون الحاجة إلى إخفاء طفل فقير في خزانة ونسيانه. لذا، كنت أخفي المفتاح، وعندما يقترب أي من الأطفال من الكنز الصغير، كنت أصرخ: «حامي!»

وإذا كان بعيدًا جدًا أقول: «باردا!»

كان ذلك الفرح للعب تلك اللعبة، لكن بوصفك شخصا بالغا فإنه ليس مسليًا على الإطلاق أن تستيقظ في الصباح ولا تستطيع العثور على نظارتك، ولا أحد سيقول لك إنك تزداد دفئًا عندما تبحث عنها. حان الوقت لترتّب نفسك!

يفترض أن يكون من السهل الحفاظ على بعض النظام في المنزل الذي تعيش فيه منذ فترة. ومع ذلك، عرفت عائلات تعيش في فوضى كاملة. (لن أذكر اسم أي من أطفالي هنا، لكنك تعرف نفسك يا من أقصده). الفوضى هي مصدر غير ضروري للضيق حتى في أسرة صغيرة إلى حد ما حيث يهيم بعض أفرادها في محاولة للعثور على مفاتيحهم أو قفازاتهم أو شهاداتهم أو هواتفهم المحمولة. أيًا كان.

كل هذه الأشياء يجمعها عامل مشترك. يجب أن يكون لها مكان خاص بها، ولكن لم يخصص لها مكان بعد. خَصّص لكل شيء مكانًا ولن تشعر

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بالغضب أو الضيق أو اليأس عند مغادرة المنزل. لن تجد نفسك واقفًا عند الباب الأمامي في كثير من الأحيان تصرخ، «أين أجد أي شيء لي؟» ومن أجل التغيير - وكمكافأة إضافية - قد تصل أيضًا في الوقت المحدد.

معظم الأشخاص ينظفون منازلهم مرة واحدة في الأسبوع. وعندما تمضي قدمًا في تنظيف منزك باستخدام مكنسة كهربائية أو ممسحة، ستجد على الأرجح أشياء تنتمي إلى أماكن أخرى: قفازات على البيانو، وفرشاة للشعر في المطبخ، ومجموعة من المفاتيح خلف الأريكة...

احمل معك حقيبة بينما تقوم بتنظيف المنزل، أو ارتَدِ مَزيلة بها جيب كبير، وكلما رأيت شيئًا ليس في مكانه، ضعه في الحقيبة أو في جيب المَزيلة. عند انتهائك يمكنك أن تعرض كل ما جمعته لمن تعيش معهم وأن تطلب منهم إعادة كل شيء إلى مكانه الصحيح. لدى بعض الأسر الكثير من المقتنيات غير الملائمة حتى إن الحقيبة أو جيب المَزيلة ليس كبيرًا بما يكفي. هذه الأسر في حاجة إلى تنظيم فوري. قمت دائمًا بتنظيم بيتي وتنظيف الفوضى مصطحبة معي مَزيلة ذات جيب. مَزيلتي أنيقة للغاية مع رسم لنمر لطيف، وفي الحقيقة هي مَزيلة جميلة لدرجة أني أرغب في ارتدائها على الدوام حتى حين أخرج للعشاء.

من المفيد دائمًا تثبيت خطافات على الحائط في المدخل للمفاتيح وبعض السلال أو صناديق للقفازات والقبعات والأوشحة. ولتوفير وقتك إن كنت تسكن في منزل مؤلف من عدة طوابق، ضع سلة في بسطة درج كل طابق للأشياء التي تحتاجها صعودًا وهبوطًا، لكن تأكد من ألا تحشر قدمك في السلة بتاتًا.

ذات مرة قبل حوالي عشر سنوات، ذهبت في رحلة بحرية مع عائلة لعدة أيام. وعندما كان الجميع على متن المركب يستعد لمغادرة المركب لساعة أو أكثر كان لابد من قفل باب المقصورة، ولكن لم يتمكن أي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

شخص من العثور على المفتاح من آخر مرة فتحنا فيها الباب. من كان معه المفتاح؟ من آخر من كان معه المفتاح؟ بالرغم من الجزر الجميلة التي تحيط بنا، أخذت كل مغامرة خارج المركب تبدأ بمزاج سيئ أثّر علينا جميعًا وذلك بسبب البحث عن المفتاح! تخيل كيف يمكن لخطاف صغير للمفتاح داخل باب المقصورة أن يضيء حياتنا على متن المركب.

في بعض الأحيان يمكن أن يكون لأصغر التغييرات تأثير مدهش. إذا وجدت نفسك مرارًا وتكرارًا تواجه المشكلة نفسها، فقم بتثبيته!

خطّاف لا يكلف شيئًا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

طريقة جيدة جدًا

تجربتي الثانية في مجال التأهّب للرّحيل جرَت عندما توفيت حماتي. لقد انتقلت بالفعل إلى شقة أصغر بكثير وتمكنت من التخلص من معظم الأشياء التي لم تعد بحاجة لاستخدامها لاحقًا. تبدو شقتها الصغيرة دائمًا جميلة، وكانت لطيفة ودافئة.

استقدمت حماتي امرأة للمساعدة في الأشياء التي لم تستطع القيام بها بنفسها. أسمتها حماتي سنو وايت. لم نلمح أي أقزام قط، لكن سنو وايت تمتلك العديد من خصائص دأبهم واجتهادهم في العمل.

أحب أطفالي - أحفادها الذين كانوا في ذلك الوقت مستقلين في أولى شققهم الصغيرة - زيارة جدتهم حيث اعتادت طهي العشاء لهم وإخبارهم عن الزمن الذي كانت تعيش فيه هي وجدّهم في اليابان منذ عدة سنوات عندما كان يعمل لدى شركة سويديش ماتش.

في أوج أزمة الكساد، اضطر حماي وحماتي وابنهما (الذي هو زوجي، المولود في عام ألف وتسعمائة واثنين وثلاثين) للعودة إلى السويد.

كانت حماتي امرأة موهوبة ذات قدرات عالية. عند عودتها من اليابان إلى السويد في الثلاثينيات، فتحت متجرًا صغيرًا في الشارع الرئيسي بالمدينة، وهناك باعت الحرير والخزف وأعمال ورنيش جميلة وسلالا وأشياء أخرى مستوردة من اليابان. أعتقد أنها كانت أول شخص سويدي يستخدم السلال لأغراض أخرى غير الغسيل واقتطاف الفِطر. على سبيل المثال، ستستخدم سلة لترتيب الأزهار الجميلة... وهناك عادة شائعة جدًا وتستخدم كثيرًا (أن تضع إناء أو أي وعاء مناسب داخل سلة حيث يمكنك سكب بعض الماء فيه للزهور).

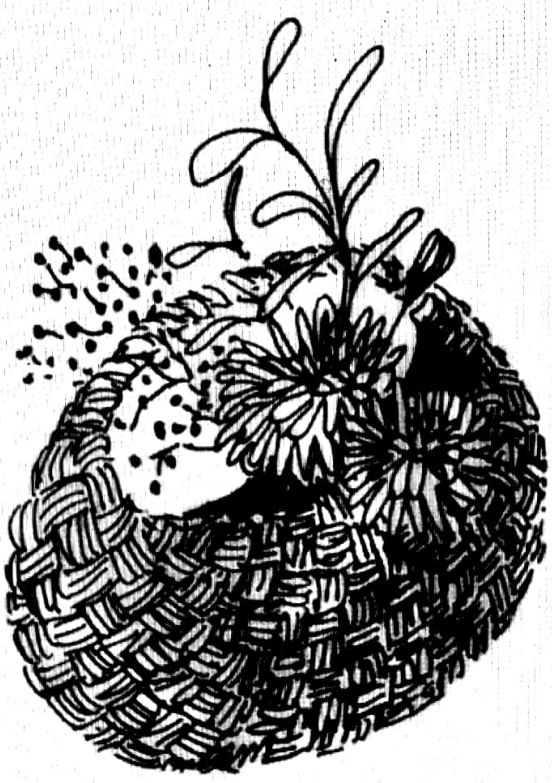
حتى وقت قريب جدًا، كانت نساء المدينة من الطبقة الراقية يشققن

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

طريقهن إلى متجرها الذي كانت تطلق عليه اسم جبل فوجي.

كان في جعبة حماتي العديد من القصص الممتعة وغير الممتعة عن كيفية كانت معاملة بعض «السيدات الجميلات» لها عندما خدمتهن من وراء طاولة البيع.

في السنوات الأخيرة من حياتها، وفي كل مرة زرناها، أو عند مجيئها عندنا، كانت تهدينا أطباقًا صينية جميلة، أو قطعة قماش مائدة جميلة، أو مناديل ذات ألوان جميلة لاصطحابها إلى المنزل، وتحمّلنا إياها في أيدينا قسرًا كلما غادرنا. استمر ذلك لسنوات عديدة قبل انتقالها الأخير إلى الشقة الصغيرة التي ستكون منزلها الأخير. تلك كانت طريقتها في التأهب للرّحيل: بمرور الوقت كانت قد وهبت الكثير بتمهّل وبلا إلحاح وبطريقة هادئة ولطيفة، وفي الوقت نفسه أضافت أشياء جميلة ومفيدة لمنازل أصدقائها وأحبائها.



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

في حينها لم أدرك أنها ذات فكر عميق. بالطبع لا تزال هناك أشياء يجب الاهتمام بها على الرغم من عمق تفكيرها، ولكنها أشياء أقل بكثير مما يجب علينا التصرف فيه. حتى اليوم أشعر بالامتنان لها لأنها سهلت الأمر علينا عند وفاتها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

السُعداء

أعرف الكثير من الأشخاص الذين يستطيعون الجلوس في بيت تعمّه الفوضى ويبدون كما لو أنهم ينعمون بالسعادة والوئام. بالنسبة لي أحسبهم فكاهيين تقريبًا، ولا يمكنني استيعابهم.

ومع ذلك فأنا أحسدهم أحيانًا، حيث لا أستطيع، عن نفسي، أن أشعر بالسعادة على الإطلاق في المنزل الذي يبدو وكأنه قد تم تجفيفه في نشافة الملابس.

عندما زادت عصابة أطفالنا ووصلت إلى خمسة في حيّزنا في غضون عشر سنوات فقط، قمنا بإعادة ترتيب المدخل الرئيسي لمنزلنا ليشبه مدرسة ابتدائية سويدية. لكل طفل لونه الخاص وصندوق صغير بلونه الخاص وخطّاف ملابس. عُلّقت جميع ملابسهم الخارجية على الخطّاف، أو وُضعت في خزائن صغيرة، ولم تدخل معدات الأطفال الخارجية إلى منطقة المعيشة. تعليق سترة أحدهم على الخطاف ووضع القفازات في مكانها لا يستغرق وقتًا أطول بكثير من إلقائه على الأرض. وأفضل ما في الأمر هو أن الأطفال يمكنهم العثور على أشيائهم، دون أن يضطروا إلى طرح السؤال «أمي، هل رأيت...؟»

Telegram:@mbooks90

إن البحث عن أشياء ليست في أماكنها المناسبة لا يعد استغلالًا فعالًا لوقتك.

في حالة الترتيب للموت، لا يعد عدم التنظيم استغلالًا جيدًا لوقت أحبائك. لن يكونوا أشخاصًا سعداء عندما يتعين عليهم القيام بالتنظيم من أجلك، لذا، اعمل على الحفاظ على الأشياء منظمة طيلة حياتك وعندها سيكون الترتيب للموت أسهل للجميع.

-رأي ثانٍ -

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إذا عزمت وحدك على الانتقال لمنزل أصغر، فقد ترغب في مناقشة الأمر مع أحدهم، شخص ما ليس من عائلتك ولا تربطه أية عاطفة مع القِطع التي ترغب في التخلص منها.

ربما أنت في حاجة لنصيحة ما أو مجرد وجهات نظر أخرى من شخص في وضع مماثل (غيري أنا) أو حتى من شخص أصغر سنًا. يفضل أن تكون طريقة تفكيرهم مختلفة عنك، وهو أمر جيد. سيساعدك ذلك على النظر إلى مهمتك - أو حتى المُعضِلات الأخرى - من زوايا جديدة.

اطلب من هؤلاء الأشخاص الحضور إن كنت لا تعيش بعيدًا عنهم، ولا تنسَ أن تدوّن قائمة بجميع الأمور التي ترغب بأخذ نصيحتهم بشأنها. لا أحد يرغب في الانتظار بينما تبحث عن الأسئلة التي كانت تدور في ذهنك. فيما يلي بعض الأسئلة التي طرحتها خلال عمليات التأهّب للرّحيل:

ما هي أفضل مؤسسة خيرية للتبرع بالكتب؟

هذه اللوحة ليست لها قيمة حقيقية ولكنها جميلة جدًا. هل يرغب أحد في اقتنائها؟

هل يمكنني إعطاء سيف الساموراي القديم لحفيدي المراهق؟

ليست أسئلة كبيرة أو صعبة، ولكنها الأسئلة التي يمكن أن تحتاج لرأي ثانٍ.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

تجربتي الثالثة في مجال التأهب للرّحيل

ثالثُ تجربة لي في مجال التأهّب للرّحيل، لم تكن في منزل أحدٍ آخر غير منزلي. توفي زوجي عن عمر الثمانية والأربعين عامًا إثر مرض عضال، وكنت أعاني من أجل ترتيب كل أغراضه والبدء في التفكير في كيفية تنظيم أغراضي للانتقال إلى مساحة أصغر للعيش.

عندما تكونان زوجين لعدة سنوات، فمن الصعب أن تستوعب فكرة أنك عدت أعزب. حكيمي الروحاني المفضل وحلّال مشاكلي لم يعد موجودًا، لقد رحل، ولن يظهر مرة أخرى للحفاظ على شراكتنا ولجعل الحياة أكثر سلاسة. هذه حقيقة فظيعة نواجهها جميعًا بأشكال مختلفة، سواء أكانت زوجًا أو الخسارة الحتمية لأصدقائنا أو أفراد الأسرة المقربين.

حاولت أن أقدم نفسي لأنني اعتقدت أن الآخرين أرادوا رؤيتي: أنني لن أنهار وأنني كنت أعمل بجد للمضي قدمًا. ومع ذلك، بطريقة ما، كان أعزّ وأفضل أصدقائي حاضرًا بقوة في منزلنا، مما جعل المضي قدمًا أصعب. أدركت أنه كان عليّ أن أجد منزلًا جديدًا بسرعة، وهو المكان الذي ستكون فيه الذكريات شحيحة وأكثر سهولة بالنسبة لشخص واحد للعناية به... ويفضل أن يكون بلا حديقة كبيرة، أو العديد من السلالم والغرف التي تحتاج للتنظيف. لم أعد أستمتع، ولم أكن قادرة على جز العشب أو جرف الثلج... أو حتى مهتمة في مسح الغبار، لهذه الدرجة.

لا يتم ضغط محتويات منزل فسيح مع حديقة واسعة في شقة من غرفتين مع شرفة في غضون ساعات قليلة. طالب أطفالي البالغون ببعض الملابس والكتب والأدوات والأثاث، مع ذلك بالطبع لا يزال هناك الكثير من الأشياء التي يجب الاعتناء بها أو فرزها أو الاحتفاظ بها أو التخلص منها.

اتصلت بدار مزادات، وهم الذين نظروا في الأشياء التي أردت التخلص

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

منها وقدّموا لي تخمينًا. طرحت بعض هذه الأشياء للبيع، ثم طلبت من الأصدقاء والجيران المجيء لمعرفة ما إذا كان هناك أي شيء يريدونه. بعد ذلك، ذهبت إلى غرف المنزل غرفة إثر أخرى، وأعددت قائمة بكل ما تبقى فيها، ودوّنت ملاحظة واضحة عما يجب فعله بكل قطعة. بجانب مصباح، كتبت «يُعطى لبيتر»، إلى جانب لوحة كتبت «تُعطى للعمة إلين»، وأيضًا إلى جانب شيء لا يمكنني منحه إلى شخص أعرفه، كتبت «تبرّع للجمعيات الخيرية».

مع كل هذا، قمت بتخصيص أسبوع لكل غرفة في منزلي للتنظيف. شعرت بهذه الطريقة أنني أستطيع التعامل مع عملية التأهّب لرحيلي بمفردي، دون عجلة. بعض المساحات، مثل غرفة الغسيل، لن تستغرق أسبوعًا كاملًا بالطبع، ولكن سيكون هناك مزيد من الوقت المتبقي للقيام بأشياء أخرى حول المنزل من شأنها أن تجعل الرحيل وبيعها أسهل بكثير. بعد الانتهاء من كل غرفة، أخذت استراحة مستحقة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

التأهّب للرّحيل بنفسك

كان من الرائع للغاية أن تقوم شركة زوجي بمساعدتي في تفريغ منزلنا، وهذه هي تجربتي الثالثة في مجال التأهّب للرّحيل. بدا الأمر مستحيلًا، لقد كان ميتًا.

عاد جميع أبنائي لحضور الجنازة، مع ذلك استغرق ترتيب موته عامًا كاملًا. عملت بنفسي على وتيرة ثابتة، كما وضعت في اعتباري ملحوظات أطفالي حول أشياء معينة تعلّقوا بها وتمسّكوا بتلك القِطع لأعطيها لهم فيما بعد، وذلك أثناء التخلّي عن أشياء أخرى لم يحفل أحد بها.

إذا طلبت المساعدة من أولادي وأزواجهم، فأنا أكيدة من أنهم كانوا سيبذلون قصارى جهدهم لمساعدتي. لكني لم أسأل. ثلاثة منهم لديهم أطفال صغار، وكان لدى كل منهم وظائف في بقاع مختلفة مثل الولايات المتحدة الأمريكية وأفريقيا واليابان بعيدًا عن منزلي الصغير على الساحل الغربي للسويد. لذا، كان تنظيم زيارة أبنائي وأطفالهم وجميع حقائبهم سيتطلب الكثير. إلى جانب ذلك، أكره أن أطلب المساعدة.

حينما أستعرض كل الأشياء التي وثّقت حياتنا معًا (خمسون عامًا من الصعود غالبًا، مع بعض الإحباطات، وخمسة أبناء) أشعر بالوحدة الشديدة. كان ينبغي علينا؛ أنا وزوجي، القيام بالمهمة معًا، بدءًا من الخامسة والستين، وربما حتى قبل ذلك، عندما كنا أقوى وبصحة أفضل. لكن، يعتقد الجميع أنهم سيعيشون إلى الأبد. وفجأة رحل توأم روحي.

أدركت أخيرًا أن القيام بذلك بمفردي ربما كان أمرًا جيدًا. وربما كان من الأسهل لي أن أتولى ذلك بنفسي. لو رتّبت ذلك مع زوجي، فقد يستغرق الأمر منا سنوات، إذ يميل الرجال إلى الاحتفاظ بمعظم الأشياء بدلًا من التخلص منها. هذا ينطبق حتى على أصغر الأشياء مثل البراغي والصواميل. إنهم يعتقدون، وهم محقون في بعض الأحيان، أن كل شيء

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

صغير سيكون مفيدًا في وقت لاحق. ولو حضر أبنائي لرغبوا في إنقاذ كل شيء. كل شيء! أو على الأقل ستكون لديهم آراء مختلفة ومربكة بشأن ما يجب عليهم إنقاذه.

لذلك، في النهاية كان أفضل شيء لفعله هو أن أرتب بنفسي. من ناحية أخرى، إذا كان لديك أطفال لديهم وقت فائض عن حاجتهم، أشرِكهم في الترتيب بجميع الطرق.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كيف تناقش موضوع التأهب للرّحيل

عندما كنت صغيرة، لم يكن من حسن الخلق التحدث عما يجول في بالك مع شخص متقدم في السن بمن فيهم والديك. كان مستهجنًا أن يقوم الشباب بمناقشة كبار السن في موضوعات لم يطلبوا رأيهم فيها. أن تكون صريحًا وصادقًا كان يعد فعلًا خاليًا من التهذيب.

هذا هو السبب في أن الكبار في ذلك الوقت – أي جيل أبويّ وآبائهم من قبلهم - لم يكن لديهم أدنى فكرة عن رأي الشباب في أي شيء. الآباء والأبناء لم يفهموا بعضهم بعضًا كما يجب. وكان من الحماقة والمحزن حقًا، تفويت الفرصة للأجيال المختلفة لمعرفة بعضهم بعضًا بشكل أفضل. بالتالي الموت والتأهب للموت لم يناقش على الأغلب.

نعتقد اليوم أن الصراحة تفوق في أهميتها التهذيب، والأفضل أن نجمع بينهما. لا أعتقد أن شباب اليوم لبِقون ومتحفظون كما كان جيلي، ويمكن لهذا أن يكون جيدًا للجميع. يمكن أن تكون اللباقة قيمة مهمة كي لا تؤذي مشاعر شخص ما، ولكن بما أنه يجب علينا جميعًا – ليوم واحد أو لآخر – أن نواجه الموت بشكل مباشر وجهًا لوجه، فربما لا مكان للّباقة في المناقشات التي يجب علينا جميعًا إيجاد وسيلة لها.

اليوم أخيرًا يمكننا الحديث بسهولة مع الوالدين أو شخص ما: كيف ستتصرف بكل أغراضك حين لا تعود تملك القوة أو الاهتمام بها بعد الآن؟

يشعر الكثير من الأبناء البالغين بالقلق حيال مقدار الممتلكات التي جمعها آباؤهم على مر السنين. إنهم يعلمون أنه إذا لم يهتم ذووهم بممتلكاتهم الخاصة، فإنه سيتعين على الأبناء القيام بذلك من أجلهم.

إذا تقدم والداك في العمر ولم تعرف كيف تُفاتحهما بموضوع كيفية التصرف في كافة الممتلكات الخاصة بهما، أقترح عليك أن تقوم

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بزيارتهما، والجلوس معهما، وطرح بعض الأسئلة التالية بطريقة لطيفة:

«لديكما العديد من الأشياء اللطيفة، فهل فكرتما في كيفية التصرف بها في وقت لاحق؟»

«هل تستمتعان بالحصول على كل هذه الممتلكات؟»

«هل يمكن أن تكون الحياة أسهل وأقل مشقة إذا تخفّفنا من بعض هذه الأشياء التي جمعتماها على مدى سنوات؟ ‹›

«هل هناك أي شيء يمكننا القيام به رويدًا رويدًا معًا بحيث لا يكون هناك الكثير من الأشياء التي يجب التصرف فيها لاحقًا؟»

يواجه كبار السن في كثير من الأحيان مشكلة في مسألة التوازن. السّجاد وأكوام الكتب المكدّسة على الأرض والقطع الغريبة المتناثرة حول المنزل كلها قد تشكل مخاطر للسلامة. ربما يمكن أن تكون هذه وسيلة لبدء النقاش. اسأل عن السّجاد: هل هو آمن فعلًا؟

ربما يكون هذا هو المكان الذي لا تزال اللباقة فيه مهمة لطرح هذه الأسئلة بطريقة لطيفة وحنونة بقدر الإمكان. من الجائز أنه عند سؤال والديك للمرة الأولى أن يحاولا تجنب الحديث في الأمر أو تغيير الموضوع، لكن من المهم فتح النقاش. إذا كنت غير قادر على حثّهم على التحدث معك، فامنحهم الوقت للتفكير، ثم ارجع بعد بضعة أسابيع أو بضعة أشهر واسألهم مرة أخرى، ربما بطريقة مختلفة بعض الشيء.

أو اسألهم عبر الهاتف، أو اذكر لهم أن هناك أشياء معينة في منزلهم ترغب في امتلاكها، وربما يمكنك أخذها من الآن؟ ربما سيشعرون بالارتياح للتخلص من بعض الأشياء التي من شأنها أن تساعدهم في البدء في تصوّر منح أشيائهم والاستمتاع المحتمل مع الشروع في التأهّب للرّحيل.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إن كنت خائفًا جدًا من الظهور بعض الشيء بمظهر «غير المهذب» مع والديك، ولا تجرؤ على إثارة الموضوع أو طرح الأسئلة عليهما لمساعدتهما على التفكير في الكيفية التي يريدان فيها التعامل مع أشيائهما، فلا تتفاجأ إذا واجهتك مشكلة مع كل ذلك في وقت لاحق! قد يرغب أحد أفراد الأسرة في أن يرث أشياء جميلة منك، ولكن ليس كل ما عندك.

- هل عرف الفايكنغ السر الحقيقي

وراء التأهب للرحيل -

أحيانًا أفكر أنه كان من الأسهل أن نعيش ونموت في زمن أسلافنا، الفايكنغ. عند دفن أقاربهم، يقومون أيضًا بدفن الكثير من الأشياء مع أجسادهم. السبب في هذا أنهم كانوا يريدون التأكد من أن الموتى لن يفوّتوا أي شيء في بيئتهم الجديدة، وأيضًا تأكيدًا لأفراد الأسرة الذين بقوا على قيد الحياة أنهم لن يصبحوا مهووسين بأرواح من ماتوا، وكي لا تصاحبهم ذكرى من رحلوا باستمرار كلما نظروا إلى ممتلكاتهم المنتشرة في جميع أنحاء الخيمة أو الكوخ الطيني. تفكير ذكي جدًا.

هل يمكنك أن تتخيل السيناريو نفسه اليوم؟ مع كل الخردة التي يحتفظ بها الناس الآن، يجب دفنهم في أحواض السباحة ذات الحجم الأوليمبي حتى يتسنى لهم أخذ ممتلكاتهم معهم!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

احصِ اللحظات السعيدة فقط

اعتادت آني لينغستاد(2) من فرقة آبا الموسيقية السويدية على أداء أغنية: «فقط احصِ اللحظات السعيدة، وانسَ تلك التي تجلب لك الحزن...» فمن المهم تسخير الوقت لصنع اللحظات السعيدة التي ستصبح فيما بعد ذكريات جيدة.

تمتد السويد على ساحل طويل للغاية، ويحظى الإبحار بشعبية كبيرة في بلدنا. في عائلتنا كنا نبحر ونتحدث عن الإبحار كثيرًا، وفي كثير من الأحيان يتحول العشاء لدينا إلى سباقات إبحار حقيقية. حوّلنا العديد من أدوات المائدة إلى قوارب في خيالنا، الشوك والملاعق تصطدم في بعضها بعضًا، وأصبح وعاء الخردل علامة الدوران. كانت معركة كبيرة للوصول إلى خط النهاية بين مطحنة الفلفل والمملحة.

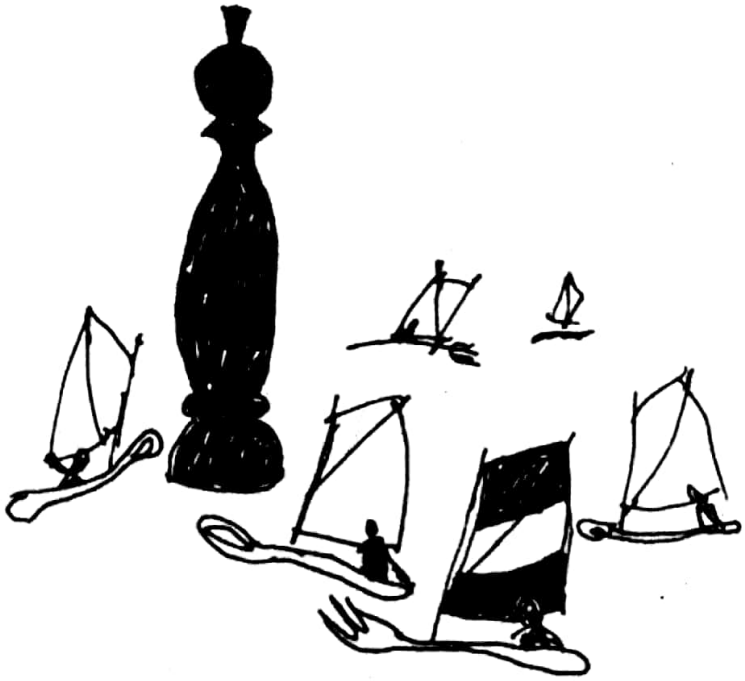
تحدثنا عن السباق الأخير، وضحكنا على عيوبنا بصفتنا بحارة، وبعد ذلك، تذكرنا زوجي، والد أبنائي، وبكينا كذلك.

عندما كنت أستعد لمغادرة منزلي، سألت أولادي الكبار عما إذا كان أحد منهم يريد الطاولة التي لعبنا عليها العديد من سباقات الإبحار الخيالية. جميعهم أجابوا بلا. لحسن الحظ، عندما كنت على وشك التبرع بالطاولة، انتقل أحد أبنائي فجأة إلى شقة جديدة وكان بحاجة إلى طاولة، لذلك هي هناك إلى يومنا هذا. أنا سعيدة لأن ابني هذا سيتذكر السباقات السعيدة على تلك الطاولة وربما يصنع سباقات جديدة مع أحبائه.

ومع ذلك، كان يمكن أن تكون طاولة جميلة في منزل شخص ما إن لم يحتفظ بها أحد أفراد الأسرة. يمكنك دائمًا أن تنتظر وتنتظر أن يرغب أحدهم في شيء ما في منزلك، لكن لا يمكنك الانتظار إلى الأبد. أحيانًا، عليك فقط التخلي عن الأشياء العزيزة على أمل أن ينتهي بها الأمر مع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

شخص سيصنع ذكريات جديدة معها.



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المتفائل الصغير

بعد بضع سنوات من مغادرة أبنائنا المنزل، كنا لا نزال نملك قاربًا خشبيًا صغيرًا نستخدمه لتعليمهم كيفية الإبحار بينما كانوا يكبرون. لم نترك القارب الصغير في الطريق، ولم نرغب حقًا في التخلي عنه، ويعود السبب في ذلك نوعًا ما إلى أنه يحفظ الكثير من ذكريات الإبحار الرائعة، ويعود السبب في ذلك جزئيًا إلى أننا اعتقدنا أنه سيكون من الجيد بالنسبة لجيل جديد لدينا من الأحفاد، ولذلك أردنا الاحتفاظ بالقارب الصغير.

كان لدينا في فنائنا الخلفي حظيرة حمراء سويدية الطراز أبوابها بيضاء ونافذتها مزخرفة. عثر القارب الصغير تحت سقف الحظيرة على ملاذ آمن انتظارًا لهؤلاء الأحفاد. القارب الخشبي حساس يتأثر حسب بيئته؛ لحسن الحظ لم تكن الحظيرة رطبة جدًا ولا جافة جدًا، لذلك انتظر القارب بصبر عدة سنوات، في رعاية الحظيرة.

في نهاية المطاف، اتضح أن أيًا من الأحفاد لم ير أن الإبحار ممتع على نحو خاص ولذلك بعنا القارب، وشعرنا بالأسى. على الرغم من أنهم أُرسِلوا جميعًا إلى مدرسة الإبحار، إلا أن معظمهم تمتعوا فقط بالدروس التي تعلموا فيها ما يجب عليهم فعله عندما ينقلب القارب وكان عليهم البقاء في الماء. لقد كان هذا درسًا جيدًا لهم كي يتعلموه، ولكن الجزء الفعلي من دروس الإبحار لم يسبق لهم التعلم منه ولم يُطلَب منهم.

كان القارب من النوع الذي يُطلق عليه (أوبتسميست دينغي) أي الزورق المتفائل، وهو قارب للمبتدئين. لو أن هذا القارب الصغير كان باستطاعته أن يتحدّث، لما صدّق أحد كل القصص التي كان يمكن أن يرويها: قصص النصر والهزيمة، وحكايات المحيطات والجزر والمضائق البحرية التي أخذ مالِكيه إليها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أذكر بشكل خاص رحلة بالسيارة إلى فرنسا من أجل المشاركة في مسابقة الإبحار. اصطحبنا معنا أطفالنا الخمسة، وصديقًا لهم، وأربعة قوارب صغيرة من طراز(أوبتسميست دينغي). وضعنا واحدًا منها على سطح السيارة وثلاثة كانت في مقطورة خلف السيارة. عندما وصلنا إلى مدينة غِنت في بلجيكا، كان الظلام دامسًا، ولم نعرف أي طريق نسلك للوصول إلى وجهتنا.

شاهدنا ضابط شرطة على دراجة نارية متوقفة على جانب الطريق. أوقف زوجي السيارة، وفتح النافذة وسأل عن الاتجاهات. نظر الشرطي إلى حمولتنا من القوارب الشراعية وإلى كل الأطفال الصغار الفضوليين في السيارة. أطلق صافرته وفجأة ظهر ثلاثة من رجال الشرطة على الدراجات النارية، وبوجود دراجتين ناريتين أمامنا واثنتين خلفنا، رافقونا إلى المدينة. هل يمكنك أن تتخيل مدى سعادتنا؟ لا شيء من هذا كان سيحدث بدون هذا القارب الصغير (وأصدقائه).

إذًا بات من المفهوم الآن، كم هو صعب علينا التخلي عن قاربنا الصغير. مع ذلك ما تعلمناه هو ألا نتعلّق بأشياء لا رغبة لأحد في اقتنائها.

- وظيفة المرأة –

في بعض الأحيان أتساءل كيف يتعامل الرجال مع وضعهم حين يصبحوا أرامل. غالبًا ما يدير الرجال من جيلي المسألة بشكل سيء، خاصة إذا كان لديهم زوجات أفسدنهم. ربما بالكاد يمكنهم سلق بيضة، ناهيك عن خياطة زر. يمكن لزوجي التعامل مع معظم الأشياء اليومية الصغيرة مثل الطبخ البسيط وتصليح الأشياء. كان والدي طبيبًا ومع ذلك كان يمكنه تنظيف الأسماك التي اصطادها بشكل جيد؛ بدا الأمر كما لو أنه قام بعملية جراحية لها حيث كانت شرائح الفيليه مضمونة بلا أشواك! ولكن، هل يمكنه طهيها؟ كلا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أفضل حل للأرامل على المدى الطويل هو إيجاد زوجة جديدة في أسرع وقت ممكن - شخص يقوم بالغسيل والكي، وإنقاذهم من الموت جوعًا، وهو ما يوشك أن يحدث.

أعتقد أن الجيل القادم من الرجال سيكونون أقدر على التعاطي مع متطلبات الحياة ما أن يحملوا لقب أرامل. في السويد، يستمتع العديد من الشباب بالخياطة والحياكة، وآخرون طهاة رائعون ويمكنهم الجمع بين النكهات التي تجعل الفم يغني! وهم ليسوا أغبياء ليضيعوا الوقت في كي قميص بالكامل عندما يعتزمون ارتداء سترة عليه؛ فهم يعلمون أن ياقة القميص وزنديه فقط ما يُرى. عندما تتقدم هذه الأجيال الشابة في السن، سيستفيدون من مهاراتهم استفادة كبيرة.

أعتقد أن الترتيب للموت عادةً ما كان وظيفة من وظائف المرأة. كانت المرأة مسؤولة عن المنزل وكثيرًا ما تعيش لفترة أطول، وعلى الأغلب كنا نحن من نرتب وراء أطفالنا وأزواجنا، لذا نحن معتادات على الترتيب.

تربّت نساء جيلي على ألا يكن على الطريق، ألا يسببن المتاعب لمن حولهن في وجودهن، وليس هذا هو الحال مع الرجال الذين يشغلون المساحة التي أعطيت لهم بشكل مُسلّم به. تقول ابنتي أحيانًا أنني أشعر بقلق شديد لأني مصدر إزعاج، لدرجة أن قلقي نفسه يصبح مزعجًا. لا يفكر الرجال كما أفعل، لكن يجب عليهم ذلك، فهم أيضًا، يمكن أن يكونوا على الطريق.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

لا تنسَ نفسك

أثناء التأهّب للرّحيل، يجب ألا تنسَى الاهتمام بحياتك الحالية: منزلك، وربما حديقتك، ونفسك.

إذا قررت الانتقال لمنزل أصغر، فمن الجيد ألا تتعجل. إذا كان ذلك ممكنًا، يجب أن تأخذ وقتك وأن تمضي قُدُمًا بخطوات تناسبك. سيستحوذ الأمر عليك ولكنه أيضًا شاق في بعض الأحيان، ومن المهم ألا تفرِط في ذلك.

عندما تتذكر المال الذي ستدّخره عن طريق القيام بذلك بنفسك، وفي كل الوقت الذي ستوفّره على عائلتك وأصدقائك الذين لن يضطروا إلى فعل ذلك من أجلك، فهذا سيجعلك تشعر حقًا بأن العمل الذي تقوم به يستحق كل هذا العناء.

أيضًا، ربما تدرك أنت - كما فعلت أنا - عدد الأشياء الثمينة التي تملكها وأنك تريد السماح للآخرين بامتلاكها حتى يتمكنوا من الاستمتاع والعناية بها. ومع ذلك، الآن ليس الوقت المناسب للتورط في الذكريات. لا ليس الآن، فالتخطيط لمستقبلك أهم. نتطلع إلى حياة أيسر وأهدأ... حياة ستحبها!

ويمكننا أن نعدّ الترتيب مهمة عادية تقوم بها كل يوم. وفيما بين ذلك، استمتع بقدر الإمكان بكل الأشياء التي تحب فعلها مع الأصدقاء والعائلة أو الأعمال الخيرية أو المشي أو لعب البوتشي(3) أو لعب الورق. اشتكى صديق لي أنه ما من متعة في لعب الورق المسماة بربدج عندما يكون اثنان من مجموعة أصدقائك الأربعة قد رحلا. بالطبع هذا محزن، ولكن من اللطيف أيضًا أن تلتقي مع الشباب وأن تشاركهم اللعب، وهم يقدّرون صداقتك كما تقدّر صداقتهم. إضافة إلى ذلك، هم لا يتحدثون عن أجهزة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

السمع وغيرها من الأمور المحبِطة طوال الوقت.

قد تحتاج أيضًا إلى استغلال شيء من وقتك لرؤية اختصاصي العيون، وطبيب الأسنان وطبيب أسرتك لإجراء فحوصات طبية وأكثر من ذلك، فهذه الفحوصات تأخذ وقتًا.

أثناء التأهّب لرحيلي، تعرفت إلى أشخاص مثيرين للاهتمام ومُسلّين ولطيفين عند تواصلي مع خبراء المزادات وتجار التحف وبائعي البضائع المستعملة والمنظمات الخيرية.

الشيخوخة بالتأكيد ليست للوهن. لهذا السبب يجب عليك ألا تنتظر وقتًا طويلاً لتبدأ بالتخفّف. ستبلغ عاجلًا أم آجلًا مرحلة الوهن والعجز، وبعد ذلك ستقدر على الاستمتاع بالأشياء التي لا يزال بإمكانك إدارتها دون عبء الكثير من الأشياء التي يجب الاعتناء بها والكثير من الفوضى التي لا يمكن تنظيمها.

أحيانًا أفتقد حديقتي كثيرًا، ولكن يجب أن أعترف أن الاستمتاع فقط بحديقة شخص آخر أسهل بكثير. (وإذا أراد شخص ما أن يتعلم أو يتحدث عن البستنة، فيمكنه أن يسألك ويستمع: ما زلت على دراية بالأمر.)

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

خطوة الانتقال إلى مساحة أصغر

قرأت مؤخرًا في إحدى الصحف الأمريكية عن منظمة جديدة بالكامل تضم أشخاصًا يمكن توظيفهم لمساعدة كبار السن على تخفيض عدد أمتعتهم وترتيب مساحاتهم الصغيرة الجديدة بالطريقة التي يرغبون فيها. أعتقد أنها فكرة جيدة، ولكن عندما رأيت ما يتقاضاه هؤلاء الأشخاص من أجور بالسّاعة، شعرت بالقلق إزاء ما ستكون عليه الفاتورة النهائية، لأن الترتيب الدقيق للموت يستغرق ساعات كثيرة.

قد يؤدي تعيين شخص متخصص مثل هذا إلى تسريع العملية بوتيرة كبيرة - ربما لأنك لا ترغب في دفع الكثير على عملية تمتد لساعات طويلة! – حيث إنك لا تشعر براحة البال التي تحتاج إليها لتمعن التفكير والتخطيط لمنزلك التالي. لا تنس أنك قد تعيش لسنوات عديدة قادمة. هذا سبب وجيه لتَفَقُّد ممتلكاتك بعناية والتفكير مليًا في الأثاث والملابس والكتب واللوحات والثريّات وغيرها، تلك التي ترغب في الاحتفاظ بها.

هناك العديد من الوسائل للقيام بذلك. ربما لديك نموذج جيد لتحذو حذوه، إذا لم يكن الأمر كذلك، فإليك طريقتي للانتقال لمنزل أصغر بشكل أسهل قدر الإمكان.

أعطيت كل غرفة أو مساحة اسمًا، كتبته على قطعة ورق مقسمة إلى خانات «للتبرع» و«للرمي» و«الاحتفاظ به» و«للانتقال». ساعدني ذلك في عدم نسيان أي شيء عندما جاءت المنظمات المختلفة (جمعية المسنين، والصليب الأحمر وغيرها) لجمع الأشياء.

عندما بيع منزلي، اتضح أن المالكين الجدد أرادوا شراء بعض قطع الأثاث والاحتفاظ بها. فرزت هذه القطع في خانة «الاحتفاظ به» وقمت أيضًا بوضع ملصق «الاحتفاظ به» باللون الأحمر على كل قطعة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بعد ذلك بوقت قصير، تمكنت من العثور على شقة مؤلفة من غرفتين في بلدة مختلفة كنت أعرفها جيدًا منذ وقت مبكر من حياتي، بلدة يعيش فيها أحد أبنائي حيث لا يزال لدي بعض الأصدقاء. لم أخطط لحزم وحمل ونقل أمتعتي بنفسي. لقد حان الوقت الآن للحصول على تخمينات مكتوبة من شركتي نقل مختلفتين على الأقل، لكن قبل أن أقرر أيها أختار، أردت القيام بمزيد من الاستعدادات.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

ارسم خريطة لمكانك الجديد

قبل التعاقد مع شركة النقل، ذهبت إلى سكني الجديد وقمت بأخذ قياسات كل مساحة بعناية. نادرًا ما يوفر لك وكيل البيع القياسات الدقيقة لمخطط أرضية للشقة، ومن المهم جدًا أن تكون دقيقة بالفعل. تخيل أن ناقلي الأثاث حملوا خزانة أدراج كبيرة أعلى الدرج وعرضها خمس سنتيمترات، سيكون ذلك مضيعة للوقت ومزعجًا للغاية لك ولناقليها.

لذا، اشتريت أولًا كراسة كبيرة من ورق الرسم البياني ورسمت عليها مخطط الأرضية للشقة. أيضًا أخذت قياسات جميع قطع الأثاث التي كنت آمل أن تناسب مساحتي المختزلة ورسمتها على هيئة مربعات ومستطيلات على جزء من ورقة الرسم البياني. قمت بتسمية كل منها حتى عرفت ما تمثله ثم قمت بقصّها.

بعد ذلك، كان من السهل تأثيث غرفتي الجديدة عن طريق دفع جميع المربعات والمستطيلات الورقية في مخطط الأرضية الذي حددته. بالطبع، لم يكن هناك مجال لكل الأثاث الورقي الذي قطعته، لكن الشيء الأكثر أهمية هو معرفة أي من الأشياء التي خططت لإحضارها كانت لديها بالفعل إمكانية لإيجاد مكان لطيف في منزلي الجديد.

أي القطع التي لم تناسب مرت بالعملية نفسها مثل كل الأشياء الأخرى التي تخلصت منها بالفعل. سألت أولادي أولًا ثم خبير المزادات ثم الأصدقاء والجيران وهكذا. في اليوم السابق على هذه الخطوة، تأكدت للمرة الأخيرة من أن جميع الأشياء التي كنت سأحتفظ بها وُضعت علامة عليها بشكل صحيح بحيث لا يجلب الناقلون أشياء كنت قد قررت بالفعل أني لا أحتاج إليها ولن تكون مناسبة. كان هذا مهمًا مثل تغيير عنوان بريدي وتحويل عداد المياه وفواتير الكهرباء إلى اسم المالك الجديد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كان الانتقال إلى المكان الجديد سهلًا، لأنني كنت أعرف بالفعل المكان المناسب لكل الأشياء. شعرت بالسعادة والرضا لأني لم أضطر إلى طلب المساعدة في وقت لاحق لنقل الأشياء بمجرد استقراري فيها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المنزل

انتقلت من الساحل الغربي للسويد إلى ستوكهولم قبل عشر سنوات. اتخذت القرار الصحيح بعدم التسرع عندما انتقلت من منزلي، فقد أخذت وقتي في التخطيط لانتقالي وللتفكير حقًا في الكيفية التي أردت أن يكون مستقبلي عليها.

يحتوي هذا المبنى السكني الجديد على فناء داخلي جميل مع الكثير من المساحات الخضراء والأشجار والزهور. توجد منطقة جلوس خارجية وملعب للأطفال ومواقف للدراجات ومرآب لمن في حاجة إليه، وشقة للضيوف يمكن استئجارها بسعر متواضع لبضعة أيام، وغرفة غسيل مجهزة تجهيزًا جيدًا مع سهولة الوصول إلى وسائل النقل العام. من المهم أن تبحث عن المَرافق التي تهمك قبل أن تشتري أو تستأجر مكانًا جديدًا للعيش فيه.

لا أعتقد أني سأغير سكني مرة أخرى إطلاقًا، لكن بما أنني الآن بين الثمانين والمائة لا أعتقد أنه سيكون هناك أي ضرر لعمل قائمة جديدة بكل ما لدي. أنا أملك الكثير من الملابس والكثير من الكتب ولا أحتاج إلى ست عشرة لوحة عندما يكون هناك مكان يتسع لستة أشخاص فقط حول مائدتي. أيضًا أنا على ثقة أنه يمكن تقليل عدد مفارش المائدة والمناديل.

لقد اشتريت فرّامة ورق صغيرة وسهلة الاستخدام. إنني أتطلع إلى الاطلاع على الرسائل القديمة والأوراق الأخرى التي لم تعد مهمة... أوراق من عملي مع زوجي ذات يوم، وأوراق من معاملات مالية ومصرفية أخرى، والكثير من الفواتير المدفوعة مع الإيصالات المُثبتة بالدبابيس. إذا كان هناك شيء واحد تعلمته من الترتيب للموت فهو أني أكره الدبابيس.

كان زوجي شخصًا منظمًا جدًا، وهو الأمر الذي بدا لطيفًا في ذلك

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الوقت، ولكن الدبابيس اليوم تُشكّل مشكلة. لا بد لي من إزالة هذه الأشياء المعدنية الصغيرة السيئة الواحدة تلو الأخرى، حتى لا تدمّر آلة تمزيق الورق الثمينة. كان الشريط اللاصق سيجعل حياتي أسهل اليوم. ضع ذلك في الاعتبار عند تدبيس الأوراق معًا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بعض الأفكار حول التكديس وأشياء الأخرى

أمضيت حياتي في رسم اللوحات. لحسن الحظ، جزء كبير من أن تكون رسامًا يكمن في أن تكون قادرًا على الانفصال عن الأشياء التي ترسمها. كما بعت أو تخلّيت عن عمل حياتي بالتدريج، وبالوتيرة نفسها التي أنتجتها فيها. عندما اضطررت إلى جعل التخفّف نمطًا لحياتي، كان لدي عدد من اللوحات التي لم أكن راضية عنها والتي استبقيتها لأني أردت العمل عليها. مع ذلك، لم يكن هناك متسع لهذه اللوحات في منزلي الجديد؛ لذا تخلصت منها، وألقيتها في النار.

ربما حقيقة أني تخلصت من أعمالي الفنية على مدى حياتي تجعلني غير متعاطفة بشأن التخلص من أشياء أخرى أيضًا.

إنه لأمر مدهش، وغريب قليلًا، كمّ الأشياء التي نكدّسها طوال حياتنا.

- **الأشياء**

تملأ الأجهزة العصرية الحديثة مطابخنا مثل آلات صنع القهوة الفاخرة والخلاطات عالية السرعة والأواني والأوعية المتطورة، في حين لا نزال نحتفظ بصانعة القهوة القديمة والخفّاقة والمقالي التقليدية. وفي الحمّام، ربما يكون قد مرّ على أحدث ظلال عيون عشر سنوات، أو جميع ألوان طلاء الأظافر للمواسم الماضية. غالبًا ما تكون خزائن الأدوية ممتلئة بمكمّلات الفيتامينات العصرية التي لا يتناولها أي شخص والأدوية التي انتهت صلاحيتها. حتى مفارش المائدة وأغطية الأسرّة لها موضة نعمل على الحصول على الجديد منها حتى لو لم نستهلك القديمة بعد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

نشعر وكأننا عشنا في العام الماضي على الطراز المعماري الاستعماري(4) المتكلّف من الخشب الداكن والخيزران الذي كان لابد من استبداله بالإسكندنافي الأبيض النظيف البسيط هذا العام، مع خطوط مستقيمة وبلا ضجة. إذا لم يكن الأمر كذلك، يبدو أننا نعتقد أنه من المستحيل العيش في منازلنا. هذا تبذير، لكنها ليست مشكلة كبيرة إذا تذكرنا التخلص من أشياء العام الماضي قبل شراء الأشياء الجديدة.

إن هوس الاستهلاك الذي نحن جميعًا جزء منه سيدمّر كوكبنا في النهاية... لكن ليس من الضروري أن يدمّر العلاقة التي تربطك مع ما تتخلّى عنه.

عندما تعيش في مدينة كبيرة حيث يبدو أن الناس يستبدلون تجهيزات المطابخ والحمامات في كثير من الأحيان كما أستبدل سترة قديمة، ستشاهد السّلال الضخمة على الأرصفة معبّأة بأحواض الاستحمام والأحواض والمراحيض. عندما يريد المالك التالي وضع طابعه الشخصي على الشقة، يتم تغيير كل شيء مرة أخرى - قد يكون ذلك في غضون عام أو عامين!

عندما يتراوح عمرك بين الثمانين والمئة عام، فأنت لا تعرف الكثير من الأشخاص في سنّك الذين لديهم الطاقة أو يرغبون في القيام بهذه

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

التجديدات واسعة النطاق، أو يهتمون بوضع بصمتهم على الأشياء بهذه الطريقة. هذه فائدة أخرى للتأهّب للرّحيل: التفكير أكثر حول كيفية إعادة الاستخدام وإعادة التدوير وجعل حياتك أبسط وأصغر (أو أكثر) قليلًا. العيش ببساطة راحة نفسية.

• **الملابس**

عندما تتقدّم في السّن، يتغيّر أسلوب حياتك، كما تفعل حاجتك لبعض الثياب. أنا على ثقة من أنك ستبيع بكل سرور أو ستتبرّع بالمعدات المناسبة أكثر للتزلج على المنحدرات أو الباليه أو ربما الغوص عندما تدرك أنه من غير الوارد أن تستخدمها مرة أخرى.

ذهبت للتزلج في البيكيني في يوم شتائي مشمس رائع. من المستهجن الاعتقاد أن ملابس السباحة ستفيد في جبال الألب، حيث بالتأكيد لا نفع من أحذية التزلج عند السباحة. إذًا ما الذي تحتفظ به إلى أن تتقدّم في السّن؟ ملابس السباحة، بالطبع.

يقتني الناس من كافة الأعمار الكثير من الثياب. ليس لأننا في حاجة إليها؛ ولكن لأنها تجعلنا سعداء لبعض الوقت. نشعر بأننا أفضل وأكثر جاذبية، ونحب فكرة أن الثياب الجديدة تليق بنا تمامًا!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الرجال في عمري لا يواجهون مشكلة كثرة الثياب. فهم يميلون أكثر للثياب الرسمية. لكن شباب اليوم يبدون أكثر اهتمامًا بالملابس والأزياء، لذا، في النهاية، هم أيضًا سيواجهون المشكلات ذاتها التي نواجهها اليوم في ترتيب خزائننا.

كما لاحظت أنه لا أحد يقوم بِرثق أي شيء هذه الأيام، وأن البناطيل الأغلى هي تلك التي تأتي مع ثقوب ورُقَع. ربما حان الوقت للأجيال الجديدة لتعلم كيفية خياطة الأشياء وإصلاحها، لأن هذا سيساعد كوكبنا. بدأت تنتشر محلات الملابس المستعملة في كل مكان، وأعتقد أنه شيء رائع! حتى إنه بات يطلق عليها «فاخرة» الآن. ولكن ماذا تقولين عندما تظهر إحدى ضيفاتك في ثوبك القديم؟ لا بد لي من التعود على تقبّل هذه الفكرة ولم أتوصل بعد إلى معرفة كيفية التعامل مع مثل هذا الموقف إذا حدث لي في يوم من الأيام.

كنت مؤخرًا في حفل مع مجموعة من الشباب. ظهرت امرأة في ثوب فاتن. أثنيتُ عليها وكانت هي فخورة جدًا لدرجة أنها أخبرتني أنه ثوب مستعمل كما لو أنها تخبرني أنه من ماركة ديور، لذا ربما يتغير المجتمع. في النهاية هناك أمل لكوكب الأرض!

- ملحوظة على ملابس الأطفال -

حين كنت طفلة منذ زمن بعيد، كان لدينا خيّاطة كما كان سائدًا في ذلك الوقت. كانت مهمّتها تكييف ملابسنا وأحيانًا تغيير ملابسي وأختي. وصلت السيدة أندرسون في الصباح الباكر لأخذ قياساتنا قبل الذهاب إلى المدرسة. لقد عملت في منزلنا لبضعة أيام في كل موسم.

قمت بحياكة الكثير لأطفالي، ولم أنس كل قيعان بناطيلهم التي كنت أقوم بإصلاحها في فصل الشتاء إذا لم يتمكنوا من العثور على بعض الورق المقوى للجلوس عند التزحلق على المنحدرات.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

في بعض الأحيان يكون من الصعب للغاية التخلي عن ملابس الأطفال. ويعود السبب بالنسبة لي؛ إلى أنها صغيرة ولطيفة للغاية، ومن الممتع أن تعرضي قميصًا صغيرًا لشاب يبلغ طوله الآن مترين تقريبًا، قائلة: "هذا كان لك."

في وقت لاحق، عندما يصبح هذا الشاب الذي يبلغ طوله مترين أبًا، قد يكون من الجميل بالنسبة له رؤية طفله في شيء ارتداه ذات مرة. كانت ملابس الأطفال بالأمس من نوعية أفضل من اليوم. أتذكر كيف صنعت أمي ملابس أطفال لأطفالي، فقد حاكتها من المادة الناعمة نفسها التي صنعت منها المناديل، وكانت جميع ثنياتها من الخارج حتى لا تحك جلد الطفل. احتفظت ببعض هذه الأشياء في صندوق في العلية في حال أنعم الله عليّ بالأحفاد. وعند تأخر أحفادي في الوصول، أنزلت الصندوق للأسفل لأذكّر أبنائي الكسولين بما أردت ثم نجحت.

• الكتب

في أسرتنا رغبنا دائمًا في قراءة الكتب واقتنائها. وكنا نعدها خيبة أمل إن خلت هدايا عيد الميلاد (الكريسماس) من كتاب.

من الصعب بيع الكتب عمومًا. أقترح السماح للعائلة والأصدقاء بتصفح الكتب التي يمكنك العيش دونها وأخذ ما يرغبون منها. أحيانًا تحتوي الكتب على ملحوظات في الهوامش كتبها أشخاص تعرفهم. هذه الكتب تحديدًا يصعب التخلي عنها لارتباطها بأسباب عاطفية، وهنا أرى أنه من الأفضل أن تُلقي نظرة أخيرة عليها ومن ثم تمرّرها لغيرك. عند شرائي كتبًا مستعملة، غالبًا أبحث عن كتب تحمل بين ثناياها ملحوظات في الهوامش كتبها غرباء. إنها تمنح الكتاب ميزة إضافية. لذا لا تخف من التخلّي عن كتبك مع الملحوظات فيها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إن كان لديك العديد من الكتب حول موضوع معين، على سبيل المثال، الفن أو البستنة أو الطهي أو العلوم أو كما كان لدي كتب بحرية، فقد تجد أحدهم مهتمًا بشرائها كلها.

بالإضافة إلى الكتب المخصصة للقراءة والاستمتاع، اقتنت معظم العائلات السويدية موسوعة على رف الكتب. في الوقت الحاضر مع الإنترنت لم أعد أشعر أن لدي حاجة أو مساحة كافية لموسوعاتي في شقتي الجديدة،لذلك عندما انتقلت من منزلي اتصلت بالمدرسة القريبة وكانوا سعداء بالاهتمام بهذه الكتب الثمانية والعشرين -كما أذكر- الكبيرة والضخمة. وفي المقابل جعلتني أشعر بالغِبطة لدرجة أني منحتهم رفًا للكتب أيضًا.

أحتفظ فقط بالكتب التي لم أقرأها بعد أو الكتب التي أعود إليها باستمرار. تكون في حالتي على الأغلب عبارة عن كتب عن الفن وبعض المراجع مثل المعجم وقاموس المرادفات والأطلس.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

عندما كنت أجري عمليّة التأهّب لرحيلي في بيتي، أعظم مشكلة واجهتني مع كتبي هي الأناجيل. اتصلت بالكنيسة المحلية لكنهم ليسوا بحاجة لها بعد الآن، ولا حتى القديمة منها في الأغلفة الجلدية، ولم يكن لديهم أي فكرة عما يجب عليّ فعله. احتفظت باثنين... شخص ما كتب على غلافه الداخلي تواريخ ولادة ووفاة لأشخاص من عائلتي وعائلة زوجي الذين عاشوا منذ أمد بعيد. ومن ثم اضطررتُ إلى التخلص مما تبقى من أناجيل بإلقائها بعيدًا. لا أعرف لماذا شعرت بالسوء حيال ذلك. أعتقد أن هذه الأناجيل كانت تعني الكثير للأشخاص الذين كانوا على صلة بي، حتى لو لم ألتقِ بهم. كانوا يعتزّون بها في وقت كانت فيه الكتب تعني شيئًا حقيقيًا لأصحابها... قبل فترة طويلة من اختراع هاري بوتر وغيره من الكتب الأكثر مبيعًا.

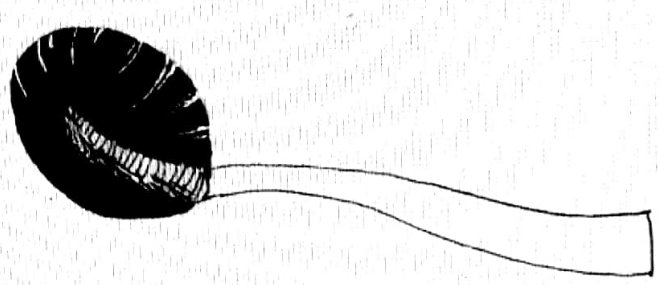
هنا في ستوكهولم في الرابع عشر من أغسطس، يقام معرض بيع الكتاب السنوي الكبير الذي يحتل الشارع بأكمله في وسط المدينة، حيث تتوزّع طاولات عليها كتب يريد الناس بيعها. إنه يوم رائع لأولئك الذين يريدون التخلص من بعض الكتب، وأولئك الذين يرغبون في الحصول على المزيد. إذا لم يكن هناك شيء مثل هذا في المكان الذي تعيش فيه، فبإمكانك تقديم المساعدة لبدء مشروع كهذا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المطبخ

تُعلّق واحدة من بناتي لافتة في المطبخ تقول: «أجيد التقبيل أكثر من الطبخ!» إنه تحذير مفيد ومنصِف لضيوفها، أن أمامهم أمسية ملأى بالمفاجآت، ربما الجيدة منها والسيئة. أنا أحب الطهي على الرغم من أنني لست نجمة طهي، لكني جمعت العديد من أدوات المطبخ أثناء حياتي التي يجب عليّ الآن تحديد ما يجب فعله بها.

عندما عشنا في آسيا، اشتريت أواني كانت عملية وجميلة وعلى عكس أي شيء رأيته من قبل. الملاعق المصنوعة من البورسلين، على سبيل المثال، جيدة للأكل مع الحساء الساخن، حيث لا تلسع شفتي أحدهم. وبعض من المغارف الكبيرة المصنوعة من قشور جوز الهند، وهي رائعة للحساء واليخنة والسلطات. لديّ أيضًا مصفاة شاي صغيرة من الخيزران المضفّر هشة للغاية وجميلة للاستخدام اليومي، ولكنها مصنّعة بشكل جيد. بعد أكثر من عشرين عامًا، ما زالت جميعها تبدو فاتنة. هذه الأشياء الصغيرة سيسهل تقديمها لأي شخص.



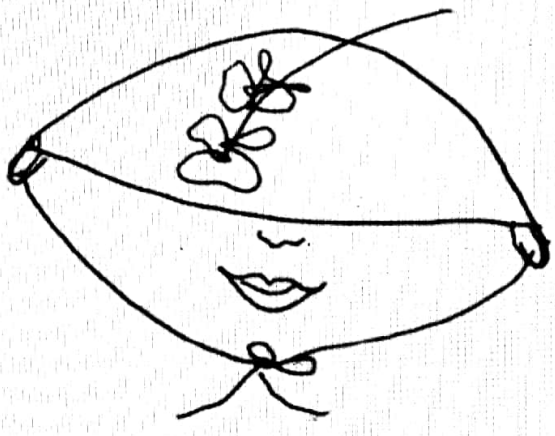
ومع ذلك كنت أمتلك أيضًا مقلاة صينية كبيرة (ووك)! مصنوعة من صفائح معدنية رفيعة للغاية، سوداء مثل خطيئة، ومن الجميل أن تقلي وتغلي بها، خاصة عند طهي الطعام الآسيوي. يجب التعامل مع مقلاة مثل هذه كطفل رضيع، وتنظيفها وتجفيفها جيدًا بعد كل استخدام وأحيانًا بشكل خاص إذا كان المناخ رطبًا ينبغي أن تكون ممسوحة برشة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

من الزيت كي لا تصدأ.

دُعيت ذات يوم لحضور حفل شاي في سنغافورة، وكان ارتداء قبعة إلزاميًا للجميع! لم أرتدِ قبعة طيلة عشرين عامًا أو نحو ذلك، ولم تكن متوفرة جيدًا في هذه المنطقة. لم أكن أعرف ماذا أفعل.

ثم رأيت مقلاتي مُعلّقةً على مسمار فوق موقد الغاز. وضعتها على رأسي، وألصقت في مقدمتها زهرة أوركيد كإكسسوار، وربطتها تحت ذقني بخيط منزلي خشن. صَدّق أو لا تُصدّق، فزت بالجائزة الأولى وحصلت على عبوة عطر زجاجية من عطر شيابارِيلي، مفاجأة لجهودي. إنه نجاح باهر!



أخذ صبي وأسرته المقلاة الصينية بكامل رغبتهم. إنهم يحبون الطهي والطعام المصنوع في هذه المقلاة، وأتخيّل أن لها نكهة خاصة. من ناحية أخرى، لديهم موقد غاز وكذلك لديهم خيار استخدام المقلاة كما يجب استخدامها على نار مفتوحة وفي الهواء الطلق. ظروفهم الملائمة لاستخدام هذه المقلاة الثمينة جعلت من السهل عليّ أن أتركها لهم. من المهم للغاية التفكير في المنزل الجديد الذي سيجد فيه غرضك نفسه أثناء قيامك بعملك. لا تقدم أشياء لا تتناسب مع ذوق المستلم أو

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المساحة التي يعيش فيها فسيكون ذلك عبئًا عليه، وإذا كانوا يعتقدون أن مشاعرك قد تتضرر، قد يكون من الصعب عليهم أن يقولوا: «لا، شكرًا لك».

إذا كنت لا ترغب في بيع شيء ما أو وهب غرض ما للجمعيات الخيرية، أو التخلص منه، ففكّر جيدًا في القرار الذي ستتخذه بشأن منزل جديد مثالي كي يرضيك أنت والمستلم. المتعة أن تعلم أن شيئًا ما سيُستخدم بشكل جيد وأن تحصل على منزل جديد.

عندما تصل إلى أدوات المائدة وأوانيها في الترتيب للموت، هناك سيناريوهان: إما أن تنتقل إلى منزل أصغر حجمًا، وفي هذه الحالة تحتاج إلى التفكير في مساحة التخزين المتاحة هناك، أو أنك ستظل على وضعك ولكن لديك المزيد من الأطباق والأكواب والفناجين والشوك وهلم جرًا مما يمكنك استخدامه.

إذا كنت لا تزال تستمتع بالضيوف، أقترح الاحتفاظ بمجموعة واحدة من الأطباق التي تتناسب مع عدد ضيوفك الذي بمقدورك أن تخصصه لهم على طاولتك. الشيء نفسه ينطبق على السكاكين والشوك والأكواب والفناجين. إذا كنت ترغب في تزيين طاولتك، استخدم الزهور أو المناديل الورقية الزاهية بدلًا من الأطباق المتعددة والمناديل الورقية من كل ظل ولون.

لقد احتفظت ببعض أطباق الصيني الخاصة من اليابان التي سأقدمها لأطفالي ولا زلت أستخدمها. تبرّعت بأطباق أبسط وأخرى فائضة عن حاجتي للجمعيات الخيرية.

- **كتب الطهي ووصفات العائلة**

حين كان مطبخي أكبر مما هو عليه اليوم خصّصت رفًّا لكتب الطهي.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

اليوم، أستخدم الإنترنت على الأغلب عند بحثي عن وصفة. أكتب اسم الطبق الذي أرغب بإعداده في غوغل، وفجأة أحصل على العديد من الوصفات لطهيه، ولكل منها صورة أكثر جاذبية من سابقتها. رائع حقًا!

في هذه الأيام، أكتفي بكتابين حقيقيين فقط. أعني بكلمة «حقيقي»، تلك الكتب التي يمكنك حملها وتصفحها وقراءتها بالتفصيل لإعداد شيء ما. أحد الكتابين صنعته بنفسي بشكل أو آخر على مر السنين؛ إنه مليء بالوصفات التي قدّمها لي الأصدقاء والأقارب، أو قصاصات حصلت عليها من الصحف. لقد تخلصت من معظم هذه الوصفات ببطء لا سيما تلك التي تأخذ وقتًا طويلًا والكيك والبسكويت. لم أعد أستمتع بالوقوف في المطبخ لساعات، ولست مغرمة بالبسكويت ولا أفضله فعلًا... رغم أن الأطفال كانوا مغرمين به بالتأكيد.

لا تزال هناك بعض الجواهر الحقيقية، مثل رغيف اللحم الخاص بوالدتي (ميت لوف)، وأفضل غافيلاكور لحماتي (وهو نوع من البسكويت تعلوه طبعات شوكة)، ومربى ثمر البرتقال من جارتي العجوز أندريا، وبعض الأشياء المفضلة التي قد تهم شخصًا آخر، أو أنها جيدة جدًا، أو لأنها وصفات ليس من السهل العثور عليها، أو لأنها مشبعة بذكريات لها معنى قد يرغب أصدقائي في استحضارها في مطابخهم.

ثلاث وصفات احتفظت بها وجدتها في درج مطبخ والدي منذ عدة سنوات. كُتبت الوصفات بدقة بخط يد الطاهية التي عاشت معنا عندما كنت طفلة صغيرة. كانت لطيفة للغاية، وأتذكر أنه سُمح لي بالجلوس في المطبخ ومشاهدتها وهي تخبز. كما اعتادت أن تعطيني الزبيب كعلاج، وربما كي تبقيني هادئة، حتى لو كان ذلك للحظات. اشتهرت بثلاث وصفات للمخللات، وسمك الرنجة المقلي، وشرائح اللحم الفرنسية، وكل وصفة أخرى تطهوها كانت محفورة بأمان في رأسها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أتى الكتاب الثاني الذي احتفظت به من سنغافورة، حيث عشنا فيها مدة ست سنوات، وفيه جمعتُ وأصدقاء كُثر وصفات لكتاب طهي من ابتكارنا وبعناه لأعمال الخير. إن نسختي المُهلهلة مليئة بالوصفات المبهجة التي تبرعت بها النساء - ورجل واحد - من جميع أنحاء العالم. تحتوي على وصفة سيفيتشي(5) من أمريكا الجنوبية، وكاري الحمل من ماليزيا، وكعكة من مقاطعة فارملاند السويدية، وإرشادات حول كيفية إعداد شراب سلينج السنغافوري(6) بطريقة رائعة. (شخصيًا أعتقد أن تذوّق النكهات مثل شخص ما نظّف بيت المؤونة ليعثر على المكونات... ومع ذلك أظن أنه يتلاءم بشكل جيد مع الأذواق واسعة النطاق في الكتاب!)

وهناك وصفة البسكويت من المكسيك، وخبز الجاودار من تشيكوسلوفاكيا السابقة وأكثر من ذلك بكثير. غالبًا ما استضاف العديد من مانحي الوصفات الضيوف وكانوا فخورين جدًا بتقديم شيء يُمثّلهم من العالم. وبالتالي هناك ثروة مذهلة من الوصفات. لا يزال يأخذني تصفح الكتاب في جولة عالمية من النكهات، ويتجول في ذكريات العديد من الأشخاص الرائعين الذين عرفتهم في ذلك الوقت في حياتي.

عندما عدنا إلى الوطن مرة أخرى، إلى مقاطعة بوهوسلان الساحلية السويدية، حيث إني من هناك، فكرت في جمع الوصفات القديمة التي كانت النساء المحليات يفخرن بها ويخبئنها في مكان ما... الأشياء الجيدة لطهي الطعام التي تستخدم مكونات محلية ووصفات ربما انتقلت عبر الأجيال. الآن لا أعتقد أن لدي الوقت للقيام بذلك، لكن ربما هناك شخص آخر سيطّلع على هذا ويستوحي منه ويبدأ. الآن! الزمن هو جوهر المسألة. قد تكون تلك النسوة أكبر سنًا مني.

أجد أنه كان من السهل التخلص من كتب الطهي المطبوعة، بغض

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

النظر عن مدى المساعدة التي قدمتها على مر السنين. إنها الوصفات والحكايات الشخصية التي أرغب في الاحتفاظ بها والاستمرار في تذوقها.

كانت أندريا جارتي لبضع سنوات في بوهوسلان، وأرملة الصياد البارعة جدًا. كانت طيبة وصديقتي العزيزة. لقد رسمت صورة لها ذات مرة تمثل شجرة قرانيا المزهرة. إنها شجرة تشبه شجرة ماغنوليا ولكنها أكبر ومغطاة بالزهور الكثيفة، قوية وجميلة، تمامًا كما كانت أندريا. كان لديها العديد من الوصفات الرائعة وبعضها أود مشاركتها معكم الآن: مربى البرتقال المخلل، النبيذ المصنوع من الشمندر الأحمر، ووصفة تشيزكيك بوهوسلان التقليدية.

مخلل ثمر ورد الحمضيات

1 كغم توت ثمر الورد

600 مل ماء

150 مل الخل الأبيض

500 غرام سكر

5-10 قرنفل

1 عصا قرفة مطحونة

قطّع حبّات التوت إلى نصفين، وانزع البذور بملعقة صغيرة. سخّن الماء والخل والسكر والتوابل. عند الغليان، أضف التوت الذي سبق تنظيفه جيدًا واستمر في الغليان حتى تصبح حبّات التوت لينة. تخلّص من القرنفل وعصا القرفة المطحونة. اسكُب في الجرار وأغلق الأغطية. لا يجب أن تكون مجمّدة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

نبيذ الشمندر الأحمر

4 لترات ماء

1 كيلو من جذر الشمندر

2 كغم سكر

250 غرام زبيب

100 غرام خميرة

شريحتان من خبز الجاودار أو غيره من الخبز

(لا تستخدم الخبز الأبيض)

اغلِ الشمندر في الماء حتى يصبح طريًا. احتفظ بالماء واسكبه في إناء. أضف السكر والزبيب. وزّع الخميرة على شرائح الخبز كما توزّع الزبدة على الشطيرة. ضع شرائح الخبز أعلى سائل الشمندر. غلّفه واتركه لمدة شهر كامل. حرّك بين الحين والآخر (حوالي مرة واحدة في الأسبوع). صفِّهِ واسكبهُ في زجاجة. استمتع!

تشيزكيك بوهوسلان

4 لتر حليب

600 مل كريم مزدوج

400 مل من زبدة الحليب (المخيض)

8-10 بيضات

50 غرام سكر

اخلط جميع المكونات في قدر كبيرة. سخّن ببطء شديد وامزج مع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

استمرار التقليب من القاع مع ملعقة خشبية. لا تدعها تبدأ في الغليان. عليك أن تراقب الخليط بعناية. عندما يصبح محبّبًا، ضع القدر جانبًا واترك الخليط يستريح من خمس إلى عشر دقائق.

سخّنه مرة أخرى، ولكن لا تدعه يغلي!

يُسكب الخليط في قالب الكعكة بملعقة مُخرّمة. يجب أن يحتوي قالب التشيزكيك أو قالب الكعكة على ثقوب صغيرة بحيث يمكن تصريف السوائل الزائدة. قم بِرش بعض السكر بين طبقات الخليط أثناء سكبها فيه. أو يمكنك وضعه في طبقات دون إضافة سكر بين الطبقات. دعه يستريح لمدة أربع ساعات.

يُؤكل دون سكر مع سمك الرنجة المخلل أو السلمون المدخن. يُقدّم التشيزكيك مع السكر كطبق تحلية، وهو جيد جدًا مع مربى ثمر العليق.

بعد ظهر أحد الأيام، دعتني أندريا لتجربة تذوّق نبيذ الشمندر الأحمر. كان لونه كهرمانيًا جميلًا، ومذاقه عذبًا حقًا، وكان دافئًا ورائعًا. في ذلك اليوم أخبرتني عن عادة أرامل الصيادين. قالت إنها في كل صباح بعد وفاة زوجها، كانت تأخذ بقايا العصيدة وتضعها في المكان الذي اعتاد أن يرسو فيه قارب صيد زوجها. وفي أي وقت من الأوقات، يحلّق طائر نورس ويتناول ما قدمته من طعام. قالت إن الطائر كان روح زوجها المتوفى. أنا دائمًا أفكر في هذا عندما أرى طيور النورس.

دُفن زوجي في صباح يوم صيفي باكر رائع. ارتسمت الجدّية على وجوه الفتيات الصغيرات، حفيداته في أثوابهن المشرقة. صعد الأولاد وحافظوا على توازنهم على جدار المقبرة المنخفض. قرأ شخص ما قصيدة لفرانس جنر بنجتسون، وهو كاتب وشاعر سويدي كان زوجي مغرمًا به. تنتهي القصيدة بأن تحلّق طيور النورس في رحلة تدرك فيها كيف تبحث عن أماكن للراحة؛ لكن القلب الإنساني المرتبط بالحياة على

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الأرض، لا يمكن أبدًا أن يختبر سلامًا حقيقيًا بينما نحن على قيد الحياة.

على الطريق المفروش بالحصى بالقرب من قبر زوجي، سَرَت طيور النورس الصغيرة ببطء. لم أستطع إلا أن ابتسم.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أشياء وأشياء، وأشياء أكثر

الأشياء الجميلة مثل طائر خشبي أفريقي، وتلك الأشياء الغريبة مثل خنزير مغناطيسي يغنّي، والأشياء المضحكة مثل دب يلوّح يعمل بالطاقة الشمسية، كلها قِطع أعشقها. وهذه الأشياء تمثّل نقيصتي الحقّة. استغرق الأمر بعض الوقت لفهم هذا، ولكن يمكنك الاستمتاع بكل هذه الأشياء دون امتلاكها. على الرغم من أن هذا قد يبدو صعب التطبيق في بعض الأحيان، فإن تدريب نفسك على الاستمتاع بالنظر إلى الأشياء وحدها بدلًا من شرائها، يُعد أمرًا مُرضيًا للغاية كما أنه عادة جيدة. لا يمكنك أن تأخذ كل شيء معك، لذا ربما يكون من الأفضل عدم امتلاك كل شيء.

كل الأشياء التي ذكرتها أعلاه صغيرة، ومن السهل أن تتخلي عنها. فإذا دعيت لتناول طعام الغداء، لا تشتر باقة ورد أو هدية جديدة... قدّم شيئًا من أغراضك.

عندما أتصفح مجلة تصميم داخلي، ينتابني أحيانًا شعور بالتعب الشديد! تبدو العديد من هذه المنازل وكأن جميع مفروشاتها جُلبت من المتجر نفسه. عديمة اللون وعادية ومثالية وخالية من أي إبداع على الإطلاق. الكثير من قطع الأثاث مرتبة بشكل استعراضي أو متأثرة بتكوينات غريبة. أتساءل: من يريد نفض الغبار عنها؟

ولكن هناك العديد من المنازل التي لديها الكثير كي تُعلّم الآخرين، فهي جميلة وعملية ومؤثثة بتوزيع خفيف. منازل ملهمة حقًا يسهل الحفاظ عليها نظيفة. وما زلت أحاول التعلم من هذه الغرف. أفكر وربما أعيد التفكير في مساحة غرفة المعيشة، وبعد ذلك ربما أتخلى عن بعض الأشياء الأخرى!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إن كان لديك سر، فاحفظه بهذه الطريقة

(التأهب للرّحيل بخصوص الأشياء المخفية والخطرة والسرية)

فيما يتعلق بانتقال والدي، كانت هناك بعض الأشياء التي تقلقه. كان طبيبًا واحتفظ بجميع سجلات مرضاه في مكتبه. بالطبع كان بحاجة للتخلص منها بطريقة آمنة. كان كل شيء مكتوبًا باليد أو على آلة كاتبة ريمنجتن الصغيرة فلم تكن أجهزة الكمبيوتر قد اخترعت بعد. بسبب ذلك، كان من السهل التخلص من ملفاته بلا أي أثر حيث أحرقنا جميع الأوراق في براميل زيت قديمة في منزلنا الريفي.

المشكلة الأخرى كانت في ربطة في الجزء الخلفي من درج مكتبه. تحتوي على قطعة كبيرة من الزرنيخ! كانت هناك منذ ما يقرب من ثلاثين عامًا، ومنذ أن كنا قلقين من أن الألمان سوف يجتاحون بلادنا. لماذا أبقى والدي الزرنيخ هناك لفترة طويلة؟ يصعب فهم هذا الأمر. ربما نسيه، أو ربما اعتقد أنه لا ضرر من توافر قليل من السم. بدا الصيدلي في حيرة بعض الشيء عندما سلمته كتلة الزرنيخ، لكنه اعتنى بها.

أثناء تفريغ منزل والديّ، حيرني شيء واحد حقًا. كان لدى أمي خزانة ضخمة للكتان حيث وُضعت المناشف والمفارش المكويّة حديثًا في أسفل الأكوام وكانت كل القطع تتناوب بالتساوي. وبعيدًا في الخلف، خلف الامتداد الطويل للوسائد المطوية عثرت على نقيصتها: عدة علب من السجائر.

ما هي النقائص؟ أعتقد أنها العادات غير الجيدة من وجهة نظرنا. أصبحنا الآن نعتمد على هواتفنا المحمولة والألعاب الإلكترونية والعديد من الأشياء الأخرى التي - على عكس علب السجائر - لا تكشف عن نفسها

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بعد موتنا.

ولكن هناك أشخاص لديهم خزائن مليئة بالجن الفارغ وزجاجات الويسكي التي انتهوا منها سرًا. وهناك العديد من الأشياء الأخرى التي يحب الناس أن يثرثروا بها بعد وفاة شخص ما.

ربما كان لدى الجد ملابس داخلية للسيدات في درجه، وربما كان لدى الجدة قضيب ذكري اصطناعي بين ملابسها. ولكن ما الذي يهم الآن؟ لم يعودوا بيننا. إذا أحببناهم فعلًا، فلا ينبغي لنا أن نشعر بالقلق. لندع كل واحد منا لتفضيلاته الصغيرة، طالما لم يصب أحد بأذى.

ولكن ربما تكون هذه هدية مدروسة لأولئك الذين يحبونهم، والذين قد يقومون بترتيبات الموت التي تخصنا في وقت لاحق إذا قمنا ببعض الترتيب لنا الآن... لتقليل هذه الأنواع من الممتلكات قليلًا قبل أن نغادر حياتنا الحالية.

لذا، احتفظ بالقضيب المفضل لديك. ولكن، ارمِ الخمسة عشر الأخرى بعيدًا!

لا يوجد أي معنى في الاحتفاظ بالأشياء التي ستصدم عائلتك أو تزعجها بعد رحيلك.

ربما قمت بحفظ خطابات أو مستندات أو مذكرات تحمل في ثناياها معلومات أو قصصًا عائلية لا ترغب أبدًا في إحراج أحفادك معها، إذ يبدو أننا نعيش تقاليد حيث يعتقد الجميع أن لديهم الحق في الاطلاع على كل سر، إلا أني لا أتفق مع ذلك. إذا كنت تعتقد أن الأسرار سوف تسبب أذى أو تعاسة لأحبائك، فتأكد من إتلافها. أشعل النار فيها أو احشرها في فرّامة الورق الجائعة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

- أخطار رجل الكهف -

كانت سقيفة زوجي مساحة أخرى بدت أنها ستستغرق وقتًا طويلًا للانتهاء منها. إذا كنت تملك منزلًا، فمن المفيد جدًا أن يكون لديك شخص يشاركك العيش فيه يمكنه أن يكون مزيجًا من نجّار ودهّان وسبّاك ومصلّح عمومي للأشياء.

من الممكن أن يتحقق هذا على الأخص إذا كنت تعيش بعيدًا عن مدينة من المدن الكبرى، حيث يبدو أن جميع هؤلاء المهنيين حدّدوا مواقع أعمالهم. قد يكون الأمر مكلفًا للغاية إذا كنت بحاجة إلى طلب المساعدة الفنية طوال الوقت وأنت تعيش في مكان بعيد، كما فعلنا لسنوات عديدة.

تحتاج الدراجات والقوارب ومعدّات الحديقة إلى عُدّة مختلفة للحفاظ عليها صالحة للعمل. هناك أسباب لا حصر لها لتبرير شراء أدوات جديدة، ويبدو أن الرجال - أو على الأقل أولئك الذين هم من جيلي والأجيال التي سبقتني - يهرعون عند أي فرصة لزيارة متجر المعدّات!

ولكن، لنكن صادقين، لست في حاجة إلى منزل يتسع خصيصًا لما لديك من فائض أدوات. أحد أبنائي يعيش في شقة صغيرة مستأجرة في مدينة، لديه خزانة مليئة بالصواميل والبراغي والمسامير الملولبة، والمسامير المنحنية، وتجهيزات يعتقد أنه قد يحتاجها ذات يوم. لم يفتح تلك الخزانة لسنوات.

بعد أن غادر جميع الأطفال المنزل (الذين يحتاجون أيضًا إلى أدوات

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

خاصة: أحب أطفالنا بناء الأكواخ والطوافات والعربات الصغيرة ذات الصندوق نسميها *lådbil* أي عربة النقل في السويدية) واصل زوجي تنظيم أدواته الكثيرة وفحصها كل يوم.

أصبح لديه تدريجيًا *snickarbod* أي سقيفة أدوات في السويدية، ما أعتقد أنه يطلق عليه اليوم كهف رجل. في السويدية، نسميها هذه الأيام أحيانًا *mansdagis*... أي حرفيًا حضانة الرجل، تسمية تجعلني أبتسم وأشعر بأنها كلمة مناسبة تمامًا.

هل لاحظت أن الكثير من الناس يجدون متعة أكبر في تنظيم أشيائهم أكثر من استخدامها فعليًا؟ أنا منهم، وأقدّر روح التنظيم هذه للغاية.

أثناء قيامي باستكشاف سقيفة أدوات زوجي، رأيت أن كل شيء كان مرتبًا بشكل جميل: إزميل وميزان تسوية ومطرقة دوّارة وكمّاشة ومنشار كهربائي والكثير من البراغي والمسامير! المضخات والصمامات المطاطية والزيوت الخاصة للدراجات. توحي بالإثارة تقريبًا!

كان هناك عدد قليل من الصناديق الموسومة بعلامات تخص محتويات أكثر تنظيمًا على نحو غير دقيق، لكن معظم أدواته كانت معلّقة على الحائط، ومطابقة لمخططات مرسومة بعناية، لإظهار المكان الذي تنتمي إليه، وكتذكير في حال استعار شخص ما شيئًا وفشل في إعادته إلى المكان الصحيح. كان زوجي سيد النظام. إذا كنت قد استمتعت بأية أفكار حول إمكانية أن أصبح حرفيّة، فإن سقيفة زوجي ينبغي أن تكون مصدر إلهام. كان بإمكاني البدء في النحت على الصخور والحديد والخرسانة ومشاريع بناء خشبية ومحركات متصلة ببعض الاختراعات غير العادية. كل ما أحتاجه كان متوافرًا، مع ضمانات وتعليمات منظّمة بشكل جميل في مجلدات.

مع ذلك لم تكن هذه طموحاتي ولم تكن كما ظننت أني سأقضي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وقتي. بدلًا من ذلك، اخترت مطرقة واحدة، كماشة، ومجموعة منتقاة من مفكات البراغي ومسطرة قياس للإصلاحات والتعديلات الصغيرة التي اعتقدت أني أستطيع إنجازها بنفسي. تعليق اللوحات والرفوف وتثبيت الخطافات للمناشف أو الملابس ليست صعبة للغاية عندما يكون لديك الأدوات المناسبة مهما كبرت في السن. أخذ أبنائي بعض الأدوات الأخرى، وكان أصدقاؤهم سعداء بالمساعدة في امتلاك الباقي، لأنها أدوات غالية الثمن نسبيًا في السويد.

لقد وجدت أنه أمر فاعل على نحو خاص؛ دعوة الشباب لاختيار الأشياء بأنفسهم. كانوا يبدؤون كهوفهم الخاصة، وكانت سقيفة زوجي فارغة أكثر من أي وقت من الأوقات.

كان إفراغ السقيفة في النهاية مهمة سهلة إلى حد ما، من الناحية العملية والعاطفية. بالنسبة لي لم أجد أي رابط عاطفي بين القطع، بصرف النظر عن أنها تعود لزوجي. كان لديه الكثير من الأشياء الأخرى التي شعرت بتعلّق عاطفي كبير نحوها. لم أكن مضطرة أبدًا إلى إيقاف الترتيب لاسترجاع ذكرى أي شيء وإبطاء عملي. في حالة رجل يحاول ترتيب سقيفة أدواته قبل الموت... حسنًا، قد يستغرق ذلك سنوات ولا أشعر أني أمتلك الكثير من المعرفة لتقديمها حول كيفية القيام بذلك.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

هدايا ليست مرغوبة

إذا تلقيت أشياء لا ترغب بها حقًا من والديك أو من شخص آخر يريد تقليص عدد ممتلكاته في منزله، فيجب أن تكون صريحًا وتقول: «لا، شكرًا لك، ليس لدي مكان لها.» إن نقل الأشياء التي لا يرغب فيها شخص ما من منزله إلى منزلك ليس حلًا جيدًا لأحد.

أو يمكنك أن تفعل ما فعلت عندما تلقيت أشياء لم أحبها حقًا. لفترة من الوقت سأضع الغرض بعيدًا عن الطريق حتى يتمكن المُعطي من مشاهدة الغرض والشعور بالسعادة حين وهبه سكنًا جديدًا في منزلي. مع الوقت إذا تسلل لدي الشعور بالملل من الغرض، سأتخلص منه... إما لجمعية خيرية أو لشخص يرغب فيه أكثر مني. لكنك لن تعلم أبدًا، لقد احتفظت ببعض الأشياء التي لم أحبها أصلًا وأصبحت فيما بعد كنوزًا لي؛ في بعض الأحيان تتبدّل الأذواق وتنضج.

إذا قدمتُ هدية لشخص ما، أنا أعي أنها قد لا تبقى مع هذا الشخص إلى الأبد. هل يتتبع أي منا كل شيء نهديه حقًا؟ أنا لا أفعل. تتحطّم الأشياء، حتى آلة تحضير الفشار لا تعمل إلى الأبد، ولن أشعر بالذنب لعدم الاحتفاظ بالهدايا للأبد. أن تكون ممتنًا وسعيدًا للهدية عندما تتلقاها أول مرة هو أمر مختلف، لأن هذا الامتنان لا يرتبط بالهدية نفسها بل بمقدّمها.

أعرف أشخاصًا أبقوا على ما نسميه في السويد «*Fulskåp*»، خزانة القباحة. *Fulskåp* هي خزانة مليئة بالهدايا التي لا يمكنك الإبقاء عليها والتي لا يمكن إعادة منحها للآخرين. عادة ما تأتي هذه من أقارب بعيدين، وتُعرَض عندما يأتون للزيارة.

Telegram:@mbooks90

إنها فكرة سيئة. إذا رأى الأقارب هداياهم معروضة، فسوف يقدّمون المزيد! ومن يمكنه تتبع مَن أعطى ماذا ولمن ومتى؟ إذا كنت لا تحب شيئًا، فببساطة تخلّص منه.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المقتنيات والجامِعون والكانِزون

ألم نعتد على جمع الأشياء دائمًا؟ العصي وقطع الخشب لأجل النار والثمار والجذور لتناول الطعام؟ مع ذلك، فإنَّ جمع الأشياء للمتعة أمر مختلف تمامًا. أتذكر جمع الأصداف والقواقع على شاطئ الساحل الغربي للسويد حيث ولدت. إلى الآن أحتفظ ببعضها في زبديّة مع تلك التي جمعتها من أماكن غريبة. النظر إليها ماتع، والإمساك بها في يدك لطيف. عندما كنتُ طفلة، جمعنا الشارات وأغطية الزجاجات وعلب التقاب وصور لاعبي كرة القدم ونجوم السينما. أتذكر أيضًا جمع المناديل الورقية الرقيقة التي كان البرتقال ملفوفًا بها عندما تم استيراده مرة أخرى بعد الحرب في الأربعينيات حيث لم نر الموز أو البرتقال لسنوات عديدة.

جمعنا أيضًا فواصل الكتب التي تبادلناها مع زملاء الدراسة وغيرهم من الأطفال أثناء فترات الاستراحة. كان لديّ فاصل كتب كبير وجميل عرضته على صبي في صفي إذا قبّلني. أعتقد أني فعلت ذلك لمحاولة إقناع أفضل صديقة لي، التي كانت تكبرني بأربعة أعوام وتتباهى على الدوام بعدد الأولاد الذين قبّلوها. لكن من رغبتُ في قبلة منه لم يقبلني أبدًا، لذا بقي معي فاصل الكتب الجميل وأعتقد أنني كنت سعيدة بذلك.

فيما بعد، أصبحتُ أكثر جدّية في الجمع. أصبحت الطوابع هواية مربحة وتثقيفية لأولئك الذين بذلوا جهدًا فيها.

كان لدي جار مثير للاهتمام قبل عدة سنوات. استخدم سرداب فيلته الخاصة به مخبأ لجميع أنواع الأشياء. إطارات مفرغة من الهواء، وزلاجة، وقفص اللعب للأطفال وأشياء أخرى. أصبحت الغرفة مكتظة تمامًا على مر السنين، واكتشفت زوجته أن هناك بابًا خلفيًا على الجانب الآخر يؤدى إلى المكان نفسه. بين الحين والآخر أمسكت ببعض الأشياء وأخذتها إلى

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

مكب النفايات. لذا، عندما رغب زوجها في حشر المزيد من الأشياء نجح في ذلك.

التقيت هذا الصيف سيدة تبيع أشياء في سوق خردة محلي. كانت هي وزوجها على وشك الانتقال، عندما استعرضت الأدراج في مطبخها، أدركت من بين أشياء أخرى أن لديها اثنتي عشرة قطّاعة جبن. لم تكن هاوية لجمعها، ولكنها كانت فقط مُهمِلة بعض الشيء. ثم قرأت عن شخص جمع أكواب البيض. لقد كان جامعًا حقيقيًا، جمع ألف كوب من مصانع مختلفة من جميع أنحاء العالم، فقط أكواب البيض. مدهش!

كان لدي مربية عزيزة عليّ، جمعت أكواب القهوة مع صحونها. تزوجت من كاهن لوثري وكانت تفضّل أن تقدِّم القهوة للكنيسة في أكوابها بعد قداس الأحد في أبرشيتهم. قد تكون المجموعات الكبيرة مفيدة في بعض الأحيان، لكنها في أحيان أخرى قد تصبح عبئًا عليك وعلى عائلتك لاحقًا.

إذا كنت ترغب في التخلص من مجموعة تخصك، ولا يبدو أن عائلتك ترغب فيها، فأعتقد أن أفضل طريقة هي الاتصال مع دار للمزادات والاستماع إلى ما يقولونه. إذا لم يبدوا أي اهتمام، قد تجد مشتريًا على الإنترنت.

يجد هاوي الجمع الحقيقي المتعة في جمع فئات معينة من الأشياء، ولديه طرق جيدة لتتبع القطع الموجودة في المجموعة، ويبحث عن القطع الناقصة في فيها. مما سيجعل الآخرين سعداء بالمجموعة أيضًا. فكّر في المتاحف. أليست نتاج جامِعين كادحين؟

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

لكن الأشخاص الذين يحملون الأشياء والأوراق بلا معنى أو هدف قد يصيبهم بالفعل مرض تم اكتشافه مؤخرًا. يمكن لهؤلاء الأشخاص ملء الغرف في منازلهم بأشياء كثيرة، بحيث يتعذر عليهم الدخول على الإطلاق. في بعض العائلات والعلاقات الحميمة يمكن أن يصبح التكديس مشكلة خطيرة. لسوء الحظ، ليس لدي نصيحة مفيدة لك في هذه الحالة، لكنني أعرف أنه يمكن علاج مرض التكديس هذا. وإذا لم يستطع الطبيب تقديم المساعدة، فإن الشيء الوحيد الذي يمكنني التفكير في القيام به هو طلب حاوية كبيرة عندما يحين الوقت.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الصقيع الليلي، أزرع بعض الزهور الصيفية مثل البيتونيا أو أذن الفأر أو البنفسج، والأعشاب مثل الريحان والزعتر والثوم المعمر والبقدونس في حديقة شرفتي الصغيرة.

في المبنى الذي تقع فيه شقتي أو في عمارتي، لدينا حديقة. يقوم السكان برعاية النباتات في الفناء، ويمكن لأي شخص يحب البستنة الحصول على حصته العادلة هناك.

بالإضافة إلى السياج الأخضر وبعض الشجيرات المزهرة، هناك أشجار الكرز التي تزدهر بشكل جذاب في فصل الربيع وبعد ذلك تجود بالتوت الحلو. في الفناء توجد النباتات المعمرة التي تحمل دائمًا بعض النباتات التي على وشك أن تزهر. أيضًا هناك نبات راوند الحدائق بالإضافة إلى الأعشاب والتوابل مثل المريمية والزعتر وإكليل الجبل والثوم المعمر

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الصقيع الليلي، أزرع بعض الزهور الصيفية مثل البيتونيا أو أذن الفأر أو البنفسج، والأعشاب مثل الريحان والزعتر والثوم المعمر والبقدونس في حديقة شرفتي الصغيرة.

في المبنى الذي تقع فيه شقتي أو في عمارتي، لدينا حديقة. يقوم السكان برعاية النباتات في الفناء، ويمكن لأي شخص يحب البستنة الحصول على حصته العادلة هناك.

بالإضافة إلى السياج الأخضر وبعض الشجيرات المزهرة، هناك أشجار الكرز التي تزدهر بشكل جذاب في فصل الربيع وبعد ذلك تجود بالتوت الحلو. في الفناء توجد النباتات المعمرة التي تحمل دائمًا بعض النباتات التي على وشك أن تزهر. أيضًا هناك نبات راوند الحدائق بالإضافة إلى الأعشاب والتوابل مثل المربمية والزعتر وإكليل الجبل والثوم المعمر

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

والحبق الترنجاني. يمكن لأي شخص من مجموعة محبي البستنة أو من سكّان المبنى اختيار بعضها للطهي، أو حتى الاكتفاء بالشم فقط.

أفضل شيء في هذا النوع من الحدائق التعاونية هو انضمام أعضاء جدد كل عام. لذلك، إذا شعرت في يوم من الأيام أنك لا تملك القوة اللازمة للعمل في الفناء، فيمكن للأعضاء الآخرين الاعتناء بالنباتات وليس عليك أن تشعر بسوء حيال ذلك. ما الذي يمكن أن يكون أفضل من ذلك؟

عندما أفكر في كل شيء ينمو ويكبر وعندما أفكر في كل شيء نمزقه ونتلفه ونفتّته حتى نتخلص منه، من الجيد ألا تعود كل هذه النفايات أكبر وأقوى في العام المقبل بالطريقة ذاتها التي تفعلها بعض النباتات والأعشاب الضارة.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الحيوانات الأليفة

وماذا تفعل مع حيواناتك الأليفة عندما تنتقل من منزل إلى آخر، أو حتى من بلد إلى آخر، أو تخطط لمستقبلك؟

الفئران والخنازير الغينية والهامستر والقطط والكلاب والطيور والأسماك، جميعها حيوانات احتفظنا بها على مر السنين في عائلتنا. يبدو وكأننا نملك حديقة للحيوانات، ولكن لم نكن نحتفظ بكل هذه الحيوانات في وقت واحد.

كان لدينا هايمبس الهامستر الذي تعود ملكيته لأحد أبنائي. عندما كان عمره حوالي الثماني سنوات، ترك هايمبس خارج قفصه ووضعه على طاولة طعامنا عند انتهاء العشاء. كانت الجدة تزورنا، والتقطت باقة كبيرة من الزهور الصفراء الذهبية التي كنت أضعها في إناء في منتصف الطاولة لتشرق الغرفة.

اقترب هايمبس من الزهور بحذر وشمّها، ثم شرع في تناول العديد منها. بعد ذلك بوقت قصير وفجأة أبدى الهامستر الصغير انتفاضة عنيفة، انقلب على إثرها على ظهره وظل ساكنًا تمامًا. مات هايمبس.

كان هذا بالطبع حدثًا حزينًا جدًا. انتحب ابني ونظر إلى جدّته قائلًا: «عندما تموتين يا جدّتي، سأحزن كما أنا حزين الآن لوفاة هايمبس». أدركت جدّته وهي امرأة حكيمة جدًا متقدمة في السن، أنه يكرمها بتصريحه الصادم إلى حد ما. احتضنته ووضعته في حِجرها وسمحت له بالبقاء هناك طوال المساء لطمأنته.

عندما انتقلنا من الولايات المتحدة إلى السويد في منتصف سبعينيات القرن الماضي، اضطررنا إلى التخلي عن اثنين من كلابنا لعائلتين مختلفتين. في ذلك الوقت، كان هناك الحجر الصحي لمدة أربعة أشهر

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

للحيوانات القادمة من الولايات المتحدة إلى السويد، والحجر الصحي مكان بارد ومعزول، وهو شيء لم نرغب فيه لأصدقائنا الصغار.

لقد أمعنا التفكير في الكيفية التي ستكون عليها ردة فعل الكلب الصغير عندما ننزعه من المنزل الآمن الذي اعتاد عليه فجأة ويصبح عليه أن يواجه بيئة جديدة، لذلك أردنا إيجاد مكان آمن بالقدر نفسه. اتصلت بمركز لرعاية الكلاب التي من نوع نورفولك تيرير. لم يكن بعيدًا عن منزلنا، وكانت تديره امرأة لطيفة في منتصف العمر، أخبرتنا أننا مرحب بنا للقيام بجولة سريعة.

كان المركز بحالة جيدة ويتسم بالنظافة ويمتلئ بالكلاب الصغيرة السعيدة من مختلف الأعمار. أدركت المرأة بواعث قلقنا من الاضطرار إلى وضع كلبنا دَفي مع عائلة جديدة. أخذتنا في جولة حول المكان وجعلتنا نلتقي بالكثير من الكلاب، ثم جلسنا للدردشة.

بينما كنا نتجاذب أطراف الحديث، جلس جرو صغير بالقرب من ابني. ضحكت المرأة وقالت لابني: «كما ترى، هذا الكلب لا يعرفك ومع ذلك يكون سعيدًا لو اصطحبته معك إلى المنزل!» تنهدنا بارتياح وشعرنا بالاطمئنان والسرور للقيام بهذه الجولة.

قامت سكرتيرة من المكتب الذي كان يعمل فيه زوجي برعاية الصغير من نوع نورفولك تيرير، لذا انتهى به الأمر في منزل جيد حيث كان مرغوبًا فيه، كما تلقيت رسالة تبعث على الارتياح من مالكة دَفي الجديدة التي أخبرتني أن كل شيء على ما يرام.

عادة ما يكون لمراكز رعاية الكلاب الكثير من قنوات الاتصال مع الأشخاص الذين في قائمة الانتظار لشراء جرو أو كلب أكبر سنًا. حصل كلبنا من نوع باسيت هوند أيضًا على منزل جيد عبر مركز رعاية الكلاب. يا له من كلب لطيف ومُسلّ ومجنون، لقد أحب أن يستلقي في جميع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أحواض الأزهار الجميلة في الحي وأن يسرق السندويشات وغيرها من المأكولات الخفيفة إذا أتيحت له الفرصة. لقد عاش حياة جيدة مع أسرته الجديدة، لكن فيما يتعلق بمصير حديقتهم، لم أعرف ذلك أبدًا.

بمجرد أن تعتاد على الحيوانات الأليفة من حولك، يمكن أن تشعر أن الحياة فارغة بشكل رهيب دونها. في أحد الأيام في سنغافورة، انطلقنا أنا وأبنائي إلى جمعية إس بي سي أيه (جمعية الرفق بالحيوانات)، حيث يتم الاعتناء بجميع أنواع الحيوانات المشردة من قبل فريق متفرّغ.

عندما عدنا إلى المنزل بعد ظهر ذلك اليوم، كان بصحبة أحد أفراد العائلة الجدد: تاكسيس كلب دانماركي ضخم، رملي اللون، عجوز ومتعب إلى حد ما. سرعان ما اتخذ تاكسيس من بطانية سميكة على شرفتنا منزلًا له. كان ينام كثيرًا، ومعظم الوقت ينام بعمق لدرجة أنه على الرغم من هيئته المخيفة إلا أنه طيب القلب لدرجة أنه ترك بعض اللصوص يخطون فوقه دون أن يحاول إيقافهم عندما كنا خارج المدينة.

كان تاكسيس عجوزًا بلحية كساها الشيب. كان أيضًا مصابًا بالروماتيزم ولم يتمكن إلا من تناول حمية نباتية من الأرز البني المخلوط بالبيض والخضروات المسلوقة. كان المزيج لذيذًا لدرجة أنني كثيرًا ما ضبطت المراهقين من أبنائي يلتهمون طعام الكلاب كوجبة خفيفة عند عودتهم إلى المنزل من المدرسة.

على الرغم من هؤلاء المنافسين من البشر على طعامه، حصل تاكسيس على طبق كبير من البهجة النباتية على الشرفة كل مساء. في كل مرة يحين فيها موعد وجبته، يجلس اثنان من الغربان السوداء الكبيرة على الدرابزين القريب لمشاهدته. هناك جلسا في صمت، يسترقان النظر ويميلان برأسيهما. كان تاكسيس يترك قطعتين من الفتات في الطبق

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

على الدوام. ثم يذهب إلى بطانيته ليستكمل هضم طعامه، وعلى الفور ينقضّ الغرابان على الأرض، ويهبطان برفق، ويأكلان بقايا الطعام. كل يوم! كان هذا المشهدُ ساحرًا جدًا.

يعد امتلاك كلب مكافأة مجزية ومع ذلك هي مسؤولية كبيرة أيضًا. إذا مرضت أو اضطررت إلى الانتقال ولا يمكنك الاعتناء بصديقك العزيز لبعض الوقت أو على الدوام، عليك التأكد من أن رفيقك الجيد يحصل على أفضل رعاية وصداقة ممكنة. معظم الكلاب اجتماعية ويمكنها بسهولة بناء علاقات جديدة مع البشر، لذا سيستمتعون بحياتهم بعيدًا عنك. ولكن مع كلبنا تاكسيس، كان الأمر مختلفًا لأنه كان متقدمًا في السن وكان يعاني من ألم في جسده.

عندما اضطررنا للعودة إلى السويد للأبد، لم أكن أعرف ماذا أفعل. لم أستطع تخيّل فكرة التخلي عن تاكسيس وتركه ليواجه مصيرًا مجهولًا. كان مرهف الحس ليبدأ من جديد وطاعنًا في السن لإيجاد أسرة تستقبله. لم أكن أحسب أنه من الممكن أن ينجو بعد أربعة أشهر من الحجر البارد الذي سيستغرقه الأمر لنقله إلى السويد.

في النهاية، استشرت طبيبنا البيطري واتخذت القرار الوحيد الذي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

شعرت أنه يتوجب عليّ القيام به. كان قرارًا موجعًا وصعبًا. بعد أن أعطوه الحقنة، غاص تاكسيس بهدوء وبتثاقل بين ذراعيّ. كان الأمر يبعث على الحزن، لكنه كان الخيار الوحيد الذي ارتأيناه.

أن تدع الأشياء والناس والحيوانات الأليفة تذهب عندما لا يكون هناك بديل أفضل. كان يتوجب عليّ أن أتعلم درسًا صعبًا للغاية، وهو أن الحياة كلما مضت قدمًا، تعلمت منها أكثر وأكثر.

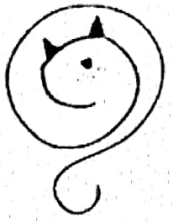
إن كنت سأمتلك حيوانًا أليفًا اليوم، في هذا العمر المتقدم، أود أن يكون حيوانًا أليفًا كبيرًا في السن أيضًا. أنا كسولة جدًا كي أربي جروًا، ولا يمكنني السير لمسافات طويلة كما يحتاج كلب صغير. إذا كنت أرغب في الحصول على كلب، وأفكر في القيام بذلك في بعض الأحيان، فسأذهب إلى مركز رعاية الكلاب وأسأل عما إذا كان لديهم كلب عجوز ومتعب يمكنني العناية به. هل يمكن أن تفعل الشيء نفسه، إذا مات حيوانك الأليف المفضل، وما زلت ترغب في رفقة حيوان؟

إذا امتد العمر بحيوانك الأليف بعدك، قد تخلق مشكلة لمن حولك. تحدّث إلى عائلتك وجيرانك قبل أن تأتي بكلب كسول وعجوز. هل سيكونون على استعداد لرعاية الحيوان عندما لا تكون قادرًا على ذلك؟ إذا كان الجواب بالنفي، فيجب عليك إعادة النظر في الحصول على حيوان أليف من الأساس.

- حكاية القط كلومبدنس -

قد تتساءل، هل هذا كتاب عن الحيوانات. لا، ليس كذلك. إذا كان الأمر هكذا، فسيتعين عليّ أن أحكي لكم كل القصص المجنونة عن أسماكنا والعديد من الطيور وكل القطط الجميلة: مين، ليتل كات، ليتل فير، شريدس. ولكن هناك قط واحد أريد أن أخبركم عنه: كلومبدنس (بالسويدية تقال للشخص الأخرق).

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner



في أحد الأيام، ظهر قط كبير أحمر فاتح اللون في منزلنا. لم يكن لدى زوجي أي شيء ضد القطط أبدًا، لكنه لم يرغب أبدًا في امتلاك واحد منها. ومع ذلك، فقد اعتمد ذلك القط الأحمر على زوجي مباشرة وأراد أن يكون بالقرب منه ما أمكنه ذلك. قمنا بإطلاق اسم كلومبدنس عليه؛ لأنه - على عكس معظم القطط - كان يصطدم بالأشياء ويكسرها على الدوام، ويقفز من أجل الأشياء ويفقدها، أو يسقط فجأة عن الكرسي الذي كان يجلس عليه.

كل ليلة عندما يحين موعد الأخبار الرياضية على شاشة التلفزيون، يجلس زوجي مستمتعًا بالأخبار على أريكته الفسيحة، ويأتي كلومبدنس متبخترًا في مشيته، ويثب على ذراع الأريكة ليرتاح عليه.

في وقت لاحق، عندما اضطر زوجي إلى الانتقال إلى دار رعاية، حزن القط وافتقده، لكنه في كل ليلة كان لا يزال يثب - إذا لم يفتقده! - ويستلقي على ذراع الأريكة، رغم أنني قلما أشاهد الأخبار الرياضية.

في أحد الأيام، اتصل القائمون على دار الرعاية بي وأبلغوني أن زوجي توفي فجأة. كنت قد زرته في الصباح، ورغم أنه كان مريضًا جدًا، فالخبر كان لا يزال صادمًا. كيف يمكن ألا يكون كذلك؟ سألوني في دار الرعاية عما إذا كان بإمكاني المجيء لأخذ ملابسه وأمتعته الأخرى، لأنهم في حاجة للغرفة على الفور.

كان لدي العديد من الأشياء الأخرى التي يجب فرزها بمجرد وصولي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إلى دار الرعاية، لكني أحضرت كل أمتعته التي كانت في غرفته إلى منزلنا. أترك كل ملابسه في كومة داخل الباب الأمامي، فقد كنت متعبة للغاية لأعتني بها جميعًا. لقد دعاني بعض الأصدقاء للزيارة، وكنت في حاجة إلى بعض الرفقة، لذا غادرت.

عندما عدت إلى المنزل، كان كلومبدنس مضطجعًا ويتمدد حزينًا على كومة ملابس زوجي. ما دفعني للبكاء.

بكيت زوجي كثيرًا لسنوات عديدة حتى إن روحه كانت تنسحب بعيدًا عني. في ذلك المساء، وجدت كل أحزاني تتركز على ذاك القط، وفجأة شعرت بالذنب عندما تركت ذاك المخلوق الفقير وحيدًا. توفي كلومبدنس نفسه بعد بضعة أشهر.

لا أؤمن حقًا بالحياة الأخرى، لكن أحيانًا أجد نفسي أتخيل أن كلومبدنس وجد مسند ذراع مريح وصديقه القديم الطيب في مكان آخر بعيدًا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وأخيرًا: الصور

وصلت إلى الفصل الخاص بالصور. ربما من الصعب التعاطي مع هذا الفصل لعدة مستويات.

أولًا، تصفُّح الصور شأن عاطفي جدًا. تعود الكثير من الذكريات للحياة، ذكريات تحتاج إلى الاحتفاظ بها، وربما تمريرها لعائلتك. لكن تذكر أن ذكرياتك وعائلتك لن تبقى هي نفسها دائمًا.

ما قد يعتقد أحد أفراد الأسرة أنه يستحق الإبقاء عليه، ربما يجده آخر غير مثير للاهتمام إطلاقًا. إذا كان لديك كثير من الأطفال، فلا تظن أبدًا أنهم سيتصرفون أو يفكرون بالطريقة نفسها. لا، على الإطلاق.

على الرغم من أنه يمكننا الآن حفظ الكثير من الصور على أجهزة الكمبيوتر، فإنني أؤمن أن معظم الأشخاص ما زالوا يفضلون النظر إليها في ألبوم. أثناء نموهم، كان لكل طفل من أطفالنا ألبومه الذي يخصه؛ نظرًا لأننا التقطنا الكثير من الصور، فقد كان من المثير دائمًا تحميض صور جديدة ووصول حزمة الصور إلى صندوق البريد. اختار كل طفل الصور التي يريد وخطّ اسمه عليها أو وضع علامة على ظهر الصورة حتى نعرف أي الصور التي سنطلب نسخًا إضافية منها. في غضون بضعة أيام وصلت الصور ووضعت في ألبوم كل طفل. لا يزال يحتفظ كلٌّ منهم بألبومه.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

إذا كنت ترغب في شراء ألبوم جميل، فهناك العديد من الأنواع للاختيار من بينها. أفضل الألبومات تلك التي تحتوي على أنظمة فضفاضة، بحيث يمكنك زيادة عدد الصفحات مع نمو الألبوم ومرور الوقت.

بالتأكيد، من الجيد أن تجلس مع شخص لديه نفس ميولك وتصفّح ألبوم الصور. يمكنك التحدث عن وقت حدوث مثل هذا الحدث ومقارنته بذكرياتك، وربما أيضًا تذكر الشخص الذي حمل الكاميرا. إنها مثل الجزء الخلفي من الصورة الذي لا يمكن رؤيته.

أخبرتني إحدى كنائني (جمع كِنّة) عن فتاة صغيرة في الحضانة التي تعمل فيها. أرادت أن ترسم أفضل صديق لها، وعندما انتهت من رسمه، قلبت الرسمة ورسمت ظهر صديقها على الجانب الخلفي. يا لها من فكرة رائعة!

إذًا ما الذي يجب أن تضعه في اعتبارك عند تفريغ صورك أو جردها؟

عادة ما أتجاهل الصور المكررة للحظة ذاتها قبل أن أضعها في ألبوم، لمجرد أنها سيئة أو لأنك أنت أو أشخاص آخرون يظهرون فيها مجانين تمامًا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أحببت على الدوام أن أكون قادرة على تذكر اسم كل شخص في الصورة. الآن بعد أن أصبحت أكبر شخص سنًا في عائلتي، إذا لم أتمكن من معرفة أسماء الأشخاص الموجودين في الصور، فمن غير المرجح أن يعرفها أي شخص آخر في العائلة. ما يعني مزيدًا من العمل على فرّامة الورق.

لكن في بعض الأحيان أتردد. قد يكون للصور القديمة حقًا قيمة تاريخية وثقافية حتى من دون معرفة أسماء الأشخاص الموجودين فيها: إن النظر إلى الملابس والسيارات والحياة في شارع ما قبل ثلاثين إلى أربعين عامًا فقط قد يكون ماتعًا حقًا. لذا، ربما ينبغي أن أكون حذرة بعض الشيء، وأعرض بضعة نماذج لأبنائي كي أستنبط ما يظنون أنه مثير للاهتمام، وما إذا كان هذا شيء يودون مني حفظه لهم.

أحب أبي التقاط الصور، وكان مصورًا جيدًا جدًا. التقطت العديد من الصور عبر الأعوام أيضًا، وثلاثة من أبنائي مصورون موهوبون جدًا. ونتيجة لذلك، لدينا الكثير من الصور في عائلتنا، وهو في الحقيقة خطئي، لذا فأنا من يتعين عليها القيام بالجرد، أنا وفرّامة ورقي الجائعة.

كانت إحدى المشكلات التي واجهت صوري هي الكم الهائل من شرائح الصور التي خزنتها جميعًا في أشرطة. يمكن أن يحتوي الشريط الواحد

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

على ما يصل إلى ثمانين شريحة، وكان لدي الكثير منها. اعتدنا أن نشاهد الشرائح المعروضة على الحائط. كان ذلك ترفيهًا رائعًا لأن لدينا قناة تلفزيونية واحدة فقط قبل خمسين عامًا وكانت برامج الأطفال نادرة. أعتقد أن سكوبي دو كان يُعرَض مرة واحدة فقط في الأسبوع.

في الخريف قبل عامين قررت أن أفعل شيئًا حيال الشرائح. اشتريت ماسحة فيلم صغيرة وأمضيت معظم وقت فراغي في استعراضها: صور من يوم ولادتي لابني البكر حتى الخمسة والعشرين عامًا التالية.

نقلت جميع الصور التي أردت مشاركتها إلى جهاز حاسوبي بمساعدة الماسح الضوئي، ثم نسختها في شريحة ذاكرة يو إس بي لكل ابن من أبنائي. إنه لأمر مدهش حقًا مقدار المساحة التي يمكن لشريحة ذاكرة صغيرة - لا تصل حتى لستة سنتيمترات - الاحتفاظ بها. كنت سعيدة بتقديمها هدية عيد الميلاد في تلك السنة. وضعتها في أظرف وأرسلتها لهم عبر البريد.

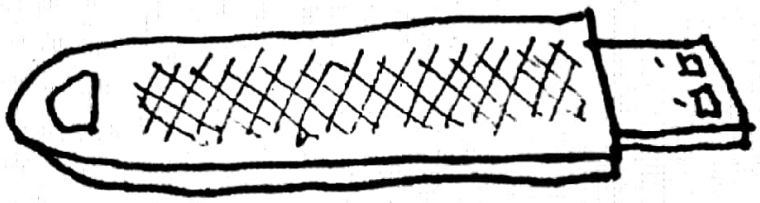
عندما تحيا حياة طويلة، فمن السهل أن تضيع بين الذكريات الممتدة لزمن طويل، ويستغرق الأمر الكثير من الوقت، وأنا أدرك ذلك. سيكون من الأجمل بكثير استعراض الصور القديمة بهدوء وسلام في وقت لاحق بعد أن تكون قد أحرزت بعض التقدم الناجح في فئات أخرى من أغراض وأشياء. بالإضافة إلى ذلك، لا تشغل الصور مساحة كبيرة جدًا، وهي ليست بالمهمة التي سوف يستاء أطفالك حقًا من تركها للتعامل معها. حتى إنهم قد يستمتعون بها.

أذكر ذات مرة عندما قام جميع أبنائي الكبار بزيارتي، منهم من حضروا مع أسرته للاحتفال بعيد ميلاد أحدهم. جمعت الكثير من الصور وفرزتها في أظرُف تحمل أسماء الأبناء. تحلّقنا كلنا حول مائدة العشاء. في البداية، كانت الأمور هادئة إلى أن بدأوا في فتح ظروفهم واستعراض

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

صورهم، لكن بعد فترة سمعتهم يدردشون: واو! انظر لنفسك! هل رأيت ذلك من قبل! هل تتذكر ذلك! وهكذا مضى الوقت. امتلأ الجو بالكثير من المرح. عندما اكتفى الجميع، لم يتم ترتيب جميع الصور التي فُرِزت مرة أخرى في كومة كبيرة واحدة من الفوضى، لكني أعدت تصنيفها مرة أخرى ووضعتها في ظروف لإعطائها لكل ابن عند زيارته القادمة. بعض الأشياء من المهم أن تحتفظ بها.

يمكن أن يكون الأمر أقل وحدة، وأخف عاطفة، وأكثر متعة، عن طريق جعل الألعاب والأحداث التي جرت مع العائلة والأصدقاء خارج المهمة الصعبة المتمثلة في ترتيب الصور التي جمعتها طوال العمر. كما أنك أقلّ قُدرة على التورّط في الماضي، ولست مضطرًا لتحمل وزن تلك الذكريات كلّها بنفسك.



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أشياء لا يمكنك التخلص منها

هناك أشياء يصعب ويكاد يكون من المستحيل التخلص منها حتى عندما تبدو عديمة الفائدة وبلا قيمة. على سبيل المثال، عندما كنت على وشك الانتقال إلى شقتي المكونة من غرفتين، اكتشفت أني نسيت بعض أفراد الأسرة الذين جلسوا هناك ينظرون إليّ بعيون زجاجية حزينة. لم يكونوا سوى دُمى الحيوانات المحببة لنا.

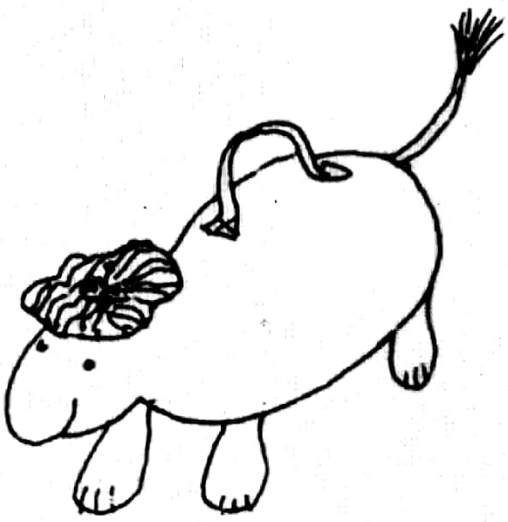
لم يفكر أحد بهم لفترة طويلة على الرغم من أنهم ربما منحونا الكثير من لحظات الفرح والراحة أكثر من العديد من الأقارب البشر، ولم يكن لدي أحفاد صغار لأهديهم أي شيء آخر.

أخذ أحد الأحفاد الكبار عددًا قليلًا من أجل أطفاله... من بينها تيديفير (اسم غريب جدًا، مثل زهرة رقيقة)، وهو دب قطبي أبيض كبير حصلت عليه من زوجي في عيد الميلاد عندما كنت أعيش في سنغافورة، اعتدت الرقص معه عندما لم يكن في المنزل. وفيرديناند، فرس النهر الأزرق الكبير مع مقبض على ظهره، وشرشوبة على ذيله وقبعة مخططة على

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

رأسه. كنت سعيدة لأنهم - مثلي - كانوا في طريقهم إلى منزل جديد، لكني حزينة لقول وداعًا.

اليوم في غرفة المعيشة يجلس عزيزي بومبال، كوالا كبير جلبه زوجي من أستراليا. أعتقد أنه حجز له مقعدًا خاصًا به على متن الطائرة. يجلس هناك ويبدو راضيًا جدًا. على الرف في غرفة نومي يجلس الدب القديم، إنه يشبه ويني ذا بو. كان يرتدي القليل فقط؛ سترة وجوارب للحفاظ على الحشو داخل جسمه لكنه في الواقع يبلغ ثمانين عامًا. لقد سمع الكثير من أسرار الأطفال الصغار، وكان يشعر بالراحة، ووفّر الصحبة لسنوات عديدة. هل أرميه في القمامة؟ لا يمكن. سوف يجلس على رفه مع بعض الأصدقاء الصغار الذين على شاكلته في الوقت الحالي.



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

صندوق الرمي بعيدًا

هناك بعض الأشياء التي أود الاستئثار بها لنفسي. الأشياء التي تجعلني أستحضر الأحداث التي قد أغفل عنها: رسائل حب قديمة، وبرامج، وذكريات من رحلات السفر. قمت بجمع كل هذه المتعلقات الشخصية في صندوق وألصقت عليه علامة «للرمي بعيدًا».

أثناء تصفحك لأوراقك، ربما ستجد رسائل يصفك فيها الكاتب بأشياء رائعة مثل «أفضل وأعز صديق» أو «شخص محبوب» أو أشياء ممتعة أخرى تريد قراءتها مرة أخرى بدلًا من أن تكتب على جدار ومن ثم تُرمى بعيدًا. عندما أجد أشياء مثل هذه، أشياء لا قيمة لها على الإطلاق لأي شخص آخر، ولكنها ذات قيمة هائلة بالنسبة لي، أذهب وأجلب صندوقي الخاص بـ «الرمي بعيدًا». بمجرد أن أرحل، يمكن تدمير الصندوق.

أعلم أن أول شيء سيفعله أبنائي هو التحقق من محتويات هذا الصندوق، لكن يمكنهم أيضًا اختيار عدم القيام بذلك. لقد قررت ما الذي يمكن للآخرين التخلص منه بضمير مرتاح، ولكني أتصور أن بعض الرسائل والصور والأشياء الصغيرة ستسلّي أحبائي إذا ألقوا نظرة عليها قبل التخلص من الصندوق بعيدًا.

من الصعب جدًا القيام بعملية الترتيب الأخيرة. طوال الوقت تتعثر في ذكريات مختلفة، وفي الوقت نفسه هو أمر لطيف بطريقة ما. أشعر ببعض الارتياح عندما أقرر الاحتفاظ بشيء صغير - زهرة مجففة أو حجر ذو شكل مضحك أو صدفة صغيرة جميلة - ووضعها في صندوق «الرمي بعيدًا». الصندوق مخصص للأشياء الصغيرة الثمينة بالنسبة لي لأنها تذكرني بأيام وأحداث مميزة.

من المهم جدًا ألا تختار صندوقًا ضخمًا لهذه القِطع! صندوق الأحذية يكفي مثلًا.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المراسلات والخطابات

في عائلتنا كتبنا الكثير والكثير من الرسائل. في الغالب نتيجة لسفر زوجي بوصفه رجل أعمال يعمل لصالح شركة دولية. اعتادت حماتي أن تعبّر شاكية بالقول: «ابني مثل قمر صناعي... إنه يتحرك دائمًا وعلى الأغلب بعيدًا!»

نظرًا لانتقال عائلتنا عدة مرات إلى أماكن بعيدة عن السويد، فقد ظللنا على اتصال بأقاربنا وأصدقائنا في الوطن عن طريق الرسائل. كانت المكالمات الهاتفية في ذلك الوقت مكلفة جدًا، ولم تستخدم إلا للرسائل العاجلة. عندما كبر الأولاد وزاروا الأصدقاء، وذهبوا في رحلات مدرسية، وبعد ذلك التحقوا بالمدارس البعيدة، اعتادوا كتابة بطاقات أو خطابات تخبرني أنا وزوجي بما كانت تسير عليه أمورهم، أو إذا كانوا في حاجة إلى المزيد من المال. أنقذتُ كثيرًا منهم.

لم يكونوا قد اخترعوا سكايب وفايس تايم بعد، لذا فقد استغرق الأمر وقتًا وجهدًا لنبقى على تواصل، خاصة في البلدان البعيدة في أفريقيا أو آسيا التي تتمتع بأنظمة اتصالات متأخرة التطور. كان علينا أن نكون على قناعة بأن الرسائل على الأقل لن تسافر على متن قارب أو مع رُسل على ظهور الخيل؛ على الأقل يمكن أن تسافر بالطائرة كي تصل في أقرب

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

وقت.

لا أعرف فعلًا ما إذا كان أحفادي يستطيعون الكتابة على الإطلاق، أعني الكتابة بالقلم والورق، ولا يبدو أن أحدًا يفعل ذلك. أعلم أنهم جيدون في الرسم، لكن بالنظر إلى مقدار رسائل الشكر التي تلقيتها خلال السنوات الأخيرة، أنا لست مقتنعة حقًا بأنهم يعرفون حتى كيفية الكتابة أو مثلًا أن هديتي لهم قد وصلت. وبناء على هذا، يُعد الفايسبوك شيئًا جيدًا: من خلاله أستطيع أن أرى أنَّ هديتي قد وصلت وربما راقت لهم.

عندما كان أطفالنا صغارًا، اضطروا للجلوس وكتابة رسائل شكر. بالنظر إلى المجهود الذي بذله شخص ما من أجل شراء هدية وإرسالها ثم فرحة تلقي شيء ما، أعتقد أن الجميع شعروا أن الأمر يستحق العناء. عندما يكون الطفل أصغر من أن يقرأ ويكتب بلغته الخاصة، ثم يضطر إلى الانتقال إلى بلد آخر حيث يتوجب عليه تعلم لغة جديدة، فإن الكتابة مهمة صعبة. أرادت أصغرنا أن تكتب إلى أصدقائها في الوطن مثلما فعلت أختها الكبرى وإخوتها، عملت بجد وسمعت كيف تنهدت، ثم قالت فجأة: «أمي أرجو أن تكتبي لهم وتخبريهم أني قد مت». كانت في السادسة من عمرها فقط في ذلك الوقت، لكن ربما كانت تعلم أن الموت هو وسيلة للتخلص من ورطتها.

بعد ذلك بكثير زرت مالطا حيث تحدث حفيدي مع أصدقائه الاسكندنافيين عبر جهاز حاسوبه. امتدت المحادثة لساعات! مجانًا! وسويًا لعبوا الألعاب الإلكترونية. وضحكوا معًا! هل يمكنه أن يتخيل كم كان يتوق والداه لهذا النوع من التواصل قبل أربعين عامًا؟

بالنسبة لحماتي، كان الأمر شائعًا بطبيعة الحال عندما نقل ابنها الوحيد عائلته بأكملها إلى بلد بعيد جدًا، لدرجة أن زيارة نهاية الأسبوع كانت غير واردة. لذا، اعتدت أن أكتب رسالة إليها مرة واحدة في الأسبوع

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أخبرها فيها عن حياتنا وعلى وجه الخصوص عما وصل إليه أحفادها. وضعت كل هذه الرسائل في كيس من البلاستيك الأزرق وأعادتها لي عندما عدنا إلى الوطن. يوميات الأسرة بأكملها! أنا سعيدة جدًا بتلك الحقيبة اليوم، ولن أتخلص منها أبدًا. إذا كان لديّ متسع من الوقت، فسأقوم بعمل خمس نسخ من كل رسالة بدلًا من ذلك وسأقدمها لكل ابن من أبنائي الخمسة.

في حال لم يكن لديّ وقت لنسخ جميع الرسائل، فقد قمت بتمييز كل مغلف بما يحتويه وما الذي هو عليه. مثل التزلج في حمام السباحة أو بناء مسرح من حاوية خشبية أو صنع بيت الدمية من صندوق كرتوني ضخم أو حفلات أو صنع زينة عيد الميلاد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

أشياء مكتوبة

لديّ بعض البطاقات القديمة والدعوات والرسائل. بعضها عندي منذ أكثر من مئتي سنة، وهي مكتوبة بشكل جميل وبعناية، ربما باستخدام ذاك النوع من الأقلام التي يجب غمسها بالحبر طوال الوقت، أو ربما ريشة الإوزة، وأعتقد أنها تسمى ريشة كبيرة. كُتبت على ورق رفيع للغاية، اصفر الآن مع مرور السنوات. إنها قطع فنية صغيرة حقًا.

عندما ذهبت إلى المدرسة كان من المهم للغاية أن أكتب بشكل واضح ومرتب. اليوم لا يكتب الكثير من الناس مذكرات أو رسائل باليد. وإذا فعلوا ذلك، يصعب أحيانًا قراءة ما كتبوا، خاصة بالنسبة لأولئك الذين لم يختبروا أبدًا شعور حركة القلم في اليد عند إنشاء رسالة.

كان لدينا حصة كتابة في مدرستي. معظمنا وجد أنها مملة للغاية. ألحّ المدرس أن نكتب بأقلام حبر كان يتعين علينا أن نغمسها في المحبرة في كثير من الأحيان. في إحدى المرات، سئمنا منه لدرجة أننا سكبنا الماء في جميع زجاجات الحبر الصغيرة، وهذا لم يجعل قراءة ما كتبناه أسهل!

ليس لدي مشكلة كبيرة في قراءة خط اليد لأشخاص آخرين، لكن الشباب يجدون أنه من المستحيل تقريبًا فك رموز أساليب الكتابة

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الخاصة بالأشخاص الآخرين. أعتقد أن هذا هو السبب في أنه من الصعب عليهم كتابة رد بخط اليد في رسالة. بالطبع، من الأسهل بكثير الجلوس أمام الكمبيوتر والنقر فوق شيء ما. إنه سريع ولا يتطلب أي ظرف أو أجرة بريد، ولا يتطلب منك المشي إلى صندوق البريد. ولكن ما زلت أعتقد أن السعادة هي في الحصول على بطاقة بريدية في صندوق بريدك!

قام فريق شاب من صانعي الأفلام، من بينهم ابنتي، بعمل فيلم وثائقي عن الفنان والمخرج السينمائي السويدي العظيم إنغمار برغمان. كانوا يجدون صعوبة في قراءة مذكراته التي كانت مكتوبة بخط اليد بأسلوب قرن من الزمان تقريبًا، ولذا طلبوا مني المساعدة. لم يكن فك رموز خطّه أمرًا سهلًا عليّ، لكن على الأقل لم يكن الأمر معقدًا كذلك. بالمناسبة، اكتشفت أن إنغمار برغمان كان يفكر في وفاته طوال الوقت، كما هو واضح في بعض أفلامه، لكنه لم يكبّد نفسه عناء التأهّب للرّحيل. ونتيجة لذلك، لدينا الآن أرشيف ضخم لإنغمار برغمان في ستوكهولم. ربما لا يكون الترتيب للموت جيدًا في بعض الأحيان... على الأقل إذا كنت قد أنجزت عملًا عظيمًا.

لم أعد أحتفظ بالرسائل والبطاقات التي قليلًا أو من النادر أن أحصل عليها. بمجرد أن أرد وأشكر المرسِل تختفي الرسالة في فرّامة الورق. فقط إذا كانت البطاقة مضحكة للغاية أو جميلة فسوف ألصقها على الباب في مطبخي، أو في بعض الأحيان أضعها في صندوق «الرمي بعيدًا» لأعيد النظر إليها وأستمتع بها مرة أخرى في لحظة ما في المستقبل.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كتابي الأسود الصغير

في بعض الأحيان أتساءل عما إذا كان الجيل القادم سيكون قادرًا على قراءة الملحوظات الصغيرة أو الرسائل الجميلة والمثيرة للاهتمام التي تسلموها وسيتلقونها من الأقارب والأصدقاء على مدى السنوات.

أعلم أن هناك العديد من الطرق لحفظ كل ما تريد حفظه على جهاز حاسوبك. لدي أصدقاء لا يمكنهم الوصول إلى الإنترنت بأي وسيلة، وليس لديهم جهاز كمبيوتر أو جهاز آي باد أو حتى هاتف محمول، ولم يزعجوا أنفسهم بالقيام بأي شيء حيال ذلك. وهم من الرجال والنساء على حد سواء. هذا غير عملي للغاية. يقولون إنهم يستطيعون إدارة شؤونهم بشكل جيد دون هذا الاختراع الحديث. حسنًا، ربما يكون هذا صحيحًا، لكنهم يحرمون أنفسهم أيضًا من الكثير من المعلومات المهمة التي يمكن أن تجعل حياتهم أسهل وأكثر إثارة للاهتمام. أشعر أحيانًا أنني أعيش في عالم مختلف عن بعض أصدقائي. لا أستوعب كيف أتصرف دون الإنترنت، أتفقد صندوق الوارد في بريدي الإلكتروني مرة واحدة على الأقل يوميًا، أقرأ وأرد: قد يكون مجرد استفسار أو دعوة أو رسالة عادية، وبالطبع بعض الإعلانات التي أود حذفها. ربما أبحث عن عنوان أو رقم هاتف، أو أدفع فواتيري، أو أقوم بشراء تذاكر لفيلم أو قطار أو تذكرة طيران عندما أرغب في الذهاب إلى مكان ما.

وإن كانت هناك برامج تليفزيونية لم تتح لي الفرصة لمشاهدتها، فيمكنني أن أشاهدها على جهاز حاسوبي في وقت يلائمني أكثر. يمكنك شراء أي شيء تقريبًا، كذلك يمكنك استخدامه قاموسا، وكتاب طهي وأكثر من ذلك بكثير.

تتقدم التكنولوجيا بسرعة كبيرة بحيث يصعب في بعض الأحيان مواكبتها، خاصة بالنسبة لنا نحن كبار السن. ليس فقط لأننا أبطأ من

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المعتاد، ولكن أيضًا لأننا ننسى الأشياء بسرعة ويتعين علينا الاستماع والتعلم من جديد. هذا بالطبع مزعج جدًا ومرهِق. عليك أن تكتب أشياء كثيرة، وهو ما يهم جدًا عند استخدام الحاسوب. للدخول إلى بعض المواقع عليك أحيانًا استخدام كلمة مرور، ومع مضي الوقت يتضاعف عدد كلمات المرور لديك، حتى تصير كثيرة جدًا لدرجة أن الشباب يصعب عليهم تذكرها.

لديّ كتاب أسود صغير غلافه الخلفي أحمر. في هذا الكتاب الصغير، أحتفظ بكل كلمات المرور الخاصة بي حتى أتمكن من الوصول إلى كل ما أريده على جهاز حاسوبي، وعندما يأتي اليوم الذي أرحل فيه، وأصبح في مكان آخر، يمكن لعائلتي العثور على ما يحتاجون إليه بسهولة.

من الجيد أن الإنترنت سهّل التواصل، لكني أعتقد أنه من المحزن أن الكثير من الكلمات والأفكار المكتوبة من الممكن أن تتبخر في الهواء فجأة. من يحفظ الرسائل النصية على هاتف محمول قديم؟ كم عدد الهواتف القديمة التي يجب عليك الاحتفاظ بها من أجل الحفاظ على بعض من نصوصك العزيزة عليك؟ وجميع أجهزة الشحن لجميع هذه الهواتف إذا كنت ترغب في قراءة رسالة؟ هذا غير ممكن. هذه مشكلة أخرى مع تقدم التكنولوجيا، فجميع الأجهزة التي لا بد منها في لحظة ما تصبح عديمة الفائدة تمامًا في اللحظة التالية.

حاولت مواكبة العصر، وكذلك التخلص من القديم. عندما أصبحت شرائط الكاسيت الثمانية قديمة الطراز منذ السبعينيات، رميتها بعيدًا. الأمر نفسه ينطبق على أشرطة الفيديو، حولتها لبيانات رقمية ثم ألقيت بها بعيدًا. كان الأمر مختلفًا مع أسطوانات إل بي القديمة التي يجمعها صهر لي وينتقي منها عددًا قليلاً، والباقي تخلصت منه.

غني عن القول إنني تخلصت أيضًا من أجهزة التسجيل والأقراص

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الدوارة التي عفا عليها الزمن، تلك التي قمنا بتشغيلها على موسيقانا.

في حين أنه قد يكون ممتعا النظر اليوم إلى آلة تحميص الخبز آرت ديكو الجميلة من عشرينيات القرن الماضي، أعتقد أن عددًا قليلًا جدًا من أدواتنا وأجهزة الشحن وأجهزة التوجيه (الراوتر) وما إلى ذلك ستحظى بالإعجاب في المستقبل.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

التأهّب للرّحيل مفيد لك بالقدر نفسه (أو أكثر!) كما هو للآخرين من بعدك

لقد أشرت بالفعل إلى أن التأهّب للرّحيل أمر يجب عليك فعله حتى لا يضطر أبناؤك وأحباؤك الآخرون إلى التعامل مع كل ما خلّفته من الأشياء. وعلى الرغم من أنني أعتقد بأن هذا الدافع مهم للغاية، إلا أنه لا يمثل القصة الكاملة.

التأهّب للرّحيل أمر يمكنك القيام به لأجلك وحسب، أي من أجل رضاك. وإذا بدأت في وقت مبكر، في الخامسة والستين على سبيل المثال، فلن تبدو هذه مهمة عظيمة عندما تكون في مثل سِنّي بين الثمانين والمئة.

إن أهم شيء هو متعة الفرد وفرصة إيجاد المعنى والذاكرة، ومن دواعي سروري المضي عبر الأشياء واستحضار قيمتها. وإذا كنت لا تتذكر سبب وجود شيء ما أو سبب الاحتفاظ به، فلن يكون له أي قيمة وسيكون من الأسهل عليك أن تتخلى عنه.

التقيت بالعديد من الشباب الذين ليس لديهم أطفال في هذه الأيام. قد يفكر المرء: حسنًا، ليس لدي أبناء، لذا لا أحتاج إلى التأهّب لرحيلي. هذا خطأ. شخص ما سوف يضطر إلى الترتيب بعد رحيلك، وأيًا يكُن ربما يجد ذلك عبئًا.

كوكبنا صغير جدًا، يسبح في كون لا ينتهي أبدًا. قد يهلك تحت وطأة النزعة الاستهلاكية التي لدينا وأخشى في نهاية المطاف أن يتحقق ذلك فعلًا. إذا لم يكن لديك أبناء من صلبك، فلابدّ أن تبقى متأكدًا من أن التأهّب للرّحيل يجلب الرضا لك ولجميع الأبناء الآخرين الذين لا تعرفهم. أيضا يمكن لإعادة التدوير والتبرع مساعدة الكوكب ومنح الأشياء لمن هم في حاجة إليها.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

تملك إحدى بناتي التي لم تنجب مجموعة ضخمة من الكتب، وتحاول هذه الابنة (التي تبلغ الآن الخمسين) العثور بيأس على شخص يافع يحب القراءة لتتمكن من التخلي عن بعض كتبها. مجموعتها رائعة، ولطالما كانت قارئة نهمة، كما أن العديد من كتبي وكتب جديها؛ والدَيْ زوجي، آلت إلى مكتبتها في نهاية المطاف. سيجد معظم الناس، على ما يبدو، صعوبة بما يكفي في العثور على شخص ما لإعطاء أشيائهم. إذا لم يكن لديك أطفال، فقد يكون لديك إخوة وأبناء إخوة، أو قد يكون لديك أصدقاء وزملاء عمل وجيران يسعدهم أخذ ممتلكاتك.

إذا لم تتمكن من العثور على أي شخص تقدم ممتلكاتك إليه، فاعرضها للبيع وقم بالتبرع بها للجمعيات الخيرية. إذا لم تتأهّب للرّحيل وبيّنت للآخرين أغراضك القيّمة، ستأتي شاحنة كبيرة، بعد وفاتك، لتأخذ كل أشيائك الرائعة للمزاد (في أحسن الأحوال) أو للتخلص منها. لن يسعد أحد بذلك... حسنًا، قد تكون دار المزادات سعيدة.

لذا، إن لم يكن لديك أطفال من صلبك فلا يزال عليك تنظيم حياتك. اذهب وتفقّد أغراضك وتذكّرها وتبرّع بها، فهناك على الدوام شخص ما في مقتبل عمره يبدأ حياة جديدة، ويبني منزلًا جديدًا، ويريد قراءة كل ما كتبه سومرست موم(7) (أعترف أن هذا نادر الحدوث). لا يجب أن يكون لديك قريب من دمك لتمنحه الأواني والمقالي وكراسي عليتك وسجادة قديمة. عندما يتمكن هؤلاء الشباب من شراء ما يريدون بالضبط، فسوف ينقلون أثاثك القديم إلى أصدقائهم، ثم إلى أصدقاء أصدقائهم، وهكذا. لا يمكنك معرفة الأماكن التي قد تتنقل بها أغراضك بعد رحيلك، وربما يكون ذلك أمرًا رائعًا للتمعّن فيه.

إذا قدمت مكتبًا قديمًا إلى شخص شاب، فأنشئ قصة عنه – قصة حقيقية بالطبع - وأخبرهم عن نوع الرسائل التي كُتبت عليه، وعن

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

الوثائق التي تم توقيعها عليه، وعن أنواع الأفكار التي استمتع إليها حول هذا المكتب. ستكبر القصة وتحيا مع انتقالها من شخص شاب إلى آخر أصغر، ويصبح المكتب العادي غير عادي عبر الزمن.

حصلت صديقة لي على مكتب من صديق كان يغادر ستوكهولم. يعود هذا المكتب إلى مطلع القرن الثامن عشر. ننظر إليه الآن، ونجلس ونكتب عليه ونتساءل دائمًا عما كُتب عليه. من الذي جلس هناك ليكتب عليه منذ مئات السنين؟ ماذا كانوا يكتبون؟ لماذا كانوا يكتبون ذلك؟ ولمن؟ رسالة حب؟ صفقة تجارية؟ اعتراف؟

إنه مكتب جميل. نقدّر جميعنا هذا. ولكن، الأهم من جماله، أنه كان قيد الاستخدام لمدة ثلاثمئة سنة. أتمنى لو أن كل من كتب عليه ترك تذكارًا. كتبت صديقتي ملحوظة صغيرة وأخفتها من الداخل. سوف تبيعه قريبًا. آمل أن يستمر هذا التقليد.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

قصة حياة المرء

التأهّب للرحيل لا يقتصر فقط على الأشياء، فلو كان الأمر كذلك لما كان بالغ الصعوبة.

على الرغم من أن ممتلكاتنا يمكن أن تُعيد الكثير من الذكريات إلى الحياة، فإنها تصبح أصعب مع الصور والكلمات المكتوبة.

في النهاية هي مسألة أحاسيس! استخدام الرسائل يستهلك الكثير من الوقت، فأنت ستتعثر في الذكريات القديمة وربما تحلم بالعودة إلى الأوقات الماضية. قد يكون الأمر مربحًا ويجلب لك ذكريات سعيدة، ولكنه أيضًا قد يثير مشاعر حزينة وحتى أحاسيس كئيبة بطريقة ما.

ضحكت وبكيت أثناء قراءة رسائلي القديمة، وفي بعض الأحيان كنت أشعر بالأسف لإنقاذ بعضها. كانت هناك أشياء نسيتها، ثم فجأة عاد كل شيء مرة أخرى! ولكن إذا كنت تريد أن ترى الصورة الكاملة لقصتك وحياتك، فيجب أن تُظهِر حتى أقل الأشياء المسلية.

كلما ركزت على ترتيب حياتي أكثر، أصبحت أكثر شجاعة. كثيرًا ما أسأل نفسي: هل سأجلب السعادة لأحد أعرفه إذا احتفظت بهذا؟ إذا استطعت بعد لحظة من التأمل الإجابة بصراحة لا، فحينئذ ستذهب هذه الأشياء إلى فرّامة الورق التي تنتظر دائمًا مضغ الورق مرة أخرى. ولكن قبل أن تذهب إلى فرّامة الورق، كان لديّ فرصة للتفكير في الحدث أو الشعور سواء كان جيدًا أو سيئًا، ولكي أعرف أنه كان جزءًا من قصتي وحياتي.

لا يمكنني أن أفهم لماذا يجد معظم الناس الحديث عن الموت صعبًا. إنه الأمر الوحيد الذي لا مفر منه على الإطلاق، الأمر الذي سنمر به جميعًا في أيامنا القادمة.

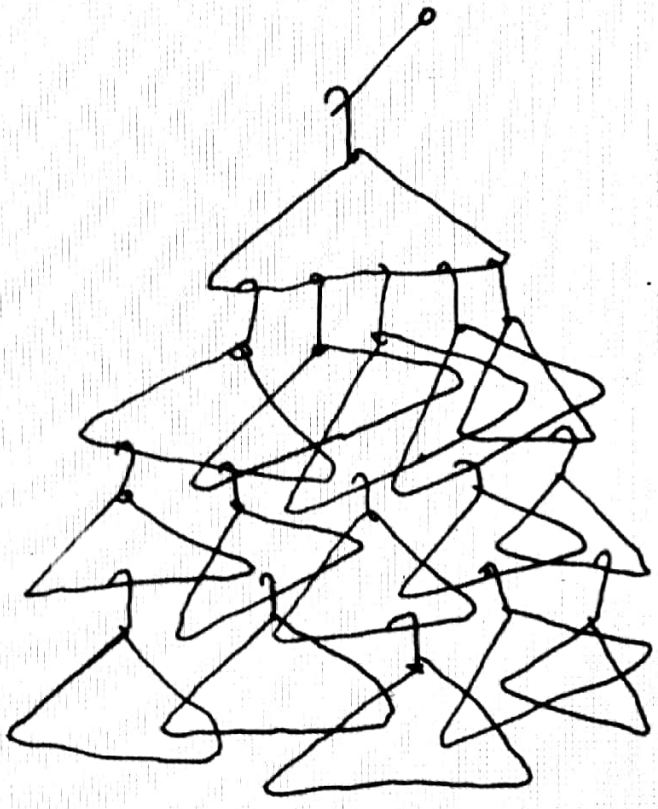
الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

كيف نفضل أن ندبّر الأشياء إذا مرضنا، وكيف نريد أن نعامَل عندما يواتينا الموت، إنها قرارات تدخل في نطاق سلطتنا، إذا واجهنا هذه الحتمية وسيطرنا عليها. أعلم جيدًا أننا نحتاج أحيانًا إلى مساعدة احترافية للمضي قدمًا، وربما من محامٍ لوضع وصية. بالطبع لست مؤهلة لتقديم المشورة القانونية... أنا فقط متأهّبة للرّحيل.

هناك العديد من الخيارات حول كيف يمكننا التفكير في الرحيل عن الحياة والاستعداد له. لا وجود لخيار خاطئ. يرغب بعض الأشخاص في إحراق جثثهم ونشر رمادهم في البحر؛ ويريد بعضهم أن يدفن في تابوت، وبالطبع هناك العديد من الأشياء الأخرى حول وفاة الفرد وجنازته للتفكير فيها. لتجنيب أقاربك والآخرين جميع هذه القرارات الصعبة، يمكنك فعلًا أن تقرر كل شيء بنفسك بينما أنت لا تزال قادرًا على القيام بذلك. تحدّث إلى شخص قريب منك عن رغباتك أو اكتبها. فقط حاول أن تكون عمليًا في خيارك!

أردتُ في هذا الكتاب، أن أبدأ عملية الترتيب، وأن أجعلك تشعر بالرضا عندما تفكر في كل الساعات التي ستوفرها على أحبائك، لأنهم لن يضطروا إلى تبذير وقتهم الثمين للاعتناء بممتلكاتك التي أنت نفسك لم تعد ترغب فيها أكثر من ذلك. سأشعر بالرضا والسعادة عندما أُنجز معظم هذا العمل. ربما لا يزال بإمكاني السفر إلى مكان ما، أو شراء الزهور لنفسي ودعوة بعض الأصدقاء لحفل عشاء لطيف للاحتفال بجميع الأعمال المنجزة. وإن لم أمت، فربما أذهب للتسوق مرة أخرى!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner



الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

بعد الحياة

لا يمكنني أن أفهم لماذا يجد معظم الناس الحديث عن الموت صعبًا. إنه الأمر الوحيد الذي لا مفر منه على الإطلاق، الأمر الذي سنمر به جميعًا في أيامنا القادمة.

كيف نفضل أن ندبّر الأشياء إذا مرضنا، وكيف نريد أن نعامَل عندما يواتينا الموت، إنها قرارات تدخل في نطاق سلطتنا، إذا واجهنا هذه الحتمية وسيطرنا عليها. أعلم جيدًا أننا نحتاج أحيانًا إلى مساعدة احترافية للمضي قدمًا. ربما من محامٍ لوضع وصية. بالطبع لست مؤهلة لتقديم المشورة القانونية... أنا فقط مُرتِبة للموت.

هناك طرق عدّة للتفكير في الرحيل عن الحياة والتأهّب له. لا وجود لطريق خاطئ. يفضّل البعض حرق الجثمان ونشر الرماد في البحر؛ ويريد البعض الآخر الدّفن في تابوت. وبالطبع هناك التفاصيل الأخرى حول وفاة الفرد وجنازته للتفكير فيها. ولتجنيب الأقارب والآخرين

Telegram:@mbooks90

موقف اتخاذ قرارات قد يجدونها صعبة، يمكن فعلًا أن يقرر المرء كل شيء بنفسه بينما لا يزال قادرًا على ذلك. تحدّث إلى شخص قريب منك عن رغباتك، أو اكتبها. فقط حاول أن تكون عمليًا في خياراتك!

أردتُ في هذا الكتاب التمهيد لعملية التأهّب للرحيل، وجعلك تشعر بالرضا عند التفكير في الساعات التي ستوفرها على أحبائك، لأنهم لن يُجهدوا أنفسهم للاعتناء بممتلكاتك التي أنت نفسك لم تعد راغبًا بها. سأشعر بالرضا والسعادة عندما أُنجِز معظم هذا العمل. ربما لا يزال بإمكاني السفر إلى مكان ما، أو شراء الزهور لنفسي ودعوة بعض الأصدقاء لحفل عشاء لطيف للاحتفال بجميع الأعمال المنجزة. وإن لم أمت، فربما أذهب للتسوق. مرة أخرى!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

شكر وتقدير

أود أن أشكر ستيفن موريسون على إلهامه لكتابة هذا الكتاب ومنحي الكثير من النصائح الودية على امتداد رحلة الكتابة.

كما أود أن أشكر ناشري نان غراهام وكارا واتسون في سكريبنر وجيمي بينج وجيني تود وهانا نولز في كانونجايت وهنري روزينبلووم في سكريبت على مداخلاتهم المدروسة التي جعلت كتابي أفضل بكثير. أود أيضًا أن أشكر سوزانا لي على عملها الجاد وعلى الغداء الرائع في ستوكهولم وفريقها المذهل لورا ومارك وسيسي وكيري ولورين الذين جعلوا هذه الرحلة سلسة للغاية.

وأخيرًا، أود أن أشكر ابنتي جاين وزوجها لارس.

لولاهما لما خرج هذا الكتاب للنور.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

سيرة المؤلفة

طُلبَت مني سيرتي الذاتية! هل حقًا لدي واحدة؟

أعلم أنني ولدت في مدينة غوتنبرغ في السويد عشية رأس السنة الجديدة. كان ذلك توقيتًا جيدًا! عندما كنت طفلة، اعتقدت أنني السبب في رنين أجراس الكنيسة، وفي نفخ أبواق جميع القوارب في المرفأ، وفي فرقعة الألعاب النارية وبريقها في السماء.

أحبني والداي، حتى عندما كنت أصرخ. كان والدي طبيبًا، وبقيت والدتي في المنزل تعمل على تنظيم الحياة التي عاشاها. في ذلك الوقت، كان من الشائع جدًا أن تبقى النساء في المنزل بدوام كامل، على الرغم من أنها درست كي تعمل ممرضة.

ذهبت إلى مدرسة غير دينية في السابعة من عمري. بعد تخرجي من المدرسة الثانوية، قُبلت في كلية بيكمان للتصميم في ستوكهولم. عندما أنهيت تعليمي هناك، كان من السهل بالنسبة لي الحصول على وظيفة لأن المدرسة كانت تحظى باحترام كبير، لكن كان من الصعب عليّ اختيار ما أريد القيام به. عملت مصممة أزياء وإعلان في متجر كبير يبيع كل شيء باستثناء الطعام والقرطاسية. عندما بدأت في إنجاب الأطفال، عملت من

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

المنزل، في تسليم اللوحات بينما أحمل طفلي في سلة. ورسمت أيضًا الكثير من اللوحات بالألوان الزيتية والمائية والحبر. معرضي الشخصي الأول كان في مدينة غوتنبرغ عام ألف وتسعمئة وتسعة وسبعين. وفي وقت لاحق، أقمت المزيد من المعارض في ستوكهولم وسنغافورة وهونغ كونغ والعديد من الأماكن الأخرى في السويد أيضًا. عند بيع لوحة في معرض، جرى العرف أن يوضع ملصق أحمر مستدير أو دائري على الحائط بجانب اللوحة. في عدد من هذه المعارض، بعت الكثير من اللوحات كما اعتدنا أن نلقي نكتة عن أن معرض الصور أصيب بالحصبة. لقد استمتعت بحياتي المهنية كفنانة وما زلت أستمتع بطلاء اللوحات والرسم. أعتقد أنني سأحتفظ بالفرش وأوراق الرسم والألوان حتى النهاية.

لقد أمضيت وقتًا ماتعًا، لكن الآن بعد أن تقدّم بي العمر وبلغت ما بين الثمانين والمئة، تعبت قليلًا وأريد أن أتأنى. جمعت الكثير من الأشياء على مر السنين؛ تلك الأشياء التي تمنحني الشعور بالبهجة حين أستعرضها جميعًا. كما أن عملية فرز كل شيء أمر محزن في بعض الأحيان، لكني لا أريد حقًا أن أجلب لأبنائي الذين أحب وعائلاتهم الكثير من المتاعب مع ممتلكاتي بعد رحيلي. لهذا السبب أريد أن أخبر الآخرين عن التأهّب للرّحيل، وكيف يمكن أن يكون رائعًا ومليئًا بالتحديات!

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

---

(1) سينيورنت: (SeniorNet) هي منظمة غير ربحية مكرسة لمساعدة الأفراد وكبار السن من 50 سنة فما فوق، وتعليمهم كيفية استخدام أجهزة الكمبيوتر والإنترنت لتحسين حياتهم ومستواهم. لديها أكثر من 200 مركز تعليم على الصعيدين الوطني والدولي وعضوية ما يقرب من 20.000 منتسب. مقرها في ولاية فلوريدا في الولايات المتحدة الامريكية.

(2) آني فريد لينغستاد المعروفة باسم فريدا لينغستاد من مواليد (15 نوفمبر 1945) هي مغنية وكاتبة أغاني وباحثة بيئة سويدية من أصل نرويجي تعد واحدة من كبار مطربي فرقة البوب السويدية أبا الشهيرة في فترة السبعينيات من القرن العشرين.

(3) البوتشي: لعبة بسيطة ولكن تحمل طابعًا من التحدي والذكاء. تلعب بكرات من الحديد أو البلاستيك ويرجع تاريخها للعصر الروماني وتطورت إلى شكلها الحالي

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

في إيطاليا.

(4) العمارة الاستعمارية: طراز معماري نتج بعد أن شهدت العمارة في الدول التي استعمرتها أوروبا منذ القرن السابع عشر حتى حلول القرن العشرين حركة دؤوبة في البحث عن الجديد وشحذ حالة الاستلهام في العمارة من الطرز السابقة.

(5) سيفيتشي *ceviche* هو طبق بحري يُصنع عادة من سمك نيء مجفف في العصائر الحمضية. وهو مشهور في مناطق سواحل أمريكا اللاتينية المطلة على المحيط الهادئ.

(6) سلينج السنغافوري *Singapore Sling* هو مشروب كحولي حلو يصنع من الجن.

(7) وليام سومرست موم (25 يناير 1874-16 ديسمبر 1965) روائي وكاتب مسرحي إنجليزي.

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner