

شيماء هشام سعد
مكتبة

الشفقة

محاولة

يومية

مسار تجريبي للتعافي
من الكرب والهشاشة

سجل في مكتبة
اضغط الصفحة
SCAN QR



مسار تجريبي للتعافي
من الكرب والهشاشة

رقم الإيداع : 3805 / 2025

الترقيم الدولي: 978 - 977 - 764 - 287 - 3

نُبيه

إن جميع الآراء الواردة في هذا الكتاب تعبر عن رأي كاتبها
ولا تعبر بالضرورة عن رأي الناشر

القاهرة - أمام مسجد عlish - خلف جامع الأزهر

(002) 01111322668 - (002) 01008584820

elmarefa@hotmail.com

DarElmarefah

darelmarefa

01004520496

elmarefa.store



النقاۃ محاولة یومیة

مسار تجریبی للتعافی
من الكرب والهشاشة

شیماء هشام سعد

مکتبة
t.me/soramnqraa

دار المعرفة
للنشر والتوزيع

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إهداء

إلى الذين يودون النجاة ويلتمسون كل سبيلٍ إليها:
هذه رسالةٌ طويلةٌ من مسافرةٍ في الرحلةِ ذاتها.

مكتبة

t.me/soramnqraa

”المقدمة“

جالسةً على مكتبي قربَ الثالثةِ صباحًا أفكرُ فيما عليَّ قوله،
يأتي من المطبخ صوت قطراتِ مياهٍ منتظمة من صنوبر المجلى،
أخبرتُ مالك الشقة أكثر من مرةٍ أن كلَّ الصنابير بحاجةٍ إلى صيانةٍ
دون جدوى، شيءٌ كهذا من شأنه أن يُثيرَ أعصابي كلما تذكرته،
لكنني أكتشفُ الآن أن هذا الصوتَ لم يعد يزعجني، ليس طوال
الوقتِ على الأقل، تمامًا كما لم أعد أستشيطُ غضبًا من صوتِ
الطلابِ المغترين أسفل نافذتي بعد منتصف الليل، وصوتِ جرِّ
الأثاثِ كلَّ ليلةٍ في شقةِ جاراتي العلوية، والضجيج الذي يتوحشُ في
عقلي كلما هدا العالمُ بالخارج.

فكرتُ كثيرًا في الشكل الذي ينبغي أن تكونَ عليه مقدمةُ كتابٍ
كهذا، يجبُ أن أكتبَ شيئًا جذابًا كعادةِ مدمات الكتب من هذا
النوع؛ كتابٌ يتحدث عن النجاة من التجارب المؤلمة والظروف
الصعبة والتعافي من مزالق الحياة وفخاخها، يجبُ أن تُمسك
مقدمته بتلابيب المخيلة وتداعب عقل القارئ وتُرضي سعي الناشر

إلى الحصول على مخطوطة كتاب رائج، أقولُ لنفسي: «افعلِها يا بنت؛ لطالما فعلتها!»، وأذكرُ كلَّ المرات التي كتبتُ فيها شيئاً وخلبَ ألبابَ القراء، هذه منطقةُ أحسنُ الكتابةِ فيها وأصلُ بسهولةٍ إلى القلوب، لكنني لا أفعل؛ لا لانعدامِ ثقتي في أدواتي، ولكن لأن هذا الكتاب موجَّهٌ إلى المرتبكين أمثالي، أولئك الذين ما زالوا يتعشرون في خطواتهم على طريق معرفة أنفسهم وعيش أيامهم، أولئك الذين لم تتضح خطوط خرائطهم بعد، ولستُ أرى أن مقدمةً محبوكةً بعناية ستكون مناسبةً في هذا المقام.

أسمع صوتَ عقرب الساعةِ عن يميني وأشعرُ باختلاجةٍ في قلبي؛ إذ يخطرُ لي كم تغيَّرتُ على مدى ستِّ سنواتٍ حتى الآن، هذه الساعةُ هنا تحديداً من أجلِ هذا الغرض؛ من أجلِ تذكيري بأن الوقتَ هو ما يلزمُني بعد لفٍّ ضمادةٍ على الجرحِ من أجلِ أن ألتئم، ليس في إمكاني شيءٌ آخر سوى السماحِ للوقتِ -بعد عنايةِ الله- بأن يعملَ عمله، مُنشغلةً ومُتشاغلةً في أثناءِ ذلك عن التحديقِ في جرحي وحكِّه.

لا أريدُ لشيءٍ من الدراما أن يحتلَّ السطورَ فجأةً، لقد أقدمتُ على كتابةِ هذا الكتابِ كنوعٍ من الاحتفالِ بنجاتي، يمكنني القولُ أنني إذ أكتبُه إنما أقفزُ قفزةً فرحٍ بأكثرِ الطرقِ رزانةً، وعندما أقولُ

«نجاتي» فأنا لا أقصدُ النجاةَ النهائيةَ والأخيرةَ من حدثٍ واحدٍ أو تجربةٍ بعينها، إنما أعني النجاةَ اليوميةَ، وهذا معنى اكتشفته منذ ستّ سنواتٍ أو أكثر فأدهشني وأزاحَ عن كاهلي عبئًا كبيرًا؛ لأن إدراكنا أننا غيرُ مُطالبين بالنجاة النهائية والأبدية من تجاربنا المؤلمة يجعل مهمتنا أسهل، فيصبح علينا فقط أن ننجوَ كلَّ يومٍ من آثارها السيئة.

لقد بتُّ على قناعةٍ بأن النجاةَ النهائيةَ مما مررنا به إنما تحدثُ في الآخرة، هناك حيثُ نشفى من ذكاراتنا المُعذِّبة بمعجزةٍ إلهيةٍ كمكافأةٍ على حسن التعامل، وأنني كمخلوقٍ بشريٍّ محدودٍ القدرات غيرُ مسؤولٍ سوى عن عيشِ كلِّ يومٍ وأنا أحاول النجاةَ فيه مما يعوقُ سيرِي ويُمضُّ روحي، من تجاربي المؤلمة، وذكرياتي الحزينة، وظروفي التي تعملُ عملها لتُشكِّلَ مني شخصًا لا يسرُّني النظرُ إليه.

هذا الإدراكُ جعلني أشعرُ بالخفة، وبعد أن كنتُ أكتبُ في دفترِي أهدافًا ضخمةً كالجبالِ ثم أنوء بحملها طوال أيامي وأعوامي ولا أفلحُ في تحقيقِ شيءٍ منها، ما يُصيبُنِي بالإحباطِ واليأسِ من نفسي والتوقفِ عن المحاولةِ مرةً بعد مرة، صار هذا الدفترُ نفسه مليئًا بأهدافٍ أصغرَ مُظللةٍ بالأصفر علامةً على

الإنجاز، أهداف يومية صغيرة تتفرغ منها أهداف أصغر، لا أشغل بالي وأنا أعيش اليوم سوى أن أنجز هذه الأهداف المُنمنمة إذا قورنت بهدف التعافي النهائي من كل ما مررتُ به، لأكتشف مؤخرًا وأنا أحدق في دفاتري القديمة والحديثة أن كل تلك الأهداف اليومية الصغيرة، والتي قد ترى تافهةً لفرط عاديتهَا وبساطتهَا، قد شكَّلت شيئًا عظيمًا أنظرُ إليه الآن بغبطة، وأنني ودون أن أدري صنعتُ انتصارًا كبيرًا - ستتضح ملامحه بالتفصيل في الصفحات القادمة - من آلاف مراتِ كنسِ البيت والتحديث في السماء والحفاظ على فعلٍ صغيرٍ قبل النوم وأشياء من هذا القبيل.

سنواتٌ كثيرةٌ مرت وأنا أتجول بين الكتب بحثًا عن طريق، أترددُ على الأطباء النفسيين، وأغمسُ نفسي في مشاعر وأفكارٍ كثيرةٍ كنتُ أطلعُ نحوها بلهفةٍ الغريق الذي ينتظرُ القشة، حتى كانت ليلةٌ من الأرق الطويل أعادت تشكيل أفكارٍ عن النجاة وتصوراتٍ عنها، فرحتُ كالغريق الذي رأى قاربَ إنقاذٍ لا مجرد قشة، وكان فرحًا واعيًا أعرفُ أن التجربة لن تُثبتَ كذبه، لأنني، وأقولها مملوءةً بالدموعِ الآن، كنتُ أعرفُ عن طريقِ التجربةِ كلَّ الطرقِ الخاطئةِ من أجلِ العيشِ بصحبةِ كل هذه الوحوش في رأسي، ولم أكن أعرفُ طريقًا واحدةً صحيحة، لكنني آمنتُ أنني سأعرفُها عندما

أهتدي إليها، سأعرفُها بمخزوني الطويل من الإخفاقات ومقابله
الوحوشِ في نهاياتِ الطرق، وهذا ما حدث بالفعل.

في تلك الليلة، وبعد دعاءٍ صيغ ثلاثة أرباعه من الدموع
واستعصاءِ اللغة، هُديتُ إلى الطريق، وتمثلَ أمامي على هيئةِ حوارٍ
داخليٍّ طويلٍ من أسئلةٍ تفتحُ جروحًا وأجوبةٍ تلفُ ضمادات:

١- مَنْ من الأحياء الذين مروا من هذا الدنيا قبلي سمعتُ أنه
كان يعرفُ خطواتٍ واضحة لنجاةٍ جذريةٍ وتامةٍ في الدنيا؟

لا أحد، كلُّهم كانوا يعيشون الحياةَ باحتمالِ المكاره، سواءً
كانت تلك المكاره مصائبَ قاصمة، أو ذكرياتٍ تقضُ المضجع، أو
ظروفًا صعبة، والعاقل لا يستنفد طاقته في المُحاولاتِ المُلحّة
لتجنبِ ما لا يُمكنُ تجنبه.

٢- هل معنى ذلك أن حياةَ الإنسانِ في الدنيا محكومةٌ بالتعاسة
التي لا فكاكَ منها؟ فأين الحياةُ الطيبةُ التي وعدَ الله بها مَنْ يؤمن به
ويعملُ صالحًا؟

ينبغي أولاً أن أُصححَ مفهومي للحياةِ الطيبة؛ إذ، ناهيك عن
تفسير المفسرين لها، لا يُعقل أن تكونَ الحياةُ الطيبةُ في الدنيا هي
الحياةُ الخاليةُ مما يكره الإنسانُ من مصائبٍ حاضِرٍ وغمومٍ ماضٍ

وهموم مُستقبل، وإلا ما كانت دنيا، وما كان الله قال -سبحانه-:
﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾، وإنما يُحيي الله أحدنا حياةً طيبةً بأن
يُسكن قلبه أَمَامَ قضاائه، فيرضى بكلِّ ما يُقدِّره عليه رضا تسليمٍ لِمَن
قدَّر عليه البلاء، لا رضا استسلامٍ لما ابتلي به وانسحاقٍ تحته.
والهادئ الساكنُ المطمئنُّ تطيبُ حياتهُ مهما كان ما يلقاه فيها.

٣- كيف إذا يتجلدُ الإنسانُ للمكاره ويُقاومُ كلَّ ما يشدهُ لهوةُ
الحزن والضعف والهشاشة؟

هذا السؤال صعب، الإجابة التقليدية والمباشرة هي: بالتوكل
على الله والاستعانة به، لكنني قضيتُ سنينَ طويلةً أُحيي هذا
المعنى في قلبي من أجل الاستشفاء ثم لا يحدثُ شيء، أدعو كثيراً
بأن يُنجيني الله من ذاكرتي ومشاعري وضعفي أَمَامَ النوائبِ ثم
أجلسُ فارغةً اليدين من أيِّ شيءٍ يُمكنُ عمله، وأدركُ الآن في لحظةٍ
كشفٍ حانيةٍ أن هذه الطريق -طريق النجاة- لا تُقطعُ بالقلبِ فقط،
مثلاً لا يُمكنُ أن يقطعَ إنسانُ المسافةَ من بلدٍ إلى بلدٍ في خياله،
بنيته فقط وحبُّ قلبه للسفر! وإنما هي طريقٌ لا بد لها مع إيمان
القلبِ من عملٍ الجوارح.

تساءلتُ كثيراً: أليس الدعاء يكفي؟ وأعرفُ هذه اللحظة أن
العملَ والحركةَ على الأرضِ من صدقِ الدعاء ابتداءً، ثم هما علامةٌ

على استجابته. من صدقِ دعاءَ المرءِ أن يتحرك - وإن بارتباكٍ -
لُيرَى الله من نفسه أنه عازمٌ على العملِ لا نائمٌ بعدَ السؤالِ ينتظرُ
الإجابة، وعلامةُ استجابةِ دعائه أن يهديه الله للعملِ النافعِ ويبصِّره
بالخطوةِ السليمة، ليكونَ عمله وحركته شفاءً له.

العملُ والحركةُ هذان هما ما افتقدتُ طوالَ تلكِ السنينِ من
المحاولاتِ التي لا تُفْضي إلى شيءٍ، كنتُ أقرأ كتبًا كثيرة ولكن
كلها يدور في فلكِ تصحيحِ المشاعر، وإذا دعتُ إلى عملٍ أو حركةٍ
لم أجد فيها ما يُفيدُنِي في كيفية العملِ أو اتجاهِ الحركة، وانتفخ
رأسي من كلامٍ كثيرٍ وتعطلتُ جوارحي بلا عملٍ، فسئمَ قلبي
البحثَ عن طريقٍ للنجاةِ في كتبِ الصحة النفسية - كان هذا في
الأعوام ما بين ٢٠١٤ إلى ٢٠١٨ تقريبًا، حين لم تكن كتب الصحة
النفسية بكثرةِ هذه الأيام ولا بدرجة الوعي فيها، مع اعتراضٍ على
معظمها من جهةٍ تشكُّلِ خطرٍ ولا يُلْتَفَتُ لها في الغالب، ولكن هذا
حديثٌ آخر.

ثم كنتُ أذهبُ إلى الأطباءِ النفسيين أنشدُ شيئًا من الراحة ولم
أنله، كلُّ مَنْ ذهبْتُ إليهم - باستثناء آخرهم الذي ما زلتُ أتابعُ
معه - كانوا يصفون لي الأدوية ولا شيء آخر، ولم أكن مُقتنعةً بأن
ثلاثَ حباتٍ دواءٍ في اليوم ستقذني من مشاعري الحزينة وأفكاري

السيئة ورأسي الذي تسكنه الوحوش، وأذكرُ في آخرِ جلسةٍ لي مع طبيبٍ منهم أنني سألتُهُ وهو يكتبُ لي وصفةً طبيةً جديدةً بعد عدم تحسني على سابقتيها: وماذا أفعلُ أنا؟ أجابني: «ستواظبن على الدواء وهو مَنْ سيفعل»، تكلم عنه كما لو كان عاقلاً، وشعرتُ ساعتها بأنني آلةٌ معطوبةٌ وبأن الدواء هو المهندس الذي سيعيد ترتيبي لأعود إلى العمل، لا أحدٌ يُطالبُ الآلة التي تُعاني عطلاً ما بأن تفعل شيئاً، شعورٌ بغيضٌ ومؤلم، كان معنى كلام الطبيب أن كلَّ ما عليَّ فعله أن أبتلع حبة الدواء وأسكن في مكاني، ولكنني كنتُ قد عشتُ هذا مراراً من قبلُ وعلى مدى أعوام؛ تناول الدواء والانتظار، ولم يكن الدواء يُنقذني من الهجمات المسعورة لأفكاري المشوّهة ومشاعري السيئة، لذلك كنتُ أسأله عما ينبغي عليَّ فعله وأنا أتلهفُ لإجابةٍ حقيقيةٍ وواضحة: عندما تهاجمك أفكارك أو مشاعرك افعلي كذا وكذا. وعلى الرغم من ذلك وازبْتُ على تناول الأدوية التي وصفها، وفي أول نوبةٍ اكتئابٍ بعدها وجدْتُني قليلةَ الحيلةٍ تماماً، عزلاءٍ في مواجهةٍ وحوشي رغم أنني أتناولُ ثلاثة أدوية، يكادُ الصداغُ يفتكُ بي وأتمنى من الغمِّ أن يُنعمَ اللهُ عليَّ بنومةٍ هادئةٍ ولا أصحو منها، بعدَ تلك الليالي الثلاث العصبية من عدم النوم فقدتُ كلَّ إيماني بجدوى الأدوية ولو حتى في مجرد

تسكين الوحوش لا قتلها؛ رغم أنني درست الصيدلة، لكنني - وحتى الآن - لا أؤمن بأي علاج نفسي يهْمُش دور الإنسان في إصلاح نفسه، وأعتقد أن الدواء في حالات كهذه عامل مساعد لا العامل الأساسي فضلاً عن أن يكون الوحيد.

ماذا أفعل إذا؟ الكتب لا تشفي الغليل، وعيادات الطب النفسي لا تُقدِّم أجوبة فعالة، والأدوية التي وصفوها ودرست طرائق عملها سنوات طويلة لا تنزعُ أنياب الوحش، وأنا أنكفي على نفسي في غرفة مغلقة أخشى كل يوم فتح بابها كأن الوحش ينتظر مني فعلاً أحمق كهذا ليلتهمني، وأكتشف بعد أن أحكم غلق الباب أنني هربت ولكن مع وحوشي الفتاة، وأنني في كل مرة أظن أن الخطر في الخارج وأبالغ في تغليف نفسي أربعة جدران يثبت لي أنني أخطأت تقدير ما عليَّ الهرب منه وأنني اصطحبت أعدائي معي، في مرارة ساخرة لا يُعبرُ عنها سوى قول الشاعر البرتغالي فرناندو بيسوا: «أنا أحملُ جروح كل الحروب التي هربت منها».

في تلك الظروف لم أجد أمامي من طيب آخر سوى الله، ولا من كتابٍ باقي سوى كتابه، فذهبت إليهما بعجزِي وهشاشتي وقلة حيلتي، اختليت بالمصحف أحاول أن أجد فيه طريقاً، وكان هذا صعباً لأنني - كمعظم ناس هذا الزمان - لم أكن أقرأ القرآن قراءة

مَنْ يسأله أسئلته الخاصة ليُجدَ لها أجوبة، ولم أكن أنظرُ إليه ككلامٍ يُكلمني به الله، أنا شيماء، هذه البنت المسكينةُ التي وُلدت بعد قرابة ألف وخمسمائة عامٍ من نزوله، كانت بيني وبينه حواجزٌ كثيرة، لكنني بللتُ صفحاته بدموعي وأنا أفتِّش عن طريق، ووجدتُ؛ لا طريقاً فقط؛ ولكن خطواتٍ وزاداً وأدويةً لأفكارٍ ومشاعرٍ استعصتُ على الأدوية قبله، لكن ليس هذا الكتابُ محلَّ التعرضِ لها، وأرجو أن ييسرَ الله ذلك في كتابٍ آخر.

ولجأتُ إلى الصلاة أنشدُ فيها برداً للحرائق التي لا تنطفئ في صدري، وألتمسُ هدايةً إلى طريقٍ للنجاة من رأسي وذكرياتي الجارحة، أقولُ يا رب كل الحلول أعمت في وجهي، فهداني بحنانه ولطفه وخرجتُ من تلك الليالي بروحٍ جديدة، صحيحٌ أنني ما زلتُ أصحبُ ذاكرتي وجراحي وظروفي أو يصحبونني، لكنني أبصرتُ طريقةً للعيش رُغم كل شيء، وومض في خاطري فجأة أنني من الآن فصاعداً لن أبتغي زوال ما يؤلمني، بل سأصبُّ جهودِي على أن أحيَا رَغماً عنه، رافعةً في أثناء ذلك حساسيتي لكل معنى جميل في التفاصيل اليومية الصغيرة، وغامسةً نفسي حتى الرأس في عادةٍ جديدة، وهي أن أعدِّدَ لنفسي كلَّ يومٍ مظاهر البقاء على قيد الحياة، وأنتبه إلى كلِّ ما لم أكن أنتبهُ إليه من قبل من نعم

الأيام المعتادة.

وكما لو أن نفخة حياة نُفخت فيَّ بدأتُ أعيشُ كلَّ يومٍ كأنه الوحيد، وأصبحَ اليومُ الواحدُ هو ساحةُ جهدي ومركزُ اهتمامي، أقولُ لنفسي: اليومَ سأنجو من شيطان الاكتئاب، وحين تهاجمني ذكرى سيئة أربتُ على صدري بعطفٍ وأقول: سننجو اليومَ من هذا الوحش ولن نسمحَ له، سنصلُ إلى لحظةٍ وضع الرأس على الوسادة ليلاً بسلام دون أن نُعطيه فرصة. بالطبع لم يكن هذا سهلاً على الدوام، جربتُ أشياء كثيرة وفي جعبتي كثيرٌ من الإخفاقات والانتكاسات، لكنها كلها صَبَّتْ في معرفةٍ ما ينفع وما لا ينفع في هذه النجاة اليومية، لقد بدأتُ طريقاً لا أملكُ لها خريطة، لكنني اكتشفتُ أنني في هذه الطريق بالذات لا أحتاجُ خريطةً قبل البدء، وأن هذا الظنُّ هو ما عطَّلني وحسَّني لسنين طويلة في دائرة اكتئاب لا أجدُ منفذاً للخروج منها، وأزعمُ أنني لستُ ضحيةَ هذا الظنِّ الوحيدة؛ فكم من الناس إذا عزمَ على أن يُغيِّرَ نفسه -أيًّا ما كان الشيء الذي يودُّ تغييره- انشغلَ طويلاً بالبحث حتى ضعفَ عزمه وتشتَّت ذهنه، فيقرأ كتباً ويستمعُ إلى برامجٍ ويستشيرُ أناساً ويستنزفُ طاقته وجهده في ذلك، ثم يهمدُ أخيراً ولا يفعلُ شيئاً؛ لأن كثرة المصادر التي يتلقى منها توقُّعه في الحيرة، ولأن أيَّ نصيحةٍ

بالغة ما بلغت من الفاعلية لن تُغنيه عن أن يتحرك بنفسه. لا أنكر دور الكتب ووسائل المعرفة الأخرى في تعزيز وعينا بأنفسنا وأحياناً في إضاءة معانٍ تجعل رحلتنا أسهل، فقط أقول إن هذا ينبغي أن نفعله أثناء رحلتنا لا قبلها، لا ينبغي أن تبتلعنا هذه الخطوة، وأقول كذلك إن النفس الإنسانية واسعةٌ وعصيةٌ على الإحاطة بها في كتاب أو محاضرة أو حلقة من برنامج، لذلك بوسع المعرفة الاستباقية كخطوة سابقة للتجربة ألا تنتهي وألا ندخل حيز الحركة أبداً؛ لأنّ نهماً لهذه المعرفة لن يشبع طالما لم نجد محتوى مفصلاً على التجربة الشخصية، وطبيعة محتويات اليوم في مجال الصحة النفسية والوعي بالذات أنها جاذبةٌ ومبهرة؛ فلا تكادُ تنهي منها عنواناً حتى يستلبك عنوانٌ آخر، فتظل حبيسَ دائرة التعلم عن نفسك دون أن تنتبه إلى أنك تتعلم ولكن ليس عن نفسك، لأنك تقرأ نظرياتٍ وطرقاً وتجاربَ وأنت خارج تجربتك الخاصة للتغير والنجاة، والوفرة الكبيرة لكتب الصحة النفسية وتنمية الذات مقابل عدم نقصان أعداد المُحتاجين إليها تُثبت لك هذا، لقد صرنا مُستهلكين شرهين لهذا النوع من المحتوى، وما زلنا رغم ذلك نعيش في جوٍّ ملبّد بالكآبة والهشاشة وانعدام الرضا.

ما أدركته إذاً أن عليّ أن أسارع بدخول هذه الطريقِ والتحركِ

فيها وأن الإمدادات ستأتي خلال رحلتي فيها، ومع انضباط مفهومي للنجاة التي سأسعى إليها امتلكت لأول مرة صورة واضحة عما يُمكنني فعله، أذكر أنني تمكنت يومًا في مكالمة هاتفية مع أختي من أن أصوغ فلسفتي الجديدة هذه حين قلت لها: لقد اخترت أن أتوقف عن التطلع نحو آخر النفق منتظرة أن يلوح لي ضوء، وأن أنشغل بدلًا من ذلك بمسح الغبار عن الأضواء الصغيرة على جانبيه، إنني مستعدة أن أعيد بذل كل جهودي السابقة وأضعافها من أجل شمعة صغيرة في هذا النفق المُعتم؛ لأنني أدرك الآن أن حياتي ليست لحظة الخروج منه، بل هي الأيام التي أقضيها فيه.

الآن، وبعد سنين من العمل كماسحة غبار، أرى أن المرء منا يُضيّع كثيرًا من سكينه قلبه وصفاء روحه حين يكون ابنًا وفيًا لسببستون إلى هذا الحد؛ فينتظر أن تُهديه الحياة أضواء في آخر النفق وأن تدعوه - كما لو كانت الحياة حفلًا لا امتحانًا - كي ينسى ما عاشه من آلام، وأنه في حين يُعلق بصره بهذا الآخر الذي لا يراه توسلًا لنقطة ضوء صغيرة يُفوّت على نفسه الكثير من الضياء في طريقه.

لذلك باشرتُ خوضَ طريقي على الفور رغم أنني لم أكن أعرف في البداية مواضع خطواتي فيه؛ لأنني آمنت أن النجاة سفرٌ

طويلٌ من حالٍ إلى حالٍ وبينهما أحوالٌ كثيرة، والسفرُ مشقةٌ وكبدٌ ولكنه أيضًا متعةٌ اكتشافٍ ووسيلةٌ تساعد المرءَ على تَـثْمِينِ كلِّ ما يصلُ إليه بالجهد والعرق، وآمنتُ كذلك أن هذا السفرَ لا تتضح خريطته إلا بقطع الطرقاتِ فيه، فحملتُ زادي وبوصلتي وخريطتي التي لم ترسم بعدُ ودخلته.

هذا الكتابُ إذاً هو جزءٌ من محاولاتٍ العفوية والدائبة طوال سنين كي أكون أهدأ، وهو كذلك دعوةٌ صادقةٌ من القلبِ للتوقفِ عن التحديقِ نحو آخرِ النفق، والتركيزِ بدلاً من ذلك على جانبيه؛ حيث الكثيرُ من الأضواء الصغيرة التي يمكنُها أن تُنيرَ الدربَ وتؤنسَ الوحشة.



”

دليل جيب يساعدك في رحلة هذا الكتاب

“

باعتبارِ النجاةِ سفرًا طويلًا فإنَّ المرءَ يحتاجُ قبلَ الانطلاقِ فيه إلى ثلاثةِ أشياء:

الأول: بوصلة؛ تُحدِّدُ له الوجهة التي يتجه إليها، وأفترضُ أنني وقارئ هذا الكتاب نسعى إلى غايةٍ واحدةٍ وهي أن نصلَ بسلامٍ إلى موطننا الأولِ الجنة، وهذا يجعلُ بوصلتنا في طريقنا هذه هي رضا الله، فإذا تهنا أو فقدنا الطريق، أو حرنا في المنتصفِ أمامَ أيِّ منعطفٍ أو مُفترقٍ أو خياراتٍ متعددة، أخرجنا بوصلتنا من جيبِ القلبِ لتُشيرَ لنا نحو الاتجاه الصحيح؛ هل هذا يُرضي الله أم لا يُرضيه.

الثاني: زاد، وبما أننا نتكلم عن رحلةِ نجاةٍ من التجارب المؤلمة والظروف الصعبة والذكرياتِ القتَّالة فإننا حين نتحدثُ عن الزاد نتحدثُ عن الإيمان بالله والتوكلِ عليه، لا ينبغي للمسافر في هذه الطريق الطويلة أن تنفدَ جعبته من هذين أبدًا وإلا هلك؛ فالطريقُ وعرةٌ والسفرُ طويل، وإذا لم تصحبِ الله فيه استنزفتكَ مصاعبُها حتى آخرِ نفسٍ.

الثالث: خريطة، لكلِّ مسافرٍ في أرضٍ خريطةٌ لتلك الأرض، أما نحن، المسافرين في أرضِ النجاة اليومية، فنبدأ الطريقَ بخرائطَ بيضاء؛ لأنه لا خريطةَ واحدةَ لهذه النجاة، بل لكلِّ امرئٍ خريطةُ الخاصة، ولأن هذه خريطةٌ من نوعٍ آخر، خريطةٌ ترسمُ معالمها التجربة، تسقطُ هنا فتعرفُ أن هنا جبل، وتتزوّدُ من هنا فتعرفُ أنها حديقة، وتلمحُ من بعيدٍ أناسًا حولَ نارٍ فتعرفُ أنك اقتربتَ من مكانٍ مأهولٍ بمعاني تنفعك في طريقك.

فكرةُ الخريطة هذه هي ما ساعدني وما زال يُساعدني على بذلِ الجهدِ والرضا بالنتائج، ولهذا بنيتُ عليها الكتابَ ليكونَ نموذجًا لخريطةِ مسافرةٍ دخلتُ هذه الطريقَ وما زالتُ فيها، تجربةٌ حيةٌ يُمكنُ أن تُلهِمَكَ شيئًا في رحلتِكَ الخاصة، فبين كلِّ معنيين كبيرين فارقين في رحلتي تجدُ كثيرًا من أيامي وجهدي فيها كي أقاومَ ما يشدني لأسفلَ وأصلحَ شأني، لم أصلُ إلى معنَى إلا بعدَ سفرٍ أيامٍ وبذلِ جهدٍ ومشقة، لا أخوّفُك بهذا، على العكس تمامًا؛ عزيزةٌ هي مكتسباتُ الطرقِ التي نمشيها مُنكسرين وحيارى ومُصرّين على المقاومة رغم ذلك.

هذا الكتابُ يلمحُ من بعيدٍ إلى البوصلةِ والزاد، ويُدندنُ أساسًا حولَ الخريطة، ولهذا يتخذُ في نفسه شكلَ خريطة، حيثُ المعالمُ

والنقاط الواضحة هي لحظات التنوير التي أحدثت في تغييرًا وأرشدتني إلى مواضع خطواتي القادمة، أما المسافة بين معلمين، بين معنيين، فهي الأيام التي قطعتها في المشي والمشي والمشي، تلك الأيام التي حرصت على تقييدها إلى صفحات دفاتري البيضاء منعًا لتفليتها من الذاكرة، وعندما شرعت في هذا الكتاب تخيرت منها ما يصلح للنشر ونقلته إليه بتاريخه؛ لترى المعالم دون أن تغيب عنك الخطوات التي أوصلت إليها والزمن الذي استغرقته.

أنصح طبعًا بأن تقرأ الكتاب بترتيبه، على الأقل في القراءة الأولى، لكنني أضع في نهايته فهرسًا لتستطيع من خلاله الوصول إلى المكان الذي تريد وتحتاج.



” الحدود الأربعة للخريطة “

صحيحٌ أن خريطة هذه الطريق لم ترسم بعد، لكن لها رغم ذلك حدودًا أربعة واضحة؛ وإلا كنا نهيم في فراغ، هذه الحدود هي:

الحد الأول: جيد بما يكفي

وهو حدٌ بالغ الأهمية حتى لا نخرج من مسار الطريق بابتغاء المثالية. لن نصير أهدأ فقط، بل صدقوا أننا سنكون أكثر فاعلية وأن أيامنا ستكون أكثر وأطيب ثمرًا عندما نتخلى عن سعيينا نحو الكمال، عندما نتوقف عن وضع خطط تعجيزية لليوم ونطالب أنفسنا بالآلا نقل عنها. يجب أن نعتد مفهوم «جيد بما يكفي» كقاعدة في وقتين مهمين:

١- في بداية اليوم ونحن نضع لأنفسنا خطة، علينا أن نحدد مهامًا قابلة للتنفيذ وألا نُثقل أنفسنا بما لا يتسع له يومنا، فحتى الشريعة الحكيمة تُخبرنا أن أحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل، لنجعل هدفنا ونحن نكتب مهام اليوم أن يكون من حيث ما يُنجز فيه جيدًا بما يكفي، وهذا هدفٌ طيبٌ في حد ذاته.

٢- في نهاية اليوم ونحن ننظر إليه نظرة تقييم، فحتى

وأهدافنا وقائمة مهامنا قابلة للتنفيذ منذ البداية علينا أن نتصالح مع نقصانها الذي لا حيلة لنا فيه، ما دمنا قد بذلنا ما في وسعنا فلا بأس بالآل ننجز كل ما حددناه لأنفسنا من مهام، وهنا أيضًا أستخدمي تعامل الشريعة معنا والتي قال صاحبها اللطيف بعباده الخبير بهم الحنان عليهم: «فاتقوا الله ما استطعتم»، حتى التقوى متعلقة بالاستطاعة، فعلاَمَ يجلدُ أحدثنا نفسه ويقسو عليها؟

ولا أحسبُ القسوة على النفس وجلدها فيما لم تستطع إلا مخالفة لخالق هذه النفس الذي يُعاملها باللفظ والإحسان ويعفو عن نقصها وقصورها وما لم تلحق به.

هدفنا إذاً كل يوم أن يكونَ جدًّا بما يكفي لاستمرار الحياة.

الحد الثاني: تحت السيطرة

لنتخيل ربة بيتٍ فيه خمسة أطفالٍ في أعمارٍ مختلفة، أطفال أصحاء يلعبون ويمرحون ويكتشفون الأشياء وغرف البيت، هل من المعقول أن نتوقع أن يكون بيتٌ كهذا مُرتبًا مُنظمًا على الدوام؟ أيكون من المنطقي أن نتظر إذا دخلنا هذا البيت فجأة أن نرى كل شيء في مكانه الصحيح وفي أفضل صورة ممكنة؟

بالطبع لا، ولكنَّ مهارة ربة البيت وحسن إدارتها يتجليان في ألا تجد العينُ في هذه الفوضى ما يؤذيها، فنرى هذا البيت غير مُرتبٍ ويعجُّ بالدمى المُعاقبة بالوقوف إلى الحائط، والسيارات المصفوفة في أرضية غرفة المعيشة، والمكعبات المتناثرة في كل مكان، ولا مانع من وجود بعض الغسيل الجاف كجبلٍ على الأريكة في انتظار الكي بعد أن تم إنقاذه من المطر المفاجئ بالخارج، ولكنه مع هذا كله بيتٌ نظيف، رائحته طيبة وفوضاه أليفة، سريع التبعثر ولكنه تحت السيطرة؛ تريدُ فيه الشيء فتصلُ إليه، من الحذاء والمفاتيح وأوراق العمل إلى السكينة والمودة، فأن يجيئه ضيفٌ فجأةً فيُبدي الامتناع من اللعب المتناثرة ويُحاكم ربة البيت بتهمة الإهمال فهو ضيفٌ سمجٌ وقاسي القلب؛ وإما أن يكون مدعيٌ مثالية زائفة ولا يستطيع هو نفسه أن يحتفظ ببيته مربوطاً بشريطٍ هدايا في وجود هذا العدد من الأطفال والانشغالات بهم ومعهم، أو أنه يكبت أولئك الأطفال ويعذبُ طفولتهم من أجل أن يُعلّق على الحائط وسامَ أكثر البيوت تأنيقاً وترتيباً. علينا ألا نكونَ هذا الضيف، وألا نسمحَ له بتكدير صفائنا النفسي أو إشعارنا بالإهمال وانعدام الكفاءة.

الشيء نفسه ينطبق على الحياة، أياؤنا فيها هي هذا البيت،

والأطفال الصغار المشاغبون كأحداث الأيام التي لا يمكن التنبؤ بها وتقلب كل خططنا رأساً على عقب، والفوضى التي يحدثونها تشبه توزع أوقاتنا بين مهام متشعبة وعدم سير الأيام على نسق واحدٍ مخططٍ له. وكما لا ينبغي أن نسمح للضيف الثقيل السمج من غير أهل البيت بأن يشعرنا بالذنب والتقصير ويحقّر ما نبذل من جهود، ينبغي كذلك ألا نسمح لأنفسنا، بوعي أو بدون، أن نقوم بوظيفته في حياتنا مجاناً بأن نفعل مع أنفسنا الشيء ذاته؛ لأنك صاحب هذه النفس وتعرف الامتحانات التي تخوضها والمسؤوليات التي تحملها، إذا لامها الغريب فكن أنت عطوفاً عن مراعاة، رحيماً على بصيرة.

من الطبيعي أن تجد في الحياة ظروف تستحدث لنا مهام جديدة، وأن تراحم هذه المهام خططنا القديمة التي اعتدناها وألفناها لتحظى لنفسها بنصيب من أوقاتنا وطاقاتنا وجهودنا، وسنة الحياة أنها لا تسيل هادئة منتظمة ولا تسير على القضبان المعدة لها سلفاً طوال الوقت، علينا أن نتقبل أننا في أحيان كثيرة لن نستطيع القيام بكل ما خططنا له ولا حتى بجزء منه، وأن نتصالح مع حقيقة أننا سنمر بفترات ومراحل يكون طابع حياتنا فيها الارتجال وعدم وجود شيء في مكانه الذي خصصناه له، هذا كله مقبول ومرحوم

ولا يُقلِّل من جهودنا ومساعدتنا لحفظ النظام، ما دامت أيامنا على شعبيها الظاهريِّ تحت السيطرة، ما دامت رغم فوضاها من الخارج أيامًا نظيفة؛ بخلوها من الإهمال المُتعمَّد أو التقصير في العبادات أو الاستغراق في الشعور بالسخط.

الحد الثالث: سقطت ولكن لم أهلك

أسهل المقاطعات في هذي الطريق وأكثرها تكرارًا هي الأخطاء والزلات بكل تنويعاتها، أأخذ قرارًا بأنني بدءًا من اليوم سأكون إنسانًا صالحًا، سأقلع عن عاداتي السيئة، وسأتوقف عن فعل كل ما يجعلني أنظر إلى نفسي بلوم كلما طالعني وجهي في المرآة. أنجح في ذلك أيامًا وأفرح بشدة، أحسُّ بأنني أتنفَّس أخيرًا دون شعور بالذنب، وكم هي رائعة الأيام التي أقضيها على هذه الحال، حتى يتهاوى هذا كله عندما أرتكب الأخطاء ذاتها في لحظة ضعف، فتعتم الدنيا في عيني فجأة وأشعر بألم السقوط في عظامي، وأبقى في حيث سقطت أيامًا وأيامًا، وحدي مع رأسي وقناعة جارحة بأن لا فائدة، وبأنني هكذا وسأظل على الدوام ولن أغير.

ما أكثر ما حدث لي هذا ويحدث لكثير من الناس، والسبب هو نمط التفكير نفسه الذي حبسني في الاكتئاب والعجز عن مواجهته سنين طويلة؛ ألا وهو رغبتني في أن أنجو جذريًا ودفعةً واحدة، في

حالة النجاة من الذكريات السيئة والتجارب المؤلمة كان هذا الخطأ في التفكير والشعور يتبدى في بحثي المحموم عن طريقة سريعة للتعافي مرةً وللابد، أما في هذه الحالة فالخطأ الذي رصدته بعد وقفة مع نفسي هو أنني أطلبُها بشيءٍ ليس من خواصِّ الإنسان ولا موجودًا كخيارٍ في خلقته: ألا أتعرّث!

في لحظة تنويرٍ عزيزة على قلبي قلتُ لنفسي: حتى الله نفسه، صاحبُ الحقِّ الأكبر علينا، لم يُطالبنا بشيءٍ كهذا، ولم يخلقنا واضعًا فينا القدرةَ عليه، ولو أرادَ مخلوقًا لا يُخطئ فقد خلق الملائكةَ قبلنا، لكنه سَوَّانا مُرَكَّبًا فينا هذه الخاصية، وكرَّمنا وفضَّلنا وأحبَّنَا أكثرَ من بقية المخلوقات ونحن كثيرٌ والأخطاء دائمة التعرّث، بل أخبرنا عنه رسوله - ﷺ: «لو لم تكونوا تُذنبون فتستغفرون لذهبَ اللهُ بكم، ولأنى يقومُ يُذنبون فيستغفرون فيغفرُ اللهُ لهم»!

علامَ إذا أَرَهَقُ نفسي وأنا أطلبُها بما لم يُطلبها به اللهُ؛ خالقها وصاحبُها ومُنشئُها على هذه الهيئة؟

وخيَّلَ إليَّ لحظةً أنني أعظمُّ نفسي وأجلُّها أكثرَ مما أُجلُّ اللهُ وأعظمُّه، وإلا لماذا أبتغي منها شيئاً لم يطلبه اللهُ نفسه بعظمته وجلاله وقدرته ومُلكه؟ بالضبط كما أفعلُ عندما لا أريدُ العفوَ عمن أخطأ في حقي وأرجو الله رغم ذلك أن يعفو عني، وكأنني

أقولُ ضمناً أن جنابي الذي انتهكه فلان أعزُّ عليَّ من جنابِ الله الذي فرطتُ فيه، فتزلزت روعي لهذا الخاطرِ وعزمتُ ألا أفعل ذلك مرةً أخرى؛ ألا تأخذني الكبرياءُ على من أساء إليَّ واعتذر، ولا على نفسي برفضٍ منها ما يقبله منها الله.

وأصبحَ هذا المعنى حدًّا من حدود خريطتي للنجاة يحفُّ طريقي التي سأمشيها كل يوم، وقلتُ لنفسي: نحن بشر؛ لا بد سنسقط وحتى إننا سنشعر أحياناً بتفكك عظامنا من بعضها إثر السقطة، قبلتُ، المهم ألا نبقي طويلاً حيث سقطنا، وأن نللم هذه العظام من جديدٍ وننهض ونكمل طريقنا.

إن سقوطنا أحياناً لا يعني أننا هلكنا، وانحرفنا في الطريق بعضَ الوقتِ لا يُخرجُنا منها، فلنكن أكثرَ عطفًا على أنفسنا المسكينة، ولنتحلى ببعض القبول لما جُبلتُ عليه.

الحد الرابع: تدوين الملاحظات

لا غنى لأي سائرٍ في طريقِ معرفة نفسه وإصلاح شأنها عن مراقبة هذه النفس عن قربٍ ووضع أصغرِ تطوراتها تحت المجهر، وبالنسبة لي لا طريقَ لهذا سوى التدوين اليومي، وأهمية التدوين لا تقتصر على توفيره مصدرًا لرصد التغيرات النفسية، بل إن له أهمية لا تقلُّ عن ذلك وهي تعزيز شعورنا بالوقت.

كُمْتَعَايشَةُ مع اضطراب ثنائي القطب أواجه أحيانًا صعوبةً في الإحساس بالأيام، وأصحو فجأةً في صباحٍ أحدها لأتساءل: ماذا كنتُ أفعل طوال تلك الأسابيع، الشهور، السنين؟! ما كان يُصعَّبُ عليّ ملاحظة نتائج مجهودي في التغلبِ على شعورٍ معينٍ أو تخطي تجربةٍ مؤلمةٍ أو اجتياز امتحانٍ ما، من هنا لجأتُ إلى التدوين كمحاولة للإمساك بالأيام على صفحاتٍ دفتر، ليتمكنني وقتما احتجتُ إلى ذلك أن أعودَ إليها فأستعيدَ الإحساسَ بالزمنٍ وأتذكرَ ماذا فعلتُ به، فأتيقظُ لنفسي وعمرِي.

وأكثرُ ما يُفيدُ في تحقيق هذه اليقظةِ تطبيقُ تعريفِ الإمام الهروي - رحمه الله - لها في منازل السائرين، ساعةً بساعةٍ ويومًا بيوم، فيُشيرُ إلى حدوثها بثلاثة أشياء جعلتُ همي أن أنشغل بها كلَّ يومٍ ما استطعت:

مكتبة

t.me/soramnqraa

الأول: لحظُ القلبِ إلى النعمة

الثاني: مطالعةُ الجناية

الثالث: الانتباه لمعرفة الزيادة والنقصان في الأيام.^(١)

فبدأتُ التدوينَ اليوميَّ لأحقِّقَ هذه الثالثة؛ أي لأعرفَ الزيادةَ

(١) من منازل السائرين للإمام أبي إسماعيل الهروي.

والنقصان في أيامي، ويكون عندي سجلٌ أُطالعُه فيُسَهِّلُ عليَّ سرعة اكتشاف الانحراف عن الطريق، ويمكنني من تتبع خطواتي وآثار قدمي ووتيرة مشيي، وألمس فيه ما يطرأ من تغييرٍ على أفكاري ومشاعري وسلوكي.

وجعلتُ لنفسي فيه نظراتٍ منتظمة؛ أسبوعيةً وشهريةً وسنوية، أدرسُ بها المسطورَ أمامي في الصفحات وأنظرُ إلى نفسي من خارجٍ نفسي، فساعدني هذا على اكتشاف نقاط قوتي وضعفي، وملاحظة أسباب تقدمي أو تأخري، واعتماد أسلوبٍ جديدٍ في سياسة نفسي لأنه أثمرَ نفعاً، أو التخلي عن أسلوبٍ آخر إما لأنه غيرُ فعَّالٍ أو لأنه مُضِرٌّ.

ومكَّنني هذا الدفترُ كذلك من ملاحظة الأنماط المتكررة في تفكيري وتُفْضي بي إلى الشعور بالكرب والهشاشة أمام الأحداث والعوارض، فجعلتُ بعدَ كلِّ مراجعةٍ شهريةٍ له أدوْنُ ملاحظاتي على شيماء هذا الشهر كما يفعلُ الطبيبُ في سجلِّ متابعة مريضه، وأستخلصُ استفاداتي منه وأرى من ذلك فتوحاً مُدهشة، وأحسُّ بقولِ الله تعالى: ﴿سَرَّيْهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَبَيِّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾^(١)، وعندما شعرتُ لأول مرة أنني أقيمُ عبادةً مهجورةً بتأمل آياتِ الله في نفسي، وبأنني إذا تأملتها وأتناولتها بالدرسِ

والتحليل ومحاولة الفهم إنما أسبَحُ في فضاءٍ كبيرٍ واسع، فصارَ في عدادِ المُتَعِّ بالنسبةِ لي أن أشتغلَ على هذه النفسِ وأتعبَ عليها ومعها، وأرى بعدَ كلِّ مرةٍ ما يُثمرُ فيها الجهدُ والمحاولةُ بعدَ سؤالِ اللهِ الهدايةَ إلى الصوابِ والسدادِ فيه.

إذا كانتَ أيامي هي خطواتي الواصلةُ من معنًى إلى معنًى، فإن هذا الدفتر هو صورةٌ بالحبرِ لهذه الخطوات، أهميته من أهميتها وفارقيته من توقُّفِ بصيرتي بنفسي على التجربة الحية في كلِّ يومٍ وليلة، ولهذا عندما شرعتُ في هذا الكتابِ أدركتُ أنه لن يصلَ إلى ما أريدُ بالشكلِ الذي أريدُ دونَ أن يكونَ فيه شيءٌ من تلكِ الأيام، لسببين:

الأول: أن أضربَ للقارئ مثلاً عملياً على محاولاتِ التزامِ معنى النجاةِ اليومية والتبصرِ بالذاتِ من خلالها، وقد كنتُ طوال السنين السابقة للحظة تنويري العزيزة أفتقدُ في كتبِ تنمية الذات ونصائحِ الأطباءِ الخطواتِ وكيفية العمل بما أنصحُ به.

الثاني: أن يكونَ هذا الكتابُ بشكله الذي بين يديك رحلةً حقيقيةً أقربَ ما تكونُ شبهاً بالرحلةِ التي أقطعُها، فتكونَ تضاريسُه تضاريسَ الطريقِ التي دخلْتُها، ليساعدَ النمطُ المتكرر قارئه على تكوينِ أساسٍ للعادةِ في نفسه، ويخرجَ من الكتابِ وقد حفظَ مساراً

مقترحاً يُمكنه الاستفادةُ منه على طريقته، يأخذُ بعضه ويتركُ بعضه ربما، ولكن يُدركُ رسمه العام والمبدأ الذي قامَ عليه.

الثالث: أن يكونَ شكلُ الكتابِ شرحاً عملياً لكونِ الإنسانِ لن يصلَ إلى الوعي بذاته ورحلته الداخلية سوى بالتجربة، وأن هذه الرحلة لا تُقطعُ بالقفزِ ولا مناصَ من مشيها خطوةً خطوة، واكتشافِ كنوزها بسيلانِ العرقِ ونزفِ الدم والتعثرِ والسقوطِ والنهوضِ واستئنافِ المسير.

بقي أن أُشيرَ إلى أنَّ فاعليةَ دفترِ التدوينِ -أقولُ عن تجربةٍ حية- في أن يستهدفَ أبعدَ وأعمقَ من تقييدِ الأفعالِ وأحداثِ اليوم، إنه يهدفُ إلى تدوينِ أحداثٍ ولكن تلك التي تحدثُ في العقلِ والقلبِ بانفعالهما مع ما يقعُ لهما وما يتعاملان معه يومياً.





محطة الانطلاق في رحلة النجاة
أو

ما يدفعك لأن تنقذ نفسك

هناك لحظة مفصليّة في حياة المرء ينبني عليها ما بعدها، ورغم ذلك تفوت كثيرًا من الناس فيُعانون طويلاً إلى أن يُدركوها في وقتٍ ما، وكلما بُعدَ هذا الوقت كلما كانت المعاناةُ أشدَّ وأطولَ والإدراكُ أصعبَ وأبعد، تلك هي اللحظة التي يتحوّل فيها الإنسان من طفلٍ تحت مسؤولية الوالدين إلى بالغٍ مسؤولٍ عن نفسه، ومن محاسن الإسلام كشرعية تَهْدُبُ حياة الإنسان أنه حدّدَ بلوغَ الإنسان ولم يتركه لتقرير كل امرئٍ عن نفسه، بل جعله مناسبةً وربطه بتغيّراتٍ جسدية ظاهرة لينتبه إليه.

ينشأ الخلل حين لا نفهم معنى البلوغ بأعمق من الاقتصار على وجوبِ احفاظٍ على العباداتِ والابتعاد عن الذنوب، حين لا ننقلُ نفسياً من مرحلة الطفولة غيرِ المسؤولة؛ سواءً كانت طفولةً مُدَلَّلةً أو مُعَذِّبة، فيكملُ هذا الطفلُ حياته طفلاً غير متحملٍ مسؤولية نفسه، وغير منتبهٍ لأنه مسؤولٌ منذ سن البلوغ عن إصلاح نفسه وتلافي أثر النشأة السيئة عليه، وأنه سيُوقفُ يومَ القيامة ليُحاسبَ على ما لم يُجاهد للتخلص منه من أفعال بيئته المدمرة في شخصيته وسلوكه.

دراكُ هذا لا يجعلُ تحملُ مسؤولية النفس وإصلاح ما أفسدته فيها البيئة المحيطة أمراً سهلاً، ولقد سمعتُ يوماً من أحدٍ ما قولاً

فيه يأْس من تغيير ما يفسد في الإنسان في طفولته قبل أن يدرك أنه يفسد، والتغيير صعب لكنهم ذهبوا في ذلك الحديث إلى أنه يكاد يكون مستحيلاً، استشهداً بمحفوظات ومأثورات مثل أن التعليم في الصغر كالنقش على الحجر وأشياء من هذا القبيل، فقلت أنه لا يوجد أحد الآن قد فسد فيه في طفولته مثلما فسد في الصُحابة - رضوان الله عليهم - قبل إسلامهم، ولا نشأة ولا بيئة أثرت بالسلب على أحد مثلما أثرت عليهم نشأتهم وبيئتهم وآبائهم؛ لقد حرفوهم -آبائهم- عن فطرتهم المُوَحَّدة وتركوهم مشركين بالله، ومع ذلك تغيروا ذلك التغير المدهش بالإسلام الذي لم يكن كلمة باللسان، بل جهادَ نفسٍ وإصلاحٍ أخلاقٍ وقلباً لمنظومةٍ قيمٍ وأفكارٍ رأساً على عقب.

تذكرتُ قولِي ذاك أَمْسُ وأنا أفكرُ مُشفقةً فيما على المرء احتمالُه من ثقلٍ ومعاناةٍ ليتغير، صحيحٌ أن مثالَ الصُحابةِ أعطاني أملاً في الإمكانية، ولكن الأمر لم يزل يحتاجُ مني مزيدَ تأملٍ ومذاكرة، لأصلَ إلى دافعٍ قويٍّ لبذل الجهد في أثناء هذه المحاولات، وشعرتُ فجأةً بالمرارة وأنا أفكرُ كم أن تربية الواحد نفسه قد تجعله عاجزاً عن التعامل مع الناس، لأنه يربي نفسه فيُسَلِّمُهم من شرورِها، ولا يربون أنفسهم فيؤذونه بشرورهم. لبثت

كذلك ساعات طويلة حتى استهديتُ بالله وقمتُ إلى قراءة كتاب^(١) كنتُ قد فتحتَه قبل ساعات، فلقيت معنى في غاية الجمال لتكليف الإنسان عند البلوغ، يقول إن فيه موافقةً ومراعاةً لميل الإنسان في تلك السن لأن تكون له نفس مستقلة، فأعطاه الشرع استقلاله في أعظم ما يمكن أن ينال الإنسان فيه استقلالاً وهو مسؤوليته عن أفعاله وأخلاقه ونفسه.

وقعت هذه الفكرة في قلبي وقعاً جميلاً، وأشعرتني بجمال الله ولطفه إذ يمنح الإنسان عند بلوغه زمام نفسه أخلاقاً وأفعالاً ليسأل عنهما ويحاسب إذا رضح لما يمكن أن يستمر في إفساده أو تشويهه، إنه يأمره بمقاومة البيئة وأسلوب التنشئة وأخطاء الأهل، ويُرتّب له عندما يبلغ جوائز وعقوبات على أفعاله وأخلاقه، ما أجمله نوعاً من كسر القيود في مستقبل شباب المرء.

لا أعرف ماذا فعلت هذه الفكرة في نفسي لتزيل من حلقي المرارة، لكنها شرحت صدري وحمّستني لاستئناف طريقي، طريق تربية نفسي وإصلاح شأنها واستنقاذها من الذكريات القديمة القاتلة والطباع المغروسة من الطفولة والتي تجعل عيش الحياة أصعب، وحفزتني إلى عدم التوقف طويلاً عند المنغصات، إنها امتحانات

(١) كتاب فلسفة الأسرة، علاء عبد الحميد.

صغيرة على المنهج الذي أجتهد في تطبيقه، قلت واقشعر قلبي،
 إنني عندما أحاول النجاة من كل ما يعطلني ويحزنني ويكرهني
 ويصعب عليّ النظر إلى نفسي بعين العطف والقبول، إنما أحاول
 أن أتحرّر نحو السماء من كل ما يشدني إلى الأرض، أن أعتقد من
 الذكريات المميتة والتجارب المُعذبة والخصال غير الحميدة.

هذا هو ما أودُّ قوله؛ إن أقوى دافع للمرء أن يبذل كل هذه
 الجهود المضنية كل يوم هو أن يكون جديرًا بحريته؛ ذلك الوسام
 النبيل الذي قلّده الله إياه عندما رفع عنه بمجرد بلوغه كل الأيادي
 التي قد تُفسد فيه ولا تُصلح، رفع عنه يد الوالدين والعائلة الممتدة
 والبيئة المحيطة، ليقول له أنت منذ الآن حرٌّ وسيدُ قراراتك، إما أن
 تستنقذ نفسك من كل ما يفسد الإنسان من خارج نفسه ودون
 موافقته، أو أن ترضخ وتستمرى فتكون نسخة سيئة أخرى أو في
 أحسن الأحوال تلبس جلد الحمل الفريسة.

إننا عندما نختار الخيار الأول، الخيار الأجمَل والأنبَل
 والأمثل، إنما نختار أن نبذل وسعنا كل يوم من أجل أن نستحقَّ
 حريتنا، من أجل أن نعتقد من الآثار المُخرّبة للتنشئة الخاطئة والبيئة
 المحيطة، من أجل أن نعيش الحياة كناجين لا كضحايا.



خطوات الأيام
-المسافة الأولى-

٢٠ شوال ٤٢ - ١ يونيو ٢١

«صديقتي غير العزيزة شين»..

عندما نحاول جاهدين أن نتمسك بخيط الحياة فليس لأننا نحبها دائماً، ولكننا نفعل لأننا نعرف أن الحياة امتحان، وأنها إذا مزقنا ورقة الإجابة سنرسل، وما ينتظرنا ساعتها سيكون أثقل مما هربنا منه.

أتمنى ألا يبقى أحد في القبو المظلم داخل عقله طويلاً؛ حيث الذكريات المؤلمة، الجروح، الخوف، وعدم القدرة على التجاوز».

٢١ شوال ٤٢ - ٢ يونيو ٢١

لست مُحَصَّنَةً نفسياً ضد الكآبة العارضة، الحزن المفاجئ، وعوامل تعرية الآلام. هذه هي المشكلة.

(١) بدأت كتابة هذه الرسائل لنفسي في ذلك الوقت في دفتر يومياتي كطريقة للحوار بيني وبين جانبي المعتم، صديقتي غير العزيزة شين هي كل الخصال السيئة التي تُشكّل شيماء أسعى إلى التخلص منها أو على الأقل إبقائها تحت السيطرة وعدم السماح لها بإمساك الزمام، ورسائل إليها هي جسرٌ تمده شيماء التي أُحاولُ كلَّ يومٍ الحفاظَ عليها؛ شيماء الطيبة المُنصفة التي تختارُ الطرقَ الصحيحة لا السهلة، وسريعة التأثير وكثيرة الشرود رغم ذلك.

٢٢ شوال ٤٢ - ٣ يونيو ٢١

١- «صديقتي غير العزيزة شين..»

الناسُ تَعْبَانُونَ. أنتِ تعرفين هذا، ضعيه في خلفيّة تعاملك دائماً، وتذكّري أنكِ أيضاً من الناس وأنكِ مُتَعَبَةٌ، وأن التماس العذر لا يكون لمُكرّر الإساءة، وأن شفقة برتراند رسل التي لا تُطاق لمعاناة البشر هي أول معاناتك عندما يُساء إليك فتكون الشفقة أول ما يخطر لك بدلا من جعلِ نفسكِ غيرَ سائغةٍ للأذى.

ألا يدفعكِ تعبكِ لإيذاء الناس في تعاملكِ معهم هو واجب غيرُ مُتجاوز عنه لا فضل يُلمس العذر لتكرار الإخلال به، ويجب على الآخرين أيضاً أن يفهموا ذلك، ستكونين بخير عندما تطبقين هذا وأشياء أخرى». مكتبة سُر من قرأ

٢- ليلة الجمعة الجميلة. مُعطرّ جو برائحة العود، الكثير من الشاي، الكثير من المذاكرة والاستعداد للامتحان، أصوات لعب الأطفال في الشارع، لون الليل الأسمر وأضواء المصابيح، والكثير من الأمل والتفاؤل بالنجاة.

الحمدُ لك يا رب؛ كل هذه الأسباب للبهجة بلا تكاليف. يا ربّنا الجميل؛ الحياة التي خلقتها جميلةٌ رغم كل شيء.

٢٣ شوال ٤٢ - ٤ يونيو ٢١

كائن ليلي بامتياز، أنتظر هجوع الكلّ في مضاجعهم لأعيدَ اكتشاف البيت في كلّ ليلة، الجدران والأبواب وأخشاب الخزائن والأطباق والملاعق وبلاط الأرضيات والأسرّة، يبدو لي البيت ليلاً أصدق مما يكون عليه في النهار، يمكنني أن أسمعه وأفهمه، للبيوت لغة لا تقلّ فصاحةً عن حركات ساكنيها، وأنا أنتظر الليل لأقرأ هذه اللغة.

من الغرفة إلى المطبخ، من بيت الدّرج إلى الصّالة، من المكتب إلى برودة البلاط وملمس دهان الحوائط، من نقوش حوافّ الأطباق إلى ملمس معدن الملاعق على الوجه، من صوت خشب الباب إلى منظر العالم خلف نافذة المطبخ، هذا ما يبدو لي حقيقةً وقابلاً للفهم والتأويل وإعادة الصياغة، وما يُمكن للمرء أن يعيشه إذا انفرد بالبيت ليلاً هو أكثر من مجرد حياة عاديّة.

٢٤ شوال ٤٢ - ٥ يونيو ٢١

١- الانتظار عقدٌ مفتوح، الحسمُ مُجازفة، والحياة خيارات مدفوعة الكلفة.

٢- ما يُضعِفني دائماً أنني، حتى وأنا أطلب بحقوقِي، عاجزةٌ

تماما عن التعامل بغير المحبة.

٢٥ شوال ٤٢ - ٦ يونيو ٢١

رائحة السمك المشوي، اللون الأحمر للبطيخ، صوت الملعقة في إبريق زجاجي تُقلِّب السكر في العصير البارد، ونداءات الأمهات على العيال ليتغذوا أو ليمنحنهم طراوة على قلوبهم..

هذا هو الصيف الجميل؛ حيث ترى في كل حاصلٍ نعمة، وأعظمها أن لك سقفاً فوق رأسك يقيك الحر أو تعود إليه بعد يوم شاق.

٢٦ شوال ٤٢ - ٧ يونيو ٢١

هذه الليلة، هنا والآن، أريدُ أن أذكرها يومَ القيامةِ وأنا مُتَكِنَةٌ على فرشٍ بطائنها من استبرقٍ وتجري من تحتي الأنهار، أريدُ أن يمنَّ الله عليَّ وأذكرَ لنفسي وجُلَّاسي هذه الليلةَ وأقول: في ليلةٍ من ليالي الدنيا التي زالتْ ذكرتُ هذا المقامَ ورجوته، تخيلتُ أمني فيه من الفزع، وراحتي فيه من العناء، وسعادي فيه بعد أن تناهشتني أحزانٌ كثيرة، وقرة عيني فيه بلقاء النبيِّ وصحبهِ وأزواجه، وسروري فيه برؤية وجهِ ربي، ذكرتُ ذلك كله وصبرتُ نفسي به على ما كنتُ أجْدُ وأحاذر، ولنعم مُكافئُ الصابرين ربي.

ألا ما أوسع خيال المُتصَبِّرِ المؤمِّل تُفَتِّحُ له طاقةً في نفسه يُلْزَمُ
نفسه إياها إذا ضَيَّقَ عليه. ألا ما أوسع خيال المُتصَبِّرِ المؤمِّل،
تضيِّقُ الدنيا من حوله وتتسعُ الآخرةُ في قلبه، ويستحضرُ في نفسه
صوتاً متهدجاً يقول: اللهم لا عيشَ إلا عيشُ الآخرة، فیرتجفُ بها
قلبه مُصدِّقاً ومُؤمِّناً ومُؤمِّلاً.

لا حول ولا قوة إلا بالله، اللهم إنك ترى أحوالَ عبادك
يُتصَبَّرُونَ بك على ما يلقون، فأرهم من منازلهم في الجنة لحظاتهم
الكريمة ولا تجعل منتهى حظهم منك التأمل والخيال.

٢٧ شوال ٤٢ - ٨ يونيو ٢١

١- الليل، والشاي، والكتب، وشعور الراحة والتقاط نفس
طويل بعد اجتياز امتحان. في الحياة أحياناً ما يجعلها غيرَ عصيةٍ
تماماً على البلع.

٢- «هذا هو العادي». هذا هو المثير!

يبدأ اليوم بحدثٍ مؤلم كبير، ثم تنحدر الأمور أكثر، وحين
تُعتم الدنيا تماماً أهاتفكِ فتردين على مكالمتي رغم حاجتك
الماسّة للنوم، تقولين أول شيء: ما لصوتكِ؟ ليس طبيعياً أبداً!
فأرغب في البكاء.

صديقتي العزيزة أمل التي يُزعجها الضوء على مواقع التواصل..

شكرًا لأنك صديقتي، ولأنني عندما أرغب في البكاء بشدة تُفْلَحِين في إضحائي بطريقة مذهشة، ولأنني عندما أريد تدمير كل شيء حولي احتجاجًا وتعبًا تبسمين لي فتتطفئ النار التي في داخلي للحظة، ولأنك تعرفيني من صوتي.

شكرًا لأنني لا أخجل منك، لأنني أضع كل مشاكلي ومخاوفي أمامك على طاولة في مطعمنا المفضل دون أن أخشى المحاكمة، ولأنني أجيء إليك بكل آلامي وانزعاجي فتقولين لي بنبرتك الأسرة: «هذا هو العادي» فأقول لنفسي: «كيف يفوتني هذا دائمًا! بالطبع هذا ما سيحصل؛ نحن في الدنيا!».

شكرًا لأنني عندما أشعر أن جلوسي مع رأسي وحدي في غرفة مغلقة لن يكون محمود العاقبة أهاتفك، وتنجحين دائمًا في إنهاء اليوم بشكل جميل، تقولين: «أريدك أن تنسطي يا شيماء»، وتفعلين كل ما في وسعك من أجل هذا.

مؤخرًا نتحدث كثيرًا عن عودتك لفلسطين بعد أشهر، أجاريك في الحديث عن ترتيباتك بحماسٍ ظاهر، لكنني أخفي عنك أنني

أحزن وأخاف، وأنني غير مستعدة بعدُ لغياب المزيد من الأصدقاء.
 لم تتبدد الأشياء التي تُحزنُنِي والتي حرمتُك من نوم احتجته
 بشدة، لكنك تنجحين دائماً في تسوية حزني للبلع، وهذا هو المميز
 فيك، هذا هو المثير!^(١)

٢٨ شوال ٤٢ - ٩ يونيو ٢١

١ - «صديقتي غير العزيزة شين..»

لا يحبُّك من لم يطلع على عيوبك، يمكن أن يُعجبوا بك، أن
 تُبهرهم، أن تكوني مُثيرة للفضول، لكن المحبة شيء مختلف، أن
 يحبُّك أحدٌ يعني أن يرى الجانب المعتم فيك ولا يهرب، لذلك إن
 أردت أن تعرفي طولك على مقياس الصلاحية للمحبة فمن الذين
 عاشوا معك، لا من الذين قرؤوا لك نصّاً جميلاً أو رأوا صورتك
 الافتراضية.

قبل سنين قلت لأحدٍ ما: «لا أحبُّك، لكنني لم أقرب منك إلى

(١) كتبتُ هذه الرسالة في دفترِ يومياتي في إحدى الليالي قبل عودة صديقتي إلى
 وطنها بأشهر قليلة، صديقتي الجميلة أمل بشير الفلسطينية بنت مدينة غزة، منذ
 شهرٍ وحتى لحظة كتابة هذا الهامش انقطع الاتصال بيني وبينها بسبب ظروف
 الحرب، وأفكرُ كلَّ يومٍ هل ما زالت صديقتي حية؟ أرجو الله أن يُسلِّمها وأهلها
 ويُفرِّج عن غزة.

الحدّ الذي يجعلني أكرهك»، وأقول لك الآن؛ تذكرني هذا، تذكرني دائماً، الحبُّ والكراهية على حدٍّ سواء يحتاجان القرب، عمليتان أعمق بكثير من الانطباع العابر والسريع، عكس الحب ليس الكراهية، ضد الكراهية ليس الحب، مَنْ كرهك في النهاية تكبّد عناء الاقتراب منك، العكس هو اللامبالاة؛ ألا يثير هذا الإنسان فضولك للاقتراب والاكتشاف.

٢- القرار الذي نتخذه في لحظة تعب من حياتنا، في لحظة ملل من المعاناة، أو في خضمّ رغبة عارمة في الاحتجاج، قرار مدمر.

كذلك؛ الخيار الذي يركز على خوفنا من الخيارات الأخرى أكثر من اقتناعنا به. لقد ساهمنا في نصف آلامنا على الأقل لأننا خفنا ولأننا اتخذنا قراراتٍ في لحظة تعب.

٣- يا صُبح الله الذي أحسنَ كل شيء؛ كُلّي شوق لرؤية هذا الربّ الذي أعرفه من آثاره، أريد أن أنظر إلى وجه مَنْ شعرت بقربه دائماً في أشد لحظاتي عتمة، وَمَنْ خطر لي في كل مرة وضعتُ يدي على قلبي وقلتُ إنني أصبحتُ بلا ملجأ ولا ركن أُسند ظهري إليه.

إننا نبكي أحياناً ونحن نعرف أن البكاء لن يُغيّر شيئاً، فقط لأننا نعرف أن الله لا يخفى عليه هذا، نقول: «أنتَ تراني يا رب؛ أليس

كذلك!»، فنشعر بقشعريرة في القلب، فنوقن أنه يرانا، نضحك،
وندرك أننا لسنا وحيدين وأن الله معنا.

٤ - السادسة والرابع مساءً. كلُّ شيء تحت السيطرة، قلبك،
الرواية التي تقرئين كل سطرين منها في خمس دقائق، وأملك في أن
يصبح كل شيء على ما يُرام، السيطرة ليست سوى نوبة اكتئابك
اللعين.

إن الحياة في الأعوام الأخيرة تعلمك شيئاً كل يوم. تستلقين في
الفراش مثل دمية قديمة مكسورة؛ لا ترغبين في النهوض، تُحدقين
في سقف الغرفة، ومن حين لآخر تتناولين كأس الصودا من على
المنضدة وترشفين رشفة، فرغ داخلك تماماً من الأسئلة، لا
تشعرين أنكِ حقيقية، تقولين لو أُنِي فتحتُ هذه النافذة وقفزتُ
منها، لو أُنِي فعلت، لن يحدث شيء؛ لكن سينتهي كل هذا، نعم
سينتهي!

”

الدرس الأول: عندما تُهاجمك النوبة عليك ألا

تجلسي مع هذا الرأسِ وحدكِ في غرفة مغلقة.

“

رحلة الدنيا لم تكن إلى حديقة الألعاب والأراجيح، وعلى
الرغم من هذا عشت حياتك تفترضين الأجل، لا تستوعبين

مشكلة الشر، يُجمِّدك تعمُّدُ الأذى في مكانك، تصبحين غبيةً وبلهاء تمامًا، عندما يجرحك أحدٌ ما تحاولين جاهدةً أن تعرفي لماذا؛ حتى تقدرى على التعامل مع ألمك؟ ربما، لكن المؤكد أنك -وهذا ليس جميلاً- تحاولين أن تثبتي لنفسك أن الذين عرفتهم ليسوا بهذا القدر من السوء، أنك لست خائبةً في فهم الآخرين إلى هذا الحد، تريدان فراقاً جميلاً ونهاياتٍ أكثر نبلاً حتى وهي محزنة، لهذا تتكلمين كثيراً، تُنفقين العتابَ بلا طائل، وتبددين ذليلةً جداً!

”

الدرس الثاني: دعيهم يرحلون ما داموا يريدون

ذلك، وانتبهي إلى أن العتاب نوع من أنواع

التمسك، لكن الفهم أقل أهمية من الكبرياء.

“

ككل المصابين بفرط الحساسية تجرحكِ تعابيرُ الوجه، نبرات الكلام، الحديثُ عليكِ في ظهركِ، إهمال المحيطين بكِ شيئاً يعرفون أنه يؤذيكَ، تبكين بأقل الأسباب، وتجهدين نفسك في الشرح طويلاً ثم تتساءلين إذا ما كنتِ غيرَ مفهومة أبداً أو أن الآخرين لا يُبالون، يخدشُك ألا يهتم الناس بألا يؤذوا غيرهم، ويمتلئ قلبك بالخدوش من هذا النوع، لكنك تضعين عليها اللواصق الخاطئة، اللواصق التي تلتصق بالخدش فتسلخُ الجلد

عند نزعها بدلا من شفائه.

”الدرس الثالث: لو كانوا سيفهمون ما فعلوا

منذ البداية، لا تتعبي نفسك عبثا كمن ينفخ في

بالونٍ مثقوب.

٦٦

٢٩ شوال ٤٢ - ١٠ يونيو ٢١

١- ثقيلة جدا ساعاتك الأخيرة في مكانٍ تحبه، عندما تدرك أنك لن تكون هنا غداً أو بعد غد، تتحول كل التفاصيل حولك إلى غصصٍ وأسئلة: كيف انحدرت الأمور إلى هذا كله!

٢- يتنفس الصبحُ الآن، يا سعدَ كلِّ إنسانٍ يُمكنه أن يراقبَ ميلادَ الضوء من شرفةٍ فيها زرع أخضر ورائحةٌ طيبة، ينظر إلى السماء التي تتنور شيئاً فشيئاً ويتخيل اليوم الذي يرى فيه الله المستوي على عرشه فوقها!

الصبح الجميل، الضوء، اخضرار النبات، وروائح الزهر الذي يفتح، كل هذا الجمال بلا تكلفة؛ يا رب يا واسع الكرم!

٣- كان يوم خميس أيضاً، وتقول أُمِّي إنني وُلدتُ بعد الفجر وكنت أحدق في الجميع بهدوء، ثمانية وعشرون عاماً من التحديق

والبحث عن معنى، ثمانية وعشرون كبيرة وخاطفة وغير معقولة.

على كل حال لقد رأيتُ أشياء كثيرة مدهشة للطفلة التي ما تزال في قلبي، من حسن الحظ أنني وُلدت.

١ ذو القعدة ٤٢ - ١١ يونيو ٢١

١ - صديقتي غير العزيزة شين..

هذه أول ليلة في عامنا التاسع والعشرين، أشعر بحماسٍ شديد ورهبة، تتابني رغبة غريبة في التواجد على سطح مبنى عالٍ والنظر إلى السماء لأطول فترة ممكنة.

إننا نتغير كثيرًا يا صديقتي، أشعر كأنني فراشة قررت أخيرًا أن تخرج من الشرنقة، وأني أصبحت أمتلك القدرة على الطيران، ونما لديَّ حسٌّ قوي أُفرِّق به بين الضوء والنار.

لا أعرف ما ينتظرنى ونباتاتي في الأماكن الجديدة التي سنذهب إليها، لكنني أعتقد أننا سنكون بخير، وأن ريانة مكتوب لها أن تزهر كثيرًا بعد.

٢ - في كل صباح أو من أن كل شيء سيكون على ما يرام، لأن الله الذي خلق الصبح لن تكون أقداره إلا جميلة.

٣- أغبطُ كلَّ بنتٍ تحظى بنعمة الوقوف في مطبخها الآن لتعدَّ فطوراً لأهلها، تعرف درجة نضج البيض المقلي التي يُفضلها أبوها، وعدد ملاعق السكر المضبوطة في شاي أمها، وأي تابلٍ يفتح شهية أخيها لطبق الفول.

البنات مصاييح البيوت، أتوق إلى أيام الجمعة التي كنتُ أقف فيها لأعدّ فطوراً، الآن وأنا وحدي أتذكر تعبي في تلك الأوقات لإعداد أصناف وكميات أكثر وأقول لنفسِي: هكذا إذا؛ إن التعب الزائد في المطبخ كان يعني أنني لا أعيشُ وحيدة، يعني رؤية التئام أهلي على مائدة واحدة، وكثرة الأطباق في حوض الجلي وتعب ظهري من الوقفة كانت تعني أنني لم أتناول طعامي وحدي!

٢ ذو القعدة ٤٢ - ١٢ يونيو ٢١

إنه الفجر الجميل. أسمع صوت جارتِي بالقرآن فأفهم لماذا صلاةُ المرأة في حجرتها أفضل؛ أفكر لأول مرة أن صلاتها بالبيت خير من أجل البيت قبل أن يكون من أجلها، وأسمع بكاء طفلها فتطير من قلبي دعوات ومحبة.

لكأني بالرجل قال لها: «تعالِي معي لتصير جدراني بيتاً»، وأظن أنها فعلت بصلاتها وطبخها ويديها السخيتين بالرَّبِّ والطفل الذي

يبكي ليلاً فتناوله بالرضاعة والهددة.

٤ ذو القعدة ٤٢ - ١٤ يونيو ٢١

كلما تنفس الصبح داخَلني أمل؛ يستحيل أن يعجز الذي أخرج هذا النور من رحم تلك العتمة عن تبديل حالي. آمنتُ بما وصل إليه فهمي القاصر وعقلي الصغير من حكمة الله في أن يبدأ عبده يومه بصلاة الفجر؛ هذا الوقت رهيب، تشهد فلَق الصبح من الظلمة فيرتاح قلبك لعدم دوام الحال مهما حلَّك، وتسمع كلام الله في بداية اليوم فتطيب نفسك وتسكن.

أعوذ بالله من أن أرى شيئاً جميلاً فلا تتحرك نفسي، أو أسمع كلمة طيبة فلا أمتن لقاتلها، أو آلف تفاصيل الحياة اليومية فأفقد حاسة التذوق.

٥ ذو القعدة ٤٢ - ١٥ يونيو ٢١

صديقتي غير العزيزة شين..

ليست كل السعادة في المال، بالطبع، لكنني أفضل أن أكتب على الطاولة المفضلة في مقهى الأثير على أن أبكي في غرفتي وحدي، هناك سأقضي وقتاً في تأمل الحركة المستمرة للعالم، سأقول لنفسي وأنا أرشف الشاي أن الحياة هي هذا الحزن نفسه،

هذه اللحظات المطمئنة نفسها، هذا التسلي نفسه ونحن نرى الناس لا يكفون عن الحركة رغم أنهم حزانى مثلنا، هذا مؤكد؛ ليس من إنسان لم يشغفه الحزن، لكن الجميع يستمرون في السير، والذي يقرر التوقف يتدلى من مشنقة في غرفته أو يحزُّ معصمه، نوع رديء من الهروب المحزن.

ماذا تفعل عشرون جنيهاً لفتاة تعاني من نوبة اكتئاب؟ تفعل كثيراً، تمكنها من دخول المقهى وطلب كوبٍ ورقيّ من الشاي، الجلوس بجانب النافذة الزجاجية، والمكوث هناك ثلاث ساعات كبيرة تفلح في نهايتها -على الأغلب- أن تترك الجزء الأكبر من اكتئابها على تلك الطاولة وتمضي، لأنها أدركت في الساعات الثلاث أنها ليست أول من يحزن ولا آخر من يعاني، وأن الحياة تتطلب أشياء كثيرة ليس من بينها العويل.

أتمنى أن تفلحي في ضبط ميزانيتك وتحفظي بجزء منها لتلك الجلسات العلاجية الهادئة، أعتقد أننا سنكون ساعتها أقدر على تجاوز الأوقات الصعبة.

٦ ذو القعدة ٤٢ - ١٦ يونيو ٢١

أحياناً تتابني الرغبة في إنهاء كل شيء بسرعة وحسم؛ بتر

العلاقات الميَّنة، تقلّص الالتزامات التي لا داعيَ لها، ركل المُترددين في الرحيل. تتأبني الرَّغبةُ في التخلص من كل ما انتهت صلاحيته ولم يعد صالحًا للاستخدام الآدمي، لكنها رغبةٌ كاذبة؛ إنني مُصابةٌ بالتكديس القهري.

٧ ذو القعدة ٤٢ - ١٧ يونيو ٢١

أخيرًا ستصدرُ روايتي الأولى في معرض الكتابِ آخرَ هذا الشهر، بعد أن انقطعَ أُملي في نشرها تمامًا، هكذا دون جهدٍ ولا سعيٍ مني، ما أكرم الله!

٩ ذو القعدة ٤٢ - ١٩ يونيو ٢١

هذا الوقت جميل، السماء الصافية من النافذة، الجوُّ الرائق بالنسيم، الترتيبات السعيدة لحدثٍ مهم، ثمة أشياء في طريقها لأن تكون على ما يرام.

١٠ ذو القعدة ٤٢ - ٢٠ يونيو ٢١

أخيرًا تخرج رقيقة علاء الدين من الدُّرج إلى الرف، إلى الأرْفُف إذا تحرَّيتُ الدقة!

شعور غامر بالتححرر، بالخلاص من صوتها في رأسي ومن قلقي بشأنها، بالقدرة أخيرًا على تجاوز شخصية مُربكة.

١٤ ذو القعدة ٤٢ - ٢٤ يونيو ٢١

أفكر كثيرًا في العلاقة بيني وبين أمي باعتبارها علاقةً بين امرأتين من الطراز نفسه، ليس معنى هذا أننا نقف على قدم المساواة، أمي أذكى وأخبر بالحياة مني بينما أنا أشد لدوعةً وأكثر عصبيةً، دمي أكثر فوراً بينما دُمها تسبحُ فيه الحكمة؛ تلك الحكمة التي ترسمها نصال التجارب لا نعومة الكلمات المزهوة.

أمي التي تشكّلُ عدمُ معرفتها القراءة والكتابة حسرةً من حسراتها الكبيرة كانت تستمع بخشوعٍ للنصوص المثيرة للشفقة التي دأبتُ على كتابتها منذ الصغر، كانت تهديني الدفاتر لأكتب فيها أشعاري المكسورة، وتُخبرني صديقاتها ومعلّماتي في المدرسة أنني فخرها الأكبر على الإطلاق في جلساتهم الودودة، وأنا لا أجدُ ردًّا سوى الاستغراب والخجل.

لجهلي الكبير جدًّا اعتقدتُ لسنوات - منذ بدأتُ أنفصل عنها بالتدرّج - أننا نتباين كثيرًا، لست أشبه أمي، لا أفكارها ولا ملامحها ولا وزن الكلمات حين تتكلم، لم أدرك إلا متأخرًا أنني أشبهها إلى حدٍّ بعيد، أننا امرأتين من الطراز نفسه مهما أعلنت اختلافاتنا عن أنفسها.

لقد تعبْتُ كثيرًا حتى حولتني من الطفلة التي لا تجيد تمرير اليوم دون أن تخبرها بكل صغيرة وكبيرة حصلت معها، إلى هذه الفتاة الكبيرة بثمانية وعشرين عامًا وآراءٍ تضعها في كتب، من الصغيرة التي كانت ترشدها إلى ما ينبغي فعله إلى الكبيرة التي تهاقها مساءً لتسألها رأيها في كذا وتستمتع منها في إجلال ودهشة إلى تطورات روايتها الأولى!

غريبٌ جدًا هذا الشكل الذي تصير إليه العلاقة بين أم وابنتها، أتمنى يا ماما لو أنني عرفتُكِ شابَّةً بالشخصية التي أنا عليها اليوم، لو أن بوسع البنات أن يلتقين مع أمهاتهن في العمر نفسه، أتمنى!

١٥ ذو القعدة ٤٢ - ٢٥ يونيو ٢١

١- عندما غادرت أُمِّي البيت ذات صباح ببطنٍ منتفخٍ وحقيبة ملابس ودعتها بالأدعية والنشاط في ترويق البيت، وعندما عادت بعد ساعتين تحمل أختي رغداء بقيتُ أيامًا أسيرة الدهشة، لقد شهدت ولادتين لماما قبل رغداء، لكن لم يراودني ذلك السؤال المفخخ في أيٍّ من المراتين.

أُمِّي قويةٌ جدًا وصارمة، لكنها حيَّةٌ أمام هذا النوع من الأسئلة، عندما سألتها «كيف ولدتِ أختي النونو؟» دهشتُ وأطرقت طويلًا

قبل أن تجيب، كنت في الثامنة وكانت هي في مثل عمري الآن، أخبرتني بارتباكٍ أنها تقيأتها، واقتنعتُ بالإجابة، لكن جدتي لطيفة، إحدى خالاتها الجميلات، عاتبتهَا على الجواب «السيء» على حد تعبيرها، وقالت لي كيف خرجت أختي، كانت تلك هي بداية استخدامي لمخيلتي بشكل متعمد وهادف.

لقد ألفتُ الكثير من القصص لأتخلص من الكثير من الأسئلة، كنت طفلة ذات فضول زائد مع خجل كبير، ولمّا جاوبتني نينة لطيفة ذلك الجواب القصير والمربك فقدت ثقتي في الحاسة التي كنت أعتقد أن باستطاعتي من خلالها تمييز السؤال المَخرج وعدم طرحه، واستعضت عن ذلك بالتخيل، لقد ألفتُ قصةً كبيرة لكل سؤال بسيط، وإلى الآن تلازمني بعض القصص متحديّةً الجغرافيا والتاريخ والفيزياء وعلم الأحياء وحقائق الفضاء.

من هنا، من هذه اللحظة التي أنتظر فيها صدور روايتي الأولى، ألفتُ رحمة ونور على روح نينة لطيفة، السيدة الجميلة جداً التي امتلكت شجاعة الإجابة الصحيحة إلى حدٍّ أعجزني عن طرح الأسئلة، والتي دفعتهَا صراحتها لاختلاق القصص وتأنيث عوالم كاملة من أجل الإجابة على سؤال واحد.

٢- صباحُ الخير لكل اللواتي يجهزن الإفطار الآن للعائلة، لكلِّ

الذين يقفون في المطبخ رحمةً بأقدام الأمهات، ولكل الوحيدين الذين يُعدّون إفطارًا بسيطًا وفنجان شاي احتفالًا بيوم الجمعة.

في أماكن عدة من العالم يتناول أناس مثلي إفطارهم وحدهم، أعرف أشياء بسيطة تجعل الوقت رائعًا على الرغم من الوحدة: الدندنة في المطبخ، استخدام أطباق جميلة، وتقليب صفحات كتاب جيد أثناء الأكل وشرب الشاي.

أفتح نافذتي حتى تدخل الشمس، وأشربُ شايًا وأضحك كثيرًا بسببٍ وبدون، سيكون كل شيءٍ يومًا ما بخير.

١٦ ذو القعدة ٤٢ - ٢٦ يونيو ٢١

أرسل لي الناشر صورةً لأول نسخ الرواية من المطبعة، يا الله ما أبدعَ هذا المنظر!

رئيفة الآن في ورق، مدهش أن تتحول شخصية خيالية إلى شيء يمكن لمسه باليد!

١٨ ذو القعدة ٤٢ - ٢٨ يونيو ٢١

١- في عالم متوحش يشكك المرء في استحقاقه للمحبة أدركُ الآن أن الأطفال هم المقياس الحقيقي لقدرتنا على أن نكون بشرًا، المقياس الذي لا يكذب لقوة عاطفتنا، لما نملك من الحنان،

لصلاحيتنا للرفقة وجدارتنا بالحب.

أن يختارك طفل في الخامسة لينام على ذراعك مثلاً، أن يحاول إقناعك بقضاء وقت أطول معه وإغرائك في سبيل هذا بكل بسيط وجميل يمتلكه، أن يركض نحوك عندما يخاف ويتجه نظره إليك عندما يبكي، أن يجيئك مُحملاً بحُججه الطفولية جداً وكله إيمان أنك ستُنصفه ممن أزعجه، أن يتذكر في حضورك كل إنجازاته الصغيرة منذ شهر ليسردها عليك بكل حماس الدنيا مهتماً بأن تراه جميلاً وذكياً!

هذا كله لا يجيء من فراغ، الأطفال لا يعرفون المجاملة، حساسون جداً للمحبة والحنان، لا يمكن أن يحبك طفل ويستمر في حبك مهما طال غيابك عنه دون أن يرى فيك ما يُحب، ما يخاطب الروح الشفافة التي فيه.

كانت الفترة الأخيرة عصبية جداً على قلبي، أوشكت أن أقتنع أنني غير صالحة للعيش معي، غير لائقة للمحبة الحقيقية لا مجرد الابتسامات العابرة، أمس فقط كان بوسعي أن أقول: لقد كانوا مخطئين جميعاً، أنا لستُ تلك الإنسانية التي تحدثوا عنها، إنَّ فيَّ أشياء جميلة وجديرة بالحب، أشياء لا يقلل منها رفضي أن تتم معاملتي بسوء، أبقى صالحة للصحة حتى في الخلافات العابرة،

مهما أجمعوا على عكس ذلك.

٢- أحبُّ المدينة التي أسكن فيها لكن ينقصها شيء أفقده بشدة، وهو أن يوجد فيها مقهى يفتح أبوابه في هذا الوقت من الصباح الباكر، حيث يكون بإمكانني أن أتناول فنجان الشاي الصباحي مع قطعة مخبوزات كفتور وأنا أراقب من خلف النافذة الشوارع وهي تصحور ويذا رويدا.

أطالب بأن يكون بوسعنا تنفس هذا الهواء النقي في الخارج، أن تتشرب مسامنا كل هذا الهدوء المدهش بينما العين ترى تدرج الضوء على واجهات البنايات الكبيرة.

٢٤ ذو القعدة ٤٢ - ٤ يوليو ٢١

مساء السعادة الخالصة؛ الأكل في بيوت الأصدقاء على سبيل المثال، ما يصنع من أجلك خصيصة، والحفاوة التي تلقاها من أطفال أصدقائك تعيد تشغيل أشياء كانت مركونة في قلبك وقديمة. مساء الخير للعالم من الأريكة المريحة في بيت صديقتي هبة إبراهيم.

٢٥ ذو القعدة ٤٢ - ٥ يوليو ٢١

أن تسافر بقطار سريع بين محافظات مصر هو أن يتاح لك

الوقت الكافي لتأمل كم العالم ممتدٌ وجميل، وأن الله لم يخلقك وحدك، وأن الحركة الدائبة لكل مكونات الوجود هي مبعثُ أملٍ يقينيٍّ في أن حياتك في يد حكيم رحيم.

في طريق العودة للزقازيق أخيرًا والجو رائق وبديع.

٢٨ ذو القعدة ٤٢ - ٨ يوليو ٢١

ليل الخميس الجميل، جو مناسبٌ جدًا لمهاتفة صديقة، لحياكة قصة، للبدء في كتابٍ جيّد، أو لخبز كعكة لذيدة ودعوة صديقة إلى حفل شاي خاص.

٢٩ ذو القعدة ٤٢ - ٩ يوليو ٢١

صديقتي غير العزيزة شين..

إنني أتمنى لو أكون أكثر هدوءًا وأقل قابليةً للتوتر، لكنني لا أنجح في هذا بأي شكل من الأشكال.

منذ يومين دُعيْتُ إلى عشاءٍ في المطعم المفضل لديّ، انتعلتُ حذاءً بكعب، وحين جلست إلى الطاولة كانت قدماي متعبتين فخلعته، أتساءل: ما الذي يجعل المرء منا مُستهجنًا حين يغادر مطعمًا حاملًا حذاءه في يده؟ إنني أنحاز إلى الراحة، لكنني في نفس الوقت أتمسك بحقي في أن أستمع بارتداء حذاءٍ أنيقٍ لبعض

الوقت.

قبل فترة طرقت شريكتي في السكن باب غرفتي، كانت خائفة من صرصار في الحمام، قتلته من أجلها حتى تستطيع العودة للنوم، ظننت أنني أفعل خيرًا، ماذا أخطأت لتكون الزميلة أكثر رقة وأنوثة مني لأنها تخاف من الصراصير ولا تستطيع قتل حشرة؟ أنا أيضًا أخاف من الفئران، هل يجعلني هذا أجمل وأرق برأيك؟

أن يكون الإنسان امرأة هو أن يُضطر لمواجهة الكثير من الأشياء التي لا يريد مواجهتها؛ نظرة المجتمع والأحكام المستبقة وذبذبات مزاجه والتركيز في التفاصيل والاستعصاء على الفهم وكل ما من شأنه أن يجعله إنسانًا أقل انسيابية ويخلق له من وجوده أزمة، إنني كما ترين أجترُ أشياء من أيام سابقة ليكون في وسعي فقط أن أعبر عن نفسي الآن، لأنني لا أعرف كيف عليّ أن أصف اكتسابي، أو أنني أعرف الأسباب وأستصعب البوح بها.

إنني أرسل لك حيرتي وأسئلتي، خوفي من المجهول وفوضى غرفتي ورائحة طبختي المحترقة، أفعل هذا رغما عني لأنني لست على ما يرام ولا أجد طريقة لأكون، وأفعلُ هذا رغم أنه من المُفترض أنك أنتِ الوجه السيء لي، جانبي المُظلم وكل ما يحتاج إلى إصلاح فيّ، صديقتي غير العزيزة والتي رغم ذلك أُصدّعها الآن

بشررتي وتعكر مزاجي، تقبلي اعتذاري، الحياة تضغط عليّ كثيراً من الخارج ولا أستطيع سوى أن أدخل صدفتي مثل سلحفاة جبانة، ومن داخل الصدفة أتمنى أن يعرف أحد عني، لهذا أكتب لك، لأنني محبوسة.

كوني بخير، على الأقل لتبقِ واحدةً منا كذلك حتى تُنقذ الأخرى.

١ ذو الحجة ٤٢ - ١١ يوليو ٢١

أحلامي الآن بسيطة، أن أعطي كل الناس طبقاً من البطيخ البارد يُطَرِّي قلوبهم في هذا الحر، هذا ما يمكن أن يسعدني في الوقت الحالي؛ التأكد من أن صدور العاملين في الشمس والأطفال والأمهات التعبانات دخلها شيء من الطراوة.

٢ ذو الحجة ٤٢ - ١٢ يوليو ٢١

أشياء تستحق الندم:

كل الأشياء التي كان عليّ أن أراها بالقلب واتسعت حدقتاي أكثر من اللازم.

٣ ذو الحجة ٤٢ - ١٣ يوليو ٢١

ماذا يفعل الساهرون في ليلٍ جميلٍ كهذا؟

يسحبون الأغطية على أطفالهم الناعمين..

أو يفكِّرون في الأسماء التي يودُّون أن يُسمُّوا بها أطفالهم
الأحباء فورَ أن يُنوروا دنياهم.

أنا أعرفُ الآن من كلِّ قلبي كيف يشعرُ إنسانٌ أبوتُه/ أمومتُها
مُعطَّلةٌ إلى حين، أحسُّ في أعماقِ أعماقِ روحي بمعنى ضراعةِ
سيدِّنا زكريَّا وهو يدعو ربَّه:

﴿رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا﴾^(١)..

هذا الدُّعاء حزينٌ وشفيقٌ؛ لا أحدٌ يريدُ أن يظلَّ فردًا، كلُّ يريدُ
أن يكونَ له طفلٌ يُحبهُ ويضمُّه ويتفقَّده بالليل في فراشه، يتحسَّسُ
وجهه ويتأملُ ملامحه ويُقبِّله ويُحبهُ نائمًا ويقظًا.

اللهمَّ بحقِّ هذا الوقتِ الذي تنزلُ فيه -نزولًا يليقُ بجلالك-
إلى السماءِ الدنيا لقضاءِ حوائجِ عبادِكَ، لا تذرْ أحدًا من عبادِكَ
فردًا.

٤ ذو الحجة ٤٢ - ١٤ يوليو ٢١

ملحوظات أولى ككاتبة حديثة العهد بالنشر:

- عندما نكتب تتحرَّر شخوصنا الخياليَّة، عندما ننشر ما كتبناه

نتحرّر نحن. أن تحتفظ برواية مكتملة في درج مغلق يشبه أن تعيش
بنحلة تطنُّ في رأسك.

- يظن القارئ دوماً أنه وحده من يحاكم، عندما ننشر كتبنا
يخرج كل شيء من بين أيدينا، لا مجال للتراجع أو لإصلاح
الأخطاء، يحاكم القراء قدرتنا على الكتابة الجيدة، على بناء العالم
الروائي بنظافة، نعم، لكننا نراقب في صمت قراءات الآخرين للنص
النهائي، نحاكم نحن أيضاً ولكن بصمت وهدوء، ونحتفظ
بأحكامنا لأنفسنا.

- القارئ المفضل لأي كاتب ليس الذي يجيد المدح، وإنما
القارئ المهم، ذلك الذي ينتبه لأصغر ثقب في النص، يستطيع
وضع يده على الأماكن التي حذف منها الكاتب، وينتبه لكل حفرة
في السرد، لكل عثرة في الحوار، لكل محاولة فاشلة منه لرأب ثغرة
ما في الزمن أو صدع في الحبكة، قارئ كهذا مقلق للكاتب لكنه
ضروري لتطوره.

لقد دخلتُ في جوّ الكتابة والكتاب، متأخراً حدث هذا أو مبكراً
أو في مياعاده؟ لا أدري.

٥ ذو الحجة ٤٢ - ١٥ يوليو ٢١

١ - «صديقتي غير العزيزة شين..»

ماذا يفعل الذين يشعرون أنهم وحدهم في العراء دون جدار

يستندون إليه أو سقف يستظلون به؟ الذين لا يحسون بالانتماء
لمكان ما؟ الذين يُفاجئون دائماً بأنهم عاشوا أسعدَ لحظاتهم
وأحزنها على حدٍّ سواءٍ وحدهم؟

إنني أشعر بالاختناق، كل الذين أعرفهم ابتعدوا عني، حتى
شخص رواياتي يهربون مني. لا أعرف كيف سأكون بخير.

٢- دائماً كل ليل خميس أحب أن أفكر في أشياء جميلة، أتخيل
-مثلاً- أول ليلة سأقضيها في الجنة، طبعاً إذا شملتني رحمة الله
وعفوه، كم ستكون ليلة سعيدة!

لا بد أن ليل الجنة غيرُ الليل هنا في الدنيا، بأنهارها ونجومها
وقصورها، الأصوات هناك أعذب، ولطالما أسرّني أصوات الليل،
لكنَّ أجمل ما فيها ولا يسعني تخيل مدى سعادتي به هو وجودي في
مكان ليس فيه إلا الطيبون، أناسٍ كلُّ ما فيهم جميل، أتخيل لو أنني
مشيتُ في طرقاتها سأعانق كل امرأة تقابلني -ولو لم أعرفها-
وأقول لها: «حمداً لله على سلامتك وكرمِهِ عليك»!

أتصور أنني إذا دخلت الجنة سأقضي أول ليلة فيها في السَّمر
مع مَنْ أحب، سيكون حديثنا عذباً شفيفاً، مداره على «إنا كنا
قبلُ...، فمنَّ الله علينا»^(١)، وعندما يتوقف بنا الكلام لن ننام، لأن أهل

(١) إشارة إلى قول الله تعالى على لسانِ أهل الجنة: ﴿قَالُوا إِنَّا كُنَّا قَبْلَ فِي أَهْلِنَا مُشْفِقِينَ
(٦) فَمَنْ اللَّهُ عَلَيْنَا وَوَقَفْنَا عَذَابَ السَّمُورِ (٧)﴾ سورة الطور، الآيتان ٢٦-٢٧.

الجنة لا ينامون؛ حتى لا يفوتهم شيءٌ من النعيم.

٦ ذو الحجة ٤٢ - ١٦ يوليو ٢١

في وقتٍ ما تطلّعتُ إلى العزلة في مكانٍ يخصّني وحدي، أملتُ أن أنفردَ إلى حدٍّ ما بنفسِي حتى أتمكن من إصلاحِها، اليوم أتوق بشدة إلى تلك الليالي التي كنتُ أعدُّ فيها العشاء لتسعة أشخاص، إلى صخبِ العائلةِ حول مائدةِ الطعام، وإلى كل الأحاديث الجانبية الهامسة التي كنا ننهر عليها أثناء الأكل.

هنيئًا لمن يحضّرون العشاء لأحبائهم الليلة، عندما يكبر المرء بعيدا يُدرك أن أكبر سعاداته كانت تكمن في الأشياء البسيطة.

٧ ذو الحجة ٤٢ - ١٧ يوليو ٢١

تذكري هذا دائمًا: لا يرضى عن عيشه مَنْ ينشغل بمقارنة نفسه مع الآخرين.

٨ ذو الحجة ٤٢ - ١٨ يوليو ٢١

في مثل يوم غد من العام الماضي كنتُ أنظرُ إلى حاجاتي وانعدام أسبابي فأقول لنفسِي: «كيف!»، ثم أنظرُ إلى قدرة الله التي لا يعجزها شيء فأقول: «هو على الله هيّن»، «هي صعبة لكن لا تصعب على الله».

أُجِبت لي دعواتٌ لحاجاتٍ مستحيلة وأُخِرتُ عني أخرى، وربنا كريم في عطائه حكيم في منعه، وكلما جاء يوم عرفة أُحِبْتُ أن أذكر نفسي بعرفة الذي قبله وبحالي فيه وما حصل بعده، أقول لنفسي: الله عودك الجميل فقس على ما قد مضى.

«إنما أمره إذا أراد شيئاً أن يقول له كن فيكون»^(١)، ما أعظم الطمع في كرم الله بعد هذه الآية!

٩ ذو الحجة ٤٢ - ١٩ يوليو ٢١

١- بدأ اليوم الذي أدخر له حاجاتي ودعواتي ومتاعبي منذ أشهر، كلما رَغَبْتُ في شيء أو تَعَبْتُ من شيء قلتُ: «لكلّ هذا يوم عرفة»!

رَبُّنا حيُّ كريم، لا تُرفع إليه يدان فيردّهما صفراً، آمنت بالله.

٢- ليلة عيد أنيسة، على البنات في بيوت آبائهنّ يُجَهَّزن ما يُكْرَم به الضيوف في اليوم التالي، وعلى النساء في بيوت أزواجهن يُحَمِّمن الصغار ويضعن على جلابيب الرجال اللمسات الأخيرة من كِيٍّ وتعطير، وعلى الرجال بعد منتصف الليل يفرشون الفرش في العراء استعداداً لصلاة العيد.

هنا كلٌّ كبيرٍ يفرح من خلال الخدمة، والصغير كلما زادت فرحته قلَّ صبرُهُ في انتظار الصباح. تسأل أختي الطفلة: هل سيُحب العيد عندما يجيءُ غداً ألوان ثيابي الجديدة؟ وأقول لها: نعم، وسيُحبك أكثر إذا طاوعتني وحمّمتك.

لا قطع الله عن بيتٍ عيداً، ولا حرمَ المسلمين في العيد من نعمة البيوت.

١٠ ذو الحجة ٤٢ - ٢٠ يوليو ٢١

١- أضحيتنا هذا العام اسمُها مَيّاسة، نعجة حسناء وشابة بصوف أبيض، لا تكفُّ عن الثغاء منذ ساعة، ضحكتُ أمي عندما سمعتُ ثغاء النعجة فقلتُ بإشفاق: حبيبتي هذه آخر ساعاتها!

في صغري كنتُ أظن أن أي نعجةٍ أو عنزةٍ تغو فإنما تنادينني؛ تصيح «ماء» واسمي «شيماء»، وكنت أتفقدهم بعد النداء وأضع ماءً وأكلا، لكنني توقّفت عن هذا الاعتقاد عندما كبُرْتُ.

الليلة عندما ثغت مَيّاسة - وكانت أول مرة أسمع صوتها - ظننت - كما في طفولتي - أنها تنادينني، وضعتُ لها ماءً وطعاماً، لكنها ما تزال تصيح.

يصعبُ عليّ أن أتخيل أنها ساعاتها الأخيرة؛ إنها روح وخلق

من خلق الله وكانت لها عائلة، لكنها لأجل هذا خلقت، وحسبي أن الذي خلقها وكتب عليها الذبح أرحم بها مني، وأن لها وقفة في القيامة يُقتص لها فيها ممن يكون قد ظلمها من حيوانٍ أو إنسان.

إن النفس الذي يتردد في صدر نعجتنا مياسة الآن سيسكن غدا، وقلبي لهذا شفوق عليها، وأحس الآن لماذا أوصى النبي -ﷺ- بالإحسان إلى الأضحية؛ بعدم سنّ السكين أمامها أو ذبح أختها على مرأى عينيها، الحمد لله على دين يحفظ حق الحيوان ويأمر بالإحسان إليه، والحمد لله الذي رزقنا مياسة نطعم منها ونُعطي أحبائنا وإخواننا ممن لا مياسة لهم ولا طاقة عليها.

٢- عندما ندخل بيوت أخواتنا في العيد نُدرك ما الذي خسره بيت الأهل، أبسط التفاصيل تبدو دافئةً وحبيبة بشكلٍ لا يمكن وصفه.

التلفاز المفتوح على قناة الرسوم المتحركة يخبرك أن أختك بنتٌ عشاء سعيدا، الأطفال الراكضون في الصالة تفهمك مراقبتهم أن وجودك في بيت أهلك نقص ليزداد الوجود في بيتٍ آخر ويتكاثر، المائدة التي تبسطها وتقسم عليك لتأكل والحلوى التي تعود لبيت أهلك فتكتشف أنها عبّأت بها حقيبتك يشعرا أنك بالغرابة؛ كيف كبرنا إلى هذا الحد حتى أصبحنا نعبر عن الحب بالدعوة إلى

المائدة والنهي عن الخجل، وحتى تحل حلوى العيد في الحقيبة محل ليلة نقضها معاً على سريرين متقابلين نتسامر ونُذندن!

كل أختٍ من أخواتي أنجبت طفلاً واثنين، بعضهم يعرفني ويركض نحوي والبعض الآخر تقف بينهم وبينني -لحادثة سنهم- رهبة، هؤلاء الذين يرهبونني لا يريدون أن أستاذّر بأهمهم في حديث أو عناق، كلما شدّت طفلةٌ أختي من عباؤها وأنا معها قلتُ في نفسي: أيتها الصغيرة؛ أنا أعرف هذه الجميلة من قبلك، كنتُ هنا قبل أن يتعرّف أبوك إليها، خذي كلّ الدنيا واطركي لي أختي أشبع منها عشرين دقيقة، سأرجع إلى بيتي وحدي أحاول الاحتفاظ بعطرها في يدي وكركرتها في أذني بينما ستنامين في حضنها وسترينها طوال أيامك.

١١ ذو الحجة ٤٢ - ٢١ يوليو ٢١

يبدو أننا عندما ننضج تتجاوز حاجتنا لأن نفهم لهفتنا لأن نحب. يكون الأهم بالنسبة لأحدنا هو ألا يُضطر كثيراً للشرح والتبرير دون جدوى، ألا يجد نفسه مضطراً للدفاع عن نفسه عندما تطفو أسوأ عيوبه على السطح؛ لأن الآخر يفهمه ويقبل ما فهمه.

عندما ننضج ندرك أن الحب ليس ضماناً كافياً، وأن الفهم

والشعور بالأمان المترتب عليه هما ما ينبغي أن نبحث عنه.

١٢ ذو الحجة ٤٢ - ٢٢ يوليو ٢١

١- أن يكون هناك شيء أرغب في الاستيقاظ كل يوم من أجله. هذه كانت إجابتي على السؤال الشائك الذي وجهته لنفسى: كيف يمكنك أن تتجاوزي فترات حياتك الأكثر حرجًا؟

قائمة كتب ثرية، أهل يمكنني النهوض من السرير قبلهم وإعداد فطور مُرضٍ لأذواقهم، فكرة مكتملة التكوين تقدح غريزة الكتابة، جولة صباحية في الحقول الخضراء ومراقبة الطيور، فتح النوافذ قبل الشروق وتأمل تقدّمات الظل على الجدران ومن خلال الستائر، إلخ..

هناك أشياء غير قليلة يمكن للمرء أن يغمس نفسه فيها وينسى أنه يعيش في الوقت الراهن أكثر فترات حياته حرجًا ومدعاة للقلق.

٢- هذا المساء أعدت لنا أُمي كعكة برتقال، يا إلهي كيف تنساب الذكريات الطيبة من قطعة كعك زكية الرائحة وفنجان شاي، وكيف يمكن للعادات البيتيّة البسيطة أن تخلف كل هذه السعادة والشعور الغامر بالرضا وقبول الذات!

في بيت العائلة - وفي البيت فقط - يتحول مجرد مناوالتك طبقًا

من الكعك الذي اشتهيته وفنجان شايٍ إلى دليلٍ تحتفظ به للأيام العصبية، لتخرجه في الوقت المناسب وتقول لنفسك: مهما يكن رأي العالم هناك مَنْ يرى أنني جدير بالمحبة وبتلبية أمنيائي وأمتلك في نظره قيمةً لا يمكن أن تُقدّر.

نخرج من بيوت أمهاتنا لتثقل خبراتنا وتجاربنا وتخفّ ثقتنا في جدارتنا بكل ما نسعى إليه، وهذا ما يدعوه الآخرون نضجاً!

١٣ ذو الحجة ٤٢ - ٢٣ يوليو ٢١

الجدّات بركة الدنيا وحسن سيرتها، تذهب إلى جدتك كأنك تسافر عشرين عاماً إلى الخلف؛ حيث الحياة لا تُريك إلا وجهها الضاحك وذاكرتها حكاءة القصص ولسانها الهازج بالأغاني القديمة.

يأسرني ما يحدث في اجتماع حفيدة في الثامنة والعشرين وجدّة تناهز السبعين من العمر، تقول لها: «ارفعي فرش الكنبه الوسطى وهاتي المكحلة» فتعرف أن عينيها ستمدعان وسيصطبغ جفناها بكحلٍ حارق ذي رائحةٍ باذخة كما كانت تفعل جدّتها في سبت النور، حتى إنها تتفلّت من بين يديها كما كانت تفعل طفلةً فتهرّها كزمان: «اقعدي يقعد السعد في حجرِك»!

إننا نعودُ إلى جدّاتنا ليس فقط لأننا نفتقدهن، بل لأننا نفتقد أنفسنا، نعود إليهن لقضاء حاجتنا إلى مقابلة الأطفال الذين كُنّاهم يوماً ما، والجدّات خير من يعيدنا إليهم، لأننا مهما كبرنا لا ترانا أعينهن إلا أطفالاً.

١٤ ذو الحجة ٤٢ - ٢٤ يوليو ٢١

١- إنني أتمنى أن أمتلك تلك الانتقائية الموقّعة لاختيار ما أحزن عليه، ما أحاربُ من أجله، وما أنفق فيه رصيدي من المُبالاة والوقت.

٢- في هذا المساء اللطيف الظريف أفكّر في معجزة ربّنا الجميل بجمع شمل اثنين ربما كانا قبل عامين فقط مجرد غريبين لا يجمعهما مكان ولا ينقسم بينهما هواء. الليلة زفاف فتاة أحبها، كم تريح البيوت الجديدة بدخول البنات الطيّبات، بحضور قلوبهن البيضاء، وبوجود أكفهنّ السخية!

يُغيّر الله أحوال عباده ويضع فيها بعنايته الحب والمسرة، المتأمل في هذا لا يخرج منه بغير إيمانٍ وتسبيح.

١٥ ذو الحجة ٤٢ - ٢٥ يوليو ٢١

١- علينا أن ندرك جيداً أن حُبنا شخصاً ما بقدر ما ليس مُلزمًا

له أن يُحبنا بنفس القدر، ولا أن يحبَّنا أصلاً، أظنُّ أن عُقدة نفسية وأخلاقية تنحلُّ هنا.

٢- أمسى العالم مخيفاً جداً، لم يعد يخرج المرء من يومه دون رضوض فكرية وخدوش نفسية إلا من رحم الله، ضاع من لم يحم نفسه بثلاث: إيمان قوي، مشروع شخصي، وقلب شغال في حياته اليومية لا ثغرة فيه لقليل وقال.

١٦ ذو الحجة ٤٢ - ٢٦ يوليو ٢١

١- عن أشياء بسيطة لا تُكلِّفنا شيئاً؛ الكلمة الطيبة، الابتسام للمارة عند تلاقي الأعين، الثناءات الرقيقة على المظهر وامتداح المحاسن، إعادة بناء ثقة امرأة في جمالها المُتعب.

اللفظ لا يُكلِّف شيئاً، لكن بوسعه أن يقلل منسوب الوحشة والوجوم في العالم ويجعل مساءً أتنا أحلى.

٢- نؤمنُ ما شئنا بلا أخلاقية الأبواب المُواربة، لكننا في مرحلة ما نُدركُ أن أيادينا - لا ندرى متى - أمست أضعف من معالجة المتاريس.

دخلنا الشباب بأعينٍ مفتوحة وحذر، وعلى العتبة تسلَّحنا بكل ما في حوزتنا من قواعد السلامة، من أين جاءت كلُّ هذه الندوب

والكسور والقُرح؟

عمرٌ كأنه قطارٌ على عجلةٍ من أمره، حياةٌ لا يُمكن توقُّعها أو الاستعداد لها، وجروحٌ لا مفرَّ منها، الحياةُ إذاً هي كلُّ هذا الحزنِ المحفوفِ بالغواية والفرح العابر.

هذه الندوب غير القابلة للإزالة ليست تشوُّهات، إنها أدلَّةٌ في قلبي، ليسعني أن أتحمسها يوماً ما وأقول لابني أو لابتتي: يا عزيزي؛ لقد مررتُ بكلِّ هذا قبلك.

والكتابة كذلك، طبشورٌ على جوانب الطريق؛ أيُّها المارُّ لقد كنتُ هنا يوماً ما.

١٨ ذو الحجة ٤٢ - ٢٨ يوليو ٢١

١- حتى متى سأكدِّسُ في قلبي علاقاتٍ ميتة، قصصاً مُنتهية، وحيناً إلى أشياء لا يُرجى نوالها؟

التخلية أولاً بأول لأن لكلِّ إنسانٍ سعة، ربما عليَّ أن أومنَ قليلاً بالمبدأ القائل: «دعه يذهب، دعه يمر».

٢- عندي يقين أن حل معظم مشاكلنا مع الدنيا يكمن في إدراكنا أننا لم نأتِ إلى هنا لنسعد، لم نُخبَّر عند قدومنا أننا خارجين في نزهة حتى نُصاب بخيبة الأمل.

ربما لو توقّفنا عن اللهاث المحموم خلف السعادة، لو كفّنا عن اعتقادِ أننا نستحق حياة أسعد وأجمل، لو نظرنا لما بين أيدينا كأنعمٍ لا كمُستحقّات، ولو لم نحرص بشدة على نوالِ كلِّ ما نشتهي، ربما ساعتها تكون الدنيا أخفّ وطأةً ويكون تعبها أكثر احتمالاً، ونعبرُ سالمين إلى دار الراحة والسعادة.

من أجمل ما قرأت اليوم هذا التعليق على منشورِ أحدهم وردَّ الكاتبِ عليه، رغم بعض الاستدراكاتِ عليه:

- يا ليت كل أحلامي تتحقّق.

- وفي الجنّة وش بتسوي؟

مكتبة

t.me/soramnqraa

١٩ ذو الحجة ٤٢ - ٢٩ يوليو ٢١

تشمُّ رائحة احتراق، تتفقد موقد الطبخ ومقبس الغاز وتنظرُ من كل الشبابيك، لا تجدُ شيئاً، تبدأ بالاختناق لتكتشف أن أحداً كنت تُسكنه قلبك حزم أمتعته وأشعل النار وغادر.

آه أيها الغبي، هذا ما سيحدث بالطبع عندما تُسكنُ الناسَ أفضلَ أماكنك على الإطلاق دون أن تتقاضى التأمين.

٢- ضوء ناعم يتسلل من ستارِ النافذة مع زقزقة العصافير، كتابٌ جيّد أضعُ علامةً عند صفحة كانت تثير حماسي فيه قبل

النوم، شايٌّ على الرفِّ وإمكانيةُ فطور سعيد، ماذا أحتاجُ أكثر من هذا ليكون صباحَ الخير؟

٢٠ ذو الحجة ٤٢ - ٣٠ يوليو ٢١

١- زخم أخبار الزواج ودعوات حضور الأفراح مما يسرُّ النفس ويشرح القلب الحزين، وتأمل توفيق ربنا الجميل كلَّ هؤلاء إلى كل هؤلاء وأنس كل واحد منهم لآلفه واطمئنانه لرفقته ما بقي من عمره لهوٌ شيءٌ يبعثُ على التسبيح والحمد!

عسى الله أن يبسط بين كل زوجين الرحمة، ويديم بينهما الود، ويعمر بهما بيتَهما الجديد وحياتهما البادئة، ويهبهما من بعضهما وذريتهما قرة أعين.

الحمد لله على توفيقه عباده ورزقه إياهم وإيناس قلوبهم وعدم تركهم فرادى.

٢- أريد صديقاً بوسعه إشعالُ إصبعه عندما تنطفئُ الشمعة التي في قلبي، صديقاً يفهمُنِي عندما أتكلم، يحتملُنِي عندما يطولُ صمتي، ويتراجع دون مكابرةٍ عندما يبدو له أن ما سيفسد بالخلاف لن يمكننا إصلاحه.

٣- فارقٌ بين فهم طبيعة الحياة الدنيا وبين خفض توقعاتنا منها،

بين أن نكون واقعيين وأن نكون مبالين للحط من الواقع وإمكان
 نيل شيء فيه، بين أن نقول «صعب» وأن نقول «خطأ»، الأولى لا
 إشكال لي معها لأنني أعرف أن الأشياء السهلة في هذه الحياة قليلة
 وتصبح كل يوم أقل، مشكلتي مع الثانية.

٤- يوماً بعد يوم يصبح الجو العام خانقاً أكثر، ما يحتّم على
 الإنسان أن يأخذ قسطاً من العزلة حتى لا تنسحق نفسيته تحت هذا
 الكم من الهشاشة النفسية وزخم التعبير عنها في كل مكان، حتى
 الكتب لم تسلم من هذا!





المعلم الأول

صحراء الرمال الذهبية

أدركُ الآن أن السعي اليوميَّ للنجاةِ أصعبُ بكثيرٍ من الاكتئابِ بسببِ عدمِ العثورِ على طريقٍ مختصرةٍ تؤدي إلى نجاةٍ نهائيةٍ، أدركُ أن جلوسي لأبكي كان أسهلَّ من بذلِ هذا الجهدِ النفسيِّ الهائلِ لإزاحةِ البكاءِ جانبًا والانشغالِ بواجباتِ الوقتِ، وأننا في الاستسلامِ نتجنَّبُ المزالِقَ الناعمةَ للذكرياتِ، وآلامَ السقطاتِ المُدوِّيةِ، والشعورَ الخانقَ بالتيه، نجلسُ في مساحتنا الحزينة التي نعرفُها جيدًا، نبكي ونحزنُ نعم، لكننا لا نواجهُ متاعبَ من نوعٍ جديدٍ لا نألفُه.

لكنني رغمَ هذا كلُّه أو منُ بحتميةِ المقاومة، لقد خرجتُ في هذه الطريقِ لأستحقَّ حريتي التي وهبني الله إياها عندَ البلوغِ؛ حريةَ الانعتاقِ من أيِّ أثرٍ سيِّئٍ لحياةٍ ما قبلَ التكليفِ، هذه الحرية التي اكتشفْتُها متأخرةً بعضَ الشيء، واندَهشتُ بها وأحببتُ الله أكثرَ؛ أنا لستُ مُضطرةً للبقاءِ في المكانِ الذي تقودُ إليه كلُّ الأفكارِ والتصوراتِ والتجاربِ التي خبطتني بها البيئةُ المحيطة، هناك احتمالٌ آخرٌ لأن أكونَ شخصًا أفضلَ. لقد خرجتُ في هذه الطريقِ وأنا أعرفُ أنها ليستُ مُعبَّدةً ولا سهلةً، ولم أتصورَ بالطبع أني تستقبلني مفروشةً بالزهور، ولهذا لستُ متذمرةً ولا أشعرُ أنني تورطت، والورطةُ هي الشعور الذي يُحسُّه المرءُ إذا كان يقظًا كفايةً

ليرفض الخروج من طريق دخلها بدافع التعب فقط لا غير، فيُجبر نفسه على السير فيها لأنه يحاول تعويد نفسه على ألا يكون مشاء الطرق المبتورة؛ لو حُسبت المسافات التي مشيها طوال عمره لربما اكتشفوا أنه لفَّ كرة الأرض ثلاث مرات، لكنه لم يكمل طريقًا واحدةً بدأها، وقضى حياته في التقافز بين الطرق دون أن يكون ابن أيّ طريق.

بشعوري ببوار الطرق التي يتركها المُستسلم خلفه ألزِم نفسي ما استطعتُ بألا أترك طريقًا إلى عندما تنغلق في وجهي تمامًا وتستعصي على الفتح، لكنني رغم هذا لا أشعر أنني تورطتُ في هذا التعب الهائل، بل أحمدُ الله في كل خطوة، وأبكي عند الألم وأرفع رأسي إلى السماء فوقي، وأشعرُ بالتعب في عظامي فأقول لنفسي إنني لم أدخل هذه الطريق الصعبة عزلاء ولا بجهدٍ وحدي، كلُّ حبة رمل فيها تحنو على قدمي أيًا كانت حالي، تحملني عندما أسير، وتُخفِّفُ صدمتي عندما أسقط، وتتلقى دموعي عندما أبكي، وتُسبِّحُ الله معي كلما آنستُ سيري بالحمد والتسبيح. لقد أدركتُ أنني دخلتُ هذه الطريق مصحوبةً بكثيرٍ من النعم، وبدأتُ أنظرُ إلى هذه النعم نظرةً جديدةً مختلفةً تمامًا؛ بدأتُ أستخدمها استخدامًا جديدًا تمامًا بأن جعلتُ عذَّها تسليةً لطريقي الطويلة، وترجيةً أوقاتي الصعبة، والتهويدة التي أربتُ بها على قلبي

ليهدأ، ولأول مرة أدركُ بُعدًا جديدًا لنعمة كونِ نعمِ الله لا تُحصى: ﴿وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا﴾^(١)، وهو أنني بذلك أحملُ معي موردًا لا ينضبُ للمساراتِ التي أُدخلُ فيها دماغي وأشغله عن إحراقِ نفسه في الوسواسِ المؤذية والأفكار السامة، وبدلًا من أن يُقحمَنِي معه في لعبته المُدمِّرة لشِدَّ حبلِ الكآبة كل يوم، رحتُ أقحمُه معي في لعبة^(٢) صممتها خصيصًا له، كلما بدأ لعبته استدرجته إلى لعبتي، حتى يندمج تمامًا في عدِّ النعمِ التي يستخلصها من تفصيلٍ بسيطٍ في اليوم، من كلِّ عملٍ صغيرٍ أقومُ به، من أيِّ وجهٍ غريبٍ عابرٍ في الشارعِ أو صوتٍ من بيتِ الجيران، فينغمسُ في هذا النشاطِ الزائدِ فجأةً وينسى لعبته المدمرة المتمثلة في إحراقِ نفسه وإحراقِي معه، فكلُّ نعمةٍ تحوي بداخلها الكثير من النعم، شيء أشبه بدمية ماتريوشكا^(٣)، كلما فتحَ نعمةً وجدَ داخلها نعمةً فأخرى فأخرى، إلى ما لا نهاية!

(١) سورة النحل، الآية ١٨

(٢) وهي لعبةٌ من ناحية النشاط واستمالة العقل إليها، ولكنها ليست كالألعباب من ناحية اللهو والانشغال بما لا ينفع.

(٣) دُمِيّة ماتريوشكا، هي دُمِيّةٌ روسية عبارة عن الكثير من الدمى الخشبية ذات الحجم المُتناقص موضوعةً الواحدة داخلَ الأخرى، بحيثُ كلما فتحَ المرءُ واحدةً وجدَ داخلها واحدةً أخرى، وهكذا.

مثال (١): إذا كنتُ ذاهبةً إلى النوم وبدأ عقلي يُناولني أفكارًا غير سارة، أبدأ على الفور في إقحامه في لعبة النعم.

• نعمة الملك الذي على بلعومي ليمنع دخول شيء لي جولي أثناء النوم	• نعمة الملك الذي على بلعومي ليمنع دخول شيء لي جولي أثناء النوم
• نعمة امتلاك بيت للنوم فيه	
• نعمة الترتب أجور على النوايا، وأن أثاب حتى وأنا نائمة	• نعمة العالمة التي تجعلني أبيت في بيتي بدلًا من النوم على سرير في مشفى
• نعمة امتلاك سرير مريح وعدم الاضطرار للنوم على الأرض	
• نعمة أذكار النوم والشعور بعدها أنني في معية الله وحفظه أثناء نمومي	• نعمة عدم حدوث مصيبة أثناء اليوم تمنعني من النوم
• نعمة امتلاك مسحوق غسيل يكسبها رائحة طيبة تشرخ الصدر	• نعمة امتلاك ملاءة نظيفة يسرني النظر إليها
• نعمة امتلاك مسحوق غسيل يكسبها رائحة طيبة تشرخ الصدر	• نعمة امتلاك مسحوق غسيل يكسبها رائحة طيبة تشرخ الصدر

...

إلى ما لا نهاية، حتى يتشتت عقلي تمامًا عما كان منشغلًا فيه وينغمس في انشغالٍ جديدٍ أنفع وأمتع.

مثال (٢): إذا كان عندي عملٌ ثَقِيلٌ ضمن وظيفتي وعقلي يحاصرني بالعباءة المُشْتَتة وَيُبْغِضُ إليَّ العمل حتى يضيق به صدري ولا أجدُ من نفسي إقبالاً عليه، أجزُّ عقلي إلى التفكير في النعمِ المتمثلة في هذا العمل وهذه الوظيفة.

نعمة وجود شغل يُدرُّ
عليّ دخلاً يسدُّ
احتياجاتي ويسترني
ويقيني الفقرَ ومُدَّ اليدِ

نعمة العافية للجلوس
على المكتب

نعمة امتلاك مكتب
يستوعب كل ما أحتاج
إليه من أدوات

نعمة وجود شيء أحسن
عمله أصلاً

نعمة بيئة العمل المريحة
وغير المؤذية

نعمة امتلاك كرسي مريح
بمسندٍ للظهر وآخرٍ
للقدمين

نعمة وجود صاحب
عملٍ يحتاج إلى المهارة
التي عندي

نعمة اللياقة الذهنية
والكفاءة وامتلاك أفكار
جديدة

نعمة امتلاك حاسوب
يساعدني على إنجاز
شغلي

نعمة إمكانية ترك أثرٍ
طيب من خلال ما أعمل

نعمة الصحة العقلية
والسلامة من الجنون
الذي يمنع من العمل

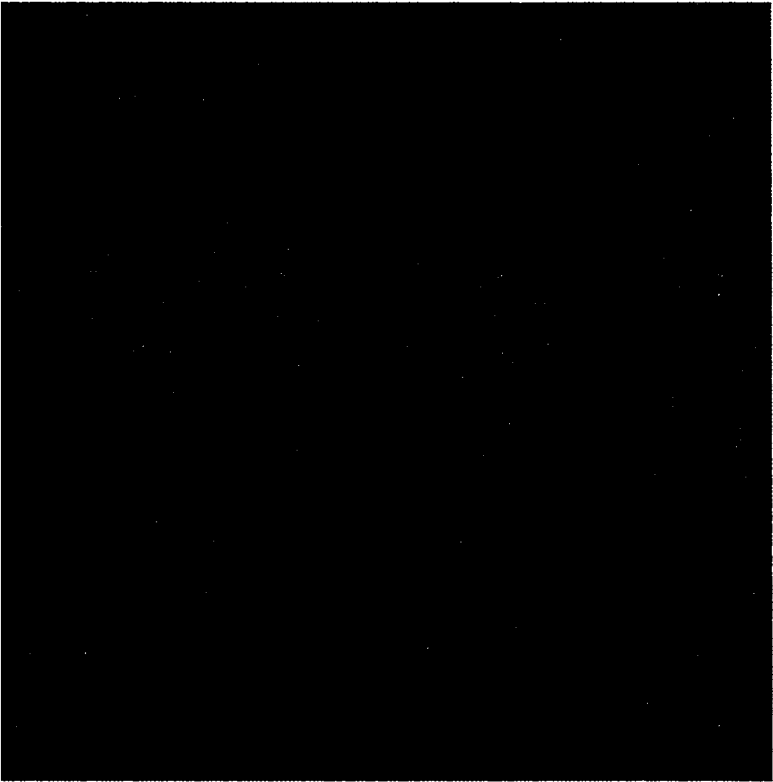
نعمة إمكانية ترك أثرٍ
طيب من خلال ما أعمل

وهكذا حتى يتحوّل الانشغال في حدّ ذاته إلى نعمةٍ لا مصدرٍ
ضغط، فأقبل على عملي بنفسيةٍ تحمّد الله عليه لا نفسيةٍ تتدمرُ منه
وتئنُّ وتشكو.

لا أزعُمُ أن هذا سهلٌ على الدوام، ولكنه بتمرينِ العقل عليه وكثرةِ إلزام النفسِ به يُصبحُ عادةً، وباليقظةِ له واحتسابُ النية فيه تترتبُ عليه المثوبة، حتى يصبح المرءُ ذا عينين جديدتين؛ تنظران إلى كلِّ شيءٍ فتريان فيه جانبَه الأجمَلَ مهما كان فيه من متاعب.

وهكذا؛ إن طريقَ النجاةِ اليومية ليس مأهولاً على الدوام، لكنني أستأنسُ فيه بصحبةِ النعم والتفكيرِ فيها، وأشغلُ عقلي عن وحدتي في الطريقِ بعدَّ هذه النعم واستخلاصِها من كلِّ ما تقعُ عليه العينان، أو تلمسُه اليدان، أو يشعرُ به القلب.





خطوات الأيام -المسافة الثانية-

٢٥ ذو الحجة ٤٢ - ٤ أغسطس ٢١

أُصارع حزنًا مفترسًا كذئبٍ بقوةٍ بالكاد تكفي للوقوف على قدمي، أخرج بجروحٍ غائرةٍ وفوضى، وأبتسمُ وأقول إنني انتصرت. لا أكذب، أو من بأننا نتنصر فعلا عندما تمرُّ علينا الأوقات الثقيلة ونظَّلَ أحياء، عندما لا تُفقدنا ضرباتُ الحياةِ ثقتنا بالذي ابتلانا بها، وعندما نبقي قادرين - رغم كلِّ شيء - على الاعتقاد أننا سنكون بخير.

تنتابني الآن رغبة شديدة في أن أُطلَّ على العالم من أعلى نقطةٍ فيه، وألقي تحية المساء على كلِّ المنتصرين مثلي المُغَطَّين بالندوب والجروح وانعدام الشهية واضطرابات النوم وفوضى الملامح، وأقول لهم: ربما هكذا هي الحياةُ يا رفاق؛ سلسلةٌ من الانتصارات المجروحة التي نتحسَّسُها مُنهكين قبل أن نقوم لنعيد بناء عوالمنا من جديد.

٢٦ ذو الحجة ٤٢ - ٥ أغسطس ٢١

ما زلتُ سجينَ تلك المُحادثة الأخيرة، تبوء كل محاولاتي للتحرر منها بالفشل، أشعرُ الآن أنني بحاجةٌ ماسة لأن أعود إلى تلك اللحظة وأقول: يؤلمك الكلام الذي قلته، ويؤلمني الكلام

الذي لم أقله.

٢٧ ذو الحجة ٤٢ - ٦ أغسطس ٢١

اختلفت اليوم مع إحدى زميلات السكن واحتد النقاش بيننا، لا أتصور كيف يمكن أن يلجأ شخص إلى الاستفزاز عن عمدٍ للانتصار في خلاف، انتهت الحادثة منذ ثلاث ساعات ولم يزل مزاجي سيئاً بسببها ولا أفلح مهما فعلت في الانشغال بأموري.

أعتقد أن الإنسان سيكون أسلم داخلياً وأهدأ بالاً وأوفر طاقةً إذا أدرك أنه ليس مضطراً للانشغال بمن شغلوا أنفسهم باستفزازه، إذا ضنَّ بوقته على الدخول في معارك يجره إليها الآخرون، إذا فهم أن حنق البعض عليه هو شأنهم الذي لا يعنيه طالما لم يُعَاتَبَ قصدَ إبقاء الود.

رُزق حكمةً من انشغل بحاله عن آراء الآخرين فيه ودندنتهم حوله، وطاب من لم يكن خفيفاً ينجرُّ لأي استفزاز وينفعل لكل سخريّة.

٢٩ ذو الحجة ٤٢ - ٨ أغسطس ٢١

الحياة جميلة، أشعرُ بهذا عندما ألمسُ الجمال الذي تزرعه أيادي النساء اللواتي أعرفهن في العالم.

في مكانٍ ما حفظت أختي ابنها آخر ثلاث آياتٍ من سورة العلق، في مكانٍ آخر علّمت صديقتي طفلتها أنها إذا فكرت في الإساءة لزميلتها في الفصل بسبب لون بشرتها فعليها أن تقول ذلك لله أولاً لأنه من خلقها على تلك الصورة، وفي مكالمة هاتفية قالت لي صديقةٌ أخرى: «إنه يعتذرُ لي بانكسارٍ لأنه فقد وظيفته، قلتُ له: يا أبا فلان صوتك في بيتك بالدنيا».

في مكانٍ ما هناك امرأةٌ تُمشي كَفَّها على صدرِ طفلٍ لينام، وأخرى تغسلُ قدمي رجلٍ من مشيٍ طويلٍ وتغسلُ قلبه من تعبٍ اليوم، وثالثةٌ تفكر كيف ستُعلمُ ابنها فضيلةً ما، وامرأةٌ في الشرفة المُقابلة لي تنشرُ غسيلاً زاهياً تفوحُ منه رائحةٌ جميلة.

الحياةُ ليست سهلة، لكنَّ أيادي النساء عليها وقلوبهن فيها تضيف إليها طراوةً وشيئاً من الخفة، لهذا أشعرُ بالامتنان في هذه اللحظة لأنني خلقتُ أنثى.

٣ محرم ٤٣ - ١١ أغسطس ٢١

ما يهوّله الحماسُ له يهوّنه الانغماسُ فيه، وما يزعّمه اللسانُ في الرخاء تختبره المواقفُ في الشدة، والتجربةُ مصفاةُ المُدّعين.

٤ محرم ٤٣ - ١٢ أغسطس ٢١

يوم جيد للغاية، لا أجدُ في وصفٍ حالي فيه أبلغُ من قول الدكتور محمد عبد الله دراز في كتابه «الدين»:

«مزاج من الرضا والتسليم لما وقع، ومن الأمل والرجاء فيما يُتوقع».

٥ محرم ٤٣ - ١٣ أغسطس ٢١

لماذا يصعبُ إلى هذا الحدُّ أن أجد شبيهاً لي في هذا العالم؟ أحياناً أظنُّ أنني موعودةٌ بالأقابل إلا الذين ينافرونني خلقاً وطبعاً وتفكيراً، وأحياناً أفكر في أن مكمّن المشكلة أن هذا الرأس الذي أحمله فوق كتفي ينمو بسرعةٍ أكثر من اللازم، ويتعاضمُ شعوري بالغرابة والوحدة كلما نظرتُ إلى قلبي فلم أجد فيه أحداً رغم كثرة المارين به.

لستُ ممن يُطَيِّرُهُ الشعور الأول فينسج عليه أحلاماً ويبنى تصوراتٍ ويتخيل مواقف، ويبدو لي أحياناً أن هذا هو الخلل، أنا من طائفة النساء الرواسي، النساء اللواتي يُفضّلن الانتظار وهنَّ يُحدّقن ويراقبن الشعور بينما ينمو بتؤدةٍ في الخفاء، وإذا ما ثبتت في قلوبهن المحبة أسررنها في أنفسهن حتى يقضي الله أمراً، وإذا قضى رُشدن الكلام في أمورهن الخاصة لمن لم يكن من خواصهن.

أنتمي للهادئين الذين يسعهم أن يحتفوا بالمحبة دون ضجيج بعيداً عن الأضواء البراقة، الذين إذا أحبوا الناس لم يزينوهم بخطأ وإذا أبغضوهم لم يشينوهم بجور، والذين لا يتذلون شعورهم

الخاص بكثرة عرضه للناس بسبب وبدون حتى يُمسي الناس وقد حفظوا داخل قلب العارض كما يحفظ أحدهم تفاصيل بيته، وإذا سُئلوا عن شعورهم أبلغوا ولم يُفصّلوا، وأعجبوا دون أن يُذيعوا ما يحسن له أن يبقى سرًا بين المعنيين به.

لكن آه! يُخيل إليّ كلما نظرتُ إلى الناس في هذا الزمن ثم ارتدّ نظري إلى نفسي أنني لا أشبههم ولا يُشبهونني، وكلما قرّ هذا الشعور في قلبي قلتُ يا رب؛ ألا يوجد في هذه الدنيا الواسعة الكبيرة إنسانٌ واحدٌ فقط مثلي يريد أن يظل عيشه سرّ بيته ويحبّ ويغضب دون هذا الصخب المجنون؟!

٨ محرم ٤٣ - ١٦ أغسطس ٢١

يا رب؛ وسّع لي صدري عندما يضيق، وهديّ لي قلبي عندما أحمل فيه الخوف كقنبلة موقوتة ولا أدري أين أذهب به، وابسط أمامي الطريق التي ترشدني إليها ولا يبين لي منها إلا موضع قدمي. إنني إنسان، أعجز فأضيق كأني ثقب إبرة، وأخاف فأضطرب وأفسد كل شيء، ويخفي عليّ الطريق فتتجمّد رجلاي وتُسلبان ذاكرة المشي.

أنت خلقتني وعلمت أنك فوق، أنظر نحو السماء وأقول أنك

تراقبُ كل شيء، فلا تتركني أتخبط وحدي وأنتَ الركنُ الوحيد الذي آوي إليه عندما أتعب، والوجهة الوحيدة التي أتذكرها عندما أتوه.

٩ محرم ٤٣ - ١٧ أغسطس ٢١

فتحتُ النافذة لتدخل الشمس حين تُشرق، صليتُ ليبقى الباب بيني وبين الله مفتوحاً، ورتبتُ واجباتي وبدأتها بترتيب الفراش. مرحباً بي في الدنيا، هذا الوقت سأذكرُ به يوم القيامة، أرجو أن أذكرُ به وأنا على خير حال؛ مع أحبابي فرحين بما لاقينا، بالتعب الذي زال والنعيم الذي سنرى ومَن نلقى من الأحبة.

صباح الخير، عسى أن تمرَّ دنيائي بخير وأصل الجنة بسلامة.

١٠ محرم ٤٣ - ١٨ أغسطس ٢١

بكلِّ ما أصاب رأسي في هذه الحياة أقول لنفسي أنني على يقينٍ من أن الله يدبِّر لي خيراً لا يسعني تخيله، ليس لأنني أستحق ولكن لأن ظني به جميل وهو عند ظن عبده به، ولأنني إنسانةٌ تفرحُ بأصغر الأشياء وأكثرها عادية، فأنا راضيةٌ مغتبطةٌ مهما قل حظي، وأعتقد دائماً أن الدنيا جزء قصير من حياتي؛ فلا بأس عليَّ إن فاتني شيء هنا ما دامت هذه ليست النهاية.

لذلك عندما أفكر أن الله سيريني أيامًا سعيدة يطير قلبي، لا لأنني أستحضر ما يمكن أن أسعد به هنا، النعمة هنا فتنة وما خلصت فرحة في الدنيا من شائب، بل لأنني أسمع وعده - تبارك الله من برٍّ جميل - إذ يقول: ﴿فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾^(١)، فأودّ لو قلت لكل حيٍّ أقبله: ألا ترى أيها المحترم؟ ألا ترين يا أختي الجميلة؟ إن الحياة هناك لا يسعنا تخيلها، ربُّنا يخفي لنا ما ستقرُّ به أعيننا، والصابرون على خير.

يا رب يا كبير في عليائك، تدبّر من فوق عرشك أقداري هنا وعندك، في حين أعلق عينيّ بالسمااء وأشرد، أقول لنفسي: سوف أذكر هذا الوقت حتمًا، وسأذكر كم كنت مشتاقة لرؤية الرب الذي أحبيته وتعلّقتُ به، سأذكر مجلسي هذا، وكلماتي هذه، وما فاض به قلبي ولم يُبْنِه لساني.

١١ محرم ٤٣ - ١٩ أغسطس ٢١

أصرّ سيدنا موسى - عليه السلام - على اليقين بمعية الله رغم استحالة الأسباب، البحر أمامه، العدو من خلفه، وأصحابه بالعيون التي ترى بحقائق الواقع قالوا: ﴿إِنَّا لَمَذْكُونَ﴾^(٢)، فقال بإصرارٍ

(١) سورة السجدة، الآية ١٧.

(٢) سورة الشعراء، الآية ٦١.

عجيب: «كلا»، هذه الـ «كلا» نفثي قريبٌ إلى قلبي جدًا، ﴿إِنَّ مَعِيَ رَقِي سَيِّدِينَ﴾^(١).

وكانَ ما حصلَ أنَّ اللهَ أوحى إليه أن يضربَ بعصاه البحرَ ففلقَه له فكانَ كُلُّ فِرْقٍ كالجبلِ العظيمِ، مُعْجِزَةٌ لا مِثْلَ لها ولا سَابِقَةَ بسببٍ غيرِ ممكنٍ بمقاييسِ الأرض: العصا!

وهذا إدهاشُ القديرِ إذا أيقنَ العبدُ بقدرتهِ ومعيتِهِ وآمنَ من قلبِهِ أنه لا يتركُهُ ولا يُسلمُهُ.

أحبُّ أن أفكرَ في يقينِ سيِّدنا موسى، كيف اكتسبه ومن أيِّ شيءٍ كانَ يستمدُّ ثقته، فأذكرُ أن اللهَ كانَ يكلمُّه، وأذكرُهُ عندما «أوجسَ في نفسه خيفةً»^(٢)، أوجسَ فقط، لم يبح ولم يصنع مخاوفه في دعاء، فقال له ربُّنا: «لا تخف؛ إنك أنتَ الأعلى»!

فأجدُ يقينه فيه أمامَ أفطعِ أسبابِ الدنيا وأدعاها للهلكةِ ناتجًا نابعًا من تعويدِ اللهِ إياه على أنه معه، يسمعه ويرى أخفى خفايا نفسه، يعلمُ مخاوفه قبلَ أن يفكرَ في النطقِ بها، لقد كانَ اللهُ معَ سيِّدنا

(١) سورة الشعراء، الآية ٦٢.

(٢) ﴿فَأَوْجَسَ فِي نَفْسِهِ خِيفَةً مُّؤْمِنٍ﴾ (١٧) ﴿فَلَمَّا لَا تَخَفْ إِنَّكَ أَنْتَ الْأَعْلَى﴾ (٦٨) سورة طه،

موسى في كلِّ موقفٍ قبلَها فكيف لا يقولُ الآنَ كلا؟

هذا ما أحسنَ صياغته الشاعرُ حيثُ قال: اللهُ عودُكَ الجميلَ
فقسْ على ما قد مضى.

١٢ محرم ٤٣ - ٢٠ أغسطس ٢١

١- الآن أدركُ أني تمسكتُ دائماً بالطرف الخاطيء، ركضتُ
خلف الأحلام الأقل جمالاً، واعتنيتُ بأشياء زهيدة كما لو كانت
كنوزاً في حين تركتُ أثمنَ أشياءي نهياً للصّوص الأيام وعوامل
التعرية.

أدركُ أن الدمية القماشية التي صنعتها أُمي بيديها الطيبتين
كانت أجمل من كل دمي المتجر القريب التي كنت أحلم بها وأنا
أمسك دمتي، أفهمُ أني سعيْتُ في علاقتي خلف البدايات البرّاقة
فعشيتُ عيناى حتى وصلتُ للنهايات الحزينة، وأنى كنت ساذجةً
حين فضّلتُ المُزخرف على المُريح، واخترتُ المُبهر وتركتُ
الآمن.

لقد أنضجتني خسائري، وهذا أنبلُ ما يمكن لخسائرنّا أن
تفعله.

٢- نتعافى بأشياء بسيطة، جميلة في الوقت ذاته، لكن بساطتها

تلفتُ أنظارنا عنها، لا يخطرُ لنا أن الحلول بهذه البساطة، وأن الدواء بهذا القرب وعدم التكلفة.

ليس الدواء من أننا نحزن ونخسر، هذا لا شفاء منه لأننا في الدنيا، وسياخذ كل حزن وقته وتشغل كلَّ خسارة مكانها في القلب، وحين يتحول كل حزن طازج إلى ندبة سنُصاب من جديد، هكذا الدنيا؛ امتحان.

وإنما هو الدواء من اليأس، من الشعور بانعدام الجدوى وانخفاض القيمة، من تحويل كل خذلان لأسئلة خاطئة تذبح، ومن الاحتفاظ بخيبات الأمل وإعادة تدويرها في قصص جديدة.

أشياء بسيطة تمنحنا الدواء من هذا كله، أشياء ثمينة نُمنحُها دون أن ندفع شيئاً. إننا نتعافى بأحاديث الأخوات، بأحضان الأمهات، بتأكيدات الأصدقاء على أننا ما زلنا نصلح لأشياء كثيرة ربما للتجارب فيها رأي آخر، بآراء الغرباء عن انتصاراتنا الصغيرة، وبرسائل مفاجئة نجدها في أماكن غير متوقعة؛ في أكلةٍ ترسلها أخت، أو مع عامل توصيل الكتب للمنازل.

لقد شفتني هذه الأشياء بلطف الله من أن يتحول قلبي لرماد، من أن يدومَ معي عَرَجِي بعد تجربةٍ هزمني فيها أنني ركضت، ومن أن أسحب كل أخطائي وأخطاء الآخرين وأعزوها لعيبٍ فيّ.

أكسبتني المحبة التي وجدتُها دائماً القدرة على التمييز بين الخطأ الذي أتعلم منه والعيب الذي أعمل على إصلاحه، بين العيب الذي أعترف به في نفسي غير الكاملة وبين العيب الذي لا يعترف به الآخر والذي ليس شيطاناً في نهاية الأمر.

وأكبر درس تعلمته ألا أضع نفسي فوق قدرها بحيث أرى أنني أكبر من أن يصيبني ما أصابني، وألا أحقر الآخر لأنه ظلمني حتى أعلّق في عنقه ذنب جروحي ونزفي، وأن الله حكيم لا يبتليني بما يفوق قدرتي على الاحتمال، لطيف لا يرسل لي اختباراً ثقيلاً إلا ومعه ما سيخفف عني ثقل الوقت وإطباق الغم على القلب.

١٤ محرم ٤٣ - ٢٢ أغسطس ٢١

الأيام المثمرة، الأيام التي لا تُنسى وتلتصق بالذاكرة كأسعد ما عشتُ وأكثره بساطة وزخماً، هي تلك التي تبدأ قبل السادسة صباحاً بعد صلاة الفجر، بفتح النافذة، ترتيب الفراش، خفق قهوة باللبن، والبدء من حيث توقفتُ في الرواية التي أكتبها أو الكتاب الذي أقرأه.

١٥ محرم ٤٣ - ٢٣ أغسطس ٢١

يا رب، صدري ضاق وأنت واسع، أريد أن أكون أخف وأن يصبح داخلي أهذاً، أنزل في قلبي برداً، وأطفئ لي النار التي تحت الرماد.

١٦ محرم ٤٣ - ٢٤ أغسطس ٢١

ليومٍ واحدٍ فقط أريد أن أعود طفلة، أستمعُ بحصتي الرسم وحصّة المكتبة، أرجع من المدرسة بعد الظهر، أساعدُ أُمي في تجهيز الغداء وترويق البيت، أحملُ قطعتي كعك في طبق مُغطى إلى جدتي في الشارع المجاور.

أجلس مع إخوتي أمام التلفاز بعد العصر لمشاهدة الحلقة الجديدة من مسلسلنا المفضل للرسوم المتحركة، أنهي واجبي المدرسي في ساعتين وأتصفح كتاب القراءة حتى آخره رغم أننا في بداية الفصل الدراسي، ألعب الحجلة مع بنات الجيران أمام البيت.

أستجيب لنداء أُمي في الساعة الثامنة لتناول العشاء، أعد حقيبتى المدرسية قبل النوم لليوم الدراسي التالي، وأطبع قبلتين على وجهي والديّ قبل الذهاب للسرير، وأتهامس وأختي بصوتٍ خافت في العتمة حتى لا نسمعنا أُمي نتبادل تخيلاتنا لعوالم البحار وسكان الكواكب الأخرى والمخلوقات العجيبة الأسطورية في القصص، حتى نسقط في النوم دون أن نشعر.

كم كانت أيامًا سعيدة تلك التي كان كل شيء فيها بسيطًا وجميلًا ومثلونا!

١٨ محرم ٤٣ - ٢٦ أغسطس ٢١

١- يضعك ويضع الآخرين في مأزق أن تقيسهم على نفسك، وأن تقارنهم بأصدقاء آخرين يتفاعلون معك بطريقة تعجبك أكثر، وألا تحترم أن لهم شخصيات ليس من البداهة أن توافق احتياجاتك وتوقعاتك.

أنا كما أنا، لست ملكًا ولكن لست شيطانًا، أرغب في أن أكون صديقة تجدين فيها ما يسرُّك، لكن الدنيا ليست بهذا الصفو، أجتهد في أن أحب وأفهم، لكن لا أقبل ألا يُحترم زعلي من كلمة أو أن تتم المزايدة على مشاعري.

الصداقة تبادل التفهم والمراعاة والإعذار، عندما يضع أحد الطرفين نفسه في المركز لا يعود ثمة صداقة، لأن الله لم يخلق إنسانًا ليكون فقط راعيًا لشعور إنسان آخر دون أن يكون لمشاعره فسحة أو لزعله من صاحبه قيمة.

٢- ليلة جمعة لطيفة. تشرح صدري للدنيا نجاحات الأصدقاء الصغيرة، صغيرة ولكن مهمة؛ ما يجعلها كبيرة جدًا.

صديقتي العزيزة «أ» طلبت منها أن تخبرني شيئًا عن نفسها لأخرج من شعورٍ صعب، أخبرتني أنها سعيدة بعيش حالة تنظيفٍ لبيتها هذه الأيام ولأنها أصبحت أكثر هدوءًا مع طفلها وتوطدت

بينهما صداقة.

أشعر بالغربة تجاه عدم شعور بعض صديقاتي كم هن جميلات، إنني في كل مرة أرى صديقتي «أ» تهوّل بين أروقة الكلية أريد أن أعبر لها عن إعجابي بها، بأنها سترجع إلى البيت تطبخ أكلةً أو اثنتين وتلاعب طفلها وتنتظر عودة زوجها من العمل، ولأنها في اليوم التالي ستعود -رغم كل مسؤولياتها للجامعة.

تبهرنني تلك القدرة على فعل العديد من الأشياء في نفس الوقت، على توزيع صديقتي اهتمامها ووقتها، وأعجب بها في كل مرة أرى معها طفلها الصغير، ثم أستغرب كيف تشغلها إخفاقاتها عن رؤية ما تزرعه يدها في العالم من جمال وخضرة.

ليلة جمعة لطيفة لكل امرأة أصبحت انتصاراتها الصغيرة -في أكلةٍ تصنعها بحذق أو عناية بهندام زوج أو ربة على صدر طفل لينام أو دراسة أو عمل - نظاماً يومياً حتى لم تعد ترى كم هي رائعة وتكسب الحياة طعمًا أشهى وأكثر قابلية.

١٩ محرم ٤٣ - ٢٧ أغسطس ٢١

صباح جمعة سعيد جدًا بين دفتي كتاب^(١) جميل للغاية.

(١) كان كتاب (حذيفة بن اليمان) رضي الله عنه، من سلسلة (في ظلال التربية النبوية)، للأستاذ محمد حشمت.

هنا أتعلم فكرةً مهمةً وجميلة؛ أن الإسلام لم يقصد إلى قولبة شخصية الإنسان وتنميطها، وإنما إلى تهذيب جبلة كل فردٍ ليكون نسيجًا فريدًا بصفات تميزه.

الصباحات الجميلة هي صباحات يوم الجمعة عندما تبدأ باكراً، أعد لنفسي كوب شاي، أفتح كتاباً رائعاً، وأتعلم معنى جميلاً يساعدني في رحلةٍ وعيي بنفسي وإصلاح شأنها.

٢٢ محرم ٤٣ - ٣٠ أغسطس ٢١

في تأملي لتعاسة التعيس منا، نحن أبناء آدم المغرورين، أجد أن أكبر أسبابها أننا نفترض استحقاقنا لأشياء بعينها، وفي لحظة صراحة كاملة كهذه أتكلم عن نفسي - أحياناً - كإنسان يزعم، على الأقل أمام نفسه، أنه كعبد لا يستحق على الله شيئاً، فما أعطى فقد تفضّل وما منع فلا يُسأل عما يفعل، لكن هذا إيماننا النظري الذي لا يثبت على محكّ التجربة.

المشكلة أننا نفترض حدّاً أدنى من معطيات الحياة، نقول عنه أنه العادي، أشياء نراها أساسيةً نالها معظم الناس دون كبير مجهود من قبيل النجاح في الدراسة أو الزواج أو الإنجاب أو جودة العلاقة بالأهل، نُثبت هذا الحد الأدنى في الخلفية ثم نقول إننا راضون بكل

ما يفعل الله بنا، ثم ندرك حين تتأخر «أساسياتنا» أو لا تجيء أننا ننظر حولنا ونتساءل عن تلك الأشياء «العادية» التي تحصل للآخرين ولا تريد أن تحصل لنا!

ليس هناك حد أدنى ولا فرض على الله - تعالى الله - أن يعطينا شيئاً أيّ شيء، ولو كانت ستُعطي لنا في هذه الحياة أشياء وتُمنع عنا أشياء فليس حقاً لنا على الله أن نختار ما نريد أن نحصل عليه، الفوات مؤلم بطبيعة الحال، لكن الدنيا امتحان عاجل، وسواءً رضينا أو افترضنا الحد الأدنى للرضا فقد قضى الله ما قضى.

فلأفُق؛ أنا لا أستحق على الله شيئاً، فما أعطى فقد أكرمَ وتفضّل، وما منع فقد حكمَ ولا يُسئل عما يفعل.

٢٣ محرم ٤٣ - ٣١ أغسطس ٢١

انتهيتُ من قراءة كتاب (البط الذي تمنى أن يظل أسود) للدكتور مهاب السعيد، وهو كتاب ملهم وصادق وجميل، من الكتب التي تصبغ الوقت المقضي في قراءتها بسعادة محببة؛ سعادة مبعثها أسباب عديدة؛ إيجاد إجابات لأسئلة قديمة منسية، إجابات أخرى لأسئلة غير منسية نكتشف أن أجوبتها كان أبسط من أن تخطر لنا، الاهتمام للفظٍ صادق يعبر عن معنى كان يصعب علينا

الإمساك به، إثارة أسئلة جديدة من النوع الذي يُبصر ولا يُتعب، والكثير مما لا يتسع المقام لحصره.

كثيرةُ الأسباب التي نحب من أجلها كتابًا ما، معظمها موجود في هذا الكتاب.

٢٤ محرم ٤٣ - ١ سبتمبر ٢١

بينما أقرأ وردي وقفتُ طويلاً عند هذه الآية: ﴿هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ﴾!

اقشعرَّ قلبي وتحرك في داخلي شيء، لأنني بشكلٍ ما أحملُ في روحي حاجةً تُشبه حاجةَ سيدنا زكريا الذي طال به زمنُ احتياجها حتى توقف عن أن يدعو بها. بحثتُ في كتبِ التفسير التي عندي علَّني أجدُ إشارةً لطيفةً أو تفصيلاً للآية يزيدُ من وقعها في نفسي، فوجدتُ أنَّ سيِّدنا ابنُ عبَّاس -رضي الله عنهما- يقول في تفسيرها: «فلما رأى ذلك زكريا -يعني فاكهة الصيف في الشتاء، وفاكهة الشتاء في الصيف- عند مريم قال: إنَّ الذي يأتي بهذا مريم في غير زمانه، قادرٌ أن يرزقني ولداً»..

فدعا ربَّه بالولد -رغمَ شيبته وعقرِ امرأته- بعدما أطمعه جودُ ربِّه من غيرِ حدٍّ وقدرته من غيرِ سببٍ ورزقه مريم!

وإلى الآن لا تجف دموعي وأنا أكرّر قوله، «إن الذي يأتي بهذا مريم في غير زمانه، قادرٌ أن يرزقني ولدًا».

هذا ما يأسرني لقوله تعالى: «فانظرُ إلى آثارِ رحمتِ الله»؛
النعمة على الآخرين مُرغبةٌ في السؤال ومدعاةٌ لعدم اليأس من
انقطاع السبب.

٢٥ محرم ٤٣ - ٢ سبتمبر ٢١

١- انتهيتُ من قراءة رواية من الأدب البرازيلي اسمها (جوج وماجوج) لكاتبة تُدعى باتريسيا ميلو، رواية آسرة وجميلة، تجسيد حقيقي لامتلاك الكتابة الروائية قدرة على وضع القارئ بحسه وعقله في خضم مشاعر وأحداث كثيرة لمعالجة معضلة أخلاقية ما، هذا هو سحر الكتابة الروائية وفائدتها الأجل.

الرواية عن أثر الضوضاء على نفسية الإنسان، وما يمكنها أن تدفعه للقيام به، الضوضاء عندما تكون أسلوب حياة لا حدثًا عابرًا أو ظرفًا مؤقتًا، ويتحول الصمت على حد تعبير ميلو إلى «سلعة كمالية لا يقدر عليها إلا الأغنياء»، في إشارة إلى نمط حياة غير آدمي تعاني منه الطبقة المتوسطة في أي مجتمع، معضلة أخلاقية واجتماعية نحياها جميعا كل يوم وتُخلف فينا مشكلات نفسية

وواقعية بمستويات تتباين من شخص لآخر.

وأنا أتابع كيف ارتكبت الشخصية جريمة قتل في حق الجار في الطابق العلوي؛ لأنه لا يكفُّ عن إحداث الضوضاء التي تستثير أعصابه، تخيلت نفسي أفعل الشيء ذاته مع شريكاتي في السكن، حتى إنني فكرتُ في أن أحكي لهن قصة هذه الرواية باختصار؛ لأخوِّفهن من العواقب الوخيمة التي يُمكن أن يؤدي إليها عدم جدية محاولتهن للحدِّ من ضوضائهن ليلاً على الأقل، لكنني لم أفعل بالطبع؛ لأن من الصعب بعد أن تُخيف أحداً أن تُقنعه أنك لست قاتلاً، ففضلتُ احتمال الضوضاء على مضض.

ستنضم إلى قائمة الكتاب الذين أنتظر جديدهم الكاتبة البرازيلية باتريسيا ميلو، وهذا حدث سعيد للغاية، ما كلُّ يوم يقرأ المرء لكاتب فيضعه على قائمة من ينتظر أعمالهم بشغف.

٢- انتهيتُ كذلك من قراءة الأعمال الكاملة لرياض الصالح الحسين، وهو شاعرٌ كما وصف نفسه: «حارٌّ كالجمرة، بسيط كالماء، واضح كطلقة مسدس»، وجدتُ مصداقَ هذا الوصف في أغلب قصائده، بينما بقية القصائد لم أفهم فيها ماذا أراد أن يقول، إما لأن الشعراء بطبعهم يميلون لجعل القارئ يعيد قراءة الجملة أكثر من مرة دون أن يفهم، أو لأنها محاولة الإنسان الدائبة للإمساك

بمعنى دائم التفلت فيخفق أحياناً كما ينجح أحياناً.

يُغلغل الأدب إلى أعماقي معرفتي بقصة صاحبه؛ لأنني حينها لا أقرأ معنى مبهرًا على ورقةٍ وأمضي، وإنما أتحمس تجربة إنسانية حية، أتمثل الكاتب بين السطور، أتخيله وهو منكبٌ على مكتبه ليخط قصيدة في ساعة ألمٍ جسدي مبرح، ورياض كان تجربته حزينة خُتِمت بالموت في عمر الثامنة والعشرين، ما يجعلني أتساءل: إلى أيِّ مستوى من الجمال كانت ستصل كلماته لو أنه عاش أكثر، جرَّب أكثر، وتعلم أكثر؟

هذه القراءة الثانية لأعماله الكاملة، ولا أظنها ستكون الأخيرة.

٣- طبختُ بازلاء باللحم قبل ساعات، وفي أثناء ذلك أنهيتُ التنظيفَ الدوريَّ للمطبخ وغسل الأطباق -الكثير من الأطباق- وتنظيف الثلاجة، وأشعرُ بالحاجة الملحة لأن أرسل تحية المساء لكل امرأةٍ غسلت أوانيها وأطباقها، ولكل امرأةٍ تغسل الآن، ولكل من ستغسل في وقت لاحق.

هذا ليس سهلاً، ولا كل امرأة تستمتع بوقفة المجلى، عن نفسي يُصيّبني تبلُّل ذراعي بماء الجلي بحكةٍ هستيرية تُتعبني لساعات، كما أن كثرة ما يحتاج الغسل تُصيبُ الظهر بالتصلب

وتؤلمه، لكن الاحتساب وتجديد النيات يُهَوِّن، وتشغيل الدماغ في أشياء جميلة يُمرر الوقت بسهولة ويُنسي التعب.

أحيانًا أحتال على هذه الوقفة بتخيل صحة أحبابي الذين استخدموا الأطباق، أكلوا هنيئًا وعافاهم الله من مرض ينغص عليهم لذة ما أكلوا، ومنحني الله الصحة لأطبخ أكلة شهية لمن أحب في هذه الآنية، هذا شيء رائع، الحمد لله، أدمها نعمة واحفظها من الزوال.

أحيانًا أخرى - تحديدًا عندما أكون وحدي ولا يأكل طعامي أحد معي - أضع سماعتين في أذنيَّ وأطلق لعقلي العنان، ما زلتُ أذكر وقفات المطبخ التي استمعت فيها لكتاب فقه السيرة للغزالي، والأخرى التي أنهيت فيها تفسير د. أحمد عبد المنعم لسورة الكهف، وكل الروايات التي أنهيتها استماعًا في المطبخ؛ أعداد سلسلة سافاري للدكتور أحمد خالد توفيق على وجه الخصوص.

الشُّغل مُتعب لكن في وسع الإنسان أن يُهَوِّن على نفسه الصعب بالصبر والنية، وأن يُجَمِّل لنفسه ما لا يُفَضِّل بخلطه بعمل آخر يحبه، وحسبنا أن الله مُطلعٌ على هذه الوقفة التي يتعب فيها الجذعُ ويُجعَّد فيها الماء أيدينا، وليس بضائع عنده عملٌ ولا ذاهبٌ جهْدٌ سدى دون أجر؛ وعادات أهل اليقظة - كما قال أهل العلم -

عبادات؛ أي: يؤجرون على عاداتهم كما يؤجرون على عباداتهم إذا تيقظوا بحضور النية.

٢٦ محرم ٤٣ - ٣ سبتمبر ٢١

١- وأنا أودّع أخواتي واحدة إثر أخرى من البيت الذي تربينا فيه معاً أشعر بغرابة الحياة وأحاول فهم سننها، إننا نفهم عندما نكون خارج التجربة الحية، لكن عندما نكون في عمقها نقف مرتبكين تماماً وحيارى، والشيء الوحيد الذي يبدو قابلاً للفهم أن الحياة مرورٌ سريع، سنواتٌ عجولة، وتغيرٌ مستمر.

أختي رغداء، الطفلة التي مُشتني ساعاتٍ بالليل أحملها عندما كان عمرها أقل من عامين وظهرت لها سن، ليا ليها الآن في البيت معدودة، أذكرُ نظرتها المتطلعة نحوي وفمها المفتوح تنتظر أن أطعمها، كأن هذا كان بالأمس والله، الآن تحزُم أغراضها من البيت، تقول: سأغادر بعد أيام، هل يُريد أحد شيئاً؟

أنا أريد قلبي الذي عندك يا أختي، ستظلين فيه، لكنني تعبتُ من تقسيم قلبي بين أخواتي اللواتي يغادرن البيت، أفكر طول الوقت هل تعيش أختي الأولى حياة هادئة؟ هل تزعل أختي الثانية؟ وأختي الثالثة هل يعاملها زوجها كما تستحق؟ والآن أنت، أستحضر

وجهك وينشغل بالي؛ أي وجه سترك الدنيا؟

الحياة عناء وكبد، ولا بد أن تأسس بيت يستحق تعب البنات وانتقالهن، هذه سنة الله التي سنّها لعباده، أريد فقط أن يهدأ قلب الإنسان من القلق عندما يكون أختًا كبرى، وأن يخفَّ خوفه لينام، ويطمئن على أخواته ليقضي ليلتهن الأخيرة في البيت دون أن يبكي.

٢- شردت بخيالي فتهيأ لي كما لو كان رسول الله - ﷺ - حيًّا بيننا وكان بيني وبين بيته شارعٌ أقطعه حتى بابَه في دقيقتين، أستأذن عليه فيأذن لي!

لو كان حيًّا بيننا الآن! أريد أن أسأله عن أشياء كثيرة، أن يعلمني دعاءً أدعوه به في حالٍ لي لا ينطلق فيها لساني، أن أطلب منه أن يدعو لي، هناك أشياء كثيرة أريد أن أستشير فيها رسول الله - ﷺ - وأعرف رأيه، أسأله: يا رسول الله؛ هل تراني يأتي مني خير إن أنا صبرتُ عن كذا لأشتغل بكذا أم هي الأمانى كاذبة أمني بها نفسي؟ أفي طريقي هذا بركةٌ أم خير لي أن أعدل عنه إلى غيره؟ هل ترى - وأنت المعلم المربي - أنني أصلح لكذا أم أن صفاتي لا تهينني له؟

تصورت أنه ما زال حيًّا وقد هدأ قلبي بدعائه واستقر عزمي

بمشورته، حتى إنني تخيلت وقد ناداني باسمي وقال لي لا بأس عليك، وأنه قبل مني لحمًا أطبخه الآن فيصير كلما استأذنت عليه يقول: «أدخلوها، هذه بنتٌ تُهدي إلينا»!

لقد تخيلتُ كثيرًا لكن للخيال نهاية، شردتُ وطار قلبي فرحًا ثم بكيت حينما تذكرت؛ لقد مات رسول الله.

٢٧ محرم ٤٣ - ٤ سبتمبر ٢١

١- السادسة صباحًا: الآن يهدأ الركض، سعيدة لأنني أخيرًا نجحت في الهروب إلى غرفتي، ركني الآمن، أغلقتُ الباب، دورتين مُطمئنتين للمفتاح، لاكتشف أنني الآن وحدي مع مخاوفي في غرفةٍ مغلقة.

كم كان يلزمُ كافكا من البؤس ليكتبَ (المسخ)؟ أو دوستوفسكي من المرض والأسئلة ليكتبَ (الجريمة والعقاب)؟ أو ساراماجو من الشعور بفساد الأزمنة وعطب الأماكن ليكتبَ (العمى)؟ أو إيلينا فرانتي من الخوف لتكتبَ عن الاختفاء وانحلال الهوامش؟ أو فيرچينيا وولف من الاكتئاب لتكتبَ (جيوب مثقلة بالحجارة) ثم تعبى جيوبها بالحجارة وتنزل إلى النهر؟

الآن، كم يلزمُني من التخفف من كل هذا حتى أستطيع

الكتابة؟ إن القدرة غير المستخدمة تشبه تعبير چودي آبوت عن وحدتها وصديقتها بدون مرافقين في الحفل: ثلاث ورداتٍ على الجدار.

السادسة وعشر دقائق صباحاً: عندما تُهاتفني ماما تسألني: ماذا تفعلين في حياتك؟ تسأل باستطلاع كما لو كانت تسأل عن طفل صغير تركّ معي لأعتني به، وتساءل بحماسٍ كأنها تعتقد أنني سأصنع من هذه الأمانة شيئاً يسرّها أن تنظر إليه، لكنني عندما تسألني هذا السؤال لا أرى سوى القوة التدميرية الهادئة والبطيئة التي أتعامل بها مع حياتي؛ الطفل الصغير الذي تركّ معي لأعتني به.

السادسة والرّبع صباحاً: أريدُ ألا أكون كهؤلاء. ما زال يتفنن الناس في إذاعة شعورهم بالاحتياج أو بالوقوع في الحب، يقرأ الآخرون ويظهرون الشفقة أو يقدمون التهاني، وأنا أقول لنفسي لا تكوني هكذا؛ مكشوفةٌ للجميع وغير صديقة لأحد.

لا تكوني هكذا؛ محبوسةٌ في شيء فقدته ولا تكفين عن سؤال الناس عنه، إنهم لم يروه ولن يساعدوك في البحث عنه.

لا تكوني هكذا؛ عائشةٌ حياتك كضحية، إذا اخترت أن تنهزمي فأنت المَلومة، وإذا كان اختيارك عدم الانكسار فإن عيشك كضحية كذبٌ مبتذل لا معنى له.

لا تكوني هكذا؛ تصنعين مأساةً لأن أحدًا داس قدمك، الحياةُ ليست حادث سير وقع بالصدفة أو سوء الحظ، كل شيءٍ مقدَّر بعناية، وما يحصل معك والطريقة التي تتصرفين بها إزاء الأمر هما ما يصنع منك ما أنت عليه.

لا تكوني هكذا؛ مشاعرك ليست أغراضًا للفرجة وجمع طوابع الإعجاب والتصفيق من المارة، والحب لا يكتسب مذاقه الشهوي والحريّيف في الصفحات المفتوحة.

السادسة والنصف صباحًا: شايٌّ في كوبٍ شفاف ونافذة مطلة على الشمس وأول ذكرٍ لاقترابي من الثلاثين أمس، الحياة غريبة، وأنا ما زلت أتعلم منها، أتحمسها، أكتشفها، أتذوق ما يحدث لي فيها، وأقف أحيانًا في حيرة من أمري أحاول أن أفهمها وأفهم نفسي.

٢- انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (حذيفة بن اليمان) من سلسلة (في ظلال التربية النبوية) للكاتب محمد حشمت، وكانت القراءة رحلة طويلة مع صحابي جليل لم يزل يدهشني ثراء شخصيته ومواقفه.

ما يميز هذا الكتاب عن سائر كتب السير التي قرأتها هو

معالجته التربوية والنفسية الجميلة لكل موقف من مواقف سيدنا حذيفة ومن تعامل النبي - ﷺ - معه، يقف عند تفاصيل دقيقة ويحللها بطريقة تُعَيِّشك في الجو النفسي للحدث وتُحَبِّك في تأمله، ويضيء لك معاني كثيرة ربما لم تكن لتتبه إليها لو قرأت سيرة حذيفة وآثاره وحدك.

أجمل ما تعلمته من هذا الكتاب هو أن الإسلام لا يهدف إلى تغيير شخصيتي وتنميطها أو وضعها في قالب لاستنساخ شخصية مسلمة موحدة، وإنما يقصد إلى تهذيب طباعي وإرشادي إلى استخدامها فيما يفيدني كفرد ويفيد قضيتي والآخرين، فهو دين مُرَبٍّ لا مُسْتَنَسَخ.

تتعجب هنا أيضًا كيف صبر سيدنا حذيفة - رضي الله عنه - وهو حامل أسرار الفتن من بعد النبي - ﷺ -، كيف استطاع أن يضبط نفسه وألا يبوح بشيء نهاه عن البوح به رسول الله، يسكت والعين ترى ما يحدث حوله، ثم ينطق فتجيء الكلمة أشد إيلامًا من السكوت: «لَتُذَبَحَنَّ ذَبْحَ الْإِبْلِ»!

ثم ما أبلغه وأجمله إذ يُبَكِّتُه بعض المشاركين في فتنة قتل عثمان وهو على فراش الموت فيُعَرِّضُ بهم ويصف موتَه فيقول: «عَبُّ مسرور، وحبيبٌ جاء على فاقة، لا أفلح مَنْ نَدِم، اللهم إني لم

أشارك غادرًا في غدرته، فأعوذ بك اليوم من صاحبِ السوء».

رضي الله عن سيدنا حذيفة وأرضاه، وعلمنا من سيرته وربّانا،
وأدخلنا الجنة مع النبي وصحبه.

٢٨ محرم ٤٣ - ٥ سبتمبر ٢١

١ - وحده الله الكافي، واعتقاد معنى الكفاية في إنسان واحد
يُتعب الاثنين معا.

الحبُّ ليس اختزال علاقاتنا كلها في علاقة واحدة، ليس اكتفاءً
بالحبيب عن كل أحد آخر، وليس خلعًا لكافة روابطنا -ولو على
سبيل المبالغة اللفظية- لأننا نحمسنا لرابطة جديدة.

لن يغنيك حبيبٌ عن كل من تعرف، لأنه لا يوجد إنسان يقدر
على أن يلعب في حياتك الأدوار كلها، وسيخيب أملك وتُرهب
الآخر إذا دخلتَ علاقةً بهذا التصور، لأنه كإنسان يحب أن يتنفس
في مساحاتٍ أخرى، وأنت كإنسان لن تجدَ ما تفعله في أوقات
الغياب الاضطراري.

الإنسان كائن اجتماعي يستطيع أن يحب مع الإبقاء على كل
من كانوا في حياته قبل شخص معين في أماكنهم، أما أن أنتظر مَنْ
أكتفي به عن كل الناس فهذا تفكير جنين لا إنسان ناضج، نحن

نُحِبُّ لنمنح وجودنا بعدًا جديدًا لا لنُقْلَصه.

٢- من المبالغة في تقييم الإنسان نفسه وتمحوره حول ذاته افتراضه أنه يجب على الآخرين أن يجتهدوا لإرضاء توقعاته، أن يتغيروا إذا لزم الأمر.

صديقتي شيماء، إذا كنتِ على الدوام تطالبن الآخرين بأن يكونوا كما تريدين منهم دون أن تحاولي لمرة أن تقبليهم بما هم عليه فأنتِ لا تحبي الآخرين، بل تحبين نفسك وتبحثين لها عن «خدّام عاطفي».

إذا حدث واقتربتِ من شخصٍ ما فانظري جيّدًا وتأملِي، خذي وقتكِ كاملاً، الآن: هذا هو، خُذِيه كما هو مع اعتقاد أنه غير قابل للتعديل أو دعه، إذا كان واسعاً عليك فهذا إنسان؛ لا يوجد خياطٌ ليضبطه على مزاجك.

٣- أشعرُ بالغبطة في البيت كما لو كان في الخارج وحش يجمع أصابع الناس وأنا أغلقُ بابي جيّدًا وأحتفظ بأصابعي، وأمتلك مخزونًا جيدًا من اللحوم والشاي والفواكه لحسن الحظ.

يحتاج إخراجي من البيت إلى أسباب جيدة تقنعني بترك مخبئي ومقابلة الوحش، وهو ما لا يحدث بسهولة. انعزالي الدائم

هذا ليس جيداً، لكنه لذيد، وهذا ما يُصعَّبُ عليَّ التخلي عنه.

٣٠ محرم ٤٣ - ٧ سبتمبر ٢١

١- سأرضى وإن بدا لي ما أَرْضَى به أبعدَ عن أن يُصَيِّرَني إلى خير؛ أعلمُ أن الله على كل شيء قدير وأن الله قد أحاط بكل شيء علماً.

٢- يا رب؛ لستُ أعلمُ من حالي أُنِي من أعبدِ عبادك لك أو أحبُّهم إليك، وأنا إن قلتُ «يا رب» قُلْتُها باستحياء الهين القليل، ولكنني إذا قُلْتُها رَقَّ لها قلبي ودخلني الرجاء، فلا تحرمُني جميل ما عندك بقبيح ما عندي، وإن لم أكن أهلاً لأن ترحمني فانتَ له أهل.

٣- ما يجعلُ المساءَ جميلاً ومليئاً بالغبطةِ أيّما ما كانت حالُ النفسِ أننا نذكُرُ أنفسنا كلَّ مساءً بأننا أمسينا على فطرةِ الإسلام، وعلى كلمةِ الإخلاص، وعلى دينِ نبينا محمدٍ ﷺ، وعلى ملةِ أبينا إبراهيم، حنيفاً مسلماً وما كانَ من المُشركين.

أيّما ما تكنِ البلايا التي نتقلبُ فيها والهموم التي تراوِدُ قلوبنا عن سكنتِها، فإننا نذكُرُ إذ يُسلمُنا النهارُ إلى الليل -محلّ الخلوِّ إلى النفسِ ومعالجةِ ما يعترِها-، وإذ يُسلمُنا الليلُ إلى النهارِ -محلّ

الخروج إلى أقدار الدنيا وبلاياها وأتاعبها-، أننا مهما ابتلينا وفقدنا فلم نزل نملك كثيرًا؛ والإيمانُ والله كثير، ومهما كنا نعاني فإننا لم نزل مُعافين، وفي هذا العالم مَنْ لا يعرف ربًّا ومَنْ يعرف ولا يعرف كيف يعبدُه ومَنْ يعرف ويعرف ولا يعبدُه ولا يُسلمُ له، وهذه نعمة إذا استشعرناها هان كلُّ شيء.

الأذكُرُ ليست مجرد كلماتٍ نتلوها في أوقاتها ونُحرِّكُ بها ألسنتنا، وقديمًا كنتُ لا أرى فيها -عفا الله عني- إلا كلماتٍ يتعبَّدنا الله بها لأنه المستحقُّ للعبادة، ومنذ قريب جدًا، عندما بدأتُ أتدبَّر وأتذوق ما أقول، وجدْتُني والله أمامَ عيادةٍ نفسيةٍ متكاملة -والله المثل الأعلى- لا يفوتها أيُّ شيءٍ مما قد يُكدرُ طمأنينة النفس وقرار القلب دون أن تُعالجَ صاحبه منه، وهذا هو العلاجُ بالمعنى - إن صحَّ التعبير - في أجمل وأعجبِ صورهِ.

الحمدُ لله على هذا الدين الذي لا تنفدُ مواضعُ الجمال فيه، فإنك أينما وجهتَ وجهك في تفاصيله وجدتَ عجبًا وجلالًا وجمالًا. أهذه عبادة أم هذا علاجٌ نفسي!

٣ صفر ٤٣ - ١٠ سبتمبر ٢١

١- يا رب، انزع من رأسي كل الأفكار المخيفة، ومن قلبي كل

المشاعر السيئة، ومن عينيّ كل ما لم تقسم لي به، ومن يديّ كل ما يُصيرني إلى حال لا ترضاها لي.

يا رب؛ أنا راضيةٌ عنك مهما يكن قضاؤك، لكنني أخاف ألا أرضى عن نفسي، ألا أغفر أخطائي، أن تأكلني الحسرة، ويُخيفني ألا تنظر إليّ بعد هذا كله.

٢- أستغفرُ الله؛ من كلّ تسيّحةٍ لم أستحضرُ فيها جلاله وعظمته، ومن كلّ تكبيرةٍ لم أستحضرُ فيها جبروته وقوّته، ومن كلّ استغفارٍ لم يكنْ مشفوعاً بما يكفي من الندم.

٤ صفر ٤٣ - ١١ سبتمبر ٢١

١- يقول محمود العارضة، قائد عملية النفق والذي تم القبض عليه أمس، في كتاب له نُشر عام ٢٠١٤ بعنوان (الرواحل: الواقع والمأمول) جملة عظيمة جداً:

«لن يسألك الله لماذا لم تتصر، أو لماذا لم تنجح، ولكن سيسألك: لماذا لم تعمل؟».

نعم؛ نحن مسؤولون عن السعي لا عن الوصول، عن العمل مهما كانت النتيجة، عن المحاولة لا عن نجاحها، هذا معنى عظيم أفلح من وطن نفسه عليه في حياته وعاش بمقتضاه، وآمن أن الألم

جزء من معادلة العمل في الدنيا، فيألم بما يحصل له فيها دون أن يفك ذلك من عزمته وبأسه.

هل ترين كيف يكون معنى ما نائماً أمامنا طوال الوقت في لفظ حامل حتى إذا ما قاله عاملٌ به دبت فيه الروح وطبع أثراً في القلوب؟ يخطر لي الآن قول الأستاذ سيد قطب - رحمه الله - عن قريب من هذا:

«إن كلماتنا تظل عرائس من الشمع، حتى إذا متنا في سبيلها دبت فيها الروح وكُتبت لها الحياة».

رضي الله عن العاملين الذين لا تأسرهم النتيجة، والساعين وإن بدا لهم أن الوصول مستحيل، والحافرين بأظافرهم ولا يعلمون إلى أين سينتهي بهم النفق.

٢- يا رب؛ إنني لا أفلح في التخلص من شعوري بالغرابة كلما نظرتُ حولي، أنا غريبةٌ هنا والغريبُ حائرٌ لا يعرفُ ما يفعل ليعيش في المكان الذي يستغربه.

يا رب؛ الأشياء في يديّ سريعةُ العطب، المعنى في رأسي دائمٌ التفكُّت، والصبرُ في قلبي مُتعبٌ وكسير، إنني أركضُ دائماً للحاق بكل الأشياء، وحين أنظرُ إلى قدمي أرى أنني راوحتُ طوال الوقتِ

في ذراع واحد.

يا رب؛ أنتَ أرسلتني إلى هذه الدنيا وأنا لا حيلة لي، لا تركني وحدي للحيرة، للشعور بالغربة، وللعجز عن عيش الحياة خارج قلبي ورأسي. أنتَ خلقتني وأنتَ تولّ أمري، علّمني لأنني لا أعرفُ كيف يعيش المرء خارج نفسه.

٥ صفر ٤٣ - ١٢ سبتمبر ٢١

الهمُّ أنبلُ من البلادة، والتعبُ أشرفُ من الدعة، والإيمان حركةٌ والمتحركُ يسقط ويقوم.

البليد لا يحزن، والكسولُ لا يتعب، ووحده الساكنُ لا يتعثر.

٦ صفر ٤٣ - ١٣ سبتمبر ٢١

لم يكن بالإمكان أفضل مما كان، وأنتَ كشخصٍ مرَّ بكلِّ تلك الحوادث كان مُحتملاً ألا تخرجي منها بشيءٍ واحدٍ باقٍ، وكان مُحتملاً أن تخرجي منها بالقفزِ من الطابقِ الثامن أو شنقِ نفسك، لكنَّ الذي قدَّرَ لطف، وخرجتِ منها، نعم بالكثيرِ من الكسورِ وقلبٍ ملفوفٍ بالقطنِ والشاش، ولكن بإيمانك؛ أثنى ما فيك وخليَّتِكَ القادرة على التضاعف وإعادة البناء، بشعورك الذي صيرته المِحْنُ أعمقَ بأتك موضعَ نظري وتحتَ عناية.

كتابٌ جيّدٌ وفنجانٌ شايٍ طريقةٌ جيدةٌ لاستقبال الليل؛ تجلسين في الشرفةِ والمدينةُ تمتدُّ أمامك، تخفقين حماسًا هادئًا وطمأنينةً بمظاهر الحياة البسيطة، كنتِ أينَ وأنتِ الآنَ أينَ، تقضين ذكرى جراحك بامتنانٍ المماثلِ للشفاءِ لا هلعٍ الذي شافَ الموت، فلتكن هذه طريقتكِ للشكرِ واختلاقِ أسبابِ المسرّة.

٧ صفر ٤٣ - ١٤ سبتمبر ٢١

١- يا رب؛ لم تعد أسبابي تُفضي بي إلى شيء، ولكنني آخذ بها حتى لا تطلع مني على بطاليةٍ أو دعة، وحتى أستطيع أن أقول «يا رب» دون أن يتساقط وجهي.

٢- سبحانه ما قدرتك حقَّ قدرك، حوّلت العصا لموسى، وألنت الحديدَ لداؤود، وأنا كلما نظرتُ لقلبي قلتُ أنني ينبتُ في هذا أنسٍ أو يستقر على حال!

لا حول ولا قوة إلا بك، لا أعرف نفسي وأنتَ تعرفني، لا أريدُ إلا أن أهدأ، وأن أتجذّر أينما أردتَ لي، أن تكف في رأسي الأسئلة، وأن ينزاح من قلبي كل هذا التعب.

يصعبُ عليّ هذا، لكنه لا يصعبُ عليك، كلُّ شيء عليك هين، وكلُّ نقصٍ عندك جبرُهُ، عليمٌ بالحال غنيٌّ عن السؤال، لكن العبد

يواصي نفسه بالنجوى والمسألة، وبعلمه أنك تسمعه دون أن تملّ.

٨ صفر ٤٣ - ١٥ سبتمبر ٢١

١ - الحمد لله؛ على كل نعمةٍ أنعم بها على أحدٍ حولي، فرأيتها عليه فعاينت آثار رحمة الله فأحبيته أكثر وصحا في قلبي رجاءه من غفوة.

سبحان من يُعطي ويُجزل، ويُدبّر أمر كل هؤلاء ولا يشغله واحد منهم عن واحد، تسعنا جميعا عنايته جميعا حتى تقول مندهشًا: إنه يُصرّف شؤوني في أدق تفاصيل حياتي حتى لأظن من دقة العناية أنه ربي وحدي، ثم أرى آثار عنايته على من حولي وحديثهم عنه، التماع أعينهم في الرجاء وتعلقهم به في الخوف وضحكهم المندesh في الفرح فأقول لنفسي: إنه يدبّر شؤون عبده هذا كما لو كان ربّه وحده!

لا تشغله مسألة عن مسألة، ولا يُنسيه دعاءٌ دعاءً، ولا يضيع رجاءٌ رفع له بأكف مبسوطةٍ وقلب يتضرع، نعمته على غيرك أثرٌ ودلالة وباعثٌ دمع من فرح.

٢ - كثر خيرُ الله وطاب، الليلة حفلُ حناء أختي، الجميلة ستبدأ حياةً جديدة في بيتٍ آخر.

الليلة آخر لياليها في بيتنا، أكادُ أسمع صوت جدتي جانب أذني تهرج: «الأسمر هواه في هوانا، سيَّب بلاده وإيجانا»، وأخواتي الأخريات يُصفقن ويردّدن خلفها، وأمي تُغالبُ الدموع وتنشغل بالنسوة المدعوات جيئةً وذهابًا.

في بيتنا الليلة حدث جلل؛ توديعُ بنتٍ وُلدت ونمت وتربّت بين تلك الجدران، هي آخرُ أخواتي البالغات القادرات على الخدمة، ومنذ خطبت تطمئنُ أُمي أنها ستزورها كل أسبوعٍ لتغسل وتكنس وتنظف، وأُمي لا تُصدّقُ إلا أن التي تتزوج يخطفها منها الزوج والمسؤولية، وتقول: سنة الله، المهم أن يُسعدن ويُفلحن في بيوتهن.

وأعرفُ عندما تقول ذلك شعورها جيدًا، شعورَ امرأةٍ استثمرت أيامها في الزرع ثم انتقلت شجيراتها إلى حدائق أخرى، واليوم تجلسُ مُتعبةً بعد نهاية المشوار، تُقلِّبُ يديها كأنها دفعت آخر ما كان فيهما وتبتسم، وتنظرُ إلى ابنتها العروس وتدمع فرحًا وخوفًا.

ليت كلَّ رجل يأخذ بنتًا من بيت أهلها يُعامل الله فيها، ويذكر دائما أنها استثمار أبٍ وأم، ثمرة جهدهما الشاق وخلاصة أيامهما الشاقة والسعيدة، وأن عمار بيته كلّف فراغ بيت آخر، وأنسه بالصحبة كان بوحشة أبوين كبيرين كانا يتوكّان على ابنةٍ مُساعدةٍ وشفوقة، فيكرّمها إكرامًا لهما ويحبّها إن لم يكن لنفسِها فلتعبِ

أهلها فيها وأنها تركت وراءها من أحبَّها وذهبت معه.

٩ صفر ٤٣ - ١٦ سبتمبر ٢١

١- قوتٌ في الثلاجة، عافيةٌ في البدن، بابٌ مُغلق وسقف،
وقلبٌ يعرفُ أن الله ربّه. حيزت لك الدنيا.

يا رب؛ اجعل عيني على ما أنعمت به عليّ، ولا تجعلني
جحودًا أقلبُ في فضلك وأقول «لم أوتَ هذا ولم أوتَ ذاك»،
واجعل رضاي بما في قلبي لا بما في يدي، وألهمني ذكرَكَ في نفسي
واذكرني في نفسك.

٢- يا رب يا كبير في عليائك، الحياةُ تتغير والأيامُ لا تقف، وأنا
لا أواكبُ هذا الجريان وأفاجأ به عند كل حدث كبيرٍ حولي، لا
أضبطُ مواقيت عمري على مراحل الآخرين، وأتعجب كيف أنني
حين أشرُدُ لحظةً في تأمل السماء وأنسى من أنا تدورُ الأرض
دوراتٍ بأكملها؛ يكبر الصغار ويصبحون آباءً وأمّهات، يسافر
الأصدقاء ويتغيرون، يضع الزمن لمسته على شكل الأماكن، وحين
أخفضُ عيني من السماء وأنظرُ في الأرض لا أرى شيئاً أعرفه إلا
موضع قدمي.

أنا لا أفهم الدنيا وتتغيرُ عليّ الأيام فلا أتعرف إليها، حتى

ملا محي تفاجئني من وقت لآخر، لكن هناك شيئاً وحيداً ما ضاع مني قط، وهو شعوري بالصلة التي بيني وبينك، وأنني حين تذكرني الدنيا يصبح قلبي ثقب إبرة، وحين أذكرك ينطوي على هذي السماء الرحبة فأضع يدي على صدري وأطمئن.

٣- أقرأ الليلة في كتابٍ للسيرة النبوية فتأسرني أخلاق النبي صلوات ربنا وسلامه عليه، وأشعرُ بفرحةٍ عارمةٍ تغشى قلبي بعدما قرأتُ حدثاً بعينه، وهو أن رجلاً بسيطاً أهده - ﷺ - يوماً فخذَ أرنبٍ فهشَّ له وأبدى فرحاً لهديته، وصارَ كلما لقيه قال: «هذا رجلٌ أهدي إلينا»!

ما أعظمَ نبياً لا ينسى لرجلٍ بسيطٍ أنه أهده يوماً ربعَ أرنب، وما أشدَّ ما أحبُّ هذا النبيَّ النبيلَ رفيعَ الخلقِ فدته نفسه!

علّمني تصرّف رسول الله - ﷺ - هنا أن أحتفي بأيّ هديةٍ مهما كانت صغيرةً أو زهيدة الثمن؛ فإنّها دلالةٌ على وقوعي موقعاً في قلبٍ مُهديها، وعلّمني صاحبُ فخذِ الأرنب - رضي الله عنه - ألا أستحيي أن أهدي شيئاً بسيطاً أعبر به عن حبي.

٤- ليلةٌ جمعة سعيدة، كالعادة فرصةٌ مواتيةٌ لجعل الأمور أفضل، يرى الله أني أفرحُ بيومه الجميل هذا كهديةٍ وأستقبلُ ليلته

كسببٍ جديدٍ للمسرة.

أرتّب الغرفة كما لو كنتُ أرتّب الأشياء في قلبي، أكنسُها وأكنسُ معها مشاعري السيئة، أمسحُها بماءٍ مُعطرٍ كما لو كنتُ أُمسحُ أُملي، أبدّلُ ملاءة السرير بأخرى نظيفةً وأقول: هذه بدايةٌ جديدةٌ للأشياء التي أخفقتُ فيها.

ليلة جمعة جميلة، بقلبٍ واسعٍ كغرفةٍ نُظّفت للتوّ وأُشرعتْ نوافذها على السماء الرحبة، وربُّنا لطيف.

١٠ صفر ٤٣ - ١٧ سبتمبر ٢١

١- يا رب؛ أنا عبدك الذي أعينته الحيلُ وتعطلت بين يديه الوسائل، وأنتَ الله الذي لا يمنعُ عطاءكَ انعدامُ الحيلة ولا عجزُ الوسيلة، فاكتب عاقبتِي بقدرتك لا بجهدِي الهزيل، واكتب وصولِي بكرمك لا بسيري الأعرج، واكتب رضايَ بابتغائي وجهك لا بخطواتي المكسورة.

يا رب؛ أريدُ أن أركض في هذي الطريق، ولكن كأن قدمي ضَبَّتَا في قالبٍ من الإسمنت، أريدُ أن أريك من نفسي خيرا، ولكني لا يصلح شيءٌ في يدي، وأريدُ ألا أضعف وتُظلم الدنيا في عينيَّ عندما أسقط، ولكن الصبر في قلبي مُتعبٌ وخسائري تتكالب عليَّ.

أنت الله الكبير الواسع، وأنا واحدة من عبادك المساكين، لا
تُعْجِزُكَ مسألة ولا يُنْقِصُ خزائنك عطاء.

أعرفُ أنك تراني وتسمعني وأشعرُ بك في قلبي، أريدُ أن أرى
أثر رحمتك على نفسي وحالي ومسألتي.

٢- سأذكرُ هذا كلَّه عندما ينقضي وأضحك، الآن يضيقُ قلبي
لكن وقتها سأقول فرحةً قول أهل الجنة في الجنة: «إنا كنا قبل...
فمنَّ الله علينا».

أعرف تلك الحال، أعرفها جيداً، عندما أتهاوى وألصق جبهتي
بالأرض وأقول «يا رب» ثم يُلجِمُنِي البكاء المرير، ويُمسِكُ لساني
أني من كثرة ما أنا واجدةٌ ومن قلة ما أفهم حالي لا أستطيعُ أن أبسطَ
شكواي، لا تُسَعِّفُنِي حصيلتي من اللغة، فأبكي أكثر كأني أفتحُ
جروحي كلها دفعةً واحدةً أمامه، ثم لا أشعر بنقصٍ أني لم أتكلم،
أرى أنني دعوتُ عندما بكيت، قلتُ «يا رب» وهو عليمٌ بما خلفها.

سأذكر هذه الحال يوماً ما وأقول كما قال أهل الجنة: «إنا كنا
من قبل ندعوه إنه هو البرُّ الرحيم»، أقولها وأنت أذكرُ ضعفي
وانهيارِي ومسكنتي وبكائي حتى انفطر قلبي، أقول «إنه هو البرُّ
الرحيم» وأنا أرى تلك اللحظة عندما قلتُ «يا رب» دون أن أفصح

أو أبسط شكوى، سينقضي هذا كله.

١١ صفر ٤٣ - ١٨ سبتمبر ٢١

١- وصلتُ في الورد قول الله تعالى: ﴿وَلَقَدْ صَدَقَ عَلَيْهِمْ إِبْلِيسُ ظَنَّهُ﴾، فانخلع قلبي!

كلمة مؤلمة وحزينة، تخيلي أن ينظر إليك الشيطان ويقول هذه ستطيعني، هذه ستستجيب لوسوستي، هذه سأنجح أن أدخل كذا في قلبها، ثم يصدق ظنه فيك!

آية مؤلمة والله؛ كم عرفك الشيطانُ وخبرك حتى يصدق فيك ظنه!

٢- في لحظات بعينها أمسك نفسي بالكاد عن أن أكلم من أعرف ومن لا أعرف، لأقول أشياء من قبيل أن الله جميل، وأنا سنرتاح عندما نذهب إليه، وأن المحن تطول وتطول ثم تنتهي، والوقت يثقل ويُطبق على الصدر ثم يخف، وأن الله لا بد يرانا، ينظر إلينا هنا والآن ولا يخفى عليه ما نجد.

وأعرف جيدًا أنني لا أقول هذا إلا لأسمعه ولو من نفسي. هناك أوقات لا يكفي فيها أن أعتقد بهذا كله أو أن أحمله في قلبي، أحتاج أن أتصبرَ بسماعه، فأقوله حتى أسمعه وأنا أقوله، وأكتبه

حتى أقرأه مرةً واثنين وعشراً، هذه القسّة التي تبدو لي وأنت
أُصارع الموج وقد أعتمتُ أمامي الحلول.

٣- «قالت: أنّى!

قال: كذلك قال ربُّك هو عليّ هيّن».

السؤال الأكثر بدهيّة بالنظر لأسباب الدنيا المحدودة،
والإجابة الأكثر بدهيّة بالنظر للمُجيب والذي قدّر المسؤول عنه.
قد تكون صعبة حسب أسباب الدنيا التي لها حد تقف عنده،
لكن قدرة الله لا يقف أمامها حد ولا يُعجزُها شيء.

١٢ صفر ٤٣ - ١٩ سبتمبر ٢١

أعرف الله من أفعاله معي، تخبرني استجابته لدعائي الخائف أنه
يراقبني ويعلم أدق خلجاتي، وتُعلّمني تلك الاستجابات التي تأتي
على دعاءٍ لم أعرف كيف أصوغه أنه قريبٌ جدًّا مني، يعلم ما بي
حين لا أفهم نفسي، خبيرٌ بما يعتريني عندما لا تُسعفني اللغة.

أصلُ أحيانًا من شعوري بمعيتّه أني أقول: لم يبقَ فيما بيني وبينه
إلا أن أراه بعيني، أما عقلي فقد صدّق وآمن، وأما قلبي فقد أحسَّ
ورأى.

١٣ صفر ٤٣ - ٢٠ سبتمبر ٢١

١- يارب؛ اجعلْ باطني نورا، وظاهري سرورا، ولا تُقَلِّبْ قلبي على ما لا يُطِيق، وألهمني رُشدي فلا أنغمسُ في طُرُقِ الحياةِ إلا في أصلحها حالًا وأجملها مآلا.

٢- سلواي المفضلة ضرب المواعيد لنفسي في الأوقات العصبية، أركّزُ في اللحظةِ الجاثمة وأقول: بعد كذا أو كذا سأتذكرُ هذه اللحظة وسيكون كل هذا ساعتها قد زال. وفي الوقتِ الذي ضربته أتذكرُ اللحظة.

كأنني أرمي كرةً من الوقتِ الصعبِ وأركضُ لأتلقفها من الوقتِ الرحيب، هذه حيلتي لأضخَّ شيئًا من القوة في قلبي وأقول له: يدك معي حتى نمّرر هذا الوقت بخير.

هل يدرك أحد سعادة أن تنجح في تناول كرة رميتها أنت بنفسك من مكانٍ بعيدٍ جدًا؟ اللحظة التي تلمسُ فيها يدك ساحرةً وأسرة!

٣- نحن أسرى السكينة التي تزرعها في قلوبنا أصوات الأمهات في الهاتف، دعاؤهن الضارع بالتوفيق والهداية، وسؤالهن المُهتَمّ ماذا أكلت اليوم وماذا ستطبخ غدا.

من رحمة الله وجميل تدبيره لخلقه أن جعلَ لهم أمهات، لأننا نتعاطى حنانهن عن احتياجٍ لا عن رفاهية، ولأننا نحتاج هذه الثقة التي يكتسبها الإنسان من شعوره أن شخصًا ما يحبُّه ويختاره في كل مرة.

١٦ صفر ٤٣ - ٢٣ سبتمبر ٢١

الألم مخيفٌ قبل أن يحدثَ منه بعد أن يقع، في كلِّ المراتِ التي عرفتُ فيها أنني سأتعرَّض لألم جسديَّ ما - من الإبرة فصاعدًا - حملتُ الهم، ثم بعد أن أتعرض له يحدث هكذا بالضبط: إنني أتألم، لكنني سعيدةٌ للغاية أن الألم ليس أكبر من هذا.

نفس الشيء في آلام من أحب؛ أخاف أن تمس أحبابي شوكة، وعندما يتعرضون لما يوجعهم يثقل هذا على قلبي، في حين أنني لو مستني نفس الشوكة لفرحتُ أنها لم تكن أكثر إيلاَمًا، لماذا؟ لأنك كإنسان تحتمل أن يتألم جسدك، لكن لا تستطيع احتمال تألم قلبك بروية أصغر بادرة ألم على ملامح من تحب، تستطيع التحايل على ألمك، لكن لا تستطيع التحايل على ألم في جسد حبيبك، وبكل محبته في قلبك لا تملك أن تدفع عنه.

أقول صادقة: يا رب؛ لا تُرني ألماً على وجوه من أحب، وإذا قضيت لهم نصيباً منه فاجعله لي، وإن تُعافنا جميعاً فهو أحبُّ إلينا وأنتَ أهلُّ له.

١٧ صفر ٤٣ - ٢٤ سبتمبر ٢١

١ - مرحباً بالخريف، بالنسمة الرقيقة، الجو المنعش، والشمس المترققة وضوئها الجميل.

هذا الجو مناسبٌ لخبز كعكةٍ وإجراء حديث مع الأصدقاء، أقول فيه أن كلَّ شيءٍ في طريقه لأن يكون على ما يُرام؛ فأكتافُ الآباء المتهذلة لها راحة، وأيدي الأمهات المُتعبات تشعر بالمحبة، وكلُّ ذي حلم جميل يسعى له عقبى جميلةٌ بغير أسباب الدنيا، والنظر في وجوه الأطفال يُثبت في القلب المسرّة.

الحمد لله على نعمة الجو الحسن، وعلى قدرة القلوب أن تُسرَّ به، وعلى الأرزاق في البيوت لنظّم أهلها حول مائدة شهية.

١٨ صفر ٤٣ - ٢٥ سبتمبر ٢١

في اعتقادي أن معظم شقاء الناس - خاصةً من هذا الجيل - أنهم ينشغلون كثيراً بالسعادة، هناك من يختزلونها في مأمولٍ يُحبطون بعدم حصوله وتفقد الدنيا معناها بفقدانه، ومن يحصرونها في تغير

واقعٍ صعبٍ فلا يسعدون ما دام قائما، والأشقى من هؤلاء وأولئك هم الذين لا يعرفون ما السعادة أصلا، ولعل منشأ علتهم عدم معرفتهم ما يريدون في دنياهم.

إن كان من شيءٍ أستطيعُ أن أقوله لتحصيل السعادة فهو: لا تشغل نفسك بها. تقرب إلى الله وانشغل بما ينفعك، املا أوقاتك بما يستغرق عقلك وقلبك حتى لا تدع ثغرة، انظر في كلِّ متاح لك كنعمةٍ لا كحق، عندها ستفرح بالحياة العادية كل يوم وستدهشك التفاصيل، إذا نجحت في كل هذا ستسكن، ربما لا تحصل لك سعاداتٌ كبيرة، لكنك سترضى وسيهدأ قلبك.

عُدَّ ما لديك كل يومٍ ولا تنتظر شيئا بعينه، تخفف من توقعاتك ودع الحياة تفاجئك قليلا.

١٩ صفر ٤٣ - ٢٦ سبتمبر ٢١

أعوذ بك من حماسةٍ بلا عمل، وطبعٍ ملول، وخلودٍ إلى الدعة، ونقصٍ مع قدرةٍ على التمام، وأن تكون عزيمتي جذوةً فصاحة ثم تنطفئ قبل أن تُسفر عن شيء.

٢٣ صفر ٤٣ - ٣٠ سبتمبر ٢١

ليلة الجمعة الجميلة. أعتقد أننا لا ننجو بالتغيرات الكبيرة

والجذرية ولا بالإنقاذ المفاجئ فقط، وإنما أيضًا بقدرتنا على أن
نقول لأنفسنا «سنكون بخير» في أشد لحظاتها ألمًا، بقدرتنا على أن
نفعل أشياء بسيطة فنشعر أننا أحسن، وعلى أن نحتفي بقدوم يوم
الجمعة كعيد.





المعلم الثاني

خيمة المتأمل المُنفرد بنفسه

في صحراء طريق النجاة ينتظرُ المسافرُ أن يلوحَ له معلّم، أن يظهرَ في طريقه رفيق، أن تُرسلَ له علامةٌ تُنبئُه أنه على الطريق الصحيحة، وحينَ يوشكُ أن ييأسَ تظهرُ له في الأفق نقطةٌ سوداء على الأرض.

يحثُّ الخطى نحوها ويستبشرُ بعد رمالِ الصحراءِ بأولِ المعالم، وحينَ يصلُ إليها يجدها خيمة، يقفُ أمامَ بابها ويُنادي: يا أهلَ الخيمة! يا معالمَ الطريق! يا إرشادَ التائه الحيران!

لا يتلقى ردًّا فيقلق، ويقررُ بعدَ النداءِ الكثيرة أن يدخلَ ويكتشفَ الأمرَ بنفسه، ويُفاجأ حينَ يدخلُ بأن الخيمةَ خالية، نظيفةٌ ومُرتبة ولكنها خالية!

يقولُ لنفسه إن هذه ليست علامةَ خير؛ فأن ييحثَّ في الصحراءِ عن معلّم وعلامةٍ عله يجدُ هناك رفيقًا وصاحبَ رحلة، ثم يجدُ خيمةً خالية، فهذا يعني أنه سيموتُ وحيدًا في هذه الطريقِ المُقفرة الصعبة، كما ماتَ صاحبُ هذه الخيمة، ولا بد أنه قضى سنين طويلةً فيها وحده حتى أكلته وحدته!

يغزوه غمٌ وكربٌ حينما يستقرُّ في قلبه هذا الخاطر، يجلسُ

ليرتاح من وعشاء الطريق وعقله شغَّالٌ في تفريخِ الهموم، ويغفو من تعبِه فيسمعُ هاتفًا يهتفُ به: قم؛ أنتَ صاحبُ الخيمة.

يردُّ عليه بوجل: لكنها ليست لي!

فيُصرُّ الهاتف: بل هي لك، انظرْ فوقك!

فينظرُ فوقه فيجدُ طاقةً في سقفِها تنفتحُ على سماءٍ مرصعةٍ بالنجوم والكواكب السيَّارة.

يسأله الهاتف: ماذا ترى؟

فيُجيبُ مدهوشًا مخلوبَ اللَّبِّ والنظرة: سماءٌ واسعة!

فيصح له الهاتف: هذه نفسك!

فيخطر له أنه الشيطان يتلاعبُ به، لكن الهاتف يبددُ شكوكه حين يقول له: نظرك في نفسك وأحوالها كنظرُك في هذه السماء؛ لا يرجعُ إليك بصرك خاليًا من فكرةٍ تتدبرُ فيها أو شعورٍ تقطعُ به رأسَ الحزن، وإذا كنت دخلتَ هذه الطريقَ لتُصلحَ نفسك فكيف ستفعلُ إذا لم تكن قريبًا منها دائمَ النظرِ فيها؟ إنك تجزعُ من وحدتك في رحلتك وتنوءُ بها، لكنك لن تصلحَ لمصاحبةٍ غيرك حتى تصحبَ نفسك، ولن تستطيعَ الصمودَ في طريقك دونَ أن تحملَ خيمتك على ظهرِكَ تنصبُّها أنى احتجت إليها على طول الطريق،

وستحتاجها كثيرا!

إنك تتلهفُ إلى رفيقٍ طريقٍ يجعلُ معركتكُ أسهل، لكن عليك أن تُدركَ أن أشرس معارك المرء يخوضها وحده، معركته مع نفسه، تقطّعه بين القوى التي تتصارع فيه، خوفه من أن ينتصر جانبه المُظلم، جانبه الشرير، أو ذاك الذي لا يُبالي.

ليس بوسع أحدٍ آخر، مهما بلغ قربه منك، أن يخوض هذه المعركة بدلا عنك، غاية أملك في هذا أن يوجد مَنْ يُلبسُكَ الدرع، مَنْ يُناولُكَ النبال، مَنْ ينفض عن وجهك التراب حين تسقط دون أن يُخزيكَ أمام نفسك، وَمَنْ يهْلُلُ لك فرحًا عندما تحرز انتصارًا صغيرًا.

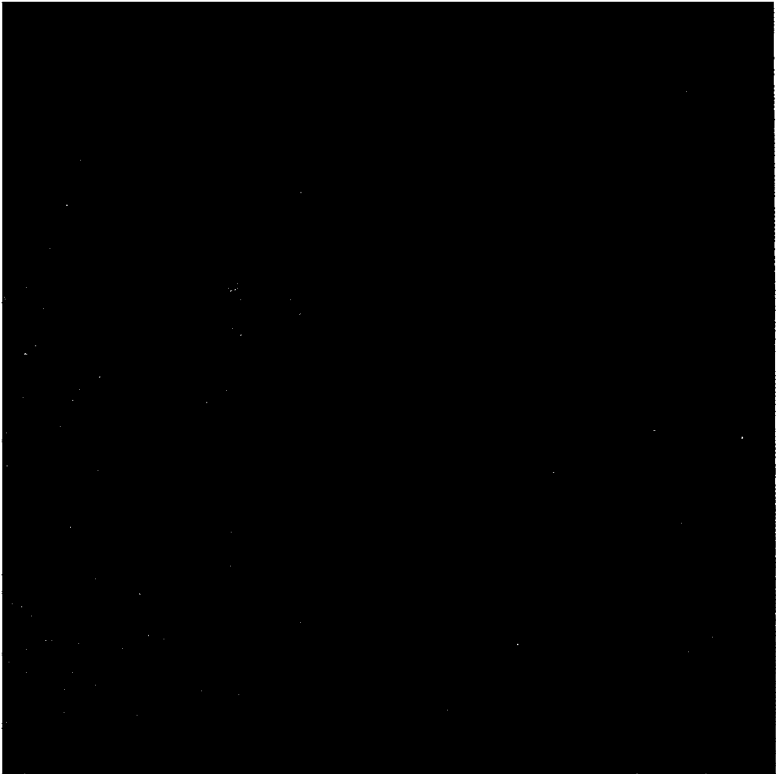
ماذا ستفعلُ يا مسكينُ إلى أن يُوجدَ لك هذا الصاحب؟ الجزعُ والتشكي؟ ليسا من شيمِ الناجين. تعطيلُ سيرك حتى تجده؟ لن تجده وأنت ساكنٌ في مكانك وستُحاسبُ على سكونك. عليك أن تُكمل طريقك، وتُطيلَ النظر في نفسك، وتتطلع إلى السماء وتناجيه: اللهم أنت الصاحبُ في السفر!^(١)

(١) كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا سَافَرَ فَرَكِبَ رَاحِلَتَهُ قَالَ بِأَصْبَعِهِ وَشَدَّ شُعْبَةً أَصْبَعَهُ قَالَ: «اللَّهُمَّ أَنْتَ الصَّاحِبُ فِي السَّفَرِ، وَالْخَلِيفَةُ فِي الْأَهْلِ وَالْمَالِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعْثَاءِ السَّفَرِ، وَكَآبَةِ الْمَقْلَبِ». رواه أبو هريرة، صحيح النسائي ٥٥١٦.

يُفِيقُ مِنْ غَفَوَتِهِ وَالصَّوْتُ يَهْتَفُ بِهِ وَيَهْزُهُ: قُمْ يَا صَاحِبَ
الْخِيْمَةِ!

فَيُدْرِكُ مَعْنَى هَذَا كُلِّهِ؛ إِنَّهَا الْعِزْلَةُ وَالتَّفَكُّرُ، حَالُ كُلِّ مُسَافِرٍ عَلَى
هَذِهِ الطَّرِيقِ الطَّوِيلَةِ، وَسَيْلَتُهُ وَفَسِيلَتُهُ.





خطوات الأيام -المسافة الثالثة-

٢٦ صفر ٤٣ - ٣ أكتوبر ٢١

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية «أربطة» المترجمة عن الإيطالية للروائي دومينيكو ستارنونه، وهي رواية تجمع بين الخفة والعمق في مكان واحد. أكثر ما أعجبني فيها واقعية القصة في علاقة يعتقد كل أطرافها أنهم ضحايا وأن الآخرين مذنبون، لسبب ما -ربما لأنني انفعلت جدًا مع الحكاية- فرحت عندما قام الولدان بتقويض عالم الأب والأم، بتركهما مذهولين وخائفين، كل واحد منهما خائف مما كان يخفيه أو من أن يرى نزع القشرة عما كان يضيفي عليه القيمة، هذا الجنوح إلى كشف حياة مزيفة ومتصنعة في لحظة مكاشفة وصفاء هو انتقام عادل لما كان يسببه هذا التشوه والادعاء من استفزاز.

رمزية الأربطة هنا جميلة؛ كيف من شيء بسيط للغاية يمكن لمن يتمتعون إلينا أن يعزوا روابطهم بنا، ومن دون أن نشعر حتى نتجذر في حيواتهم وإن لم نعلم ذلك ولم نمش إليه بأعين مفتوحة.

هذه الرواية تفتح أسئلة غائرة ومخيفة؛ عن الزواج بوصفه تحديًا لطبيعة الإنسان دائمة التغير، علاقة تطالبك بالثبات على

الوفاء وإن لم تكن أنت نفسك ثابتًا على نفسك، وعن الإنجاب بوصفه -من جهة ما- احتكارا لوجود الإنسان وتداخلا شرسًا مع رغبته في أن يحظى ببعض المساحة الشخصية التي يثبت فيها نفسه أو يستمتع بحياته، ما يُرجعنا إلى فكرة أصيلة ومحورية في هذه الحياة: أن لكل شيء ضريبة، وعلى الإنسان أن يحتمل نتائج خياراته بشجاعة حتى النهاية، وأن يكون حريصًا ابتداءً عند اختيار قيوده.

٢٨ صفر ٤٣ - ٥ أكتوبر ٢١

اللحظات الصافية التي نشعر فيها بالرضا هي الأعز والأجمل، إننا لا ننسى جروحنا وخسائرنا، أكثرها ما زال يؤلم، ولكن يأتي على الإنسان وقتٌ يغلب فيه رضاه ألمه، ويفيض في نفسه شعورًا بالسلامة والمسرة.

الجو جميل، والسماء الآن قريبة، وقلبي فيه كثير من البشر والرضا الغامر، لقد سلّمنا مما هو أسوأ يا أصدقاء، ولقد تجاوزنا أشياء كثيرة ووصلنا حتى اللحظة، بشعور -بالطبع- بالمرارة ولكنها المرارة التي نثمن بسببها حلاوة الأيام الجميلة عندما تأتي.

أنا خير من يقدر السعادات البسيطة بين من أعرفهم، لأنني

جربتُ شعور أن يجيء اليوم وأنا أبكي وأتمنى أن أعدَّ شيئاً وأشربه بعافية وقلبي هادئ. هذه النعم كثيرة؛ تبدو أبسط تفاصيل اليوم كنوزاً عندما ننجو.

٢٩ صفر ٤٣ - ٦ أكتوبر ٢١

١- أتمنى ألا أحتار كثيراً بين طبع المودة والعجز عن غفران الإساءة، وأن أتعلم من العواقب الوخيمة لاندفاع قلبي تجاه الآخرين.

٢- عرفتُ منذ قليل أن حالة جدتي الصحية تتدهور، كليتها لم تعودا قادرتين على تخليص جسدها مما يجدر بهما تخليصه منه، وتكاثر عليها الآلام والضعف حتى باتت تلزم السرير ولا تستطيع القيام منه إلا بمساعدة.

المرأة التي عركت الحياة طويلاً وتجلدت لها يعرُكها المرض الآن ويُنهكها فتألم دون أن يستطيع أحبابها فعل شيء.

كلمتها الماثورة لمن ألم به خطب أو أهَمَّتْه مصيبة: «الصابرون على خير»، فلعل الله يفرغ عليها صبراً ويعافئها ويُحسن إلينا فيها.

كل ما أرجو في الدنيا الآن متعلق بقدرة الله، أريد صوت جدتي صحيحاً.

١ ربيع الأول ٤٣ - ٧ أكتوبر ٢١

ليلة جمعة سعيدة. غيرتُ ملاءة السرير بأخرى نظيفة فجلوتُ بصري، ورششتُ معطرَ جوٍّ أحبُّه فانشرحَ صدري، وقررتُ ما سأطبخُ غداً وفتحتُ كتاباً جديداً.

الجمعة عيد وفاصلة بين أتعاب الأيام، لأدع همومي جانباً الآن ولأثمنُ نعمة الله بعيش الحياة بأجودٍ ما أستطيع.

٢ ربيع الأول ٤٣ - ٨ أكتوبر ٢١

مشاكل كثيرة في السكن، لا أستطيع التركيز، وجميع محاولاتي في أن أوقف الأفكار في رأسي عندما أغلق عليّ باب غرفتي تبوء بالفشل، أشردُ في أشياء كثيرة؛ في نقاشات البنات الحادة وسلوك بعضهن غير المُراعِي للآخرين، في مشاكلي الخاصة ومخاوفي هذه الفترة، وفي ضغوطٍ من حولي عليّ حتى أختارَ شيئاً بعينه. لا أستطيع التركيز.

يارب؛ قوِّ نفسي حتى أفرغَ من شأني وأنصّب فيه مهما ضجَّ العالم حولي، وهديّ قلبي حتى لا تخيفني الخيارات ومفترقات الطرق، وامنع عني كل حلم لا أستطيع في حقيقتي الإمساك به.

٥ ربيع الأول ٤٣ - ١١ أكتوبر ٢١

أمطرت الدنيا منذ قليل، دخلتُ إلى الشرفة ووقفتُ تحتَ

المطر، وأكاد أعرف الآن لماذا كان النبي يحسر ثوبه ويتعرض لتلك القطرات السعيدة.

كلما تلقيت مطرا على وجهي داخلني أمل، هذا حديث العهد بربه يلمس جلدي، أريد أن أعود جديدة مثله، نظيفة من الأخطاء والندوب والذاكرة الحزينة والندم.

حل الشتاء أهلا وسهلا قبل مواعده، ليكن لي مع كل برودة سكينه في الروح، ومع كل غيمه راحة بال، ومع كل مطر دعوة مستجابة.

٨ ربيع الأول ٤٣ - ١٤ أكتوبر ٢١

١- يحدث أحيانا أن يكون غاية ما يطمح إليه المرء من الدنيا أن يكون فيها إنسان واحد يركض نحوه عندما لا يسعه مكان آخر، دون أن يحسب ألف حساب قبل الركض، أو يتحسس ندوبه عندما يتعلق الأمر بالثقة.

ليني أعود طفلة؛ بما أن حياة الكبار لا تناسبنا، يناسبني أكثر ضياع دماي القماشية كسقف لما يمكنني خسارته.

٢- ليلة جمعة سعيدة. أريد أن يُعلّقوا في كل مكان حيث تنظر عينا المرء لافتة تنبّه: انظر لما بين يديك كأنعم لا كمُستحقّات،

وقدّر ما معك وأنت تملكه.

يا رب؛ لا تجعلني آلف النعم واحمني من غفلة التعود وسخط الجحود، لا تصرف عيني عما عندي إلى ما حُرمتُ منه، وأعوذ بك من الحسرة على ما فات أو القلق على ما سيأتي، ومن أن أتمنى العودة لأيام كنت أريد تجاوزها في وقتها.

١٤ ربيع الأول ٤٣ - ٢٠ أكتوبر ٢١

أحيانًا أتغاضى عن الإساءة، أختار غض الطرف عن كلمة مهينة قلت في ظهري أو عدم صفاء ينام عليه شخص ما نحوي، أتعامل - مُجبرةً - مع إنسان أعرف أن خلافًا صغيرا بيننا سيُريني أسوأ ما فيه ورغم ذلك أبشُّ له، أو أتلطف بامرئ أعرف جيّدًا أنه لن يوفر فرصةً ليجرحني عند أقل خطأ.

أفعل هذا كثيرًا لأن لي طبيعة لا تحتمل أن أتجهّم للآخرين أو يتجهّموا لي، وأتغاضى عن الإساءة ليس عن سلبية أو ضعف، وإنما لأن الشعور بالحنق والحقد على شخص يقاسمني الوقت غيرُ مرحّبٍ به في قلبي.

ليس لأن الآخرين يستحقون، إنني أنقذ قلبي بالتغاضي من أن يصير كتلة علق أسود. ما أتمناه فقط أن يُعامل الناس بعضهم

بالتفهّم والمرحمة، وألا يكون تغاضي بعضهم مدعاة لتمادي بعض، وأن أعوّض خيرًا عن كل مرة سمعتُ فيها ما يؤذيني وسكتُ ثم ضحك في وجهي القائل فلم أستطع ألا أضحك له.

١٥ ربيع الأول ٤٣ - ٢١ أكتوبر ٢١

ليلة جمعة سعيدة. الحياة ليست سهلة، حتى إنني يمكنني أن أجلس الآن في زاوية وأبكي أحزاننا طازجةً وأخرى قديمة، لكن بدلا عن هذا عندي اقتراحٌ أطيب:

لأشعل الموقد تحت برّاد الشاي، لأراقب البخار وأستنشقَه بعمق، لأمتنَّ الله من أجل قدرتي على الشعور بطمأنينة التفاصيل البسيطة؛ سقف فوق الرأس، شاي وسكّر، وعافيةٌ للشرب دون ألم في الحلق. بعدها لأقل شيئًا من هذا القبيل:

«يا رب؛ أنتَ دبّرت لي كل هذا حتى شربتُ هذا الكوب بعافية، وأنا واثقةٌ أنك ستُدبر كل شيء بعد، علامَ أقلقُ وأنتَ لن تملّ - حاشاك - ولن تتعب فتتركني وحدي بلا ربٍّ ولا راعٍ!».

الحياة ليست سهلة، لكنني أقول هذا وأنا الآن في غرفتي وبعافيتي، لا أقولها من المشفى أو من زنزانة ضيقة، أقولها وعيني على السماء الرحبة، نحن بخير يا قلبي المسكين ويا جوارحي

الْمُتَعَبَةِ، وما زال ينتظرنا خير ما دام الله ربنا.

مكتبة
t.me/soramnqraa

١٩ ربيع الأول ٤٣ - ٢٥ أكتوبر ٢١

«الذكرى السابعة لإعدام ريحانة جباري

إيران - ٢٥ أكتوبر ٢٠١٤»

في مثل هذه الليلة قبل ثمانية أعوام كانت الدنيا قد خلت من أنفاسها قبل ساعات، الشابة الفارسية الجميلة التي ضربت أجمل مثالٍ معاصرٍ في الموتِ دونَ العرض، والتي لم تخفُ من القضاةِ ولم تترجَّهم للعفو عنها. تلك الفتاة التي كانت أروع مثالٍ على إمكانِ أن تكونَ بنتٌ قوية، وأن تعني الأنوثةُ شيئاً آخرَ غيرَ الضعفِ الفطريِّ أحياناً، أن تعني التغلب على الضعفِ الفطريِّ وغلبته.

رحمَ الله ريحانة، كانت سيدتنا أسماءُ بنت أبي بكرٍ -رضي الله عنهما- تُسألُ لماذا تحتفظُ بسكينٍ تحت وصادتها فتقول: «حتى إذا دخلَ عليَّ لَصٌّ بعَجْتُ بطنه» فكنتُ أستعجبُ من شجاعتهَا وأرى أنها لا تؤتى إلا لصحابيةِ بنتِ صحابي في زمنٍ فاضلٍ مباركٍ لم تعد فينا بقيةٌ منه، حتى رأيتُ ما صنعتُ ريحانة بمن أراد أن ينتهك عرضها وبمن أراد أن يُشكك في أحقية ما فعلته به.

رحمَ الله أشجعَ من عرفنا خبرهنَّ في هذا الزمن الحاضر ونعمَ

شبابها في الجنة وأكرم منزلها منه وربانا بقصتها وسير أمهات المؤمنين وصحبايات رسول الله ﷺ آمين.

٢٢ ربيع الأول ٤٣ - ٢٨ أكتوبر ٢١

الأشياء التي فاتت، وراقبتها - قليلة الحيلة - وهي تتفلت من يدي أو لا تمكن لي، لن أنساها أبداً، سأنال أشياء أخرى وسيكون بوسعي أن أفرح بها، لكنني لن أكف عن الشعور بالمرارة عندما أتذكر، سأرضى - صادقة غير متصنعة - عندما أنظر لما بين يدي، لكنني سأشعر بالمرارة وسيغص قلبي إذا التفتت ذاكرتي للخلف.

لا توجد فرحة تجب ما قبلها، إن التعويضات تُصالحنا على شعورنا بالنقص؛ طبيعة الحياة الدنيا، تصالحنا على إحساسنا بالمرارة، أما السعادة المفاجئة التي تمحو كل ما حدث قبلها فهناك، ليست هنا؛ حيث لا يسع الإنسان ألا تكون له ذاكرة وندوب.

٢٣ ربيع الأول ٤٣ - ٢٩ أكتوبر ٢١

١- صباح جمعة سعيد. فتحت النافذة لتدخل الشمس والهواء، مشطت شعري وعطرته وأكرمت وجهي بالعناية، صنعتُ شايًا وكعكًا وتناولته مع من أحب وكان صباحي رائعًا، وشعرتُ بالامتنان للطف الله الذي يرسل الانشراح في التفاصيل البسيطة؛

التفاصيل الجميلة عندما نراها كأنعم لا كأشياء عادية يقتلها التكرار ويُدخلها الملل.

٢- هوأتي الأثيرة مراقبة الجراح وهي تلتئم، هذه المعجزة التي تتحدى فجاجة حَزُّ السكين تبدو لي انتصارًا للجرح من خلال إعادة تدوير نفسه، من قطع في الجلد إلى ندبة في الذاكرة.

٢٦ ربيع الأول - ١ نوفمبر

الحياة تستمر في الجريان رغم كل شيء، ولعل هذا من أفضل ما تتميز به، لأنها تجبرني دائما على أن أتجاوزَ وأمضي، ألا أتوقف كثيرا فتجاوزني، ألا أتغفن في مكاني فقط لأنني مستاءةٌ أو حزينة.

٣٠ ربيع الأول - ٥ نوفمبر

صباح جمعة لطيف للغاية. العصافير تغرد وتُطرب، والكتب الجديدة تفعل الشيء نفسه.

صباح الخير من البقعة الأهدأ في العالم؛ من الغرفة التي تخصني وحدي.

٢ ربيع الآخر - ٧ نوفمبر

اليوم حدث شيءٌ جميل وغريب في آنٍ معا، أحد وجهاء قريتي

نشر على صفحته صورةً له مع روايتي من معرض الشارقة الدولي للكتاب، وقال كلامًا طيبًا أثر فيَّ بشدة.

الدكتور أحمد دهشان أستاذ الدعوة والثقافة الإسلامية بجامعة الأزهر، ذلك الرجل الذي كان أول مثالٍ وقدوة أعرفها في طفولتي، في عالمي الذي كان ضيقًا ومحدودًا في ذلك الوقت، أول رؤيتي لمكتبة بيتية حقيقية كانت في بيته، حيث كنتُ أتلقي دروس القرآن في فترةٍ ما على شيعي، هناك أسرتني المكتبة التي تغطي جدران الغرفة، وقلتُ لنفسي: عندما أكبر ستكون عندي مكتبةٌ كهذه.

عندما يمدحك غريب تقول لنفسك: «لا تغتر؛ يعرف من يعرفونك أنك أقل من العادي» فتُعان بهذا على نفسك، لكن عندما يمدحك من يعرفك ترتبك وتقع في مأزق.

هذا شيخ طفولتي الأولى في القرية، كنتُ أنظر له بقامتي الضئيلة فأهابه وأُجلُّه، وأسمعه يخطب خطبة العيد فيدخل العيد نفسي، فور أن رأيت هذه الصورة وقعت في قلبي رهبة وقلت في نفسي: اللهم اجعلني في عينك كبيرة، أكبر مما أنا في عين الشيخ!

٤ ربيع الآخر - ٩ نوفمبر

حدث اليوم شيءٌ لطيفٌ للغاية، راسلتُ صفحةً لعلامة تجارية

تبيع منتجاتٍ للعناية بالشعر والبشرة، طلبتُ منهم منتجًا ما فردُّوا عليَّ: «لِكِ أم للسيدة التي حسبتُ نفسها سوسة؟»

ألجمتُني المفاجأة لحظاتٍ وغزاني شعورٌ جميل، وتذوقتُ للمرةِ الثانية خلال يومين معنى أن يكبرَ الإنسان ويصبح كاتبًا تحدثُ له مفاجآتٌ من هذا النوع.

أعتقد أنني لن أنسى هذا الردَّ أبدًا كألفٍ ما سمعتُ ككتابة.

٦ ربيع الآخر - ١١ نوفمبر

كتب استمعت إليها أثناء الطبخ والتنظيف لن أنسى أبدا كم كانت فارقة وجعلت الوقت ممتعا وأكثر خفة:

- أوراق شمعون المصري، رواية لدكتور أسامة عبد الرؤوف الشاذلي

- ٨٤ شارع تشيرنغ كروس، مراسلات بين هيلين هانف ومؤسسة لبيع الكتب المستعملة

- أوسكار والسيدة الوردية، رواية لإريك إيمانويل شميت

- الحياة الخفية لإيوريديس غوزماو، رواية لمارتا باتاليا

- ترانيم في ظل تمارا، يوميات محمد عفيفي مطر مع

الحيوانات والنباتات والأشياء في حديقة منزله

- قلب الليل، رواية لنجيب محفوظ

- حين إير، رواية لشارلوت برونتي

بديعة تلك الحلاوة التي يضيفها الاستماع أثناء القيام بالأعمال المنزلية، ثمة روايات اتخذت عندي رائحة الكعك أثناء الخبز وارتبطت في ذاكرتي بارتفاعه في الفرن، وأخرى عندما أذكرها يخطر لى شكل حوض المطبخ وهو فارغ ونظيف، لقد سمعت أبدع التعبيرات وأجملها وأنا أضبط التوابل في مرق اللحم.

أعتقد أن بوسعي أن أكتب كثيرا عن الأجواء الساحرة في مطبخ سكن طالبات مع سماعات الرأس والكثير من الكتب الرائعة.

٧ ربيع الآخر - ١٢ نوفمبر

مما يؤنسني في انتظار قضاء حاجاتي ويسر قلبي في كرباتي أن أرى إنعام الله على غيري، أرى هذا يُفرّحه الله بكذا، وتلك يُرضيها الله بكذا، فاستبشر بربي الكريم الواسع الذي لم تُعجزه مسائل هؤلاء وأولئك، وأقول لنفسه: ربي جواد جميل يبسط يده بالخير على عباده، وأنا من عباده.

لعلّ هذا الاستئناس وهذه البشرية من معاني قوله تعالى في

سورة الروم: «فانظُرْ إِلَى آثَارِ رَحْمَتِ اللَّهِ»، لأنني كلما عاينت آثار رحمته على أحوال عباده الفرحين بعطاياه ازددتُ يقينًا فيه ورجاءً لما عنده، وازددتُ حبًّا لإخواني الذين شاهدتُ الخيرَ عليهم مثل ثياب العيد، فأرى في كلِّ إنعامٍ من الله على أحدٍ غيري إنعامًا عليَّ في الحقيقة؛ لأنَّ الله أراني ما يقدرُ على تدبيره لعباده من الفرح والبشرى، ومن هذا لم يكن مُجرَّد مثالية خياليَّة ما قال الشاعر:

إذا ما نعمةٌ وافَتْ لغيري شكرتُ كأنَّ لي فيها نصيبا

بل إنَّ أداة التشبيه هنا «كأنَّ» زائدة في غير موضعها والله، لأنَّ لي نصيبًا - حقيقةً لا مجازًا - في كل نعمة يُسبغُها الله على غيري، ولو لم يكن لي فيها من نصيب إلا همَّتي للدعاء وصدق قلبي فيه عند رؤية النعم على غيري لكفاني، فإن سيدنا زكريا - عليه السلام - لما رأى عند أمِّنا مريم فاكهة الصيف في الشتاء وفاكهة الشتاء في الصيف حتَّه ذلك أن يدعو ربه فاستجاب له ربه.

٩ ربيع الآخر - ١٤ نوفمبر

١- يوم آخر طيب، ليس مثاليًّا، لكنه جيد بما يكفي.

٢- شاهدتُ اليوم منشورًا للرجل نشرَ صورة ابن أخيه جالسًا عند قبر شيخه الذي مات حديثًا، يُخبرُ أن الصبي يتلو ورده هناك ويرفض أن يغادر!

أثر فيَّ جدًّا، لا عجب أن أصعب وأشرف وظيفة من الممكن أن يتقلدها المرء هي تربية طفل، كائن صغير تجتهد في ترقيته من مجرد حيوان أعجم لا يكاد يُبين إلى إنسان يفهم ويشعر ويعرف الله في قلبه ويذكره ويمتلك في نفسه الإرادة الحرة لفعل الجميل.

المشهد مفرح ومُبكٍ في آن معا، ولن يُغادرني بسهولة.

١٠ ربيع الآخر - ١٥ نوفمبر

قطاعات عرضية في ليلة هادئة من بيوت أعرُفها:

تُحفظُ أمُّ ابنها سورة الشمس بينما تُحرِّكُ الحساء على النار، وهناك امرأة تغسل قدمي زوجها من مشي اليوم الطويل، ورجلٌ يتظاهرُ بأنَّه حصان لأن ابنته أغرتها لعبة الفروسية.

في الشارع الذي أسكن فيه هناك امرأة تنشرُ غسيلها الزاهي وأتصور كم يداها متعبتان، لكنها ضحكت لجارتها ما يعني أنها مُتعبة ولكن قلبها صحيح، وهناك رجل مرَّ حاملاً كيس فاكهة وهو يجرُّ رجله، أتخيل أنَّه زوج المرأة التي سمعتها تقول لجارتها في السوق: «أنا لا أخرج من بيتي بالليل، أبو محمد لا يرفض، لكنه يعود من شغلِهِ مُتعباً ولا أقدر أن أتركه وحده».

تأسرُني فكرة البيوت؛ لا بأحجارها وجدرانها وفُرشها

وأرائكها، ولكن بقلوب مَنْ فيها، فكرة أن امرأةً ورجلاً وأطفالاً يصنعون من حجرٍ وخشب بيتاً له روح، بيتاً يُغري بالعودة آخر كل يوم، وتنام أمامه أزواج من الأحذية مختلفة المقاسات بوداعة كل ليلة.

«والله جعل لكم من بيوتكم سكناً»، هذه النعمة أسرة؛ نعمة أن يُغلق بابٌ على خلقٍ من خلق الله بينهم محبة، مراعاة، تفاصيل يومية بسيطة تدفعهم في كبرهم أن يقولوا إذا ما نظروا للخلف: لقد عشنا أياماً مليئةً بالدفع رغم التعب، وبالمسرة رغم أن الحياة صعبة.

١١ ربيع الآخر - ١٦ نوفمبر

١- أنت وحدك يا رب تعلم كيف كانت كل محاولاتي للنجاة تبدأ بالبكاء الطويل لك، وكيف انتهى بيني وبينك كل الكلام الذي أردتُ التعبير به عن نفسي أمام أحدي ما، وكيف أنني في كل مرة تخبطني الدنيا في قلبي أنظر إليك فقط وأقول: هل تنظر إليَّ يا رب؟ أم كل هذا التعب وأنت لا تعبأ بي؟

٢- درس جديد في الحديث الشريف، هذه الدروس من النعيم المُعجل في الدنيا، أسمع «قال رسول الله» فيطيرُ قلبي ويرفرف في

المدينة حول ذلك المجلس الشريف، وأسمعُ قوله - ﷺ - كأنه حيٌّ وكأني حاضرة.

من المشاهد التي تستوقفني كثيرًا في حديث الشفاعة حين يأتي الخلق إلى سيّدنا وأبينا آدم - عليه السلام - ليشفع لهم حتى يبدأ الحساب، فيقول كلمة رهيبة لم أفلح في لفت قلبي عنها منذ أيام:

«إن ربي قد غضبَ اليوم غضبًا لم يغضب قبله مثله ولن يغضب بعده مثله.

وإنّه قد نهاني عن الشجرة فعصيته، نفسي نفسي نفسي!»!

سيدنا آدم الذي كما عاش الذنب عاش توبة الله عليه منه، ﴿فَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَتٍ فَلَبَّٰثَ عَلَيْهِ﴾، لن يزال يذكر ذلك الذنب إلى يوم البعث، ويخاف عاقبته عندما يرى غضب الله، ذنبٌ لن يزال حارًّا ومخيفًا في قلبه حتى ذلك اليوم.

أخوف ما أخاف على نفسي أن تبرّد في قلبي ذنوبي يا رب، أن أذنب اليوم فأتوب وأرى غضبتك غدا على غيري فلا أخاف ولا أتذكر، أن آمنك بعد كلّ ما كان مني ثم لا أكون في عينك ما يُسوّل لي الأمل أنني عليه.

١٢ ربيع الآخر - ١٧ نوفمبر

يومٌ خريفيّ آخر مليء بالنعم، يتوقع خبراء الأرصاد أن يبرد

الطقس وأن تُمطر السماء هذه الأيام، وهذه فرصة جيدة للكثير من الأشياء الجميلة.

في اعتقادي أنه ينبغي أن تكون للإنسان عُدَّةٌ للبرودة إلى جانب الملابس الشتوية، الجوارب الثقيلة لتقديم ما زال أمامهما الكثير من المشي والطرق، المشروبات الساخنة لتدفئة الداخل مع نية اليقظة وإحسان ما بين اليدين، وللأمهات في البيوت الاطمئنان أن ملابس الأطفال جاهزة، وللآباء نوايا جديدة للشغل من أجل تزويد البيوت بكل ما يجعلها أدفأ.

هذه ليست كلَّ العدة، يُتَوَقَّع أن تمطر، ولهذا سأعدُّ وردًا من أسماء الله الحسنی وصفاته الجميلة لأدعوه بها، هو الذي قال: ﴿وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا﴾، ثمة أثرٌ مُهْدًى ومهيّب في نداء «يا رب» متبوعًا باسمٍ سَمَّى به نفسه في وقتٍ أرى فيه شيئًا حديث عهد به، شيئًا كان عنده قبل أن أراه مباشرة. وأن أفرغ مساحةً في قلبي للتفكر في جمال الربِّ البديع الذي خلق هذه السماوات والسحب ويرسل المطر فيستبشر ويُسَرُّ به أقوامٌ ويخافه آخرون، وأن أضع خططًا وعهودًا لبدايات جديدة، فإني أرى من أنعم النعم في تغير الفصول رفع الهمة لوضع الخطط والالتزام بها، وأنسب الفصول لهذا الشتاء.

وما دام عندي سقفٌ فوق رأسي وإيمانٌ في قلبي فلا ينبغي أن
أخسر هذه الخسارة؛ خسارة أن تمرَّ عليَّ أيامٌ كهذه ونفسي كما
هي، ومزاجي كما هو، وما بيني وبين الله راكدٌ لا جديد فيه ولا
زيادة.

١٣ ربيع الآخر - ١٨ نوفمبر

١ - انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (فاتني صلاة) لمؤلفه إسلام
جمال، وكنت أظنه كتابًا تقليديًا ولن يُضيفَ جديدًا لي كوني قرأتُ
واستمعتُ إلى موادَّ كثيرة عن الموضوعِ نفسه، لكنني وجدتُ شيئًا
مختلفًا تمامًا، لا من باب المعلومات وإنما من باب الشعور والجو
النفسي الذي أدخلني فيه الكتاب، لقد قرأتُ فيه عن الصلاة
بوصفها استشفاء لا مجرد تكليف، جلسة استشفاء نفسي، تواصل
مباشر بلا وسيط مع الله، طريقة فعالة لضبط الوقت، وسبب مفضي
إلى بعض الرضا عن نفسي والطريقة التي مر بها يومك.

العنوان الثانوي سؤال مهم تمت الإجابة عنه في الكتاب؛ لماذا
يحافظ البعض على الصلاة بينما يتركها الكثير، والحاصل أنه يزيل
عن رأس المرء ركام الأفكار التي يتداولها بينه وبين نفسه عن
مشكلته مع الصلاة وثقلها عليه، ويخبره أن المحافظين على الصلاة
لم يولدوا على هذا النحو وإنما جاهدوا أنفسهم حتى صارت قرة

أعينهم، هذا يذكرني بقول أحد السلف: «عانيتُ الصلاة عشرين سنة، ثم استمتعت بها عشرين سنة».

كتاب جميل وذو مفعول جميل في تجديد علاقة المرء بصَلاته ونظرته لها.

٢- ذهبتُ الليلة لزيارة صديقتي العزيزة بسمة لأول مرة في بيتها، كانت زيارةً لطيفة مليئة بصوتها الرقيق كهديل الحمام وكلامها الطيب كالضمد، وفي الطريق إليها قابلتُ طفلاً جميلاً يبيع حلوى غزل البنات، وقع الطفل في قلبي وشعرتُ بمزيجٍ من الحب والشفقة تجاهه.

كان طفلاً في الثانية عشرة تقريباً وما أنظفه رغم التعب البادي وأطيب ملامحه، كان يجول في الشارع قبيل أذان العشاء وعصاه على كتفه، عرض عليّ بضاعته فشكرته، لكنه استوقفني ورجاني بأدب:

«بالله عليك خدي مني عايز أروّح».

هذه الكلمة مستقرة حتى الآن في عمق قلبي.

كلُّ إنسان في عوزٍ للشيء نفسه؛ للعودة إلى بيته في الليل حتى تسكن نفسه ويطمئن ويهدأ، نظل على قلق وترقب حتى نعود

للمكان الذي نرتاح فيه ونتخفف، وهذا الصغير الجميل أيضا كان يريد العودة إلى بيته، وكانت تمنعه بضاعته التي لم يبيعها بعد.

ندمت بعد أن اشتريت منه ومشيت أني لم أسأله: «ما اسمك يا جميل وفي أي صف أنت؟ منذ متى وأنت تأخذ تعب الشوارع على قدميك يا حبيبي؟ هل تشعر بالبرد؟»، ربما لو كان أصغر لم أستطع ألا أن أعانقه أو أقبل رأسه، لكنني لم أرد لعاطفتي أن تُشعره أن شقائه مرئي، أقول لنفسي ربما لا يرى هذا الجميل في حاله بؤسا ولربما هو أسعد مما أتصور بما هو عليه، وأنا على قناعة بأن على الإنسان أن يكون حمّال التعب طالما كان في وسعه وفي نطاق احتماله، وألا يشفق على نفسه من حاله أو يتمسكن بها أمام نفسه أو غيره.

قلبي الآن فائض بالدعاء لكل إنسان ما زال خارج بيته يكدّ ويتعب، ولكل إنسان -كبيراً كان أو صغيراً، رجلاً أو امرأة- يعود إلى البيت آخر كل يوم وغبار الطريق على قدميه وتعب الدنيا في عظامه، وأتمنى لو أن كل عائدٍ من شغل يجد السكينة والراحة في بيته، وأن تُذوّب مجهودات الرجال من أجل لقمة العيش ما قد يقع بينهم وبين زوجاتهم من الخلاف الذي لا يُهين. أعرف امرأة كانت غاضبة من زوجها وتقسم ألا تكلمه ولا تُريه من نفسها وجها حلوا

عندما يعود، تقول لي: «عندما دخل من الباب وفي يده كيسُ الخبز والفاكهة وعلى وجهه التعب بكيت فجعل يستفسر مني عن سبب بكائي، فسألته: ماذا أخذت منك الدنيا في الخارج مقابل هذا الخبز والفاكهة؟»، وأنا أعرف؛ تأخذ منهم أعمارهم وعوافيهم.

ليت الناس يُقدِّرون لكل شغال تعبهُ، الحياة خارج البيت صعبة، لو كان لي لأقسمت على كل امرأةٍ بالذات أن تهَيَّ من فورها البيت واللقمة لرجلها وتتلقاه بالدعاء والابتسامة والكلمة الجميلة، سواء كان زوجها أو ابناً أو أبا أو أخا، وألا تسمح أن يكون البيت لهذا العائد المُتعب شيئاً غير عِشِّه الدافئ وراحته وقرة عينه.

١٤ ربيع الآخر ٤٣ - ١٩ نوفمبر ٢١

١- يا رب؛ أنت أُملي الوحيد لأنني لم أعرف غيرك، كل الآمال التي لاحت لي وتمسكتُ بها خابت، لقد كان الرجاء في إنقاذك لي دوماً فرصتي الأخيرة كلما نظرتُ إلى أسبابي الميتة وخطوتي المكسورة!

٢- سبب جديد للشعور بالغبطة: أرسلتُ لي قارئة صورةً لنسختين اشترتهما من رواية السيدة، وكتبتُ لي أنها ستقرأ واحدةً وتُهدي الأخرى إلى عروس!

حتى الآن لا أنجح تمامًا في استيعاب هذا الأثر الجميل
والمرعب في آن لأن أكون كاتبة!

١٥ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٠ نوفمبر ٢١

١- كانت تُمطر منذ قليل، كالعادة حشدتُ في قلبي كلَّ
الحاجات واسمَ الله «الصَّمد»، وتعرَّضتُ للمطرِ وتلقَّيته على
وجهي وروحي، هذا الجميل قال الله عنه: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ
مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَتُصْبِحُ الْأَرْضُ مُخْضَرَّةً﴾، هذه المعجزة يمكن أن
تصيب أحلامي أيضًا فتخضر وتزهو.

٢- خلاف جديد مع إحدى بنات السكن، لماذا يؤدي أي
نقاشٍ حادٍّ أتعرض له لكل هذا الدمار في نفسيتي ومزاجي في حين
أجد أنهم في حالٍ أفضل بكثير بعد أن يعود كلُّ منا إلى مساحته
بانتهاء الخلاف؟ الليلة كان هذا الدمارُ مُضاعفًا، لأنني استخدمتُ
كلمةً جارحة، كانت لحظةً مُطبقةً على قلبي لم أجد فيها أيَّ شيءٍ
آخر لأدفع عن نفسي أذى زميلة السكن، فقلتُ تلك الكلمة كأنني
كنتُ أقتصُّ من تاريخٍ طويلٍ من الأذى والتسبب في سوء المزاج.

لم أعتد على إيلاهم الآخرين، لذلك حين يؤلمونني أبكي،
وحين أولمهم للدفاع عن نفسي أبكي أيضًا.

لستُ قديسة، فقط يؤذيني أن أجرح أو أترك ندبة، ولذلك أخرج من كلِّ المعارك خاسرةً حتى عندما أكون الطرف الأقوى/ المنتصر، هل في هذه المعارك منتصرون حقًا؟! بالنظرِ إلى حالي الآن لا يبدو لي هذا على الإطلاق.

١٧ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٢ نوفمبر ٢١

أسبابي ليست شغالة، لكنها الشيء الذي أملكه لأفعله، وقد تعلمتُ أن الله يسألنا عن أخذنا بالأسباب ويرزقنا من دونها. وما مُجاهدة الإنسانِ تُوصِلُهُ رزقًا ولا دعةُ الإنسانِ تمنعُهُ ولكنه القيامُ بالتكليف ورجاءُ ما عند الله.

١٩ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٤ نوفمبر ٢١

إنجازات صغيرة تكتمل وسط المناديل الورقية والمشروبات الساخنة والبكاء واحتقان الحلق: تحقيق هدف القراءة السنوي بالانتهاء من الكتاب رقم ١٠٠.

من المبكر جدًا القول إنه كان عام قراءة رائع وجميل؛ ما زالت هناك الكثير من الكتب قيد القراءة حتى نهاية العام وأعتقد أنها ستكون من أجمل ما قرأت هذا العام.

٢٠ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٥ نوفمبر ٢١

ليلة جمعة سعيدة. لم يكن بالإمكان أفضل مما كان، لا لأن الله

لا يقدر - حاشاه -، ولكن لأننا نتمنى ولا ندرى أخير هو أم شر، والله خلقنا ويعلم مَنْ خلق وهو اللطيف الخبير، يعلم أن فلانا لو رُزق ما يرجو فسيطغى، وفلانة إن حظيت بتلك الحياة التي تتمناها لن تتحمل تكاليفها.

ربُّنا لطيف وجميل، أنظر لكل إنسان أعرفه فأخلصُ إلى هذه الحقيقة، وليس من رأى كمن سمع. تقول أُمي أن أكثر الناس تقديرًا لما بين أيديهم هم الذين رُزقوه بعد طول دعاء وانتظار وتربية.

لقد أعطيتُ أشياء كثيرة والله واسعٌ كريم، ومُنعتُ أشياء أخرى والله لطيف حكيم، وفي وقتٍ كهذا أستحضرُ ما مُنعتُه وقلبي هادئ، أنظر إلى كوب الشاي وأستحضر كل الناس الذين رُزقوا الأشياء نفسها فأفرح، لأنني أحبها لهم كما أحبُّها لي، ولأنني أرى عيانًا أن الله يُعطي ويقرُّ أعين عباده.

يسعدني تيل أن هذه الليلة ليست سعيدة لي وحدي، بل لكل عينٍ قارّةٍ بما كانت ترجو، ولكل قلبٍ هادئٍ يثق في تقدير الله له، ولكل إنسان يُسعده قدوم يوم الجمعة ويفتح في روحه نافذة سرور وبشرى.

٢١ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٦ نوفمبر ٢١

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية (تاتي) للكاتبة الأيرلندية كريستين

دوير هيكي، وهي تجربة ممتعة لدخول عقل طفلة تبلغ من العمر أربع سنوات، والمكوث هناك ثمانية أعوام ومراقبة الطريقة التي تتغير بها.

في مائتي صفحة فقط واكبْتُ ثماني سنوات من نمو طفلة حسّاسة رغم ما توحى به قشرتها الخارجية من كونها مشاغبة، كذّابة، ومُتعبة، رأيت العالم من خلال حدقتها، كيف ترى العلاقة بين أبيها وأمها، وما يدور في عقلها في الوقت الذي تتلقى فيه الضرب كعقاب على ارتكابها الأخطاء.

في الصغر لا نتمكّن تمامًا من تعريف الأذى، وتأتي كانت تتلقى الضرب دون أن تحقّد على من يضربها، بل تقول أن يد المكنسة هي من كان يضربها لا من أمسك بيد المكنسة، وتخبر أمها أثناء الضرب أنها ستتقيأ كما لو كانت تنبهها لشيء سيء سيحدث، كما لو كان الضرب ليس سيئًا كفاية بالنسبة لها.

ميزة هذه الرواية أنها تعرض علاقة الأبوين السيئة ببعضها تحت المجهر، ولكن من زاوية الأطفال، كيف يتأثرون، العادات التي يكتسبونها، المشاعر التي تتأبهم تجاه كل منهما بسبب ما يُضطرون لمعايشته من إهانة كل منهما للآخر، والأهم اختلاف كل طفل في البيت عن أخيه حيال هذه الأمور، تأتي لم تكن تكره أباه

رغم مساوئه، أما أختها فكانت تكره كليهما وتكيل لهما السباب الذي كانت تسمعهما يتراشقان به والشتائم التي كان يكيلها كل منهما للآخر في غيابه، حتى أنها اعتبرتها وسيلة جديدة للتصرف كالكبار، وتأتي كانت تتابع تطورها في السباب بقلق وتطلب منها التوقف.

رواية مؤثرة جدا وجميلة، ذكّرني بشكل ما برواية «شجرتي شجرة البرتقال الرائعة» لخوسيه ماريو دي فاسكونسيلوس.

٢٢ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٧ نوفمبر ٢١

تمسّكي بكلّ ما يُسرّي عنك، بكلّ ما يملؤك بالامتنان، بالتفاصيل اليومية البسيطة، بامتلاكك اللقمة والقدرة على طبخها والعافية لأكلها وتذوقها، بامتلاء علبه الشاي على الرف، باحتضان يديك الكوب الساخن في الليالي الباردة، برائحة النظافة وصحتك لتُنظّفي، بأصوات أحبابك في الهاتف، بالكتب الجيدة تغلّ يد الفراغ عنك وتشغلك عن الحزن، بتجلي الله في قلبك عندما تسألين: أين الحل لهذه الحياة الصعبة!

٢٣ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٨ نوفمبر ٢١

١- انتهيت اليوم من قراءة كتاب (كيف تتحدث فيُصغي إليك

الصغار وتُصغي إليهم عندما يتحدثون)، وهو كتاب قيّم ومهم للمربيين والأبناء على حد سواء، يُعنى بمد جسور التواصل الجيد والتفاهم بين الطرفين لخلق علاقة سوية قدر الإمكان بين الوالدين وأبنائهم.

الكتاب عبارة عن محاضرات ألقته المؤلفتان في جلسات متعددة مع آباء وأمهات وأبناء دون العشرين، غني بالتطبيقات والأمثلة الموضّحة وتعديل الردود المتداولة بكثرة بين الأب / الأم والابن، والعكس.

يلفت النظر إلى طرق أكثر نجاعة للتعامل مع المشكلات الصغيرة والكبيرة، تكون بسيطة أحياناً وتحتاج مجهوداً وضبطاً للنفس في أحيان أخرى، من الأمثلة على ذلك:

- بدلاً من توبيخ الابن عبّر عن مشاعرك / خيبة أملك / استيائك من سوء تصرّفه

- بدلاً من الرفض القاطع والجاف قدّم الأسباب

- بدلاً من نصحه أو إملاء رأيك عليه عندما يحكي لك مشكلة تعرض لها ساعده في التعبير عن مشاعره أولاً وقد يتوصل بنفسه خلال الحوار لما يخفف عنه أو يحل مشكلته

- عندما لا تتفقان لا تُهرع إلى فرض سيطرتك فوراً، علِّمه أن يحدد المشكلة المختلف حولها وأسبابها وما يترتب عليها وأن يرصد الطرق الممكنة لإرضاء كلا الطرفين (هو وأنت)

الشيء الذي اختلفت فيه مع المؤلفة هو رفضها المطلق للعقاب مهما كان السبب. الكتاب قيم ومفيد.

٢ - أتمنى ألا أفقد مُبالاتي تجاه الحياة.

وَألا أسيء الاختيارَ بدافع التعبِ والرغبةِ في التخلصِ من قلق الاختيار الخاطئ.

وَألا تنطفئِ الشمعة التي في قلبي وتساعدني على الابتسام كل صباح والتأكد من أنني سأكون بخير.

وَأَن أَكون انتقائيةً أكثر للكتب التي أقرأها والأشياء التي أحزن عليها.

٢٤ ربيع الآخر ٤٣ - ٢٩ نوفمبر ٢١

يوم مذاكرة ثقيل آخر، والكثير من مركبات الأدوية وخصائصها ووظائفها وأعراضها الجانبية، أنظر إلى الملازم على المكتب والتي عليّ حفظ الأدوية التي فيها كما أحفظ اسمي، ثم أشعر بالاختناق كلما خطر لي أنني سأمتحنُ في كل هذا، لكنني أحاول التهوينَ على

نفسي، بل إنني حتى أفكر فيما يتضمنه هذا التعب من معانٍ أخرى للعافية.

قد تكون المذاكرة مُرهقة، الضغط ثقيلاً، جلسة المكتب مؤلمة للظَّهر والكتفين، كثرة النظر في الورق مُتعبةً للعينين، لكنني قبل أن أتذمَّر من هذا كله وأتسخط على صعوبة الامتحانات وتكدَّس المناهج تخطر لي أشياء كثيرة فتُخيفُني من جحود النعمة.

أتذكر البنات اللواتي يتسَوَّلْنَ وأولئك اللواتي يجمعن الكرتون من حاويات القمامة في الشوارع بملابسهن الرثَّة ووجوههن الملطخة والمرهقة، كان يمكن أن أكون واحدة منهن، أراهن أن إحداهن على استعداد لقبول كل ما يثقلني الآن مقابل أن تحظى بهذا التعليم وما يوفره من فرصة عمل نظيف.

أتذكَّر نومتي قبل أعوام على سرير المشفى في أيام الامتحانات وأنا عاجزة عن فعل شيء، ورغبتني الشديدة حينها أن أتعافى لأذاكر، حينها اكتسى كل شيء في حياتي بمعاني كنت غافلة عنها، أدركت أنني قبلها كنت قد ألفتُ نعمة القدرة على الجلوس باعتدال وفتح كتاب أو مذكرة أو سماع محاضرة. كان يُمكن ألا أتعافى، وأنا على يقين أنني ساعتها كنت سأتمنى كل هذه الضغوط مقابل عافيتي وقدرتي على الجلوس إلى المكتب وشدَّ خط تحت معلومة مهمة، نعمة أن

أدرس المرض بدلا من معاناته، وأن أعرف علاجه بدلا من تناوله.

تذكرتُ ما يتكبّده أهلي من أجل أن أحظى بهذه الفرصة، فرصة أن أتعلم علماً ينفعني وأنفع به غيري، ما يتعبونه لتوفير المال اللازم، وما يأملونه فيّ، إحدى الطالبات اللواتي سكنتُ معهنّ كانت تُعلّق فوق سريرها ملاحظة تقول فيها: «تذكّري يا فلانة؛ نحن الآمال التي لم يستطع آباؤنا بلوغها»، لا ينطبق هذا على جميع الآباء والأمهات، لكنني أعرف كثيرين منهم كانوا ليتمنوا هذا الضغط مقابل تعليم أفضل، مثل الذي يوفرونه لأبنائهم الآن.

إنني أُمسك لساني عندما تثقل الضغوط عليّ لأنني أخاف من أن أقول كلمة يكون فيها كفران للنعمة. ليست الأمور سهلة ولا تسير دائماً على ما يُرام، لكنني أحمد الله على فرصة التعليم، وعلى العافية للمذاكرة، وعلى أهلي الذين يبذلون وسعهم لأبلغ أشياء لم يبلغوها.

٢٥ ربيع الآخر ٤٣ - ٣٠ نوفمبر ٢١

١- إذا كان شيء يُشعرني بالهيبة ونوع من الاصطفاء الإلهي في كوني أنثى فهو الأمومة، والأنوثة ككينونة كلّها جماليات من جميع نواحيها.

عندما أسمعُ خبرَ حملٍ إحدى أخواتي أو صديقتي فإنها تكتسبُ في نظري مهابةً وجلالاً، وأتخيلُ مع نفسي أيَّ عظمةٍ هي أن تتحوَّل فلانة التي أعرفُها إلى أمٍّ ببطء، بمعنى آخر: أن تُصبحَ فجأةً موضوعاً للمُعجزة!

إن فرحة الأمومة ليست فقط في كونها إشباعاً لغريزة أو إرضاءً لولعٍ أو تكثيفاً للشعورِ بالوجود، وإنما تكمنُ العظمةُ - في رأيي - في تأملِ الأمرِ مرحلةً بمرحلة..

أن تحمِلَ أنثى بذرةَ طفلٍ يعني أن تكونَ من الآن وصاعداً - جسداً وقلباً وروحاً - محلَّ نشوءٍ معجزةٍ لا تتوقفُ عن النمو والتصاعدِ على مقياس الإدهاش، بدءاً من لحظة العلمِ بوجودِ شيءٍ في هذا الجسدِ الضعيفِ بدأً بقدرةِ الله منذ أسابيعِ رحلة التشكُّل، وعلمِها مع كلِّ دوارٍ أو فقدانٍ شهيةٍ أو كدرٍ مزاجٍ أنَّ هذا الصغيرَ هناك يتمسكُ بوجودِهِ فتحسبُ التعبَ درجاتٍ عندَ الله وترجو للصغيرِ التمام.

مروراً بالحركة الأولى في بطنها، فظهوره على شاشةٍ جهاز التصوير وسماع نبضه؛ لقد أتاحت لنا التكنولوجيا متابعة المعجزة عن قربٍ أكثر، ثم لحظة الولادة؛ الحدث المَهول المعجزة في حدِّ ذاته، انفصالِ نفسٍ من نفسٍ وخروجِ روحٍ من روحٍ كما تقولُ أمي،

تحول هذا الصغير من كتلة في الجسم وفكرة في القلب إلى كائن ملء العين، أي لحظة سحرية وحدث مُعجز!

ثم التعامل معه الآن كمشروع إنسانٍ تتعهدُ بالرعاية والحماية والتربية، فتكونُ خطوته الأولى سببَ احتفال، وكلمته الأولى مدعاةً للفرح، وكلُّ فعلٍ يرتقي به درجةً على مقياسِ الإنسانية البليغة شيئاً من الإنجاز والإعجاز، حتى يستوي رجلاً أو امرأة له/ لها فكرٌ ورأيٌ وموقفٌ وشعور، عاملاً مؤثراً في عالمه وطرفاً اكبر من الصفر في مسألة الحياة.

ليس على النساءِ فقط أن يشكرن الله الذي اصطفاهنَّ وهيأهنَّ لاحتضانِ هذه المعجزة، وإنما عليهن أيضاً استثمار هذه الإمكانية المدهشة - إمكانية الأمومة - في إثراء وجودهنَّ الدنيوي والأخروي، إن فيهنَّ خاصيةً كفيفةً بإسعادهنَّ دنيا وآخرة لوأنهنَّ أحسنَّ التصرف بها وفيها. لا أريدُ أن أتخيلَ امرأةً تعاني مصاعب الحمل والولادة والرعاية والتربية ثم هي تغفلُ عن احتسابِ أصغر أعمالها وأتاعبها في ذلك كله مرضاةً لله، ولا أودُّ أن أتصورَ أمًّا حصلت في حياتها مُعجزةَ الطفل ثم هي لم تُهيئِ نفسها فكرياً وشعوراً ووقتاً كافياً لجعلِ هذا الطفل إنساناً ذا قيمةٍ وكيانٍ فتُهرق بذلك هذه المعجزة.

«إنما نتزوج لتخرج من أصلابنا ذريةً تعبده»، على النساء أن يسعدن لأنهنَّ يشهدن تفاصيلَ تحققِ هذا الهدف وتحوُّله من أمنيةٍ في الخاطرِ إلى حقيقةٍ في الوجود.

٢- بينما كنتُ منغمسةً في المذاكرةَ الليلةَ وملازم الكيمياء الطبية حولي من كل اتجاهٍ توقفت ثانيةً وخطرت لي نعمةُ ألفتها، نعمة الانشغال، ألا يكون لديَّ الوقت لأجترَّ أحزاني وأشفق على نفسي، أن يشتغل رأسي في شيء غير التسلُّط عليّ.

الانشغال هو فرصتي النظيفة لعيش الحياة كناجيةٍ لا ضحية، لأنه يدفعني عن التوقف كثيرًا على ما مررت به. لذلك كان التوجيه واضحًا في سياقِ يؤمِّل الإنسان في الفرج: «فإذا فرغت فانصب».

٢٦ ربيع الآخر ٤٣ - ١ ديسمبر ٢١

من أكثر ما أحمَدُ الله بسببه على نعمة حسابي هذا على فيسبوك أنني أتعلَّمُ معاني جميلة ومُدْهشة من وقت لآخر ما كانت لتخطر لي وحدي. حدث هذا هذه المرة بتعليقٍ علَّقه لي مشكورًا الأستاذ خالد بن سفير القرشي على منشورٍ نشرته، أخبر فيه أن والدته الفاضلة سألتَه عن معنى كلمة النفساء فأجابها:

«النفساء هي التي انشَقَّتْ نفسُها عن نفسٍ ثانية!»!

يا له من معنى ذكيٍّ طيبٍ يتضمن تلك المعجزة! سأحرص على ألا أنسى هذا أبدًا في كلِّ موضع تفكَّر يحسن بي أن أتذكره.

٢٧ ربيع الآخر ٤٣ - ٢ ديسمبر ٢١

انتهيتُ الليلة من قراءة رواية (لا تقولي إنكِ خائفة) المترجمة عن الإيطالية للكاتب جوزبَّه كاتوتسلا، وهي رواية أسرة ومؤثرة عن الأحلام في عالم غير آمن للعيش فضلًا عن الأحلام، عن قصة حقيقية لفتاة صومالية حلمت بالركض بينما كان الرصاص والقنابل لا يتركان مكانا يصلح للركض.

حكاية سامية يوسف عمر التي تنجح بعد مأسٍ طويلة في الهرب لتحقيق حلمها الذي وعدت أباهَا أنها ستحققه، حلم بلا إمكانات وبلا بؤادر أمل، لكنها تصل أخيرا وتعيش تلك النشوة وهي تركض:

«طيري يا سامية؛ طيري كالجواد المُجَنَّح في الهواء. احلمي يا سامية؛ احلمي كما لو كنتِ ريحًا تعبث بين أوراق الأشجار. اركضي يا سامية؛ اركضي كما لو كنتِ لا ترغبين في الوصول إلى أيِّ مكان. عيشي يا سامية؛ عيشي كما لو أن كل شيء مستحيل».

طوال الرواية ومع سامية في كل المصائب التي عصفت بها

كنت أتذكّر وصية والدها كما قالها أول مرة:

«لا تقولي إنك خائفة أبداً يا صغيرتي سامية؛ وإلا تعظم ما تخافينه حتى يهزمك».

٢٨ ربيع الآخر ٤٣ - ٣ ديسمبر ٢١

أول زيارة لمدينة الإسكندرية، عندما رأيت بحرَها لأول مرة شعرتُ أنني تأخرتُ كثيراً في المجيء إلى هنا!

زرتُ القلعة ومشيتُ طويلاً على كورنيش محطة الرمل، وهناك تأملتُ طويلاً تلك المباني المُطلّة على البحر، ومنها فندقُ ذو معمارٍ يخلبُ اللب، تخيلتُ لو أنّني أقمتُ في غرفة في هذا الفندق البديع، فسيكون أول ما أراه حين أفتح نافذة شرفتي البحر على مدّ البصر، أول ما أسمعه الصوت المدهش لارتطام الموج بالشاطئ، أول ما أشمّه رائحة اليود والملح التي تشرح الصدر.

هناك أماكن تملأُ الحواس كلها وتسكن القلب من أول مرة، الإسكندرية على رأس القائمة منذ المرة الأولى، مدينة يراها المرء فيقول لنفسه: لماذا تأخرت في المجيء إليها كل هذا الوقت!

١ جمادى الأولى ٤٣ - ٥ ديسمبر ٤٣

يوم ثقيل الوطء على روحي. لم يزل في قلبي ذلك الشعور

الطفولي النقي بأن الله سينقذني في اللحظة الأخيرة، ودائمًا كان يفعل.

٢ جمادى الأولى ٤٣ - ٦ ديسمبر ٢١

نحن جهود أمهاتنا وأتعابهن علينا، إصرارهن المُحب على أن فينا دائمًا ما يصلحُ لشيء جميل، وكلماتهن المُواسية في أوقات الشدة مثل حبل يُلقى لنا في البئر المظلم.

٣ جمادى الأولى ٤٣ - ٧ ديسمبر ٢١

١- كلُّ إنسان كان بصورةٍ ما -أو سيكون- الطرفَ السيء في قصةٍ ما. مهما نكن لطفاءً، طيبين، مُسالمين، جميلي القلوب، أذينا أو سنؤذي شخصًا واحدًا على الأقل لا محالة، هذا لا يعني أن الناس كلهم شرارُ الناس، وإنما هي سنةُ الله في خلقه ألا يصفو الجميعُ للجميع وألا يظل الواحدُ بريئًا من كل أحزان الآخرين.

لذلك لي من الأخلاقيِّ فقط، بل من المنطقي أيضًا أن نكون مُنصفين؛ للشخص الذي آذاني حسنات كما لي سيئات، والذي جرحني في علاقة قد يتعلمُ من علاقتنا كيف يكون ألطف في علاقة أخرى، والذي لا أراه مستحقًا للحب ربما هو الشخص المفضلُ لإنسان ما، أنا لست مرجعًا لتؤخذ تقييمات الناس على مقياس

الجودة من تجاربهم معي، ليس بالضرورة أن يظل مؤذي هو الشخص الذي عرفته، والله لن يُغلق باب التوبة في وجه أحدهم - ليستحيل عليه تغيير نفسه وليظل سيئاً - لأنه أساء إليّ يوماً ما، ظلمه إياي سِعَلَق في عنقه مظلمتي والله حكم عدل، لكنه لا يقتضي أن يظل ظالماً أو سيئاً كما تشتهي نفسي، وتمني أن يظل المسيء سيئاً فيه شيء كثير من جنون العظمة وفرط الاستحقاقية.

٢- لقد مررتُ بكل ما اعتقدت أنه إن حصل سيكون نهايتي، تجاوزتُ كل ما ناجيت الله فيه أنني سأسحق تحته، الآن أنظر إلى تلك الأوقات وأوقن أن الله يعلمني وأنا لا أعرف نفسي.

في كل مرة أمرُّ بشيء اعتقدت بهلاكي فيه وأنجو منه أسمع قول الله لي: «ألا يعلم من خلق وهو اللطيف الخبير»؛ قريبة، مؤنسة، باعثة على غبطة الناجي واطمئنان من له عالم بما لا يعلمه عن نفسه.

٦ جمادى الأولى ٤٣ - ١٠ ديسمبر ٢١

١- الحياة صعبة، لكنك يا رب ترى عبدك يعيشها بمواساة نفسه بأن نهاية الطريق إليك، بتعويد عينيه على الانشغال بما أنعمت به عليه عما منعه عنه، وبتهدة قلبه بأنه تحت سمعك وبصرك

ورعايتك وحنانك.

٢- للمرة التي لا أدري كم خلال أيام أعيد تشغيل مقطع البحر الذي صوّرته في رحلة الإسكندرية، صوّرت هذا المقطع يومها لأنني -بطبعي الإنساني- أنسى، أردتُ أن أنظر هنا في الأوقات الصعبة وأسترجع ما شعرت به عندما كنت أنظر لهذا البحر الهائل، لشكل الماء على السطح وما لا أراه في العمق، ولصوت الموج على أحجار الشاطئ.

في كل مرة سأنظر فيها هنا سأتذكر أن الله عظيم وجليل، لم يخلقني وحدي ليُدْخِلني الشك أنه ستركني وحدي؛ فقد خلق كل هذا العالم بتفاصيله وما زال يُدبِّره ويُسيِّره، لا يشغله شأنٌ عن شأن. يومها نظرتُ في خط الأفق بعيني لكن عقلي رأى ما وراءه؛ بشرًا آخرين يتكلمون لغاتٍ مختلفة ولكل واحد منهم حياة ومتاعب وحكاية، وكلهم يراعاهم الله ويقضي لهم في أمورهم.

الدنيا صعبة، لكنني عندما أخرجُ من نفسي الضيقة أرى كم هي كبيرة والله القاضي في كلِّ هذا الملك، وهذا شيءٌ مُعْجَز ومُطْمَئِن.

٣- أحتاجُ رفيقة مذاكرة وسهر، نبسطُ أوراقنا في غرفة واحدة، أصنعُ لها شايًا وأناولُها في هذا البرد وأقول: «سيمرُّ الوقت الصعب

يا فلانة» لأنني أنا من يحتاجُ أن يسمع هذا ويُحسَّه في قلبه، أشرد قليلاً فينتشلني صوتهَا: «انتبهي يا فلانة؛ الوقت يجري وما سيبقى منه حصادُ جهدك فيه»، وأتعبُ من المذاكرة أو أوشك أن أستسلم فأراها منكفئة على أوراقها فأخجل أن يطلع الله على هذه الغرفة فيراها تجددُ دوني.

إنني لا أقع في الأيام الصعبة لأنني حزينٌ أو مُتعبة، اكتشفتُ هذا، ولكن عندما أكون وحدي مع حزني وتعبني في غرفة مغلقة. في وقتٍ كهذا أو منُ بشدة، وعلى عكس ما أميلُ إليه في أوقاتٍ أخرى من الانعزال والوحدة، أنَّ عليَّ ألا أكون وحدي، فإنما يأكلُ الذئبُ من الغنم القاصية، وأنا بوحدتي لا أفعل سوى أن أرعى ذئابي!

٧ جمادى الأولى ٤٣ - ١١ ديسمبر ٢١

يا رب؛ أنا الغريق الذي لا يرى قشة، لكنه يؤمِّلُ نفسه في أن يدك ستلتقطه.

١٠ جمادى الأولى ٤٣ - ١٤ ديسمبر ٢١

جاش في قلبي فجأة شعور بالقربى تجاه كل من يذاكر الآن في هذه الليلة الباردة، خرجتُ إلى الشرفة ونظرتُ حولي في كل اتجاه،

ورحْتُ أَعِدُّ النوافذ المضِيئة في هذه المنطقة الزاخرة بالطلاب الجامعيين حيث أسكن، أردت أن آنسَ بأمثالي؛ أمثالي في المذاكرة والسهر في البرد، وأمثالي في مجاهدة النفس لجمع التركيز في ورقة نذاكرها أو محاضرة نسمعها تكون لنا معذرة إلى ربنا؛ لنقول: يا رب كنا مُتعبين جدًّا، ولكننا كنا نجاهد أنفسنا، نجاهد أثقالنا التي تشدنا لأسفل، ونتصبر بجمال العاقبة على وحشة الطريق.

وددتُ لحظَتَها لو قلتُ لكل طالب مُتعب من أشياء كثيرة ويوشك أن يستسلم؛ إن الحياة لن تصير أسهل ولن تمنحك الفرصة التي تنتظرها لتذاكر، لننسَ كل شيء -الآن على الأقل- ولنتخيل أننا في الليلة الأخيرة قبل الامتحان والليلة الأخيرة لنا في الدنيا، ولنفعل ما بوسعنا على هذا الأساس ونحفظ في قلوبنا أملًا جميلًا: أن نتذكّر هذه الليلة الباردة في الجنة ونغبطُ كم جُزينا بها نعيمًا وقرّة أعين.

الحياة ليست سهلة، والدوسُ على القلب وجمع الهمِّ على الواجب ليسا يسيرين، لكن الله يسمعني ويراني ولن ينسى هذا مني.

١١ جمادى الأولى ٤٣ - ١٥ ديسمبر ٢١

١- في مكانٍ ما من العالمِ في هذا الوقتِ بالتحديد ثمة عجوزٌ

يتألم على سريرٍ غير مريح في مشفى، وفي مكانٍ آخر هناك طفلٌ يرتعش من البرد ويتسولُ الناس لقمةً في الشوارع ولا يؤبّه له، وفي مكانٍ ثالثٍ هناك امرأةٌ فقيرةٌ تمطرُ الدنيا عندها وليس فوقَ رأسها سقف، وفي بلدٍ آخر هناك رجلٌ يُقتلُ لأنه يشهد الله بالوحدانية ولمحمد - ﷺ - بالرسالة.

كلُّ أولئك وأنا دافئةٌ في غرفتي، تناولت وجبتي الساخنة وتذثرت بلحافك، ثم ذكرتُ همومي ونسيْتُ الله، وخيل إليّ أني أتعس إنسانٍ في هذه الدنيا!

اللهم سامحني عندما لا أراك، واعفُ عني حينما أَلْفُ نعماءك عليّ، وتب عليّ حين آسَفُ على ما فاتني ولا أنتبه لما في يدي. اللهم لك الحمدُ على هذه الأكلةِ الهنيئة، وهذه العافية الممتدة، وهذا الدفء في البيوت، وعلى كلمةٍ «لا إله إلا الله مُحَمَّدٌ رسول الله» دونَ أن أخافَ النطق بها.

دائمًا هناك ما أحمدُك لأجله، فاعفُ عني حين لا أوفيك من الحمدِ حقَّك، وحين أمتعضُ من بلاءاتٍ صغيرة، وحين أنسى أنك خلقتني ولن تنساني، لا تحرمني جميلَ ما عندك بقيح ما عندي؛ أنا جاهلةٌ وأنت عَفُو.

٢- الحمد لله الذي أحياني يوماً آخر؛ أهلي مُعافون وجسدي صحيح ورأسي تحت سقف يسترني وفي إنائي طبخة وأشهد أن لا إله إلا هو، لأرین الله من نفسي اليوم خيراً.

٣- كل يوم يبدو لي أن مجرد تنفسي في هذه الحياة نعمة، عندما أستيقظ وأجد أنني لم أمُت بعدُ يغمرني الامتنان؛ لأنني نمتُ ليلةً فرأيت أنني في يوم الحشر وترجيتُ الله أن يُعيدني فأعادني وأمهلني. عندما أستثقلُ أي شيءٍ أمرُّ به أتذكر ذلك المشهد -مشهد الحشر- ويرنُّ في أذنيَّ صوتُ النفخ في الصور وأذكر كم كنت مُروَّعة وأقصى ما أريدُ أن يُرجعني الله إلى الدنيا لأنني لستُ مستعدة، فأقول لنفسي: لو أن كل ما يتليني الله به منذ ذلك اليوم هو ثمن تلك الرجعة فقد أكرمني الله وأحسنَ إليَّ وتفضل.

الحياة ليست سهلة، لكن مجرد ردِّ أرواحنا بعد كل نومةٍ وامتلاك فرصة جديدة للاستدراك والإحسان فيما بقي منَّةٌ عظيمة، كون الباب لم يُغلق بيننا وبين استنقاذ أنفسنا من خسارة أبدية وحسرة دائمة هو مدعاة للغبطة، عندما أتذكرُ هذا كله وشيء من الدنيا يُحزنني أو يُشقيني أقول لنفسي: بالمقارنة إلى عدم احتمال استجابة الله لي ساعتها وإرجاعي فإنني أستطيع احتمال هذا.

أوشك أن أنام نومة أستيقظ منها يوم القيامة، حينها اسألوا الله لي أن أكون صدقتُ في عهدي واستحققت رجعتي.

١٢ جمادى الأولى ٤٣ - ١٦ ديسمبر ٢١

أوقات ثقيلة ولكنها نعمة، وأشغال صعبة غير أنّها منجاةٌ من كثرة التفكير وتدريبٌ على حسن التوكل.

يُحسن الله إلينا عندما يُخرُجنا من الأوقات التي يكون فيها أجمل ما في اليوم أنه ينتهي إلى هذه التي لا نريد فيها أن ننام خشية أن نصحو في اليوم التالي وشعورنا بمعيته أقل وإقبالنا على الانشغال أضعف.

كل الدعاء بمعية الله وولايته وعونه لكل طالب مشغول، إنكم تفعلون عظيمًا وله أجر ومثوبة، نحن إخوة بهذا المعنى من غير معرفة ولا تلاقي أوجه، بيننا دعاء متصل وتأملٌ للنوافذ المُضاءة وأنسُ بها، والله برٌّ لا ينسى لعباده خطوةً خطوها ولو كانوا عرجًا ومكاسير.

١٣ جمادى الأولى ٤٣ - ١٧ ديسمبر ٢١

أحيانًا تكون الحياة حديقة، أنا في هذه الحالة وردة في الظل. أحيانًا تكون مكتبة، وفي تلك الأوقات أسعى لأن أكون قصةً

جميلة يأسف القارئ لنهايتها وتستقر في ذاكرته طويلاً.

أحياناً تكون طبخة، لست سُكَّرًا كما يعتقد مَنْ يحبُّون ملاطفتي، عندما تكون الحياة طبخةً لا أستطيعُ أن أكون سوى القرنفل؛ مُنكَّهٌ قويٌّ ومُسكِّن، لكنَّه لاذعٌ إذا ما حاولت مضغه.

أحياناً تكون الحياة شُرْفَةً، وأكون نبتةً على السياج تُراقب المارة والعالم وتنشرُ أريجاً من وقت لآخر، أصعب ما في الأمر أنك حين تُقبل عليها بالمِقْصِّ لحزِّ أوراقها لا تمتلك قدمين لتركض.

أحياناً تكون الحياة رقعة شطرنج، عندها أنا حصان؛ قوانين حركتي تقيّد خطواتي وتحبسني، لكنها في الوقت ذاته توفر لي فرصةً لإبقاء ضميري نظيفاً، حيث يمكنني بشكلٍ ما أن أنقذ نفسي دون أن أؤذي أحداً، لكنَّ الحياة ليست مدينة فاضلة، وفي رقعة الشطرنج الموت حليفٌ من يتورَّع عن أكلٍ غيره.

وأحياناً كثيرة تكون الحياة مُطاردةً في كابوس، وكما في كلِّ مرّةٍ لا أجدُ حلاً وأوشكُ أن أسقط تحت سكين القاتل أقنع نفسي أنني عصفور، أقولها كثيراً للنفسي حتى أصدقها، تبدأ ذراعاي بالخفق والتلعثم حتى أطيّر، كنت أفسّر هذا بلا منطقية الإنسان في أحلامه، لكنني اكتشفت أنني في أحلك أوقاتي يُصيرني معنى الله في قلبي

عصفورًا، وأطير.

تتخذ الحياة أشكالًا كثيرة بوسعنا تجربتها والمرور من أحدها للآخر دون جهد، لكنَّ ما لم نُجربْه بعد، وما إذا مررنا به لن تكون هناك أشكال أخرى، هو أن الحياة غفوةٌ لا نذكرُ أين كنا قبلها ولا ماذا كنا نفعل، نستيقظ منها عندما نموت، نُذهل كثيرًا ونقول ونحن ننظرُ لأفراحنا وأتراحنا وقصصنا: يا إلهي! لقد كان هذا قصيرًا جدًا!

١٤ جمادى الأولى ٤٣ - ١٨ ديسمبر ٢١

١- صباحٌ جميلٌ، العصافيرُ على الأشجار، الشمسُ على الجدار، عندي خبزٌ وشايٌّ وفي قلبي إيمانٌ وهمّةٌ، لله الحمدُ هذا يومٌ جديدٌ رائع.

٢- عندما يضيقُ عليَّ الواقعُ أهربُ إلى أيامٍ وليالي يثرب عندما كانَ يعيشُ فيها سيّدنا مُحَمَّدٌ صلواتُ ربِّنا وسلامه عليه، فأجدُ هناك ما يشغلُ رأسي عن التفكيرِ ويفتحُ لقلبي طاقةَ سرورٍ على أيام سعيدة.

في ليلةٍ شتويةٍ كهذه الليلةِ مثلاً أحبُّ أن أتخيّلَ بيوتَ يثرب وقد انغلقتْ على أهلِها، وخلف تلك الأبوابِ صحابةُ رسولِ الله مع زوجاتهم وعيالهم يستدفئون داخلَ بيوتهم، ربما يُلاعب أحدهم

طفله، أو يتسامرُ مع زوجته، أو تُدَلِّكُ صحابيةٌ جليلةٌ قدمي أبيها..

يا ربَّنَا الجميل! قبل ساعتين فقط صلُّوا خلفَ رسولِ الله، سمعوا صوته يتلو كلامَ ربِّه؛ الكلامَ الذي أرسله اللهُ به إليهم، شَمُّوا رائحته، اكتحلت عيونهم برؤية وجهه الوضَّاء، ولربما سلَّم عليه أحدُهم فاطمأنَّت راحةُ يده في يده الشريفة، وأحدُهم كلَّمه، سأله سؤالاً فأجابه، أو أفضى إليه بهمَّ فواساه.

ما أسعدَ واحدَهم وهو يراه خمسَ مراتٍ في اليوم واللييلة، يعيشُ معه وهو يعرفُ أنه يتنفسُ نفسَ الهواء الذي يتنفسه، يجتمعُ معه في ليلةٍ كهذه في أرضٍ معركة، يجلسُ أمامه ويسمع مواعظه، ويا سعدَ أحدِهم إذا وجَّه إليه الكلام أو أشركه في الحديث!

على أيِّ هناءٍ سينامُ من يعرفُ أنَّه حين يستيقظُ سيري رسولَ الله - ﷺ - ويصلي خلفه ويسمع صوته؟ وفي أيِّ سلام نفسٍ من يعرفُ أنه إذا استعصى عليه فهمٌ شيءٍ في هذا الدين سيلجأُ إليه؟

صلَّى اللهُ على سيِّدنا مُحَمَّد، والحمدُ لله على نعمة هروبِ العقلِ إلى أيامِه في الشدائد، وعلى السلوى والسلام اللذين يمنحُهما مجردُ تذكُّره، ولعلَّ الشوقَ إليه مُبلِّغنا ما لم تبلغه بنا أيامنا.

٣- ليلة باردة جديدة، أحسبُ أن كلَّ مَنْ انتصر على نفسه

وعلى دفء اللحاف قد جاهد جهادًا كبيرًا وتحمل مشقة.

نحن لا نذاكر من أجل درجات الدنيا، بل لدرجات الآخرة،
عن نفسي أستمعُ بمذاكرة الفصل في وقته وأسبِّح بحمد الله تلذذاً
ودهشة، غير أنني نساءً وجرّبت هذا من نفسي كثيراً، والله فيما يقضي
حكمة.

كنت أقول لصديقتي العزيزة آية قبل قليل أنني لا أذاكر حتى
أنجح، وإذا اعتمد نجاحي في امتحانات الكلية بصعوبتها على ما في
دماغي فأين أنا وأين هو، لكنني بالرغم من ذلك أحاول حتى لا
يطلع الله مني على بطالةٍ أو دعة، وحتى أستطيع أن أرفع يدي وأقول
«يا رب» دون أن يتساقط وجهي.

يا رب؛ هذه أسبابي المكسورة وهذا جهدي الضعيف، أما
السعي فألزم نفسي به، وأما السداد فأكله إليك، لا حول ولا قوة إلا
بك، أنت البرُّ لا تحرمنا أجر الليالي الباردة ومكابدة المواد الصعبة.

١٦ جمادى الأولى ٤٣ - ٢٠ ديسمبر ٢١

١- أمطرت منذ قليل وتُطرُ الآن، أرفعُ يديَّ وأدعو بيقين مَنْ
يعرف أن ربنا حيٌّ لن يردَّ يديه صفراً.

يقولُ سيدنا عمر -رضي الله عنه- أن مَنْ أَلهم الدعاء استُجيب

له، وكنت أظنُّ إلهام الدعاء أن يجري به لساني وأناجي ربي به، ثم وجدتُ أنني عندما يضيقُ صدري ولا ينطلقُ لساني وتنوب دموعي عن كلامي أجد قلبي متوجهاً لله، فحسبتُ أن إلهام الدعاء أن يلهم الله قلبي التوجهَ إليه بشكايتي ولو لم أقدر على النطق بها.

هذا كلام من نوع آخر، أقول من بين شهقاتي واختناقي «يا رب» ولا أستطيع أن أنطق غيرها، وأوقن رغم ذلك أن دعائي واصل وأن الله عليم بحالي دون أن أبين، عليمٌ بحاجتي من غير أن أبسطها.

الحمد لله أنه الله، كيف كنتُ سأعيش لولا هذا!

٢- أشياء كثيرة في هذا الجو البارد من شأنها أن تجعل الوقت أجمل:

❖ شوي البطاطا على مدفأة تقليدية قديمة والتحلُّق حولها، الرائحة المنبعثة - مزيج الدفء واللذة الحلوة - من شأنها أن تُنسيَ أتعابَ اليوم وتفتح مجالاتٍ واسعة للأنس والسكينة بين أهل البيت.

❖ تثقيبُ ملابس الأطفال، من مُدَفَّئات القلب تلبسُ طفلٍ سترَةً صوفيةً أو حوربًا ثقيلًا ومراقبةُ دفئه مثلَ عصفور صغيرٍ مطمورٍ في كومةِ صوف، من شأن التأكد من دفء الصغار أن يسكب في

قلوب الكبار - أمهات وآباء وإخوة - غبطةً واطمئنانًا لانهائيين.

❖ تذكرُ الشارع عند كل تسرُّبٍ لقرصة صقيع رغم الاحتياطات والتدابير الوقائية، مَنْ لا يزال بالخارج تتجمّد أطرافه لأنه مضطرٌّ للعمل في هذا الوقت، وَمَنْ لا مأوى له ولا ملابس، حمدُ الله على نعمة البيت والللحاف والملابس الثقيلة والدعاء لمن فقدوها جزئياً أو كلياً من شأنه رفع منسوب الرضا في القلب.

❖ إعداد مشروبات ساخنة ومخبوزات ومشاركتها مع الآخرين، استنشاق الرائحة الساخنة بعمق ومراقبة العجين وهو يرتفع في الفرن وإهداء هذا الدفء للأجباء والأصدقاء مبهج وجميل، بوسع الملابس والأغطية أن تُدْفئ الأطراف والسطح، أما الداخل؛ هناك حيث روح الإنسان المتعطشة دائماً للمحبة، فيُدْفئُه قولك لفلان: «فكّرتُ فيكَ وأنا أصنعُ هذا، آمُلُ أن يُدْفئُ داخلَكَ ويمنحك شعوراً حلواً».

❖ فتحُ كتابٍ جيّد مناسبٍ لحالة الطقس، رواية تساعد على الدفء مثل «أبي طويل الساقين» لجين وبستر أو «چين إير» لشارلوت برونتي والعيش هناك حتى يهبط النعاس بتؤدة.

❖ المواساة بالمشاركة وتداول الأُنس بين الطلاب المضطرين لسهر الليالي الباردة، كلمةٌ طيبة من شأنها أن ترفع همّة

أو تهوّن معاناة الصقيع وتُشعر أحدهم أنه يفعل شيئاً عظيماً وأنه ليس وحده، ففي المدينة التي هو فيها - على سبيل المثال - مئاتُ الغرف المُضاءة بالليل، مئاتُ الكتبِ المفتوحة، ومئاتُ الفناجين على المكاتب.

القائمة غير منتهية، على غرار ما سبق يمكننا أن نستخلص من كل تفصيلةٍ صغيرة معنى من شأنه أن يجعل الوقت أجمل ويملأنا باطمئنان وغبطة غير قليلين.

٢٠ جمادى الأولى ٤٣ - ٢٤ ديسمبر ٢١

يا رب؛ سامحني حين أعملُ وأتَكَيُّ على عملي، وحين لا أعملُ ويُخجلني تقصيري من دعائك، وحين أدعوك وفي قلبي شكٌ أو في بالي غفلة.

لا حول ولا قوة إلا بك؛ أعِنِّي على الأسباب ولا تعلق قلبي بها، وارزقني خلاص النية لك، وحسن التوكل عليك، وعلو الهمة فيما خلقتني من أجله.

٢١ جمادى الأولى ٤٣ - ٢٥ ديسمبر ٢١

يا ربَّنَا يا جميلُ يا جليلُ؛ كل لمعةٍ في عين عبد من عبادك فرحاً بما أكرمته هي أثرٌ من آثار رحمتك وودك!

ما عرف الله ولا أحبه من رأى على مُسلم -يعرفه أو لا يعرفه-
 نعمةً فحسده عليها، تأملوا آثار رحمة الله في ضحك عباده في فرح،
 في دمعهم في فرج، في قرة أعينهم في رضا، والمسوا نداوة قلوبكم
 بحب هذا الرب الكريم، سبحانه لا تُنسيه مسألةً مسألةً، ولا يشغله
 عبد عن عبد، ولا يكبر عليه أمرٌ ولا يُعجزه شيء.

اللهم ما أمسى بي من نعمةٍ، أو بأحدٍ من خلقك، فمنك وحدك
 لا شريك لك، فلك الحمد ولك الشكر.

الحمد لله الذي يُرينا نعماءه على عباده فيضاعف حبنا إياه،
 ويُلهمنا مسألته، ويذكّرنا أنه لم يمنعنا عن بخل -حاشاه- وإنما له
 تدبير وتوقيت وحكمة.

٢٤ جمادى الأولى ٤٣ - ٢٨ ديسمبر ٢١

١- النهارات الشتوية الهادئة التي ينشغل فيها المرء بما يحب،
 هي شيء من أئمن ما يملك على الإطلاق.

مراجعة أخيرة -أرجو ذلك- لرواية (غرفة إسماعيل كافكا)،
 مشاعر كثيرة مختلطة وقشعريرة غبطة في قلبي.

٢- كل الامتنان للكتابة؛ لهذه القدرة الخارقة على الخلق
 وإعادة التشكيل، لكونها منحني طرقاً أنظف للبكاء وطرقاً أكثر

رزانة للتعبير عن البهجة، ولأنني عندما أحسُ بانعدام الجدوى تعيد ملأني بالشجاعة والثقة.

٢٥ جمادى الأولى - ٢٩ ديسمبر ٢١

١- زجاجة لبن في المُبرِّد، كتب صوتية كثيرة على الهاتف، عشر برتقالات رائعات، عُدَّة شاي طوعَ اليدِ وغرفة دافئة بسريرِ نظيفِ الملاءِ مُعطرِها، أشياء تُشرح ببساطةٍ معنى «حيزت له الدنيا».

٢- هذا واحدٌ من الأمسية الهادئة التي ينشرح لها الصدر بدون أسباب واضحة سوى لطف الله. صوت جارتى طالبة الطبِّ مترنمةً بالقرآن يصلني في غرفتي، وروائح طبخ جارات الطابق السفلي تغزو أنفي، أصوات الشارع المسائية خارج النافذة تُعيد ملأني بالطاقة: ما زال العالم مستمرًا رغم كل شيء، ومنظر السماء الزرقاء القريبة جدًّا يُخيِّل لي أنني مخلوقة وفيَّ القدرة على الطيران.

من بين سحابتين رقيقتين في قلبي أقول للعالم كله: مساء الخير.

٢٦ جمادى الأولى ٤٣ - ٣٠ ديسمبر ٢١

حصيلة قراءات ٢٠٢١، عام قراءة مدهش وسعيد!

بدأت العام بهدف قراءة مئة كتاب فزدت عليها عشرين. بوسعي تسمية هذا العام «عام الاكتشافات المدهشة» سواءً في قراءاته أو التطبيقات التي ساعدت على كثرة القراءة وتنوعها.

أفضل التطبيقات المُكتشَفة: "Storytel" للكتب الصوتية، و «أبجد» للكتب الإلكترونية.

كان عامًا مليئًا بالقراءة في كل مكان، لم تكن هناك ثغرة واحدة في الوقت بدون كتاب، سمعت كتباً كثيرة في المطبخ وأثناء التنظيف، وقرأت أخرى في أوقات الانتظار في الجامعة أو عيادات الأطباء.

[كتب]:

❖ "في ظلال القرآن - المجلد الأول" لسيد قطب

❖ "أم النبي" لعائشة بنت الشاطئ

❖ "فقه السيرة" للغزالي

❖ "الوصية الصغرى" لابن تيمية

❖ "العودة إلى الروح" لمحمد علي يوسف

❖ "وجاء أبو بكر" لخالد محمد خالد

❖ "عبقريّة الصديق" للعقاد

- ❖ "قصص الأنبياء" لابن كثير
- ❖ "أوروباء، تاريخ وجيز" لـجون هرست
- ❖ "راسخ، قصة الثبات وومضات الآيات" لأحمد الغانم
- ❖ "الروائي الساذج والحساس" لأورهان باموك
- ❖ "مَن يملأ الفراغ، الكيانات الدينية والثقافية في مصر بعد الثورة" لمحمد فتوح
- ❖ "الهشاشة النفسية" لإسماعيل عرفة
- ❖ "سيماء الأنوثة، نظرة شرعية تاريخية" لسارة هشام النوري
- ❖ "لن نصنع الفلك" لبلال علاء
- ❖ "الرميصاء" - سلسلة: في ظلال التربية النبوية لمحمد

حشمت

- ❖ "عظماء في طفولتهم" لمحمد المنسي قنديل
 - ❖ "البط الذي تمنى أن يظل أسود" لمهاب السعيد
 - ❖ "مداواة بلا أدوية" لمحمد المخزنجي
 - ❖ "حذيفة بن اليمان" - سلسلة: في ظلال التربية النبوية
- لمحمد حشمت

- ❖ "رسالة في الطريق إلى ثقافتنا" لمحمود شاكر
- ❖ "الكتابة بحبر أسود" لحسن مدن

❖ "فاتتني صلاة" و "لكنود" لإسلام جمال

❖ "غذاء للقبطي" لشارل عقل

❖ "كيف تتحدث فيصغي الصغار إليك وتصغي إليهم عندما

يتحدثون" لأديل فيبر

❖ "هذه رسالات القرآن، فمن يتلقاها؟" لفريد الأنصاري

[روايات]:

❖ "الحرافيش" لنجيب محفوظ

❖ "رأيت رام الله" لمريد البرغوثي

❖ "وُلدتُ هناك وُلدتُ هنا" لمريد البرغوثي

❖ "لعبة الملاك" لكارلوس زافون

❖ "ثلاثية الأمالي: أولنا ولد، وثانينا الكومي، وثالثنا الورق"

لخيري شلبي

❖ "چين إير" لشارلوت برونتي

❖ "نقطة النور" لبهاء طاهر

❖ "حوار بين طفل ساذج وقط مثقف" لأحمد بهجت

❖ "يوتوبيا" لأحمد خالد توفيق

❖ "الأرض" لعبد الرحمن الشرقاوي

❖ "الأسرى يقيمون المتاريس" لفؤاد حجازي

❖ "لا حواء ولا آدم" لأميللي نوثومب

❖ "المارستان" لمحمد الجيزاوي

❖ "خديجة وسوسن" لرضوى عاشور

❖ "قصة موت معلن" لغابرييل غارسيا ماركيز

❖ "السراب" لنجيب محفوظ

❖ "الرسام تحت المجلى" لأفونسو كروش

❖ "١٩٠٠، مونولوج عازف البيانو في المحيط" لأليساندرو

باريكو

❖ "ساعي بريد نيرودا" لأنطونيو سكارميتا

❖ "كتف بلا رأس" لبدوي خليفة

❖ "الجماليات النائمت" لياسوناري كاواباتا

❖ "شجرتي شجرة البرتقال الرائعة" لخوسيه مارو

فاسكونسيلوس

❖ "المحيط في نهاية الدرب" لنيل جايمان

❖ "العجوز الذي كان يقرأ الروايات الغرامية" للويس

سيبولفيدا

❖ "الملف ٤٢" لعبد المجيد سباطة

❖ "مذكرات الأرقش" لميخائيل نعيمة

❖ "الزوجة المكسيكية" لإيمان يحيى

❖ "في سبيل التاج" لفرانسوا كوبيه، تعريب المنفلوطي

❖ "مراعي الفردوس" لچون شتاينيك

❖ "المحاكمة" لفرانس كافكا

❖ "الحب في المنفى" لبهاء طاهر

❖ "جوج وماجوج" لباتريسيا ميلو

❖ "غرفة العناية المركزة" لعز الدين شكري فشير

❖ "أوسكار والسيدة الوردية" لإريك إيمانويل شميت

❖ "الغريب" لألبير كامو

❖ "أربطة" لدومينيكو ستارنونه

❖ "زقاق المدق" لنجيب محفوظ

❖ "إخضاع الكلب" لأحمد الفخراي

❖ "العودة إلى الروح" لتوفيق الحكيم

❖ "امرأة من صوف" لرغد النابلسي

❖ "أسطورة آخر الليل" و "أسطورة الجاثوم" لأحمد خالد

توفيق

❖ "كلاب الراعي" لأشرف العشماوي

❖ "الحياة الخفية لإيوريديس غوزماو" لمارتا باتاليا

- ❖ "النداء الرهيب للكائن كثلو" للافكرافت
- ❖ "حزن غير محتمل" لبيتر هاندكه
- ❖ "بلاد تركب العنكبوت" لمنى سلامة
- ❖ "مالم تروه ريحانة" لأدهم العبودي
- ❖ "أوراق شمعون المصري" لأسامة عبد الرؤوف الشاذلي
- ❖ "كبرت ونسيت أن أنسى" لبثينة العيسى
- ❖ "امرأة في النافذة" أ. ج. فين
- ❖ "حليب سوفيتي" لنورا اكستينا
- ❖ "ذئب وحيد" لإبراهيم أحمد عيسى
- ❖ "تاتي" لكريستين دوير هيكي
- ❖ "لا تقولي إنك خائفة" لجوزبه كاتوتسيلا
- ❖ "عزلة صاحبة جدا" لبوهوميل هرابال
- ❖ "الحجرات" لشيرين سامي
- ❖ "أفراح القبة" لنجيب محفوظ
- ❖ "مقتل بائع الكتب" لسعد محمد رحيم
- ❖ "حدائق الرئيس" لمحسن الرملي
- ❖ "نجع بريطانيا العظمى" لحسام العادلي
- ❖ "يلتهم نفسه بادئا بقدميه" لعبد الله الزيود

❖ "عطارد" لمحمد ربيع

❖ "الطاعون" لأليير كامو

❖ "البطل الصغير" لدوستوفسكي

❖ "بؤس" لستيغن كينج

[مجموعات قصصية]:

❖ "بيانو فاطمة والبحث عن حيوان رمزي جديد للبلاد"

لمحمد المخزنجي

❖ "نصف مرآة" لهويدا أبو سمك

❖ "لصوص النوم" لأمجد الصبان

❖ "أمثلة الوردية والنطاسي" لعدي جاسر الحربش

❖ "رأيتُ النخل" لرضوى عاشور

❖ "من الشباك" لأحمد خير الدين

❖ "البونساي والرجل العجوز" لسعود السنعوسي

❖ "البشر والسحالي" لحسن عبد الموجود

[سير ذاتية أو غير ذاتية]:

❖ "ماذا علمتني الحياة" لجلال أمين

❖ "حياتي" لأحمد أمين

❖ "الكاتبات والوحدة" لنورانا جي

❖ "أزقة الذاكرة، ذكريات الفافيل" لكونسيساو إيفاريسو

❖ "البدايات والنهايات، أعوام نجيب محفوظ" لمحمد شعير

❖ "رحلتي الفكرية، في البذور والجذور والثمر" لعبد الوهاب

المسيري

❖ "النسيان" لهيكتور أباد فاسيولينسي

❖ "في أثر عنايات الزيات" لإيمان مرسال

❖ "ظلام مرئي" لوليام ستايرون

❖ "إن أخذ الموت منك شيئاً رده إليه" لنايا ماريا آيت

[أدب رسائل]:

❖ "رسائل إلى سام" لدانييل جوتليب

❖ "٨٤ شارع تشيرنغ كروس" لهيلين هانف

[شعر ونصوص شعرية]:

❖ "بروتوكولات حكماء ريش" لنجيب سرور

❖ "كلنا في الحب أطفال يتامى" لحذيفة العرجي

❖ "جوابات حراجي القط" لعبد الرحمن الأبنودي

❖ الأعمال الكاملة لرياض الصالح الحسين

❖ "العهد الجديد كلياً" لآلاء حسانين

٢٧ جمادى الأولى ٤٣ - ٣١ ديسمبر ٢١

كَانَ عَامًا مَلِيًّا بِالطَّافِ اللَّهِ وَأَفْضَالِهِ؛ بِالْبَقَاءِ عَلَى قَيْدِ الْحَيَاةِ
رَغْمَ هَزَاتٍ عَنِيفَةٍ بِاحْتِمَالَاتِ نَجَاةِ ضَائِلَةٍ، بِاحْتِمَالِ أَشْيَاءٍ أَكْثَرَ مِمَّا
كَانَ فِي الظَّنِّ امْتِلَاكُ الْقُدْرَةِ عَلَى احْتِمَالِهِ، بِتَعَلُّمِ كَثِيرٍ مِنَ الدَّرُوسِ
الْحَيَاتِيَّةِ الَّتِي لَمْ تَكُنْ تُمْكِنُ بَغَيْرِ تِلْكَ الطَّرِيقَةِ؛ التَّجَاوُزَ عَلَى سَبِيلِ
الْمَثَالِ، قَوْلُ: «لَيْسَ شَرْطًا أَنْ تُحَلَّ هُنَا؛ هُنَاكَ آخِرَةٌ» كَالْيَةِ تَهْيِئَةِ
نَفْسِيَّةٍ، الْاِمْتِنَانِ لِأَنَّ الْوَضْعَ السَّيِّئَ لَيْسَ أَسْوَأَ مِمَّا هُوَ عَلَيْهِ، الْاِتِّبَاهَ
لِلْجَمَالِ فِي التَّفَاصِيلِ وَرَصْدَ النِّعَمِ فِي الْحَيَاةِ الْيَوْمِيَّةِ الْبَسِيطَةِ.

بِالْكَثِيرِ مِنَ الْوَقْتِ فِي الْمَطْبَخِ وَعِيشِ أَوْقَاتٍ جَمِيلَةٍ هُنَاكَ، قِرَاءَةِ
الْكَثِيرِ مِنَ الْكُتُبِ الْجَيِّدَةِ أَمَامَ الْفَرْنِ فِي اِنْتِظَارِ نَضْجِ الْعَجِينِ، وَسَمَاعِ
الْكَثِيرِ مِنْهَا أَثْنَاءَ غَسْلِ الْأَطْبَاقِ أَوْ تَقْطِيعِ الْخَضَرِ.

كَانَ عَامًا فَائِضًا بِكَرَمِ اللَّهِ عَلَيْنَا وَعَلَى مَنْ حَوْلَنَا، الْكَثِيرَاتُ مِمَّنْ
أَعْرِفُ أَنْجَبْنَ وَقَرَّتْ أَعْيُنُهُنَّ وَرَضِينَ، وَالْكَثِيرَاتُ تَزَوَّجْنَ
وَيَتَحَسَّنْنَ بِاسْتِغْرَابِ حَيَوَاتِهِنَّ الْجَدِيدَةَ مَصْحُوبَاتٍ -دُونَ أَنْ
يَعْرِفْنَ فِي الْغَالِبِ- بِكَثِيرٍ مِنَ الدُّعَاءِ، وَالْكَثِيرَاتُ خُطْبْنَ وَيَسْتَعِدِدْنَ
لِبْنَاءِ بَيْوتٍ دَافِئَةٍ، وَالْكَثِيرَاتُ وَأَنَا مَعَهُنَّ يُلْقِينَ نَظْرَةً عَلَى الْعَامِ

المنقضي فيحمدن الله كم أنقذهنَّ من أنفسهنَّ؛ من سوء الفهم
والتهور والانزلاق فيما لا رجوعَ منه إلا بفداحة.

الحمد لله اللطيفِ الكريم، لو عشتُ عامًا آخرَ فعندي الكثيرُ
مما أودُّ أن أُرِيَه فيه من نفسي خيرًا.



المعلم الثالث

بلدة العارفين أنفسهم
الرفيقيين بها

من أكثر ما يعوقُ تقدُّمَ المرءِ في طريقِ النجاةِ أن يكون جاهلاً
بنفسه؛ بإمكاناتها ومشاعرها وكيفية عمل دماغها ونقاطِ ضعفها
وقوتها، وبالتالي يُطالبُها بما لا تقدرُ عليه، وعندما لا تستطيعه
يجلدُها ويأسُ منها ويحقِّرها ولا يعودُ يرى فيها مزيةً.

وما يزيدُ المشكلةَ تفاقمًا أننا في هذا الزمانِ الصعبِ مُحاطون
دائمًا بإنجازاتِ الآخرين، ونُسقى كلَّ يومٍ كلامًا كثيرًا وعباراتٍ
تحفيزيةً للنجاح، ونُحقَّنُ بتصوراتٍ مبالغَةٍ في المثالية عن الإنسانِ
المُنجزِ والكُفءِ والناجحِ والنموذجِ، دون أيِّ اعتباراتٍ لاختلافاتنا
وفروقنا الفردية، ودون الأخذِ في الحسابِ بما يستطيعُ أحدنا عمله
وما لا يستطيع، ما يُنتجُ في النهايةِ إنسانًا مكتئبًا مُحبطًا دائمَ تفرُّعِ
نفسه: لماذا لستُ كهؤلاء!

في هذه الرحلة، رحلة النجاة اليومية، لا غنى للمرءِ عن أن يُعتقَ
نفسه من أسر النماذج المجتمعية الناجحة والأنماط الموحدة
للناجحين، وأن يمرَّ في طريقه ببلدة العارفين أنفسهم الرفيقين بها،
ويدخلها ويقيم بين أهلها ولا يفارقهم إلا وهو عارفٌ بنفسه، ما تقدرُ
عليه وما لا تستطيعه، ما يُمكن لها بالإصلاح وبذل الجهدِ وما لا
يُمكن مهما حاول، لا يفارقهم إلا وقد عرفَ نفسه وأصبح رفيقًا بها
عطوفًا عليها.

أذكرُ مرةً في حديثٍ مع طبيبي النفسي شكوتُ له أنني أجدُ صعوبةً كبيرةً في اتخاذ القرارات، صعوبةً تصلُّ إلى حدِّ العزوفِ عن القرار والتهرب منه، وكنتُ أقرُّ نفسي كثيرًا وألومُها لأنني بهذا لستُ قويةً كفايةً كالكبارِ الناضجين، فقال لي جملةً أذكرُ نفسي بها على الدوام: هناك أناسٌ لا يملكون هذه القدرة أصلاً (يقصد القدرة على اتخاذ قراراتٍ صحيحةً بثقة)، وليس مطلوبًا من كلِّ الناسِ أن يكونوا أساتذةً في هذا الأمر.

كانت تلك هي المرة الأولى التي أنتبه فيها إلى هذا العامل المهم من عوامل نجاتي: مَنْ أنا، وماذا أستطيع، وما حدود قدراتي. كانت المرة الأولى التي أكتشفُ فيها مدينةَ العارفين أنفُسَهم الرفيقين بها.

بعدَ أن استقرت هذه الفكرةُ في قلبي وتحركت في عقلي أيامًا رحتُ أبحثُ عن نماذجٍ لأناسٍ عرفوا أنفُسَهم واحترموا محدودياتَها وثمَّنوا لها مجهودها في الإصابة ورفقوا بها في الخطأ، ولأنَّ مَنْ يستهدي يهده الله فقد عثرتُ على ضالتي أولًا في شخصيتين عظيمتين من الصحابة:

الشخصية الأولى: سيدنا حذيفة بن اليمان رضي الله عنه، وقرأتُ عنه أنه -وهو هذا الصحابيُّ الجبلُ العظيمُ- باستقرأ بعض

مواقفه - خاصةً في غزوة الأحزاب - كان عنده:

[أمران:

▪ نوعٌ انحياشٍ وابتعادٍ عن مواطنِ الشرِّ، يؤثر في الإقدام.

▪ طولُ تفكيرٍ وتكرارٍ للفكرة، يؤثر في الإنجاز^(١)

وهو نفسه - رضي الله عنه وأرضاه - قال عن نفسه: «كان الناسُ يسألون رسولَ الله ﷺ - عن الخيرِ وأسأله عن الشرِّ؛ مخافةً أن يُدركني»^(٢).

علمني النظرُ في شخصيته - رضي الله عنه - وتأمل أفعاله ومواقفه أن أنظرَ إلى الصفاتِ الشخصيةِ والتكوينِ النفسيِّ نظرةً أرحبَ وأوسع، فأحررها من ثنائيةٍ (إما عيوب أو مميزات) الجامدة، وأؤمنَ أن الصفةَ الواحدةَ قد تكونُ عيباً في ظاهرها فإذا ما وُضعتُ في مواضعٍ حاجتها كانت مِيزةً ليست لآخرين، وها هو سيدنا حذيفة - رضي الله عنه - ينحاشُ عن مواطنِ الخطرِ ويكثرُ التفكيرَ في الأمرِ، لو نظرتُ إلى هاتين الصفتين في نفسي لقلتُ إنني دائمةُ الإحجامِ كثيرةُ التردد، ولكنَّ النبي ﷺ - يستخدمُ هاتين الصفتين فيه أحسنَ

(١) من كتاب (حذيفة بن اليمان رضي الله عنه في ظلال التربية النبوية، محمد حشمت، ص ١٠٧.

(٢) صحيح مسلم، ١٨٤٧.

استخدام ممكن، فَيُعَلِّمُهُ -وهو الذي يخافُ الشرَّ رضي الله عنه- وحده عن الفتن التي تكونُ بعده ﷺ، ويُخبرُهُ بأسماء المنافقين. فيتعجبُ المرءُ من أنَّ ما يمكنُ أن يعتبره كُتَّاب التنمية الذاتية وتجار النجاح والإنجازات إذا ما كانوا على عهد النبي وصحابته عيوبًا هو ما جعلَ سيدنا حذيفة -رضي الله عنه- صاحبَ سرِّ النبي ﷺ وعارفَ الفتن كما لم يعرفها أحد.

ذلك أن الإسلام لم يَجِءْ بقلبٍ واحدٍ يضعُ فيه الناسَ كلهم على اختلافِ طبائعهم وصفاتهم ليُخرجَهم صورًا مثاليةً متطابقة، وإنما هدفَ إلى استثمارِ خواصِّ كل إنسانٍ فيما تنفع فيه، وتهذيبِ الجائرِ من الصفةِ النفسية بالدين فلا تورِدُهُ ومَن حوله مواردُ الهلاك. فإذا كانت تلك نظريةُ الإسلام في التعامل مع الإنسان التي أنتجتُ عمليًّا صحابةً قَمَمًا وأمثلةً رغمَ بشريتهم، فلماذا ننزعُ عن هذا الجمالِ وهذا الرفقِ بالإنسانِ ونستوردُ لأنفسنا نظرةً قاسيةً لا تُراعي ولا تُهذِّبُ ولا تُصلح، ولا تفعلُ أكثرَ من تحويلِ المرءِ إلى آلةٍ إنجازٍ وتبليٍّ مَن يستعصي على التحولِ باحتقارِ نفسه واليأسِ من كلِّ خيرٍ تصيبُهُ؟!

والشخصيةُ الثانيةُ التي قابلتها في مدينةِ العارفين أنفسهم:

شخصية سيدنا كعب بن مالك رضي الله تعالى عنه، وهذا الصحابي عجبٌ والله، نقرأ الحديث الذي يروي فيه تخلفه عن غزوة تبوك فتعجب منه وندهش له ونُحِبُّه، وهذا الحديث الجميل يحتاج من كل مسافرٍ في طريق النجاة بنفسه وقفةً طويلة، وحتى لا يطول وقوفنا فيه أتخيرُ منه مواضع مهمة للتوقف عندها، وإن يكن الحديث كله مُهما. مكتبة سُر من قرأ

«عن عبد الرحمن بن عبد الله بن كعب بن مالك: أن أباه عبد الله، وكان قائد أبيه حين أصيب بصره، قال: سمعت أبي كعب بن مالك يحدث حديثه حين تخلف عن رسول الله ﷺ في غزوة تبوك، وحديث صاحبيه، قال: ما تخلفت عن رسول الله ﷺ في غزوة غزاها قط، غير أني كنت قد تخلفت عنه في غزوة بدر، وكانت غزوة لم يعاتب الله ولا رسوله أحدا تخلف عنها، وذلك أن رسول الله ﷺ إنما خرج يريد غير قريش، حتى جمع الله بينه وبين عدوه على غير ميعاد، ولقد شهدت مع رسول الله ﷺ العقبه، وحين تواتقنا على الإسلام، وما أحب أن لي بها مشهد بدر، وإن كانت غزوة بدر هي أذكر في الناس منها»^(١)

وأوقفُ هنا عند ثلاثِ نقاطٍ مُدهشات:

الأولى: هذا حديثٌ يروي فيه سيدنا حذيفة -رضي الله عنه- قصة تخلفه عن غزوةٍ مع رسول الله ﷺ، هذا التخلُّف الذي كان ذنباً عوتب فيه -رضي الله عنه- وعُوقب عليه حتى نزلَ حكمُ الله: ﴿وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خُلِفُوا حَتَّىٰ إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوْا أَن لَّا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ﴾^(١)

لكنَّ سيدنا كعباً -رضي الله عنه- لم يخجلُ به بقيةَ عمره، بل حكاها في كبره لابنه بتفاصيله، وهذا عندما أنظرُ إليه من مظاهرِ العطفِ على النفسِ وعدمِ مؤاخذتها بالذنبِ الذي غُفِرَ لها، لأنه حين عفا عنها وتجاوزَ زلتها حكاها لابنه دونَ غضاضة، وأشجع الوالدين هم الذين يربون أولادهم بتعليمهم من الأخطاء التي ارتكبوها هم أنفسهم.

الثانية: من المُفترضِ أنه سيحكي لابنه عن ذنبِ عمله وزلةٍ زلَّها، فالذي يتوقعه إنسانُ هذا العصرِ حين يتخيلُ نفسه سيستمعُ إلى قصةِ ذنبٍ وخبرِ زلةٍ أن تكونَ البدايةُ من الندم، لكنَّ سيدنا كعباً -رضي الله عنه- لا يفعلُ ذلك، وإنما يفتتحُ الحديثَ افتتاحيةً عجيبةً إذ يبدأُ بالمأثرةِ قبلَ الذنبِ! لا يقولُ: تخلفتُ عن رسول الله

في غزوة كذا يوم كذا، بل يقول: «ما تخلفتُ عن رسولِ الله ﷺ في غزوةٍ غزاها قط!» ويستثني منها غزوة بدرٍ التي لم يُعاتب الله ورسوله أحدًا تخلفَ عنها لأنها لم تكن لقتالٍ وإنما لإصابة غير قريش.

ولا يكتفي بهذا، بل ينتقلُ منه إلى ماثرةٍ أخرى وهي شهودُ بيعة العقبة مع الرسول -ﷺ- حين توثقوا على الإسلام. فهو بهذا يذكرُ ماثرتين قبلَ ذنب، في إشارةٍ لطيفةٍ إلى وجوبِ ألا يخلعَ المرءُ عن نفسه كلَّ خيرٍ إذا أذنب، وهو يحقق بذلك وصية النبي -ﷺ- في نفسه: «لا يحقرنَّ أحدُكم نفسه»^(١).

الثالثة: أن له تقييماً خاصاً لا يستقيه من تقييمِ الناس، ورأياً في نفسه غيرَ متأثرٍ بآرائهم، فهو يقولُ عن شهودِهِ بيعة العقبة: «وما أحبُّ أن لي بها مشهدَ بدر، وإن كانت غزوةٌ بدرٍ هي أذكرُ في الناسِ منها!»!

(١) حديثٌ صحيح رواه أبو سعيد الخدي رضي الله عنه، المصدر: تخريج سير

أعلام النبلاء ١١/ ٢٣٤-٢٣٥، نص الحديث بالكامل:

«لا يحقرنَّ أحدُكم نفسه أن يرى أمراً لله فيه مقالٌ فلا يقولَ فيه، فيُقالَ له: ما

منعَكَ؟ فيقولُ: مخافةُ الناس، فيقول: فيأبَي كُنْتَ أَحَقَّ أَنْ تَخَافَ»

والشاهدُ الذي ذكرتُ الحثَّ من أجله هنا ألا يحقرَ الإنسانُ نفسه ويغمطها.

فها هو يمتلك نظرة خاصة لأفعاله مقياسها الشرع وما يحب الله ورسوله لا كثرة ذكر الناس وتقييماتهم، فهو يذكر بعد الحديث عن غزوة بدر التي لم يحضرها أنه شهد بيعة العقبة، ويقول إنه لا يحب لو أنه كان شهد بدرًا وغاب عن العقبة على الرغم من أن الناس يذكرون بدرًا ومن شهدها بالثناء أكثر من ذكرهم العقبة ومن حضروها إنسان يحفظ لنفسه صنائعها الجميلة التي يرجو بها المكانة المتميزة عند ربه، ولا يقللها من عينه عدم إدراك الناس قيمة ما شهداه ولم يشهدوه.

ثم ينتقل إلى قصة تخلفه فيقول: «كان من خبري حين تخلفت عن رسول الله ﷺ في غزوة تبوك أني لم أكن قط أقوى ولا أيسر مني حين تخلفت عنه في تلك الغزوة، ووالله ما اجتمعت لي راحلتان قط حتى اجتمعتا في تلك الغزوة»

وقد علمني هذا أن من دلائل العطف على النفس الصدق معها عند استحضار الذنب حتى يصدق في الإفادة من التجربة والإفادة بها، فهو لا ينتحل لنفسه أعذارًا للتخلف، بل على العكس يؤكد أنه لم يكن أقدر على غزوة من هذه الغزوة، وفي هذا قمة التصالح مع الذات في خطئها المغفور، لأنه لو لم يتصالح لتجنب الحقيقة وفتش عن الأعذار، ومن يفعل ذلك يظل أسير خجله من ذنبه، ذلك

الخجل المذموم المُقعد عن كل فضيلة بعده.

ثم يقول رضي الله عنه: «فجئت أمشي، حتى جلست بين يديه، فقال لي:

ما خلفك؟ ألم تكن ابتعت ظهرك؟

قال: قلت: إني يا رسول الله، والله لو جلست عند غيرك من أهل الدنيا، لرأيت أني سأخرج من سخطه بعذر، ولقد أعطيت جدلاً، ولكن والله لقد علمت لئن حدثتك اليوم حديثاً كذباً لترضيني عني، وليوشكن الله أن يسخطك علي، ولئن حدثتك حديثاً صدقاً تجد علي فيه، إني لأرجو عقابي من الله فيه، ولا والله ما كان لي عذر، والله ما كنت قط أقوى ولا أيسر مني حين تخلفت عنك»

وهنا مظهر آخر من مظاهر الرفق بالنفس والعطف عليها وتقديم نجاتها على كل اعتبار آخر، وإن تكن النظرة الظاهرية السطحية تفضي إلى أن سيدنا كعباً - رضي الله عنه - قد جلب على نفسه غضب النبي - ﷺ - وقد كان قادراً على أن يتجنب هذا الغضب؛ بأن يعتذر بأعذارٍ كما فعل غيره، ولكنه كان يعلم أنه لن ينجو بهذه الطريقة، كان يعرف أن نجاته الحقيقية في أن يصدق، حتى وإن جلب عليه هذا الصدق كرباً عاجلاً، لكنه بإشفاقه على نفسه يختار لها الطريق الصحيحة لا السهلة، والطريق الصحيحة صعبةٌ وشاقةٌ، وهذا لا يثنيه عنها مهما أتعبت نفسه.

من هنا تعلمتُ أن الرفقَ الحقيقيَّ بنفسِي أن أُسارعَ بالاعتراف
بخطئها من قريب، وألا أطيلَ عليها المسافاتِ مما يُصعبُ عليها
التراجعَ كلما طال الإنكارُ وكثرَ انتحالُ الأعذار، وأن عظمي عليها
بحقٍّ يتمثل في أن أدققَ الطرقَ التي تقفُ على مفارقها لأعرفَ أيها
طريقُ نجاةٍ وأيها يتظاهر بذلك وليس.



من هذين النموذجين الجميلين المُدهشين ونماذجَ أخرى
تعلمتُ ضرورةَ أن أعرفَ نفسي وما تقدرُ عليه لأراعيها وأرفقَ بها،
وأن أتوقفَ عن إلصاق الوصمات على جبهتها بالعيوب، وأن
الصفاتِ الشخصية غير المحبوبة ليست على الدوامِ عيوباً، بل
ليست عيوباً أصلاً إذا ما أحسنتُ تهذيبها ووضعها حيث تنفع، وأن
عظمي الحقيقيَّ على نفسي هو أن أربيها وإن أتعبتها، وأن أضع
أخطاءها وزلاتها في أحجامها دون تضخيمٍ أو مبالغة، وألا تجعلني
هذه الأخطاء وتلك الزلات أياسُ منها وأنفي عنها كلَّ خيرٍ
وفضيلة.

كانت مدينةُ العارفين أنفسهم الرفيقين بها محطةً فارقةً في
رحلتي، تزودتُ منها زاداً فكرياً ومعنى لن أنساها بسهولة، ولن
تزال هذه المدينة الهادئة المطمئنة معلماً مميزاً على خريطتي أعودُ
إليها متى ما تاهتُ مني نفسي.



خطوات الأيام -المسافة الرابعة-

٢٨ جمادى الأولى ٤٣ - ١ يناير ٢٢

بدأتُ اليوم قراءة كتاب اسمه (الوجود والعزاء) لكاتبٍ يُدعى سعيد ناشيد، وأدهشني - وأسعدني في الوقت ذاته - أني وجدتُ فيه فلسفةً أعتمدها في حياتي في السنين الأخيرة دون أن أطلعَ عليها في كتابٍ أو ينصحني بها أحد، هذه الفلسفة تتجلى في قوله:

«حينَ نتمثّل العيش باعتباره نجاة، حينَ نتمرّنُ على اعتبار كل لحظةٍ من لحظات الحياة بمثابة نجاة، حينها سنمتلك فرصة سانحة من أجل التعامل مع لحظات الحياة على نحو احتفالي يجعل الحياة في النهاية جديرةً بالحياة.

بالمعنى السياسي كلنا ناجون من الحروب الكونية، ومعسكرات الإبادة، والمعتقلات السرية، والحروب الأهلية، والتفجيرات الإرهابية..

بالمنظور التاريخي أيضًا نحن نمثل سلالة الناجين من النيازك والوحوش والأوبئة ومختلف عوامل الانقراض، بل إننا لسنا سوى نسل المنحدرين من سفن النجاة.

غير أننا ناجون بالمعنى الوجودي كذلك، ناجون بكل المعايير وفي كل مراحل العمر: ناجون من العدم حين نُوجد، ناجون من الإجهاض حين نُولد، ناجون من الموت المبكر حين نكبر، ناجون من الإدمان والجنون والانتحار حين ننضج، ناجون من حوادث السير والغرق والشجار حين نشيخ..

حينما أتمثل الإحساس بالنجاة على هذا النحو من القناعة والاقتناع فسيتابني شعور عظيم بالامتنان، وبالاتجاه بكل لحظة أعيشها مع نفسي ومع الآخرين، وبالتالي سأمتلك القدرة على العيش بكثافة وعمق في معظم أوقات الحياة..

٣٠ جمادى الأولى ٤٣ - ٣ يناير ٢٢

خضتُ اليوم امتحاناً في دورة تركوية، ورد فيه سؤالان أحبُّ أن أحفظ بإجابتيهما لأعود إليهما من وقتٍ لآخر.

السؤال الأول عن صفةٍ من صفاتِ الله وكيف أروِّض نفسي عليها.

جوابي: صفة السيد، ويمكن ترويض نفسي عليها بتذكر أنني لم أخلق نفسي لأكون سيدة نفسي، وأنني إذا أردت أن أكون حرة فهذا يقتضي أن أضطلع بتدبير قدرتي ورزقي، فليس من المنطقي أن

أرفض العبودية وأحتفظ - عقلا - بتدبير الله لي ورزقه إياي، وهو شيء لا يحصل لأن الله لا يُحكّم الناس في أقدارهم وأرزاقهم، على أني لو مُكِّنْتُ من ذلك لأفسدتُ حياتي، لأنني سأحوذُ سلطةً على جهل، من هنا يمكن أن أربي نفسي على العبودية لله لأنه ملك تمام القدرة مع تمام العلم مع تمام الرحمة وإرادة الخير لي.

شيء آخر: إذا أردت أن أكون حرة فهذا يقتضي أن أرضى بأن يكون الناس كلهم أحرارا، والحرية لا تكون حرية إلا إذا أمِنَّا عواقبها، لأن عقابي في النهاية على شيء فعلته يعني أنني لم أكن حرة في فعله منذ البداية، فإذا أمنت وأمن الناس عواقب ما نفعل كيف سنعيش؟ أي شيء سيردنا عن الشر وأذى الغير؟ لو كنت حرة وكان الناس أحرارا لفسدت الأرض، لغدت حياتي جحيما لا أحتمله، ولغدت مظالمي أبدية بلا أمل في الخلاص والقصاص.

الحرية إذا هي إيكال أمري إلى نفسي بكل جهلي وضعفي وعجزِي، شيء مخيف!

السؤال الثاني لا أذكر فحواه بالضبط، ربما كان عن فائدة استفيدها من آيات في سورة القصص تتناول قصة سيدنا موسى عليه السلام.

جوابي: أن معرفة الوجهة لا تُغني عن سؤال الهداية، وأنه برغم

طول رحلة سيدنا موسى -عليه السلام- وما كان فيها من مشقة وكبد وخوف وكل ما مر عليه في طريقه لم يسرد القرآن بعد انتهاء هذه الرحلة إلا مشهد تطوعه، خطر لي من هذا أن المهم ليس ما أعانيه في الدنيا وإنما ما سيبقى في قلبي رغم المعاناة وما سأعمله فيها، وأن بداية تفريج الكرب حسن البلاء فيه سواء مع الله بطلب العون منه: «عسى ربي أن يهديني سواء السبيل»، أو مع النفس بعدم التقصير في الأخذ بأسباب رفع البلاء عنها كخروج سيدنا موسى إلى المدينة نجاةً بنفسه، أو مع الناس ببذل ما في الوسع لهم ثم استنزال الرزق من الله: ﴿فَسَقَى لَهُمَاءً تَوَلَّى إِلَى الظِّلِّ فَقَالَ رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ﴾.

٦ جمادى الآخرة ٤٣ - ٩ يناير ٢٢

أنا سعيدة اليوم بشكل استثنائي، وما يُعجبني أن الأسباب ليست مُبهرّة أو صعبة، إنها انتصاراتي العادية البسيطة، لكنني فرحة بها إلى حد أنني أريدُ توزيع شاي ساخن على كل سكان العالم بهذه المناسبة.

٧ جمادى الآخرة ٤٣ - ١٠ يناير ٢٢

يوم جديد مليء بالنعم، عندي أكلة هنية، وماء نظيف، وغرفة دافئة، وعافية وسلامة، وأهلي بخير، وما زلتُ على كلمة الإخلاص، سأفرحُ بهذا كله اليوم إلى أقصى حدٍّ ممكن.

٨ جمادى الآخرة ٤٣ - ١١ يناير ٢٢

١- اللهم آتني مالا كثيرا أنفقه على كسوة الأطفال في الشتاء، وعلاج المرضى الفقراء، وترك النفقات تحت أبواب المساكين.

٢- حدثت هزة أرضية الليلة، شكّل الباب وهو يهتز مخيف، فكرة احتمال أن تكون هذه النهاية تجعل القلب يرتجف، على المرء أن يتذكر دائما هذه الـ «يا رب لست مُستعدا بعد، أمهلني».

اللهم إنا نستغفرك ونستعينك، ونؤمن بك ونتوب إليك، لا حول ولا قوة إلا بك، ظلمنا أنفسنا وإن لم تغفر لنا وترحمنا لنكونن من الخاسرين.

٩ جمادى الآخرة ٤٣ - ١٢ يناير ٢٢

هدّئ قلبي يا رب في الأوقات الصعبة؛ حتى لا أعجز وفي يديّ سبب، وحتى لا أياس عندما أعدم الحيلة.

١٠ جمادى الآخرة ٤٣ - ١٣ يناير ٢٢

أحيانا لا تفوتنا السعادة وإنما يفوتنا الانتباه لها، لقد عشتُ أشياء كثيرة سعيدة في الوقت الذي كنتُ أنتظر فيه أن أكون سعيدة، وتعلمتُ أننا نطلبُ السعادة ولكن علينا أن نكون مستعدين لها بإبقاء حواسنا مُسرعة وقلوبنا حسّاسة، وأنها لا تجيء دائما في

الصورة التي طلبناها.

ليلة جمعة مُنتهى اللطف، لن أُفوّت في جوّ كهذا تخميرَ عجيينٍ من أجلِ فطائرِ الصباحِ، وفتحِ كتابٍ جيدٍ، والتحفُّزِ لالتقاطِ كلِّ معنى جميلٍ، والسرورِ بأبسطِ الأسبابِ المتاحة.

١٣ جمادى الآخرة ٤٣ - ١٦ يناير ٢٢

اليوم تم الإعلان عن روايتي الثانية، سعيدة للغاية، الحمد لله على نعمة الكتابة.

١٤ جمادى الآخرة ٤٣ - ١٧ يناير ٢٢

في ضيق امتحانات الكلية المعتاد. أعني يا ربّ على وقتي الضيق، ولا تكلني إلى نفسي الهلوعة، وكثّر لي ثمارَ جهدي القليل، واجعل عاقبتني خيرًا في الأمور كلّها.

مكتبة

١٧ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢٠ يناير ٢٢ t.me/soramnqraa

لك الحمد يا رب؛ لأنني كلما أعددتُ كوبَ شاي وشعرتُ بسخونته بين يديّ وفي فمي اغتبطتُ بنعمة العافية والستر والمسرات الصغيرة.

ولأنني كلّما تذكرتُ ما فقدتُ نظرتُ إلى ما بين يديّ، وكلما

خطر لي ما لاقيتُ قلتُ لنفسي: كان بالإمكان أسوأ مما كانَ ولكنَّ
الله سلّم، فهدأت نفسي.

ولأنك هديتني لطريقة جميلة أخرج بها من حزني بنظافة، وهي
أن أتأمل السماء وأفكر أنك فوق عرشك تطلع عليّ وترى حالي، لا
يشغلك شأنٌ عن شأني ولا يخفى عليك رغم هذا الكون الفسيح
حالي.

ولأنني في أوقاتٍ كثيرة وثقيلة شعرتُ بأنني لن أستطيع العيش
بعد الآن، والآن كلما نظرتُ خلفي قلتُ دهشةً: يا إلهي؛ كيف
نجوتُ من هذا كله!

لك الحمد يا رب؛ لأن أبسط الأشياء تستطيع تغيير مزاجي،
لأنني لا أرى أيّا من نعمك عليّ بسيطاً، وهذا ما يجعل لها في قلبي
كل هذي الحفاوة.

١٨ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢١ يناير ٢٢

في قلب كلّ منا حاجةٌ يتجمّعُ دمعُه عندما يرفع يديه ليطلبها،
وفي حياة كل منا كربٌ يُصيبه الوجَلُ كلما خطرَ له أن الله قد يُطيلُه
عليه أكثر، وفي روح كلّ منا ينكسرُ شيءٌ ما إذا حانت منه التفاتةٌ إلى
الخلف.

لكلّ هذا ندعوه دعاء المُضطرّ، دعاء الغريق الذي لا يطفو به على الماء إلا أمله في أن تُخرجه يدُ الله، وخياله الذي يُصبر به نفسه أنه عندما يخرج من البحر سيجفّ ويدفأ.

يا ربّ يا رحيم؛ لا تُخَيِّب أملَ عبدٍ كسيرٍ لا يعرفُ غيرك.

٢٠ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢٣ يناير ٢٢

يقول إدواردو غليانو: «يتولى العالمُ الذي نعيشُ فيه تخريبَ أرواحنا، وهو ما ندعوه بالنضج»، وهذا صحيح إلى أبعد مدى، إذ ما تعريف النضج عندما نريدُ تعريفه؟ أن نُدركَ أن الحياةَ ليست ورديةً، أن حيواتنا على وجه الخصوص ليست قصصاً رومانسية حيث تتعقد الأمور أحياناً ولكن يصير كل شيء - حتمًا - بخير، أن حكاياتنا وعلاقاتنا وجروحنا وقصصنا الحزينة ليست أفلاماً هوليووديةً لتنتهي نهاياتٍ سعيدةً من تلك التي ينتصر فيها الخير على الشر أو يُثبت الحبُّ جدارته أو تعتذر لنا الأيام بالانتقام.

النضج هو تبديد نظرتنا الطفولية للعالم، استبدال عُلب ألواننا بالضمادات في تعاملنا مع الحياة، هذا التحول الحزين الذي نكتشف به أننا في هذا العالم جرحى حربٍ لا رسامين سعداء، والذي نفهم به أنَّ الأحلامَ جميلةٌ لأنها مستحيلة، هذا النضج هو

تخريب أرواحنا حقًا، الأرواح الطريّة التي وُلدنا بها والتي كانت أغلى ما حصلنا عليه يومًا ما لأنها كانت ترى الحياة أبسط وأسهل وأخفّ.

٢٣ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢٦ يناير ٢٢

غداً أول يوم للرواية على الأرفف، بين الأيدي، وفي البيوت. الرهبة التي يثيرها فيّ هذا الأمر لا حدود لها؛ مسؤولية الكلمة من ناحية والخوف أمام تجميد عالم إسماعيل وغرفته على هذا الوضع من ناحية أخرى، أنا التي تلخبط رأسها مفترقات الطرق فترتك وتشرّد حين يتوجّب عليها النطق بالخيار، أقع الآن في مشاعر متضاربة ليس من السهل تصنيفها من حيث السوء والجودة.

لكنني عندما أتذكر الأوقات التي قضيتها في الكتابة أشعر من هذا بالدهشة؛ لقد كنتُ في عالم آخر، عالمٍ في رأسي، ركضت إليه في كثيرٍ من الأوقات العصيبة، وهربتُ منه مراتٍ كثيرة شعرت فيها بثقل مسؤولية تقرير المصير، وعدتُ إليه مراتٍ أكثر؛ مفتونةً بلذة المشي بأعين مفتوحة ومغمضة في الوقت ذاته.

لقد أجاب الكثير من الروائيين عن سؤال «لماذا نكتب الرواية»، لا أدري إن كان قالها أحدٌ من قبل: أحياناً نكتب الرواية

من أجل تجميل صورتنا الذاتية عن أنفسنا، لنرى أننا أشجع، أكثر إقدامًا على الاختيار من متعددات الحياة وأكثر جرأة على تلقي أسئلة المراحل الجديدة، ولا شيء أنسب لهذا من خلق عالم روائي تطرح فيه الخيارات التي تناسبك فقط، بل وتضع فيه خيارك المفضل.

لكن الرواية تنتهي، وتكتشف أن الكاتب لا يصيرُ بالكتابة نسخةً أجمل من نفسه، وغاية أمله أن يكون بكتابته قادرًا على أن يُوقد شمعةً في قلبٍ ما، يطرح سؤالاً في رأسٍ ما، أو يساعد نفسه على أن يكون أهدأ.

سأظل أذكرُ الوقتَ الذي كتبتُ فيه كل كلمة، دهشة الخاطرة الأولى، لحظات الإسراع إلى الحاسوب، وأيام الجلوس بخيبة أمل أمام الورق الأبيض، ولحظة تسليم الملف النهائي لدار النشر، حين اكتشفت أنني كنت أطيّر عاليًا في الهواء، ثم عدتُ إلى الأرض وفتحتُ عيني.

وداعًا يا إسماعيل، عسى أن تجدَ على الأرفف أماكن أرحب من غرفتك الخانقة، وعسى أن تكون على قلوب القراء أكثر خفةً مما كنتَ في رأسي.

٢٤ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢٧ يناير ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. يُخبرني الصقيع والتماس الدفء كم أنَّ العائلة هي أئمنُ ما يمكن أن أحوزه، في ليالٍ كهذه تذوبُ كل خلافاتي مع أهلي مقابل أن أجلسَ معهم حولَ مدفأة، أنسى استفزازات إخوتي وكل ما أود فعله أن أنكمشَ معهم تحتَ لحافٍ واحدٍ أمام مسلسل الرسوم المتحرّكة المفضل لنا منذ الطفولة، أبيع كل انتصاراتي لتناولني أُمي كوب الشاي الساخن وتساألني إذا كنتُ دَفَأْتُ رجليَّ بما يكفي من الجوارب.

مساء جمعة سعيد في ليلة شتوية باردة، رعى الله بالدفء والمحبة بيتنا الجميل؛ جميل مهما يكن فيه من خلافات ومشاكل، لأن أي مشكلةٍ في العالم أصغرُ من ألا يكون لي بيت وأهل وأحبابٌ ولحاف أمدُّ رجليَّ معهم تحته في غرفة المعيشة أمام التلفاز.

٢٥ جمادى الآخرة ٤٣ - ٢٨ يناير ٢٢

ما رأيتُ مسكيناً كالإنسان؛ تُهدُّه ربتةٌ على الظهر، وتُحوِّجُه الأوقات الصعبة إلى صوتٍ يُخبره بأكثر الأشياء بدهاءةً التي يعرفُها: الله كريم، والدنيا مارة، وأنت ناجٍ بما يعلم الله في قلبك.

٢٧ جمادى الآخرة ٤٣ - ٣٠ يناير ٢٢

لحظة الدخول في السرير بعد يومٍ مُتعبٍ تلا ليلةً قضيتها

ساهرة، اللحظة السحرية المشبعة بالسلام والغبطة وأنا أريحُ
عظامي وأنومُ قلبي، ولحظة أمدُّ يدي لأوقد الضوء صباح اليوم
التالي: لقد مرَّ ذلك اليوم الصعب، هذا يومٌ جديدٌ رائع، صباح
الخير يا غرفتي الحبيبة، صباح الخير أيها العالم.

٢٩ جمادى الآخرة ٤٣ - ١ فبراير ٢٢

كُلُّ مَرٍّ يَمُرُّ، ليست هنا تكمن شكوكي يا رب، لكنني أخشى أن
يكونَ المتبقي في قلبي بعدَ تجاوزِ هذا كُلِّهِ غيرَ كافٍ لما بعده.

ما يُخيفُنِي حقًا هو فقدان الطاقة، الزهدُ في الأحلام، وأن
ينخفضَ منسوبُ الحماسةِ في قلبي فأُنظر بعينين باردتين لكل شيء.

ما يُخيفُنِي هو أن أتحوّل إلى نسخةٍ أسوأ، نسخةٍ هامدة، لا
مُبالية، تراقبُ الأيام بكسلٍ وهي تمر.

اجعل يا رب المُرَّ يَمُرُّ بعيدًا عن قلبي، واحفظ لي روعي في
منجاةٍ من الكسل والتلوث والبرودة، وأبقِ شمعتي مُشتعلةً عمري
كُلَّهُ.

١ رجب ٤٣ - ٢ فبراير ٢٢

(غرفة إسماعيل كافكا) من الأكثر مبيعًا في جناح دار النشر
بمعرض الكتاب، هذا شيء مبهج جدًا وسط كل هذا الضغط

والشعور بالاختناق.

٣ رجب ٤٣ - ٤ فبراير ٢٢

١- اليوم مررتُ بجناح دار النشر في المعرض قبل المغرب لأخذ نسختي من الرواية، قال لي أستاذ أحمد ضيوف إنه لم يبقَ سوى ثلاث نسخ وإنه لا يستطيع أن يُعطيها لي بينما يسأل عنها القراء، بقدر ما أسِفْتُ لعدم تمكيني من أخذ نسخة لصديقتي أسماء حيث سأبيت الليلة فرحتُ بانتهاء نسخ الطبعة الأولى في هذا الوقت القصير، الحمد لله، لقد نقلَ إليَّ بعضُ الأصدقاء المُشتغلين في الكتابة والنشر مخاوفهم من عدم نجاح الرواية لصدورها بعد ستة أشهر فقط من الرواية الأولى، يتبين لي الآن أن هذا لم يحدث.

٢- ليلة جمعة سعيدة. نحن نكتف حياتنا بالمبيت مع الأصدقاء، نصنع الذكريات الدافئة بمدّ أرجلنا معهم تحت لحافٍ واحدٍ وقزقة اللبّ بينما تهدر القنوات الإخبارية، نكتشفُ دروسنا المستفادة من تجاربنا بالسهر معهم والفضفضة حتى آخر الليل.

ليلة جمعة سعيدة من بيت صديقتي الرائعة أسماء عويس، حيث الدفء للذكرى، والسمُرُ للأنس، وتفسيراتها نصوصَ إسماعيل للضحك والكركرة.

٥ رجب ٤٣ - ٦ فبراير ٢٢

يُربِكُنِي أَنْ أَكُونَ فِي مُتَصَفِّ بَقْعَةٍ ضَوْءٍ، لَكِنِّي يَأْسُرُنِي اللَّطْفُ،
سَعْيِ الْآخَرِينَ لِلتَّعْبِيرِ عَنِ الْمَحَبَّةِ، وَحِرْصِهِمْ عَلَى أَنْ يُشِيرُوا إِلَى
أَثَرِ طَيْبٍ تَرَكَ فِي قُلُوبِهِمْ أَوْ أَفْكَارِهِمْ.

إِلَى الْآنَ مَا أَزَالَ غَيْرَ قَادِرَةٍ عَلَى الْاسْتِيعَابِ، هَذِهِ الْهَدَايَا
الْمُفَاجِئَةُ مِنَ الْقُرَاءِ فِي مَعْرِضِ الْكِتَابِ وَالَّتِي تَفُوقُ قُدْرَتِي عَلَى
التَّوَقُّعِ تَجْعَلُنِي أَسْأَلُ نَفْسِي كَثِيرًا: مَاذَا فَعَلْتُ لِأَسْتَحَقَّ هَذَا كُلَّهُ؟
وَعَشْرَاتِ الرِّسَالِ الشَّفْهِیَّةِ وَالْمَكْتُوبَةِ عَلَى وَرَقٍ تُخِيفُنِي، تُفْرِحُنِي،
وَتُرَبِّكُنِي فِي الْوَقْتِ ذَاتِهِ.

أَنَا عَاجِزَةٌ تَمَامًا عَنِ التَّعْبِيرِ، مَمْنُونَةٌ جَدًّا لِكُلِّ مَنْ غَمَرَنِي بِلَطْفِهِ
فِي الْأَيَّامِ الْمَاضِيَةِ وَالْآنَ، وَإِذَا كُنْتُ أَسْتَطِيعُ فِي زَحْمِ هَذَا الْارْتِبَاكِ
وَالْمَشَاعِرِ الْمُتَدَاخِلَةِ أَنْ أَسْأَلَ اللَّهَ شَيْئًا فَأَسْأَلُهُ إِلَّا أَضِلَّ وَلَا أَضِلَّ.

٦ رجب ٤٣ - ٧ فبراير ٢٢

أَنَا شَغُوفَةٌ بِلَحْظَةِ الْعُودَةِ إِلَى الْبَيْتِ، بِتَبْدِيلِ مَلَابِسِ الْخُرُوجِ
وَارْتِدَاءِ الْمَلَابِسِ الْبَيْتِيَّةِ الْمُفْضَلَةِ، بِالدَّخُولِ فِي السَّرِيرِ بَعْدَ أَيَّامٍ مِنَ
النَّوْمِ فِي أَسْرَةٍ أُخْرَى عَزِيزَةٍ.

أَنَا مِنْ عَائِلَةٍ نَسَاوُهَا مَشْهُورَاتٌ بِالطَّبْخِ لَيْلًا بَعْدَ الْعُودَةِ مِنْ سَفَرٍ

اعتقادًا منهم أن البيت اشتاق لرائحة الثوم والزُبدة، وبجملةٍ يقلنّها دائماً بمناسبةٍ وبدون: «لا أرتاحُ إلا في بيتي».

الحمدُ لله على نعمة البيت، على الانتماء لمكان، ولا حرمَ الله إنسانًا من بيتٍ يعودُ إليه وتسكنُ فيه نفسه.

٧ رجب ٤٣ - ٨ فبراير ٢٢

في حديثٍ مع صاحبتِي في السكن كُنّا نُذندن حولَ السعادة وأُسئلتها؛ لماذا لا نجدُها فيما كُنّا نظنُّ أننا سنسعد به، لماذا نشعر دومًا أنَّ هنالك شيئًا ناقصًا؛ شيئًا قد لا نستطيع تحديده على وجه الدقة، تساءلنا كثيرًا واستشهدنا من أحوالنا وأحوالِ الناس بكثير، وخلصنا إلى إجابات اطمأنتُ إليها نفس كلِّ منا.

في الغالب تقف بيننا وبين السعادة تصوراتنا الذهنية عنها؛ مشكلتنا أننا عند التمني نؤلفُ سيناريوهات كاملة ونرسم صورًا عالية الدقة لكلِّ سبب من أسبابها، فعند التفكير في الزواج مثلاً نستحضرُ في أذهاننا صورًا معينة للزواج السعيد؛ كاجتماع كل ليلة أمام فيلم رسوم متحركة أو تصور مواقف ما دالة على عدم خمود الحب أو التراشق بكلمات الغزل غالب الوقت، وعند التفكير في البدء بحياة جديد نتخيل كذا وكذا من الميزات، وهكذا في كلِّ شيء

نتمناه لا نتمناه دون أن ننسج عنه أحلاماً تفصيلية.

ما نفعله هنا أننا لا نترك فرصة للحياة كي تفاجأنا بجميل؛ لأننا دومًا ننسج في خيالاتنا الأجل، ننشغل مع التمني بتأليف سعادة مثالية لا توجد إلا في الروايات الساذجة، فإذا نلنا ما تمنينا لم نسعد به لأنه جاء أقلّ جمالاً مما كنا نتوقع.

ويا لحكمة الله - ألا يعلم مَنْ خلق! - إذ قال على لسان عباده في دعائهم آخر سورة الفرقان: ﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ﴾، منتهى أملهم في الزواج والذرية أن تقرّ أعينهم، تعبيرٌ جميل والله، أن تقرّ أعينهم، هكذا دون تفصيلٍ للكيفية ولا مغالاة في التصور.

مشكلةٌ أخرى تكمن في علو سقف التوقعات، يصل البعض أحياناً إلى حد نسيان أنه في الدنيا، والدنيا طُبعت على كدر ونقص، لا تصفو فيها سعادة ولا تكمل فيها لذة، فالإشكال ليس أنك تشعر دائماً أن شيئاً ما ينقصك مهما فعلت، بل في أنك تعتقد أنه لا بد ألا ينقص شيء، ولو أنك تخلّيت عن هذا الاعتقاد لاستمتعت بما لديك وسعدت به على نقصه، ولا عتبرت ما يحصل في العاجلة فضلاً ونعمةً وما ينقص ففي الآخرة السعادة الكاملة والنعيم المقيم.

خلاصة القول: تمنّ ما شئت وادعُ به، ثم عطّل خيالك عن نسجِ صورٍ وكيفيّات؛ كي تكون نفسك جديدةً أمام سعادات الواقع غير مُزاحمة بالتصورات المسبقة، دع الأقدار تتولى مفاجأتك، وبدلاً من البحث بإصرارٍ عن صورٍ قررتها مسبقاً للسعادة جرّب أن تنظر فيما رُزقتَ وتسعد به، حاول استخلاص سرورك من المتاح بدلاً من الركض وراء خيالاتك.

٨ رجب ٤٣ - ٩ فبراير ٢٢

تفنى الدنيا وما عليها من حولي ولا يبقى منها إلا أنا وسماءٌ رحبة، في ليلٍ ساكنٍ كهذا وصوت النقشبندي يناجي:

يا مَنْ له سترٌ عليّ جميلٌ، هل لي إليك إذا اعتذرتُ قبولٌ؟

يا إلهي! هذه اللحظات لا يمكن أن تكون من الدنيا، وهذا الإحساس لا يمكن تصوُّر أنك قد لا تعبأ به.

٩ رجب ٤٣ - ١٠ فبراير ٢٢

أعتقدُ أننا بالتقدُّم في العمر نُطوِّرُ مفهومنا الخاص عن النجاة، لا يعودُ الأمرُ متعلّقاً بالخلاص من الكرب، بل بالتكيّف معه وعدم فقدان القلب تحت وطأته، لا نعودُ تواقين إلى حياةٍ دون آلام، بل نتألم طوال الوقت مثل الذي يتنفّس في الماء؛ يخنقُ طويلاً ويُدرِكُ

أن الأمر قد ينتهي في أي لحظة، لكنه يودُّ ألا ينتهي إلا بطريقة نظيفة، وأن يتمكن قبل النهاية من ضخِّ لونه الخاص في المحيط ليقول بطريقة ما: كنتُ هنا.

إننا لا ننجو فقط بعدم حدوث ما نخشاه، هناك نجاة أكثر إعجازًا تتمثل في أن يحدث أسوأ شيء تخيلته وتظلُّ حيًّا رغم ذلك، وبالأخص تلك المضغة الصغيرة في صدرك؛ تظلُّ حية، وتكتشف وأنت تتوسَّل النجاة طوال الوقت أنك عاثٌّ بالفعل في كلِّ ما خشيت أن تعيشه، تكتشف أنك بالفعل في أسوأ كوابيسك، تستيقظ في الصباح وتفتحُ النافذة وتغبطُ بالشروق كما لو أنك أهدأ إنسانٍ في العالم، ثم تبدأ بالتفكير في وجبة اليوم وتنظيف الغرفة وإعادة ملء مرطبان الشاي.

لقد نجوتُ من الكرب إذ ما زال الله في قلبي وما زلتُ أغتبطُ بأبسط الأشياء، انخفض سقفُ ما يُفرحني كثيرًا حتى صارَ بوسعي أن أقف فوقه فاتحةً ذراعِي إذا فتحتُ كتابًا فوجدته ممتعًا أو تفاجأتُ بزهرة صغيرة في نبتتي الجديدة.

يا الله؛ لم أُرِدْ إلا النجاة، شعورَ أنني قد نجوت، وأنت تُعطينيها كلَّ مرةٍ في شكلٍ آخر ليس فيه التخلص مما خفتُ منه. لا تدع طاقتي تنفذ، ولا عقلي يتساءل عن الحكمة، ولا الجذوة التي في

قلبي تنطفئ.

١٠ رجب ٤٣ - ١١ فبراير ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. ما يُصَبِّرُنَا في هذه الدنيا أَنَّ كُلَّ ما يَقَعُ لَنَا فِيهَا قَدَرُ اللَّهِ، أَقُولُ لِنَفْسِي كُلَّمَا قَلَقْتُ أَوْ أَهَمَّنِي أَمْرٌ: اللَّهُ خَلَقَنِي وَهُوَ كَفِيلٌ بِي، قَضَى لِي هَذَا كُلَّهُ وَهُوَ يُدَبِّرُ لِي الْعِيشَ فِيهِ.

السَّمَاءُ رَحْبَةٌ وَتُغْرِي بِطُولِ النَّظَرِ؛ فَوْقَ هَذِهِ السَّمَاءِ ثُمَّ اللَّهُ عَلَى عَرْشِهِ يَنْظُرُ إِلَيَّ، يُلَمُّ بِي الزَّلْزَلُ فِي أَمْرِ دِينِي فَأُطْرَقُ خَجَلًا وَخَوْفًا وَأَتَرْجَاهُ أَلَّا يَتْرَكَنِي أَسْقَطَ دُونَ أَنْ يَعْأَبَ بِي، وَيُلَمُّ بِي الْخَطْبُ فِي أَمْرِ الدُّنْيَا فَارْفَعِ رَأْسِي وَأَقُولُ كَمَا قَالَتْ عَجُوزُ الْبَادِيَةِ الَّتِي أَهْلَكَ الْمَطَرُ زَرْعَهَا كُلَّهُ: افْعَلْ مَا شِئْتَ فَإِنْ رَزَقَنِي عَلَيْكَ!

ليلة جمعة سعيدة، لَطْفُ اللَّهِ فِي كُلِّ شَيْءٍ بَادٍ، وَدَائِمًا كَانَ بِالْإِمْكَانِ أَسْوَأَ مِمَّا كَانَ وَلَكِنَّ اللَّهَ سَلَّمَ، الدُّنْيَا مَجَازٌ وَالْآخِرَةُ الْوَطَنُ وَالْمُسْتَقَرُّ.

١١ رجب ٤٣ - ١٢ فبراير ٢٢

انتهيتُ اليومَ من قراءةِ روايةِ (السيدة الزجاجية) لعماد العادلي، أدهشتني براعة الروائي في صنع أسطورة من شخصية مُهمَّشة وغير محفزة للالتفات، هذا العالم الخيالي الساحر والحزين الذي

عاشت فيه ثومة لن يغادر ذاكرتي قريباً، صفات الشخصية وما انطوت عليه من متناقضات وتفاصيل عززت وجودها في الذاكرة ستظل لصيقة بقلبي.

ربما هذه الوظيفة الأكثر نبلاً للأدب؛ اقتطاع شريحة من الواقع وأسطرتها من أجل جعل المأساة أكثر جاذبية للتوقف عندها والتحديق فيها والتفاعل معها.

١٢ رجب ٤٣ - ١٣ فبراير ٢٢

صباح الخير، فتحتُ الشبابيك ودخلت الشمس غرفتي، أعددتُ لنفسي إفطاراً شهياً، وتأملتُ نعمة العافية والسقف فوق الرأس وامتلاك اللقمة فشعرتُ بالامتنان والسكينة. يوم جديد رائع.

١٤ رجب ٤٣ - ١٥ فبراير ٢٢

يُناسبني قدومُ الليل، يُناسبُ المزاجَ المُتَوَثِّبَ لأيِّ ابتهاجٍ بسيطٍ يُقاومُ به وطأةَ الأحزانِ التي لا فكاكَ منها إلا بالتعايش معها.

لم يكن بالإمكانِ أفضل مما كان، وأنا كشخصٍ مرَّ بكلِّ تلك الحوادث كان مُحتملاً ألا أخرجَ منها بشيءٍ واحدٍ باقٍ، وكان مُحتملاً أن أخرجَ منها بالقفزِ من الطابقِ الثامن أو شنقِ نفسي، لكنَّ الذي قَدَّرَ لطف، وخرجتُ منها حية، نعم بالكثيرِ من الكسورِ وقلبٍ

ملفوفٍ بالقطنِ والشاش، ولكن بإيماني؛ أثنى ما فيَّ وخليتي
الشجاعة القادرة على التضاعف وإعادة البناء، بشعوري - الذي
صيرته المحنُّ أعمق - بأني موضعُ نظرٍ وتحتَ عناية.

الليل ينسابُ ببطءٍ جميلٍ على زجاجِ النافذة، كانَ يوماً رقيقاً
بالضبابِ والبردِ الخفيف، حريٌّ به ختامٌ بنفسِ القدرِ من الرِّقة،
كتابٌ جيّدٌ وفنجانُ شايٍ طريقةٌ جيدة؛ أجلسُ في الشرفةِ والمدينةُ
تمتدُّ أمامي بمبانيها الشاهقة، أخفقُ حماساً هادئاً وطمأنينةً بمظاهرِ
الحياة البسيطة، كنتُ أينَ وأنا الآن أين، أقضي ذكرى جراحی
بامتنانِ المتماثلِ للشفاءِ لا هلعِ الذي شافَ الموت، فلتكن هذه
طريقتي للشكرِ واختلاقي أسبابِ المسرة.

١٥ رجب ٤٣ - ١٦ فبراير ٢٢

مُغطّاةٌ بالندوب التي تذكّرني كلما نظرتُ إليها بأن المتكئ على
قلبه مخذولٌ والمُتكئ على عقله وحيد.

١٨ رجب ٤٣ - ١٧ فبراير ٢٢

في هذا البردِ تأسرني فكرة البيوت؛ أن تكون امرأة ما مشغولةً
بغلي اللبنِ لصغارها قبل النوم، أو أبٌ في مكانٍ ما يحتضن رجلي
طفله بين كفيه ويلبسهما جوربين من الصوف، أو أخٌ في مكانٍ آخر

يقول «نعم» سعيدةً لعرض أخيه بعمل حسابه في مشروبٍ ساخن.
في هذا البردِ أول ما يخطر للمراء هو العائلة، الأنس، دفء البيت، وعندها نكتشف أن أصغر التفاصيل - كامتلاك لتر من اللبن أو جوربين من الصوف أو لحافٍ دافئ - هي نعمٌ لا نقف كثيرًا أمامها في العادة ولكنها لا تُقدَّر بثمن.

١٩ رجب ٤٣ - ٢٠ فبراير ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية (جنازة السيدة البيضاء) للكاتب عادل عصمت، البناء روائي محكم للغاية، أسلوب سرد جذاب لا يترك ناصية خيال القارئ، والقصة لصيقة جدًا بالغالبية العظمى من بيوتنا.

قصة بيت ظل قائما على أنقاض امرأة وخيبات أملها، جعلتني أشعر بالشفقة والحنق في آن واحد، سؤال متكرر نطرح مثله كل يوم: لماذا استمرت نعمة الأبيض في زواج عرفت أنه موبوء بالخسائر منذ الأيام الأولى؟ وإجابات كثير مُحتملة تخطر لي دون أن أستقر على إحداها: لعقاب نفسها على اختيارها الرجل الأسوأ فقط لأنها اختارت الشكل والهيئة الكذابة، بسبب الخشية من مجتمعها إن هي تطلّقت منه بعد أسابيع فقط، لجهلها بما يمكن أن

يكون مصيرها كامرأة بعد الطلاق، أو أنها فكّرت فيما يمكن أن يقوله الرجل الذي أحبّها وخذّله إن رجعت من هذا الزواج مخزيّة.

في هذه الرواية عشتُ مع السيدة البيضاء حياةً مصرية للغاية، بكل آلامها وخيبتها وعاداتها البيّنة الأليفة والقريبة، بكل مخاوفها التي تفرضها عاطفة الأمومة وبكل هواجسها ودفعها لأبنائها نحو الهرب بحيواتهم من بيت يسحق أجمل ما فيهم، شعرتُ معها بالانصراف لصوت الراديو في مطبخها أو لمراقبة تلاميذ المدارس في الصباح، وأحسستُ بالخيبة والحسرة عندما وضعتُ أمر زوجها أمام طلاقها وأيقنت أنه سيختار كرامته وإمضاء كلمته ويطلقها ثم خاب ظني وظنها عندما تنازل عن أمره فقط ليبقيها في سجنه.

وداعاً نعمة الأبيض، ما زالت خلفك الآلاف من نعمة في بيوت باتت قدرة جدرانها على ستر هذه الحكايات الفادحة تتآكل مع الوقت.

٢١ رجب ٤٣ - ٢٢ فبراير ٢٢

ما بحثتُ عنه على الدوام كان الخفّة. توصيني صديقة: «عندما يسألك الغرباء عن نفسك لا تذكر عيوبك؛ لأن ما تظنّينه عيباً قد لا يكون كذلك حقاً». أعدُّ بالمحاولة، لكنني عندما تسألني عن

نفسي أبدأ بعيوبي.

يُفسّر الآخرون الأمر تفسيرات مختلفة: تُحاول أن تُنْفَر الآخرين، تُخيفهم لأنها لا تُحب الدخول في علاقات من النوع اللاصق، ترسم في ذهن الآخر صورة لنفسها صادقة وصريحة ولا مُبالية بما يمكن أن يظنه عنها، أو تمنعها كبرياؤها من أن تعدّد محاسنها إذا سُئلت عن نفسها. ولكن السبب الحقيقي في غاية البساطة: أخبرك بعيوبي لأنني أسعى للتخفف منها معك.

والتخفف معنى رحب ومفتوح على تأويلات تهمني؛ إذ لا أريد أن تكتشف في كل يوم عيباً يُقلّص مساحة التفاهم بيننا، أو أن تُصدم من وقتٍ لآخر بعيبٍ تستغرق بعده وقتاً للتكيف معه، أو أن ترسم لي صوراً ذهنية جميلة وتُتمّها فتسكب عليها عيوبي التي تكتشفها مع الوقت ألواناً غامقةً فيختفي الجمال الذي فيّ تحت طبقات متوالية لم تحسب حسابها في اللوحة منذ البدء، ما أريده أن تُرسم لوحتي منذ البداية بعيوبي كلها قبل ميزاتي، لأنني أحب أن يكون الآخرون على علمٍ بسقف الضيق الذي يُمكن أن يصابوا به معي قبل اتخاذ القرار.

عندما يقول لي أحدٌ: «مرحباً؛ هل نتعرّف لنكون أقرب؟»، أقول: «مرحباً؛ أنا شيماء، ما يعيّنني أنني كذا وكذا وكذا، هذه أنا ولا

أعتقد أنك قد تكتشف فيما بعد ما يمكن أن يكون أسوأ، ففكر في هذا كله ثم شُف هل ستحتمل أم لا».

إننا نكتشف مع الوقت ما في الآخرين من جمالٍ ونفرحُ بهذا ونطير، ما لا نفرحُ به هو العيوب وهو ما يمكن أن يخلد تحليقنا ويُسقطنا على جذور رقابنا، لهذا أحب البدايات الصادقة بالمصارحة بالعيوب دون تهوين أو تهويل؛ حتى تكون اكتشافاتنا لبعضنا فيما بعد اكتشافات سعيدة لا مؤسفة، وحتى نكون على حد أدنى من المعرفة بالقدرة على احتمال الآخرين، إذ الحب - في مختلف صورهِ - هو البقاء بالقرب مني رغم عيوبي وتطوير طرق شخصية لاحتمالي عندما لا أكون في أجمل حالاتي.

٢٤ رجب ٤٣ - ٢٥ فبراير ٢٢

١- ليلة جمعة سعيدة. كُتِبَ على ابن آدم أن يحظى بأشياء ويُحرَم من أشياء، وفي بعض الأحيان أفكر أنني على استعدادٍ لمبادلة بعض ما حظيتُ به ببعض ما حرمتُ منه، لكنني أعودُ فأذكر أننا لا نختارُ ما نحصلُ عليه، وأنا مُختبرون بكل ما لدينا كيف نفعل به، ومُختبرون بكل ما فقدنا كيف نعمل مع فقده.

لقد اختار الله لي رحلتي وطريقي، قدَّر لي رزقي من أشياء ولم

يُقدّر لي نصيبًا من أخرى، والأمر ليس ألا يؤلمني هذا، بل ألا يجعلني أسخط أو يشغلني عن حسن العمل بما بين يديّ.

هذه الحياةُ مرحلة، سنبكي كثيرًا هنا وسنغيّر ضمادًا بضماد، لكن المهم أننا لن نتوقف عن خوض معاركنا الخاصة، حتى وإن خرجنا منها جرحى.

٢- كثر خيرُ الله وطاب! في آخر مرة رأيتُ فيها أختي قبل أيام كانت قد ثقلتُ بحمل بطنها، الآن سمعتُ صوتَ طفلها الرقيق الخام ورأيتُ وجهه المُدهش الجميل!

تأسرني هذه المعجزة، معجزة حمل طفل ثم ولادته، خروجه من بطنٍ إلى عالمٍ رحب، صغيرًا رقيقًا دقيقًا الكفين لا يعرف إلا رائحة أمه ولبنها.

بارك الله فيه، وأقرّ به عيني أمه وأبيه، وحَبَّبَ إليه خالته وخاله، وأسعدَ دنياه وآخرته.

٣- هذا بعينه هو الوقت الذي لطالما هربت منه، الوقت الذي تُغلقين فيه باب غرفتك بالمفتاح من الداخل كما لو كان في الخارج وحش يجلس على العتبة ينتظرك أن تفتحي، وتطفئين الضوء كما لو أنك تخبئين منه في العتمة حتى يئس منك ويمضي.

جسدك ثقيل وأصم، متوحد تماما مع الفراش، تريد أن تنهضي ولا تستطيعين، كما لو أنه صخرة تحملينها على ظهرك فتُسحقين تحتها.

تقول أمك أن على النساء ألا يستسلمن لجنوح أجسادهن لإقامة المآثم، عليهن أن يتحركن في البيت، يغسلن الأواني، يكنسن النكد من الغرف، أو حتى يتدحرجن على الدَّرج، أي ممارسة بيتية معتادة من شأنها أن تكون فعل مقاومة مثاليا، وإن كان الرجال لا يرون أيا من ذلك، لا يرون أنك عندما تجلين الصحن شاردة فأنت تعيد زحلقة الدموع للداخل حتى لا تغرق البيت، أو أنك عندما تنفضين سريرًا في عشرين دقيقة فأنت تحاولين إخماد حريق في قلبك ولا تعرفين أين يمكنك الذهاب به، أو أنك عندما لا يُسمع صوتك تكونين في الفراش تحاولين الموت عن طريق إغماض عينيك والتمادي في لوم نفسك.

لكن أيا من هذه الحيل لا ينفع، هذا بعينه هو الوقت الذي لا تفلح فيه نصائح الأمهات، الوقت الذي يتسع فيه الخرق في قلبك على قدرتك على الرقع بالإبرة واللف بالضماد، الوقت الذي لا تُجدي فيه حبوب مضادات القلق ولا محاولات خلع الرأس وتركه على جانب ولا القيام من الفراش للقفز من النافذة.

لقد مر قطار الأحداث المؤلمة، لكنك اكتشفت أنك لم تنزلي منه، بل نزلت تحته.

٢٦ رجب ٤٣ - ٢٧ فبراير ٢٢

لا أجد الاحتفاظ بالعلاقات عندما يكلفني هذا شيئاً من كرامتي. لقد برعتُ حتى اليوم في إحراق كل السفن من خلفي عندما اقتضى الإبقاء عليها أن أظاهر بأنني لم أفطن للإهانة، لتغير المكانة، للسخرية المبطنة، وللمنّ بالصلة.

كثيراً ما اعتُبر هذا اندفاعاً عليّ إدارته، لكنني لا أندم على أي مرة نفذت فيها قراراً سريعاً بقطع علاقة مترددة، أو قطعت فيها صلتي بشخص لا يحترم وجودي، أو ساعدتُ فيها مهدداً بالرحيل في حزم حقائبه.

أحمد الله لأنني لا أتردد لحظةً في البتر حتى عندما يكون الموضع قلبي.

٢٨ رجب ٤٣ - ١ مارس ٢٢

تحاول أن تتخلص من خيالك الواسع؛ لربما تنمو عضلة إدراكك للحياة فتعيشها قبل أن تنفلت منك.

بالطريقة نفسها التي يخدعك بها الأمل يشنقك الخيال، تلتفُّ

حول رقبتك كل الأحلام التي نسجتها لأيام سعيدة وتضغط وتواصل الضغط حتى تقطع حبل الحياة. في كل يوم تنام وأنت تقول لنفسك: «غداً سيكون أجمل»، وما زلت هكذا منذ وعيت، ويُخيلُ لك أنك ستظلُّ هكذا، مُتتاليةٌ لا نهائيةٌ من ثباتِ الحزنِ ورتابةِ التعود. لستَ ما أنتَ عليه، لكنك لستَ كذلك ما تحلمُ به.

تتنفسُ من ثقبِ إبرةٍ رغم سعةِ هذا الصباح، يُخيلُ لك أنك إذا لم تخرج النفس الذي أخذته فلن تجدَ ما تتنفسه في الشهيق التالي، على هذا المنوال حياتك، تقضيها نفساً بنفس، غير قادرٍ على تصور ما يكون في مستقبلك، ولا أن ترى نفسك في مكانٍ ما، لا وحدك ولا مع شخصٍ ما، خلقتَ الآن ومُتَّ الآن، وتُخلَقُ في اللحظة التالية وتموتُ فيها، شيءٌ بلا ملامح أنت، لا تعرفُ نفسك ولستَ بقادرٍ على أن تتأكدَ إذا ما كنتَ حقيقياً.

ترى الناس جميعاً أئمنَ من أن تهدرهم في علاقةٍ تكون أحدَ طرفيها، لستَ قليلاً، أنتَ كثيرٌ في الواقع، لكنّها كثرةُ الثقل، تخيلُهم في علاقاتٍ أخرى لستَ مدعوّاً إليها، تبتسمُ لأن الذين تحبُّهم أيقون، وتبكي لأنهم لا يرونك، وعندما يرونك تختبئ لأنك لستَ مستعداً، وأنتَ قطُّ لم تكنُ مُستعداً؛ لأنك في كلِّ لحظةٍ شخصٌ غريب، خلقتَ الآن ومُتَّ الآن، وتُخلَقُ في اللحظة التالية وتموتُ

فيها، ولا مُتَّسَع من الوقتِ لفعلِ شيءٍ آخر.

لستَ عاتبًا، لكنَّكَ حزين. لستَ عائشًا، لكنَّكَ تتخيل.

٢٩ رجب ٤٣ - ٢ مارس ٢٢

١- «عندما استيقظ الرجل الحزين ظهر اليوم وجد الطقس رائعًا، وسطًا بين برودة الشتاء وحرارة الصيف، وكرجل حزين للغاية وحساسٍ للجمال رآه طقسًا مناسبًا للقفز في الماء بعد تعبئة جيوبه بالحجارة»

هكذا أفعل عندما أشعر بالرغبة في التلاشي ولا أريد الاعتراف بها لنفسي، أوقظُ الكاتبة التي بداخلي للتخلص من الشعور في نص.

٢- لأنني وقفتُ مشدوهةً أمام مفترقات الطرق، لأنني لم اختر طريقي بما يكفي من الانتباه وحساب الإمكانيات والتكاليف، أمشي الآن طريقًا لا أشعر بها في قلبي، لا أستوعبها، ولا تكفي طاقتي لمواصلة السير فيها.

لقد قطعْتُ أميالًا طويلة على قدمين حافيتين وقلبٍ لا يشعر أنه وجد ضالته، كلَّ يوم أستيقظ غيرَ عارفةٍ أين أنا ولماذا وكيف، يؤلمني قلبي، وما من ضوءٍ في الأفق، ولا رفيق في المسير، ولا لافتة تُطمئنني أني لا أنفق عمري في الطريق الخطأ.

٣٠ رجب ٤٣ - ٣ مارس ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. يمكن لأشياء بسيطة للغاية أن تجعل الوقت أسعد؛ فك غلاف كتاب جديد، تأمل نقش بديع على فنجان، جلسة في شرفة مُسوَّرة بنباتات عطرية، أو إعادة ترتيب حياتك والتخطيط لمشاريع جديدة.

البدايات الجديدة تبدأ دائماً من نهايةٍ ما. باسم الله؛ ليكون أولها عندي وآخرها في الأوطان التي أرنو إليها، مع الأحباب الذين أتلهف على لقاءهم، وفي الأجواء التي أتخيلها الآن وأرجوها غداً.

١ شعبان ٤٣ - ٤ مارس ٢٢

أحاول فكّ رجليّ من الخيوط المتداخلة فأورّط نفسك أكثر، ربما لأن دماغي لا يفهم التعقيد، أو لأن قلبي ناءٍ ومغلّق ولا سبيل إليه، أو لأنني أرتبك وأرتجف أمام الأسئلة الكبيرة.

وربما بهذا كله تصنع لي الحياة في كل مرة هذا الشّرك، وأنا كطفلٍ غرّ أقع فيه بعينين مفتوحتين وعقل لا يستوعب ما يراه.

٢ شعبان ٤٣ - ٥ مارس ٢٢

كم جميلٌ أن تُنجبَ طفلاً، كم مُخيفٌ أن تُنجبَ طفلاً!
أن تكونَ العالمَ بأسره لمخلوقٍ ضعيفٍ يشقُّ من خلالك بيضة

الوجود، أن تتعبَ فيه وله ومن أجله راضياً ومُحبّاً، ثم تعي رغم تعبِكَ وعاطفتِكَ نحوه أنه ليس ملكك، وأنه أمانة الله عندك؛ لا يحقُّ لك أن تدهسَ إرادته طالما لم تكن حراماً، ولا أن تُشرعنَ استقواءك عليه بأنك كنتَ مجازَه للحياة.

أن تُنجبَ طفلاً يعني أن تُخضعَ نفسك للمراقبة المُشدَّدةِ بعينين صغيرتين مولعتين بالتسجيل وكيانٍ في طور التشكُّل يتعرفُ إلى نفسه بتقليدك؛ فتُصبحَ إذا تحركت عضلةٌ في وجهك لأخيك أو خرجت من فمك كلمةٌ غير محسوبة تقلقُ وتحاسبُ نفسك.

أن تُنجبَ طفلاً يعني أن تقولَ ضمناً كإنسانٍ بالغٍ مُكلَّفٍ: «أنا كفءٌ لتربيةِ طفل»، وكلُّ قائلٍ مُختبرٍ.

أن يُرضيكَ عن نفسك تفضيله إياك على العالمِ أجمع، وأن تنجو - مع ذلك - من غوايةِ استنساخِ نفسك فيه.

أن تُنجبَ طفلاً يعني أن تكونَ مُستعدّاً لتصبحَ مُعلِّماً وخادماً وطاهياً ومُنظِّفاً وصديقاً وسلطةً عليا، بدونِ إجازات، بدونِ تذمُّر، ودون أن تنتظرَ منه مكافأة.

أن تُنجبَ طفلاً يعني أنك تقول: ربَّيتُ نفسي وما زلتُ أفعل، وأنا جاهزٌ لتربيةِ إنسانٍ غيري.

هذا ما يخطرُ لي كلما رأيتُ أمًّا تحملُ طفلاً، أو أباً يُلاعبُ ابنته، أو شخصاً بالغاً مُعذَّباً بالآثار المُخْرِبة لتنشئةٍ غيرِ سوية.

٣ شعبان ٤٣ - ٦ مارس ٢٢

م شروع زواج آخر مبتور بعد محاولات تعارف مرهقة، والسبب الاختلاف الشاسع بين الشخصيتين كالعادة، ترى كلُّ من أمي وأخواتي أن أسبابي غير مقنعة، وأقول لهم: أقنعوا عقلي وقلبي بهذا!

نقص حاد في الرومانسية، هذه هي المشكلة كما ألمح إليها ذلك الشخص الطيب، لأنني لا أؤمن بالقدرات الخارقة للحب، بقدرته على الشفاء، التغيير، أو محو ما قبله. القدرة الوحيدة التي أعرف أنها له هي قدرته على الموانسة وتخفيف وطأة الأيام الثقيلة.

لست من هواة التوقعات بلا سقف عندما يتعلق الأمر بما تفعله المحبة، لست من هواة التوقعات بسقف أو بدونه، أفصل ترك قلبي للمفاجأة، لاكتشاف المسرات المتاحة، وللحساسية تجاه أصغر التفاصيل.

بين الحب الجارف والحب الهادئ سأختار الهادئ، حيث الانس بالرفقة، الطمأنية، الثقة في أن هناك شخصاً يمكننا الاتكاء

عليه حين نفقد توازننا، والأفعال البسيطة الأبلغ من أي كلام.

تخيفني المشاعر سريعة النمو لأنني أشعر أنها سريعة العطب كذلك، ولأنني أؤمن أن الحب هو أن يسعنا أن نقف أمام الآخر بعيوبنا، والمشاعر التي تنمو بسرعة لا تتيح لنا الوقت الكافي لنأمن الآخر فننكشف أمامه عفوياً وبتؤدة، ذلك لا تتوفر أي أسباب للطمأنينة في خفة من أمامي وانجرافهم بالمحبة، بل تقلقني وتدفعني للتساؤل: هذا الغريب متى عرفني وكيف حتى يزعم أنه يحبني بهذه البساطة؟!!

٤ رجب ٤٣ - ٧ مارس ٢٢

روحي في حاجة إلى رمضان؛ إلى القلب الموقن بدنو آمانياته فما عليه لكي يأخذها إلا أن يسطّ كفيه، إلى الدعاء المغموس في التبتّل والضراعة، إلى الإحساس بقرب الله في أوقات لم يكن فيها قريباً إلى هذا الحد، إلى كلّ ما نريده بشدة حين كان يخطر على البال فتحدّر من العينين دمعتان ونهرع إلى سجادة الصلاة.

اللهم أنت - بجلالك وجمالك - أريتنا في تلك الأيام سعادة قريبك وصدق اليقين فيك وقوة الشعور بأنك سميع مطلعٌ علیم، وشرحت صدورنا بعد كلّ مرة رجوناك فيها قضاء حوائج القلب

والدين والدنيا، فلا تردّ أيدينا التي مددناها إليك صفراً مما أنتَ
عليه، ولا تُدقنا مرارة الإعراضِ عنا بعدَ حلاوةِ نظركِ إلينا
وقربك منا.

هانت؛ ستة وعشرون يوماً.

٧ رجب ٤٣ - ١٠ مارس ٢٢

١- ربما كانت المشكلة أني لم أُفرِّغ غضبي فيمن آذوني، دائماً
ما كانت أفعالي التدميرية، الانتقامية، موجّهة نحو الداخل.

لا تبدو لي الكتابة كاستشفاءٍ مُجدية بقدر يستأهل المخاطرة
بتلوّث الجرح النازف، إنها مسكّنات من النوع الرديء؛ تُخدّر
آلامك الآن وتفسد أعضائك الداخلية على المدى البعيد، ولا تُدرك
إلا بعد فوات الأوان أنك خلّدت ذاكرتك بدلاً من تخطّيها.

٢- الكثير من المعارك الكلامية على مواقع التواصل عن عمل
المرأة وإمكاناتها المهدورة وحققها في تحقيق ذاتها بالوظيفة إلى غير
ذلك من تلك الديباجات المعروفة، وأزعمُ أن عمل المرأة في البيت
يحتاج ثقافة أعلى وأوسع مما يحتاجه عملها في أي مكانٍ آخر؛
عملها كامّاً بالذات، كزوجة، وكصائغة لكل المعاني الجميلة لكلمة
بيت من أربع جدران.

في خضمّ هذه الفوضى الجدليّة التي لا تنتهي أشعرُ بالرغبة في توزيع التحيات والعرفان لكل يدٍ تهدهد طفلاً الآن أو تُعدُّ عشاءً، لكل عينٍ تسهرُ على رضيعٍ لم تنضبط مواعيدُ نومه بعد، لكل قلبٍ يعتبرُهُ رجل ما مأوى من تعب اليوم، ولكل دماغٍ مشغول بالكيفية التي سيتعلم بها صغير قيمة الصدق أو المقادير الناقصة من أجل غداء الغد.

١٢ شعبان ٤٣ - ١٥ مارس ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية (السندباد الأعمى) لبشينة العيسى. ما يميز كتابة بشينة العيسى في هذه الرواية أنها ذهبت فيها حتى الحافة؛ حيث لم يبق شيء كان من الممكن قوله ولم يُقل، سواءً على مستوى الحكمة، التناول، رسم الشخص، أو توظيف إمكانات اللغة في بناء دراما مؤثرة دون أن يبدو على الشخصيات أي ميل للدراما.

كتابة ذكية ونظيفة للغاية في قصة تتكرر كثيراً ورواية لا تتكرر كثيراً، وروابط عاطفية قوية تنمو بينك وبين الشخص دون أن تشعر، حتى مع مواقفك الأخلاقية منهم، كرهك لبعضهم أحياناً، وغضبك من آخرين أحياناً أخرى، لكنك تفاجأ في النهاية بأنك أحببت كل شخصية بقدر ما، رغماً عنك وبرغم مأخذك عليهم.

وداعًا مناير؛ الطفلة الموتورة، المرأة التي لا تدري أين تذهب
بالحرائق التي في قلبها، والقصة التي لا تُنسى.

١٤ شعبان ٤٣ - ١٧ مارس ٢٢

ليلة جمعة سعيدة؛ للجروح التي في قلبي، للتعب الذي في
يديّ، للدعاء الذي في لساني، وللطرق التي اهترأت قدماي فيها.
ليلة إجازة طيبة بعد أسبوعٍ مرهق.

١٦ شعبان ٤٣ - ١٩ مارس ٢٢

أراجع هذه الأيام كتابًا عن السيدة فاطمة - رضي الله عنها -
وفيه ظروف زواجها وتأخره وعناية أبيها - ﷺ - بتعزيزها وإمامه
بمكنون قلب ابنته، تفاصيل كثيرة تأسر القلب وتُبكي العين من رقة؛
حتى إنه - ﷺ - يُوصي القائمين على شراء جهازها فيقول لهما:
«أكثرُوا الطَّيبَ لفاطمة».

حتى اليوم كان في نفسي شيء من تزويج الآباء بناتهم، لا
أتصور كيف يدفع الأب ابنته لرجل آخر، كان يبدو لي فقط مظهرًا
من مظاهر دوران الحياة وجريانها في مجراها وعلى سستها التي
خلقها الله عليها، اليوم فقط رأيت هذا الأب - ﷺ - يُزوّج ابنته لتقر
عينها في المقام الأول ويسكن قلبها على خبيئة من سرور وهناءة

بال، لأول مرة أرى هذا الإقدام على تزويج الابنة بتفاصيل تخبر القلب: إنه يسعى في سرور قلبها لا التخلص منها كعبء وهمّ.

لأول مرة أستوعب كيف يمكن لبنت أن تقول «نعم» مطمئناً بها قلبها وآمناً، وهذا سؤال ظل حتى اليوم مُلحّاً حتى وجد إجابة في قصة أسرة.

لهذا أحب قراءة السيرة ممن يُحسن كتابتها ويجمع ما تفرق من أخبارها في صورة، حينها أجد لذة المعاشة وحسن تتبع الأثر، وأعثر على إجابات للأسئلة الكبيرة، الأسئلة المُقلقة والمُستعصية على الإجابات من طرق أخرى.

٢٤ شعبان ٤٣ - ٢٧ مارس ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (كعب بن مالك في ظلال التربية النبوية) لكاظم محمد حشمت، لقد رُبِّيتُ فيه؛ إذا صحَّ للتربية أن تحصلَ في ثلاث ساعات!

قدّر الله أن أستمع عصر اليوم إلى كتابٍ صغير يدندن حول معرفة النفس والتبصر بها وبحيلها على صاحبها، كنت مُستعجلة لبعض مهام المطبخ فلم يكن لي وقت كثير لاختيار ما أقضي وقت الشغل في سماعه، ففتحت ذلك الكتاب بلا خطة، ولكنني أدرك الآن

بعد أن أنهيت قراءة هذا الكتاب - ولم أنتهِ من تدبره - أن الله قد أحسن بي أن سمعتُ ما سمعتُ عصرًا، حتى أتبيّن الشيء بضده.

كان الكتاب في معرفة النفس، لكنه مر عليّ دون أن يلمس شيئاً في قلبي، مرّ كلاماً نظرياً لم ينتج عنه في نفسي رغبةً إلى عمل ولا همةً لتغيير، ولعل هذا ليس راجعاً إلى أسلوب الكتاب وحده وإنما لقسوة بتُّ أجدها في قلبي من زمن؛ حتى بات صعب التأثير وزالت عنه رقة الإيمان الأولى، وارتفع الحد الأدنى الذي يؤثر فيه ويُحرّكه.

على أن الأسلوب أيضاً عامل مهم؛ إذ في كتاب كعب - رضي الله عنه - تربيةٌ عملية لا سياقة كلام من قبيل الدندنة، تهذيب جاد وتمثيل على المعنى من حياة إنسان عاش وعانى واختبر، سبق وتأخر، اعتمل في قلبه كل ما يمكن أن يعتمل في قلب الإنسان من ندم وألم عند سقوطه، مثال عملي يمدك بالقوة المُحرّكة اللازمة لتغيير نفسك، فلا تخرج أبداً من هذه الحلقة بنفسك التي دخلت بها.

هنا معانٍ لا أظن أنني كنتُ واجدتها في مكان آخر، معانٍ تمسُّ القلب في أعماق نقطة منه، تقف عندها طويلاً ولا توذُّ أن تفارقها، وتأمل لو أنك بوقوفك الطويل عندها تطبعها على صفحة قلبك فلا تنمحي منها ما حييت.

هنا معايشة ومُعَايَنة ومعايرة، تدخل الجوّ فتود لو تقضي فيه بقية عمرك، وتنتقل إليه روحك فيعزُّ عليك بعد انتهاء الكتاب أن تعود إلى الواقع فتجد تلك الوحشة، وقد كنت مُستأنسًا بجمال المجتمع النبوي وبيشرية الصحابة التي أحيت أملك بعد أن كنت يئست من نفسك.

الكتاب الثالث من السلسلة، وكشخصٍ بات يجد من قلبه قسوة حتى أصبح يحتاج قوة أكبر ليتحرك أحرص على هذه الكتب حرصي على زاد لوقتٍ فاقه؛ فلا أتناول منها إلا عندما أجد في نفسي تحرُّقًا إليها، ولا أقرأ منها وقلبي منصرف عنها، لأنني أعرف أن الإنسان يستهلك ما يوقظ قلبه حين يورده عليه وهو غير آبه به.

٢٥ شعبان ٤٣ - ٢٨ مارس ٢٢

أعتبرُ أنني سعيدة إذا كانت لديَّ القدرة على التصديق أنني سأكونُ كذلك مهما كانت الحال التي أنا عليها الآن، هذه طريقتي البسيطة في أن أُمَرَّرَ الحياة مني بأقلَّ خسائرٍ ممكنة. وعليه فإنني سعيدة الآن.

٢٦ شعبان ٤٣ - ٢٩ مارس ٢٢

أشعرُ بالوحدة في الفرحة أكثر مما لو كنتُ حزينة، ربما لأنَّ

الفرح كالفقاعة سرعان ما ينفق، ولذلك تعظم حاجتنا لتأطير لحظته وتخليدها قبل أن تمر، بينما -وعلى عكس الفرحة العابرة- سيبقى الحزن في قلب المرء طويلاً فيستطيع مشاركته فيما بعد.

أديب ما تساءل: «علام يجب أن أكون مُمتناً؟ لقد تجاوزت أصعب أوقاتي وحدي»، وأرى من الأصدق والأوقع والأكثر إنصافاً أن يقول: «علام يجب أن أكون مُمتناً؟ لقد عشت أسعد لحظاتي وحدي»، الأكثر إنصافاً، لأنني إذا قلتُ أن وحدة الأوقات الحزينة أصعب ستنظر لي لحظاتي الفرحية من الزاوية التي وضعتها فيها، وأنا لا طاقة لي بتلك النظرة.

أن تكون وحيداً ليس أن تبكي وحدك، لأن البكاء يصلح في أي من الحالين وربما يكون أجمل في الوحدة، أن تكون وحيداً يعني ألا تجد أحداً تركزض إليه وتقول: «لقد جاءت الجملة الأولى»، «لقد نجحت»، أو «حصلت على ما تمنيت بشدة».



المعلم الرابع

قُطَاعُ الطَّرِيقِ،

لِصَوْنِ الرِّضَا وَالسَّكِينَةِ

قطاع طريق النجاة اليومية كثيرون، لكن أكثر مَنْ قابلتُ منهم في طريقي هم لصوصُ الرضا والسكينة.

ترسلهم لي تطبيقات مواقع التواصل الاجتماعي، وأقابلهم في السوق، وفي العمل، وفي محيط العائلة والأصدقاء، وفي الشارع، وفي كل مكان، نحن مُحاطون بقطاع الطريق أينما ذهبنا، لذلك لا يقع اللوم عليهم إن ضاعَ منا شيء؛ هذا ما أدركته بالتجربة، بل اللوم على من تركَ جيبَ قلبه مفتوحًا ومكشوفًا وعرضةً للنهب.

القلبُ كيسُ الرضا والسكينة، وإذا لم ينغلقْ عليهما بإحكام ويحفظهما بتشبثٍ سُرْقاً منه في الطريق، ولا يُشرعُ الكيسَ ويتركُ كنزَه فريسةً للصوص مثل زَوْغِ العَيْنين عنه وتركهما حراسته واتباعهما كلَّ مارٍّ وعابر، ولهذا كان التوجيه الإلهي واضحًا وصريحًا: ﴿وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ﴾^(١).

لأن المرء يفقدُ سكينته ورضاه عندما يتبعُ العابرين بعينه، فيرى ما عندهم وليس عنده، ويعدُّ كلَّ ما تفرَّقَ في الناسِ من النعم ولم يجتمع له، فيُمسي وقد ضاعَ منه رضاه حتى يشعر أنه فارغٌ من

أي نعمة، وتصبحُ عينُه عمياءَ عما بين يديه، لحاقَةً ما في أيدي الناس.

وأكثر ما يسلب الناس نعمة الطمأنينة اليومَ هو بناء التصورات السابقة على التجربة واستقبال الحياة بالآمال الضخمة، إن أي حياة مهما بلغت جودتها لن تقترب من اشتراطاتِ الإنسان وتصوراتهِ المبنية على حيوات الآخرين على مواقع التواصل وفي غيرها، وما بُلي هذا الجيل في رضاه بأرزاء من تلقيهِ حيوات الآخرين على الهواتف والاطلاع على ما ينعمون به.

لذلك لن يهدأ قلبُ المرء أبداً طالما عيناه ممدودتان، سيظل قلقاً مُستصغراً ما في يده لأنه يقارنه دائماً بما يراه، ولأنه مُحاصر بتصوراتٍ كبيرة لم تجئ الحياة على مقاساتها. ولن يسلم ناسُ هذا الزمان من بعضهم بعضاً ما داموا يبالغون في التباهي بنشر أنعم الله عليهم.

وعليه فأول خطوات إصلاح الشأن أن يقصر كلُّ نظره في ورقته، ألا ينظر خارجها ولا ينشرها للناس، وأقول هنا ما أسوسُ به نفسي في هذه الحياة: «المَرَضِي عِيَّاش».

وإذا كنا نتأذى من قطاع الطريقِ فعلياً أن نحصرَ على ألا

نكون قطاعَ طرقٍ غيرنا، ومما أصبحتُ أعتقدُه أن الإفراطَ في نشر الحياة الخاصة -النعم وخصوصا تفاصيل العلاقات وما شابه- داخل في قول حبيبنا النبي ﷺ: «المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده»، هذه من أحقِّ سلامة الناس منك، ورضي الله عن كلمة الأستاذ بدر مرعي: «لا تبصق في بئر رضا أخيك»، وإني لأرى منشوراتٍ وصورًا وحكاياتٍ فأقول لنفسي: كل هؤلاء يبصقون في آبار أصدقائهم ومتابعيهم عن قصدٍ أو دون قصدٍ؟!!

على أن هذه ليست الصورة الوحيدة للصوصِ سَكينة المرء، فهناك مَنْ يقطع طريقَكَ ويُفسدُ يومَكَ ويسرقُ منك سَكينَتَكَ بأن يجركَ إلى معارك لا تستحق وقتك الذي تنفقه فيها، وهناك مَنْ يلقي لك كلمةً تشغلك بقيةَ نهارك وليلك فتعيقك عن إكمالِ مسيرك، وهناك من يسبب لك متاعبَ ترهقكَ وتخربُ مزاجك وطمأنينتك وتوقفك في مكانك غير قادرٍ على المواصلة، ويكمنُ الخطر الأكبرُ لهذا كله في أننا كثيرًا ما نغفلُ عما يفعله بنا هؤلاء، فنعيش اللحظة الحاضرة ونذهب في الانفعال بها إلى مداه دون أن نتوقفَ ونقول لأنفسنا: كفى، هؤلاء قطاعُ طريق، ولن أسمحَ لهم بتعطيلي.

إننا نتحدثُ عن النجاة من حيث هي محاولاتٌ يوميةٌ دائبةٌ

ومثابرة، وعليه فإن هذه المقاطعات كثيرة الحدوث هي الدُّ أعدائنا،
والعاقِل من يتسلَّح جيدًا لعدوّه ويُعدُّ له ما استطاع من قوةٍ تجاوزِ
وبأسِ نفسٍ، مُحكِّمًا ضمَّ قلبه على ما فيه من السكينة والرضا،
قاصرًا عينيه على امتحانه وطريقه، مُوطِّنًا نفسه على الصبرِ على
أذى العابرين وتحصينِ القلب من اللصوصِ وسرعةِ تجاوزِ ما
يقطعُ طريقه بذكاءٍ وبأقلِّ قدرٍ ممكنٍ من الخسائر.





خطوات الأيام -المسافة الخامسة-

٢٩ شعبان ٤٣ - ١ أبريل ٢٢

أول ليلة في رمضان، الحمد لله الذي بلغنا!

كلما رأيتُ أحدًا تساءلتُ: تُرى مَنْ منا المسعودُ الذي سيُعْتَقُ الليلة؟ عسى ألا نَجِدَ نعمةَ بلوغه، وأن أُرِي رَبَّنَا فيه من نفسي خيرا، وألا تُرْفَعَ فيه حاجتي من فمي وحده؛ ففي الدعاء بظهر الغيبِ وصلِّ ومودّة، ولعل حاجة المرء تُقضى بدعاء أخيه له أو بدعائه لأخيه؛ فيبلغ بحبِّ الخير لغيره والصدق فيه ما لا يُبلِّغُه إياه عمله، وربُّنا كريمٌ إلى هذا الحدِّ وأبعد مما نتخيل.

اللهم كثّرني في دعاء الصالحين وألهمني الدعاء للصالحين.

١ رمضان ٤٣ - ٢ أبريل ٢٢

يا لها من ليلة بديعة، ويا له من وقتٍ جميلٍ قبل الفجر، الآن يشهدُ كلُّ بيتٍ فيه أنثى واحدة على الأقل إعدادَ سحورٍ مبارك، سلامُ الله على البناتِ الواقفاتِ في المطابخ والأمهات اللواتي تركنَ الأسرّة خلفهنّ لتجهيزِ وجبة تُعين الكبار والصغار على الصيام.

أشعرُ بمحبة كبيرة غامرة لكل امرأةٍ تصنعُ سحورا بحب؛ الآن ودائماً وأبداً، بارك الله الجهود وكتب الأجور.

٢ رمضان ٤٣ - ٣ أبريل ٢٢

مساءً مُباركٌ وجميل، في مثلِ هذا الوقتِ قبلَ غروبِ يومِ
رمضانيِّ مُباركٍ في بقعةٍ من الأرضِ طاهرةٍ منذ حوالي ١٤٤٠ سنة
هجريّةٍ كانت نساءُ الصحابةِ ينشغلن بإعدادِ موائدِ الإفطارِ البسيطةِ
المُتواضعةِ، كانت الواحدةُ منهنَّ تقفُ أمامَ النَّارِ تتابعُ طبختها أو
تخبزُ عيشها، ولعلّها تكونُ خَمَرَت تمرًا ليكونَ أسهلَ على أفواه
الصغارِ الصائمين، في مثلِ هذا الوقتِ كُنَّ يَرُحْنَ ويَجُتْنَ في بيوتهنَّ
من غرفةٍ لأخرى، أيديهنَّ شغالةٌ بالطبخِ والترتيبِ وألسنتهنَّ رطبةٌ
بالذكرِ والدعاءِ، صاحباتُ مواعدٍ ربَّت جيلًا من خيرِ الأجيالِ التي
رأتها الأرضُ إن لم يكن خيراها..

بارك الله في كلِّ طبخةٍ على النارِ الآن، في قلوبٍ من سيأكلونها
باسمِ الله وفي عقولهم، وعظَّم الله أجرَ الواقفاتِ أمامَ المواعدِ يُجهِّزَن
لأهلِ البيتِ إفطارَهم بعدَ يومٍ صيامٍ طويلٍ.

٣ رمضان ٤٣ - ٤ أبريل ٢٢

تأسرُني الطَّريقةُ التي يرفعُ بها المُسلمُ كَفِّهَ للدعاء؛ أن يَضُمَّ
كَفِّهَ ويبسطهما كالذي يُوشكُ أن يتلقَّى فيهما شيئًا، لا يتخذُ المرءُ
هذه الوضعيةَ دونَ أن يشعرَ أنَّ ربَّه الذي يسأله قريبٌ منه، قريبٌ إلى

حدّ أن يضمّ كفيه ويبسطهما ليتلقّى فيهما عطاءه الذي يسأله إياه،
فإنّ أحدًا لا يصبّ قمحًا في يدك إلا أن يكون قريبًا منك قريبًا لا يقع
معه هذا القمح في غير يدك.

كما تُشعرُ هذه الصورةُ بجودِ الربِّ الذي شرعَ عبادةَ الدعاءِ بها؛
إنَّه يأمرُك أن تدعوه وهو يريدُ أن يستجيبَ لك، ولذلك تفتحُ يديك
له وأنتَ تسأل، ولو كان ربُّك أحدًا من الناسِ لأمرَكَ ببسطِ مسألتِكَ
ثمَّ قال لك: «سوفَ أنظرُ أعطيكَ أم لا»، غيرَ أنَّه - تعالى - الله الذي
لا يُشبهُهُ أحدٌ من خلقه، يقولُ لك اطلبِ وأنتَ باسطُ يديك
مضمومتين لأعطيكَ ما ستطلب!

هذه الصورةُ تزيدُ يقينَ الفاهمِ أنَّه لا يبسطُ يدينَ ويقبضُهما
فارغتين، فإنَّ ربَّه الذي يعرفه بأسمائه وصفاته وأفعاله ومُلكه لا
يقولُ له «افتحْ يديك» ثمَّ لا يضعُ فيهما شيئًا، أنتَ لا بدَّ أخذٍ فيهما
من كرمِ الله، غيرَ أنَّ هناك عطايا لا تُرى وأخرى لا تُدرِكُ في وقتها.

تأملوا أيديكم بعدَ كلِّ دعاءٍ واسألوها: هل سرَّكِ جودُ ربِّكِ
ورضيته عنه؟

اللهم كما تُشهدُ أيدينا جودَكَ فأشهدُ قلوبنا لتطمئنَّ وتغبط
وتحمَد، وكما لا تردُّ أيدينا صفرًا فاقبلْ قلوبنا واملأها بالرضا
عنك.

٥ رمضان ٤٣ - ٦ أبريل ٢٢

في هذا الوقت، بينما ينشغل السهرانُ بترتيب دماغه وتهوية قلبه،
أجدُ في دماغي وفي قلبي سؤالاً كبيراً: كيف كان شعورُ سيدنا معاذ
حين قال له النبي: «يا مُعَاذُ؛ واللّهِ إِنِّي لأُحِبُّكَ!»؟

كيف بقي قلبه في صدره وكيف ثُبَّتَ على أرضِ الناسِ ولم
تُطَيِّرْهُ الفرحة؟

صلى الله على سيّدنا محمد المُحب الحبيب ورزقنا شفاعته
وَحَبَّه.

٧ رمضان ٤٣ - ٨ أبريل ٢٢

يوم رمضاني جديد يعبر عنه بشدة قول الأستاذ سيد قطب في
ظلاله:

«وحيث نرانا ضعفنا مرّة، أو زلزلنا مرّة، أو فزعنا مرّة، أو ضيقنا
مرّةً بالهول والخطر والشدة والضيق.. فعلينا ألا نياسَ من أنفسنا،
وَألا نَهْلَعَ ونَحْسَبَ أَننا هَلَكنا، أو أَننا لم نَعُدْ نصلُحْ لشيءٍ عظيمٍ أبداً».

٩ رمضان ٤٣ - ١٠ أبريل ٢٢

عندما استعجبت سيدتنا مريم أن تلد ولم يمسهها بشرٌ قِلَ لها:

﴿قَالَ رَبُّكَ: هُوَ عَلَى هَيْنٍ﴾

مهما كنّا نرى آمالنا عجيبةً مقطوعةً الأسباب فإنها على الله
هيّنة، ما أكبرُ نريدُ الآن؟ ليس قطرةً في قدرة الله وسعة مُلكه!

كلما بدت لي حاجتي مُستحيلةً قلتُ لنفسي ما قاله يومًا
الأستاذ وجدان العلي:

«هينٌ على الله ذلك، وهو أجودُ مما في خيالك».

١٠ رمضان ٤٣ - ١١ أبريل ٢٢

يا رب؛ أنا الغريق الذي لا يرى قشةً، لكنه يتمسك بأمله في أن
يدك ستلتقطه.

١١ رمضان ٤٣ - ١١ أبريل ٢٢

أبرز ما في اليوم كان التعب الشديد في الطبخ وأعمال البيت،
أصبر نفسي بأن هذه اللسعات بالنار في أصابعي دلالةٌ على أنني
أعددتُ طبخةً سيأكلها ويتلذذُ بها أحبائي، وجميلةٌ ومأجورةٌ وفيها
معنى البيت.

١٥ رمضان ٤٣ - ١٦ أبريل ٢٢

يُرَبِّيك الله على تعظيم نعمته التي بين يديك وحسن النظر إليها،
ومن ألطف ما تراه من هذه التربية وهذا المعنى الجميل التفاتة

الامام ابن كثير في تفسيره عند شرح قوله تعالى في سورة المائدة:
﴿وَجَعَلَكُمْ مُلُوكًا﴾..

فأورد خبراً عن عبد الله بن عمرو أن رجلاً سأله: ألسنا من
فقراء المهاجرين؟

قال: ألك امرأة تأوي إليها؟

قال: نعم.

قال: ألك مسكنٌ تسكنه؟

قال: نعم.

قال: فأنت من الأغنياء.

فقال الرجل: إن لي خادماً.

قال: فأنت من الملوك.

وهذا معنى جميل لا يعود نفعه فقط على شكر المنعم، وإنما
يُرضي الإنسان عن حاله بثمينه ما بين يديه مهما كان عند الناس
قليلاً. في هذا الدين لا شيء مما تملكه قليل أو عادي، كل نعمةٍ
ثمينة، وكلُّ حاصلٍ غير بسيط، والسعيد من لم تنقص مقادير النعم
في حياته بالعادة والرتابة.

١٨ رمضان ٤٣ - ١٩ أبريل ٢٢

أتمتع بالعافية، بتوفّر اللقمة في البيت، باللمسة على رؤوس أهلي أوقظهم للسحور، باشتعال المواعيد وعدم بطالة الأواني، وبالالتئام مع مَنْ أحب حول مائدة واحدة.

الحمد لله على كل لقمة هنيئة، وكل شربة راوية، وكل صحة لطبخ وجبة، وكل نظرة في وجه من أحبابي.

لا غيب الله أهلي، ولا أذهب عافيتي، ولا أغفل قلبي عن الإحساس بما أنعم به عليّ، لا صغر في عينيّ نعمة ولا كبر فيهما مفقودا.

١٩ رمضان ٤٣ - ٢٠ أبريل ٢٢

في تأملي لحوائجي عند الله هذا العام واستحالتها عليّ بأسباب الدنيا تذكرت فجأة أنني أعيش الآن في استجابة دعاء العام الفائت كاملاً غير منقوص.

تحقق بعض ما دعوتُ به بشكلٍ أدهشني ولم أنتبه إلا بداية رمضان وقلتُ لنفسي: كنتُ رمضان الفائت أين وأنا الآن أين!

وما لم يتحقق منه نزلت على قلبي سكينه تجاهه، إما بتيسير الصبر أو إدراك حكمة المنع وحمد الله على أنه لم يستجب

لجهالتي وأمضى لي بعلمه ما هو خير لي.

رُبُّنا قريب، قريب إلى حدٍّ يعجز عنه الوصف، وشعورك الدائم أنك تحت سمعه وبصره وعنايته لا يضاهيه شعورٌ طمأنينةً وسكينةً وسلاماً. عامًّا بعد عام، ورغم أن مشاكلك تنمو وتزداد وتتعدد، تشعر بطريقة ما، ساحرةٍ وغير مفهومة تمامًا، أنك أهدأ، أرضى عن الله، أصبرُ على ما تلقى، تقول لنفسك: كم يجدرُ بي أن آسى على ما يصيبني هنا ومردي في النهاية إلى الله!

أنت لطيفٌ بعبادك يا رب!

٢٤ رمضان ٤٣ - ٢٥ أبريل ٢٢

تدريجياً، ومعَ التقدم نحو نهاية العشرينات، يفقد الإنسان قدرته على احتمال غباءات الآخرين، سخافاتهم، استفزازاتهم، تدخّلهم فيما لا يعنيه، واستظرافهم، حتى ليغدو من العسير جدًّا على المرء ألا تظهر صورته الكريمة، بنت الناس، الجميلة بدون تأثيرات، على شاشة التلفاز الكلاسيكي الستيني لصاحبه عمَّ عبده القهوجي، في نشرة أخبار التاسعة أو برنامج «خلف الأسوار».

١ شوال ٤٣ - ٢ مايو ٢٢

اللهم لك الحمد على نعمة العيد، وعلى كل فرح في قلب عبد

به، وعلى كل خطوة يخطوها كبير أو صغير مع سجادة صلاته مسرورة نفسه، وعلى كل ثوب جديد على جسد طفل فرحان، وكل حبة حلوى سيُستقبل بها العائدون من الصلاة في بيوتهم والأقارب في بيوت الأهل والأحباب.

٤ شوال ٤٣ - ٥ مايو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. طقس رائع جدًا لتمشية ليلية مُحسنة للمزاج، لفنجان شاي مع مَنْ أحب، لحديث رائق حول أشياء نتشارك الاهتمام بها، للاستلقاء على السطح وتأمل النجوم. تمر الأيام بسرعة، وأنا مُغرمةٌ باختزان كل ما يمكن اختزانه منها كذكريات سعيدة، حتى يكون بوسعي إذا شِبتُ أن أقول: لقد عشتُ الحياة بقلب، تنفستُها بعمق، وسأغادرها فارغةً من الآمال والحسرة.

٩ شوال ٤٣ - ١٠ مايو ٢٢

لقد وفرت لي القراءة دائمًا شغلا عن القلق، الكآبة، الملل، والأفكار المخيفة.

حان وقت الاسترخاء بفتح كتابٍ جديد.

١٢ شوال ٤٣ - ١٣ مايو ٢٢

أشرس معارك المرء يخوضها وحده، معركته مع نفسه، تقطُّعه

بين القوى التي تتصارع فيه، خوفه من أن ينتصر جانبه المُظلم، جانبه الشرير، أو ذاك الذي لا يُبالي.

ليس بوسع أحد آخر، مهما بلغ قربه منك، أن يخوض هذه المعركة بدلا عنك، غاية أملك في هذا أن يوجد مَنْ يلبسك الدرع، مَنْ يُناولُك النبال، مَنْ ينفض عن وجهك التراب حين تسقط دون أن يُخزيكَ أمام نفسك، وَمَنْ يهْلُلُ لك فرحًا عندما تحرز انتصارًا صغيرا.

١٣ شوال ٤٣ - ١٤ مايو ٢٢

ترك أختي الصغرى رُفيدة رائحة شعرها على كل مكان في السرير، عندما أشمُّها أتمنى ألا أفقد هذا الشغف أبدا؛ أن أرتّب الفراش كل صباح خلف شخص أحبه.

١٥ شوال ٤٣ - ١٦ مايو ٢٢

-السادسة صباحًا. أستيقظ باكرا؛ قبل الدِّيكة وقبل الشمس وقبل العصافير، ليس لأيٍّ من أولئك قلب كقلبي ليأرق به، الشمس لم تُخفق يوما في أداء وظيفتها، العصافير ليس عليها أن تتناول مضادات الاكتئاب، والدِّيكة لا تشعر بالخيبة ولا تخجل من خذلان مَنْ يُعولون عليها.

«لمرة واحدة أيتها الحياة كوني مُنصفة، اجعليني أستغربك قليلاً»، أقول حزينة، لكن ليس للحياة أذنان لتسمعني، وليست لي لغة مناسبة لأفهم الحياة، أو عقل مناسب لأفهمها.

لست عاتبةً عليها، أعرف أن الدنيا ليست دار عدالة، لكنني تعبت من كثرة ما ركضت، وحين أنظر أجد أنني أركض في مكاني، تعبْتُ لأنني أريد لمرةٍ أن أتعب وأرى ثمار تعبِي، أن أشعر أن لهذا التعب في الشيء نفسه طوال سنين آخرًا، وألا تأكلني الحسرة بينما ما يزال الإنهاك يتجول في رأسي وقلبي وعظامي.

يا قلبي؛ يا هذه المضغّة المسكينة هناك، كيف بقيت حيًّا رغم هذا كله! أم أنك متَّ وهذا هو الجحيم؟

- لا حول ولا قوة إلا بالله!

١٦ شوال ٤٣ - ١٧ مايو ٢٢

أول مرة منذ فترةٍ طويلة أصبُّ الشاي لأحدٍ ما. زارتنِي صديقتي العزيزة آية.

عندي -على الأقل- يعني صبُّ الشاي كثيرًا، أن أصبُّ الشاي لمن أحب فهذا يعني أنني أريد قول شيء ما من خلال هذا الفعل البسيط الآسر؛ أنني -على سبيل المثال- أنوي الحديث معه عن أشياء تثير حماسي، أو أقول له ضمناً: «أنا على استعداد لسماحك،

هه، ألقى في أذنيّ وقلبي ما يشغلّك، تخفّف»، أو ببساطة أريد أن نصمتّ معًا بينما نتأمل العالم من شرفةٍ عالية.

أصّبّ الشاي في المطبخ إذا كان شايًا للضيف، أما أن أصبّه أمامك فهذا يعني أنني أفرش قلبي وأجهّز لجلسة محبة.

١٧ شوال ٤٣ - ١٨ مايو ٢٢

في مثل هذه الأيام بالضبط من العام الماضي كنت مرتجفة للغاية تجاه الكتابة وأسئلتها، مع عقد نشر مفسوخ واکتئاب حاد ورهاب اجتماعي كنت أخاف بسببه من فتح باب غرفتي في وجود آخرين وأنظر رحيل الجميع لأخرج كي أسقي نباتاتي فقط أو أطبخ طبخة أعيش عليها ثلاثة أيام.

في تلك الفترة كانت خطة نشر روايتي الأولى قد أجهضت، وبتّ متأكدة تماما من أنني لا أصلح للكتابة ولا تصلح لي، لأنني بكل ما فيّ من ميول انزوائية مع مزاج حاد أفسد الكثير من الأشياء على الدوام، أشياء لم أسع يوما لاكتسابها لكن تبين لي ساعتها أن هذا مهم، كما تبين لي أنني لن أستطيع التغير لأوائم نفسي مع الكتابة، مع الجانب الاجتماعي منها على وجه الخصوص، بالإضافة إلى شكوك كثيرة حول جدوى ما أكتب وجدوى الاستمرار.

اليوم، بعد مرور عام واحد يُخَيِّلُ لي أنه لم يُمْر، ومع روايتين منشورتين حظيتا بالكثير من محبة الآخرين، أجد نفسي أتساءل عن الكيفية التي تتغير بها الحياة حولنا خلصة بهذا البطء وهذا الخفاء، لم تتغير طبيعتي المنزوية ولم يهدأ مزاجي الحاد، لكنني، وكما لو لأول مرة، أكتشف أن تغيُّراً جميلاً قد حدث في جانب آخر، بالتحديد حيث نسختين ورقيتين من الروايتين تستقران فوق كتبي، والكثير من هدايا القراء ورسائلهم الورقية والإلكترونية توفّر لي جواباً عن سؤال الجدوى.

الأيام تمر والأحوال تتبدل، وما زلت مؤمنة أن وصولنا لشيء ما لا يتوقف على ما بحوزتنا من الأسباب والوسائل، وإنما على شيء أكبر، ألطف، متمثلاً في إرادة الله الخفية.

أعود بعد ما حدث لما كنت أقوله من قبل وشككتُ فيه قبل عام؛ أن الكتابة هي أكثر عمل أجيده وأنشغل به بكامل اهتمامي، وأنها أهم نشاط إنساني أقوم به، إلى حد أن أقارن إليه أهمية الأشخاص والأشياء والمواقف، إنها الشيء الجميل الوحيد الذي أثق أن بمقدوري فعله.

هامش: في رمضان هذا العام قلت لشخص عزيز مندهشة: «رمضان الماضي لم يكن لي كلمة منشورة في كتاب، ورمضان هذا

لي روايتان منشورتان»، كانت تلك اللحظة مفاجأة سعيدة بالنسبة لي، كما لو أنني لا ألحظ الأشياء الجميلة إلا بعد أن تحدث.

ربما يعود هذا لسبب أكثر جدية، وهو أنني لا أعيش الحياة بالتركيز الكافي، وإذا لم أقف بين وقت وآخر لتأمل ما جد فيها فلن أنتبه على الإطلاق.

١٩ شوال ٤٣ - ٢٠ مايو ٢٢

عندما أراقب الشارع من النافذة وأعدُّ الرجال العائدين من أشغالهم مع أكياسٍ أُخْمِنَ أن فيها عشاءً وفاكهة، أُحسُّ في عمق قلبي كم أن الله لطيفٌ وجميلٌ إذ خلق الحياة على هذه الشاكلة؛ إذ قسم المهام بيننا بهذه الطريقة.

رجلٌ عداءٌ في الخارج؛ بطل خارق في التحمل والتعب لتوفير ما يرجع به آخر كل مساء، وامرأة طوافَةٌ في البيت تضع لمستها السحرية على رأس طفلٍ أو مذاق طبخةٍ أو قميصٍ رجالي متعبٍ إلى الأبد لولا وجوده تحت عنايتها.

لم يكن في الإمكان أمثل من هذه الصورة كي نبادل -رجالاً ونساءً- فيما بيننا كل هذا القدر من المحبة، من الشعور بالآلفة، من السكينة وامتلاكك أسباباً رائعةً للعودة آخر اليوم مع كيسٍ وتعبٍ في

رجليك أنتَ راضٍ به، وامتلاكها أسبابًا كافية لتجنيد أصابعها ويديها وكامل قدرتها على البذل من أجل صنع معنى البيت من أربع جدرانٍ وأريكةٍ وموقد.

إن الذين رأوا أنفسهم جديرين بفعل أشياء أهم من كل هذه البساطة المتواضعة تُحقِّقُ لهم ذواتهم، الذين استخسروا إمكاناتهم الكبيرة ومواهبهم الجديرة بالزهو في مجرد العودة إلى البيت بثمرة بطيخ أو قضاء نصف نهار في الكنس وتمسيد الملابس المُتعبة، أولئك لم ينجحوا في تلقي الحياة بحواس مفتوحة وقلوب حساسة، وأولئك سيركضون طويلًا حتى تنقطع أنفاسهم ثم يكتشفون أنهم كانوا بحاجة لتخصيص بعض هذا الجهد لتوليف بيت.

٢٣ شوال ٤٣ - ٢٤ مايو ٢٢

يا رب؛ امنحني البصيرة لأستدلَّ على طريقي، والمثابرة لتدوم خطواتي فيه، وقوة القلبِ لأقاتل من أجله.

يا رب؛ بين الطريق المريح والطريق الصحيح سأختارُ الصحيحَ لأنني أثق فيك وفي حكمتك وفي نزاهة ما أمرتني به، لكنني لا أثق في نفسي، فلا تكلني إليها، واحفظني من أن تُعَدَّني معرفتي بنفسي عن أن أضطلع بشيء أمرتني به، أو أن أنقص في

شيء وضعت في له قدرة التمام، أو أن أمتلك حماسة الفكرة العظيمة ويُثَسِّنِي نقصي من عزيمة المضيّ فيها.

٢٥ شوال ٤٣ - ٢٦ مايو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. أنام على كثيرٍ من الغبطة وراء كلِّ مرةٍ أتسوقُ فيها ما يكفيني من طعامٍ وشرابٍ أو تُهدي إليَّ أُمِّي، أضع رأسي على الوسادة في الليل ويدي على قلبي وأتذكّرُ ما عندي فأغمض على بسمه.

هذه السكينة اللطيفة من تذكر أنني أملك زجاجةً من اللبن تكفي لشرب كوبٍ كل يوم، أو قطعةً من اللحم أُتحف نفسي منها مرتين في الأسبوع، أو أنواعاً من الخُضَر تنشرحُ نفسي بمنظرها كلما فتحت الثلاجة، هذه السكينة التي تضخ في قلبي شعوراً لطيفاً بالمسرة وأناي حزت الدنيا بحذافيرها، مُطمئنةً أنني لن أجوع دون أن أشبع، وأن أواني لن تنكفي فارغة فتحزن، وأناي لن أحمل همَّ اللقمة في الغد.

الحمد لله على نعمة الستر، وسعة الرزق، والسرور بكل حبة فاكهة وقطعة لحم ونقطة لبن، وشعوري أنني أغنى خلق الله وأسعدهم حظاً وأطيبهم بالنعمة نفساً.

١ ذو القعدة ٤٣ - ٣١ مايو ٢٢

يا رب؛ أقرّ عيني بما أنعمتَ به عليّ، وأقصر نظري عما زويتَه عني، وأحيّ قلبي حتى أرى آثار رحمتك بي فيما تمتحنني به.

اللهم ارزقني قوة الإيمان حتى أَرْضَى عَنْكَ، ولين العريكة حتى أَرْضَى عَنْ النَّاسِ، وحسن التوكل حتى أَرْضَى عَنْ نَفْسِي.

٢ ذو القعدة ٤٣ - ١ يونيو ٢٢

يا رب؛ لست بي قوة لأصبرَ دون أن يرتجفَ قلبي، ولا عزمٌ لأعملَ دون أن أخافَ من العواقب، ولا ثباتٌ لأرسو في الوقت الصعب وأمسكَ عينيّ.

لكنني أرجى ما أكون لك عندما لا يصلحُ في يدي شيء، عندما أغرقُ وأنتظر يدك لتقذني، عندما تعطل أسبابي وتنكسر خطوتي وصوتي.

٤ ذو القعدة ٤٣ - ٣ يونيو ٢٢

يا رب؛ أنا عبدك الذي جهّز قلبه لأسوأ الاحتمالات لكنه لا يستطيع ألا يؤمل أنك ستُنجاه.

٦ ذو القعدة ٤٣ - ٥ يونيو ٢٢

صباح رائق للغاية، طقس مناسب لفتح كتاب جديد.

٩ ذو القعدة ٤٣ - ٨ يونيو ٢٢

انتهيت اليوم من الاستماع لرواية (تحت أقدام الأمهات) لبثينة العيسى. المرأة التي لكتابتها قدرة مدهشة على تأميلي في جودة رواية نساء العرب اليوم.

الرواية من أول ما كتبت بُثينة (نُشرت عام ٢٠٠٩)، وهذا يبدو واضحاً في لغة الشخصيات التي جاءت أكبر منها أحياناً، ومحملةً في أحيان أخرى بدلالات للأفعال أكبر مما يمكن للشخصية أن تستخلصه.

رواية ثورية بامتياز؛ عن التدليل الزائد للولد حتى يفسد، والإهمال الزائد للبنات حتى تدور في فلك الولد لاستجداء الاهتمام، عن الأمومة وأسئلتها المخوفة، وشرط المحبة بين أبناء الآخرين حتى تقل جودتها للابن الحقيقي، وعن القوة الخائفة للجدّة حين تصنع من نفسها سلطة قاهرة.

هنا يبدو واضحاً ما يخلّفه وراءه غياب الرجل عن البيت سواءً بغياب حقيقي أو وجودٍ كعدمه، تغدو النساء مجرد أكياس من الشحم والبؤس تنتفخ حتى تكاد تنفجر، ويغدو الولد مُلخبطاً بين نساء مختلفات منشطر الهوية بينهن لا يستطيع أن يجد لنفسه تعريفاً

خاصا، فيُصبحن لعنةً عليه رغم أن جدته تزعم عكس ذلك بعملية حسابية شديدة الغرابة: غاب عنه أبٌ وأُعطي ثلاث أمهاتٍ كلٌ واحدةٍ منهن بثلاثة آباء. ما أنتج في الآخر طفلا يريدُ أن يصير بنتًا، وفتى يقتلُ من أجل المتعة، ورجلاً يُطالب حبيبته بالتوقف عن الدراسة لتنزل لمستواه بدلا من أن يدرس ويصعد لمستواها.

رحلة أخرى شيقة مع بشينة العيسى، وأوقاتٍ أخرى أخف في أيام صعبة، بسماعاتٍ في الأذن ويدٍ في طبخة ودماغ في جو رواية.

١١ ذو القعدة ٤٣ - ١٠ يونيو ٢٢

تسعةٌ وعشرون عامًا أكملتُها البنت شديدة الانفعال، المُستفزة دائماً، التي لم تتأكد بعد مما يُمكنها فعله، تسعة وعشرون عامًا أغلقتها البنتُ التي هي أنا؛ بيدٍ مُرتعشة وقلبٍ منفعل ورأسٍ لا يكف عن تفريخ الأسئلة.

الليلة أتأمل حياتي وأقول ربما مكنم مشكلتي فيها أنني أتلقاها كطفلة، مسكوبةٌ بكاملِي عندما أحب، سريعة الاشتعال عندما أغضب، قريبةُ الدمع عندما آخذ على خاطري، وتتعرَّق يداي إذا وقعتُ في مأزق، وأن الحياة لا تستطيع أن تكون على مقاسي، أن تكون صغيرةً جدًا، بسيطةً جدًا، بطيئةً جدًا.

أقول ربما تحتاج الحياة إنسانًا أقل سذاجة، أوعى بما حوله، أكثر تركيزًا، وأنا كنت دائمًا كثيرة الشرود، أعيش في قلبي أكثر مما أعيش في زماني وأستيقظ فجأة لأسأل مدعورة: من أين تسرّب كل هذا الوقت!

أقول يا لها من مُعضلة؛ لقد كانت الحياة أبسط مما اعتقدت ولم تزل أعقد مما أستطيع، يا لها من مشكلة؛ إنني كالعصفور أتعثّر في فخّ لا أراه، أدرك انتصاراتٍ ولا أحسّ بها، أبكي دون أن أصدّر صوتًا، أكلّم نفسي لأنني أخاف ألا يفهمني الآخرون، وأحبّ وأخاف أن أعترف لنفسي بأنني أقف على حافة هاوية مُحتملة.

تسعة وعشرون عامًا كبيرة، مخيفة، وغير معقولة. يا إلهي أيّ صنبورٍ نسيته مفتوحًا حتى تسرب كل هذا الزمن!

١٨ ذو القعدة ٤٣ - ١٧ يونيو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. من وقتٍ لآخر أستغرب حياتي، أنظر فيها طويلًا وأتساءل: ما الذي أفعله، متى حدث لي هذا الأمر، كيف مررتُ بكذا وكذا، وهذه الندبة؛ أليست ما تبقى من الأمر الذي بكيته لله وقلت: يا رب؛ لو أصابني كذا سأموت أو لن يبقى في شيء صالح يمكن التعويل عليه؟!

في هذه الأوقات أفقد أي ذاكرة صلبة يمكن لي الاعتماد عليها،
تغدو ذاكرتي هلامًا لا جدوى منه، ولكن تبقى لي ذكرى واحدة
طويلة، متكررة، فكرة بيني وبينها سكينه الألفه واطمئنان المعرفة في
وقت لا أحسن فيه التعرف إلى شيء، تلك هي كل مرة استغربتُ
فيها نفسي وحياتي فنظرتُ إلى السماء وكلمته، كل مرة فقدتُ فيها
ذاكرتي ولم أتعرف إلى نفسي وخفتُ ولكنني عندما نظرتُ إلى
أعلى ذكرته.

تلك اللحظة هي ما يعيد تشكيلي عندما أتفكك؛ أنظر إلى
السماء وأقول: «يا رب؛ لا أعرف من أنا، لكنني أعرف من أنت»،
وأضع يدي على قلبي بطمأنينة طفل وجده أبوه وأنام.

٢٢ ذو القعدة ٤٣ - ٢١ يونيو ٢٢

مع كل قراءة جديدة كشف جديد، شيء جديد لأتعلمه.

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية (نرسييس وغولدموند) للروائي
الألماني هرمان هسه.

من الروايات ما نكتشف عندما ننتهي منها أنها كانت جميلة.
هذه الرواية أثبتت لي صحة رأي كنت قد استنتجته من تجربتي
المتواضعة في القراءة، وهو أن على القارئ أن يكون صبوراً، ألا

يتطلب المتعة منذ الصفحات الأولى لأنه إذا لم يقرأ إلا ما تشده بدايته فسيفوته الكثير من الكتب الجميلة.

لا أعتقد بضرورة إكمال كتاب ممل، لكن أعتقد بضرورة أن نكون ناضجين كقراء للتعامل مع الكتب على أسس أخرى غير المتعة، وفي نهاية الكتاب قد نؤمن اختيارنا أن نكمّله، لينضم إلى قائمة الكتب التي نتذكر إلى الأبد الأوقات التي قضيناها داخلها؛ حتى أوقات «عدم الاستمتاع»؛ تلك الأوقات التي ألزمتنا أنفسنا فيها بالصبر على النص حتى تفتح القصة.

لن أقول شيئاً عن الرواية نفسها، ما كنتُ مأخوذة به عندما أنهيتها هو عدم لزوم أن تكون كل الروايات مشوقة ولا أن يكون الروائي بهلواناً حتى يحتفظ بالقارئ، لذلك أحترم الكاتب الذي يفعل ما تقتضيه قصته والهدف من كتابتها غير مراقبٍ للقارئ أو خائفٍ من فقدّه، الكاتب الذي لا يتصنع الحيل في نصه ليُبقى على القارئ ولو كان الثمن نزاهته في الكتابة.

٢٦ ذو القعدة ٤٣ - ٢٥ يونيو ٢٢

الألم الذي توهمت أنك تجاوزته ونسيته بسرعة سيذكرك بنفسه في أشد لحظاتك هشاشة، لذلك: ما دامت فيك طاقةٌ فعيشي

كلّ ألم في وقته، عيشه مرةً، أطلقه للأبد، واحتفظني بالندبة كدرس.

١ ذو الحجة ٤٣ - ٣٠ يونيو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. يجيء على المرء وقتٌ يكون كل ما يُريده من هذه الدنيا أن يضع إبريق شاي بينه وبين صاحب له ويبسط الحديث، يقول فيسمع، يشرح نفسه فيفهم، ويكي فتتلقى دموعه على كفوف الراحة.

يجيء على أحدا وقتٌ ينسى فيه كل أحلامه، كل ما يركض خلفه، وكل ما يجهد لأجله، ويود فقط أن يشعر أنه إنسان بوسعه أن يميل إلى إنسان دون أن يصطدما، لأنه تكسر كثيرًا حتى اليوم من كثرة ما ضربت الدنيا رأسه في الحائط.

٢ ذو الحجة ٤٣ - ١ يوليو ٢٢

عندما تكبر يمشي أحدا إلى عتبات البكاء بغمٍّ من يُساق إلى الموت؛ خائفًا عاجزًا ضيقة نفسه، ويخرج منه بسكينة من وجد الله عند جميل ظنه.

البكاء من الضيق وقلة الحيلة وسؤال «ماذا أفعل يا رب» يشبه انحسار بحر عن جبل من ذهب، كأن معنى جميلا كان مطمورًا في

القلبِ أزالَ عنه البكاء ما تراكم فوقه حتى تَكشَفَ في الروحِ ولمع.
 إنني أكتشف بعد جفاف دمي في كل مرة أنني سكنتُ وهدأتُ
 واطمأننتُ؛ لا لأنني عرفتُ ماذا عليَّ أن أفعل، لكن لأنني،
 وكمفاجأة سعيدة، أجد نفسي واثقةً أن الله هو من سيفعل.

٤ ذو الحجة ٤٣ - ٣ يوليو ٢٢

١- الأيام الطيبة تبدأ بثلاثة أشياء: الاستيقاظ باكراً، فتح النافذة
 وإعداد الشاي، والشروع في العمل دون تباطؤ.

٢- قرأتُ اليوم كتاب خوات بن جبير -رضي الله عنه- لكتابه
 محمد حشمت، مرة أخرى في ظلال التربية النبوية، هذه السلسلة
 التي لا يخرج منها المرء أبداً كما دخلها، وفي كل حلقة منها شيء
 مختلف يخالط القلب ولا يتركه.

هذا الكتاب عن سيرة صحابي هو نموذج معبر للنفس البشرية
 بكل ما يعترىها من ضعف حيال أشياء بعينها، عن الإنسان
 ومجاهدته نفسه التي تغلبه أحياناً ويغلبها أحياناً، وعن الدين الذي
 لا يطالب الإنسان بأن يكون ثابتاً أبداً على مستوى واحد من
 الإيمان طوال الوقت، ولا أن يكون نقيّاً دائماً من الذنوب
 والخطايا، ولا أن يتخلص دفعة واحدة من نقاط ضعفه كإثبات

وحيد لحب الله وصدق الإيمان.

هنا تتجلى عظمة الدين الذي لا يأمر الإنسان بألا يخطئ أبداً، بل بأن يرجع عندما يخطئ، ويستغفر عندما يذنب، ويذكر نفسه عندما ينسى، ويظل هكذا أبداً حتى يلقي ربه.

١٠ ذو الحجة ٤٣ - ٩ يوليو ٢٢

تخرج لتصلي العيد فكأنما خرجت لتجمع الدعاء والمحبة وتوزع القبلات على الأيادي. جعل الله من نصيبي ومن أحب دعوات العجائز والمشي إلى صلاة العيد أعواماً مديدة.

١٢ ذو الحجة ٤٣ - ١١ يوليو ٢٢

تكاثر عليّ رسائل القراء، يتوسّمون في حكمة ما فيلتمسون عندي نصيحة أو إشارة، وأنا أنظر إلى نفسي وأعجب وأخاف! لست كفئاً لنصح أحدٍ في شأن من شئون حياته، ما زلت أحاول فهم حياتي الخاصة.

قديماً ربما كنتُ أفعل؛ لأنني كنت أظن أن الأسئلة المباشرة لها أجوبة مباشرة كذلك، وفيما بعد تعلمت أن الحياة أكثر عناءً من الإجابات السهلة والمختصرة، وأن أسئلتنا قد تكون واحدة لكن الإجابة لا تكون نفسها الصحيحة لاثنين، وأن الإجابات العامة قد

تصح أحيانا، لكنها ليست ضالة السائل، وكل إنسان يبحث حين يستشير عن جواب يشفي سؤاله الخاص، ينفع لحياته الخاصة، يحل إشكاله المحفوف بكثير من الظروف والتفاصيل التي لا أعرفها ولن أعرفها إلا بمعرفتي هذا الإنسان.

لذلك أصبح نهجي أن أبحث في علاقاتي القريبة عن حكيم مجرب صحيح القلب أطلب مشورته، لا أن أسأل كل من يعجبني منطقته أو حسن بيانه، لأنه قد يكون إنسانا حكيما، جميلا، عظيما؛ لكنه لا يعرفني، لا يعرف طبيعة شخصيتي، لا يلم بمشكلتي من أطرافها، وعليه يعطيني خلاصة تجربته الخاصة في مشكلتي التي قد لا تشبهه.

ولذلك أيضا صرتُ أستسخر نفسي عن كل مرة وصلتني فيها رسالة من شخص لا أعرفه يستنصحنني في شأن خاص فنصحته، وأصبحتُ أنظر إلى تلك المرات وأقول لنفسي: ما كان أشد غروري بتجاربي القليلة وحصيلة قراءاتي الهزيلة وما كان أشد زهوي بها حتى رحتُ أوزعها بسخاء وثقة على أسئلة أناس لا أعرفهم ولا أعرف ما يكفي من ظروفهم وطبائعهم وتفاصيل مشاكلهم!

ينظر إليّ الرائي فيحسبُ هناك بئرا، لكنني أذكرُ نفسي حتى لا

أغترّ؛ بأنه إن ألقى دلوّه سيرتظم الدلو قبل أن يُرخي مُلقيه الحبل، ما زلتُ أتهجّي لأفهم عن الله في كل ما يقدره لي، وكلما ظننت أنني فهمت وأعجبتني حكمتي المستفادة فضحتني أمام نفسي تجربة جديدة.

١٥ ذو الحجة ٤٣ - ١٤ يوليو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. شهدت اليوم فرش جهاز عروسٍ من العائلة، وعدتُ إلى البيتِ أتساءلُ: لماذا يثقل الناسُ كواهلهم وحيواتِ بناتهم الجديدة بكل هذا القدر من الأغراض الذي يفوق الحاجةَ بأضعاف؟ لكنَّ كلَّ مَنْ حولي لا يُنكرون ذلك ولا يسألون السؤال نفسه، بل إنهم مولعون بهذه الكثرة وهذا التكديس، وأنا تأسرني البيوت البسيطة ذات الجمال الهادئ، البيوت التي تكتسبُ أناقتها من روح المرأة التي فيها، من نظافتها واعتنائها ولمساتها على كلِّ الأشياء، وأنقبضُ في البيوت المؤثثة حديثاً وما فيها من زخمِ التفاصيلِ والتكليفِ من أجلِ التباهي.

كيف تُحبُّ النساءُ أشياءَ بيوتهنَّ بالقدرِ الكافي إذا كانت بكلِّ هذه الكثرة؟ ولماذا أُصِبن فجأةً بداءِ الحشدِ فصرن يُجهزن بيوتهنَّ وبيوتَ بناتهنَّ بكلِّ هذا النهم والتكديسِ القهري؟ وأين ذهبت أذواقهنَّ وحُسنُ الجمالي ومهارتُهنَّ في التنسيق؟

أتساءل كيف من الممكن أن يحتمل أحد العيش مع ثلاثمائة طبق لا يحفظ أماكنها، ومئتي كأس لا يستخدم أكثرها، وخمسين ملاءة سرير لا ينام إلا على خمس منها، والكثير من الستائر ونقوش السجاجيد وزرع الزينة والتحف وقطع الأثاث و...، هذا مخيف بالنسبة لي، مخيف حقيقة لا مجازاً، لأنني لا أحتمل فكرة أن أمتلك غرضاً ولا أستخدمه، وأعتقد أن من إكرام الأغراض كنعم أن تُستخدم بلطفٍ ومن إهانتها أن تُكدّس وتُهمل بلا لزوم.

كل الحب للبيوت المؤثثة على الجمال البسيط والاستغناء عما لا حاجة له، لكل بيت تُرى أناقته في لمسة المرأة التي فيه عليه، ولكل أنثى عرفت أن جمال بيتها متوقف على طاقتها فيه لا مال أهلها في تأثيثه.

١٦ ذو الحجة ٤٣ - ١٥ يوليو ٢٢

الانسجام الذي أعرفه أن تكون غايتنا واحدة، أن يستأنس أحدنا بالآخر في وحشة الطريق نفسه، أن نقرأ كتاباً معا فنجد انطباعاتنا عنه وتعليقاتنا عليه متشابهة إلى حد كبير.

هناك أشكال عديدة للحب، لا أنكر أيّاً منها، لكنني أؤمن بالحب الذي يبدأ من الرأس ويحط رحاله في القلب، الحب الذي

يشعر فيه المرء أنه وجد ضالته؛ إنسانا على مقاس عقله وقلبه وغاياته وأحلامه.

١٧ ذو الحجة ٤٣ - ١٦ يوليو ٢٢

لا أعرف كيف يتعلم المرء من أخطائه، لقد كسرت الحياة عظامي لأتعلم لكنني تلميذة بليدة؛ ما زلت أخطئ في نفس المواطن، نفس الأخطاء بحذافيرها.

١٨ ذو الحجة ٤٣ - ١٧ يوليو ٢٢

سُتُعَذِّبُك كل ميتة لم تكتمل، كُلُّ جرح لم يُصَفِّ دمك كله، كُلُّ ريحٍ لم تقتلعك لكنها خلخلتك؛ لأن ما يتبقى منك دائما أكثر هشاشة.

عند آخرين: تُقَوِّيك الضربة التي لم تقتلك، ولكن أنت، كيف ولماذا، بعد كل ضربةٍ تصير أقل قدرة على المقاومة، وعند كل فخ جديد تميل لغفران مساوئ الحياة، تمنحها ثقتك من جديد، فيُطبق على رجلك الفخ، يخترق لحملك وعظمك.

إن فيك عرجا من كثرة الفخاخ، لكنك لا تتعلم من ميتة لا تكتمل، من جرح لم يُصَفِّ دمك كله، ومن ريحٍ لم تقتلعك لكنها خلخلتك. لا تتعلم من درس لا يُنهيك؛ لأن ما يبقى منك لا يفقد

قدرته على الأمل وإحسان الظن، لا يفقد موهبته غير المحدودة في السذاجة.

١٩ ذو الحجة ٤٣ - ١٨ يوليو ٢٢

هذا بعينه هو الوقت الذي لطالما هربت منه، الوقت الذي تُغلقين فيه باب غرفتك بالمفتاح من الداخل كما لو كان في الخارج وحش يجلس على العتبة ينتظرك أن تفتحي، وتطفئين الضوء كما لو أنك تختبئين منه في العتمة حتى يئأس منك ويمضي.

جسدك ثقيل وأصم، متوحد تماما مع الفراش، تريد أن تنهضي ولا تستطيعين، كما لو أنه صخرة تحملينها على ظهرك فتسحقين تحتها.

تقول أمك إن على النساء ألا يستسلمن لجنوح أجسادهن لإقامة المآثم، عليهن أن يتحركن في البيت، يغسلن الأواني، يكنسن النكد من الغرف، أو حتى يتدحرجن على الدَّرَج، أي ممارسة بيتية معتادة من شأنها أن تكون فعل مقاومة مثاليا، وإن كان الآخرون لا يرون أيا من ذلك، لا يرون أنك عندما تجلين الصحن شاردةً فأنت تعيد زحلة الدموع للداخل حتى لا تُغرق البيت، أو أنك عندما تنفضين سريرا في عشرين دقيقة فأنت تحاولين إخماد حريق في

قلبك لا تعرفين أين يمكنك الذهاب به، أو أنك عندما لا يُسمع صوتك تكونين في الفراش تحاولين الموت عن طريق إغماض عينيك والتمادي في لوم نفسك.

لكن أياً من هذه الحيل لا ينفع، هذا بعينه هو الوقت الذي لا تفلح فيه نصائح الأمهات، الوقت الذي يتسع فيه الخرق في قلبك على قدرتك على الرقع بالإبرة واللف بالضماد، الوقت الذي لا تُجدي فيه حبوب مضادات القلق ولا محاولات خلع الرأس وتركه على جانب ولا القيام من الفراش للقفز من النافذة.

لقد مر قطار الأحداث المؤلمة، لكنك اكتشفت أنك لم تنزلي منه، بل نزلت تحته.

٢١ ذو الحجة ٤٣ - ٢٠ يوليو ٢٢

هناك وجهة وحيدة أعرفها، تلك التي تبقى للمرء عندما تكون في قلبه حرائق لا يعرف أين يذهب بها.

ما أثقل هذا الوقت؛ حيث كل ما يريده المرء أن ينطفئ، حتى لو لم يكن له بعد ذلك قياّم من رماده.

٢٢ ذو الحجة ٤٣ - ٢١ يوليو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة رغم كل شيء. في أوقات صعبة كهذه أو من

بالتفاصيل اليومية البسيطة كآليات استشفاء، لطالما كان للانشغال في البيت القدرة على تخفيف وطأة الأيام الثقيلة.

الحياة ليست سهلة، بتُّ أردد هذا كثيرا في الفترة الأخيرة، ولمرات عديدة أغمضتُ عينيَّ في الليل متخيلةً أن هذا العالم ليس حقيقياً، أني لن أفتح هاتين العينين في الصباح ولن يبقى هناك شيء، لكنني أفتحهما وأجد كل شيء في مكانه؛ الثقل في الوقت، الأحداث الحزينة في رأسي، والألم المُمض في قلبي.

ولأنني لا أعرف حلاً آخر غير الجلد لعيش الحياة، ولا كيفية أخرى سوى الصبر على امتحاناتها عندما لا أعرف إجابات صحيحة، ليس بوسعي سوى أن أنغمس في التفاصيل الدقيقة لأتخلص من رأسي؛ أقرأ كتاباً، أركّز في الروائح أثناء تقليب طبخة، وعندما أفقد حيلتي تماماً أجلس ساكنة في غرفتي لأراقب تمددات الظل على الجدران خلال اليوم.

لا حل آخر، نحن مضطرون للعيش رغم كل شيء، طريقتي المعتمدة طفولية بعد الشيء، أبكي بعدها حين أجد كل شيء في مكانه لم يتزحزح، لكن الوقت يمر وهذا كاف جداً لتحويل آلام اليوم إلى ذكريات وندوب.

٢٣ ذو الحجة ٤٣ - ٢٢ يوليو ٢٢

ما أسعى إليه هو الخفة. ألا يكون في قلبي ندم، ولا في عيني الطرق التي اخترت عدم المشي فيها، ولا في ذاكرتي قصص بنهايات مبتورة، ولا في يدي أشياء لا أبالي بها.

٢٤ ذو الحجة ٤٣ - ٢٣ يوليو ٢٢

ربما كانت المشكلة أني لم أفرغ غضبي فيمن أذوني، دائماً ما كانت أفعالي التدميرية، الانتقامية، موجّهة نحو الداخل.

لا تبدو لي الكتابة كاستشفاءٍ مُجدية بقدر يستأهل المخاطرة بتلوث الجرح النازف، إنها مسكّنات من النوع الرديء؛ تُخدّر آلامك الآن وتفسد أعضائك الداخلية على المدى البعيد، ولا تُدرك إلا بعد فوات الأوان أنك خلّدت ذاكرتك بدلا من تخطّيها.

٢٦ ذو الحجة ٤٣ - ٢٥ يوليو ٢٢

دخلنا الشباب بأعينٍ مفتوحة وحذر، وعلى العتبة تسلّحنا بكل ما في حوزتنا من قواعد السلامة، من أين جاءت كل هذه الندوب والكسور والقرح؟

عمرٌ كأنه قطارٌ على عجلةٍ من أمره، حياةٌ لا يُمكن توقُّعها أو الاستعداد لها، وجروحٌ لا مفرَّ منها، الحياةُ إذاً هي هذا الحزن

المحفوف بالغواية والفرح العابر.

هذه الندوب غير القابلة للإزالة ليست تشوّهات، إنها أدلة في قلبي، ليسعني أن أتحمسها يومًا ما وأقول لابني أو لابتتي: يا عزيزي؛ لقد مررتُ بكلّ هذا قبلك.

والكتابة كذلك، طبشورٌ على جوانب الطريق؛ أيُّها المارُّ لقد كنتُ هنا يومًا ما.

٢٨ ذو الحجة ٤٣ - ٢٧ يوليو ٢٢

المؤمن ليست غايته في الدنيا إدراك السعادة، ربما لو فهمنا هذا وعملنا به لحُلَّتْ أكثر مشاكلنا من تلقاء نفسها، الحل الذي لا يعني بالضرورة زوال الهم وإنما سعة النفس له وقدرة احتماله وطاقة المرء لمواساة نفسه والتسلّي عما أغمّه.

تخف وطأة الحياة على المرء عندما يقر في قلبه أنه جاء إليها مُمتَحِنًا في الأصل، فيهون عليه ما يلقي من الكبد والمشقة، وينخفض كثيرا سقف ما يمكن أن يدخل السرور على قلبه، ويجد في صدره برد الرضى لأكثر النعم اعتيادًا وتعظم في عينه كل صغيرة جميلة.

٢٩ ذو الحجة ٤٣ - ٢٨ يوليو ٢٢

ليلة جمعة سعيدة، يتغشى قلبي فيها سرور وغبطة حتى لأفرحُ

لكل طبخة في إناء أهل بيت، وكلّ إنسان سيبيت الليلة مستورًا ومعافى، وكلّ أب يرجع إلى أطفاله بفاكهة فرحوا بها، وكل زوجة دخول رجلها عليها الآن دخول الراحة والأمن على القلب، وكل امرئ قال شيئًا جميلًا فأضحك سنّ حبيبته.

الحمد لله الجميل الكريم على النعمة، ما بات منها في كفي أو في كفوف عباده، والحمد لله على انشراح الصدر بالنظر إلى آثار رحمته على الناس.

٣٠ ذو الحجة ٤٣ - ٢٩ يوليو ٢٢

لا وجودَ لإنسانٍ ساحرٍ أو ذي قدرات خارقة، ولا لعلاقةٍ مُزيلةٍ للندوبِ والقُرَح، ولكن هناك شخصٌ تقلُّ معه أحزائك بالقسمة، وعلاقةٌ تُصالحُك على ندوبك وتضعُ لواصقَ مُطبِّبةٍ على قرحك. لا وجودَ لحياةٍ سعيدةٍ، ولكن هناك حياةٌ مُطمئنةٌ وأنيسةٌ مع رفيقٍ هذبته الأحزانُ مثلك وقلّمتُه من تصوراتِه الخاطئة وتوقعاته الطفولية للعلاقات والحياة.

١ محرم ٤٤ - ٣٠ يوليو ٢٢

الجلوس في الشرفة مع فنجان شاي وحاسوب محمول، الاستغراق في الكتابة في هواء الليل الطلق تحت سماء كحليةٍ آسرة،

وخطوتان كل خمس دقائق إلى القرن لمراقبة شواء البطاطا.

سأتذكر هذا فيما بعد عندما يكتمل العالم الذي بدأته منذ زمن؛
أنني هنا، في منتصف هذا النص، توقفت مرات للتأكد من نضوجها
أو لأطفئ الفرن، امتلاً قلبي بالرائحة الشهية والمواساة اللطيفة
وشُفي من شيء ما، استحضرت المآلات الجميلة لليالي الكتابة
وابتسمت.

لتوثيق تطور جميل في حبكة رواية (الحياة السرية لسكان مطبخ
نعمة)

السبت، الثانية صباحاً

مكتبة
t.me/soramnqraa

١ محرم ١٤٤٤

٣٠ يوليو ٢٠٢٢



المعلم الخامس

مُسْتَعْمَرَةُ الْمُتَالِيَيْنِ

خامسٌ مَعْلَمٌ في طريقي وعلى خريطتي كان مُستعمرة سُكَّانُها غريبو الأطوار؛ ظواهرُهم تُنبئُ عن أناسٍ عندهم الكثيرُ مما يُمكنهم فعلُهُ، مسكونون بالأحلامِ العظيمةِ والإمكاناتِ الواسعةِ، لكنهم لم يغادروا مُستعمرَتَهُم قطُّ من قبل، ولم يصلوا إلى أيِّ مكانٍ رغم أنهم يتوقون إلى ذلك بشدة.

هؤلاء هم المرضى بالمثالية المفرطة والسعي إلى الكمال، لا يَرْضَوْنَ عن عملٍ ما لم يكن تامًّا ومثاليًا، فيُعيدون ويُعيدون ويُعيدون، حتى يتعبوا وتضيع طاقاتهم في السعي إلى كمالٍ لا يُدرَك، فيهمدوا في أماكِنهم مملوئين بالأحلامِ غيرِ المُنجزة، فارغين من الطاقةِ والوقود.

في مروري بهذه المُستعمرة عرفتُ كثيرًا من ساكنيها عن قرب؛ فهذه امرأةٌ لم تَرْضَ عن أبنائها مهما اجتهدوا لأنهم لا يُحققون العلاماتِ الكاملة، فأنحَبستُ وحبستُهم معها في مثاليتهَا المفرطة، وذاك رجلٌ لا يُسَلِّمُ الكتابَ الذي بذلَ فيه وسعَه إلى الناشرِ لأنه ليس كاملاً، فتخطى الخمسين دونَ أن ينشرَ كلمةً وامتلأ درجُ مكتبهِ بالكتبِ المكتملة غيرِ الكاملة، وتلك بنتٌ لا تُفْلِحُ أبدًا في الالتزامِ بعباداتِها لأنها كلما وقعَ منها تقصيرٌ عارضٌ أقعدَها أيامًا حتى تعود، وتظل تدورُ في هذه الحلقةِ المُفرغة من البذلِ والتقصير وترجعُ كل

مرة إلى نقطة البداية، كأنها سيزيف المحكوم إلى الأبد بحمل صخرته على ظهره وصعود الجبل^(١).

وكدتُ أنحبسُ مع أهلِ المُستعمرة لأنني لا أدخلو من سعي إلى الكمال، أريدُ لكلِّ ما أعملُ أن يكونَ تامًّا ومثاليًا، لا تُرضيني المُنجزاتُ الناقصة وأسعى إلى إتمامها غيرَ عالمةٍ أنني بهذا إنما أتمرّدُ على بشريتي، ولعل هذا من رواسِبِ النشأةِ في بيئةٍ تعليميةٍ لم تكن تعترفُ سوى بالعلاماتِ الكاملة، فجعلتُنا كخيَلِ السباقِ لا يُقدَّرُ منها إلا الفَرَسُ الذي يقفزُ كلَّ الحواجزِ ويصلُ خطَّ النهايةِ أولاً.

وما حرّرتني من مُستعمرةِ المثاليين أنني نظرتُ إلى ما يُريدهُ اللهُ مني وما يُعاملني به، فوجدتُ أنه - سبحانه وتعالى - يتجاوزُ عني الخطأ والنسيان وما لا يدَ لي فيه: «إن الله تجاوز لي عن أمتي الخطأ والنسيان وما استكرهوا عليه»^(٢)، لكنني لا أغفرُ لنفسي شيئًا من هذا!!

(١) سيزيف هو شخصية من شخصيات الميثولوجيا الإغريقية، تحكي أسطورة أنه عُوقِبَ بأن يحملَ صخرةً من أسفلِ الجبلِ إلى أعلاه، وكلما وصلَ القمةَ تدرجت الصخرةُ إلى الوادي فيعودُ لحملها والصعود بها فتتدحرجُ من جديد ويُعيدُ الكرة إلى الأبد.

(٢) حديثٌ حسن رواه ابن ماجه والبيهقي.

وَلَا يُكَلِّفُنِي إِلَّا بِمَا فِي وَسْعِي: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾^(١)، ولكنني أكلف نفسي ما لا أطيق ولا أراعي حدود إمكاناتي، ويأمرني أن أدعوه: ﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ﴾^(٢)، وأنا أدعوه أن يعاملني هذه المعاملة وأعامل نفسي بضدها؛ فأؤاخذ نفسي بخطئي ونسياني، وأحمل على نفسي الآصارَ وأشق عليها، وأحمل نفسي ما لا طاقة لي به!

لقد أفقتُ لأجدني أُسيءُ إلى نفسي بسعيي المستميت إلى الكمال وأنا أظنُّ أنني أحسنُ إليها، وتذكرتُ كما لو كنتُ أكتشفُ لأول مرة أنني لا أوزنُ في ميزانِ الله بكمالِ ما حققته وإنما ببذلِ وسعي فيه، ووجدتُ النبيَّ - ﷺ - الذي لا ينطق عن الهوى يُراعي هذا المعنى - النظرِ إلى الوسع والاستطاعة لا كمالِ العمل - فيقولُ لأصحابه: «ما نهيتكم عنه فاجتنبوه، وما أمرتكم به فأتوا منه ما استطعتم»^(٣).

خففَ هذا عني أحمالاً لا لزومَ لها كنتُ أنوءُ بها رغمَ ذلك،

(١) سورة البقرة، الآية ٢٨٦.

(٢) سورة البقرة، الآية ٢٨٦.

(٣) رواه البخاري ومسلم.

ساعدني على قبول بشريتي ومحدودية قدراتي، وعلى الإنجازِ أكثرَ
 مما كنتُ أفعل، وعلى الخروجِ بسلامٍ من مُستعمرةِ الساعين إلى
 الكمالِ واستئنافِ طريقي.





خطوات الأيام

-المسافة السادسة-

٣ محرم ٤٤ - ١ أغسطس ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة رواية (الصيادون) للكاتب النيجيري تشيغوزي أويوما. كتابة جميلة، تشدك منذ الكلمة الأولى حتى الأخيرة، وعناية فائقة بالتفاصيل وتطعيمها بقضايا المكان. هذا هو الروائي عندما يكون مهموما بقضايا بلده، وهذا هو نوع الأدب العابر للجغرافيا والملتصق بها في ذات الوقت، المتجاوز للتاريخ ورأسم صورته الحية كذلك.

أربعة إخوة من نيجيريا، أكبرهم ذو خمسة عشر عاما، يذهبون للصيد من بحيرة خطيرة بدون علم والديهم، وفي إحدى المرات يقابلون مجنونا ينادي أكبرهم باسمه ويُخبره بطريقة موته: أحد إخوته سيقتله!

يبدأ حال الابن في التدهور ويشك في إخوته جميعا، حتى يصل به الأمر ألا يتناول طعام أمه خوفا من أن يُدس له السم فيه، تستमित الأم بعد علمها بنبوءة المجنون في إقناع الولد أن إخوته يحبونه، وكذلك يفعل الإخوة الثلاثة ليبرهنوا له على محبتهم الشديدة له كونه أخاهم الأكبر وحاديهم وقائدهم الذي طالما تطلعوا له بإكبار واقتفوا أثره.

ينتهي به الأمر مقتولا على يد أخيه بالفعل، ومنذ تلك اللحظة تنقلب حياة الأسرة رأسا على عقب بعد ضياع الأكبرين، لتبدأ سلسلة ضياع أخرى لبقية الأبناء، ولا تدري حينها هل قتلت ذلك الولد نبوءة المجنون أم قتله تصديقه المهووس لها.

رواية مكتوبة بدقة جراح، عشق فيها المؤلف السياسة في تفاصيل قصة أسرة متواضعة، فخرج هذا المزيج المدهش بهذه الجاذبية وقوة التأثير.

أول قراءة للأدب النيجيري، أظن أنني لن أتوقف عن البحث عن أعمال أخرى لتشينغوزي أوبيوما.

٤ محرم ٤٤ - ٢ أغسطس ٢٢

يا رب؛ يا عُدي لأيامي العصيبة، ويا أول من يخطر اسمه في قلبي حين أخاف وحين أوُمِّل، ويا مَنْ يبقى لي حين لا يبقى لي ركنٌ أو أنيسٌ أو سميع؛ لا تُخلِّني وحدي، ولا تكلِّني إلى نفسي، ولا تجعل حاجتي عند غيرك.

٨ محرم ٤٤ - ٦ أغسطس ٢٢

تواصلتُ اليوم مع صديقتي أمل لأطمئنَّ عليها وسط كل أخبار القصف العنيف على غزة، وأمل صديقتي الفلسطينية التي شاركتها

الغرفة نفسها شهوًراً طويلة، كانت في مصر للدراسة وظلت هنا ست سنين ثم رجعت إلى أهلها في غزة منذ أقل من ستة أشهر؛ حاملةً شهادة في الطب وقلباً نظيفاً أقيس صلاحيتي للصحة على عدم مؤاخذتي بتقصيري.

عندما سألتها إذا ما كانت بخير أخبرتني بعد الطمأنة على سلامتها وأهلها أنهم يسخرون منها عندما ترتجف وتفرع من أصوات الصواريخ قائلين: «شكلك نسيت القصف»!

كلمتها هذه ما زالت تُوجعني منذ قرأتها؛ أن يكون الطبيعي لأهل غزة الكرام العيش تحت القصف، أن تجري العادة بذلك، وأن يُقال لصديقتي عندما تخاف: شكلك نسيت القصف!

اللهم اغفر غفلتنا، وآمن أحبابنا في أوطانهم، وأعزَّ عبادك الموحدين بك، واكتب لي ولصاحبتي اللقاء مرات عديدة في غير ضراء ولا حزن.

١٠ محرم ١٤٤٠ - ٨ أغسطس ٢٠٢٢

لقد مررتُ بأشياء كثيرة لم تكن سهلة، لكنني أقول الآن أنه ما من شيء كان وما زال أصعبَ عليّ وأشدَّ معاناةً من تربية نفسي.

أن أهدب نفسي من طباعي السيئة، أن أدرب نفسي على كظم

الغيظ والانطواء على بلائي حتى يمر، أن أشدُّب شخصيتي من رعونةٍ وقتَ الألمِ جالبةٍ للندم، أشياء كانت أصعب عليَّ من كل ما عانيته، وما زلت أجهد فيها فأنجح مرة وأفشل مرات بعد أن تخور قواي في المقاومة.

لا شيء أشد على المرء وأكثر استعصاءً من تربية نفسه، وأنا تكادُ تُبليني معالجة نفسي، والله وحده من يتطلع إليه النظر، ويضرع إليه القلب، وتُستنزَل منه السكينة في مشاق التربية والعون على الصبر عليها.

١٢ محرم ٤٤ - ١٠ أغسطس ٢٢

ليالي صيفية سعيدة، أكثر ما يميزها الشعور بالأمن.

أعتقد أن هذا بالضبط هو الشعور الذي يسعى أي كاتب إلى توفيره، أو يتمناه على الأقل؛ أن يجلس إلى مكتبه في ليلة جميلة كهذه، مُنشغلاً بشدِّ رأس الحكاية من دماغه غير قلقٍ من أي شيء؛ ففي جسمه عافية، وفي ثلاثته قوتُ أسبوع وعلى رفِّ شاي وقهوة، وفي محفظته ينام مبلغ من المال يكفي أجرة البيت والفواتير وأي دواء طارئٍ لشهر قادم.

الحياة ليست سهلة، لكنني عندما أجلس هذه الجلسة وعندي

ما سبق أطمئن رغم كل شيء، ويعتريني شعور عظيم بالحمد والغبطة والرغبة في أن أفعل شيئاً جميلاً يبقى طويلاً.

١٤ محرم ٤٤ - ١٢ أغسطس ٢٢

-وصفات ناجحة لأحزان نسائية حادة-

الوصفة الأولى: بامية باللحم للتغلب على الوحدة.

هذه الوصفة لامرأة تعاني من الوحدة بمعناها الحرفي؛ نقص حادثاً في الوجود الحقيقي لأشخاص تأنس بهم وإن لم تتفق معهم كلياً، (بالنسبة لامرأة لا تعيش وحيدة وتشعر رغم ذلك بالوحدة سأضع وصفة مختلفة فيما بعد؛ إذ إن مشكلتها -على الأغلب لا على الإطلاق- ليست الوحدة بل عدم القدرة على الاستئناس).

يمكنك أن تعرفي إذا كنتِ وحيدةً أو لا من خلال مراقبة الأعراض التالية في نفسك:

١- كثرة التفكير في أطفال ممكنين، أطفال كان يمكن أن تكوني مشغولة بهم الآن بدلاً من انشغالك في قضم نفسك.

٢- اللهفة على سماع صوت بشريٍّ في حيزك المكاني، حتى لو كان على هيئة طرقة على الباب أو تحية في مكالمة هاتفية.

٣- الإفراط في تناول صور الأحباب البعيدين والأصدقاء القدامى لتأملها والشعور جرّاء ذلك بوخزة في القلب، عميقة وغير حادة.

٤- الشرود الطويل في أخبار اجتماع المتفرقين واهتداء الغرباء لأنصافهم، ووجود غبطة في القلب لذلك.

توجيهات لنجاح الوصفة:

اغمسي قلبك في التفاصيل الصغيرة، في رائحة الطبخة عند إضافة تابل بعينه، في ملمس اللحم عند تمام النضوج، في صوت الصلصة عند انتهاء السّبك، وفي لون الشّعيرية الذهبي بالدرجة المطلوبة للأرز بالضبط.

الخطوات الفعّالة ذات الأثر المُعالج:

١- أثناء قلي البصل -وتحديدا عندما يبدأ في الذبول- قومي بإضافة نصف ملعقة من الكمون ونصف ملعقة من الكزبرة المجففة ونصف ملعقة من مهروس الثوم مع الفلفل الأخضر، واستمري في التقليب حتى تقلّص الكمية للنصف والحصول على لون ذهبي.

٢- قبل إضافة عصير الطماطم أضيفي ملعقتين كبيرتين من

معجون الطماطم، قلبّي، أضيفي اللحم نصف الناضج، قلبّي لنصف دقيقة، ثم أضيفي عصير الطماطم.

٣- ملعقة صغيرة من السكر يمكنها إضفاء حلاوة مُحبة و فاتحة للشهية.

٤- عند تمام سبك الصلصة -يُستدل عليه بصوت فقاقيع- أضيفي البامية أولاً، قلبّي لنصف دقيقة، ثم أضيفي ماءً مغلياً كافياً للإنضاج.

٥- هدّئي النار تحت الطبخة، النار العالية كالاستعجال تماماً تُحرق ولا تُنضج.

٦- أثناء عملية النضج انشغلي بشيء تحبينه؛ كقراءة كتاب جيد أو حياكة جوارب للشتاء القادم، أيّاً يكن ما تحبينه افعليه قريباً من المطبخ، وكبّري الغبطة في قلبك على رائحة طبختك الشهية.

الخطوة الأخيرة:

فور نضوج الطبخة اغرفي طبقاً مع قطع لحم -من أفضل ما في إنائك- واطرفي باب الجارة وأهديها إياه.

النتيجة: شفاء من الوحدة بأكثر من احتمال..

إما أن تصبح الجارة صديقتك فعلياً.

أو أن يؤنسك تخيل أنها تلذذت بطبخة استثنائية بذلت فيها أفضل ما في وسعك؛ بذلت فيها جلدك ومهارة يدك الحساسة لما تطهو.

أو أن تأنسي دون بادرة منها ولا جهد منك، بشيء تجدينه في قلبك في التو واللحظة، تقولين لنفسك: ليس وحيداً من لم يأكل وحده طبخ يده.

ملاحظة هامشية مهمة:

اتبعي الخطوات الفعالة للوصفة مع حسن ظن في قلبك أنها ستنجح، الطعم الشهي للطبخة مهم لا مجرد المشاركة؛ إذ بوسع الطبخ الطيب أن يكون توثيق آصرة، إسعاد إنسان لإسعاد معدته، وإثبات شيء من اللياقة بالأشياء الجميلة التي تنتظرينها.

١٥ محرم ٤٤ - ١٣ أغسطس ٢٢

طوال الأشهر القليلة الماضية لم تتذكر جدتي اسمي ولا مرة، تعاني بسبب مرضها من تشويش في الذاكرة وأحياناً من فقدان جزئي واضطرابات كلام، يؤلمني هذا جداً، لكن ما يربُّ على قلبي أنها لم تنسني حتى وإن نسيت اسمي.

عندما أزورها ألحظ تشوشها وعدم تعرفها على أفراد العائلة بشكل كامل، وفي العيد الفائت كان كل ما تذكرته أنها عانت في حياتها كثيرًا وانتهى بها الحال عاجزةً عن الذهاب لقضاء حاجتها وحدها، بكت بكاءً مريراً وهي تلهج بالحمد حين حاولت النهوض عن فراشها ولم تستطع.

في الأيام الماضية هاتفتني ماما أكثر من مرة، قالت لي: «جدتك أكلت أدمغتنا سؤالاً عنك» وأعطتها الهاتف، لم تتذكر جدتي اسمي ونادتني باسم أمي، ابنتها، ولكنها كانت تتذكر كل شيء عني، ذكريات طفولتي معها، أشياء قلتها لها قبل مرضها بشهور، ووصيتها الدائمة لي بالصبر من أجل حسن العاقبة، وباركت لي نجاحي في الفكاك من أسر الكلية رغم أنها باركت لي من قبل وجهاً لوجه، وبين كل كلمة وأخرى كانت تسألني عن حالي وتقول لي بصوت فرح كأنما أعطاه المرض إجازة: «وحشتيني يا آمال»!

في الشهور الأخيرة باتت حالتها الصحية تتدهور مع الوقت، تعيش الآن بربع كلية وتنسى أسماء أحبائها وتفصيلهم ولا تنجح في التعبير بشكل واضح عما تريد قوله، وأنا في البعد أرتجف كل مرة أسمع فيها رنة هاتفني وأجد اسم ماما أو خالي أو إحدى أخواتي على الهاتف، نعرف جميعاً أنها قد تلقى الله في أي لحظة، لكنني

أخاف من ألا تعود موجودة، من أن أذهب إلى بيتها فلا أجدها هناك تتهلل فرحاً لرؤيتي، من ألا أذكرها بذكريات طفولتي معها فتضحك، من ألا تربت على ظهري مرة أخرى وتقول «الصابرون على خير».

أحاول تهيئة نفسي لمواجهة فقد أي حبيب، لكنني حتى الآن غير مستعدة، كلما نظرت في وجهها أو سمعتُ صوتها في الهاتف طردتُ باستماتة فكرة أنها قد لا تعود موجودة في حياتي، الموتُ سيف على رقاب العباد، لكن قلبي لا يفلح في فهم ذلك.

١٦ محرم ٤٤ - ١٤ أغسطس ٢٢

حياتي ليست أجمل ما يُمكن، لكنّها أجملُ مما تفرّضه مصاعبها، أي أنّ هناك دائماً ما هو أسوأ وتوهّلني له ظروفِي وواقعي، حقاً لقد كانَ بالإمكانِ أسوأ كثيراً مما كان!

كثيرون حولي ينعمون بأشياء كثيرة طالما تمنيتها، لكنني لم أتمنَّ قطُّ أن أكونَ مكانَ أحدٍ منهم؛ لأنني أعرفُ أن قصص الآخرين لا تناسبني، وأن في كلّ إنسانٍ سعيدٍ أراه جانباً لا أراه، لذلك أشكرُ اللهَ عند رؤية آثارِ رحمته عليهم لأنها دلائلُ جوده وودّه التي تُفرّحني، دون أن أتمنى ما فضّلوا به وحرمت منه.

أحمدُ الله على سعةِ علمه وحكمته، وعلى أنه لم يُفوضني في اختيارِ أقداري، كنتُ لأدمر حياتي والله! لقد قمتُ بخياراتٍ كثيرةٍ خاطئةٍ وندمتُ عليها، لكن تكشَّف لي أن بعض أخطائي حمثني، فحمدتُ الله الذي نجاني بجهلي، وسألتُهُ أن يُرضيني عنه مهما كان ما يقضيه لي أو عليّ.

١٨ محرم ٤٤ - ١٦ أغسطس ٢٢

الشيء الوحيد الذي أعوّل عليه الآن هو رحمة الله وحنانه، عندما ينهشني الألم، عندما يتحول الكتمان إلى فأر يقضم قلبي، وعندما تُطيرني الفرحة أعوّل عليه؛ لأن الفرح بالذات هو أسهل ما يفسد ويترك القلب كسمكة ميتة في مستنقع.

١٩ محرم ٤٤ - ١٧ أغسطس ٢٢

مخيف حجم السوء الذي تسمح للآخرين بفعله لك بنفس الطريقة كلّ مرة، لقد ضُربت دائماً من حسن ظنك، من عدم توقعك أن يكون هذا الشخص عينه واحداً ممن لا يُسبب الإيذاء لهم أي مشكلة مع الضمير، من ثقتك في أن هذا الإنسان لا يمكن أن يؤذيك بعد أن تمنحه ثقتك.

٢١ محرم ٤٤ - ١٩ أغسطس ٢٢

توثيقاً لليلة جمعة سعيدة وفي منتهى العادية، الاستثنائية، لأن

العاديّ يُمسي استثنائيًّا جدًّا عندما نتذكر الأوقات التي سُلِبناه فيها. منذ فترة طويلة وأنا أحاول ابتكار آلياتٍ للتغلب على الاكتئاب، للحيلولة بين رأسي وبين تدميري، وللخروج من الوقت العصيب بأقل خسائر ممكنة، أفلحت برحمة من الله اللطيف في إيجاد بعض الحيل، تنجح معي أحيانًا وتخفق أحيانًا، وفي ظني أنها لا تخفق لضعف فاعليتها وإنما لجنوحني إلى الاستسلام في تلك الأوقات.

الليلة كان مقدَّرًا لها أن تُقضى في البكاء والعتمة، في اجترار أخطاء ومآسٍ وأسئلة مستعصية على الحل، لكنها ليلة الجمعة، واحدة من الآليات التي درَّبتُ نفسي عليها أن أبذل وسعي لتغيير مزاجي في هذه الليلة، ألا يطلع صباح الجمعة وأنا حزينة، وفي سبيل هذا يمكنني أن أفعل أي شيء مهما يكن منسوب الحزن في قلبي.

ليلة جمعة سعيدة، عادية، واستثنائية، من أمام قالب كعك شوكولا هربت إليه من أفكاري السيئة، وكتاب جديد على وشك البدء فيه، ودفتر رسائل بات أحب إليَّ من كل ما أكتب، رسائل تصل دون أن يحملها ساعي بريد أو ذكاء اصطناعي، لا يأتيني جوابها حبراً في ورق أو نصًّا على شاشة، وإنما سكونية في قلبي وشعورًا غامرًا بأنني لست وحدي.

٢٢ محرم ٤٤ - ٢٠ أغسطس ٢٢

أن تقرأ فتعود ذلك الطفل الذي كنته!

من حسن الحظ أنني اهتديت إلى هاتين الروائيتين، ومن حسن الحظ كذلك أنني استمعت إلى إحداهما تزامناً مع قراءتي الأخرى تقريباً.

أن تقرأ روايتين تشبهان أحلامك الطفولية في سذاجتها البريئة، وأن تعرف نفسك بالملاحظة الدقيقة للفروق بين شخصيتين تعرضتا لنفس الظروف، هذا ما عناه لي الغوص في عالمين سحريين للغاية وواقعيين للغاية أيضاً.

(حلم ماكينة الخياطة) للكاتبة الإيطالية بيانكا بيتسورنو، و (كيا - حيث يغني جراد الماء العذب) للكاتبة الأمريكية ديليا أوينز، روايتان عن بنتين تتعرض كل منهما للظروف نفسها، بدءاً من غياب الراعي في الطفولة، مروراً بتنمر المحيطين ونبذ مجتمعي عنيف، المعاناة من شظف العيش والاضطرار للعمل المضني من أجل البقاء، وليس انتهاءً بالاتهام بجرم مُخزٍ (الدعارة في حالة الشخصية التي لا نعرف اسمها في حلم ماكينة الخياطة، والقتل في حالة كيا في الرواية الثانية).

ورغم كل تلك الظروف العصيبة تحتفظ كل منهما بشخصية مثيرة للإعجاب وإن كانتا مختلفتين كلياً، تتعلم كلٌ منهما ذاتياً حتى تصبح أرقى مما تفترضه ظروف نشأتها وعيشها، غير أن الاختلاف الجوهرى بين الشخصيتين يكمن فى أن كيّاً لم تكسرهما عدائية الناس تجاهها ولا النبذ المجتمعى الذى تعرضت له، فى حين كانت الخيطة تنتهج نهجاً آخر للتصرف حيال ذلك، يتمثل فى بذل ما يمكن من الحيلة ثم الانحناء للعاصفة حتى تمر، ما يمكن اعتباره آلية بقاء فى مجتمع تحتل مع طبقتها قاع هرمه، ما يجعل أى محاولة تشرس نابغة من إظهار الكبرياء شيئاً يشبه الانتحار.

الشيء الجميل هنا عن الروائيتين ككتابة أنهما كتبتا بواسطة امرأتين، ومع عدم غرامى بتصنيف الرواية حسب جنس كاتبها إلا إننى أفرح عندما أتعرف على روائية بارعة، ربما لأن معظم الروائيات لا ينجحن فى الخروج من دوائرهن النسائية الخاصة، لا فى القصص وحدها بل فى الأسلوب، فى التعبير المُغرق فى المبالغة، وفى محاولة شعرنة - إذا صح هذا النحت - كل سطر يكتبه، ما يجعل الصفحة جرعة مكثفة من المشاعر الخالية من الحدث.

فى رأى هذا هو تحدى الروائيات، ولهذا سعيدة جداً بالتعرف على بيانكا بيتسورنو وديليا أوينز.

٢٣ محرم ٤٤ - ٢١ أغسطس ٢٢

-سيرة يوم في رزنامة امرأة تقاوم-

المقدمة: تذكري دائماً أن أجمل العواقب من نصيب مَنْ يرضى، من يحتمل أساءه بقلب جلد، ومن لا يسمح لألمه أن يُنسيه أن قد كان بالإمكانِ أسوأ مما كان ولكنَّ الله سلَّم.

هذا يومٌ عنوانه مقاومة الشفقة على نفسك، مكافحة فكرة أنك سُلبتِ أجملَ الأشياء التي تمنيتها حينما كانت على وشك الحدوث، والتمسك باستماتة بمعنى هو كل ما تملكين الآن: هذه الدنيا مرحلة عليك أن تجتازيها بأقصى ما يمكنك من نظافة الضمير وحساسية القلب لأبسط التفاصيل الجميلة.

٢٤ محرم ٤٤ - ٢٢ أغسطس ٢٢

طلع عليَّ صبحٍ آخر، وزالت عني غفلتي لأتذكر أنني مررتُ بأوقات كنتُ أتمنى فيها أن أعيش يوماً زيادة، وكان يوم واحد كفاية لفعل الكثير.

هذا وقت أعتبر الانشغال بالحزن فيه جحود نعمة، أقول لنفسي: لا تنسي أنك في لحظة ما أقسمتِ إن عشتِ أن تعتبري كل يوم جديد هدية ثمينة، ألا تُفرّطي في أي شيء من شأنه أن يجعل

اليوم أثنى، وألا تُفوّتي يوماً دون أن تشعرني من أجله بالغبطة وشكر النعمة.

صباح الخير، أعتقد أن من معجزات الصباح أنه يطلع في قلب المتأمل اليقظ، يشرق في روح مَنْ يهتم بأن يكون حاضراً عندما يُولَدُ يومه، ويتجدد واسع القلب طاقةً وهمّةً واحتمالاً مع كل شمس جديدة يراقب مطلعها.

٢٥ محرم ٤٤ - ٢٣ أغسطس ٢٢

يُذكّرني الله دائماً، حينما يتحوّل الكتمانُ إلى فأرٍ يقضمُ قلبي، أن بإمكانني أن أشكو له، دون أن يملّ، دون أن يُعير، ودون أن أخاف من عدم الفهم أو سوء الظنون.

٢٦ محرم ٤٤ - ٢٤ أغسطس ٢٢

ليلة جمعة سعيدة؛ لكل إنسانٍ يستأنس الآن بشخص يحبه، ولكل إنسان يحاول أن يستأنس بفعل شيء يحبه.

للتفاصيل الكثيرة التي تُشعّرني بالغبطة والرضا عن الله، وللأحلام الكبيرة التي يُشعّرني الكدّ فيها بالرضا عن وجودي.

للدعاء الذي أغمض عيني في الليل على تخيل تحقيقه، وللخطط الجديدة التي أفتح عيني في الصباح متحمسةً للانخراط

فيها.

للهنايات الحزينة التي تنام الآن في القلب مثل عقرب منزوع السُم تُذكرنا بالدرس ولا تلدغ، وللبدايات الجديدة التي أدخلها بعقل يقظ، بحواس مُشرعة، وقلبٍ حسّاس.

ليلة جمعة سعيدة؛ للنسيم الجميل الذي يهّل من النافذة، وللنسيم الجميل الذي يهّل من قلبي.

٧ صفر ٤٤ - ٣ سبتمبر ٢٢

انتهيت اليوم من قراءة رواية الوسية للكاتب المصري خليل حسن خليل، وهي رواية تبلغ من واقعيتها حدّ أنني شعرتُ بنفسني داخل زمانها ومكانها والمجتمع الذي تدور فيه الأحداث، إنها حياة المرء عندما تكون رواية من تلقاء نفسها، دون حاجةٍ من صاحبها لأن يُبهرّها بلغة جذابة أو حبكة مشوقة أو أسلوب فذ؛ لأنها تمتلك كل ذلك ببساطةٍ أسرة؛ بساطة الحياة الحقيقية. مكتبة سُر من قرأ

من أجمل السّير الذاتية التي قرأتها في حياتي، سيرة لصيقة بحياة كلّ منا، بحياتي على وجه الخصوص، بذكراياتي، بنشأتي المختلطة بين الريف والمدينة، بأحلامي البعيدة والحلوة، وبإصراري المُتعب كثيرًا واللذيذ أحيانًا.

هذا كتابٌ من فصيلة كتب الأيام الصعبة؛ تلك الكتب التي
نشبَّت بها بدلاً من التدلّي من جبلٍ بالسقف - لو كنا نستطيع أن
نربط حبلاً -.

٨ صفر ٤٤ - ٤ سبتمبر ٢٢

بينما تُورِّطُنا الكتابة في آلامنا أكثر تنتشلنا منها القراءة، تُوفِّر لنا
نفقاً قد لا ينتهي بالخروج ولكنه يحول بيننا وبين أحزاننا الخاصة في
تلك اللحظة ويعقد معها هدنة، تعطينا طريقاً مؤقتاً، قد لا يكون
مضيئاً تماماً لكن له القدرة على إيقاف تشغيل أفكارنا السيئة.

القراءة آلية إنقاذ عن طريق التشاغل، بينما الكتابة طريقة إيذاء
للنفس بخسارة أقل، كأن تُعذِّبك أفكارك فتشغل رأسك عنها بجرح
جسمك، الكتابة هي موسى الحلاقة التي تستخدمها في ذلك.

١٣ صفر ٤٤ - ٩ سبتمبر ٢٢

يوم جديد هادئ. أبحث عن الله في التفاصيل، وفي كلِّ يوم أنا
عند معنى جديد لجلاله وجماله، وعجيبٌ أنك لا تسترسل في
التأمل إلا وجدت المعاني تتوالد معك؛ كأنها جبلٌ يمتدُّ في أفق.

ما أجمل الليلة وأصفاها في قلبي، وما أطول الطريق على
الماشي وحده، لكنني أنظر حولي فأشعر بأصرة قُربى نحو مَنْ

يشاركني الرحلة، نحو كلِّ إنسانٍ لا أعرفُه ولا يعرفُنِي غيرَ أنا نقطع الطريق نفسه، نحو الغاية نفسها، وإن كان تُسرَّع به راحلته وتُبطئُ بي خطوتي العرجاء.

وأنظرُ في نفسي فلا أجدُ فيها حسداً لمؤمنٍ أوتي شيئاً حُرِّمَتْهُ، بل يُفرِّحُ الله قلبي بكلِّ نعمةٍ على إنسانٍ كأنَّ لي نصيباً في كلِّ رزقٍ يقسمه لمن أعرفُ ومن لا أعرفُ، ولما غيَّب الحسد من قلبي آنسني بآثار رحمته على خلقه، وآنسني بمراقبة أحوالهم معه من طرفٍ خفي.

في كلِّ نافذةٍ مُضاءةٍ لطالب علم هذه الليلة أنس لي، ويطير قلبي لصوت جارةٍ تُحفظُ ابتتها سورة الليل، وتأسرني تسابيح شيخ كبير كلما مر تحت نافذتي إلى صلاة الفجر. لكل طبخةٍ تأتيني رائحتها شهيةٌ حمدٌ في قلبي لأن عيال الجيران لن يناموا جوعى، ولأن الله أمدَّ في أمٍّ عافيةً وأحسن ما بين يديها وحلَّاه.

ما أجمل الليلة وما أصفاهها في قلبي، ليس الوحيد من يمشي الطريق وحده، إنما الوحيد من لا يرى جمال الله وجلاله في التفاصيل، الذي لا يؤنسُه الله بتأمل رفقاء رحلته والفرح بهم، والوحدة حبسك نظرك في نفسك لا تنظرُ خارجها.

لا وحشة في طريق نقطعه وملء قلوبنا الله، ولا في قلب يغتبط
بكل نعمة يراها على أحد من خلقه.

١٦ صفر ٤٤ - ١٢ سبتمبر ٢٢

وأنا على مشارف الثلاثين بوسعي القول إن من أهم الدروس
التي تعلمتها في العشرينات: ألا أتعجل التعبير عن نفسي ما لم
تدفعني لذلك حاجة.

عشر سنوات من القلب من رأي لرأي، من تبدل المواقف من
الأشياء والأفكار والأشخاص، عشر سنوات من مراقبة أخطائي
وشهود أخطاء الآخرين في نفس مرحلتي العمرية، علمتني أن أغلق
فمي على هذه المواقف حتى أثبتت من منطقي، وأن الشخصيات
تنضج في الخفاء، وأن كل حماس أعبر به اليوم عن رأي جديد
رأيته هو عقبة في طريق تصحيح هذا الرأي غدا.

في الأمور التي يختلف الناس حولها تعلمت أن أبني رأيي في
هدوء دون ضجيج أو ميل للزهو، أن أمنح نفسي الفرصة والوقت
حتى تنضج أفكاري، وأن أمنح عقلي حق التغير بسهولة، وأتيح
لآرائي إمكانية إعادة التشكل، أو حتى الهدم وإعادة البناء، وألا
أنجرف لحماسة الرأي الجديد فأصدق به في كل واد؛ لأننا في

العشرينات يُغويونا حب الظهور كأصحاب رأي خاص.

التغير لا مفرّ منه، لكنني تعلمت ألا أُفرّج الآخرين على تقلباتي
ما وسعني أن أتجنب ذلك.

١٧ صفر ٤٤ - ١٣ سبتمبر ٢٢

كن معي في هذه الدنيا المربكة يا رب؛ أنا الطفلة التي لا
تستطيع الإمساك باللحظة المناسبة لعبور الطريق.

١٨ صفر ٤٤ - ١٤ سبتمبر ٢٢

هذا النسيم الجميل الآن ما أجمل الذي أرسله، أحتاج أن يهبّ
مثله على قلبي، أحتاج أن أشعر في قلبي بهذا الإحساس المريح
بالبرودة الخفيفة.

أنا دائماً مع قلبي متدليّة من حافة جبل، أتمسك بصخرة ناتئة
هنا وأخرى هناك، أحاول كل يوم استخلاص السكينة والغبطة من
أبسط التفاصيل، أحاول ألا أبكي وألا أسترسل مع أفكار السيئة،
لكنني أبكي لأنني أتعب من كوني دائماً على الحافة، قد أسقط في
أي لحظة، قد لا أجد مزيداً من الاحتمال لوجع يدي من التشبث
فأقفز، قد أنتهي فقط لأن عيني غفلتا أو أنني تركت حذري، أتعب
من عدم استقرار، وأريد أن أجرب إحساس السكينة، إحساس ألا

يكون وجودي تشبُّهًا بصخرة ناتئة من حافة جبل؛ قد أتردى في أي لحظة.

أرسل يا رب نسيماً بارداً كهذا على قلبي، أقر روعي بعيداً عن المنحدر والهاوية، واحمِني من الدنيا وأفكاري السوداء ونفسي.

١٩ صفر ٤٤ - ١٥ سبتمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. ربما علينا أن نبالغ في تقدير الأيام العادية التي ليست كذلك أبداً، الأيام التي لا يحصل فيها شيء استثنائي سوى بقائنا على قيد الحياة، الأيام التي لا يميزها شيء إلا مرورها بسلام.

أنا أقدر البساطة والسكينة، هدوئي أثناء إعداد مشروب في ليلة خريف، عون الله لي على التخلص من أفكار السيئة، عافيتي وأنا أكنس غرفتي وأغير ملاءة السرير ليلة جمعة، وجلوسي أمام الحاسوب مملوءة بالاستعارات والقصص.

ليلة جمعة سعيدة؛ ألف لا بأس علينا، ما زال في الحياة شيء يستحق المقاومة.

٢٠ صفر ٤٤ - ١٦ سبتمبر ٢٢

في كلّ ولادة جديدة لواحدة من شقيقاتي أتحمس معني

مختلفا لوجودي، معنى أن أكون خالة؛ إطار رائع يمكنني أن أضع فيه كل أمومتي العصبية على التأجيل.

مع كل طفل جديد يكتسب هذا البعد في شخصيتي شكلاً أوضح، ينمو في حضن أختي طفلها وينمو في كياني كنبته يساعدي جذرها على الانتماء لمكان مفترض في رأسي.

انضمت لعائلي الواسعة طفلة رائعة اسمها «فرح»، هي رابعُ ابنة لأختي وسادس بنتٍ ستقول لي عندما تتعلم الكلام: «يا خالتي» وتقول عني في غيابي: «خالتي شيماء».

الحمد لله ربّ العالمين.

٢٢ صفر ٤٤ - ١٨ سبتمبر ٢٢

كنت مثقلة بمجزرة صبرا وشاتيلا قبل أن أكتب عنها، بل لعلي ما أخذتُ الشخصية الرئيسة لروايتي من يدها ووضعتها في قلب المجزرة إلا لأملني في أن أتخلص من صورها في رأسي والتي تعاودني بين الحين والآخر.

في كتابة الرواية ثمة أوقات بعينها لا تنسى، محطات تخلد بعد ذلك في ذهن الواحد منا، أشقها عليّ كانت صفحات المجزرة، الساعات التي قضيتها -ظاهرياً على كرسي مكتبي- في إعادة

صياغة ذلك الكابوس وضعتني في قلب الحدث، أوقات طويلة بين الأفلام الوثائقية والمقالات العربية والإنجليزية عن المذبحة نجم عنها اكتئاب التصق بي لأسابيع لاحقة، عندما انتهت أطلقت زفرة طويلة.

لم أتخلص من ذكرى المذبحة التي لم أعاصرها عندما كتبت عنها، لكنني تخففتُ منها وإن لبعض الوقت، شعور يشبه معالجة إحساسك بالتآكل في جزء ما من جسدك عن طريق الهرش، أنت لم تتخلص من دائك بالحكة، لكنها أراحتك نسبياً.

الكتابة هي هذه الحكة التي تُريحنا مؤقتاً من جروح الذاكرة، وإلا فلا يمكن لمجزرة مثل صبرا وشاتيلا أن تُداوى لو كتبناها آلاف المرات.

في ذكرى مجزرة صبرا وشاتيلا - ١٨:١٦ سبتمبر ١٩٨٢

٢٥ صفر ٤٤ - ٢١ سبتمبر ٢٢

دواء الضيق طول النظر في السماء؛ ثمَّ الله فوق، مطلع عليَّ في أشد لحظاتي عتمة، يدبر لي بينما أتساءل كيف سأخرج من هذا النفق المظلم.

٢٦ صفر ٤٤ - ٢٢ سبتمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. هذا الليل بنسيمه الخفيف وجوّه الحلو

مناسب لإطالة النظر في السماء، وضع الكف على القلب، والتماهي مع فكرة أن الله سينقذني، سيدبر الأمر بقدرته ويبدل كل شيء إلى الأفضل.

لا أرسل بصري مرة للسماء وأرجع فارغاً من الأمل، ربما عليّ أن أعتمد النظر إلى السماء كجلسات تهدئة في الأوقات الصعبة.

٢٧ صفر ٤٤ - ٢٣ سبتمبر ٢٢

مساء جمعة بهيج. من الملهم أن تنطق رواية كُتبت على ورق، خاصة إن كانت رواية غير ناطقة بالأساس، رواية تدور في عقل بطلها الرئيس. أن تُروى رواية بصوت يعني أن أسمع ككاتبة عالماً صيغ في دماغي ساكتاً، صوته داخلي، تنبع معاناة بطله من عدم القدرة على الكلام.

مفارقة تعجبني جداً، خاصة مع مجيئها بصوت رواية أحبها وصاحبني صوتها في أيام كان هو وما يقرؤه الموسيلة الوحيدة تقريبا لتميرير الوقت الصعب.

غرفة إسماعيل كافكا الآن على تطبيق «اقرأ لي»، بصوت الراوية الجميلة للغاية مروءة مدين.

٣ ربيع الأول ٤٤ - ٢٩ سبتمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. للبدايات الجديدة دائماً ألق، خفقة في

القلب، وغبطة بالنجاة من الوقت الصعب.

لم تكن قوتي كافيةً قط، لكن الله مرّر الوقت العصيب دون أن يمسّ قلبي، وأوصلني إلى هذه الليلة، هنا والآن، بروح معافاة وعينين ما زالتا قادرتين على النظر إلى السماء ومخزون هائل من القدرة على الضحك.

ليلة جمعة سعيدة بقلب جديد، قلبٍ ناجٍ من معارك لم تكن سهلة ولم يكن في الحساب أن أخرج منها، هذا الوقت رائع والله فيه قريب، قريب جدًّا، والصلة به جديدة بعد عنايته الأخيرة ولطفه الجميل.

نفسي الآن طيبةٌ وعيني قريرة، أفتحُ نافذتي للنسيم الجميل وأصوت المساء المؤنسة، وأعدُّ لنفسي كعكة وشايًا وأقف أمام مكتبتني لأختار روايةً للقراءة، أضع يدي على صدري الآن بسكينة كما وضعتها في الأيام الماضية بخوفٍ وكرب. ليالي الجمعة في عافية جديدة بالغبطة.



المعلم السادس

خانُ الحكماء والثرثارين

استراحةُ مسافرين على الطريق، ينزلُ بها المُسافرُ فيريحُ جسمَه
ويعتني بدابته ويتزوّدُ منه، حتى إذا استعادَ قوته استأنفَ رحلته. هذا
الخانُ من أنفع الأماكنِ التي قد ينزلُ بها المسافر، ومن أخطرِها
عليه في الوقت نفسه!

في خانِ الحكماءِ يمنحُ النزلاءُ أنفسهم الوقتَ الكافي لهضمِ ما
عاشوه خلالِ ما فاتَ من الطريقِ، يتأملونَ كلَّ ما مرَّ بهم ويحوّلونَه
إلى حكمةٍ يتعاملون بها مع حوادثِ أيامهم فيما بعد، ناسٌ
يخوضون التجربة، يتعلمون في مُختبرِها ويُقاسون جروحَها، ثم
يحتفظون بالندوب كملخصاتِ دروس.

ولا يقتصرُ تعلّمهم على تجاربِهم الخاصة، بل يتعلمون أيضًا
مما يُشاهدونه في رحلتهم من تجاربِ الآخرين، وتجارِبُ
المُسافرين كثيرةٌ ومُشاهداتهم جمّة، فيختصرون على أنفسهم
الطرق بالاعتاظِ بغيرهم؛ لأنهم عقلاء لا يلزمُهم لمسُ الجدار الذي
كهربَ الآخرين ليقنوا أنه مُكهرب. يقول الشاعر فواز اللعبون:
«ليس ذكاءً أن تتعلّم من أخطائك، هذا ما يفعله الأغبياءُ أيضًا.
الذكاءُ أن تتعلّم من أخطاءِ الآخرين وتوفّرَ على نفسك ثمنَ
الخطأ».

أن تجعلَكَ التجربةُ حكيماً يعني أن تبني منظومةَ حِكَمٍ من أخطائك، أن تستخدمَ إخفاقاتِكَ في تأليفِ دليلِ استخدامِ لحياتِكَ، وأن تستخلصَ من تجاربِكَ ومُشاهداتِكَ المُتأملَةِ مفاتيحَ إجاباتٍ لامتحانِكَ الخاص، هذا هو الفارقُ بينَ مجردِ متعاطٍ للحياة؛ يتلقى دروسها كل مرة كأنها أول مرة، وتلقاه اختباراتِها دائماً في المكان نفسه لم يُحرّكه عنه وعيٌّ أو ترحّزه عنه تجربة، وبينَ حَكيمٍ كلما امتحِنَ تحركَ للأمامِ سواءً أصابَ أو أخطأ، يتقدمُ بأخطائه كما يتقدمُ بإنجازاته.

لكن استخلاصَ الحكمة من دروس الحياة سلاحٌ ذو حدين، فخانُ الحكماء لا يخلو من المُقيمين الدائمين، وهم أناسٌ ثرثارون نذروا أنفسهم لاستخلاصِ الحكمِ من الحياة فانشغلوا عن عيشِها بتعلُّمِ عيشِها، وفاتهم وهم منغمسون في التعلُّمِ من أجلِ التجربةِ خوُصُ التجربة، ولم يُدركوا أن الناسَ نوعان: مُسافرٌ يمرُّ بخانِ الحكمةِ في طريقه فيُمضي فيه يوماً أو بعضَ يومٍ ويتزوّدُ منه ويمضي، وخادمٌ لغيره: يتلقى المسافرين في الخانِ ويُعدُّ مطعمهم ومرقدَهم ويعتني بدوابِّهم، ولا يُعيرُهُ المُسافرُ منهم اهتماماً حينَ ينصحُهُ عن الطريق؛ لأنّه حبيسُ خانِهِ لا يعرفُ أبعدَ منه، ولأن معرفته تبدأ من نُزله وتنتهي فيه.

وهؤلاء موجودون حولنا بكثرة، أناسٌ يُنفقون السنين للتعلم قبل خطوةٍ ما - كالزواج والأموعة وغيرها - منشغلين باكتساب الحكمة الكاملة وإعداد أنفسهم للتجربة، ليكتشفوا أن خوضها بعد الحد الأدنى من الكفاءة هو ألزَم ما يلزم للتعلم من أجلها.

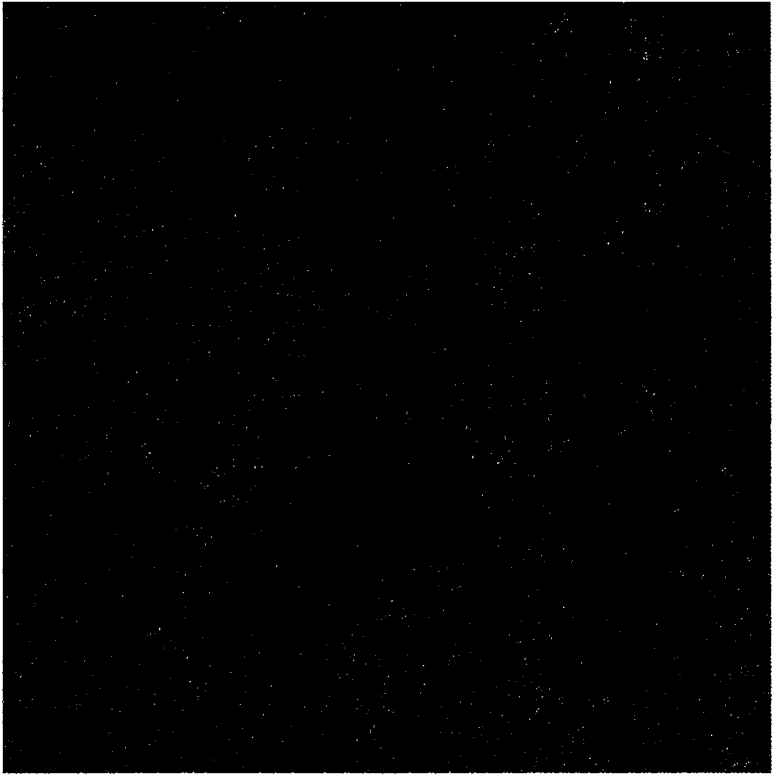
لقد تعلمتُ في رحلتي الخاصة أن الحكمة الحقيقية هي ما يخرجُ من أتون التجربة، وأن العاملَ باستقاء الحكمة من خارج الامتحان موهومٌ ويجهلُ أنه موهوم، وأن المنشغل عن خوض الحياة بزخرفة الدروسِ ثرثارٌ وعاطلٌ رغم ارتدائه زيَّ الحكماء.

جميلٌ أن تكونَ الحكمةُ جزءاً من الرحلة، لكن لتكن محطاتٍ على طول الطريق؛ يؤدي إليها ما قبلها وتُسَلِّمُ خطوات المرء أكثرَ وعياً لما بعدها. الحكمةُ استراحةٌ مسافرٍ لا دارٌ إقامة، وكلُّ من فكَّرَوا في الإقامة حيثُ استخلصوا الدروس، وأعجبهم سببُهم للعظة فلم يتسعوا لدرسٍ جديد، كشفت الحياة جهلهم، وهنا يحضرني قول أدونيس^(١): «كلما هذَّبته الحكمةُ فضحتَه التجربة».

(١) أدونيس كاتب سوري لبناني فرنسي وُلِدَ عام ١٩٣٠. وغنّي عن التنويه أن اقتباسي لفظاً معبراً عن معنى أو من به لا يعني موافقتي الكاتب الذي أقتبس منه في آرائه ومواقفه وأفكاره.

نعم فضحته التجربة؛ لأن حكمته وُلدت على مصاطبِ المُنظرين لا
 من داخلِ أتون التجارب. التجربةُ هي الأبُ الشرعيُّ للحكمة، وكلُّ
 حكمةٍ خارجِ التجربةِ لا يُعترفُ بها.





خطوات الأيام -المسافة السابعة-

٥ ربيع الأول ٤٤ - ١ أكتوبر ٢٢

١- أقضي الآن صباح أول يوم في العام الدراسي الجديد دون أن أكون طالبة، وهذا يحدث لأول مرة منذ خمسة وعشرين عاما. في داخلي شعورٌ لا يُوصف، شعور غامر بالبهجة والخفة، إنني أكتشف هذا الصباح، كما لو لأول مرة، أنني تخففت أخيرا من حِمْلِ أثقلَ كاهليَّ سنين طويلة، الآن باتَ بوسعي أن أفردَ كتفيَّ بعد طول انحناء.

لقد أعددتُ خطةً لهذا الصباح منذ أمس، سأجلس في الشرفة لنصف ساعة أشهد فيه شروق الشمس وتصل أنفي رائحة الخبز الساخن من المخبز القريب، ثم سأغسلُ ثيابي وأعودَ من جديدٍ إلى الشرفة لأنشرها بينما أراقبُ طلابَ الجامعة الذاهبين إلى محاضراتهم البكرة. (ملحوظة: قد يبدو في هذا الفعل الأخير شيءٌ من السادية، لكنني سأسمح لنفسي بها اليوم).

بعدها سأعودُ إلى غرفتي لأُكمل قراءةَ روايةٍ فتحتُها أمس بينما أتنازلُ شطيرةً ساخنةً مع كوب شاي بالنعناع.

أخيرا ولَّت تلك الأيام والسنون الثقيلة، سبحانَ مُغيِّر الأحوال!

٢- انتهيتُ اليوم من رواية (قاف قاتل سين سعيد) للكويتي عبد

الله البصيص، رواية غير قابلة للنسيان، وكتابة نظيفة بكل ما يمكن لكلمة نظيفة أن تحمل من معنى؛ نظافة في السرد فلا إرباك ولا تشتيت ولا إملال، ونظافة في اللغة فلا تقعر ولا تواضع، ونظافة في الحبكة فلا ثغرات ولا سقطات، وأكثر نظافة تأسرني هي نظافة التناول، نظافة دماغ الروائي إن صح التعبير؛ حيث لا يُفحش ولا يُسف دون دواعٍ أدبية ليثبت تحرر كتابته من أي قيود، وحيث لا يُفصح بمعنى كان الإلماح إليه أجمل فقط ليقول أنا حر، هذه الكتابة التي تكتسب قيمتها من ثقل أدوات كاتبها لا من تخطيطه وجرحه في ذائقة القارئ، وهذه الثقة التي لا يجد الروائي بعدها نفسه محتاجاً لإثبات شيء.

رواية جميلة ومدهشة، تُذهب النوم من العين لمعرفة ما سيحدث، مطعمة بفلسفات نفسية وأخلاقية وتربوية جميلة في غير تكلف ولا إملال، وبلغة قريبة وعالية في الوقت نفسه، وحبكة ممتعة وغير متوقعة على الإطلاق، وجو نفسي مشحون إلى حد استدرار الدموع، وتطور الشخصيات مثير للإعجاب حقاً، تصديق الشخصية نفسها وتصديقي كقارئة أيضاً شيئاً أعرف الآن أنه لم يكن صحيحاً.

أول قراءة لعبد الله البصيص، اكتشاف سعيد للغاية، لأنني

أسعد بالتعرف على كاتب متسق مع خلفيته وتكوينه، مدهش بدون أن يسعى إلى الإدهاش.

٦ ربيع الأول ٤٤ - ٢ أكتوبر ٢٢

١ - أن أكون من الشرق وأكتب رواية فيقرأها إنسان في الغرب، أن تطوف كلمات كتبها في غرفتي الضيقة بلادا وتدخل مقاهي ومكتبات وبيوتنا، أن يجد قارئ نفسه في سطر لي، لا يمكنني وصف هذا إلا بسحر الكلمة.

٢ - هناك لحظات سحرية يعرفها أي قارئ، لحظات مفعمة بالحبور والمسرة، منها اللحظة التي يصلنا فيها كتاب انتظرناه طويلا، واللحظة التي نفك فيها الغلاف، واللحظة الأجل على الإطلاق: عندما تمسكه بين أيدينا ونتصفحه قبل بدء القراءة.

مساء جميل مع كتاب أفتاءل بأنه جميل، وأوقات قراءة سعيدة جديدة، وفوائد عظيمة مرتقبة أتحمس لها بشدة.

وصلني منذ قليل كتاب (معجم السرد القرآني) للكاتب فخر الدين الكهرمان آبادي.

٧ ربيع الأول ٤٤ - ٣ أكتوبر ٢٢

١ - ما زالت تشرح صدري مراقبة الأطفال الذاهبين إلى

مدارسهم في الصباح، كل طفل من هؤلاء المؤنَّقين عليه تعب أب يشتغل وظيفة واثنتين ليوفر له حاجاته، ولمسة أم استيقظت باكراً لتلبسه ملابس اعتنت بها وتُجهز له زاداً ليومه في المدرسة.

كل طفل هو بالنسبة لي سبب للغبطة وسرور القلب؛ إذ ثمة خلفه أب يكافح ويرضيه أن يتعلم ابنه، وأم تتعب وتدعو الله أن يحفظ عيالها ويفتح أدمغتهم للعلم، وأنا أراقب وأقول ما أطف الله! الحياة ما زالت تدور، والحنان ما زال يحكم أفعال الإنسان ويتجلى في تفاصيله.

صباح يوم دراسي سعيد، رضي الله عن الآباء والأمهات وأبدلهم بالأموال المصروفة كنوزاً في الجنة، وبالتعب والمشقة بيوتا في الجنة من قصب لا نصبَ فيها ولا صخب.

٢- كساكنة في مدينة ربع قوامها تقريباً من طلاب الجامعة لا يسعني أحيانا التغلب على نزعتي الأمومية للتخفيف وتقديم المساعدة وقول كلامٍ حلو، أفكر فيما إذا كانت لديّ قوة سحرية وما يُمكنني العمل بها، أن أوالِيَ السهرانين للمذاكرة -مثلاً- بأكواب شاي وكعك، أن أوجد في الحال عند كل مَنْ تضيق نفسه من ثقل ما عليه لأواسيه، أو أن أكون صحبةً مُسلية ورافعة للهمة في أوقات ضيقة وثقيلة.

لكن ليست عندي أي قوة سحرية إلا الدعاء، أقف في الشرفة وأطلع نحو النوافذ التي أعرف أن ساكنيها طلاب مغتربون، أنظر أيها مُضَاء حتى وقت متأخر وأدعو لصاحبه بحسن العاقبة، لأنني أثقل عليّ أن يتعب أحدٌ هذا التعب الذي جربته طويلاً دون أن يحصد ثمرة، أو أن يقرأ معلومة الليلة ولا يذكرها عند الحاجة إليها، أو أن يسهر ويسهر ثم لا يكون شعوره فيما بعد إلا الخجل من نفسه وتعب أهله عليه.

٨ ربيع الأول ٤٤ - ٤ أكتوبر ٢٢

أعتقد أن أكثر فكرة مثيرة للاهتمام في الزواج هي الستر، إذ الإنسان بطبيعته صندوق مُغلق وغاية ما يرجوه من الله أن يبقى ما فيه مخبوءاً عن أعين الناس، ولكن فجأةً يدخل حياته شخص آخر، يعرف عنه أشياء كثيرة لا يعرفها بقية الناس، يتعامل معه عن قرب لا تتيحه أي علاقة إنسانية أخرى.

هذا الاتصال الدائم واليومي واللصيق يُخبر كل واحد منهما عن صاحبه ما لا يعرفه أحد من الناس، وهذا ما قد يكون مخيفاً أو -على العكس تماماً- مرسخاً لشعور عميق بالأمان، إما أن يهتدي الإنسان إلى صاحب تقي النفس ينسجم معه فيكون بذاته سترًا له، أو أن يقضي عليه قدره أن يتزوج شخصاً غير أمين أو لا يستطيع

تقبُّله، فيشعر أن كل تفصيل خاص يعرفه عنه هو شوكة في قلبه، ويخاف فيما بعد من التعبير بالعيوب والأخطاء والشعور بأنه مُنتهك على نحو محزن.

لذلك فالزواج كما أراه - في أحد معايير حكم الإنسان في نظري على قبوله لشخص ما - هو موافقة الإنسان، آمناً ومطمئناً، على أن يمتلك شخص ما كلمة سر صندوقه الأسود مع التواصل اللصيق والعيش اليومي، قبول الإنسان أن يعرف عنه هذا الشخص ذاته عيوبه التي لا يحب أن يراها أحد، أن يطلع على ندوبه التي شوهدت شكله إلى حد ما، أن يوافق على أن يرى هذا الشخص كل ما ليس جميلاً فيه. وفي المقابل أن يكون مستعداً للرؤية هذا منه أيضاً وقبوله دون أن ينقص هذا من قدره عنده.

وبعد هذا كله أن يكونا مُغلَقَين أحدهما على الآخر، كلُّ منهما ستر صاحبه لا يفضحه ولا يسمح للآخرين برؤية شيء فيه قد يعيبه، مع أنه نفسه رأى فيه عيوباً، لكنه قبله بها ولم ينقص عنده بسببها، ويحرص عليه من أن يُنتَقَصَ فيستر عيبه ويحفظ سره؛ لأنه ارتضاه واهتدى إلى الخير الذي فيه.

١٠ ربيع الأول ٤٤ - ٦ أكتوبر ٢٢

١- انتهيتُ قبل قليل من قراءة رواية (ذكريات ضالة)، وهي

القراءة الثانية لعبد الله البصيص بعد تحفته «قاف قاتل سين سعيد»، ومثلها شدتني منذ اللحظة الأولى، أحترم بشدة موهبة الروائي الذي يشحذ حواس القارئ ويجذب انتباهه من أول صفحة.

بعد قراءتين للكاتب أجد أنني أستطيع تمييز أسلوبه الخاص، أسلوب فريد جداً وأصيل للغاية، له فلسفة غير متكلفة تجعل روايته شيئاً أكثر من رواية تقرأ للمتعة أو لتزجية الوقت، تجعل النص مكاناً يكتشف فيه القارئ نفسه أو يعيد قراءتها.

البلاغة هنا آسرة ومفرحة من كاتب عربي معاصر، تراكيب رصينة ذات وقع، تشبيهات آسرة تخدم المعنى وتسلب اللب دون أن تكون عصية على الفهم، تشبيهات يمكنني وصفها بالمليئة، عكس نمط تعبير قابلته كثيراً مؤخراً تجد فيه تشبيهات مبالغة في التألق من الخارج بينما داخلها فارغ لا يُفضي إلى شيء ولا يُقوي معنى، هنا تشبيهات أسعدتني كقراءة تتذوق الكلام، محملة بالدلالة وغير متكلفة.

أعجبتني النهاية غير المتوقعة، وتركيب شخصية سلمان وتعقيدها وتحولاتها، والعلاقة بينه وبين صديقه حميد، والحوار الجميل مع شاكر في حديقة الحيوان.

٢- ليلة جمعة سعيدة. أحب مراقبة أفعال الله الجميلة مع مَنْ حولي، أستبشر برؤية إنسان تلمع عيناه بنيل ما تمنى، وينشرح صدري للضحكات المغتبطة ومضي أيام من أعرف في عافية وارتباك الناس بالفرحة.

الليلة جميلة، سأعد شطيرة أحبها وعصيرا باردا، وسأجلس في الشرفة أتأمل السماء وأفكر في أفعال الله الجميلة مؤخرا معي ومع من حولي، وسأتخيل جارتي التي سكت رضيعها عن البكاء قبل قليل تُعدُّ عشاءً أسمع صوت حركتها له في مطبخها وتقول لعيالها: لن يتأخر بابا يا حلوين.

١٢ ربيع الأول ٤٤ - ٨ أكتوبر ٢٢

يارب؛ لا تترك الملل يقرضني، واحمني من النظر إلى الخلف واشتعال الرأس بالأسئلة، ولا تُطفئ الجذوة التي في قلبي وتُبقيني أتشغل بتفاصيل كل يومٍ عن الحياة الصعبة.

١٤ ربيع الأول ٤٤ - ١٠ أكتوبر ٢٢

إنسان بدائي غير مؤهل للاحتكاك بالناس والتعامل خارج حدود غرفته.

١٦ ربيع الأول ٤٤ - ١٢ أكتوبر ٢٢

كلما سمعت صخب التلاميذ الذاهبين إلى الدروس، صياح

الأطفال اللاعبين في الشوارع، قلت آه أيتها البنت؛ لقد علقت في المنتصف! لم تظلي طفلة بإمكانها اللعب والزهو بالنجابة والدرجات العالية، ولم تكبري كفايةً لتستطيعي العيش كامرأة في هذا العالم!

آه أيها العالم، أين نذهب حين لا يكون لنا مكان في لعب الصغار ولا نستطيع تجاوز اختبارات الناضجين؟

١٧ ربيع الأول ٤٤ - ١٣ أكتوبر ٢٢

١- يارب؛ الطف بعبدك الذي لم تعد به طاقة لِيُهَيِّئَ قلبه للاحتمالات الأسوأ.

بعد تسع ساعات:

٢- اللحظات التي يقع فيها ما كنت أخاف بعد ليالٍ من الانتظار والوجل، تمزعي في تلك الليالي بين خوفي من النهايات التي لا أحتملها وأملِي في الله، بين شعوري أنني تعودتُ ألا أنجو من مصائب الدنيا وتعلقِي بأن يرحمني الله في المرة الأخيرة، وانتهاء هذا كله بسقوطي فيما كنت أخافه، تلك اللحظة عينها أَمُلُ أن تكون ثقيلة في الموازين كما هي ثقيلة على القلب.

٣- ليلة جمعة سعيدة. يحتاج أحدنا من وقت لآخر أن يتذكر

أنه جاء الحياة ليُمْتَحَن لا ليُكَافَأ، وأنه يواصل حياته بالجلد لا بالقوة، بالصبر في مواطن الألم، بالانشغال حتى الرأس كي لا يفرغ فيشفق على نفسه، وبتأمل التفاصيل الصغيرة كل يوم والانغماس في الشعور بالنعمة.

الليلة ليست سهلة، سأعد فنجان شاي لأرشف منه وأنا أبكي؛ حتى أتذكر مع كل دمعة أنني ما زلت حية، وهذا دليل كافٍ لنفسي الهلوعة على أن الله ما زال يرعاني ويتولى أمري، وإلا لم أكن هنا منذ وقت طويل جدًا.

ليلة جمعة سعيدة، الحياة صعبة جدًا، أقولها بعد أن مر قطار الحياة على جسمي، لكنني أقولها بتعب الناجي وغبطة الذي سيغمض عينيه الدامعتين آخر الليل على شعور بأن الله يراقبه ويرعاه.

٢١ ربيع الأول ٤٤ - ١٧ أكتوبر ٢٢

تُعَاش الحياة بالصبر لا بالقوة، وفي الصبر نتلف شيئًا فشيئًا حتى تنتهي كقدّاحة فارغة، ليس في هذا ما يدعو للحزن أو الشفقة على النفس؛ الحياة في النهاية هي هذا الكبد.

٢٢ ربيع الأول ٤٤ - ١٨ أكتوبر ٢٢

يمكنني الجزم أن أجمل شيء يمكن أن ينشغل بال المرء

بالتفكير فيه هو بحثه عن اسم جميل لطفلة على وشك الميلاد.

اليوم أشركتني صديقتي أسماء رجب في البحث عن اسم يليقُ
بطفلتها القادمة، ما زلتُ بعد مضي ساعاتٍ على المكالمات مملوءة
بهذا الشعور الجميل بالفرح!

٢٣ ربيع الأول ٤٤ - ١٩ أكتوبر ٢٢

ضروري إذا أردتُ أن أكون سويّةً أن أوطنَ نفسي على الجمع
بين هذه المتقابلات:

- أن أؤمن أنني لن أعوّض هنا بالضرورة عما فقدتُ لأن الدنيا
ليست دار مكافأة، وألا يمنعني هذا من حسن الظن بالله ورجاء
الخير منه.

- أن أدرك أن من الطبيعي ألا أحب شخصا ما أو لا أرتاح إليه
لأن الناس تتنافر وتتجاذب، دون أن يحول ذلك بيني وبين إنصاف
هذا الشخص من نفسي والاعتراف بمحاسنه أمام نفسي أو لا ثم
أمام الناس.

- أن أكون منتبهة لأي أخطاء في تربية أهلي لي، أخطاء نفسية أو
تربوية أو سلوكية، لأعمل على إصلاح نفسي وكسر دائرة الإساءة،
دون أن ينقص انتباهي وجهدي من احترامي لهم وبري بهم.

- أن أعترف بتقصيري في حق ربي، دون أن يدفعني ذلك للحط من نفسي إلى حد اليأس منها ومن رحمة الله.

- أن أكون هينةً لينّةً سهلةً مع الناس، دون أن أسمح لهم باستضعافي أو استغلالي أو خداعي.

- أن أستفرغ وسعي في سبيل هدي، دون أن أعوّل على جهدي أو أعتقد أنني أوجبّت على الله به - تعالى الله - أن يُحقّق لي ما سعيّتُ إليه.

- أن أتهم فهمي عند كل إساءة ظن بأحد من الناس، دون أن أتطرف في اتهام نفسي إلى حد تجاهل بصيرتي والوقوع في الفخاخ.

٢٤ ربيع الأول ٤٤ - ٢٠ أكتوبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. ما يجعل الوقت حلواً ليس بالضرورة حدوث أشياء سعيدة ولا زوال هموم، وإنما احتفاظ قلوبنا بقدرتها على الانغماس فيما تحب بينما تعاني ما تكره، وبامتلاكنا الطاقة دومًا لاستخلاص السرور من التفاصيل الصغيرة في أحلك الظروف.

لتكن ليلة هنية، ثمة خيارات كثيرة لليلة جمعة سعيدة، أنا اخترت فتح كتاب كنت أتلهف له.

٢٧ ربيع الأول ٤٤ - ٢٣ أكتوبر ٢٢

الطقس اليوم جميل، غائم وبارد قليلاً ويُغري المرء بتدفئة نفسه؛ بارتداء سترة صوف، بإعداد مشروب ساخن، بتفقد أحبابه في رسائل ودودة، بالسكون في غرفته المغلقة واستئناف قراءاته.

٢٨ ربيع الأول ٤٤ - ٢٤ أكتوبر ٢٢

اللهم وسّع رزقي من السكينة والشاي والمال الحلال.

٢ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٧ أكتوبر ٢٢

آه يا قلبي الذي يحتاجُ ضبطاً كثيراً! أفضع ما يجب أن تهذب به في نفسك اندفاعك، تطرف مشاعرك، عدم قدرتك على الجلوس في مكانك.

تحتاج أن تهدأ، تحتاج إذا غضبت ألا تشتعل، إذا تحمست ألا تطير، إذا أحببت ألا تتعامى، إذا حُسن ظنك ألا تُسلم نفسك.

٤ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٩ أكتوبر ٢٢

السأم: أن يتحول داخلك إلى زنزانة انفرادية وتنحبس فيه، لا تقدر على الخروج منها ولا يبقى فيها أحد أحبابك ليؤنسك ولا يوجد فيها ما يثير اهتمامك؛ لا لوحة على الحائط لتأملها ولا شيء بين يديك لتشغل فيه رأسك، رأسك الذي يتحول مع الوقت إلى

صوت محرك يهدر خافتاً ورتيباً ودون توقف.

السأم مرضك بهز رجلك كأنه الحركة الوحيدة التي تفرضها عليك قوة خارج عقلك حتى تتميز عن الميت.

٥ ربيع الثاني ٤٤ - ٣٠ أكتوبر ٢٢

كل يوم أبذل جهداً أخلاقياً هائلاً كي أجنب الآخرين موقفني غير السعيد منهم في تعاملني معهم، كي أكبح رغبتني في تصحيحهم حتى لا يصطدموا بي بقصد أو بدون.

هذا لأنني تعلمت -بأثمان قاسية جداً دفعتها من أعصابي وعلاقتي وقلبي- أن الوقوف على أخطاء الآخرين لا يُعاشر، حتى لو كانت تلك الأخطاء أشواكاً ستخزني أنا، أقول لنفسني: من يرد الورد يأخذه بشوكه، وليس في استطاعتنا على الدوام تقليم الآخرين من عيوبهم، ولا من الجميل أن ننبههم طوال الوقت أن فيهم هذه العيوب وتلك وأننا نستثقلها.

أدركت أن الصبر على الناس لا يتعلق بالعابرين فقط، أو بالذين تربطنا بهم علاقات سطحية تُسهّل علينا التغافل، بل أشق الصبر صبرنا على أحبائنا، على عيوبهم التي كالشوك في ورد علاقتنا؛ لا يمكن أن نمسك الوردة لنشم أريجها الطيب دون أن

نَجرح ونألم أحيانا.

تعلمت أن آخذ صديقي على عييه، هذا هو الإنسان الذي أمامي؛ بما ينقصه وما يضايقني منه وما لا يُعجبني فيه، إن استطعت قبلته وإلا فلا، وإذا قبلته واستطاع أن يغير شيئا في نفسه من أجلي فلا أنساها له، وإذا لم يستطع أن يتغير رغم المحاولة فلا أنسى أن فيه من المحاسن ما جعلني أتغاضى عن نقصه سابقا، وما ينبغي أن يساعدني على التغاضي اليوم.

تعلمت أن بعض الجروح ليس سببها الطرف الآخر دائما، بل قد يكون سببها أحيانا نقطة ضعف عندي، أو طبيعة نفسية خلقتني الله عليها تجعلني أستقبل الأفعال بشكل لم يقصده صاحبه، هذا هو يُطلق عليه التنافر والتألف؛ حيث ليست المشكلة في أيّ منا، ومع ذلك لا يصلح أحدهنا ليكون قريبا من الآخر.

أصعب امتحان أخلاقي هو امتحان الإنصاف؛ أن أقول لك: لم أَلْفك ولن يكون بوسعي أن أدخلك حياتي أو أن أحبك، لكن فيك محاسن كيت وكيت، لقد ضايقتني كثيرا ولم أنسجم معك، لكنك قد تكون جميلا في علاقة أخرى مع شخص يؤكد أنك ألطف إنسان في العالم.

٧ ربيع الثاني ٤٤ - ١ نوفمبر ٢٢

١- الحياة تستمر في الجريان رغم كل شيء، ولعل هذا من أفضل ما تتميز به، لأنها تجبرك دائما على أن تتجاوز وتمضي، ألا توقف كثيرا فتجاوزك، ألا تتعفن في مكانك فقط لأنك مستاء أو حزين.

٢- لهفة كل أخت كبرى أنها تحتاج إلى أخت كبرى.

أحتاج أن أتوقف مرة عن القلق على الجميع وأندمج في حياتي الخاصة.

أنلهف وأنا أترك آثار قدمي لإخوتي إلى أن أضع هاتين القدمين المتعبتين من البحث والأخطاء على آثار أقدام قديمة.

بين الإخوة مساحة لا توجد بينهم وبين الأمهات، أنا لا يستثقل كتفي ارتماء الرؤوس عليه للتفريغ والراحة، لكنني لمرة أريد كتفا أبكي عليها، دماغا أكبر يستوعبني ويفهمني ويرشدني.

أودُ أحيانا أن أتنازل عن المكانة المميزة في المقدمة وأراجع للخلف مريحة كتفي من المسؤولية، قلبي من القلق، ورأسي من تفريخ الأسئلة في المشاكل.

٨ ربيع الثاني ٤٤ - ٢ نوفمبر ٢٢

عليّ أحيانا أن أتقبل أن كل ما أملكه إزاء أحزان من حولي هو

أن أتجاوزها وأنغمس في عملي الخاص، وأن أدع ما لا أستطيع فعل شيء حياله وأنشغل بفعل ما أستطيع، حتى لو لم يكن ذلك الذي أستطيع يُزيح تلك الأحزان أو يخفف وقعها.

عليّ أن أتقبل أن ليس بوسعي أحياناً عمل شيء لمن أحب، وأنني سأرى الحال المائل وآلم به دون أن أقدر أن أعدله، وأن أتقبل أن أقصى ما يمكنني فعله ضد هذا الميل أن أجاهد حتى لا أميل أنا أيضاً.

لن أستطيع أن أصلح الواقع، وعليّ أن أبذل وسعي حتى لا أفسد معه.

٩ ربيع الثاني ٤٤ - ٣ نوفمبر ٢٢

١- تم تنظيف الشقة بنجاح، وهذا يدفعني لأن أقول:

- الحمد لله على نعمة العافية، على صحة البدن لتحريك المِمْشَة وتلميع الأسطح وغسل الحوض، ثمة مَنْ لا يقدر على رفع ذراعه لتنظيف بيته.

- الحمد لله على نعمة الإرادة ونعمة إمضاءها، ثمة مَنْ يكسّل كسلًا يكاد يكون مرضيًا عن رفع كوب من مكانه.

- الحمد لله على نعمة حب النظافة وتشكيلها شيئاً مهماً لنا، ثمة

من لا يؤذيه أن يعيش في مكان غير نظيف ولا يهتم.

- الحمد لله على نعمة سرور القلب بمنظر البيت النظيف، هذا من عاجل الجزاء الحسن على التعب.

- الحمد لله على امتلاك الوقت للتنظيف، ثمة مَنْ يحب النظافة ويتلهف على تنظيم بيته ولا يمتلك الوقت.

- الحمد لله على نعمة الإقامة في البيت وهينُ التعبُ في تنظيفه، ثمة من لا يتعبون كثيرًا في التنظيف لإقامتهم في المشافي.

- الحمد لله على كرمه إذ يُثيب عباده على كل عمل يحسبون فيه النوايا، على نعمة الثواب على عمل ضروري جدًّا لعيش الإنسان ورغم ذلك يؤجر به.

٢- ليلة جمعة سعيدة. لا يُحصِّل أحدنا سكينته بين ليلة وضحاها، لقد مررتُ بأشياء كثيرة وسقطتُ مراتٍ عدة، بكيْتُ كثيرًا من صعوبة الحياة وكدتُ أفقد الأمل، تعبْتُ كثيرًا قبل أن يضيء الله في قلبي معنى أتمسك به فأهدأ.

في ليلةٍ ثقيلةٍ ما وبعد كثير من الشكوك في نفسي لتقلُّبها وتمزُّعها بين إرادتين كان المعنى الذي هدأ قلبي أن الله هو الإله الأوحد، أن مصيري ليس نهبًا لصراع إلهين لإثبات العلو والقدرة،

وفي حين أني أرى إرادة الإنسان قد تتصارع مع إرادة مَنْ حوله حتى يُنْهَكَ ويضيع أحياناً هَدَّائي أن الإرادة الغالبة والماضية علينا هي إرادة الله التي لا تُغالبُها إرادة.

هذا ما يهدّي قلبي حين أقول كل صباح ومساءً: «اللهم أنتَ ربي لا إله إلا أنت»، فصرتُ وقَّافة عليها لأدعها تعمل في قلبي، وتعمّق في داخلي شعوراً بالاطمئنان والغبطة بوحداية الله لم أكن أشعر به من قبل.

ما أعتقدُه أن الإنسان ينال سكينته بتمرين قلبه على ما يُوصل إليها، ينجح أحياناً ويُخفق أحياناً ويظل هكذا حتى يتشرب المعنى فيكون أيسر عليه وأقرب إليه من شرب الماء.

١٠ ربيع الثاني ٤٤ - ٤ نوفمبر ٢٢

١- لقد كان حل هذا كله أن أذهب لرسول الله ﷺ، أطرق بابه وأستأذن عليه، أجلس بين يديه وأستنصحه وأسأله عما ينبغي عليّ فعله، وأبكي وأسأله أن يدعو الله لي، وأسمع كلامه ومواساته وإرشاده وأهتدي به في حيرتي المعتمة.

لكنّ رسول الله مات!

وكلّ مرةٍ أحتاج الجلوس بين يديه أتألم بمصيبة موته كأنها أول

مرة، وأقول لنفسي بعدما أملت نفسي:

ولكنّ رسول الله مات!

٢- ربما نشأت أغلب مشاكل النفسية من نسياني أني أمةٌ لا رب؛ لستُ مَنْ يحدد أقداري كي تجيء على مزاجي، لستُ عليمَةٌ بما يصلح لي لأنتظر الشيء وأنا متعلقةٌ به، لست ذات قدرات خارقة لأستطيع حل مشاكل علي الدوام.

أحيانًا لا توجد حلول، ثمة مشاكل حلولها ليست في الدنيا وعليّ أن أتعاش معها كشيء لا مفر منه، وأحيانًا عليّ بعد استفراغ وسعي أن أنفض يدي وأسلم لأنني أمةٌ بقدرات ضئيلة، وأحيانًا عليّ ألا أبالغ في تقييم وسعي أصلاً وألا أعول كثيرًا عليه وأعتقد أنني استحققت به نوال ما أرنو إليه.

١١ ربيع الثاني ٤٤ - ٥ نوفمبر ٢٢

يا إلهي؛ إنني أفقد شيئًا مهمًا هنا وأنا أحاول أن أنجو بنفسي، أفقد القدرة على الثقة في الآخرين.

١٢ ربيع الثاني ٤٤ - ٦ نوفمبر ٢٢

هناك خبران سيئان لي في هذه الحياة..

الأول: الطريق مملوء بالفخاخ.

الثاني: عليّ أن أنسى الأول حتى لا أتسمّر مكاني.

١٤ ربيع الثاني ٤٤ - ٨ نوفمبر ٢٢

من مشاهداتي الحزينة للغاية أجد أن أقسى بلاءات الجيل الحالي تتمثل في الهدر القسري للطاقات والإمكانات.

أخصب سنوات العمر - صحياً وعقلياً ونفسياً مع فتح القوس - مهدورة هدرًا مؤلماً ومحبطاً بالوحدة؛ إما لدوران الشاب في ساقية الكسب والتجميع لإنشاء حياة تُرضي معايير مجتمعية غير مراعية للظروف الساحقة، أو لانتظار الفتاة المُطوّل للكفء سواءً لتأخر هذا الكفء بسبب ضغط المادة أو عدم اهتدائها لمن ترضاه.

كثرة النظر في هذه النماذج تُصيب بالغم، أن ترى رجلاً في منتصف الثلاثينات ما زال وحده، أو بنتاً في نفس السن لم تُنشئ أسرة بعد، وتقول أسفاً حين ترى هذه الإمكانيات المُعطلة: يا له من بيتٍ لو كان بُني!

لستُ بمعرض رصد أسباب أو اقتراح حلول، فقط أريد إعادة إطلاق كلمة قالتها صديقة عزيزة لا ترتاد الفيسبوك في نقاش جماعي لعلها تحث جميع أطراف المشكلة - الشباب والبنات والآباء والمجتمع - لإعادة التفكير، قالت: لقد استنزفت أفضل

طاقاتي قبل أن أحمل طفلاً.

يا لها من خسائر تكبدها المجتمعات حين تُهدر طاقات أبنائها بهذا الشكل الحزين.

١٥ ربيع الثاني ٤٤ - ٩ نوفمبر ٢٢

يا رب؛ نَجِّنَا من النظر للخلف، من الانحباس في النهايات الحزينة، من التجمد في أماكننا حينما يتوجب علينا الركض، ومن فقدان الطاقة للبدء من جديد.

١٨ ربيع الثاني ٤٤ - ١٢ نوفمبر ٢٢

تتمثل معركة المرء الكبرى في أن يكون أفضل نسخة ممكنة من الإنسان الذي تفترضه ظروف حياته ونشأته، في أن يتوقف عن الشفقة على نفسه بسبب ما تعرض له ويُجاهد ليعالج نفسه، في أن يختار الطريق الصحيحة لا الطريق السهلة، ويتحمل مسؤوليته عن تربية نفسه وإصلاح أعطابه بدلاً من الانشغال بإلقاء اللوم واستطياب دور الضحية.

لقد جُبلت الحياة على ذلك؛ أن يفسد فيه الآخرون أشياء ما حين لا يكون مُدرَكًا بعدُ أنه يفسد، لكنه متى ما كبر أصبح مسؤولاً عن نفسه، ولن ينجيّه من الحساب على مساوئه أنه لم يكن مَن

تسبب فيها، ستُنَجِّيه محاولاً لهُ لكسر الدائرة، لأن يكون إنساناً صالحاً لنفسه ومن يقترب منه.

٢٠ ربيع الثاني ٤٤ - ١٤ نوفمبر ٢٢

يا لسعادة قلب المرء عندما يُجدّد مخزونه من البطاطا والخبز واللبن، يدخلُ غرفته كأنه ملكٌ والدنيا في متناول يده، ويضع رأسه على الوسادة آخر الليل لينام ونفسه مطمئنة.

لك الحمد يا رب على هذه السعادات الصغيرة الكبيرة، على نفسٍ طويلٍ نشم فيه رائحة رغيْف فتسكن قلوبنا وتطمئن بامتلاك النعمة.

٢١ ربيع الثاني ٤٤ - ١٥ نوفمبر ٤٤

لو كان لي أن أتبنّى مبادرة ما لاخترتُ دعم المسلمات المُعاصرات من سن الثامنة عشرة حتى الخامسة والثلاثين، دعمًا على كافة الأصعدة، مساعدة كل واحدة منهن على فهم نفسها وتقبلها كما هي؛ أننا لم نُخلق في هذه الدنيا بجمالٍ تام، وأن الرضا بما قُسمَ لها من الجمال وتقديره مهما كانت نواقضه عبادة، وأن هذا الجسد خلق للدنيا وبحسب حدودها كدنيا، عليها أن تحبّه وتعتني به دون أن تأمل فيه ما يتجاوز طبيعة الحياة الدنيا، وبوسعها

أن تعمل من أجل أجمل وأكمل منه في الآخرة، والآخرة خيرٌ وأبقى.

مساعدها - إن لم تكن تزوجت - على أن تتجاوز فترة الاختيار وما يعترىها من قلق وارتباك بسلام، أن تُعبر عن نفسها في مجموعة من بنات جنسها تشاركهن نفس الدماغ والتفكير وتتقاطع معهن في اهتمامات عديدة، لأن أسوأ ما ضيَّع كثيرًا من البنات في زيجاتهن أنهن كنَّ ضحايا للنصائح المُعلَّبة، إذ الغالبية العظمى من النساء إذا نصحن بنتًا في أمر الزواج نصحن بالشيء الذي ناسب الناصحة وليس بالضرورة أن يُناسب المنصوَّحة، أكثر ما أرجو في هذا الخصوص أن تُنقِّذ البنات من القولية في توجيهاتٍ ورؤى ليست على مقاساتهن، وأن تكون المهمة بصقل معارفها وتثقيف نفسها قادرةً على التغاضي عن نصائح من قبيل «لا يقومُ البيت على عدد الكتب التي يقرأها الرجلُ في الأسبوع ههه» بكل ما تحمله هذه الجملة من تسطيح وبلورة ساذجة لحاجة البنت لرجل راجع العقل ذي هموم تشبهها، ألا تُلقِي عالية الهمة والطموح من الزواج والأمومة بالاً لمحاولات الآخرين تثبيط طلبها رجلًا يحيا الحياة أكثر من مجرد دابة مُبرمجة على عدد من الوظائف والحركات التعبدية الظاهرة.

باختصار؛ أن تتمكن البنت من قول «لا» في موضعها دون قلقٍ على الرزق أو تأنيب ضمير، وألا يمنعها الخوف الزائد من قول «نعم» إذا أحسّت ووعت أنه موضعها.

كذلك مساعدتها - إذا كانت زوجًا وأمًّا - على صياغة نظرة جديدة مخالفة للنظرة المجتمعية السائدة لوظيفتها كزوجة وأم، أن تُثَمِّن دورها في البيت في مواجهة خطاب إعلامي عالمي ينزع القيمة عن ربة البيت، وألا تشعر بنفسها مهدورة الإمكانات إذا لم تكن امرأة عاملة خارج منظومة الأسرة.

أن تتمكن - إذا لم يُكتب لها رزق الزواج أو الإنجاب أو كليهما - من النظر للأمر كفرصة لممكّنات أخرى، فيكون ما حُجِبَ عنها مما تُحب فراغًا لها في أشياء أخرى يُحبّها الله، وألا تفقد الشعور بقيمتها أو جدوى وجودها في تلك الحال.

في رأيي تحتاج النساء منذ البلوغ وحتى الخامسة والثلاثين - أيًا كانت حالتهم الاجتماعية أو خلفياتهن الثقافية - دعمًا كبيرًا في نواحي عدة، يحتجن إنقاذًا من تحت وطأة مجتمع يجثم فوقهن بكل ما في جعبته من إهمال وإحباط وقولبة وتضليل، يحتجن في تلك الفترة العمرية بالذات أن يُهدى من روعهن أحد وهن ينتقلن تدريجيًا من الأحلام الوردية للبنات الحالمات إلى ضرورة النضج

بشكلٍ يمكنهن من التعايش مع الواقع بأقل خسائر ممكنة،
ليستطعن مواجهة انكماش مساحة الحلم وتمدد مساحة الواقعية
بشجاعة ودون إحباط.

كبشر خلقنا لكي نُبتلى، أو من بهذا، لكنني أتمنى ألا تُبتلى النساء
باختياراتهن الخاطئة أو بخضوعهن لمفاهيم المجتمع وقوالبه
المفروضة بالقوة.

٢٢ ربيع الثاني ٤٤ - ١٦ نوفمبر ٢٢

منذ أن أفتح عيني في الصباح حتى أغمضهما في الليل، في كلِّ
فعلٍ صغير وحركة بسيطة وتفصيلٍ عادي أبحث عن طمأنيتي
وصبري ومعنى وجودي، كلُّ يوم هو طريق، كل يوم رحلة بحث.

والشيء الذي عرفته بتوالي الأيام وكثرة البحث والطرق أن
الهدف الذي أعمل من أجله كل يومٍ ألا تنطفئ الشمعة التي في قلبي
وتساعدني على الشعور بأن كل شيء سيكون بخير، وليست هذه
الشمعة سوى اسمك في قلبي يا رب.

في كل حركةٍ صغيرة، في كل فعل عادي، في كل تفصيل متكرر،
أنظر في نفسي والأشياء من حولي طويلاً وأعرف أنه لولا وجودك
يا رب لضعتُ من زمن طويل.

٢٣ ربيع الثاني ٤٤ - ١٧ نوفمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. كثيرة اللحظات التي يشعر فيها المرء بأنه مغلوبٌ على أمره، بأنه واقع تحت وطأة ظروف مفروضةٍ عليه كفيلة بجعله أسوأ إنسان ممكن، وبأن محاولاته أن يكون شخصاً آخر غير الذي تفترضه ظروفه ومحيطه تروح هباءً عن غير اختيارٍ منه.

لكنني في بداية كل يومٍ وآخره أجدي أختارُ أهم اختيار في حياتي بنفسني عندما أَرْضَى بالله ربّاً وبالإسلام ديناً وبمحمدٍ - ﷺ - نبياً، أختار كل يوم بمحض إرادتي وبرضا تام أن أكون عبداً - أمةً - لهذا الرب، تابعة لهذا النبي ومعتقدة بهذا الدين أعرض حياتي ومشاكلي وخياراتي عليه وأنظر إلى نفسي والعالم من خلاله.

أختارُ هذا كل صباح ومساء بإرادتي الحرة واطمئناني وقناعتي، ما يملؤني بأمل وطاقة مُدهشين لمواجهة حياتي وما يُصيّني فيها من منغصات وأكدار ومصاعب واختيارات صعبة وتحديات، أملٍ أنني باختياراتي الثلاث هذه أمتلك قوة معينة لا يبقى أمامها صعبٌ صعباً، وطاقة لإصلاح نفسي وحياتي لأنني إذ أختار أهم اختيارات حياتي كل يوم فهذا يعني امتلاكي مساحةً ما للفاعل في مواجهة ما ليس لي فيه يد.

الحمد لله؛ هذا الرب الحكيم اللطيف الذي يربّينا هذه التربية ويعطينا مع الامتحان أدوات حله.

مكتبة

٢٤ ربيع الثاني ٤٤ - ١٨ نوفمبر ٢٢ t.me/soramnqraa

يومُ الجمعةِ الجميل؛ يومُ عيشِ الحياةِ كأنَّكَ مدعوٌّ إلى حفل،
انتظارِ الأشياءِ السعيدةِ لأنني حشدتها في دعاءٍ في وقتٍ فاضل،
وحساسية مزاجي لأصغر تفصيلٍ يوميٍّ بسيطٍ أرى فيه الحياةَ بديعة.
اللهمَّ صلِّ على سيِّدنا مُحَمَّد، وأبقِ يومَ الجمعةِ في قلبي عيدًا
وبركة، وألهمني فيه الدعاء واستجب لي.

٢٥ ربيع الثاني ٤٤ - ١٩ نوفمبر ٢٢

مواضع لا أحب لعينيَّ أن تبقى فيها يا رب؛ الخلف الذي
تجاوزته، أو تجاوزني. الشيء الذي ما يزال أمامي لكنك لم تقسم
لي به. الأشياء الجميلة في أيادي الآخرين. والأشياء الحزينة في
حياتي.

يا رب لا تجعل عيني حبيسة ما ذهب وانقضى ولا ما وُجد
واستعصى، وأرجع إليَّ نظري من كل الأشياء الحزينة بدرس
أتعلمه أو صبرٍ أمتطيه أو تسليم لك يُهدئ قلبي.

٢٦ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٠ نوفمبر ٢٢

شايٌّ على الرف، وصوفٌ في الخزانة، وطمأنينة في قلبي،

ونشاط في دماغي، هذا ما يتطلبه الشتاء لكي يكون دافئاً.

الحمد لله المُنعم الجميل، إن سترَةً واحدة في خزانتي تملأني بسكينة لا حدود لها، تدفعني لفعل شيء جميل لشكر هذه النعمة، والدعاء لعباده كلهم أن يُؤويهم ويرزقهم سقوفاً فوق الرؤوس وصوفاً في الخزائن.

٢٧ ربيع الثاني ٤٤ - ٢١ نوفمبر ٢٢

حدث زلزال منذ قليل، مخيفٌ شكّل الباب وهو يهتز والشعور باهتزاز الأرض تحتي، واحتمال أن تكون هذه اللحظة هي الأخيرة جعل قلبي يرتجف، على المرء أن يتذكر دائماً هذه الـ «يا رب لست مُستعداً بعد، أمهلني»!

٢٨ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٢ نوفمبر ٢٢

كإنسان يتعايش مع اضطراب ثنائي القطب ونقص الانتباه وفرط الحركة تعلمت أن الله لا يعطي البلاء دون أن يمنح ما يعين عليه، لكننا أحياناً ما نغفل عما يمكننا فعله مُصرين على ما نعجز عنه.

يكون أكبر آمالي في أيام القطب الموجب - كما أسميها - أن يفيدني الله من حماستي المفرطة فيما ينفعني وألا تخدّرني البهجة

المتطرفة فلا أحس بخطر قادم، وكل ما أريده في أيام القطب السالب أن يعينني فقط على النهوض من الفراش لتأدية الصلاة حتى يهدأ قلبي.

اللحظة التي عرفتُ فيها تشخيص حالتي -نقص انتباه وفرط حركة- أعادت تعريفني إلى نفسي، لم أكن إذاً تلك الصورة التي رسمتها لي إخفاقاتي وعجزتي عن فعل أبسط الأشياء كالتركيز في حديث ما لخمس دقائق كاملة أو الثبات في مكاني لخمس دقائق أو أقل، يدان وقدمان غير هادئين وعقل عصي على البقاء في مكان واحد حتى تنتهي مهمته فيه.

الليلة أقول لنفسي بعد حديث ملهم مع صديقة عزيزة: اسمي شيماء، خلقني الله على هذا النحو وقدّر لي هذا، لا أستطيع أن أمسك عقلي في موضوع ما إذا لم يكن على هيئة قصة مشوقة، أقوم من مكاني كثيرًا دون وعي مني ودون سبب حتى حينما أكون جالسة لفعل شيء مهم، أتقلب دائمًا بين الاكتئاب والبهجة دون أن تكون هناك أسباب حقيقية.

لقد ساعدتني معرفة نفسي وإمكاناتها وحدود ما تقدر عليه على أن أغفر لها أخطاء وإخفاقات تراكمت في قلبي لسنين كغصص، وعلى أن أرصد على جنب هذا الامتحان قدرات خاصة

لم تكن لتمكن لي لولاه وأفكر ماذا يمكنني أن أعمل بها. عندما عرفتُ ما يحدث لي اكتشفت أنني شخص آخر غير الذي كنت أعرفه.

لا أدري لماذا أكتب هذا الآن ولعله انقياد لموجة انفعال وغبطة مفرطين، لكنني أردت أن أثبت هذه اللحظة هنا مع درسي المستفاد منها: لن يستطيع أي إنسان أن يفعل شيئاً حتى يؤمن بمحدودية قدراته وأن لا شيء يتم له إلا بعون الله له وهدايته إياه إلى مواطن قوته، وما دون ذلك تخطيط وتيه وإصرار مُهلك على ما لا يستطيع وجهل لما يستطيع.

٢٩ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٣ نوفمبر ٢٢

١- مدفوعةً بغبطة امتلاك الأشياء التي في يدي، مدفوعةً ببقايا البكاء في قلبي على كل ما مررتُ به، أحتفي باللحظة الحاضرة وبأبسط مظاهر الحياة فيها، لأنه ليست هناك نعمة بسيطة، ولأنني ما زلتُ على قيد الحياة مؤمنةً ومُعافاةً رغم كل شيء.

٢- اللهم ارزقني مالاً تجب فيه زكاة، وعافية يُلهم معها الشكر، وعقلاً ينفعني وأنفع به، وقلباً يتسع لقدرك ومخالطة خلقك.

٣٠ ربيع الثاني ٤٤ - ٢٤ نوفمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. لن أزال أبحث عن صديقة قديمة عرفتُها

لشهرين أو أكثر قليلاً قبل عشرين عاماً وأبحث عن شيء مني لم يصحبني إلى شبابي، فاطمة السيّد أنس، كانت إحدى زميلاتي في الفصل الدراسي عندما كنا في الثاني الابتدائي إذا لم تخني ذاكرتي، وكنتُ أستأنس بوجودها مواسيةً نفسي بأنني لست الدخيلة الوحيدة على الفصل الذي تربط جميعَ تلاميذه أو اصر القربة التي تكون عادةً بين أهل القرية الواحدة.

تركت فاطمة المدرسة بعد شهور لانتقالها مع أهلها لبلد آخر، أثق أنها لا تعرفُ أنني حزنتُ لذلك كطفلة، وأنني الآن شابةٌ أسأَلُ نفسي لماذا لم أخبرها مرة واحدة أنني أحبها، لماذا لم أخبرها كيف أراها جميلةً وكم أحبُّ شعرها الأشقر ووجهها المستدير وكم كنتُ مفتونة جداً بأنفها المثاليّ الرائع افتتاناً مدعوماً بموقفي الغاضب أيامها من أنفي. لكنني أعود فأرفق بنفسي وأقول إنني لم أكن أعرف أنها ستترك المدرسة كما لم أكن أعرف أنني سأفقد أشياء كثيرة وأعرف قيمتها بعد فقدانها، فجأةً في صباح أحد الأيام لم تعد موجودة، وقالت لنا المعلمة أنها انتقلت مع أهلها.

أيّما تكن الجميلة فاطمة السيّد أنس الآن وأيّاً ما كان الشخص الذي صارته فإنني أودُّ لو عرفتُ أن هناك من يذكر الطفلة الجميلة الطيبة التي كانتها، ومن يتمنى لها عندما يذكرها أمنياتٍ سعيدة؛ أن

تكون الآن مثلاً تنتظر زوجها الذي تُحبه لتقرّ عينها بصوت مفتاحه في الباب، أن تكون هدهدتُ طفلاً لها وشمت رائحته بعمق وهي تضمّه إلى صدرها، وأن تكون متمتعةً بكامل عافيتها ليس في ماضي أيامها ما تندم عليه ولا في قابلها ما تقلق من أجله.

لتقرّ عين فاطمة وليسعد حالها ومآلها ولتُصادقها بركاتُ الله بما لا زالت تبعثه شخصيتها الصغيرة اللطيفة من أثر طيب في نفسي.

١ جمادى الأولى ٤٤ - ٢٥ نوفمبر ٢٢

الإنسان فقير إلى الله في كل حاله، كل ما يعرفه عن نفسه يمكن بكل سهولة أن يكتشف خطأه، كل ما يملكه قابل للفقد في غمضة عين، كل من يحبهم قد يتغيرون عليه في لحظة، كل ما يقدر على فعله يمكن أن يعجز عنه حالا حتى التخلص من شربة الماء التي يشربها.

إلام يمكن لهذا العاجز الفقير المسكين أن يركن إن لم يكن الله له ومعه، إن لم تحطه عناية الله في كل تفاصيله، إن لم يتولّ الله جميع أمره ويُغنيه عن نفسه بكل ما فيها من جهل وضعف وعجز!





المعلم السابع

بستانُ الناجين وسجنُ الضحايا

لا ترفقُ بنا الحياةُ عندما نُقررُ معالجةَ أنفسِنا، أقولُ هذا عن تجربة، عندما دخلتُ هذه الطريقَ وقررتُ استنقاذَ نفسي تخيلتُ أنني سأقاومُ ما حدثَ وانتهى، كما لو كنتُ باختيارٍ مقاومةَ الجروحِ القديمةِ أركبُ وحدي سفينةَ فضائيةٍ وأنطلقُ بها نحوَ عالمٍ خالٍ من البشر، كما لو أنني باتخاذ قرار التعافي اليوميِّ أصبحتُ حصينةً ضدَّ الإصاباتِ الجديدةِ أو خارجَ مرمى السهام!

واكتشفتُ عندما تكسرتِ النصالُ على النصالِ -على حدِّ تعبيرِ المُتنبِّي- أنني ما زلتُ في المكانِ نفسِه، وأن امتحاني الأكبرَ يتمثلُ في أن أتعافي من جروحي الأرضيةِ وأنا لم أغادر الأرضَ بعد، وألا تقتصرَ أليتي للمقاومةِ على الأضرار القديمة، بل ينبغي -ويا للمفاجأة- أن تصلحَ الآلية التي سأكتشفها لنفسي وأطوّر فيها بالحذف والزيادة، أن تصلحَ للتعاملِ مع جميعِ الجروحِ والأضرار والأعطال، القديم منها والجديد، وأن تكون قادرةً على التكيف والتطور لتناسبَ ما سيحدثُ بعد.

هذا الاكتشافُ أدخلني في نوبةِ اكتئابٍ استمرت أياماً، وما زلتُ أذكرُ المرارةَ في حلقي وأنا أقولُ لإحدى صديقاتي في مكالمَةِ هاتفية: لماذا لا يُراعي الناسُ أن هذا الشخصَ مشغولٌ عن توقيهم بتربيةِ نفسِه واستنقاذها وشفائها؟ لماذا لا يتركونه وشأنه على

الأقل؟!

وثقلَ عليَّ الأمرُ ووجدته فوقَ احتمالي؛ إذ إن طاقتي كلها مستنفدةٌ بالفعلِ في التعافي من أضرارٍ لم أتسببَ لنفسِي فيها، فلماذا عليَّ الآن أن أتعاملَ مع المزيدِ من الأضرارِ التي يُوقَعُها الآخرون؟ ولأنني أدركُ من قديمٍ خطورةَ الأسئلةِ التي تبدأ بـلماذا توقفتُ قسرًا وبنيتُ سدًّا أمامَ سيلِها الهادر، وقلتُ لنفسِي بعدَ تفكيرٍ: يمكنكُ أن تهدمي كلَّ محاولاتي حتى الآن وتفرغي لثناء ذاتِك والشفقة على نفسك، لكنكِ ستُحاسبين على فعلكِ في هذه النفس يوم القيامة، ولن يعفيكِ من المؤاخذه على تركِ هذه الأضرار تنهشكِ كونكِ لستِ من تسبب فيها.

ثم سألتُ نفسي صادقَةً: ألم نكن قد اتفقنا على أننا سنختارُ هذه الطريق الصعبةَ ونبذلُ وسعنا لنستحقَّ الحريةَ التي منحنا الله إيانا حين جعلنا مسؤولين عن سواءِ هذه النفس منذ البلوغ؟ أما كنا سنسعى لأن نجعلَ من هذه النفس أفضلَ احتمالٍ ممكنٍ لنتيجةِ هذه الظروف وتلك الجروح وما ننطوي عليه من أحزانٍ وصفاتٍ؟

الآن نحن على مُفترقِ طرقٍ؛ الطريقُ منها تتفرغُ إلى اتجاهين علينا أن نختارَ أحدهما، فإما إلى بستان الناجين الذين ينظرون إلى

كل ما مروا ويمرون به فيذلون وسعهم للتجاوز ثم يقولون
لأنفسهم أنهم نجوا، أو إلى سجن الضحايا؛ أولئك الذين ما زالوا
يكون وينوحون حيث جرحوا وينتظرون أن تعتذر لهم الحياة
وتتولى إصلاح ما أفسدته!

خياران لا ثالث لهما؛ أن نحيا ما تبقى لنا بنفسية الناجين مما
مروا به، أو نعيشه كضحايا لا يُحسنون سوى الانتظار والعيول.

وأنا اخترتُ الطريق الأولى، صعبة، ولكن الاستغراق في العيش
كضحية لا يُناسِبني ولا يُطمئنني تجاه سؤال الآخرة عن نفسي وما
فعلتُ لأستنقذها.





خطوات الأيام

-المسافة الثامنة-

٧ جمادى الأولى ٤٤ - ١ ديسمبر ٢٢

١- أبقِ يا رب في قلبي هذه الغبطة وهذا الشعور بتغير المزاج عندما أنتهي من تنظيف البيت.

أنا مستعدة الآن لمواجهة العالم؛ سطح الموقد لامع وحوض المطبخ براق ورائحة النظافة هفهافة. كل شيء في مكانه بدءاً من الأطباق في المطبخ حتى مزاجي.

٢- ليلة جمعة سعيدة. أتمسك في هذه الليالي الباردة بنعمة امتلاك الصوف، بالدفء في قلوب أمي وأخواتي، بالمحبة في أحاديث صديقاتي، بسخونة البطاطا المشوية وتصاعد البخار من المشروبات الساخنة، بتدفئة القلب بمراجعة الرواية التي كتبتها والانغماس في القراءة والطبخ.

أتمسك بكل ما من شأنه أن يُسرِّي عني، بالتفاصيل الصغيرة التي تبعث في قلبي المسرة، وبالشعور بامتلاك الدنيا في كل نعمة وكل مملوك.

٨ جمادى الأولى ٤٤ - ٢ ديسمبر ٢٢

لأنك الله لم تفقد أمتك البائسة أملها، ولأنك الله لم تقتل أمتك معدومة الحيلة نفسها، ولأنك الله تضع هذه الخائفة المكروبة يدها

على صدرها وتذكرك فيهدأ قلبها.

١٢ جمادى الأولى ٤٤ - ٦ ديسمبر ٢٢

تؤرقني دائماً حسابات الفواتير، أسعار السلع والخدمات،
احتياج المال من أجل المعيشة، وكلما كان عليّ أن أجري حساباً
لألتزم له بسقف أقول لنفسي: لا تناسبني حياة الكبار!

أنا واحدة من النساء؛ يناسبني أن أفتح الثلاجة فيطمئن قلبي
بوجود زجاجة لبن ونوع فاكهة دون أن يتعب دماغي كيف سيتوفر
لي ثمنهما، أن أنظر إلى رفي فأجد علبة الشاي ملاءى دون أن ينشغل
بالي بارتفاع سعر الشاي وعدم ثبات دخلي، أن أنام آخر الليل وأنا
أعرف ما سأطبخه غداً.

لا أعرف كيف تستلذ امرأة بالاعتماد على نفسها في توفير
معاشها، أنا أنظر لنفسي كل يوم وأحمد الله أن شريعته لم تلزمني
بالإنفاق على أهل وعيال بل وأوكلت بي رجال طوال الوقت،
أقول: يا رب ضعني في مكاني الذي خلقت له، في وظيفتي التي
أفهمها وأطمئن لأنني أفهمها، لأنني عندما أنظر في الحسابات
والفواتير والدخل والمصروف لا أفهم شيئاً وأخاف.

هذا كله عند التفكير في تدبير مالٍ أرزقه بتقدير الله، أقول كيف

لو أن الله أوكّل إليّ أمري كله دقّه وجلّه! لو أنه خلق الإنسان وتركه لنفسه يتولى جميع أمره ويُدبّر حاله برأسه! يا ضيعتي لو لم يكن الله ربي!

١٤ جمادى الأولى ٤٤ - ٨ ديسمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. أنجو من الكآبة بضنع المسرّات اليومية الهادئة، برؤية الجمال في أبسط التفاصيل، السكينة في توفر أشياء كثيرة كان يمكن ألا تتوفر، وبتخصيص وقتٍ لتعداد النعم والاستمتاع بها مهما تكن حال القلب.

أن يجيء الليل وستري غير مفضوح وبطني غير جائع، أن أشرب شايًا وأقضم خبزًا في عافية وأنا لا أخاف أن أعجز عن التخلص منه، أن أنتشق رائحة كعك أخبزه وأنا أقرأ كتابًا ما بهمة، أن يسعني غلق باب غرفة تخصني وحدي ولا أشعر في هذه الخلوة بالفراغ أو الوحشة، أن أتمكن من سماع أصوات أحبابي والاطمئنان أنهم بخير، ألا تنطفئ الشمعة التي في قلبي وتُضيء لي أملًا في أشد اللحظات عتمة، وأن أكون قادرة على الدوام أن أُسرّ بالجمعة ليلةً ويوماً مهما تكن حال نفسي.

هذا بالضبط تعريفي للعيش الطيب؛ حيث السرور بكل موجود كنعمةٍ كم جميلٌ أنها حصلت لي.

١٦ جمادى الأولى ٤٤ - ١٠ ديسمبر ٢٢

في هذا الليل الهادئ الجميل أريد أن أوزع دعواتٍ وأكواب شاي لكل الساهرين في شيء نبيل، لكل طالب يُتعب عينيه في المذاكرة، وكل أم تُتعب يديها في الرّبت والهدهدة، وكل أب يُتعب جسمه في شغل لتأمين عيش أهله، وكل إنسان مؤمن ينظر الآن إلى السماء ويرسل دعاءً من قلب صادق.

١٧ جمادى الأولى ٤٤ - ١١ ديسمبر ٢٢

كلما سمعت شيئاً من رواية غرفة إسماعيل كافكا بصوت مروة مدين أنتظر الجملة التالية وأنسى أنني أعرفها لأنني من كتب الرواية!

شيء يُشبه السحرَ ما يفعله في الروائي سماع روايته بلسان إنسان آخر، يتساءل كثيراً: من أين جاءت كل هذه التفاصيل، وهل كنت أنا من حمل بداخله هذه القصة الحزينة!

١٩ جمادى الأولى ٤٤ - ١٣ ديسمبر ٢٢

١- بقلبٍ منشِرحٍ أرتّب المؤونة في الثلاجة، ثم أرتاح بعد تعب التسوق والتفريز وأدعو ألا أُحرّم هذا التعب، يوم التسوق هو يوم حيازة الدنيا في حقيبة سوقٍ وقلبٍ شاكر.

تعالِي براحتك أيتها الليالي الباردة؛ عندي ما يكفي من البطاطا الحلوة والشاي والشعور بالغبطة.

٢- أرسلت لي أختي الصغرى رُفيدة تسع علب بسكويت من التغذية المدرسية ادخرتها من أجلي، ما معنى أن تكون للإنسان عائلة إن لم يكن هذه الأفعال البسيطة شكلاً والكبيرة معنى، التي يفعلها مَنْ نحبُّ وتعني أنهم يذكروننا؟

لا أعتقد أنني سأكل هذا البسكويت أو سأبعده عن مكتبي قريباً، ليظل هكذا أمام عيني وليته يظل طوال حياتي، ليذكرني أن لي أختاً صغيرة بيني وبينها عشرون عاماً وأكثر ادخرت لي هذا من تغذيتها المدرسية.

ما أضيق اللغة أحياناً أمام الشعور، كنت أعتقد أنها تلين لي، لكنني الآن أجد الدموع أقرب وأكثر استيعاباً للحال.

٢٢ جمادى الأولى ٤٤ - ١٦ ديسمبر ٢٢

أخرج لنشر غسيلي المبلول، تواجهني بنت تجمع غسيلها الجاف، لا تعرف إحدانا الأخرى، نتبادل التحية باليدين، فتراودني الرغبة في أن أدعوها إلى يخنة اللحم التي سأطبخها الليلة.

كم تشرح صدري رؤية النساء ينشرن الغسيل أو يجمعنه!

٢٥ جمادى الأولى ٤٤ - ١٩ ديسمبر ٢٢

إنني لا أكتب رفاهيةً ولا إشغالاً للوقت الفارغ ولا حيازةً لوجاهةٍ من أي نوع، إنني أكتب لأنني «امرأة» ثرارة لا تستطيع التعامل مع حياتها بشكل آخر، أكتب لأن عندي الكثير من الأسئلة التي تلتقي بأجوبتها على الورق بشكل أسر، ولأنني إذا لم أكتب سأكلم نفسي حتى أجن، ولأنني أريد الاحتفاظ بأفكاري في مكان أكثر سلامًا وترتيبًا من الرأس الذي أحمله.

الكتابة ليست هوايتي الأثيرة، إنها حرفتي التي تعلمتها بالتجربة والخطأ والتصويب والتحديد والملاحظة. ليست حليتي أو زينتي، إنها جبيري حين يتكسر عظمي، وضماذي حين تنفتح جروحي، والحبل الذي أربطه في السقف لصنع مشنقة فيفاجئني بأنه يصلح أرجوحة.

ليست لقبًا قبل الاسم، إنها الطريقة التي أعرف بها نفسي لنفسي، وجوابي عن سؤالي الوجودي كل ليلة: كيف سأترك الأثر الذي جئت هذا العالم لتركه؟ فأقول: عن طريق الكتابة.

٢٦ جمادى الأولى ٤٤ - ٢٠ ديسمبر ٢٢

في عنفوان شبابنا نخطئ تقدير ما علينا أن نركض نحوه، نندفع

نحو أشياء كان أقصى ما تستحق أن نبسم لها إذا جاءت من تلقاء نفسها، نعض أصابعنا لأننا تركنا الأيام الخصيبة تمر في انشغالنا بالحرص على أشياء لم تحتفظ في أعيننا بالقيمة التي كانت مُضاعفةً بالحماس والرعونة.

نتعشم ألا يكون الأوان قد فات، ألا يكون القطار قد غادر المحطة، وألا نكون قد استنزفنا طاقاتنا في الأحلام الزهيدة وتركنا ما هو قيم حقاً يمضي.

٢٧ جمادى الأولى ٤٤ - ٢١ ديسمبر ٢٢

ككل صباح أقول «الحمد لله» وأنا أعنيها من كل قلبي؛ لأن شمسهُ تُشرق عليّ وأنا مستورة في بيتي، معافاة في جسدي، لم أزل على ديني، بجانب زجاجة ماء وعندي خبز وجبن، وفي رأسي ما يمكنني أن أبذله، وأهلي بخير وعلى ملة الإسلام.

«الحمد لله» ليست مجرد كلمة نُجريها على ألسنتنا كنوع من الواجب، إنها شعورنا الصادق والعميق بالأمان والامتنان والغبطة، نجاتنا يوماً آخر وامتلاكنا فرصة جديدة، دخولنا اليوم ونحن نقول لأنفسنا: نحن أحياء؛ إذا هناك أمل.

٢٨ جمادى الأولى ٤٤ - ٢٢ ديسمبر ٢٢

ليلة جمعة سعيدة. أحياناً أنظر إلى نفسي فأجد أنني لسنين لا

أفعل شيئاً غير التغيير على جروحي، أفكُ ضمادًا لأربط آخر، أشدُّ على جرحٍ وأتحسُّ ندبة، وبالرغم من هذا ليس لديّ الوقت كي أشفقَ على نفسي أو أرثي حاله، فالحياة قصيرةٌ والطريقُ التي أريد أن أقطعها طويلة.

من أجل هذه اللحظات التي يتحول فيها قلبي إلى عصفورٍ في العراء والمطر، اللحظات التي عليّ أن أكتُم فيها صراخي وأنا أُعيدُ عظامي المكسورة إلى مكانها، اللحظات التي أشرُدُ فيها طويلًا أتأملُ ما أرجوه وأحلم به دون أن أمسكَ به وأربت على صدري لأهدأ، من أجل هذه اللحظات الرهيبة التي لا تُنسى يتعلق قلبي بلحظة جميلة، لحظة ساحرة، اللحظة التي يقول فيها أهل الجنة بعد زوال الهم والشفاء من الحزن: «إنا كُنَّا قَبْلُ...، فمنَ الله علينا!»

لا بأس عليّ، الحياة مجرد مرحلة قصيرة، طريق سريع إلى مُستقر الأبد.

٤ جمادى الثانية ٤٤ - ٢٨ ديسمبر ٢٢

ثمينةٌ في قلبي هذه التنهيدة بعد تعب الأيام والليالي، هذه اللحظة التي أفرُدُ فيها جسدي بعد ساعات طويلة لأيام عديدة أوجعني فيها ظهري وتخدّرت قدماي، واللحظة التي أضع فيها

رأسي على الوسادة آخر الليل مُغتبطة بالانتهاء من عمل شاق.

هذه اللحظات الثمينة، السعيدة، الأسرة، لا تُضاهيها منزلةً عندي حتى الآن لحظات أخرى، حين أكاد أطير من الفرح غير أنني مُتعبة وأريد النوم، فأطير في أحلامي.

٧ جمادى الثانية ٤٤ - ٣١ ديسمبر ٢٢

تقرير قراءات العام:

قرأتُ هذا العام ٢٠٢ كتاب، بوسعي القول إنه كان عامَ قراءةٍ جميلاً، تعلمت فيه كثيراً واستمتعتُ به كثيراً.

أولاً: الكتب

❖ بين صوتين: فنيات كتابة الحوار الروائي - بثينة العيسى

❖ دروس من التاريخ - ويل ديورانت

❖ المرأة ونقل المعرفة الدينية في الإسلام - أسماء سيد

❖ رجال مرج دابق - صلاح عيسى

❖ رسائل ما قبل الانتحار - إسماعيل عرفة

❖ كعب بن مالك في ظلال التربية النبوية - محمد حشمت

❖ حديث نفس - علاء عبد الحميد

❖ الحقيقة والكتابة - بثينة العيسى

- ❖ مَن علَّم عبد الناصر شرب السجائر - عمر طاهر
- ❖ أربع محاولات للحياة - أسامة علام ومروة سمير وأحمد عبد المجيد ونشوى صلاح
- ❖ الإجابة القرآنية - مهاب السعيد
- ❖ لأنك الله: رحلة إلى السماء السابعة - علي بن جابر الفيافي
- ❖ في أحضان الكتب - بلال فضل
- ❖ نظر - محيي الدين اللباد
- ❖ أفيون وبنادق - صلاح عيسى
- ❖ خوات بن جبير في ظلال التربية النبوية - محمد حشمت
- ❖ الفتنة الكبرى - طه حسين
- ❖ الكلاب لا تأكل الشيكولاتة - عمر طاهر
- ❖ برما يقابل ريا وسكينة - عمر طاهر
- ❖ كيف وصل إلينا هذا الدين - علاء عبد الحميد
- ❖ ضد المكتبة - خليل صويلح
- ❖ ملك محارب ساحر محب - روبرت موور
- ❖ تهويد المعرفة - ممدوح عدوان
- ❖ محاسن الإسلام - أحمد السيد
- ❖ هوامش المقرئزي - صلاح عيسى

- ❖ مغامرة العقل الأولى - فراس السواح
- ❖ المرأة والجنس - نوال السعداوي
- ❖ جلعامش - فراس السواح
- ❖ حضارة العرب - غوستاف لوبون
- ❖ الفلسفة المادية وتفكيك الإنسان - عبد الوهاب المسيري
- ❖ معركة النص - فهد بن صالح العجلان
- ❖ الإنسان والحضارة - عبد الوهاب المسيري
- ❖ الصهيونية والحضارة الغربية - عبد الوهاب المسيري
- ❖ فاطمة في ظلال التربية النبوية - محمد حشمت

ثانيًا: الروايات

- ❖ النفق - إرنستو ساباتو
- ❖ أرواح كليمنجارو - إبراهيم نصر الله
- ❖ تذكرة وحيدة للقاهرة - أشرف العشماوي
- ❖ الدم والحليب - محمد الجيزاوي
- ❖ جنازة السيدة البيضاء - عادل عصمت
- ❖ دميان - هرمان هسه
- ❖ ربيع في مرآة مكسورة - ماريو بنديتي
- ❖ السيدة الزجاجية - عمرو العادلي

- ❖ برتقال مر - بسمة الخطيب
- ❖ غاسل صحون يقرأ شوبنهاور - محمد جبعتي
- ❖ النبيذة - إنعام كجه جي
- ❖ لون مثالي للغرق - ضحى صلاح
- ❖ أراك في الجنة - محمد الفخراني
- ❖ سلاحف إلى ما لا نهاية - جون غرين
- ❖ بليغ - طلال فيصل
- ❖ الصلوات تبقى واحدة - توتا كريميتشي
- ❖ أنثى موازية - علي قطب
- ❖ ارتطام لم يُسمع له دويّ - بثينة العيسى
- ❖ سواقي القلوب - إنعام كجه جي
- ❖ أنا عشقت - محمد المنسي قنديل
- ❖ صالة أورفانييلي - أشرف العشماوي
- ❖ السندباد الأعمى - بثينة العيسى
- ❖ الاعترافات - ربيع جابر
- ❖ صدى الأرواح - عبد الخالق كلاليب
- ❖ نارنجة - جوخة الحارثي
- ❖ البؤساء - فيكتور هوغو

- ❖ ست أرواح تكفي للهو - دعاء إبراهيم
- ❖ كاتوشا - وحيد الطويلة
- ❖ حرائق صغيرة في كل مكان - سيليست إنج
- ❖ غربة المنازل - عزت القمحاوي
- ❖ النقشبندي - رحمة ضياء
- ❖ يحيى يعيش ولا يحيا - عزيز نيسين
- ❖ قبل أن أنسى أنني كنتُ هنا - إبراهيم عبد المجيد
- ❖ قصتي الحقيقية - خوان خوسيه مياس
- ❖ لا أحد ينام في الإسكندرية - إبراهيم عبد المجيد
- ❖ طيور العنبر - إبراهيم عبد المجيد
- ❖ الإسكندرية في غيمة - إبراهيم عبد المجيد
- ❖ هاري بوتر وحجر الفيلسوف - جي كيه رولينج
- ❖ زمن الضباع - أشرف العشماوي
- ❖ القرصان الأسود - إميليو سالغاري
- ❖ النخلة والجيران - غائب طعمة فرمان
- ❖ صيف بارد جدا - روي جاكوبسن
- ❖ حياة البالغين الكاذبة - إيلينا فرانتي
- ❖ في غرفة العنكبوت - محمد عبد النبي

- ❖ تحت أقدام الأمهات - بثينة العيسى
- ❖ بذلة الغوص والفراشة - جون دومينيك بوبي
- ❖ كل شيء هادئ في الميدان الغربي - إريك ماريا ريمارك
- ❖ عناقيد الغضب - جون شتاينبك
- ❖ نرسيس وغولدموند - هرمان هسه
- ❖ زمن الخيول البيضاء - إبراهيم نصر الله
- ❖ أنا قط - ناتسومي سوسيكي
- ❖ وكالة عطية - خيرى شلبي
- ❖ كاكاو - جورجى أمادو
- ❖ دروز بلغراد - ربيع جابر
- ❖ تاريخ آخر للحزن - أحمد صبري أبو الفتوح
- ❖ اللجنة - صنع الله إبراهيم
- ❖ السفينة الخامسة - مونيكا كومبانيكوف
- ❖ السر الحارق - ستيفان زفايغ
- ❖ غادة الكاميليا - ألكسندر دumas
- ❖ الصيادون - تشيغوزي أويوما
- ❖ خبز على طاولة الخال ميلاد - محمد النعّاس
- ❖ أختي قاتلة متسلسلة - أوبينكان - بريثويت

- ❖ جهة العمل - ليوجين يون
- ❖ الجبال الثمانية - باولو كونيتي
- ❖ بيت القبطية - أشرف العشماوي
- ❖ كيا: حيث يغني جراد الماء العذب - ديليا أوينز
- ❖ حلم ماكينة الخياطة - بيانكا بيتسورنو
- ❖ العطش - جونيسبو
- ❖ ظلال المفاتيح - إبراهيم نصر الله
- ❖ ضوضاء بيضاء - دون ديليلو
- ❖ نار الدار - كاملة شمسي
- ❖ الوسية - خليل حسن خليل
- ❖ ساعة النجمة - كلاريس ليسبكتور
- ❖ سيرة عين - إبراهيم نصر الله
- ❖ خلف قسم اللبان - شيرين هنائي
- ❖ اليتيم والذباب - تشاد لوتزكي
- ❖ باب الزوار - محمد إسماعيل عمر
- ❖ الغابة والقفص - طلال فيصل
- ❖ دبابة تحت شجرة عيد الميلاد - إبراهيم نصر الله
- ❖ الكونج - حمور زيادة
- ❖ تنين الجليد - جورج آر آر مارتن

- ❖ رغبة سوداء - حجي جابر
- ❖ صباح ومساء - يون فوسه
- ❖ سيدات القمر - جوخة الحارثي
- ❖ ليلة النار - إريك إيمانويل شميث
- ❖ قاف قاتل سين سعيد - عبد الله البصيص
- ❖ لكنك ستفعل - جزيه كاتوتسيلا
- ❖ الرجوع البعيد - فؤاد التكرلي
- ❖ طيف ألكسندر وولف - جايغو جازدانوف
- ❖ باتشينكو: ملحمة الانعتاق من الجسد - مين جين لي
- ❖ ذكريات ضالة - عبد الله البصيص
- ❖ بينما ينام العالم - سوزان أبو الهوى
- ❖ منافي الرب - أشرف الخميسي
- ❖ هناك حيث ينتهي النهر - مريم عبد العزيز
- ❖ الحفيدة الأمريكية - إنعام كجه جي
- ❖ الديون الإسبرطي - عبد الوهاب عيساوي
- ❖ عائشة تنزل إلى العالم السفلي - بثينة العيسى
- ❖ امرأة الجزيرة السوداء - ماريا فاس
- ❖ غرابة في عقلي - أورهان باموق

- ❖ ممر بهلر - علاء فرغلي
- ❖ الراعي - حنان سليمان
- ❖ ١٢٣٤ - بول أوستر
- ❖ نادي السيارات - علاء الأسواني
- ❖ طشاري - إنعام كجه جي
- ❖ تمبكتو - بول أوستر
- ❖ طغراء - شیرين هنائي
- ❖ صندوق الدمى - شیرين هنائي
- ❖ ١٩٨٤ - جورج أورويل
- ❖ محاضرة في المطر - جون بلورو
- ❖ قمر على سمرقند - محمد المنسي قنديل
- ❖ ملاعب الظل - شیرين هنائي
- ❖ باري - إبراهيم أحمد عيسى
- ❖ أربع وعشرون ساعة في حياة امرأة - ستيفان زفايغ
- ❖ تحت شمس الضحى - إبراهيم نصر الله
- ❖ ثالثاً: المجموعات القصصية
- ❖ متجر الأفكار - عبد الحليم جمال
- ❖ زوجة تنين أخضر - روعة سنبل

❖ هندسة العالم - محمد عبد المنعم زهران

❖ مثل الأفلام الساذجة - نورا ناجي

❖ معجم الأشياء - نذير الزعبي

❖ مأساة أن تكون جادا - هاجر سعود

❖ دفتر الأباطرة، دفتر الغربية، دفتر القرية، دفتر الحرب، دفتر

الهديان - ممدوح حمادة

❖ حديقة الأرامل - ضياء جبيلي

❖ طريق متسع لشخص وحيد - أسامة علام

رابعًا: السير الذاتية

❖ السيرتان - سليم بركات

❖ الاعتذار - إيف إنسلر

❖ ذبابة في الحساء - تشارلز سيميك

❖ تقرير موضوعي عن سعادة مدمن المورفين - هانس فالادا

❖ اعتراف تولستوي - ليو تولستوي

❖ السيرة في المنفى - بهاء طاهر

❖ اختراع العزلة - بول أوستر

❖ كلبى الهرم كلبى الحبيب - أسامة الدناصورى

❖ لورنا: سنواتها مع جواد سليم - إنعام كجه جي

❖ ليس للحرب وجه أنثوي - ستيفلانا أليكسيفيتش

خامسًا: أدب الرسائل

❖ أخي العزيز: مراسلات حسين وجلال أمين - كمال صلاح

أمين

❖ رسائل فريد كالدو - فريدا كالدو

سادسًا: الشعر أو النصوص الشعرية

❖ نزهة بحزام ناسف - كاظم خنجر

❖ الرجال الذين حملوني وصيتهم - أحمد سلامة الرشيد

سابعًا: أدب الأطفال واليافعين

❖ الصبي والظلام - عائشة الهاشمي

❖ أرنب في القمر - كامل الكيلاني

❖ هكذا أمور تحصل - فاطمة شرف الدين

❖ أريد أمًا أخرى - ماريّا دعدوش

❖ لغز الباب الخشبي - ماريّا دعدوش

❖ زجاجات الشمس - سحر نجا محفوظ

❖ رف الأباريق - عائشة الهاشمي

❖ الأيدي البيضاء - نورة الخوري

❖ حكاية ترويض الخيوط - نبيهة محيدلي

❖ الكاتب - نبيهة محيدلي

❖ كائنات سقف الغرفة - نبيهة محيدلي

❖ جزيرة الكنز - روبرت لويس ستيفنسون

٨ جمادى الثانية ٤٤ - ١ يناير ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (الوجود والعزاء) للكاتب المغربي سعيد ناشيد بعد أشهرٍ من قراءته على مهل وببطء. أحب الكتب التي تكون قراءتها خفيفةً على القلب، والتي لا أشعر أن صفحاتها بطيئة لا تتحرك إلا بتثاقل، وهذا الكتاب واحد منها.

فيه بعض الأفكار التي أعجبتني بشدة مثلما جاء في استسلام نيتشه وسعادة شوبنهاور وحكمة المحكومين بالإعدام، وتساءلت كثيراً لماذا تنظر الفلسفة إلى الدين بكل هذا التعالي والتسفيه، على الرغم من أنها -الفلسفة- بالشكل الذي جاءت به في هذا الكتاب ساذجة في مواضع كثيرة، منها مثلاً مطالبتها بمخاطبة الناس بالحب وحده دون التخويف من العقاب، متجاهلة -أو جاهلة- أن ليس كل الناس يمتنع عن الخطأ في حق الآخرين بالحب والرحمة وسائر المعاني الجميلة والخيرة.

ومنها نظرتها -الفلسفة- للعفو والانتقام، ومطالبتها الضحية

بالعفو عن جلادها بجعله واجباً أخلاقياً أو موقفاً يفرضه السمو النفسي الذي تقتضيه الفلسفة، بصرف النظر عما إذا كان الجلاد يطلب العفو أصلاً أو أنه مستمر في تعذيب ضحيته، نظرة ساذجة ومفهوم سطحي عن الأخلاق والعفو يتجاهل فضيلة القصاص.

رأيت هنا أن الفلسفة بوسعها فعلاً تقديم العزاء، لكنها - باعتبارها متوج معظم الفلاسفة لا باعتبارها التفلسف - تقف عاجزة أمام كثير من الإشكالات ويمكن لأي طفل يفكر أن يستشكل على طرحها.

الجميل في هذا الكتاب - عدا عن بعض الأفكار الملهمة - هو أسلوبه الخفيف والجذاب، وتوفيره غوصاً مرضياً في عالم الفلسفة والفلاسفة دون مشقة بالغة.

بداية لطيفة لعام قراءة سعيد بإذن الله.

١٢ جمادى الثانية ٤٤ - ٥ يناير ٢٣

نجني يا رب من قلبي، من مخاوفي وبُطئي، ومن جنوحى في أوقات يأسى إلى إيذاء نفسي.

١٤ جمادى الثانية ٤٤ - ٧ يناير ٢٢

انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (أنا قادم أيها الضوء) للصحفي المصري محمد أبو الغيط، وهو السيرة الذاتية الثانية التي أقرأها في أقل من ثلاثة أشهر وأتأثر بها بشدة، ولا أعتقد أن هذا الأثر

سيغادرني بسهولة، ليس بأقل من كتابة.

تشارك هذه السيرة المؤلمة والعذبة مع سيرة أسامة الدناصورى (كلبى الهرم، كلبى الحبيب) فى أن كلاً من الكاتبين عانى مرضاً عضالاً، وكلاً منهما مات بمرضه، وتختلف عنها الاختلاف الجذرى والأكبر فى رأى: أن مرض أسامة الدناصورى كان معه منذ طفولته، أما مرض محمد أبو الغيط فداهمه قبل عام فقط من وفاته.

هذا الاختلاف يجعلنا أمام تجربتين تلقيان الضوء على المرض من زاويتين مختلفتين: العشرة والفجائية. كلُّ منهما يطبع سيرة صاحبه بطابع مختلف، فأسامة لطول عهده بمرضه كتب سيرة هادئة، متصالحة، كأنما قلَّمه مرضه الطويل من مخالفه، بينما كتب محمد أبو الغيط بدهشة المفاجأة وصدمة تغير الحال بهذه السرعة، وإن حاول كثيراً أن يتماسك وخرجت محاولاته مرضيةً فى كتابته، لكن يستطيع المرء أن يلمح صدمته خلف ذلك التماسك، وفى بعض المواضع يُصرِّح برفضه ما أُصيب به.

من الصعب تخيل كيف عاش بدون أن يستطيع الأكل إلا نادراً، كيف كان عليه أن يُرتَّب لمغادرة حياته، أو أن ينظر لكل شيء حوله وكل شخص قريب منه ويقول: لن أكون معه العام المقبل، أو أن يتأمل نباتاته ويقول: لن أكون هنا حين تُزهر.

يمنحنا المرض كتجربة كاشفة رؤية صافية وشفافة لحقائقنا،

نُدرِك ما نهتم به فعلا وما نؤمن به، وتتساقط معه القشور التي نُحيط
أنفسنا بها لنحتمي أو لتتجمل، وهذه السيرة شفافة وصادقة وعذبة،
ومؤلمة للغاية.

رحم الله محمد أبو الغيط وغفر له.

١٦ جمادى الثانية ٤٤ - ٩ يناير ٢٣

انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (السلطان عبد الحميد الثاني)
للكاتب محمد حرب، أول قراءة عن السلطان عبد الحميد الثاني،
وحفزتني لقراءة المزيد عنه لأعرف أكثر عن هذه الشخصية الفريدة
والملهمة.

في هذا الكتاب الذي لا يسير وفق خط زمني مستقيم يُلقى
الكاتب الضوء على نشأة السلطان عبد الحميد بشكل موجز، يرصد
العوامل التي أثرت في نشأته وكوّنت أسلوبه وشخصيته، ثم ينتقل
إلى ظروف تولّيه العرش والحال التي كانت عليها الدولة العثمانية
من الضعف والركود عند تسلّمه إياها، ثم عبقريته السياسية التي
مكّنته من الخروج من فخاخ عدة، وذكائه الاجتماعي الذي أمكنه
من التواصل مع أبرز شخصيات عصره مثل الشيخ عبد الله النديم -
والذي وقف ضده فيما بعد عن غفلةٍ منه- ومصطفى كامل في صدر
شبابه.

لا يشهد له محبوه فقط، بل حتى الذين وقفوا ضده، كثير من
أعضاء حركة تركيا الفتاة -والتي عزلته من الحكم- ندموا وأقروا

بخطئهم بعد أن رأوا ما آلت إليه الحال بعده، وكما يمكن التوقع من حركة نشأت على عين أوروبا التي كانت تترصد كنمر لفريسة لتقاسم الدولة العثمانية فإنها طبقت الأجندة الاستعمارية بالحرف: قهر العالم الإسلامي بقهر السلطان عبد الحميد، محو الدولة العثمانية من الوجود، تفكيك الشعوب التي تتألف منها الدولة العثمانية ثم تطبيعها بالطابع الأوروبي.

رحمه الله ورضي عنه، أقر أعداؤه أنهم لن يستطيعوا إقامة دولة لليهود في فلسطين ما دام حيًّا، واعترف كثير من معارضيهِ بعد أن ذاقوا حكم أتاتورك أنه كان على حق.

سيرة جميلة وأحداث مؤلمة وتغيظ قلب الحر، وفاتحة لقراءة المزيد عن واحدة من مصائب العالم الإسلامي الحديث.

١٧ جمادى الثانية ١٤٤٠ - ١٠ يناير ٢٣

انتهيتُ قبل قليل من الاستماع لكتاب (إخفاق التواصل) للكاتب البريطاني يوهان هاري، يُقلقل هذا الكتاب اعتقادات كثيرة لدينا عن الاكتئاب، أهمها الاعتقاد القائل بأنه مشكلةٌ في الدماغ، وأن علاجه في تناول الأدوية بشكل أساسي.

يبدأ الكاتب بسرد تجربته مع الاكتئاب وتستمر الحكاية على طول الكتاب، مُتخلِّلةً بالكثير من تجارب الآخرين وأقول علماء النفس والأطباء والكثير من الإحصاءات والدراسات، كل ذلك

يصب في نتيجة واحدة: أنه يمكن تقسيم أسباب الاكتئاب إلى ثلاثة أقسام: بيولوجية ونفسية واجتماعية، لا يمكن تجاهل الأسباب البيولوجية والتي تلخص في خلل في توازن كيمياء الدماغ، لكنّ ما يتم تجاهله حقاً أنه لا يمكن للسبب البيولوجي أن ينشأ ابتداءً في غياب سبب اجتماعي أو نفسي.

أكبر فكرة يريد هذا الكتاب التعبير عنها هي أن الاكتئاب خلل في حياتك لا في دماغك، يريد أن يتجه الناس عند شعورهم بالاكتئاب إلى البحث عن أسبابه في أنفسهم وظروف معيشتهم لا إلى البحث عن عقار مضاد له، والذي يمكن أن يسبب له ارتياحاً مؤقتاً باحتمال صغير، إذ حسب بعض العلماء تؤمن الأدوية المضادة للاكتئاب شعوراً مؤقتاً بالارتياح لمجموعة صغيرة من مستخدميها ثم ما يلبث الوضع أن يعود أسوأ مما كان ويواجهوا مصاعب في التخلي عن تلك الأدوية، ولذلك يعد كل هذا التعويل عليها وتجذيرها في علاج المكتئبين من أكبر أكاذيب العصر التي تكسبت منها شركات الأدوية مئات المليارات.

يشير الكاتب إلى أن الاكتئاب كوباء عالمي لا يمكن التغلب عليه على المستوى الفردي فقط، وأن العبء الأكبر في ذلك يقع على الحكومات التي يُلزمها بتوفير ظروف معيشة أفضل، لكنه في نفس الوقت يدفع بالفرد إلى طريقة تفكير مختلفة حول ما يتعرض له، مؤكداً أن طرق الطب النفسي في تشخيص الاكتئاب غير دقيقة،

وأن ليس يصح إطلاق الاكتئاب على كل حزن يشعر به المرء، لأنه قد يكون حزنًا ببساطة فقط، ضوءًا أحمر للمرء كي يُراجع حياته ويُصلح ما عطب منها، لا مرضًا ولا خللًا في كيمياء الدماغ.

وهذه الفكرة بالذات ملهمة ومهمة؛ إذ تعيد إلى الإنسان إرادته الحرة ومسؤوليته عن الخروج من أزمتته في المقام الأول، لأنها تحرره من اعتقاد أن اكتأبه حدث جبري لا دخل له فيه ولا قدرة إلا للعقاير عليه.

يُصنف هذا الكتاب في خانة التنمية الذاتية وهو ما أعترض عليه بشدة، وأرى أنه يقع ضمن كتب التجربة الذاتية إن كان هناك تصنيف من هذا النوع.

٢٣ جمادى الثانية ٤٤ - ١٦ يناير ٢٣

قبل سنوات بدأت في تدوين وصفات الطبخ التي أحبها بطريقة غير تقليدية، ولأن تجربتي في الطبخ جزء منها ذاتي إلى حد كبير، بمعنى أنني أحتفظ لنفسى فوق مساحة أساس كل طبخة بمساحة خاصة للتجريب، ولأن الطبخ بالنسبة لي ليس مجرد سلوك إنساني هادف إلى البقاء فقط، فقد كانت تدويناتي متجاوزة لكتابة المقادير والخطوات، كتابة مطبخية تشبك مع البعد النفسي وتتورط في تأملات فلسفية وحياتية، لأتناول أحيانًا قضية ما أثناء تدويني للوصفة مستغلًا تقاطعها معها في تفصيل صغير أو شبه.

كان الهدف من دفترى ذلك أن يكون دليلًا لأختي الصغيرة، لا

يعلمها الطبخ فقط، بل يضيء لها ولو قليلاً بعض المعاني ويمنحها مفاتيح لإجابات بعض الأسئلة التي ستواجهها بعد سنواتٍ كأنثى في مختلف مراحلها؛ بنتاً بالغةً ومراهقةً وزوجةً وأمًّا.

تطورت فكرة دفتر الطبخ لتصبح قصة؛ لأن الإنسان ينجذب إلى القصة أكثر، ولأنني لم أكن واثقة من قدرتي على النفاذ إلى قلب أختي التي تصغرنى بأكثر من عشرين عامًا من خلال إرشادات مباشرة، وقلت لنفسى: لعلها عندما تقرأ هذه القصة الطويلة، هذه الرسالة الصادقة من قلبي، بعد سنين وبعد أن يقرأها مئات قبلها يكون ما فيها أوقع في قلبها، ويكون أكثر جذبًا لها لمعرفة ما وددت أن أخبرها به. لهذا كتبتُ رواية (الحياة السريّة لسكان مطبخ نعمة).

هذه الحكاية لأختي الصغيرة في المقام الأول، لأنها طفلة هادئة وخائفة وتفتقد أشياء كثيرة إلى حد يؤلم قلبي، ولأنني وهي ابنتا تجربة نشأة واحدة، قد تتقاطع معنا تجارب آخرين ويجدون في الحكاية شيئًا يشبههم أو يأخذون منها شمعة، وهذا سيسعدني جدًا، وإن كان رجائي أن تجد أختي على وجه الخصوص شيئًا فيها يعينها في طريقها في هذه الحياة كأنثى.

٢٥ جمادى الثانية ٤٤ - ١٨ يناير ٢٣

انتهيتُ اليوم من قراءة كتاب (أسباب وجيهة للمشاعر السيئة) للكاتب راندولف إم نيس.

ما يهدف إليه هذا الكتاب في مُجمله هو فهم مشاعرنا السيئة،

وفي هذا الإطار يمكن القول بأن المؤلف يطرح رؤية مختلفة - وملهمة أحياناً- للمشاعر السيئة.

ملخص هذه الرؤية أن المشاعر السيئة مفيدة كالآلم؛ فكما ينبه الآلم الجسدي صاحبه لوجود خلل يستلزم العلاج، كذلك يعتبر الشعور السيء إشارةً تحذيرية للمرء كي يفحص نفسه - ذاتياً أو مع معالج - ويصلح عطبه.

وبهذا المعنى يمكننا اعتبار الشعور السيء نعمةً كما نعتبر الآلم نعمة، وفي هذا الإطار يمكننا فهم مقولة على عزت بيغوفيتش: «بين الحزن واللامبالاة سأختار الحزن» على أنها تفضيل لعافية الإنسان النفسية إذا كان مقياسها الشعور بالحزن عندما يتوجب الشعور به، لأن البلادة في موضع الكآبة عيٌّ وانعدام عافية.

ومع ذلك - كما يشير الكتاب - فإن فرط الشعور السيء من شأنه أن يعوق المرء، كما ينقلب كل شيء يزيد عن حده إلى ضده، فبدلاً من أن يجعلنا القلق في مستواه المعقول حذرين يعوقنا فرطه عن اتخاذ القرارات المهمة وربما حتى عن الخروج من البيت، وقس على ذلك كافة المشاعر السيئة.

هناك جزء آخر من الكتاب لم أنسجم معه تماماً، وهو الجزء الذي يعتمد فيه المؤلف على نظرية التطور لتفسير مشاعرنا السيئة، بدا لي متكلفاً ولم أوافق معه.

كتاب جيد في المجمل، خاصة لقراءته بعد كتاب إخفاق

التواصل ليوهان هاري.

٢٦ جمادى الثانية ٤٤ - ١٩ يناير ٢٣

ليلة جمعة سعيدة. الجو جميل؛ أفكر في أن أعدّ لنفسي فنجان شاي وأصطحبه إلى الشرفة وأأمل السماء، أو أن أشعل المدفأة وأفتح كتابًا جديدًا، أو أن أكلّم أُمِّي وأخبرها كم أحتار في مقدرتها على تذكر حبّها لي لا ألمّها في حملي وولادتي كلما نظرت إليّ. لم أقرر بعد.

الحمد لله على نعمة السقف فوق الرأس، والرداء على الجسد، والأكلة في الإناء، والكتاب في المُتناوَل، والحمد لله على نعمة قلوب الأمهات.

٢٨ جمادى الثانية ٤٤ - ٢١ يناير ٢٣

سنرتاح كثيرًا إذا صرنا آمنين من خيبات الأمل، الكثير من ساعات الليل سننامه، الكثير من خصلات الشعر سنحتفظ به، والكثير من قدرة القلب على الفرح بعفوية لن نفقده على هذا النحو الحزين.

٣ رجب ٤٤ - ٢٦ يناير ٢٣

ليلة جمعة سعيدة، من القاهرة، من جانب معرض الكتاب، ومن شقة بائعات كتب جميلات، بوسعي أن أرى كم يمكن للحياة أن تكون حلوة؛ حيث الأحاديث الطويلة مع بائعة كتب لطيفة،

والدندنة حول الكتب والتقاط صور بديعة لها، ووضع الخطط للنزول لتناول مثلجات في مكان قريب.

مرحبا أيتها القاهرة بأصواتك الليلية وأضوائك المبهرة، ومرحبا بأحاديث أليفة بين بنتين ومهتمتين بالكتب، ومرحبا بهذا الوقت الآتي والذي سيظل في الذاكرة طويلا.

٦ رجب ٤٤ - ٢٩ يناير ٢٣

اللحظة التي أدركتُ فيها أنَّ نصائح الآخرين -التي استقوَّها بطبيعة الحال من تجاربهم الخاصَّة وأولوياتهم المختلفة وطبائعهم التي لا تُشبهُني- غيرُ مُلزِمةٍ لي ولا ينبغي أن يُربِّكَنِي عدم الأخذ بها كأنني أتجاهلُ واجبًا مدرسيًّا؛ ذلك الإدراك كلَّفني كثيرًا.

ما نُرِيدُهُ من الأصدقاء ليس أن يدفعونا إلى الطرق التي قابلوا فيها سعاداتهم؛ هذه نوايا حسنةٌ يُحمَدون عليها، لكن ما نحتاجُهم منهم كأصدقاء شيءٌ مختلف؛ أن يتعاملوا معنا على أننا لسنا إياهم، أن يُدركوا الفرقَ بين أن يحرصوا على صالحنا وأن يفرضوا علينا رؤيتهم الخاصة لهذا الصالح، وأن يتقبَّلوا أننا قد نجدُ سعادتنا في طرقٍ غيرِ التي سلكوها، وقد يختلفُ -أصلاً- تعريفنا للسعادة عما هو لديهم.



المعلم الثامن

جبلُ المنجزات الصغيرة

بعدَ مشيٍ طويلٍ وتعبٍ وعرقٍ ودمٍ لآخٍ لي من بعيدٍ جبلٍ مهيبٍ، كلما مشيتُ نحوه زادَ حجمُهُ، حتى اقتربتُ منه فمشيتُ في ظلِّه نصفَ يومٍ، وعرفتُ بتأملِهِ أنه أحدُ إنجازاتي، وعندما وصلتُ إليه اندهشتُ حين اكتشفتُ أنه ليس سوى أحجارٍ صلبةٍ من مُنجزاتٍ صغيرةٍ داومتُ عليها كل يومٍ.

لقد فعلتُ هذا بهدفٍ آخرٍ سوى الإنجاز، وطمَنتُ نفسي على كتابةِ صفحةٍ يوميًّا لأشغلَ رأسي وأراقبَ أيامي وأتأملَ تجربتي فيما بعد، ثم بعد خمس سنين تقريبًا من التدوين اليومي المتأمل فوجئتُ بدفترٍ ضخيمٍ لا أستطيعُ وأنا أقلبُ صفحاته أن أصفَ ما كنتُ أفعله سوى بأنني كنتُ أمارسُ عبادةَ التفكيرِ والتأمل.

عادةً يومية واحدة وبسيطة، وفرتُ لي المواظبةُ عليها مادةً ثريةً لتأمل تجربتي وتحليلها وتقييم سلوكي فيها، ومكّنتني من رصدِ تغيراتي النفسية والفكرية والأسباب التي أدت إليها، ومنحتني سببًا وجيهًا جديدًا للرفقِ بنفسي؛ لأنني حينَ أمسكُ هذا الدفترَ الضخمَ بين يديّ وأنظرُ في الحبرِ الذي يملأُ صفحاته أربتُ على قلبي وأقول: حسنًا يا بنت؛ لقد توقفتِ عن البكاءِ العاجزِ وهديتِ إلى طريقٍ على ما يبدو!

جبلٌ من المُنجزاتِ اليومية الصغيرة التي لم تكنْ تعني لي في حينها أكثر من نتائجها قصيرة المدى، أتأملُه الآن وأنا أضْعُهُ بينَ دفتي كتابٍ وأندھشُ كيف يتحوّل غريقٌ بقدرةِ الله إلى عاملٍ منارة!

جبلٌ ليس من حجارة، بل من أنفاسي ودموعي وتجربتي الحية، من أخطائي وانتصاراتي الصغيرة ولحظات إحباطي وأملِي، أتأملُه عن قربٍ وأُخاطبُه غير مُصدِّقٍ: هل فعلتُ هذا كلَّه حقًّا في تلك الأوقاتِ العصيبة؟!

هنا والآن يزدادُ إيماني بجدوى المقاومةِ وبأثرِ التجديفِ المُنهكِ في الماء، وأزدادُ تمسُّكًا بعادةِ التدوينِ اليوميِّ؛ لتقييدِ الأيامِ ومنعها من التفلُّتِ، ومراقبةِ أنفسنا ونحن ننمو وننضج بذرف الدموع ونزفِ الدماء، وامتلاكِ سجلٍّ يُمكننا حين ننظرُ فيه بعد أعوامٍ طويلةٍ أن نحاسبَ أنفسنا ونثمّن مقاومتها ونربّتَ على قلوبنا ونرفق بها، ولُيُمكننا أن نقولَ لأبنائنا وكلِّ مَنْ يمرُّ من هذي الطريقِ بعدنا ليستأنسوا: لقد كنا هنا يومًا ما، لقد اخترنا هذه الطريقَ الصعبةَ ومشيناها، ربما لم نصل آخرها ونلقى الضوءَ في آخر النفق، لكننا وجدنا الكثير من الضياء على جانبيها، ونجونا.



الرحطة لا زالت مستمرة

لأنني أؤمنُ أن نجاتي هي محاولاتي اليومية للنجاة، فإنني أؤمنُ أن هذه طريقٌ بدأتها هنا وأحطُّ بحالي منها يومَ القيامة. إنها رحلةٌ شعارها أن عمرَ الإنسانِ ليس اللحظةَ التي ينجو فيها من الدنيا، لأن النجاة من الدنيا لا تمكنُ له إلا في الآخرة، وإنما عُمرُه هو الأيامُ التي يقضيها فيها؛ إما أن يقضيها في النجاة كل يوم، أو في الاستسلام لها والوقوع تحت وطأتها.

عندما اخترتُ النجاةَ اليوميةَ باتجاهٍ شخصيٍّ تمامًا لم أكن أستندُ في اختياري هذا على دليلٍ قويٍّ من جهةٍ أعلى مني، ليست شيئاً قرأته في كتابٍ أو نصحتني به طبيب، وكنتُ أصغرَ وأقل نضجاً من أن تكون لي فلسفةٌ خاصة، لكنني اخترتُه اختيارَ بنتٍ جربت كل الطرق الأخرى ولم تُفضِ بها إلى شيء، فقررتُ أن تمضي في آخر طريقٍ اهتمتُ إليها بعدَ تيهٍ طويل، دون أن يخطرَ لها أنها قد تجدُ يوماً ما دليلاً يثبتُ صحةَ هذه الطريق التي دخلتها بتفكيرها المحدودِ وحده متلمّسةً فيه إشارةً من الله أنها على الطريق الصحيح.

اليوم وبعدَ سنين في طريق النجاة اليومية يبرق لي الدليل، معنًى لم أنتبه إليه من قبل في جزءٍ من حديثٍ شريف، يقول النبي ﷺ: «بادروا بالأعمال، فتنًا كقطع الليل المظلم، يصبح الرجل فيها

مؤمنًا، ويمسي كافرًا، أو يمسي مؤمنًا ويصبح كافرًا، يبيع دينه بعرض من الدنيا»^(١)، فيُخبرُ بأنه ستكونُ فتنٌ كقطع الليلِ المظلم من كثرتها وشدتها، حتى ليوشك المرء أن يبيت مؤمنًا فيصبح كافرًا، ويصبح كافرًا فيمسي كافرًا، ثم يُرشدُ -ﷺ- إلى طريق النجاة من هذه الفتن حتى ينجو المرء بدينه كل يوم: أن يبادرها بالأعمال الصالحة.

لم أعِ هذا الحديث على هذا النحو من قبل، وكنتُ أفهم منه ضرورة المسارعة إلى الأعمال الصالحة قبل أن تباغت المرء فتنٌ تشغله عنها، لكنني وأنا أنظرُ إلى نفسي وأجدني في زمنٍ تكاثرت فيه الفتنُ حتى لتخلعُ المرء من دينه في بعضِ يومٍ أفهم بقلبي الذي يختار المقاومة دائمًا أن العملَ لم ينتهِ للذين داهمتهم هذه الفتن لتجتثهم من إيمانهم، وأن الحديث يوجههم إلى طريقِ نجاةٍ وحيدة: أن يُدافعوا هذه الفتنَ بالأعمالِ الصالحة كل يوم؛ فينجوا بإيمانهم منها كل يوم.

مكتبة

t.me/soramnqraa



رسالة إلى نفسي القديمة

من هذه الحال التي صرتُ إليها - بكرم الله ولطفه - أنظرُ إلى نفسي قبل سنين فأشفقُ عليها، ولو كان لي أن أرسلَ إليها برسالةٍ وكانَ لها أن تقرأها لقلتُ لها ناصحةً حيناً ومُطمئنةً حيناً:

- كان بالإمكان أسوأ مما كان ولكنَّ الله سلَّم.

- استغراقك الهستيري في محاولات النجاة من ذكرى سيئة يحبسك فيها، الحيُّ لا يشفى من ذاكرته، استرخي وسلِّم بأن الحياة تُعاش باحتمال المكاره.

- أسوأ شيء قد تفعلينه لنفسك وأجمل شيء قد تفعلينه لمن آذاك أن تتظري اعترافه بخطئه؛ تحركي، لا يجدرك المؤذي حيث تركك.

- كل هذا سيُمر، فوق صبرك وحسن ظنك أو فوق جشك، القرار لك.

- على عكس ما تظنين الآن، هذه المحنة لن تقتلك.

- توقفي عن الدعاء بهذه الأشياء، سترسفين في أغلالٍ من

أمنياتك، سلي الله العافية وأجملي في الطلب.

- لا تتوقعي، احتفظي بكامل قوتك من أجل التكيف.

- انفضي يدك من الناس ولا تنتظري من أحد شيئاً، العشم
مقدمة خيبات الأمل.

- لا راحة في الدنيا، تأقلمي ولا تهدري طاقتك في البحث عنها،
ما قُسم لك منها سيصيبك.

- أنتِ أمة لا رب، تذكرني هذا دائماً حتى لا تُنهكي نفسك بلا
طائل.

- أطيلي النظر في السماء حتى تطيبي، وفي نفسك حتى تعرفيها،
وفي الكتب حتى تعرفي العالم.

- قللي النظر إلى الجراح، وأطيلي النظر إلى النعم، وعودي
عينيك على رؤية أجمل ما في الناس وفي حياتك وفي نفسك. هذه
مهارات بقاء.



الفهرس

المقدمة	٧
دليلُ جَيْبٍ يساعدُكَ في رحلةِ هذا الكتاب	٢١
الحدود الأربعة للخريطة	٢٤
محطة الانطلاق في رحلة النجاة أو ما يدفعُكَ لأن تُنقذَ نفسَكَ ..	٣٥
خطواتُ الأيام - المسافة الأولى -	٤١
المَعْلَمُ الأول: صحراء الرمال الذهبية	٨٥
خطوات الأيام - المسافة الثانية -	٩٣
المَعْلَمُ الثاني: خيمة المتأمل المُنفرد بنفسه	١٤٣
خطوات الأيام - المسافة الثالثة -	١٤٩
المَعْلَمُ الثالث: بلدة العارفين أنفسهم الرفيقين بها	٢١٥
خطوات الأيام - المسافة الرابعة -	٢٢٧
المَعْلَمُ الرابع: قُطَاعُ الطريق، لصوُصُ الرضا والسكينة	٢٧١

- خطوات الأيام - المسافة الخامسة - ٢٧٧.....
- المَعْلَم الخامس: مُسْتَعْمَرَةُ المِثَالِيين ٣١٥.....
- خطوات الأيام - المسافة السادسة - ٣٢١.....
- المَعْلَم السادس: خَانُ الحِكمَاء والثرثارين ٣٤٩.....
- خطوات الأيام - المسافة السابعة - ٣٥٥.....
- المَعْلَم السابع: بُسْتَانُ النَاجِيْنَ وَسَجْنُ الضَحَايَا ٣٩١.....
- خطوات الأيام - المسافة الثامنة - ٣٩٧.....
- المَعْلَم الثامن: جَبَلُ المُنْجَزَاتِ الصَغِيرَةِ ٤٢٩.....
- الرحلة لا زالت مُسْتَمِرَّة ٤٣٣.....
- رسالة إلى نفسي القديمة ٤٣٧.....
- الفهرس ٤٣٩.....

مكتبة

t.me/soramnqraa

النجاة

محاولة

يومية

مسار تجريبي للتعافي من الكرب والهشاشة

لقد اخترت أن أتوقف عن التطلع نحو آخر النفق منتظرة أن يلوّح لي ضوء، وأن أنشغل بدلاً من ذلك بمسح الغبار عن الأضواء الصغيرة على جانبيه، إنني مستعدة أن أعيد بذل كل جهودي السابقة وأضعافها من أجل شمعة صغيرة في هذا النفق المَعتم؛ لأنني أدرك الآن أن حياتي ليست لحظة الخروج منه، بل هي الأيام التي أقضيها فيه.

الآن، وبعد سنين من العمل كماسحة غبار، أرى أن المرء منا يُضَيّع كثيرًا من سكينته قلبه وصفاء روحه حين يكون ابنًا وفيًا لسببستون إلى هذا الحد؛ فينتظر أن تهديه الحياة أضواءً في آخر النفق وأن تدعوه -كما لو كانت الحياة حفلًا لا امتحانًا- كي ينسى ما عاشه من آلام، وأنه في حين يعلّق بصره بهذا الآخر الذي لا يراه توسلاً لنقطة ضوء صغيرة يفوّت على نفسه الكثير من الضياء في طريقه.

القاهرة - أمام مسجد عlish - خلف جامع الأزهر

(002) 0111322668 - (002) 01008584820

elmarefa@hotmail.com

DarElmarefah

darelmarefa

01004520496

almarefa.store

