انفصام الروح

انفصام الروح

إشراف:

شيماء الحميدات & راما الوهادنه

تدقيق:

شيماء نبيل الحميدات

أروقة الفكر
للطباعة والنشر والتوزيع

المملكة الأردنية الهاشمية
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية

(2022/4/2155)

819,9 **انفصام الروح/شيماء الحميدات...[وآخرون].-عمان: دار أروقة الفكر للنشر والتوزيع2022**

ISBN 978-9923-794-49-4 (ردمك)

دار أروقة الفكر للطباعة والنشر والتوزيع
fikrdar3@gmail.com
الأردن - عمّان - وسط البلد - شارع سينما الحسين
هاتف: - 0788413775 -0785360684

الواصفات: /النصوص الأدبية//النثر العربي//الأدب العربي/

يتحمل المؤلف كامل المسؤولية القانونية عن محتوى مصنفه ولايعبّر هذا المصنف عن رأي دار المكتبة أو أي جهة حكومية أخرى.

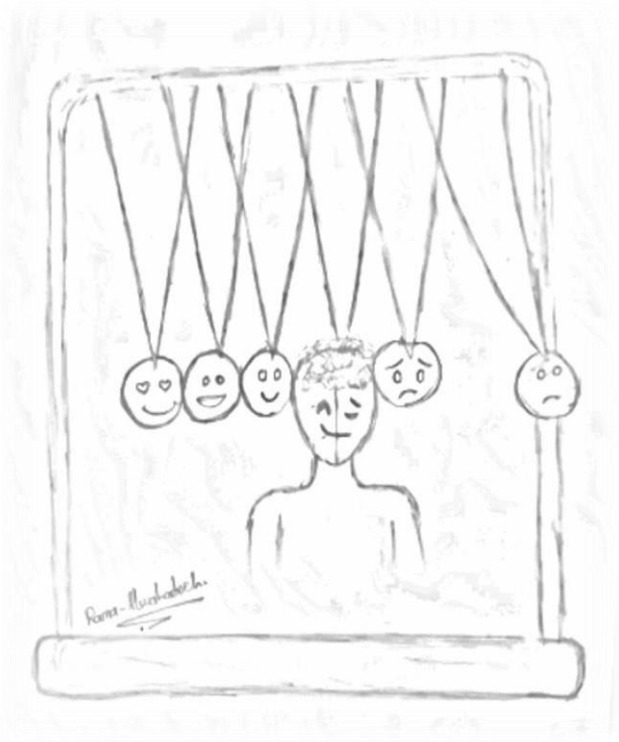
الطبعة العربية الأولى

٢٠٢٢

بسم الله الرحمن الرحيم

{اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ ۖ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ ۗ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ ۖ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ}

صدق الله العظيم

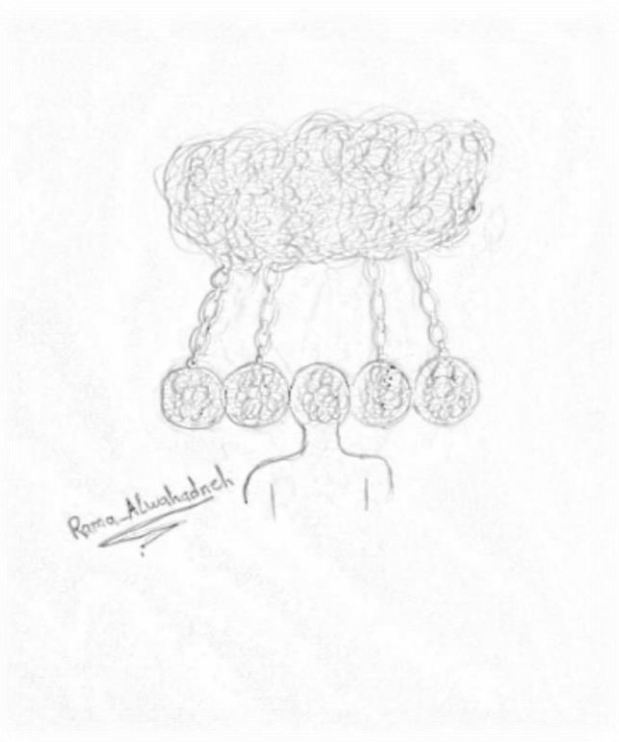


رسمتها: راما أحمد شحاده الوهادنه

رسالة صغيرة:

نحن هنا نكتب، نعبر عما التصق بداخلنا من مواقفٍ وأشخاصٍ سواء كنا سعيدين أو حزنين، نعبر نحن عن صعوبة الإدراك بين الظلام و نور، فسوف ترى أيها القارئ نزاعٌ داخلي وأوهام، حقائق وغرائب، سوف ترى عالمان مختلفان، رُبّما تغرق بينهما لكن مزاجك المتقلب سيدوم معك طوال قرائتك لهذا الكتاب

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه



رسمتها: راما أحمد شحاده الوهادنه

الاهداء

إلى من تاهَ في بعثَرةِ الكلمات...

إلى من وجدَ نفسهُ عالقاً في المُنتصف ...

أيحِبُ أم يكرَه؟

أيغفرُ أم يحقد؟

أينجو أم يَغرق؟

إلى من يرى وجوهاً لا تغادرهُ بسهولة، وجوهاً متمسكةً برأسِه.

لشخصٍ لمحَ حُبهُ وكرهه وخوفهِ واطمئنانه وسلامهُ وحربُه في جزءٍ من الثانية.

إلى من يوّدُ النظرَ للمرةِ الآخيرة دون لفتِ الانتباه ...

لكَ أنت...الشخص الذي يعجزُ عن الكتابة

لكَ أنت الشخص الخائف، الشخص المختبئ في الظِل

قارء مثلِ هذهِ الكُتب... قارء كتاب انفِصام

الكاتبة: شيّماء نبيل الحميدات ♡

كاشاريل

كُل ما افعلهُ الآن وكُل المشقات التي اتحملها مِن خيباتِ امتحاناتٍ أو اكتئابٍ او حتى تحمُلِ نفسي!

كُلها افعلها لاجلكِ انتِ

كُل سَعيي وكُل تمالُكي كَيّ اعوضكِ عن كُلِ ما مَضى كَيّ اثبتَ نفسي اني ابنتُكِ، إبنةُ تلكَ المرأةِ الصبورة القوية التي تحمَلت وضَحت وتركَت كُل شيءٍ خلفها لاسعادنا، كُلُ تراكماتي، كُلُ حزني، بل كُلّي اتلاشى لضحكةٍ منكِ، لاراكِ سعيدة

وَردتي

والشخص الذي يدفعني لأُكملَ حياتي لاجلِ ان ارى تلكَ النظرة، نظرةَ الفخر !

حسنائي الجميلة

أمي الحبيبة

عامودُ بيتنا

نوارتهُ واضائته

اضحكي لي في كُلَ مرةٍ تجديني فيها حزينة لأطرُدَ كل ما يشغلني وارمي كُلَ تفكيري واتأملك فقط

حبيبتي وصديقتي وأُختي الكبيرة

- لطالما اردتُ أن يكونَّ لي أختاً كبيرة

لا أعلم لماذا، حتى أنني كُنت اغرق في الحُزنِ لاجلِ التفكير بِه

لكنني وجدتُ ما هوَّ أفضل، أنتِ !

اتمنى لكِ الآمانُ الدائم والعُمر الطويل والضحكات التي لا تفارق وجهَك بجانبنا نحنّ عائلتكُ الصغيرة، أولادُك المُشاغبين وزوجكِ الحنون.

الكاتبة: شيماء نبيل الحميدات♡

غَدير

مَرحباً...

لا أعلّمُ إن كُنتَ ستقرأ، أو حتى إن كُنتَ سَتعلم انني اصدرتُ كتاباً جديداً، لا اعلم إن كُنتَ اصلاً تعرفُ انني اكتُب.

اوّدُّ ان أُخبرك انني حققتُ انجازاتٍ عديدةً في غيابك حققتُ نجاحاً، خضتُ معارِك فُزتُ فيها.

هُزمتُ مراتٍ عديدة ايضاً

بكيّتُ كثيراً

كُنت فقط مُتعبة من الطريقِ ومن الرِّفاقِ ومِن الأحبة

-افتقدك

لكنني ممتنةٌ لرحيلك

ممتنة جداً حتى.

ما زلتُ مُتعبة من الطريق ومن المشيّ الى اللا وُجهة.

كُنتُ ادعو دائماً ان يكون وجهك في آخر هذا الطريق المتعب لاستريحَ برؤيته، او لتكون نهايةً سعيدة تستحقُ كُلَ ما عانيتُهُ

لأجلها، لا أن اركض وانا اعلمُ ان هذا الطريق كما وصفتهُ -آخر زفير- بان اخرتهُ لحنٌ حزين.

ليّست الامورُ على ما يرامُ كما تظُن، او هيَّ جيدة نوعاً ما انا فقط اجمعُ شِتاتي، لكنني سعيدة، نعَم كُنتُ اشتاقُ لَّك ولَم انسى ايضاً الليالي التي لَم انّم فيها من كثرة البكاء، كُنتُ احتاجُك

- كُنتُ آملُ أن تكسرَ حواجزَ الشوقِ وتأتيني.

- كُنت آملُ أن ترى ذاتَكَ في عينايّ.

كُنت "اما الان فلا شوقاً لغيابِكَ ولا اهلاً لعودتك"

الكاتبة: شيماء نبيل الحميدات♡

قطة بيضاء

يظّنُ الجميع انها مُجردُ قِطة!

لكنها الشيء الذي غيَّر حياتي الى حياةٍ مفعَمةٍ بالحُب والراحة

لم أكُن انوي ان احضِرَّ قطةً الى المنزل او بمعنى آخر كنتُ اعلم أنَّ امي لا تفضلهم كُنتُ احلمُ باقتناءِ قطةٍ من نوعٍ مُعيّن

اما هيَّ فلَم اذهَب لاختار فصيلتها او اختارَّ شكلها او نوعها حتى

اتت بمحضِ صُدفة

وكنتُ اتوقَع ان ترفُضها أمّي

لكنها وافقت ان تبقى عندي لِلَيلة

وكما انها وافقت على شيءٍ مُستحيل ومُستبعَد

لَم أنَّم ليلتُها

غيرَّ انني كنتُ خائفةً منها حتى انني حبستُها على نافذتي تجنباً للمتاعب

ومِنذُ ذلِك اليوم

ها قد اتمَّت سنةً في منزلنا

اضافَت روحاً جميلة اليّنا

كُلهُ وهي قِطة

مُوائِها

نومُها بجانبي

تناولها لطعامها

حتى المَشُّي في البيت

كُلُّ ذلك اضافَّ لطافةً وحُبَ اكثرَ الى حياتنا

الكاتبة: شَيّماء نبيل الحميدات♡

أعلنتُ عليكِ الحُب

ذكرياتٌ تَمُرّني كُلَّما مَررتِني و أزحتِ المُرّ عَني، عَبير الماضِ أشتَمّهُ، أقحوانةٌ مِلؤها حبٌ وَ ثناياها كلّها حُب، أنا التي أبغَضتُ شَوارعَ مَدينَتي كُلّها أحببتُها منذ سِرنا مَعًا فِيهَا، شوارع مدينتي تلوّنتْ بَعدَما كانت مكسوّةً بالسّواد ! الربيع طاغٍ عليها و الزهرُ يملأُ حُقولي، أطلقتِ العنان للطير في صدري، أنا المبتهجة الآن ! مَقاعد انتظار الحَافِلة التَي تعجُّ بالازدحامِ وَ الضوضاء كُنتِ بِصُحبَتي فِيها فَلمْ أسمعُ إلا عُذوَبة الحَديثِ من ثَغرُكِ الفَتَاكِ الذي كُلَّما تبسَّمَ ضحكتْ لي دنيايَ العابِسة، وَ كُلَّما ضَحكَ لي قَتَلني وَ أحييتِني، مُنذُ ذَلكَ اليَوم عالقةٌ بكِ، و عالقَةٌ أنا في صوتِكِ الشَافي لسقمِ رُوحِي، لم أصغِ سِوا لهُ كأنكِ إن تكلمتِ لُجمَ البشر شَتى، لَم تَعُد الضَوضاء تطغى على المكانِ كما طَغَى عليها السَلامُ كأنكِ فراشَة مَرَرتِ وَ تركتِ لِلسَلَام أثَرًا، حَبيبةُ قلبي الأقربُ، إنني مُستميتةٌ للُقيا تُضمد كدَمات رُوحي، لملمي أشلائي المبعثرة، رمّميني و شيّديني من الحطام، أعيديني إليك لأعودَ إليّ، بداخلي طِفلة تصدق عيناك و تُكذّب الواقع، طِفلةٌ تؤمن بالحُب و السلام و تراه فيكِ، حبيبةُ قلبي الأقرب، شتائي باردٌ وَ كُل مكانٍ رَافِضًا إيَايَ، كُوني قُبولّي الوَحِيد ، خذيني مِن بُرودته إلى دِفئ حضنكِ، خُذيني مِن ضِيق طرُقاتي إلى سِعة طُرقاتكِ، إنْ كانتِ

الأحضْان الدَافِئة لا نَفتعِلُها إلا في بَرد ديسَمبر فَلتَكُن كل أشهُري ديسَمبر، و كل مَلاجِئي أحضانكِ.

الليلة الماضية كان الشّاي مُر لكنكِ كنتِ كل الحُضور في عقلي، سُكَره أنتِ و ضحكاتك، و تلوَ كل رشفة كنتُ أتيه فيكِ ، فتاةُ قلبي الأحب ، في كُل لَقَيا كُنتَ أحَيا وَ تَقتُلَنِي سَاعَاتِ غِيابكِ ، فيّ مِن الشَوقِ ما يَكفي لأهوي، فارغةُ الفؤادِ أنا فيّ مِن الهِيام مَا يَكفي ليهيمَ العالم كُله معي، دعيني أغرقُ في بحارِ عيناكِ لَسْتُ طالبةٌ النَّجاة، أنا أحيا كلّما شدّتني بحاركِ وَ اشتد بي الغرق، أنا و جَوارحي سكننا الحُب و كُلي راغبةٌ بكِ، فتاة قلبي الأحنّ و الأحب، إنني أبحثُ عن السّبيل الذي يُوصلني إليكِ و إن تكبّدتُ طول المسير و عثرات الطريق، سأصلك و الحجارة ما زالت تدميني، و ستفقد اللفائف و الضمادات جدواها، و يكون قربك الوحيد المجدي بينها.

حُلوُتي التَي فِيكِ أَحِبُ الحَياة وَ أحُبَنِيّ، أُحِبُكِ وَ بَينَ الَحُرُوف الأرَبَعَة مَتَاهة أنا سَاكُنُها، مَتَاهَةٌ أَتلَفَت وَ أجهَلُ أيَ وِجهَة فِيها أُحِبُكِ أكثَرُ مِن أقَرَانُهَا، إنني خُلقت لأُحب و خُلقتِ لتكوني كل أسباب الحُب و كل أسباب البقاء، إنني مُتيمةٌ خاضعة لكِ بكل ما فيّ، كافرةٌ بالحُب أنا مؤمنة بكِ وحدك، حَبيبةُ قَلبي الأقربَ،

مَاضيّ وَ حَاضِرِي كَانْوَا مَعكِ فَتَبَسّمَ لِيّ وَجه الأيَامُ، القَادِم كُلّه مَعكِ، رَجَائِي أنْ تَضِيفِي السُكَر لِمُرّ الأيَام، أرجُوكِ ابتَسِمي !

إهْدَاء إلىّ مُلهِمَتي وَ رَفِيقة لَحظَاتِي أجمَع، صَدِيقَتي و نِصفيّ الآخر التَي كُلَّما شَعَرتُني أنقُص شَعرتُ بِها تَكْمُلنِي.

الكاتبة: رينا السليمان ♡

غرباء

كأن أكون شوكة بين زهور باقة ملونة، و سوداوية الفكر وسط حشود متفتحين، متفردة المبادئ أرى في الكمال نقص، و المتحدثين أغراب عني و أنا صامتة كل ما فيّ يصرخ، لسان ذهني طلق و لساني مصفد و الكلام سجين حناياه، ماقتة للظلم متعسفة في كَبْتِه، و غريبة أنا في بلادي و أرضي، أجهل كيف مرّ الزمان، و كل شيء ولّى على عجل، البارحة كُنت و الأحباب هاهنا، و كنت و نفسي معًا، توارتِ الأحبة و فرّت النفس ممن أعزّها تلاشيتُ أنا و اضمحلّ الأمل من حقول السعادة، ذبلت حقولي و ذبلت وردة العمر، لا حياة لمن في مقتبل الحياة !

كلي راغبةٌ بالرحيل و كل الأسباب مهيئة، حازمةٌ أمتعتي منذ زمن، فلا شيء يرغمني على البقاء رغم أن كل ما في الوجود متشبث بي، أما عني ففقدت الرغبة بشتى الأماكن و شتى أسباب الوجود ليست بأسبابي، راحلتي مثقلة راضية بثقلها لم تشكو يومًا أن أفرغها، يأبى قطار الزمن أن يفوتني، كل ما في المحطات كان يستوقفني، تسمّرت أنظر للزمن يقطع الأميال و أنا لم أبلغ الخطوة الأولى، أبغضت الحيّ و الميت، العاقل و غير العاقل، أبغضتهم و أبغضتني، فراشة جئت آمل أن تُفتح لي أذرع الأزهار، حططتُ على شوكة كنت أظنها ستملأني عبيرًا، طُمسَت أطرافي و

كل الجوارح بالدم، و تكسرت الأجنحة، لا دواء لدائي، فلن أُقدم أو أرجع، و لن أطير ثانيةً !

هنا أحيك الحضور من خيوط الغياب، أربط حبال الوصال التي قطّعتُها، أمد يدي علّني أبني من الحطام سقوفًا، و من الحطام أشيدني، المدافع مطلقة العنان لقذائفها، فصرت هدفها و صدري مقصد القذائف، تخترقني و تنتشلني مني، خرائطها كلها توصلها إلي انا التي كابدت حتى وصلتُني، الريشة و القلم اسوَدّا، داكن حبري، باهتة هي الألوان، فما استطعت رسم انحناءة ثغري ولا لوّنت ربيعي القادم، بهت العمر في سخو الأيام !

حرة الجسد مكبّلة الروح، كيف لفكرة أن تكون من الأغلال ؟

تساؤلات، لمَ أنت سوداوية الفكر ؟

هل للعقول مشوّبة لون آخر ؟

الكاتبة: رينا السليمان♡

آثارُ حبٍّ

سأتحدّث إليكَ أشياءً ما كنتَ لتعرفَها لولا مكانُكَ في فؤادي، سأتحدّثُ إلى عينيْكَ كأنّهم مرآتي أنظرُ إلى نفسي لِأكتشفَ هُيامي فيكَ، سأتحدّثُ أنّكَ ناصيتي البريئةُ التي أدققُ في تفاصيلها فأراها طفلاً نقيّاً صافياً كالزجاجِ، أخافُ لمسِهِ لأجرحُهُ، أو أخدشُ طرفاً من ملمَسِهِ الناعمِ، سأتحدّثُ إلى وسادتي استلقي على كفّكَ لأسقطَ في حلمٍ عظيمٍ أنتَ بطلُ قصتي، سأتحدّثُ بأنّني أشعرُ براحةٍ عندما تنظرُ إليَّ بعينيكَ وأنا نائمةٌ أتحسّسُ بريقٍ يلامسُ وجنتيَّ، سأتحدّثُ عندما يمرُّ طيفُكَ من أمامِ بيتي رائحةٌ تنعشُ خلايا جسدي، وتوقظُ قلباً كادَ أنْ يتوقفَ، سعادةٌ تجري في شرايينِ دمي لتحييهِ عندما أتنفَّسُ عطرَكَ الفريد، سأتحدّثُ إلى نفسي فيكَ داخلِ أعماقِكَ في أضلاعِكَ أراها مبتسمةً تضحكُ وتضحكُ؛ كونها استقّرتْ في مأمنها وأمانِها، سأتحدّثُ إلى متاهتي أنني وجدْتُ طريقَ الخروجِ إلى شمسي المضيئة هي أنتَ تنيرُ دربَ سمائي، والأرضُ تشعلُ ناراً من نورِكَ يداوي جروحي وآلامي، ويكويها لتلؤمَ أحزانِها، سأتحدّثُ إليكَ لأُخبرُكَ أنّني أحبُّكَ من صميم فؤادي.

الكاتبة: ماسة بسام سارة/ سوريا ♡

كُرهٌ يسقطُ في خرابٍ

كُنتَ كلَّ حياتي بأكملها ولستَ جزئاً، الآنَ أصبحتْ كلُّ حياتي أنتَ خارجُها، لا أستطعْ رؤياكَ، أو حتى أنْ ألمحُ ملامحَكَ الكريهةَ، لم أعدْ أطيقُ سماعَ حروفِ اسمِكَ، أشعرُ وكأنّ رعداً يلسعُ مسامعي، أصبحتَ خيالاً يطرقُ بابَ النجاةِ فلا أفتحْ، أخافُ من نظراتِ عينيكَ التي تشطبُ أجزاءَ روحي، وتجرّحُ في جسدي منزلَ أحزانٍ لا فناءَ له، كُرهي لا حدودٌ تتخطّاهُ، كغيمةٍ تمطرُ بلا ندى، أو أرضٌ خصبةٌ بلا حصادٍ، أتامّلُ وجهَكَ فقد نسيتهُ معي بعدما تخلّيتُ عن ذكرياتي التي قضيْتُها وأنا بجانِبِكَ، وقطّعتُ أناملي ندماً، أتمعّنُ في زوايا وجهِكَ كلَّ يومٍ قبلَ أن أنامُ تذرفُ دموعي على كلِّ زاويةٍ اعترفتُ لها بعشقي، وأسقطُ في أحلامٍ تتخلّلها الكوابيس، لأستيقظَ شاحبة اللّونِ، وسوادٌ يغمرُ عينيَّ أرقاً عند ذكراكَ.

واليومُ أقولُ لكَ أمامَ نفسي وأمامِكَ أنَّ حبّي لك كان في أعلى قمةٍ لا يصلُها أحدٌ، والآنَ تنهدمُ رويداً رويداً حتى أصبحتْ كُرهٌ يسقطُ في خرابٍ.

الكاتبة: ماسة بسام سارة/سوريا ♡

جُزئينِ مِني

شتانَ ما أنا بِهُما، جُزئين يفصِلاني، حُبكَ، وكره حُبي لك، قلبي المِسكين، ولُطفَكَ العين، سيان ما بين حُبي الملائكي لك في غيابك، وحُبي الشيطاني في وجودك، رغبتي في إحتضانك تدعو جزء مني لقتلك فأنا أُحبك بِطريقة تجعل مني أكره حُبكَ لغيري، خائن أنتَ، كم أحببتُكَ بِروحِ تِلكَ الفتاة البريئة، لكن ليس طويلًا، لن أُكمل برائتي، سأحرق قلبك الرمادي بِحُبي الأبيض، وكرهي الأسود لك، أحبكُ بشيءٍ من الألم، فأنتَ عذابٌ تحملتُ ألمُه كثيرًا، لطالما حرقتني بِلذة العِشق، وهجرتني بِبُرودةِ تجاهلك، متناقضين بكل الحالات، أعترف بحُبي لِعذابي معك، العنك والعن حُبي لك في سري، أرجو مِن الله أن يرحمني من عذابُك، وأخشى بُعدك، أبكي مِن مرارةِ ألمي بجانِبك، وأرجوك بعدَمِ هجري، تارةً أُحِلقُ بِأعلى سماء مِن سعادتي لِغزلِك العقيم بي فأُحلِق بِنشوةِ عُصفورٍ لأبعدِ سماء، فتصدِمُني بِخيانَتِك، لتُرجِعَني إلى الأرض بِسُرعةِ ووجع مَطَرةٍ تتخَبط بِزُجاجِ المنازِل، مِن الغريب بِأنَ حُبي لك يزدادُ بِأزديادِ هجرُكَ لي، هل جعلتَني مريضة، أُصِبتُ بِأنفِصام، أتفق على قرار العقل يُريد والقلبُ يُريد، ولكِن عَقلي يُريد وَيرفُض وقلبي يُريد وَيرفُض، هل أُحبك والعن الحُب الذي حمَلتُهُ لك ، أدعو لك، وأبكي بِسَببِكَ، كم أتمنى وجودِكَ، أقِف أمامك أحتَضِنُك

بِعيوني، وأقتُلك بيدي، أرغب وجودِك بِجانبي، ولكن لا أُريدُك لسبيلي، أخاف،عليكَ بِقلبِ أُم أنجَبت طِفلًا وحيد، تبًا لك ولِحُبِكَ المرير ، لم أكتسِب مِنهُ، سِوى الألم، والتفكير، أكبَرتني سِنين فوقَ سِنيني همًا، كم كانت أيامي الجريحة جميلة بِجانِبك، سأعترِف لك، لم أكُن أُحِب طعمَ جُروحِنا، لكِنني أدمنتُها، وأصبحتُ أبحث عنها، لأجِد أيامي فارِغة دونَ جُروحٍ جديدة، فأذهب بِمُخيلتي، لجُروحي القديمة لِأتذوق طعمها وأعودُ حزينة بِأبتِسامةِ كِبرياء مُنكسِرةَ، إلى اللقاء يا عقلي، فَجسدي لم يَعُد مُتزِن بِعلاقةٍ يكسوها السواد والبياض، وَحبي وَكرهي لك، فأعتد إنفِصامي،

وحبي ، ألمي ألا مُتناهي، شوقي وقهري، هل سأنتقِم، سأوجِه السؤال لِجسدي المُشوه بِجُروحي الداخلية و أستشير قلبي النَزيف، سأنتَقِم.

لِما أنا بِجانِبك وإن كُنتَ بعيدٌ عني، لِما أنا دواءٌ لك وأنا المريضة، هه، إلاهي مُضحِكة، نعم مريضة بِك، أرغبُ بِأهتِمامِكَ، وأرجو موتِك، هل أصبحتُ قاسية، لطالما كُنتُ لينه، سأقتُلُكَ، فأعتدتُ أن أُجرِم بِك في مخيلَتي، إصمُت ، فأنت رقيق لطيف لِما تُفكِر بهاذا السواد، سأحرِقه وذِكراه وماضيه اللئيم، سأُشوِه مُستقبَله، كم حزينة عليك، لكِن أنا أُحبُه، وأخشى عليه، لن أجعلُك تقوم بِتلكَ الجرائِم، أرجوك إنني أُحِبُه، أشتاقُ له، فهوَ دِفئٌ وإن أعتدتُ

بُرودَتُه، أعلم بِأنني سأتأذى مِنه، لكِنَ نارَ قُربِه أخفُ وطأتًا مِن نارِ بُعدِه، سأحتَرِق مِن أجلِه، لكِن لن أبتعد، أصمُت فأنتَ أحمق تبًا لِقلب لا يعلم أينَ يصرِف تِلكَ المشاعِر، مُنهك أنا مِن ضميرك، إرحمني مِن خوفِك وحبِكَ ألا مُتناهي وإلى ألا شيء، عُد إلى جُحرِكَ تحتَ ذاك القفص، ولا تتكلم، حتى يشاء بِأذنِه، إلى اِللقاء الآن

الكاتبة: اريج حمزة الشريف / الأردن♡

ليتني أحظى بِتلكَ الليالي...

فأنا الأن، مُشتاقة لك، مُتعبة لِوحدي، فيا ليتَ الليالي تعودُ فتعودُ مشاعِري عذراء دونِ عبث أحدٍ بِها..

ألا يُطلق علي الأن بيتيمةَ بِلا أمل ولا حُلم ولا طاقة ولا حُب، خائنٌ أنت و هاجِرٌ لي ، فالأن وحيدة بعيدة كُل البعد عنك، قريبة مشاعِرُنا وبعيدة طُرقنا، أشتاقُ إليك كشوقِ الأرضِ لِلمطر، فهل تترِكني وأنا عاطِشة لك، هل لي بِلقاء أخير بِك، فحتى المحكومُ عليهِ بالِإعدام لهُ طلبٌ أخير، فهل تكون ليلتي الأخيرة، لن أُكمِل حُزني للأبد، أعلمُ بِشوقي المرير الذي سأعتادُه بأيامي، لكِن يبقى أرحمُ مِن قُربي اليتيم مِنك، لطالما أعتدتُ وجود إسمُك معي دون وجودِك، سأمتُ مِنك ومِن كذِبُك، سأحيى بِروحِ تِلك الفتاة، التي لطالما كسرتها، سأنتقِم لأيام قضيتها بقربك، فتبًا لك ولِحُبِك، أحببتُك بِذاك الشخص، ولم أعتد وحشيَتُك، أحببتُكَ يا من سكنت بي، علمتني الصبر بوجودِك، فهل تعود وتُعلِمني كيفَ أصبِر بغيابِك، مُنهكة مِنك ومِن تفاصيلُك، فأكرَهُك بِكُبرِ حُبي الذي حمِلتُه لك، فكيفَ لرجُلٍ أن يتلاعب بِمشاعِر فتاة أحبته، دونَ خوف مِن الله بأن يحرِمه مِنها، لكِنني أعلم بِأنك لم تكُن تُحِبُني فلم تخشى حِرماني، أكرَهُك بِتفاصيلِك النقيةَ، أغراني

نقائِك الخارجي ولم أأبه لِداخلك، سيءٌ أنتَ، فلا رحمةٌ بِك، تبًا لإنفِصامي، فلم أعُد أقوى على حُبِك، وَكُرهِك بِأنٍ واحِد، أُحِبُك يا وجعَ سكنَ قلبي، ألمتني وبِشدة، فأشكُرُك على سعادتي القليلة، وحزني الكثير، سأُكمِل بِقَدَري دونك، فأنتَ لا تستحق حُبي..

الكاتبة: اريج حمزة الشريف / الأردن ♡

نجمتي الخاصة

يا مطلبي وغايتي، ها انا اليوم هُنا اخط لكِ كلماتي هذه جاثية على ركبتاي باكية غارقة بدموع السعاده، انتِ ملاك بقلب يافع مُحب ذي عينان سوداويتان في وجهك الحسن، انتِ بِ حبك وعطائك اعدتي احياء قلبي بعد اكتسائه بالغبار والسواد الموحش، انتِ مَن وهبني شمعة امل تتمثل في حُبك اللانهائي، انتِ استاذتي التي علمتني معنى الحياة، انتِ اللوان لوحة حياتي المكسوة بالاكتئاب، انتِ جهاز انعاش القلب الخاص بي الذي اعادني للحياه، ف انتِ بدخولك الى حياتي ولدت مرة اخرى بقلب غير مهمش، بروح نقية، بشغف طفلة، ف انتِ وهبتيني حب لنفسي ولذكرياتنا المكتظة بكل مكان، انتِ جعلتيني مهووسه بِحب البيانو لوجه الشبه بينكما المتمثل بالهدوء ولوصفها عن صداقتنا وحبها النقي بِتناغمها، ف انا من اجلك اصبحت مستكشفًا وانتِ كنزي ومبحثي، واصبحت مُبحرا وانتِ لؤلؤتي البراقه، الدقيقه التي دخلتي بها حياتي لم تكن دقيقه عاديه كانت استثنائيه كانت اول ثوان لعودتي للحياه، لم تكن علاقه عاديه كانت مفعمه بالصدق

والحب، انتِ لستِ بشخص عادي انتِ مليئه بكل ما يدهش الأعيُن.

احبك..

اهداء لشخصي المفضل وسبب سعادتي.

الكاتبة: رؤى السعود ♡

12:00

تيك توك تيك توك

ها قد حلّ منتصف الليل

لكن كان مميزا

كان محملا بالذكريات المبعثره الحارقه

كان يريد اخذي بموعد

بمظهر خاص يليق بظلامه

حيث اختار لي فستان شديد السواد كسواد ظلمته

ثم وضع على عيناي كحل لونه دموعي

ثم نزل الى وجنتاي وبعثر عليهما دموع من لهب البركان

الذي نتج عنه احمرار وجنتاي

لتنزل الدموع الى شفتاي لتكون مصب فيضان البركان

وكختام لمظهري وضع داخل عيناي خطوط شديده الاحمرار

تشبه متاهة بركانيه تحمّر تارة تلو الاخرى

معلنه غضب البركان الشديد

رمى سحرا خاص به يجعل مني شخص هزيل، ضعيف، لا يستطيع مقاومه الم البركان

حيث كان يشتد غضب البركان

لينزل علي دموعي الممزوجه بلهب البركان

لتحرقني وتجعلني اضعف مما كنت

الى ان يخرج غضبه الكامل علي

ثم يرمي علي سحر اخر يجعلني انام بسبات عميق

معلنه انتصار غضب البركان علي

حيث انه لم يكن موعد عادي

كان موعد لاخراج غضب البركان من الذكريات المرهقه

كان موعد لاظهار ضعفي الذي لا طالما اخبئته

كان موعد لخلق شيء مختلف

كان موعد لجعلي انام بطريقه مختلفه

كان فيضان لبركان غاضب لمئات السنين

كان بركان الذكريات...

الكاتبة: رؤى السعود♡

سجّانه قلبي

لم أعرف الحُب قبل ان أنظُر إلى عيناها، ولم أعرِف التأمُل قبل ان انظر إليها، هي سجّانة قلبي

انها حبي الأول والأبدي !

أحببتُها وهل حبي لها ألمها؟

أحببتُها وهل حبي لها جعلها تكرهني؟

كنتُ طفلا لا يرى سوء المَرح كجميع الأطفال ولكن رأيتُ ما لم يَراه باقي الأطفال رأيتكِ أنتِ يا شبيه الملاك.

كُنتِ ولا زلتِ اعشقكِ يا عشيقة قلبي ولكن يؤسفني انكِ لاتكُنّي لي مشاعر ولستُ في بالك.

أنتِ!!.

انتِ التي سَحرتيني بسواد عيناكِ القاتم وجمَالك الفاتن.

أنتِ التي خَطفتي قلبي ببرائتكِ

انتِ التي احببتُها في صِغري و عشقتُها في كِبري.

هل انتِ ملاك ام مفتاح قلبي وعقلي؟

أخبريني!

أُريدكِ أن تخبريني انكِ تُحبيني لا اكترث ان كان كذبًا ام لا!

كل ما اريده ان تَقولي "احبك" من شفتاكِ اللتان تَشبهان الخمرِ فكلاهما يذهبان عَقلي.

اعلم انكِ لا تحبينني فَ بكل مرة تقوليها وكأن سَيف يُهمش قَلبي بقوة تاركًا اثر لا شفاء لهُ.

قاتلتُ الجميع من أجلكِ فهربتي مني من أجلهِ.

هَربتي مني فَ ابتليتُ بنار غيرتي، افكر، أتألم، اشكي، فَ لمن اشكي يا تُرا.

لكن سَتبقين انتِ اسيرة قلبي

اهداء لمن اسرت قلبي وعقلي.

الكاتب: مهند الحربي ♡

روحي المهمشة

تكاد ان تتمزق روحي من شده الالم

ومن كان يعرف بان الالم من محبوبتي

كعمليه جراحيه بدون اي تخدير

حيث اشعر بالالم في كل تارة

يزداد الالم اكثر فاكثر

حيث ان تتمنى ان يكون كابوس

لانك ترى مِن مَن الالم

انه من محبوبتك...

ف انا هنا اعيش اسوء ايامي

بسبب من اعاشتني بوهم السعاده والحب

الكاتب: مهند الحربي ♡

كوكبي المنير

جاء إلى قلبي ك كوكبا منير

جعلني أميرة وهو الأمير..

اصبح عاشقا لعيناي ولقلبي

وجعلته في حبي كالأسير

يدللني..يعشقني بجنون

وأنا معه كالفراشة أطير

سماء العشق اصبحت لنا

والقمر والنجوم لأجلنا تنير

يروقني أن يلفظ حروف أسمي

بكل حب وكأنها تفوح منها العبير

سأسند رأسي لكتفك دوما

لأنني اعلم سأثق فيك للأخير

الكاتبة: لميس محمد♡

غريبة عن نفسي

لم أعد كما أنا..

لقد عدّتُ غريبًا لا أشبه تلك الطفلة العفوية دائمة الإبتسامة، لقد تغيرت ملامحي، فقد أصبحت بشرتي البيضاء النضرة إلى بشرة شاحبة، وعيناي اللتان تفيضان باللمعان والجمال أصبحتا ذابلتين كياسمينتين لم يستسقيا ماءً.

عدتُ غريبًا عن ذاتي، وبعيدة عن نفسي كثيرًا، فقد تسلل الأكتئاب إلى روحي وجعلني تائهة بلا عنوان، وحيدة بين ألاف البشر هناك جرحًا غائرًا في قلبي.

إلى متى ستشفى جروح قلبي وروحي.

الكاتبة: لميس محمد♡

لحظة إنكسار...

"صعب جدا أن تضع نفسك أمام المرآة وتلامس ملامحك، والأصعب أن تكون حولك مرايا عدة؛ لكل منها صورة، لكل منها حكاية، لكل منها قول مختلف عما عهدته وعما ستراه! "

مستكينة في ركن ركين بالزاوية...حانية رأسها! وضامة جسدها بما بقي من روح بيديها... تظهر من بعيد كقطعة قماش مهترئ توالت عليه الأيام وأفقدته صلابته، لكن عند الإقتراب! تستطيع أن تجزم أنها فتاة حزينة، رمى بها الزمان في ذاك الركن من الزاوية، حيث كانت بين الفينة والأخرى تمرر يداها على جبينها وعيناها لتمسح أثر الدمع! وتنبس بكلمات راجية من خالقها أن يخفف عنها لهيب الحزن بدواخلها. كانت كل الأفكار تدور في خلدها، كل الأحاسيس قد جاءتها على حين غرة؛ كانت كواد إمتلأ أفقه وإستفاظ فأخذ معه الأخضر واليابس.

"ها أنا ذي أترنح يمنة ويسرى عل الأمر يشفي غليلك قليلا" عبارة رددتها في زاويتها تلك لتعلن عن مدى جرحها وإنكسارها، عما فعله الزمان بها...وكيف سرق الفرح من عينيها وعوض بقرح قريح شديد القساوة. هي الفتاة العشرينية، في ريعان شبابها وحزينة! منكسرة؛ حانية رأسها من شدة وطء الألم والخذلان، فجأة

حاولت أن ترجع ذاكرتها للوراء قليلا، وتتذكر لحظات كان يسمع فيها صدى ضحكتها وهو يعلو الزقاق مع صديقتها، ليأتي حينها هو معترضا طريقها ومعلنا أمامها زواجه من أخرى وبإبتسامة ساخرة يردد سأتزوج.

يقال: الأيام ساعات، دقائق وثواني.لكن، هو في جزء من الثانية أفرغ كل مافي جعبته، إستفرغ كل مافي خلده، ولم ينتظر حتى أن يأخذ نفسا ليكمل حديثه، بل قذف بكل شيء دفعة واحدة! إنه سم زعاف، كومة قش تحوي كل التفاهات... قال لها أكرهك، ولم أكن أبدا أريدك وحتى لا تعنين لي أي شيء... وهي آآآه كم كانت ترتجي لو أن كل ماقاله كذب، بهتان، لو أنه مجرد كابوس مزعج... إلا أنه ليس كذلك فالحقائق غالبا ماتكون مؤلمة.وهي الآن في لحظة تبدو أنه يصعب تجاوزها. لحظة! جسدت الحزن بآهاته وخيباته، بعجزه وإنكساره، بضعفه واللامفراته.ولا أخفيكم أن حزنها يصعب وصفه ويعجز القلم عن تفتيت كنهه وصوغ معانيه، فهو على حد علمي إحساس! والأحاسيس تتطلب ان تعاش لفهمها وتبصر معانيها، للمسها لا فقط التأمل فيها.

الكاتبة: مريم معك ♡

كنه السعادة!

السعادة إحساس ومسعى كل الناس... وقد ناقش الأستاذ والأذيب "علي الهويريني" موضوع السعادة وقال:" الحياة بطبيعتها تبدأ ببكائك وتنتهي بالبكاء عليك، فأين السعادة فيها؟ فالناس حسب منطلقه يمثلون السعادة على مسرح النسيان، إما بالمال، أو بالعلم أو بالدين، أو بالموروث. ويقال أيضا أن للسعادة أسرار وأكبر أسرارها البساطة والعطاء... وقد أجزم أن هذا الأخير هو مصدر سعادتي... ففي حبي للآخر سعادة تعتريني، وفي منحي الثقة والأمان لأشخاص يقدرونني ويفتخرون بالتواجد بجانبي سعادة عارمة... حقا إن مكمن سعادتي يظهر في اهتمامي بالآخر، في المعاملة بإحترام ورسم الإبتسامة على وجوه الآخرين. فالسعادة إحساس! يعاش ولا يقدر بالذهب ولا بالألماس. هي مواقف نحياها ونشعر بالنصر فيها. السعادة ناس! نسعد برفقتهم، بحبهم، بتقديرهم وبالارتباط بهم، ناس يتقبلوننا كما نحن، يتواجدون بحياتنا ويعيشون برفقتنا. السعادة إهتمام! فعند تشابك الأيدي سعادة وفي العناق والتربيت على الكتف سعادة، حتى في السؤال عن الحال والأحوال سعادة. السعادة حب! ففي حب الآخر

وتقارب الأرواح سعادة، في التركيز على النفس وتقديرها وحبها وعدم مقارنتها بغيرها سر من أسرار السعادة.وقال المنفلوطي في هذا السياق" حسبك السعادة ضمير نقي، ونفس هادئة، وقلب شريف..." فكن أنت بائع السعادة لا مشتريها!

الكاتبة: مريم معك ♡

الساعة الثانية عَشر

إستيقظتُ في الصباحِ وأنا في قمةِ السعادة، وأخيراً إعترف لي وأخيراً أصبح ملكٌ لي. صوته أنا وحَدي من سيِسمعهُ انا وحَدي من سيشاركهُ قلبهُ، أعدك أنني سأجعلُك سعيداً معي وسأحُبك لِماتي سأجُعلك تَسكن بُقاع قلبي، سأجعلك أنت من تملكني.

فصُوتك يُحيي نَبضات قلبي، كيف لي أن اجعل غَيرُك يمتلكهُ! أهُنئك يا حبيبي لقد إحتليتَ قَلبي وغرسَت عَقلي بتفكيريِ بك. أنتَ روُحي من الآن !

مَضى إسُبوعان على عِلاقتنا؛ كانت عِلاقة مَتينة؛ أنا مُتأكدة أنها كانت كَذلك...كلامهُ يدُل على ذلك لا تقوُلو لي الحب بالأَفعال كَان كلامهُ بالنسبه لي فعل فماذا كُنت أصف فعلهُ لو فَعل !

عِندما يقول لي "أُحبك " كنُت أشعُر أنني بالجنة أُشعر بالأمان أشُعر أنهُ يُحبني حَقاً كانت تخُرج مِن فمهُ كَطفل صَغير يقولها لأمهُ كنت أعلم ومتأكدة وواثقة أنهُ يحُبني كان يقول لي "أنتِ أميرتي اليوم وغداً وعنِد الممات " ...

-لماذا تُحبني لهذهِ الدرجة!

-أنا لا أُحبك لانني فاض تحَملي حُبكِ أصبحتِ بعِروقي الآن، أنا لم أشبع من حنان أُمي عندما توفيت كُنت صغيراً؛ لكن معكِ جَعلتني أشعر بهِ جَعلتني أعَلم ما هُو حَنان الأم الذي يتكلم عنهُ الجميع؛ عَشقت قلَبك الحنوُن البريء؛ البراءة التي بِقلبك تَخطُف قَلبي خَطف أنا أُحبكِ ولا يمكن أن أُشك بلحظة أن تتَركيني فالثقِة التي بيننا كالثقة التي بين الطفل وإمهُ!

-يستحيل بيوم أن أُفكر بذلك لكن أرجوُك أن تُقدر وان تثق بحُبي لك فأنا إمتلاء قلبي بِك، أصبح صَوتك من يحيِ لي تلك الدقات التي بقلبي !

-يا أميرتي أنتِ عشقتِ رجل ليس جَاهل !

-كلِمتك هذهِ تُكفيني للثقة؛ أتعلم إنهُ ليس لدي قلب أصبحت أنتَ مَن تَجعلني على قيَد الحياة؛ ليس ذلك القلب الذي يدق فقط دون هدف هبه!

-ماذا فعلتِ بي أو بالأصل ماذا فعلت لربِ لحصلت عليكِ !

-أحُبك للأبد حسناً!

-حسناً

لهفات الحُب الأولى عَرفتها معهُ؛ عند سماع صوتهُ يبدأ قلبي بالخُفقان بُسرعة لأول مرة معهُ، شَعرت بالخوف مِن الفُقدان معهُ؛ عندما أستيقظ لصلاة الفَجر أنسى الدعُاء لنفسي لأدعي لهُ بأن يكون من نصَيبي، دعُائي الوحيِد الذي رددتهُ دائماً "اللهَّم إن كان خيراً فقربهُ مني وإن كان شراً إقلبهُ لخير وإجعلهُ مِن نصيبي "

-يا تُرى هل الفَجر وجَمالهُ يشبهكِ لا اعتَقد أن الفجر أجمل منكِ. ومِن لوُن شَعرك الطَويل المُنسدل على خصركِ؛ كم أشتهيِ رائحة شَعرك واتخيلهُ وأنام عليه !

-أنتَ تفعل ذلك عمداً اليس كذالك!

-ماذا أفعل !

-كل مرة تسَرق قلبي بكَلامك وتَجعلني أزداد بعِشقك أصبحتُ لا أعيش بدوُنك أنتَ الآن مِحور حياتي أتعلم ذَلك!

-إنك تُجالس قَلبي كُل ليل ويوُم لإنكَ بِداخلهُ لقد سكنتهُ إحتليتهُ أصبحَ قَلبي ينُبض بصِوتك وإسمُك فقط؛ وكأنني مُخدرة بِك رغُم

المسَافات التي بينِنا، كُل فجراً أضُمك بدعائي أصَبحت دُعائي الوحيد ...عندما تكَون مهُموم وأعُجز عنَ مُواساتك، دُعائي الوحيد يبقى لك "اللهَّم إن كان عبَدك صَاحب قَلبي وصَاحب أسم مِن أسماء النَبي حزبِن دوُن عِلمي فَسخر لهُ الراحَة التي تَسكن قلبهُ "؛ أحتضنك كل ليلة وأحُدث الله عنَك دائماً واطَمئن عليكَ عندهُ واستودُعك عندهُ ....

أصَبحت عِندما ننتهي مِن الحَديث ونُغلق وأنا أبقى عطشى لأحاديثُك؛ فأبدأ بدغدغة الشاشة وأقرأ أحاديثنا وكأنني أول مرة تَمرق أمام عيِني وأول لهفتي ..."

-لن تُصدقي ماذا فعلتِ بي حتى أنا لم أعد أعلم من أنا لقد عاوُدتي للروُح نفَسها؛ وكأنني لم أتنفُس مِن سِنين لقد جَعلتني أعيِش يا أميرتي ! أنتِ قولي لي ماذا ستفعلِ عند لقاؤُنا الأول !!

-أرُيد أن أحَضنك وتجَعلني بِحُضنك لوقُت طَويل أرُيد أن أُبدل أوُردتي برائحتك؛ أُريد أن أمَسك بيِديك لوُقت طَويل أبدأ بخطواتي الأولى على عروق يديك أَمشي؛ أُريدك بِجانبي دائماً أريد

أن أجعل أنامل أصَابع يِدي تَعزف بين خُصلات شَعرك؛ فأنا مُتيم بك جداً أُريد أنّ أنام بين يِديك وأنا أسَحب رائحتك لِدماغي ...

أبياتُ الشِعر والشِيلات المُشتركة بيننا جمَيعها كانت لديها صلة لِجعلي أُحبك؛ كل شعر تقولهُ لي كأنك تَصف نفسك بهِ؛ صوتك الحَنون ذو البَحة الحادة عِندما تبعثهُ لي بمِقطع شيلة قصيرة

كَانت تَجعل قَلبي يرتاح جداً؛ كلمتُك المشهورة لي دائماً "أنتِ كل الخير لي " تجَعلني كُل يوم أحبُك وأتعلق بك أكثر من اليوم الذي قبله؛ كيف سأنسى كل هذا ما الطريقة أخبرني !

كيف أمحو أياماً لها في عمق روُحي أثر؟...

كُنت الشخص الأقرب لِقَلبي؛ رسمتُ أحلامي بطريقكَ لتبقى بُقربي وأحببتُك كثيراً كُنت أتمنى أن تُحبني بهذهِ الطريقة ! أحَببتك بِطريقة تمَنيت أن يُحبني بها أحد

عَلمتُ معَنى الحُب بفَضلك أشكُرك على هَذا ...

لنَ أتَمنى لَك فَتاة تُحبك لأن لو عَثرت على تِلك الفتاةَ لا أعَتقد أنَها سَتُحبك بنفَس الطريقةَ التي أحببُتك بِها !

لن أُدعي عليك فأنا لستُ الفتاة التي تنسى الوُد الذي جمَعني بكَ؛ لكنَ أيضاً لن أدعي لكَ بالخير؛ أي لنَ أوذكُرك بأيامي السعيدة ولا الحزينةَ !

إنتهاء الود بيننا لا يُعني كُرهي لك، أنا أتمنى لك كُل الخير ...ولكن ليس في حياتيِ !

يؤسفني أن أخبرك بأننا لن نعودأحباء كما كُنا مرة أخرى، حتي لو عاد الودّ بينَنا.!

مِن رِوايه "وَهم"

الكاتبة: رنَيم آل بدر ♡

لليلة باردة

في هَذهِ الليلة كانت رَدة فعلي عادية جِداً وكأنها مِثل كُل ليلة، لا يُستحق التفكير به سيعود لي غَداً مِثل كُل مَرة ...

"كم أنتِ حمقاء لقد خُلق المُشكلة هَذه حتى يلعب بِكبرياؤك ولا تستطيعي العَودة أتفهمين" لا ولو عاد غَداً سأقفل قلبي بوجهُ ولن أعطُيه فُرصة بالأساس بل هو الأحمق أتفهمين ... (هذهِ الدوامة بُقيت لثلاثة أشهَر مع نَفسي) ...

إستمرت هذهِ العلاقة ثلاثة أشهر ويومان وثلاث ساعات وخمس دقائق الساعة ثلاثة فجراً وخمسة دقائق انتهت قصة أحلامي وأوهامي من ذلك الشخص. نعم أتذكر حتى جميع الاوقات كل وقت ماذا قضيتهُ معه وبِ ثلاثة أشهر لم استطع كيف كُنت معمية به وكأن ستار أسود يغطي كل افعالهُ السيئة لعيني، كأنه لا يريد أن يجُرح قلبي الصغير الذي يشبه قلب الطفل الملهوف لهديةً جديدة لهُ كل فترة. قرر الوقت ان يجعلني بهذه المدة أسعد وأن أخرج كل لهفاتي وحناني عليه وجعلني أعشقهُ وبعد آخر دقيقة من العلاقة؛ كسر ذلك القلب وتم حطامهُ بنجاح هبه وجعلني اتعلم أشياء أُقسم لكم حتى أنا خُفت من هذه الاشياء جعلني أتغير حتى على أقرب الناس لي. جعلني أرى كل شخص قبل

ان اتعامل معه كيف يحبني وبأي طريقة ولأي سبب جعلني أتقرب من الله بطريقة جداً جميلة وجعلني أنضج انسانه رأيتها بحياتي. أشكرهُ شُكر لم استطع وصفه أشكره شكُر بقدر الجرح الذي جعلني اعيشهُ. أشكرهُ جزيل الشُكر بقدر حَجم السَماء لفعلتهُ حتى جَعلني أصل إلى الشخص المطلوب حتى لو كان الثمن مشَاعري كاملة وحتى لو قَلبي دفع ثمن تلك التغيرات ووصولي للشخصية المطلوبة وحتى لو كانت ع يد الشخص الخطأ لكن يُستحق الشُكر أُقسم لكم يُستحق الشُكر !!!

في هذهِ الفتره لقد إستهلكني جداً ورغم معرفته أنني بدأت أتعلق به لكن بالطبع لم أعترف له لأنني لم أكُن متأكدة جداً من مشاعري فقط كنت كثيراً مُتعلقة بكلامه ولهجتهُ وصوته عندما يغني كأنه يريد أن يَخطف قلبِي دون أن يُظهر لي ذلك؛ لكن أيضاً كان يُريد مني أن أَعترف وأنا بالطبع خجلي أُو كنت أظن أن الفتاة التي تعترف بحبها للرجُل تُعتبر أنها أضاعت مِن كرامتها ونا كنت مُسيطرة ع هذه الافكار هههه. لاادري ماذا جرى بي من اسبوع لإسبوع آخر بدأت بِعشقه..

لأول مرة بحياتي أشعر بالخوف من فُقدان أحد وكان معهُ !

لقد ملأ قلبي بمشاعر أقسم لكم أول مرة أشعر بها وأعرف معناها معهُ لقد سَيطر على عقلي وقلبي سَيطر على جَميعي كان كمرض، لكنه أجمل مرض أصابني !

كان جميعهُ مُزيف بكلامه لكَن صابني العمى لم أكن أرى غيره؛ ألم أقل لكم أنهُ مرض..

كُنت أرى كِذبهُ ، كان كِذبهُ أمام عيني لكن جُبرت على نفسي أن لا أرى؛ لقد جعلت العيب بنظري أن ما أراه غير صَحيح أن ما يفعلهُ بسببي؛ جعلني أقرف من نفسي جعلني أردد أنه يستحق فتاة تجعلهُ أسعد وتستحق مشاعرهُ. جعلني أُفكر بأفكار لأول مرة تخطر على عقل إنسان طبيعي، وأدانيس تحفر عقلي فقط لجعل الحق معهُ اللعنة عليه وعلى قلبي الغَبي..

"لا سَامحك الله ولا عَفى عنك و أذاقكَ أضعاف هذا الشُعور فوالله لو كان بينك وبين الجنة ذنبي ما غفرتُ لك....

أتدري أيها الأحمق؛ ستعود ولو بعد أعوام ستعود سأكون نَفس الفتاة بِذاتها التي سَحقتها، نفس الفتاة التي كُنت تُحاول أن تُعدل عليها وتُرسمها حسب رُغبتك لتستطيع تَقبلها، لكن ستكون شابكة يدهُا بيد أحلامها وتستمر في تحقيقهُ! أتذكر أيها الأحمق

عندما قُلت لي"يوماً ستُملين وتُكلمين غيري " سأثبت لَك أنني كنت مَعك بكل فائض الحب مِن داخل قَلبي "لكن ظَننتك رَجل تُستحق ذلك الحُب " لذلك سأُريك أنني لا أبحث عن شَريك وأن الشريك ليس مِحور الكون في نَظري إنما صَرفت مَشاعري الكاملة مع الرجل الذي لا يِستحق، أن أبحث عن من يِجعلني على قيد الحياة لذلك إكتشفت أنك تقتلني داخل الحياة ! إنما أحلامي وأهدافي مَن تَجعلني أتنفس ... لِذلك لو عُدت مُعتمراً؛ تَطوف حَول قلبي لما إستقبلتكَ زائراً ولا ضيفاً ...ولا غريباً..!

أتعلم لا أحزن ع إفلات يَدك من يدي ولا أحزنُ عَليك بالأصل..

أحزن على قلبيِ الذي إمتلىء بك ومِن ثُم تَركك لهُ؛ كيف حَال ضمُيرك الآن أخبرني ؟كيف يأتيِك النوم !ماذا ستقول لربَّ السموات غداً عند لقاؤنا ...

نعم سَنلتقي لأنني مع الأسف على نفسي لم أستطَع مُسامحتك؛ حَاولت كثيراً نسيانُك ودعوت لربِ كثيراً ونمت بدموعيِ على سِجادة الصَلاة وأنا أدعوُ لربِ العِباد أن أنساكَ لكن ما باليد حيلة؛ أنتَ لم تجرحني فقط أنتَ، هَدمتِني لن أسَتطيع مَسح ما جَعلتني أعيشهُ والظُروف التي وضَعتني بها لو أن جدار معيشتي يتكلم؛ لبكى على حالي أكثر من تكلمهُ ...وما يؤلم أكثر أنني بدأت بمِرحلة الدعاء عليكَ أكثر مما دعيت لكَ من قبل لن تفهم ما

الذي عانيته ولن تشُعر.."أعان الله قلباً بكَي وفِي داخله خيراً للذي أبكاه "...

أتعلم عند كَلمتك الأخيرة"أعدكِ أنكِ لن تَسمعي صوتي "

ومن ثم قُلت لي "غداً ستملين وتكلمين غيري "...

كلمتك الثانية لو هدمت الأرض بي قبل سِماعها، لو أنك صمت للأبد قبل أن تخَرج من فمك ...

لم تكن فترة فُراقك سهلة بالنسبة لي لكن يوُجد العديد من الأسئلة مازلت تَحفر جمُجمتي ! وكان أول سؤُال هو رد على جَوابك الأخير "طالما لم تَكن تَثق لماذا لم تُصارحني !" لماذا جَعلتني أقَف بنِصف المَطاف وحَدي لا أُريد أن أُعاتبك أبداً لكن ليتِك لم توُدعني بكلمات جارحة لهذه الدرجة؛ صدمتني جداً بكلامَك الجارح ! أتمنى لك حياة سعيدة وألا يجعلك أحد تشعر ما جعلتني أشعر بهِ لأنه ثقيل جداً ولا أتمناهُ لعدوي حتى!

الى اللقاء يا أعز العابرين في عُمري... لكن سأقول شيئاً آخيراً " أن من نصَحك بالصَلاة أحَبك بِصدق "

مِن رِواية "وَهم"

الكاتبة: رنَيم آل بَدر♡

مبعثرة

مضى من الوقتِ مامضى وهي أسيرةُ الحدقةَ !

إن نظرتَ في عينيها سترى، سترى صغيرةً تضربُ بيديها ملهوفةً، تستنجد طالبةً الخلاص بلغةٍ غير مفهومة !

كانت تلك الصغيرةُ إذا ماتعبت، تدور حول نفسها، يطيرُ معها فستانها الأحمرُ المُزَهَّر، تغرقُ في سباتِ أحلامها الطويل حتى يصيبها الدوار فتسقطُ لتبكي أسرها من جديد !

مُبعثرةَ، يكفي أن تدرك ذلك من نظرةَ !

بين النور والظلام، بين الخوف والشجاعة، بين القرب والابتعاد، بين الماضي والمستقبل، بينَ بين، لا تدري حتى إلى أين !

أسيرةُ طفولتها، مكبلةٌ بهفوتها تتوهُ منها الحروف، تضيعُ عليها الملامح بين غريبٍ ومألوف !

تأنسُ بوحدتها، و تستوحش و إن وجدَ حولها الألوف !

انظر في بؤبؤِ العين سترى، أنها أسيرةُ نفسها سترى أنها، مُبعثرةَ !.... مبعثرة

الكاتبة: دعاء قبِّش ♡

أن تصل

في مشهدٍ مهيبٍ لبزوغ شمسِ الفجر من أمام نافذتي، تبادرَ لذهني بعد هينهاتٍ من التأمل سؤالٌ راح صوتي الداخلي يمليه على عقلي:

تراني كيف لم أكن أرى بعين الأمل؟

كيف سمحتُ يوماً لذلك البريق العذب في حدقة العين أن يبهت أو ينطفئ؟

كيف أغلقت أذنايَ عن سماع لحنِ الحياة المتجدد المتسلل كلَّ صباحٍ من نافذةِ الأيام؟

لا أعلمُ حقاً كيف حرمت القلب من الاحساس بتلك التفاصيل التي كانت ستملؤه نبضاً؟

تنهدت طويلاً بعدها، وأخذت نفساً تعتق برائحة الصباح !

وقلت لي: لا بأس !

من الجيد أنّي أدركت روحي الآن !

لابأسَ أبداً مادامَ يمكن للرئتينِ أن تعبقَ بالأوكسجين مع كلِّ شهيق !

مادامت العينُ تبصرُ ألوان ما أنجبتِ الدنيا من جمال إلهي !

لا بأس !

مادامت براءةُ الطفولةِ وشقاوتها حيةٌ ترزق تسري في العروق كما الدماء !

لم يفت الأوانُ يوماً إياكِ أن تعتقدي ذلك يا دعاء !

ولم يغلق البابُ أبداً إلا عندما أردت أنا ذلك !

وحتى إن أغلقَ وأقفل، يكسرُ إن دعت الحاجةَ !

أكبرُ إنجازٍ أن تصلَ إلى نواةِ لذةِ الحياةِ الحقيقةَ !

واقفاً على عتبةِ الحاضرِ، لانادماً على ماضٍ عقيم، ولاخائفاً من مستقبلٍ مبهم !

فرحاً بتلك اللحظةِ التي بين يديك !

تعيشها بكامل الرضا واليقين !

شاعراً بغبطةِ الوصول وإن وصلتَ متأخراً !

حبذا لكَ أن تتذكرَ حفنة اللحظات تلك التي عشتها حاضراً بالقلب والعقل والروحِ والجسد !

وكما قد قيلَ يوماً: أن تصلَ متأخراً خيرٌ لكَ من أن لاتصلَ أبداً !

#أن_تصل

الكاتبة: دعاء قبّش♡

انفصامُ الحُب

أهلاً بكم داخل انفصامِ سعادتي اللعين

سوف أروي لكم قصة حُبي وسعادتي اللعينة...

وهو بيومٌ من الأيام التي قابلت فيها فتاتي البريئة الجميلة الخائنة الخبيثة، كانت أولُ فتاةٍ أحبُها... تعلقت بها وتمسكت بها جيداً.

كنتُ أرى الكونَ في نظرات عينها، أحببتها لدرجة الجنون هي جميلتي و فتاتي التي أحببتها هي التي أردتُ العيش بجانبها، أنتم لا تعلمونَ بحبي لها وكم كنت سعيداً بقربها وحبِها لي....

لكن هذا الحب الذي تحولَ إلى لعنةِ حياتي عندما هجرتني وذهبَت بعيداً عني، ذهبَت وتركتني وحيداً مع ذكرياتها الجميلةِ و الشنيعة، جعلتني أعيشُ في انفصامٍ لعين اعيشُ مع الظلامِ وحدي، هيَّ من جعلتني اكرهُها وجعلت حُبي لها مليئاً بالحقدِ و الشرِ و الإنتقامِ منها أعلم بأنني أريد الإنتقام مِنها وقتلها لكنني أحبها و أريد الرجوع إليها اليومَ قبلَ صباحِ الغَد جميعكم لاتعلمون بدرجات حبي لها لا تعلمون بأنني أحمل لها داخل قلبي حباً وحقداً أيضا، أحملُ بداخلي رغبةَ التخلصِ منها ولكنني أريدُ أن تعودَ إلى جانبي..

نعم مازلتُ أحلم بأنها سوف تعودُ لي ولكنني سوفَ أثأرُ منها عند عودتها لا أحد سيلومني على شيء، هي التي جعلتني أصابُ بالانفصامِ بسبب حُبي لها

الكاتب: هاني الجوجو♡

انفصامُ الحُزنِ

اهلا بكم ثانياً داخلَ انفصام حُزني الكريه

داخل الانفصام الذي أعيش بهِ الآن

انفصامي الذي يختلف عن باقي حالات الانفصام التي تسمعون بها

انما هو بداخلي هو سببُ تعاستي

كان الجميع يحسُدني على ضحكاتي و افراحي لظنهم بأنني سعيد وليس لديَّ احزانٌ ولا تعاسات، لم يشعُر احد منكم بالحزن الذي داخلي لم يجرؤ احدٌ على الاقترابِ مني جيداً وفهمِ ما اشعُرُ به لم يلحظ احد حزني اللعين كنتم تكتفونَ بالنظرِ من بعيد وحسدي على سعادتي تعالو و انظرو الي الآن اقتربو مني جيداً و انظرو هل مازلتم ترون تلكَ الضحكةَ التي كنتم ترونَها من قَبل هل رأيتُم حزني الآن هل ظهر كل شيءٍ على وجهي جيداً أخبروني الآن ماذا ترون في ملامحي الباهته؟ هل حقاً مازلتم ترون تلك الضحكة؟ أم اختلف كل شيء الآن؟ قولوا لي ماذا ترون الآن فرحي أم حزني؟

الكاتب: هاني الجوجو♡

متاهة عقل

إنّها الخامسة فجراً، الثامن من يناير عام ألفين و عشرة.

أيام قليلة من دخول حقبة زمنية جديدة و استقبال عشرية أخرى في القرن الحادي و العشرين، أحدهم يجلس على الشاطىء مناجياً البحر متأملاً تلاطم الأمواج غير مبالٍ بقرص الصقيع.

آدم، شاب قارب الثلاثين من عمره، حادّ الملامح، غامض لكثير من المحيطين به لعلاقاته المحدودة و جِدّيّة طِباعه.

ملتزم بتحضير رسالته في الدراسات العليا في علم إدارة المخاطر، تردّده على المكتبة كان اعتيادياً، لم يكن يشغل باله شيء، عدا تركيزه في دراسته و عمله.

صباح يوم مشمس دخل آدم للمكتبة و بحث عن كتاب الإدارة و لكن لم يجده حيث تركه، ذهب ليسأل الموظف، و إذا به يجد الكتاب بين يدي فتاة، تقلب صفحاته على طاولة مجاورة.

وقف آدم متردّدًا و مندهشًا تلك اللحظة فهو بحاجة ماسّة للكتاب و بحاجة ماسّة أيضًا لمن يدخل السعادة على قلبه.

كان جمال الفتاة ساحرًا و كأن عقل آدم قد سلب منه، همّ آدم ليبدأ الحديث معها، و لكن تردد في ذلك و عاد لطاولته يتأمل تلك الفتاة.

هَمّ مجدّدا و ذهب إليها بخجل ليحدثها قائلاً:

صباح الخير

كنت أبحث عن الكتاب فوجدته عندك هل تدرسين الإدارة؟

أجابت الفتاة:

صباح الخير، نعم قد بدأت للتو فشدني عنوان الكتاب

المعذرة، هو لك.

آدم:لا لا، أنا آسف لإزعاجك، فقط أردت أن أعرف ما اسمك؟

الفتاة: اسمي(مُنى) و أنت ما اسمك؟

آدم: اسم جميل، سُعدت بالتعرف إليك آدم.. اسمي آدم

ردت مُنى و الابتسامة تعلو محياها: سُعدت كذلك.

عاد آدم إلى البيت و هو يفكر في مُنى لم يشعر قط بمثل هذا من قبل، لقد تمكن الحب من قلبه، و كانت ابتسامتها لا تفارق

مخيلته، فما كان لقلمه إلا أن يكتب بغزارة و من فيض مشاعر صادقة أبياتاً كانت كالآتي:

تبسّمت ذاتُ البهاءِ تورّدتْ

فتراقصَتَ أزهارها و تمرّدتْ

فترنّمت أطيارُ صبحٍ غرّدتْ

فكأنما زادتْ بِحُسنِها جَمَّلتْ

كُلّ المكانِ و كلّ نقصٍ كمّلتْ

فتكاملتْ أوْصَافها و تكمَّلَتْ

ريحانةُ العِطرِ الزّكيّ تألّقتْ

فتَناغمتْ نُظُمُ القَوافِي تنمّقتْ

فتهافَتَتْ كلماتُ شعرٍ عَلّقَتْ

فتَعانقتْ لجَمالِها و تعلّقَتْ

لقد كان لمنى أثرًا بالغًا في حياة آدم، فكان يتعمد الذهاب للمكتبة فقط لرؤيتها، فكان القبول و الحب بينهما يزداد كل يوم، و كانت المواقف تكشف اخلاق آدم و شخصيته الرزينة واسلوبه الجميل.

بعد شهرين اتفق آدم و منى على تتويج علاقتهما بخطبة، و تم ذلك بمباركة الجميع، و كان لآدم جملة قالها لمنى عند خطبتها:

لن أبالغ، فمن نال مناه، سيكون أسعد رجل على وجه البسيطة، و أنا كذلك منذ أن رأيتك.

سعى آدم لتجهيز البيت، و ازدانت حياته مقبلا أكثر على تطوير سجله المهني، و لكن هيهات فمطامع الظالمين لا تنتهي، و أعين الحاسدين لا ترحم، و مقاصد الحاقدين لا تعرف للانسانية مسلكاً.

(مُراد) هو ابن عم منى، كان قد تقدم لخطبتها سابقًا، و تم رفضه لسمعته السيئة، و تصرفاته مع الحيطين به، رغم انه كان غنيا.

لم يستطع مراد تقبل خطبة منى من آدم، فسعى سعيه الحثيث لافساد ذلك و انهائه.

استطاع مراد أن يشتري ذمم اثنين من المتسكعين أصحاب السوابق في ميدان الجريمة و الغدر، و وعدهم بمكافأة مجزية إن نجحوا.

و بالفعل زودهم بالبنادق، و ترصدوا له، إلا أن إرادة الله كانت أن ينجو آدم بأعجوبة من وابل الرصاص بينما كان مارًّا بسيارته..

لقد نجا آدم من حادثة الإغتيال!

عاد المرتزقة يجرّون أذيال الخيبة لمراد مطالبين بأتعاب العملية بعد فشلها.

رفض مراد أن يعطيهم أي شيء بعد فشلهم في قتل آدم و نشب بينهم الخلاف.

تملّك الذعر الحالة النفسية لمُنى، و تبادر إلى ذهنها بأن يكون مُراد وراء ذلك، و لكن لم يكن هناك دليل ثابت.

كان آدم حذرًا في تنقله، و قد أبلغ الشرطة بالواقعة، و بعد مرور الأيام، بدأ يستعد و منى لاقتراب موعد زواجهم.

أثناء ذلك كان قد استسلم مراد لحقده الدفين، و طبعه الاجرامي، فسلك أخبث الطرق لضرب الزواج في مقتل، باستعانته بساحر شيطاني، وقد دفع له المال الذي جعله يصنع الأسحار السوداء، التي تفرق بين آدم وخطيبته، و بالفعل استطاع مراد أن يتم الأمر مع الساحر.

ماهي إلا أيام، و يشعر آدم بضيق شديد و قلق غريب فلم تعد منى تتصل به، و لم تعد ترد على الهاتف، و لا عَلى الرسائل العديدة.

ذهب آدم لبيت منى، و قابل والدها و هنا كانت الصدمة.

والد منى: لا أعرف ماذا أقول لك، و لكن ابنتي تراجعت عن الزواج، لأنها شعرت بعدم قدرتها على تحمل مسؤولياته.

جن جنون آدم قائلا: مستحيل يا عمي! ماذا تقول؟

و ظل يصرخ منادياً

منى!

منى!

خرجت منى، وحلّ الصمت، و في يدها خاتم الخطبة، و بكل ثقة قالت:

لم أعد أرغب بالزواج، اتمنى لك السعادة و الخير مع غيري و انصرفت.

توقف آدم مصدومًا، ساقطاً فكّه من هول ما سمع و الدمع يذرف من عينيه و الخاتم على كف يده.

خرج آدم من البيت، و كان يضرب وجهه لعل ذلك يكون كابوساً، و لكنه مع الأسف، حقيقة مرّة.

اسودّت الحياة في عينيه، و صار يهذي لا يعلم مايقول او يفعل، انقلبت أيام فرحه لحزن و نكد، كان شاحب اللون متعب العينين.

مراد، كان يرقص و في فمه سيجارة النصر فقد حدث ما أراد.

شيئا فشيئا، يقترب آدم من مرحلة الجنون، مع آلام الكآبة والحزن، و في لحظة ما، كان الهاتف يرن مراراً و تكراراً، و بدون توقف.

نهض من سريره بخطوات ثقيلة، و كأنّ السلاسل تقيده ليرد على الهاتف.

يرد آدم بصوت المرهق اليائس: نعم، من المتصل؟

أجاب المتصل

(و كان أحد المجرمين الذين كلفهم مراد بقتل آدم):

مرحبا آدم.

لا يهم من أكون، أردت محادثتك عن أمر مهم، أتذكر انك نجوت من الموت يوماً؟

مراد ابن عم خطيبتك السابقة، ذلك المغرور، حاول اغتيالك وكلّف اثنين من المجرمين، و لحسن حظك أن الرصاصات أخطات الهدف.

رد آدم صارخاً

من أنت من تكون قلي ما اسمك؟

وأنهى المتصل المكالمة المفصلية واضعاً مراد في مواجهة آدم.

مزال آدم يترنّح، و يكاد يفقد عقله مما يحدث معه، و لم يخبر أحدًا بأمر هذه المكالمة.

معاناته من الغثيان و الحرارة العالية، جعلته يلازم الفراش لأسابيع.

أثناء مرضه كان أحد الأصدقاء يزور آدم بين الفينة و الأخرى يدعى سمير.

سمير: كيف حالك يا آدم؟ أتمنى أن تكون بصحة أفضل.

آدم: الحمد لله.. لقد تحسنت، انا أفضل غير أني لازلت أفكر بها ولا يذهب من عقلي سؤال.. لماذا تراجعت منى، و فسخت الخطبة؟

ردّ سمير، و الخوف و التوتر يتضحان في صوته:

دعك منها، يجب أن تنسى، ربما أرادت رجلا غنيا، ربما بحثت عن من يملك المال...على كل حال، انت تستحق أجمل و أفضل منها.

آدم: لا، أنا اعرف منى جيدا، إنها انسانة رائعة و مخلصة، و لا تلتفت للماديات كما تظن.. و لكن أشعر أنك تعلم شيئا ما تخفيه عني، فقله.

سمير: أخي و صديقي آدم، أنت يجب أن تلتفت لحياتك و تنسى تلك الفتاة.. للأسف، علمت أنها ستتزوج ابن عمها الثري مراد.

نزل الخبر على آدم كالصاعقة.

وأظهر تماسكه أمام صديقه قائلا: فلتتزوج من تريد إذا، لقد أخطأت في اختياري لها.

مرت تلك الليلة على آدم و هو يغلي، فقد طفح الكيل، و بلغ السيل الزُّبى.

ناظرًا للمرآة، متأملا في وجهه المرهق، و عيناه تحدقان بقوة مردّدا:

لِلعَابِثِينَ بالأمَلْ، البَاعِثِينَ لِلألَمْ.

لُلعَادِينَ عَلَى المَظْلومِ، الدّاعِينَ إلى الظُّلَمْ.

لِلْعَابِرِينَ بالمَضْرُورِ، للبَارعِينَ بالضّرَرْ.

(دَمَارُكُمْ مَرَدُّكُم، وَ مُرَادُكُمْ رَمَادْ)..

و هنا بدأ الانتقام..

فقد عقله و فتح الخزنة ليخرج ماله الذي ادخره للزواج واشترى سلاحاً روسيّ الصنع بكاتم للصوت.

ذهب و في عينيه نظرات مخيفة لبيت منى...

يدق باب بيتها ليخرج والدها و يتفاجأ بآدم و منظره المفزع.

اقبل آدم كمجنون فقد عقله قائلا: يا عم مبارك ألف مبارك متى العرس؟ خذ هذا خاتم منى عند خطبتنا، اعطه لمنى ربما يكون مراد قد جلب لها خاتما لا بعجبها، هذا سيعجبها هي من اختارته!

حاول والد منى أن يبرر ما حدث و لكن ذهب آدم و هو يضحك بشكل هستيري، قادته سيارته باحثا عن مراد و لكن لم يجده لقد كان مسافرا.

في ليلة رأس السنة شعر آدم بالقهر كان موعدا مزمعا لعرسه مع منى.

انتظر آدم أياماً عديدة، و اذا به يعلم من صاحب بقالة، أن عرس مراد سيكون بعد أسبوع، فأراد أن يكون مسرحًا للجريمة.

انتظر آدم موعد العرس، و في ذلك المساء تربص آدم بمَوكب العريس و الغريم مراد، و فور بروزه ببدلة العرس....

أقدم آدم، و في داخله لا تزال منى تسكن قلبه..

فأطلق ببندقيته الروسية المجهزة بكاتم صوت رصاصة الانتقام إلى قلب مراد، ليرديه قتيلا، ليتحول حفل الزواج لكارثة.

فارا بفعلته كمجرم محترف، هرب آدم، و لم يترك أثرا للجريمة الفظيعة.

تلك الليلة شعر آدم بالندم و الفخر، بالحزن و الفرح، بالبكاء و الضحك، لقد كان متيما بحبيبته، و قاتلا لغريمه و فاقدا لميزان عقله، لقد جُنّ تمامًا.

كانت ال٥ فجرا و الثامن من يناير المثْلج، و في ذلك الصقيع، سمير يبحث عن آدم بخوف شديد، ذهب لمكان يعلمه عند شاطيء البحر، فاسترق السمع عن قرب، فإذا هو آدم

يبكي حينا، يضحك حينا، و متأملا في حالة اخرى أمواج البحر و هي تلطم الصخور مرددا:

غيمُ المواجدِ أمطرَ الأحزانَ

مُكفهرّا وجهُ الحياةِ أتاني

في غبشِ الليالي أوقدُ النيران

باكياً أشكوا مرارة حالي

تأثر أحمد لحال صديقه و قال:

(إنها متاهة العقل، إنه الانفصام)

الكاتب: عبد الحكيم مصباح اوحيدة..

اللقب (سَهْل)

تناقضاتي

دائماً ما أضيع داخل رأسي وبين تناقض أفكاري، وعندما تبدو كُلَّ اَلطُّرقِ صحيحةٌ أَشعُرُ وَكَأَنَّ روحي تَنقَسِمُ لَعَدَتْ أجزاءٍ..

تنظرُ روحي إلى من همُ في حالٍ أسوءَ مني فَتَشعُرُ بالرضا الشديد، تأخُذُني أفكاري حيث تشاءُ، هُناكَ حيثُ أَفقِدُ سيطَرتي عليها..

-الحمدُ لله فأنتِ بألف نعمةٍ، يتمناها غَيرُكِ من الناسِ.

-لكنني مستعدةٌ لمقايضتها مع أَشْيَاء أُخرى، أَطمحُ لأُريحَ رأسي من التفكيرِ، من المشاكل.. أَوَدّ لو أني أُقايضها معَ السلامِ الداخلي.

-أتعلمين، أنتِ حقاً ناكرةٌ للنعمة غداً ستتعلمين قيمتها..

حقاً لا أفهمُ ذلكَ الصوت الداخلي الخاص بي، يقودني للجنون في أغلبِ الأحيان، لا أعلمُ ما اَلضَّيْر في أني أُريدُ حياةً مليئةً بالسلام، الطعامُ والشرابُ والملابس وغيرها عديمةُ القيمةِ بنظري مقابلُ السلام، فما هي أمامَ الراحةِ النفسيةِ والسلامِ الداخلي.

ما الضيرُ في أن يطمحَ الإنسانُ ليحسنَ من جودتِ حياتهُ.

الرضا، تساءلت كثيراً، كيف سأصل لذلكَ الشعور؟!

فكرتُ كثيراً حتى ذلك الدرس في كتاب اللغة العربية فن السرور، حقاً غير تفكيري ونظرتي للحياة، أعتقد أنهُ وبنسبةٍ كبيرة يمتلك ذلكَ الفضل.

الرضا عالمٌ كبيرٌ سأغوص فيه حتى أصلُ للعمق لربما يساعدني ذلك، ويمهدَ لي اَلطَّرِيق لأصلَ لسلامي الداخلي.

الكاتبة: ماريا محمد حسونة ♡

في ثنايا عقلي

عِنْدَمَا لَا تَسِيرُ الْأُمُورُ عَلَى مَا يُرَامُ، وَعِنْدَمَا تَنْهَدِمُ كُلُّ خُطَطِيّ، وَخُصُوصاً عِنْدَمَا تُسَيْطِرُ عَلَي عَاصِفَةُ الْغَضَبِ وَيَتَسَلَّلُ اَلسَّخْطُ إِلَى أَسْوَارِ عَقْلِيّ وَيَبْدَأُ اَلصِّرَاعُ مُجَدَّدًا فِي ثَنَايَا عَالَمِيّ اَلْخَاصّ، حَيْثُ أَفْكَارِي تَشُنّ الْحُرُوبَ ضِدَّ بَعْضِهَا، وَتَذْهَبُ دُمُوعِي ضَحِيَّتْاً لِصِرَاعِهِمْ، تُنَاشِدُهُمْ أَنْ يَتَوَقَّفُوا لَكِنْ أَيْنَ..

تَضَارُبُ الْأَفْكَارُ ذَلِكَ يُتْعِبُنِي لِدَرَجَةِ الْهَلَاكِ، فِي بَعْضِ الْأَحْيَانِ يَغْتَالُنِي الْعَطَشُ وَسَطَ سَاعَاتِ التَّفْكِيرِ الْمُهْلِكِ، أُعَاتِبُ نَفْسِي وَأَغْضَبُ مِنْهَا فِي الْمَقَامِ الْأَوَّلِ كَيْفَ أَسْمَحُ لِنَفْسِي أَنْ تُصَابَ بِالسَّخَطِ؟، تِلْكَ اللَّعْنَةُ الَّتِي أَكْرَهُ حَتَّى وُجُودَهَا وَسَطَ كُلّ اَلنِّعَمِ الَّتِي تُحِيطُ بِي.

أَغُوصُ مُجَدَّدًا فِي دَوَّامَةِ التَّفْكِيرِ، وَكَأَنَّهَا أَصْبَحَتْ وَضِيْفَتِي التَّفْكِيرَ الْمُفْرِطَ، أَتَجَادَلُ مَعَ أَشْخَاصٍ دَاخِلَ نَفْسِي، أَنْ أُعَارِضَ رَأْيِي.

كُلُّ تِلْكَ الدَّوَّامَاتِ بِسَبَبِ السَّخْطِ، بَسَاطَةُ الْأَمْرِ تُرْبِكُنِي، أَيْنَ وَصَلْتُ، وَكَيْفَ وَصَلْتُ إِلَى هُنَا، لَا أَعْلَمُ.

أَشْعُرُ فِي أَغْلَبِ الْأَحْيَانِ أَنَّنِي رُبَّمَا أُعَانِي مِنْ الشِّيزُوفْرِينْيَا، لَكِنْ بَعْدَ أَبْحَاثِي الْمُكَثَّفَةُ وَالْعَمِيقَةُ أَضَنُّ أَنَّهَا مُجَرَّدُ نَوْبَةَ تَفْكِيرٍ مُفْرِطٍ لَا أَكْثَرَ

تَجْعَلُنِي أُكَلِّمُ نَفْسِي وَأَشْتِمُهَا وَفِي بَعْضِ الْأَحْيَانِ أَضْرِبُهَا، وَكَمَا يُطْلِقُ الْبَعْضُ أَحْكَامَهُمْ عَلَى أُولَئِكَ النَّاسِ مَجَانِينَ.

اَلسَّخْطُ وَالرِّضَا، الْحُزْنُ وَالسَّعَادَةُ، الْحُبُّ وَالْكُرْهُ، الْبُكَاءُ وَالضَّحِكُ وَغَيْرُهَا مِنْ الْمَشَاعِرُ الْمُتَضَارِبَةُ، تَتَرَافَقُ فِي ثَنَايَا عَالَمِيٍّ، غَرِيبَةٌ وَجَمِيلَةٌ حَيْثُ أَنَّهُ يَهْدِمُ عَلَاقَاتِي لَكِنْ لَا بَأْسَ فَقَدْ أَصْبَحَتُ مُعْتَادَةٌ وَأُجِيدَ التَّعَامُلَ مَعَهَا.

الكاتبة: ماريا محمد حسونة♡

سُمي ودوائي

أين أنتِ الآن يا وردتي...بعد هذه الحربِ الضاريةِ

أين أنتِ الآن بعد كل هذا الخرابِ و العيث ؟

كنتِ الوردة الوحيدة التي تُحيي بستان قلبيَ المنطفئ بعد كل خيبة و هزيمة

و الآن أصبحتي أنت خيبتي و هزيمتي

كنت بحاجةٍ إلى واحدةٍ من رسائل الإطمئنان المزعجة خاصتك

كنت بحاجة أن تخبريني أنا معك دائما

و أن تودعيني بأستودعكَ للّهِ...

كنت كشعلةِ قنديلٍ مزخرفٍ بالفسيفساء وسْطَ ظلامِ الحيّ و ظلالِ الأشجار

أعترف أنني أذيتك...بكل كلمة كنت أرسل خنجرًا صوب قلبك تماما

و بكل نظرة حب تلقيها عليَّ...عندها كنت أشعر بأنني أملك الكون و ما به...كنتُ أقابلها بنظراتٍ متململة منطفئة...مع أن داخلي كان يتراقص من السعادة

كبائعة الكبريت الغنية عندما قابلت ذلك الشاب الفقير

و لكنني أيضا أصبحتُ مثلها...أستجدي طيفك بين كل العابرين

أغرق الآن في ظلامي بعدما كنت في أوجِ توهجي معك

و الوحدة تفتك بقلبي كما السرطان يفتك بالجسد بعدما كنت مؤنستي المزعجة و الوحيدة

تمنيت ألّا يدخل الفقد بيننا...أن لا يُختبر صبري في فراقك...و أن تكوني حقيقة أعيشها كل يوم لا مجرد أمنية مستحيلة أدعو الإله في غسق الليالي و عند بزوغ الشمس بها

أهملت صحتي كثيرا من بعدك...فما عاد أحد يسأل عن طعامي و موعد أدوائي غيرك

ما عاد أحد يطمئن إن كنت قد وصلت البيت أم لا

و يعاتبني حين أتأخر

بت أعود متأخرا جدا...أو ربما بعد يومين

أتناول وجبة طعامي عندما أشعر بالدوار لا غير

أنسى كثيرا موعد دوائي، قد لا أتناوله لمدة أسبوع

فتسوء بعده حالتي

و أبقى سقيمًا عليلَ الفراشِ، تنزل عبراتي حين يشتد ألمي و ربما شوقي، و لا أحد يهتم

أكتب لك الآن و قد نسيت موعد دوائي للمرة الألف

و أطرافي ترتجف بقوة للمرة السابعة على التوالي خلال الدقيقة

أكتب لك و قد بللت العبرات قلبي

و خنقت الغصة حلقي

أكتب لك و أنا أتمنى أن تكون هذه آخر لحظاتي

فما أسوء الحياة من بعدك

و ما أجمل لحظة الفراق إن كنت معي...حتى إن كانت موتًا

الكاتبة: حلا حبيب الحياري♡

نعمتي أنتِ

إنَّ لها قدرةً عجيبةً، لا تشبه أي شخص آخرَ، كانت بلسمًا أُداوي به جروحي

أيُّ قلبٍ تملكه هذه الفتاة؟

لقد انتشلتني من أوج أحزاني، جعلتني أشعرُ بالحياةِ، بالسعادةِ و الأملِ

و إن سَأَلوني يومًا عن سبب تغيري الجذري لن يخطرَ في بالي بعدَ رحمةٍ من اللهِ إلاكِ

لا أراك إلا نعمةٍ من الله، رحمةً ملائكيةً تسكن جوارحكِ

في أحد المرّاتِ و أثناء سيرِنا في أحد الطرقِ

و رغم أننا لا نفعل شيئًا للتسليةِ إلا أنني كنت بكامل فرحتي و كأنني حصلتُ توًا على جائزة نوبل

رحتُ أتأملك و تسائلت أي عمل صالح قمت به لأرزق بك، لأرزق بشمعة تنير حياتي و لا تنطفئ أبدًا

أرعاها بجوارحي

و أخاف عليها خوف الأم على رضيعها

كنت أشعر و بكل تصرف تقومين به كأن القلب يتضخم من شدة حبي

أشعر حتى أن أضلعي تنبض معاونةً لقلبي

و الإبتسامة تشق ثغري بلا أي جهد منكِ، بحقكِ كيف لي بالنظر إلى تفاصيلك الملائكية_ بالنسبة لي _ و لا أبتسمُ ؟

لستِ ملكةَ جمالٍ و لا تُميزكِ عيونٌ ملونةٌ أو شعرٌ أشقرٌ مثلًا

و لكنك فقط مميزةٌ، مميزة بكافة التفاصيل، مميزة عند حزنك و غضبك، فريدةٌ عند غيرتك و احتراقك علي....

سامحيني يا صغيرتي، عندما أفقد أعصابي عليك، سامحيني في كل مرة أحزنتك بها، ولو بدون علمي

و اعلمي أنني أحبك، و لا أغضب عليك إلّا لأنني أعلم أن قلبك بريءٌ، نقيٌ مثل قلب أمي تماما مهما قست عليّ

تعود و تحن و مهما أزعجتها، يسعدها هذا الإزعاج و تحمد الله على وجوده دائمًا

أتذكرين ذلك اليوم الذي و كلما جاء إلى مخيلتي أبتسم عندما كنت مريضًا، مصابًا بالحُمى، أأعترف لكِ بشيءٍ؟

لم أكن متعبًا كثيرًا، و لكنك كلما التفتي إليَّ أبالغ في تعابير وجهي و جسدي لأبدو لك عليلًا لا يستطيع التحرك

في البداية خُدعتي، و لكنك ذكيةٌ لدرجة أنك كنت تعلمين طوال الوقت أنني كنتُ أمثل، و تمثيلًا مزريًا و لكنكِ واصلتِ التظاهر بأنكِ لا تعلمينَ

كنت تكتمين ضحكاتك بصعوبة

و أنا غارق بك تمامًا، أتأمل تفاصيلك و كأنك معجزةٌ خلقها الله

احمرارُ خديك ابتسامتكُ الصامتة، و نظراتُ عينيك

كلها كانت كالجنة بالنسبة لي

و الآن و بعد كل هذا أعترف بأنني غرقتُ في تفاصيلكِ حد الإختناق، و لا أريد لأحدٍ أن ينقذني منها

الكاتبة: حلا حبيب الحياري♡

خطيتي في الدنيا

في التّاسع عشر من شهر مارس في السّاعة الرّابعة عصراً؛

جعلتني أُعاني

والحزن في ذاتي،

الكسر قد أصابني

حتى أرهق ياقتي واحتل كلّ أحاسيسي،

ليتكِ لم ترحلي،

ظلَمتني وحكم البعد أذيتني،

ناشدتك بأنّ فُراقكِ يقتلني

لكنك لم تبالي،

زرعتِ الخوف بذاتي،

حرمتني من فرحة حياتي،

ناديتك والدّمعُ قد أرهق عيني

قلت لكِ: لا تغادري،

رَجَوْتكِ لعلّك تُشفقي

لكنكِ نزعت روحي،

ظننتك كتفٌ للإستِناد،

أوقعتني في أصعب الإحتمالات،

قلتُ: لربما تُبالي،

عاتبتكِ والحزن قد اخترق وجداني،

صادقت ذاتي بعودتكِ

لكنّ الخذلان هو عُقدتي،

كنتِ السّبب في قتلي،

صدّقت وُعودكِ لروحي،

قلتُ: هي مصيري،

وجدت بكِ عالمي

لكنكِ تجاهلتني،

وصفتك بالحب

لكنكِ لعنةٌ على المحب،

قلتُ لكِ وجعي

لكنكِ تظاهرتي،

قلتِ لننسى

لكنكِ صوّبتِ النّار بداخلي

أحرقتِ قلبي

بعد أن قلت عنك منجاتي

أيّا كان الحلا فالمُرُ يُرافقه،

تبًّا لحبٍّ ناديتُك به

وتبًّا لنفسي التي ذُلَّت لكِ.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

هديتي في الدنيا

في السّابع من شهر نوفمبر فيما يقارب السّاعة الثانية ظهراً؛

رأيتُ ذاتي تبتسم

والكَسرُ يلتصق،

قُلتُ بذاتي لأبتسم

رجائي من اللهِ أن أنتفع،

سمعتُ صوتها ينادي

فعمّ الأمان بداخلي،

رأيتُ اهتمامها لذاتي

قلتُ هيَ مُصلِحَتي،

رأيتها تُرمِّم جرحي

فأخَذَتْ كلّ قلبي،

لم أكن أدري

أنّ روحاً ستحيا لأجلي

وقلباً يهتمُّ لأمري،

لم أعد أؤمنُ بالحبَ

لكنّها قاومت رفضي

حتّى بات اسمها حياتي،

ذات العيون السوداء،

جميلتي في المساء،

حبيبتي في كل الأوقات،

محبوبتي تلك هي،

نعمةٌ حَظيت بها

لا يخلو دعائي منها،

أرجوك يا الله

أبقيها بجانبي،

أحبّكِ عزيزتي

حتى وإن انقطعت أنفاسي،

لتدوم حياتي وأنتِ بذاتي،

سُكَّرتي في وقت وجعي،

فريدةٌ من نوعك أنت

لأنّك خاصّتي،

لُجينٌ عهِدتُكِ أختاً لروحي،

أحبّكِ سُكَّرتي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

لا زلت على أمل عودتك

أشعلتَ النّار بداخلي

والبُعدُ أعلنَ انهزامي،

ناديتُ باسم حبّك

والدّماء تغلي بذاتي،

حبيبتُكَ شوقٌ تنتظرُك

ألن تأتي وتُطفئ أعماقي؟،

أيا نيران الحبّ تُرى

كم عشقتُ الهوى؟،

والقربُ منكِ هو الدّوا؟،

ألم تُشفِق على روحي؟

وتأتي لتُداوي جروحي،

بَهُتَ صوتي ينادي

والرفض قد آلمَ ذاتي،

أريدكَ بجانبي

قبل أن أفقد شغفي،

ستأتي لتراني أليس كذلك؟؟

باتت حياتي حِزمةً من الأوجاع والذكريات كتلة من الضّياع....

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

لم أعد انتظر روحك

سأُطفئ النّار بداخلي والبُعد لم يعد يهمّني، قتلُك هو همّي، تبًّا لروحكَ إن لم تكن لي، سأُنادي باسم حبّك لكنّ الموت هو شعاري، سأحرقك بنار شوقي والنّار تغلي بداخلي، فقدت شغفي بحبّك

والموت هو هدفي، صوّبتُ الرّصاص ببُعدك

والقتل أصبح جماعيّ، أهلًا بكَ بداري والقبر هو منزلي، الظّلام يحلُّ محلّ حبي والكره أصبح حلًّا لوجعي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

مرآتي أهذهِ ذاتي؟!

أقنعتُ ذاتي بأنّني سأُبهرُها حتّى وَقفتُ أمامَ مرآتي؛

تُرى كيف أرى نفسي؟؛

رأيتُ الحُزن يَلُفّني والدمعُ قد سقط ليُغرِقني لكنّ السّعادة تتأجّج بداخلي، رأيتُ خيباتي وكلّ آمالي، تُرى من حطّم ذاتي؟، تبًّا لكلِّ نفسٍ آلَمتْ روحي، رأيتُ في نفسي كسرةَ خاطرٍ وجبرةً ضمّدته، وجع، خُذلان وألم الإبتعاد،

رأيتُ الوحدة والضياع رُغم قُرب الأحباب، كالطّفل أُنازع في هذه الحياة، أميل باحثةً عن مكانٍ للإستناد، رغم إتاحة الأكتف للمَيلان كسَرتْ ياقتي ولم أجد مركزاً للأمان، رأيتُ الهموم في عينيّ لكنّ الصّمت قد أَسَرَني، مَنَعني وسط ضيقي، رأيتُ في عيناي حكايةً خدَشتْ ثِقَتي بذاتي، لامَستْ مخاوِفي وكأنّ الماضي قد أتَى ليَزيد همّي، كان حاضري جميل لكنّ الحياة أصرّتْ على التّنويه بأنّ حياتي هي أساسٌ لماضٍ قديم موجوع بكل الأحاسيس.

سَمِعتُ همساتٍ مجهولةَ المصدر "أنتِ لوحدكِ وأنا لقتلكِ

ليحاوطك الضّياع يا صغيرتي"؛

رأيتُ جسدي يلتفُّ حول بعضه كنُقطة أصبَحتْ في فراشي، الغِطاء قد أخفى وجودي دون إحساس، انقطع مصدرُ الإنعاش والموتُ حَكَم دون استئذان، أمّا عن مرآتي فقد شهِدتْ عن ذاتي ولم تجد حلًّا لوجعي، فما فائدة الكلام حينما لا نجد الدّواء،

الكِتمانُ يا سادة من أسرار النّجاح، شُكرًا مِرآتي، عاوَدتُ السّقوط ثمّ الوقوف أمامكِ.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

العالم الذي يحتضنني

سيُصدم البعضُ من هذا ولكنّني أودّ التّعبير، فليس بحوزتي سِواه، سأُمسك طرف الخيوط لأدُلّكُم على ذلك الطريق؛ شكراً لكِ لأنّكِ أنقذتني من الهلاك وكنتِ لي السّند في كلّ المرّات، كنتِ لي العِلاج والشِّفاء، كنتِ لي الأستاذة في كل المرّات، أجل أنتِ كلّ شيء في حياتي، لا أدري إن كُنت قد أخطأت بحقّك ولكنني أُصادقُكِ اليوم بأنّني وجدتُك بعد أن اشتقت لك، ذهبتِ ولكنّني حاربت لعودتك، اكتفيتُ بكِ بعد ربّي، أعطيكِ كامل حقّكِ فالعالم لم يعد يُطيق وجودي؛ أنتِ سكرتي وقتَ المُرّ وحلوتي في هذه الحياة، أعتزّ بكِ يا نفسي، أفخر بكِ، حينما أرى داخلك أرى فيكِ كلّ شيء، الحياة والممات، الخوف والأمان، السّعادة والأحزان، أرى فيكِ ملكة الملكات، سيّدةَ النّساء، صاحبةَ الإرادة والإصرار.

أحبّكُ يا كريمتي لكونكِ أصدق النّاس، أفضلهم وأروعهم كونكِ إليَّ الآن ورُغم جميع الزلّات التي أوقعتُ نفسي فيها، رُغم الماضي الذي أهلكتكِ بالنّظر إليه، رُغم المستقبل الذي أمّلتك به، رُغم كلّ شيء أَزعجَك لا زلتِ إلى هذا الوقت بجانبي، ورائي، تحت ظِلّي؛ أُقسم أنّني أُحبّك بكلّ الطّرق والوسائل، لكنّني إنسان وقد يحتلّ

تفكيري بعض الأخطاء، فَكُونِي لي ومعي في كلّ الأوقات، أرجوكِ ساندِيني بكلّ الأفعال.

أنت لي كلّ شيء، راحةٌ أبديّة، ماذا أفعل إن كنتِ أفضل من يحتملني ويُرافقني، يستمع إلى أحزاني ويداوي جُروحي، يطُيّب خاطري ببعض الكلام، يسعد معي بالأفراحِ ويزفّ لي نصائح على الدّوام؟، أكتفي بكِ صُندوقاً للأسرار.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

بِربّكَ قُل لي ما هو ذنبي ؟

تمسّكتُ بحذافير الماضي أكثر من اللّزوم حتّى تملّكتني الشّكوك بشأن حاضري، باتت نفسي ضائعة بين شؤون عالمي، ضاقت عليَّ جُدران دنيتي والهمّ أصبح صديقاً لروحي، ماذا إن رافقتني الإبتسامة بعضاً من الوقت وابتعد الحزن عنّي قليلاً؟، دوماً ما اصطدمُ بجدار الخُذلان فأُصابُ بصدمةِ الإنكسار، تكاد حياتي تخلو من البشر والوحدةُ ما يحيطها، آه كم آلمني هذا الشّعور، أصرخُ بحزنٍ يخرج من جوفي والظُّلمة قتلت ذاتي، ما هو ذنبي وإن كان غيرك قضى على روحي؟، ماذا وإن صرتُ لا أبالي؟، لقد فقدتُ شغفي والمُتعة في حياتي، بربّكَ قُل لي ما هو ذنبي؟، لم تُكتب السّعادة لي فلماذا أحاربُ بمستحيلٍ لا يتحقّق؟.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

ماذا لو عادَ معتذراً؟

لعادت تِلك الذّكريات وعادَ بقلبي كما كان، لأجلستُه براحةٍ وأمان فمجلسه فارغٌ منذ آخر لقاء، لأنارَ دُنيتي وألَهَم ذاتي؛ أهلاً بهِ والفرحُ يُزَفُّ لعالمي، تُرى هل الحظّ يُحالفني أم أنّ حُبّي يوهمني؟، تعالَ يا حبيب الفُؤاد وبيدك وردٌ فوّاح، تأسرني باسمك كما كان، عُد أنتَ والحب للأحباب مهما طال الغياب، فالقلب لا يدقُّ لأيٍّ كان، تعالَ فقد قتَلني شوقي ولازِلت بانتظارك، أرجوكَ لا تُؤذيني فلا زال الجُرح جرحي والسّبب ثقتي، فلا تُخيّب ظنّي، تعالَ لتسندني.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

من المخطئ بيننا ؟

_ رُبّما أخطأتُ بحقّك، لم أتهاون معك، حكمتُ على القليل منك، رُبّما جرحتُك بالفعل ولكنّ كلامك يُطيّب جُرحي، رُبّما الطّبيب يشقّ الجوف ليُخرج الوَجع فيراه المريض قاتل والأُمّ مُساعد.

_ آه كم أُرهِقت، تَعبت والله من نفسي، رُبّما تصرفاتك كانت كفيلة بإبعادي، بقتل روحي وذاتي، قلّلتُ الإهتمام حاولت التجاهل ولكنّ الوقت قد فات.

_ كنتِ قد سكنتِ أعماقي، تملّكتِ روحي وأماني

_ مانعت بُعدك بكلّ قواي ولكنّك أصريّت على مُهاجمتي، رَمَيْت رُمحك تجاهي، أصبتِ قلبي،

_ تمسّكتُ بأطرافك فطردتني، قُلتُ لك أرجوك يكفي ولكنّك وجدت مُتعتكِ في إيذائي، قلتُ لك أبكي، تجاهلتني، حرقتِ روحي وأنتَ تقول أنّك لا تُشبه من خذلني ولكنّك تُثبت أنّك تشبّ النّار بقلبي

أهنيئك قد عُدت ضعيفة كما كنت.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

هل ستحافظ على قلبي ؟

رُبّما قوّتي لم تكن كفيلةً بإسعادي، رُبّما لم تكن كفيلة بأن تفهم كثرةَ ما عانيت بذاتي، قتلت نفسي ودمّرت حالي وأوهمتني أنّك ستبقى بقربي، وعدتني وصدّقتُ وعودك رُغم جرحي، قُلت ربّما يداوي، يشفي، قُلت إنّه طبيبي بحدّ ذاته، قُلت عنك مأمني وراحتي، جنّتي وروعتي، مَسكني وكلّ ما يعني لي، لكنّك لم تفهم قدر حبي، أعطيتك قلبي، سألتك: هل تحافظ عليه؟، لم أنتظر الجواب، لم أسمع وأدقّق بما قلت؛ ثِقتي بك جعلتني أشعر بأنّ روحك تهتمّ بي، لم أفهم جيّداً ما جرَى لي، أقسم لكَ أنّك لم تفهمني رُغم قدر حبّي لك، ظننتُ أنّك مختلف ولكنّك صوّبت رصاصاً على قلبي، قلتُ عنك مأمني، أدركت أنّك وجعي، جرحني الكثير وبالفعل لم تكن معهم، لكنّك قتلت ذاتي يوماً بعد يوم، جعَلتني أُصارع بكلّ دقيقة، عانيتُ تماماً وكلّه بسبب ثقتي وحبّي لك، ليتني لم أسمح لك بالدّخول إلى قلبي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

صماءُ أخشى الكلام

رُبّما لو لم أُقدّرك كثيراً لكُنت إلى الآن بجانبي، لكُنت معي إلى هذه اللّحظة، أعتقد أنّني بالغتُ مجدّداً بمقدار حبّي إليك فوجدتني أتمسّك بك قلتَ: لأنزع راحتها، رُبّما أيضاً لم تحبّني، شَفِقْتَ عليَّ من كثرة الجروح داخلي، أشعلتَ نار عشقٍ بنفسي وبعدها بكلّ برودٍ أطفأتني، يالك من شخصٍ يعذّبني، لم أفعل شيئًا ولكنّك ترفض وجودي دون أن تُخبرني، تُفقِدُني الشّغف في حبّي، رُبّما تغيّرت مشاعرك تجاهي، بتَّ لا تُطيق كلامي، تَشعر بأنني أثقل نفسي، رُبّما لو أنّني لم أستند كثيراً لما بكيت وأنا أكتب الآن، دمّرتني ولم أعد أُطيق الكلام حتّى، يَصعُب عليَّ أيّ شيء، رُبّما ورُبّما ورُبّما سأبقى أتحسّر هكذا، الصّمتُ يأكل داخلي وأنا صمّاءٌ أخشى الكلام، رُبّما أخاف إن تكلّمتُ أُحزنتك فبكيت وأشفقت علي

رُبّما يا عزيزي ما بداخلي لم يعد يصلح للتحمّل بعد، أُرهِقت بالفعل، لم تعُد المواساة تصلح ولم يعد الإنكار يهدأ، لم أعد أعرف متى ستعود كما كنت، اعذرني رُبّما أتغيّر وقتَها لكن لن تجد سبباً، لهذا سأكتفي بقول لا تهمّني.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

ضمد الجرح ولو بكلمة

قد تكون مشاعري مجرّد حروف كوّنت بضعة كلمات، قد يعتقد البعض أن الحياة تمضي والجروح تلتئم، أُقسم أنّ الخدوش والأوجاع يطولُ عليها العلاج والشّفاء أقسم أنه غايةٌ في المستحيلات، لا أدري إذا كان ما أخُطّه حقيقة ولكنّ الواقع يُقال والحياة لا تنتهي بكلام هذا وذاك، أُقدّر كل المواساة ولكنّ الكلام لا يُضمّد الآلام ولن يكون الدّواء لمرض أيًّا كان، لكن كلامي لن يقلل كل الطرقات سأُفسح لكم المجال لمراعاة مشاعر كل الأحباب والطّبطبة على أوجاعهم منذ الآن، لنَقلِب كلّ تفكير ونجدّد المنطق العميق الذي يقول: بالأفعال لنُداوي كلّ الجروح والخدوش ولنجبّر الكسور، لنقم بعملٍ نسعد به وإن لم نستطع فالكلام يقف خلف أيّ موضوع، حُسن اللّسان وصحيح الكلام بذّات هو حلاوة هذه الأيّام، لنجعل السّعادة تحتلّ هذه الحياة، إفعل لتُسعد شخصاً وإن لم تستطع قُل كلمة، يكفي أنّك حاولت بقدر استطاعتك، أقسم بالله العظيم أنّ الكلام الجميل يُسعد قلب كل مجروح ومكسور وبالتّأكيد ستكون جبرًا أو خيرًا.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

بالفعلِ أنا مُشتاق

رُبّما اشتقت فعلاً لأن أكون بقربكِ، رُبّما لم تغفلي عن ذاكرتي، علقتِ بها، حاولتُ النّسيان ولكنّك كُنتِ الشّيء الذي لا يُنتسى، بحثتُ عن الحلولِ ولم أجد، قلتُ: ربّاه ماذا أفعل؟، وجدتك بعيدة عنّي، قُلت: مالي ومال حالي لا يكفّ عنكِ؟، حتّى أدركت أنّني بكِ مُلهَم، التفّ عنقي إلى كلّ الجهات باحثاً عن صاحب الإرهاق لكنّه كُسر مجدّداً وهو يُحاول الإنقاذ، كنتِ ملاذي وطعم حلاوتي ولكنّكِ سببٌ لإرهاقي، أَذبتِ روعتي وأطفأتي نوري.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

أين راحتي هل بحاضري أم بالماضي ؟

رُبّما الحاضر أفضل والماضي أجمل، الذّكرى تعلق والأفكار لا تُنسى، رُبّما تعلّمتُ الدروس وبدأتُ أتقدّم، أصبحتُ أفهم الجميع، أدركتُ أنّهم مجرّد عابرون، لم أعُد أُطيق الكلام حتّى تكدّست الرسائل ولم أهتم لها، أتجاهل قدر استطاعتي فالأمر ليس بيدي، زِمام الأمان يَسقُط والمحبّة تُنتزع والرّاحة تختفي، أُريد الإبتعاد عن العابرين فوجودهم دمارٌ لي، الحياة تؤذي داخلي وهم يشقّون الطّريق، رُبّما إن اعتبرتهم عابرون سيسهل الأمر عليَّ ولن أُرهق أبداً، الحياة مُزعجة بعض الشّيء ولكنّني سأتحمّل، رُبّما تنقلب لصالحي وعن الحُزن تُبعدني وأحبّتي أقصد لا أدري لرُبّما يكونوا أحبّةً بالنّسبةِ لي ولستُ لهم.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

وأخيراً فهمتُ حياتي

رُبّما أنا اليوم أفضل بكثير، أدركتُ مفاهيم الحياةِ وأساليب العيش، فهمتُ القواعد الأساسيّة وأدركتُ ما أريده فعلًا، وجدتُ نفسي، رُبّما لو لم يبتعدوا لكان حالي كما كان والماضي عالِقٌ في هذا الدّماغ، لعلّ الفائدة كانت ببُعدهم والحياة من بَعدهم، رُبّما تغيّرت ولكن للأفضل، أدركتُ جمال نفسي وذاتي التّي استحقّت أكثر ممّا أعطيتُها، رُبّما قصّرتُ في حقّها، رُبّما بعد هذا اليوم سأرفع من قدرها ويزيد مقدار احترامي لها، فبالتّأكيد ليس سواها سينفع قلبي ولا حياتي وبالتّأكيد لن تتخلّى عنّي، رُبّما هي الشّخص الذي سمعتُ أنّه الدّواء والرّاحة ومحبّته حقيقة والتقصير بحقّه أذيّة ذاتيّة، أدركتُ فعلاً أنّ وجوده نعمة وعطيّة ربّانيّة، رُبّما أيّتها البشريّة بُعدك عنّي جِزية وقُربك منّي أذيّة فحمدًا لله اكتشفتُ ذاتي، ولله الحمد من أعماقي، رُبّما تأخير في الإكتشاف غباء ولكنّه أفضل من هذا الهباء، رُبّما يا نفسي لم أحبّك كثيراً ولكنّني أودّ فعلًا أن أعتذِر عن التّقصير الذي قمتُ به.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

في منتصف حلقكِ يقع وجعك

يصعُب عليكَ النّسيان والألم المتكرّر في كلّ المرّات كضيقةِ نفسٍ تقف في مُنتصف حلقك، أي بين السّعادة والتّعاسة تقف حائراً، هل هذا الطّريق سيؤذيني أم أنّ الإبتعاد عنه أذيّة؟، يتوه عقلك وهو غارقٌ في أوهامك أي فيما يَعْلق في خاطركَ، أظنُّ أنّ العالم يأسٌ أمامك ولا مخرج لك من ضيقتك، أتعبتكَ الحياة وأنتَ في بداية الطريق، يا تُرى ماذا عن نهايته؟، تخيّل ولو لبضع دقائق تلك اليد التي صفعتك في أمسّ حاجتك إليها، وتلك التي داوت لكَ الجروح تناسى ما جرى وأسرد بضغ دقائق حقائقاً عنك، أفهم ذاتك وأشعر بما تُعاني أي أنّ الحياة تمضي؛ وبعد جفّ حبر قلمي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

حبٌ صاحَبهُ موادُ العلوم

ألقيتَ كلمة من البارود داخلي، أشعلتَ نار عشقي في أهدأ لحظاتي، مررتَ بعالمي لتُلقي سكينةً لفؤادي، أشعلتَ نار حبّي وغيرتي، اقتحمتَ منزل قلبي قائلاً: هل تستضيفينني؟، ببحرٍ عميقٍ أغرقتني وكأنّ موجةً هبّت على مسامعي، أيُعقل أن تكون حبيبي؟، جذَبتَني نحوك كمغناطيسٍ صاحَبهُ مواد العلوم، الكيمياء بيننا تذوب والفراقيع بشرارةٍ تقول: مررتَ حُباً يالحسن حظّي ويالك من فائز بقلبي، دمّرتني حتّى وصلتَ لنهايتي فخرج الدّخان منّي فبتلك اللّحظة اكتشفتُ مقدار حبّي لك.

أحبّك دوماً بلا حدود.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

لن يشكلَ فرقاً إن بُحت

السّاعة الثّامنة وخمس دقائق؛ لا أدري لكنّ مزاجي سيّءٌ بعض الشّيء، قُلت بذاتي: منذ أيّ زمنٍ لم أعبّر؟، كم مضى ولم أكتب؟، لا أدري ماذا يجري، كلّ من حولي يحاوطني بسؤالٍ لا أدري جوابه، هل أنا على ما يرام؟، وهل أحبّتي في راحةٍ وأمان؟، تُرى كيف علاقتي مع الجميع؟، بالتّأكيد هناك عقدة بينكما، ما هي؟، لماذا فعلتِ هذا؟، نعم تقبّلت الحال كما كان ولم أبُح بشيءٍ، قلت لنفسي: أيّ نفعٍ سأحصد إن بُحت بما يجول بداخلي؟، إنّني على ما يُرام، بدأت أفهم كلّ من حولي، أتجاهل كلّ ما يؤذيني، أدركت كيف أعيش، قلت: أقمتُ حياتي على أساسٍ صحيح، كما تُعاملني أُعاملكَ، إلى هنا أكتفي بكلّ ما تعلمته من هذه الحياة، أميل لمن يرغب بذاتي، يعشق روحي، لمن يهمّه أمري، يخاف من الخدوش أن تصيبني، لا أعلم لكنّني بدأت أخصّص لذاتي مكانةً خاصّة، مساحة لنفسي فيها أسراراً لم أبُح بها لأحد، لستُ كتومة لكنّني فهِمت معنى أن تكون ثقيلاً على أحد، فهِمت كيف تكون منبوذاً من جِلسةٍ فيها، فهمت أنّ شخصي المفضّل ليس لي وحدي، أدركت أنّ ليس لديّ ما أمتلكه، ليس لديّ شيئ خاصةً لروحي، لذلك لم أعد أبحث أكثر، لم أعد أرغب، لم أعد أطيق الكلام، حتّى ولو عُدتُ أنا، لن تعود روحي التي عوّدتك عليها، لقد تغيرت

أولوياتِي وأدركت سبب معيشتي، فهمت أهدافي وبأيّ حقٍ أفكّر، نعم لم أعد أنا ولكنّك ستعتاد على ذاتي الجديد فقط إن كانت مشاعرك تجاهي صحيحة، لذلك ربما تكشفك الأيّام المُقبلة

إن تقبّلتني أم لم تتقبّل، لم يعد يهمّني سِوى أنّ نفسي باتت كُتلةً من الرّاحة.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه ♡

مَسكَن المَوت

أنا غارقة في التيه، أصبحت مجرد جثة راكدة أوشكت على النفاذ، مُرتمية في زاوية الغرفة جاثية على ركبتيها، تنام فجأة من شدة التعب أو لا تنام، ولا أحد يهتم بأمري أبداً، أصبحث كقطعة اسفنج لا مبالية في تلك الحياة، أبحلق في سقف غرفتي لساعات طويلة، لا أعلم ماذا أفعل سوى أنني أقوم للمرآة وأنظر في ملامح وجهي الشاحب مخطوف اللون وأتمعن في تلك الحفر التي تجوفت في عيني، لم يبقى لدي نور لقد فقدت بصري، لم يتبقى سوى الرماد الأسود تحتهما.

أعود وأنظر مرة أخرى على شفتي المتجرحتان اللتان تنزفان من الدم المصبوغ على أرجاء وجهي أثر التلطيخ، ومرة أخرى أتمعن وأتمعن، وبعد قليل أرى الدموع تنهمر من هنا وهناك، لا أعلم ماذا أفعل سوى أن أبكي لعل الفرج يأتي قريباً، فأصبحت وجنتي مجرد عظام، لا ترى من وجهي سوى تفاصيل غير واضحة كالغباش، أعود وأفكر وأردد مع نفسي كتلك المجنونة التي فقدت عقلها لثوان قليلة، أتخبط بيديَّ على وجهي التي ذكرتُ سابقاً أنه

شاحب اللون، لم يتبقى في جثتي الهامدة سوى يداي التي تبرز منهما عروقي ككدمات حادة، لم يتبقى على أثري إلا قليلاً أوشكت أن أنفذ وأتعطل كلياً كبطارية هاتفي.

الكاتبة: رؤى أبو جودة ♡

انغِماس

حدثني عنك قليلاً، بشكل أعمق، عن تفاصيلك الصغيرة، حدثني عن ذاتك، مثلاً عن حاجبيك المنعقدان في كل مرة تنغمر في عصبيتك اللإرادية، وعن ثنايا قلبك الممتلئة والمحشوة بحنان الأطفال، وعن عروق يديك التي تبرز من شدة خوفك وتوترك وعصبيتك، وعن أول ضحكة ضحكها ثغرك بعد غرقك بالحزن الطويل في سبات الليل وصخب قلبك، عن عظام رقبتك المتجوفتان كالأنتيكا، وعن عيني التي يزداد لمعانهما في كل مرة تطل علي كشروق الشمس، وعن شفتيك المتجرحة بسبب ملحمة، اضطراب سلوكي تكراري ووحدة ,لم تكن مقيد بهم بل كنت تنطق بالحرية من خلف قضبانهم النازفة الصامتة.

كيف حال ارتباكك في كل مرة تنظر بها إلى ذاتك في المرآة كأنك شخص غريب؟

هل مازلت تذكر من تحب ومن تكره مثلاً؟

حدثني عن جبروتك وقسوة قلبك عندما تجتاحك موجة غضب عارمة كالريح، حدثني عن جميع أشيائك، أريد التعمق بمتاهاتك قبل استقامتك، لربما أريد أن أغوص بك أكثر وأكثر، في اضطراباتك قبل استقامة تصرفاتك، وربما قد أكون أنا حوريتك وأنت جنتي.

الكاتبة: رؤى جودة♡

لحظة إنكسار...

" صعب جدا أن تضع نفسك أمام المرآة وتلامس ملامحك، و الأصعب أن تكون حولك مرايا عدة؛ لكل منها صورة، لكل منها حكاية، لكل منها قول مختلف عما عهدته وعما ستراه! "

مستكينة في ركن ركين بالزاوية...حانية رأسها! وضامة جسدها بما بقي من روح بيديها... تظهر من بعيد كقطعة قماش مهترئ توالت عليه الأيام وأفقدته صلابته، لكن عند الإقتراب! تستطيع أن تجزم أنها فتاة حزينة، رمى بها الزمان في ذاك الركن من الزاوية، حيث كانت بين الفينة والأخرى تمرر يداها على جبينها وعيناها لتمسح أثر الدمع! وتنبس بكلمات راجية من خالقها أن يخفف عنها لهيب الحزن بدواخلها. كانت كل الأفكار تدور في خلدها، كل الأحاسيس قد جاءتها على حين غرة؛ كانت كواد إمتلأ أفقه وإستفاظ فأخذ معه الأخضر واليابس.

"ها أنا ذي أترنح يمنة ويسرى عل الأمر يشفي غليلك قليلا" عبارة رددتها في زاويتها تلك لتعلن عن مدى جرحها وإنكسارها، عما فعله الزمان بها...وكيف سرق الفرح من عينيها وعوض بقرح قريح شديد القساوة. هي الفتاة العشرينية، في ريعان شبابها وحزينة! منكسرة؛ حانية رأسها من شدة وطء الألم والخذلان، فجأة

حاولت أن ترجع ذاكرتها للوراء قليلا، وتتذكر لحظات كان يسمع فيها صدى ضحكتها وهو يعلو الزقاق مع صديقتها، ليأتي حينها هو معترضا طريقها ومعلنا أمامها زواجه من أخرى وبإبتسامة ساخرة يردد سأتزوج.

يقال: الأيام ساعات، دقائق وثواني.لكن، هو في جزء من الثانية أفرغ كل مافي جعبته، إستفرغ كل مافي خلده، ولم ينتظر حتى أن يأخذ نفسا ليكمل حديثه، بل قذف بكل شيء دفعة واحدة! إنه سم زعاف، كومة قش تحوي كل التفاهات... قال لها أكرهك، ولم أكن أبدا أريدك وحتى لا تعنين لي أي شيء... وهي آآآه كم كانت ترتجي لو أن كل ماقاله كذب، بهتان، لو أنه مجرد كابوس مزعج... إلا أنه ليس كذلك فالحقائق غالبا ماتكون مؤلمة.وهي الآن في لحظة تبدو أنه يصعب تجاوزها. لحظة! جسدت الحزن بآهاته وخيباته، بعجزه وإنكساره، بضعفه واللامفراته.ولا أخفيكم أن حزنها يصعب وصفه ويعجز القلم عن تفتيت كنهه وصوغ معانيه، فهو على حد علمي إحساس! والأحاسيس تتطلب ان تعاش لفهمها وتبصر معانيها، للمسها لا فقط التأمل فيها.

الكاتبة: مريم معك♡

زَفير

أكتبُ الآن وفي هذا الوقت تحديداً، دونَ رغبةٍ للكتابة ودونَ رغبةٍ للقراءة

دونَ رغبةٍ في تناولِ الطعام

او مغادرةِ السرير

او حتى تغيير ثيابي

فقط اريدُ البقاءَ جالسة، مُشارِكةً لافكاري التي تحتلُّ رأسي هيَّ الأُخرى

أبحثُ عن مكانٍ أختبئُ فيه

لإشعُرَ بالرّاحة

دون أن أشعُرَ بالمُلاحقة

أو الرغبةِ في البُكاء

أو الشعورِ بالتعثُّرِ

أو الغَرق

أو الضيّاع

الصداعُ

وحتى الغثيّان!

أن انعمَ بالسلام فقط

لا الخوفُ من الفقدان

حتى تلك الاشياء التي كنتُ أستنجدُ بها آملةً ان تُلملِمَ شِتاتي اصبحَت تُبعثرني أكثَر.

الكاتبة: شَيّماء نبيل الحميدات♡

غيّمة

بيّنَ كُلِ ما أكتبُه وكُل ما أبعثرُهُ من حروفٍ، أكتبُ كُل هذا بقلبٍ مُحبٍ مُمتلئ.

-بدايةً أودُّ أن تعلمي أن كُل شيءٍ في هذا النَص لا يُملئ حتى ثَغرةً من حُبي وامتناني لَكِ

أرتبُ حُروفي بصعوبةٍ على كُلِ حال فقط لِأستطيع الكتابةَ عنكِ

لا أعلمُ ما الّذي يجبُ على المرءِ فعلُه حينَ يشعرُ بالدفئ بجوارِ شخصٍ ما !!

- لكنني اعرفُ وجوبَ أن يلتزم بالعناق الطويل وأن يبقى متمسكاً وبشدة في نسمةِ برودِه

- أعرفُ أن يبقى بجوار أمانهِ في عزِّ خوفه

- أن يَأخذُّ جُرعةَ حُبٍ ليُكملَ بها الطريق

- ليُغمرَ بسعادةٍ

- لِينسى جوارحهُ

- ليستقيمَ كُلما مالَّ الى حافةِ الحُزن

- ليستريحَ بعدَّ اسبوعٍ مُتعب

- ليتمنى سُرعةَ اللقاء بسرعة

- ويَّبقى دافئاً للقاءِ القادِم

انني ممتنة لِكُل ما ساهمَ في التعمُقِ بِك، وإني مُتيّقنة كاملَ اليّقين انكِ مختلفة لا تشبهين اي شيءٍ مضى.

كُل لحظاتِ السعادة وكُل اللحظات الممتلئة بالحياة كُنتِ اكبرَ مساهمٍ فيها

كُلُ التفاهاتِ وكُل الضحكاتِ وكُل الاشياءِ التي انطُقها معك

مُختلفة

مِثلُك

انتِ مُختلفة

كيّف للانسانِّ ان يشعُرَّ بالراحةِ هكذا؟

او يُحبَّ هكذا؟

او يُغمرُّ هكذا

ان يشعُرَّ بالامتنان لان الله رزقهُ بغيمة

هكذا أُشبهُك

غَيّمة

ينادونني بِ غَيّما

لا يعلمونَ ان الغيمةَ لديها غَيّمة

كُلُّ اصدقائي واحبتي

كَتِفي

ميرا

<3 مَرّمَر

الكاتبة: شَيّماء نبيل الحميدات/ أو غَيّما♡

صورّة

كُلُ التبعثُر الذي يتجسَدُ على هيئةِ نَصٍ في كتاب، لَّم يكُن يريدُ الكاتب ان يُفصح بِه، فيرميهِ بأملهِ ان يخِفَ الالمُ قليلاً او يخف شعور الاختناق او الغرق الذي يُحاصره.

كُلُ حرفٍ يُكتبُ في كتاب، وراءهُ قصة او لحظة او خطفه حتى.

كُل المحاولات التي بائت بالفشل

كُل النظرات التي خيبَت الامل

وكُل الكلام الذي تاهَ في نفسهِ قبل ان يُنطق

شعور الوِحدة الذي يخنقُ الانسان لمجردِّ تخيُّله

ان يفني عُمره ليعرفهُ الناس من حولِه

للإنسانِ الذي يشرحُ شكلَ الخيبات!

للإنسان الهَش

للذي ينزِفُ من خَدش

للذي يمرُضُ من نسمةِ البرودة

الشخص الذي يرتعِبُ من الخسارة

أو المُرتعِبُ من فكرة أن تُبترَ يداه

أو تُحرَقَ اصابعَه

الذي يُحَدِقُ ببطءٍ بكُلِّ ما فاتهُ

الشخص الذي يركضُ لوجهةٍ غيرِّ محدودة

الذي يدعو دائماً ان يغمرَّ السلام ايامه

الكاتبة: شَيّماء نبيل الحميدات♡

لعل نفسي فهمت

لطالما كانت الحياة الأستاذَ الأولَ والمدربُ، أي المُصّححُ الحقيقيُّ لذواتنا وكل الطرق التي نعبرها، كنتُ قد بلغتُ عاماً جديداً، أدركتُ حينها كم من الحكم تكدست في مخيلتي، أصبحتُ أعلمُ الطريقَ الصحيح للنجاحِ، أدركت كم أن الجهل يؤذي وكم تتأجج السلبيةُ بأعماقي،

لكنني يا تُرى

كيف استقمت ؟

كيف فهمت هذه الحياة ؟

ماذا جرى ؟

استقمتُ بعد أن واجهتُ حقائق عالمي، بعد أن حاربتُ، خذلتُ، فتعلمتُ بعدها، لرُبّما نصف الحزن نجاة، ونصفها الآخر كومةَ أحكام، ترتب نصفها في مخيلتي، رأيتُ البشريةُ بفطرتها أذية، قلتُ مالي ومالَ كتلةُ الألمِ لا تزولُ عن ذاتي؟!

صرختُ بهمساتٍ لا يسمعها سوى ذاتي: انهضي وابتعدي يا صغيرتي، كم من الأذى ستتحملي؟

فكرتُ بذاتي بعد أن خذلني أقربُ أحبابي، وقُتلت الثقة بعالمي، هل من الممكن أن يحبني أحد ؟

احدٌ كما أحبُ أنا شخصٌ يعشقُ ذاتي تماماً كما لو عشقتُ أحداً أنا

هل سيحافظُ أحدٌ على قلبي ؟

كما كنتُ سأحافظُ انا على قلبي محبوبي

أم أن جرح قلبي اختصاصُ جميع أمتي ؟

فواللهِ قلبي لم يعد يطيق معيشتي

بعد تفكيرٍ طويلٍ ونزاعٌ مع نفسي دام فترةً وجيزةً، بعد كمية خذلانٍ تعرضتُ لهُ، والأسى الكبيرُ الذي حاوطني بصحبةِ الدموعِ كل ليلةَ، أدركتُ ما هي حياتي.

أصبحتُ أعلم جيداً أن الإنسان مهما سعى إلى أحبابه بات هناك مقارنةُ بينه وبين شخصٍ عبرَ الطريقَ دون ان يبوحَ بشيءٍ، باتت الدقائقُ كفيلةٌ بالقضاء على سنواتٍ مزينة بالفرح والسعادة، وكم من جمعةَ أحبابٍ رافقها الضحك، لكن أبسطَ الأمورِ

انتزعتها، انتشلتها من أعمقِ نقطةٍ في داخلنا، لكنني الآن أيقنتُ مدى صعوبةِ التعلق بأحد أيقنتُ تماماً الحب الذي لحقهُ الأذى.

أم الآن فقد كونتُ لنفسي مساحةٍ خاصة بعد وقتٍ طويل، لرُبّما تكونُ الحياةُ محطات وهذه محطتي الجديدة.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

انقلبَ حالي

تعدت أحزاني جميع الحدود؛ لتتمركز حياتي حول العجز من داخلي، باتت كل التفاصيل عاديةٌ بالنسبة لي، والسعادة تزول، حاولت أن لا أهتم، لكنني لم أستطع، حاولت جاهدة أن أنسى ولكن كيف هذا؟

أظهرتُ قوتي للجميع رغم الحُطام الذي يعمُ بأرجائي، حاولت إخفاء وجعي فليس هناك من يفهمني، بهذا الوقت تماماً كنت قد ارتديت قناع الوجه خاصتي، ابتسامةٌ عريضة وتفاؤلٌ بالحياة، لكنني كلما جلست وحدي أدركت حزني

لم يكن الحظ ليحالفني، ولم تكن الأيام الماضية تريدني، كنتُ الطرف المرفوض في كل طريقٍ أخطوه، المنبوذةُ أمام الجميع، فقدتُ شغفي ومتعتي لتحتل الكآبة أولى مراكزي حتى انقلب حالي ولا أردي ما الذي جرى بذاتي

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

دائِرة

كُنا غُرّباء، كلٌّ مشغولٌ في نفسه حتى مُحادثاتُنا كانت قليلة ...

لا أعلمُ كيف أصبحنا اصدقاء

او كيف تعمَّقنا في بعضنا مثلاً

او كيف اصبحنا نتبادلُ الاغاني

كيفَ وصلَ بنا الامرُ لنسمع سوياً لِمحمد سعيد او لِمشروع ليلى او لِبيغ سام او لِفرقة أخر زفير؟

اما عن بُكائنا الهيستيريّ عند لقائنا

وبوّحنا لِكُل ما يؤلمنا

عَدم تفكيرنا في الكلام الذي ننطُقهُ حتى

مُشاركةِ مسلسلاتنا

ثيابنا المُفضلة

طعامنا المفضل!

اغانينا المفضلة

في الوقتِ الذي كانَّ فيهِ انت

كانت كُلُّ هذه الاشياء تُعطي طابعاً لطيفاً

تُعطي طابعاً حنوناً

طابعاً هينّاً

لتُشعركَ انك ما زلتَّ بأمان

ما زالت الأُمور بخير

لَّم تتغيَّر الاحوال الى الأسوأ كما ظننت

حتى لَّحظة

ظننتَّ انها مُشاجرة عادية

كَتِّلك اليومية

انقطعَّ الوِّصال

اصبَح الكلام ينحصر تحت مَرحباً وأهلاً

لا مُر حُباً فقط مَرحباً

النهاية كانَت أننا عُدنا لأولِّ سطرٍ في النَّص

الكاتبة: شَيّماء نبيل الحميدات ♡

لم يتبقى شيءٌ مني

وجدتُ نفسي قد طردت من مسكنها وكأن نصف سعادتي قد قتلت رباهُ

ماذا أفعل إن كان حكمُ الحياةِ قد صُدر قلت لاتقبل لعل وعسى أن أجد نفعاً.

فما الحياةُ الربانية إلا كومة من العذاب المؤقت لنفس البشرية قد تضيق عليكَ جدران هذه الحياة فعتاد فوالله ليس هناك حلٌ يريح الذات، كم من الأحباب ستخسر ؟

كم من الاقارب ستفقد؟

كم من فشلٍ ستحصد ؟

وكم من الكلام ستسمع ؟

لا أعلم لرُبّما كل الأمورِ تحاوطكَ فتقرر أن تحتويكَ بداخلها رُبّما ستنشلك من بئر سعادتكَ فما عليكِ إلا الصمود أمام حياتكَ إن زارتك السعادة فالحزن يزف الطريق بعدها فسعد بوقتها فالسعادة مؤقتة

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

إلى الصمتِ أوصلتني

ورأيتُ بعينك نظرة الغريب، قلتُ بذاتي كم أخطأتُ بظني حينما قلت عنك وريدي، ليت الأيامُ تعود والحياةُ تخلو وتزول، تنتهي، فقد أرهق كاهلي، لست بقادرةٍ على التحمل، فروحي هشةٌ يخدشها أي شيء،

رأيتك سعيداً ببعدي، وكأنها أمنيتك في دنيتي، حسبته غباءً مني، لكنني رأيت بعيني، كيف فضلت أحداً على نفسي، و الدموع قد علقت بعيني،

ماذا فعلتُ ؟

أي حق ارتكبت ؟ هل أخطأت ؟

لم أفهم شيء، لكن قلبي قد كسر، لا أدري لكن روحي خدشت وقلبي قد كسر، ليت الأيام تعود والماضي لا يزول، ليت الحروف تفهم والقارئ يعلم، كم هي أذيةُ طريقي ! كم أثرت على نفسي! كم من المرات قتلني سكوتي ! إلى متى سأصمتُ خشية كسرك ؟

لربما لشخصيتي عيوب وأقلها ميزات، لكن هذا حالي ماذا أفعل؟

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

في منتصف الحياة

أقفُ مترددةً في سيري

تُرا ماذا يخبأُ عالمي ؟

الحزن يتكدسُ في ذهني

سعادةٌ أبتعدت عني

أريدكَ بجانبي

لكنكَ أثقلت كاهلي

أحبكَ والحاء كافٌ والباء راء

تقلبت الحروف لأجلِ كسرٍ كسرتهُ

للهِ دَركَ ألم تفهمني ؟

مريضةٌ بالتأكيد

أعجز عن التفسير

لكنني معشوقةٌ مشتاقة

معبرةً بجدارةَ

لكنكَ لم تفهمني رغم أنك اكثر من فهمني

كفاكَ غباءً وأنتَ الصاحبُ التفكير

أرجوك أقترب لكن لن أعود

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

لم أجد أحداً بجواري

ركضتُ بعيداً حينما وجدتكَ مع غيري، ناديتكَ لكنكَ لم تسمعني، تشبثت بكَ لكنك افلتني، قلتُ لكَ: تبتعد، نكرتَ كلامي، لكنني قد رأيتُ بعيني، إهتماماً لغيري، حباً ينبع منكَ لغيري، اقسمُ أنني جرحتُ من داخلي، لكنني قررتُ الصمود أمام وجعي، لم أرى نفعاً لنفسي، تهزأً بحزني، وحججٌ تكررت في حياتي، قررت العِتاب لكن شيءً ما قد منعني، حاجزاً بيني وبينك، حاولت تجاوزه لكنني لم أبدي حسناً، ركضتُ في ميادين حياتي، لم أجد شخصاً غيركِ كيف لي أن أقول ما بداخلي ؟

تذكرت وقتها كيف رفضتُ إدخال أحدٍ إلى جانبي، كنتُ قد خصصت مساحتي كلها لك، قابلتني بالطرد من حياتي، اغرورقت عيناي بالدموع، لكن الكلام لا يُضمّد الجروح، صمتٌ يعّمُ بداخلي، وأبقى وحيدةً في عالمي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

الموتُ هو العِقاب

فَصْعُونةٌ شَقراء تُحَرّضُ حبيب الأحلام على ماذا؟،

بِلوْن دَمها لَونُ الحبّ، تقولُ ولا تعلم أنّه جحيم أن تقترب من هذا الحبيب، الدّرس سيُلقَّن بكل تأكيد وخبر الوفاة سيُعلن،

آخخ يا لهذه المجنونة عيناها على حبيبي، لرُبّما تعشق التحدّي، تحبُّ الإثارة وروحها رخيصة لدرجةِ أنها سلمتها لمجنونة، أمّا عنه فقد ذاب بها رُغم عِلمه بضيقي منها لكنّه لم يدري أنّي لم أعد أُبالي وأَسرعُ حلولي "قتلُ روحٍ أحببتُها فلم تكن لي"؛

صِدقاً إنّهُ أخطأ باختياره فالموتُ من نصيبه وهدية لحبّه، قُلتُ له لا أحتمل فلم يُصغي، تَجاهلَ كَلامي وهذا ما زاد غيظي حتى أرسلتُ قاتلاً يقتله؛

تسلّل إليه والظُلمة قد ملأت منزله، في السّرير ينامُ يريد الحلم بالحيّةِ الشّقراء ولا يعلم أنّها ستُفارق الحياة، تُنازعُ بضعة ساعاتٍ لكنّك يا حبيب الفُؤاد سترتاح، لن يطول وجعك إلَّا قليلاً، إصبر فقط، الموضوع بسيطٌ للغاية؛

انقطعت أنفاسك يا حبيبي كيف قتلتُك بذاتي والعيشُ من بَعدك أصعبُ أحزاني كيف هي حياتي بدونك؟،

كلّه من تلك الشّقراء، لن أرحمها بعد الآن، سأقتلها، لكنّها ستلتقي بك، لا لن أَقتلها، لرُبّما تعيش وحدك في السّماء ويأخذك أحدٌ يشبه الشّقراء،

سألحقكَ يا عزيزي وإلي السّماء آتيك بالورد والياسمين، أرحّب بكَ بقلبي من جديد، عُد مُعتذراً ليس أكثر، احمل بيدك الأُقحوان فهو أروع من الكلام، هل تنتظرني أم أنّني أتوهّم؟،

ها أنا قادمة إليك يا حبيبي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

مشاعرُ منفصمة

سأنتَظرُ رُغم كُرهي للإنتظار،

سأُحبُّ رُغم خوفي من الخُذلان،

سأكره رُغم حبِّي المُبالَغ لبعضِ الأشياء،

سأتَجاهل رُغم الضّيق الذي يثُور بداخلي،

سأصمتُ رُغم الإنهيار الذي يقاوم بذاتي،

سأُرحّب بِكم رُغم كثرةِ طردي،

سأكونُ أنا رُغم صعوبةِ كوني أنا،

سأهتمُّ رُغم كلّ ما أقابله،

لا أدري ما تخطّه أناملي سِوى أنّني عجِزتُ عن الكلام والقلب لم يعد مُتاح، يَرفُضُ وجود الأحباب، يصمتُ عندما يتوجّبُ عليه الكلام، يُثرثر دون استيعاب، يَخشى أن يخلق لنفسه مكانةً ليست من حقّه، يبقى في جُحره خوفاً من الأذيّة فالعالم بنظره مخيفٌ، يُحاول جاهداً الهروب، تُرى أين بوّابةُ الخروج؟،

أريدُ الهروب من هذا العالم،

ذُلَّت نفسي وضاعت، ضَعفَت قُواها وماتت، نازعت وأُحرِقت ورمادها لازال يُدهس،

لم أعد أتحكّم بغضبي والتّفكير يسرِقُ وقتي، باتت بلا فائدة،

لازال النصّ مُستمرّ، لكن، هل لي بمِنديلٍ لأمسح دموعي؟،

عُدتُ إلى مكتبي لأُكمل ماهيّة حياتي، جسدي يرتجفُ عند غضبي وكأنّ زِلزالاً قد دمّر حياتي، رُبّما أُبالغ بحزني لكنّ الألم يُضيّق صدري،

تُرى هل منكم من فهِم ما بداخلي؟ أم كلامي مُجرّد حروف ملأت هذه السّطور؟،

أعتقدُ أنّ الكلامَ بالنسبةِ لكَ أيّها القارئ كلامٌ لكنّه مشاعرٌ تتأجّج بداخلي.

الكاتبة: راما أحمد شحاده الوهادنه♡

إنفصام

أُحِبُكَ

وأكرَهُكَ اكثَر

أريدُ شُربَ الشايِّ معك

لكن بالمقابل اريد ان ارميهِ عليّك

عَلّكَ تُحرَق!

أوّ تَبكي رُبما

لَكنني لستُ سيئة

ولستُ مُنطفئة

حتى لَوّ عيناي تُحاط بالسواد

أو اشعرُّ بالانهيار

او احظى بالنوّمِ المُتقطِع

الذي ينحصرُ بثلاثِ ساعاتٍ يومياً

لَكنّ لا بأس انا بخيّر

اي انهُ لن احتاج ان أبوحَ لكَ بِحُزني

أو ان ابكي امامكَ علَّكَ تُؤمِن خَوّفي

اشعرُ انني سعيدة

اكثرَّ من اي وقتٍ مَضى

لستُ حزينة

احتاج الى قليلٍ من النومِّ فقط

الكاتبة: شيّماء نبيل الحميدات♡

متلازمة الانفصام

مرحبًا يا رفاق، كيف حالكم؟

أتمنى أن تكونوا بخير وفي أفضل حال!

محتوى كتابنا يتضّح من عنوانه، يتحدث عن مرض نفسي مزمن، يُلازم المصاب به طوال فترة حياته، ولا يُمكن معالجته لكن يُمكن السيطرة عليه بواسطة العلاجات الدوائية المناسبة ألا وهو "انفصام الشخصية".

إن الانفصام في الشخصية اضطراب عقلي شديد يفسر فيه الأشخاص الواقع بشكل غير طبيعي، وقد ينتج عنه مجموعة من الهلوسات والأوهام والاضطراب البالغ في التفكير والسلوك وهو ما يعرقل أداء الوظائف اليومية، ويمكن أن يسبب إعاقة.

حسنًا يا يقين، كيف نتأكدُ من إصابة الأشخاص المحيطين بنا من عدمها بمرض انفصام الشخصية؟

اممم، سؤالٌ ممتازٌ وفي موضعه، أنتم تسألون عن أعراضِ الإصابةِ بمرض انفصام الشخصية، هيا معي لأجيبكم عن سؤالكم!

الجديرُ بالذكر أن مرض "انفصام الشخصية" يشمل مجموعة من مشاكل التفكير (المعرفة)، والسلوك، والانفعالات، مثله مثل أي اضطراب نفسيّ تختلف أعراضه ومؤشراتهُ من شخصٍ لآخر، ولكن تشمل في أغلب الأحيان الضلالات، أو الهلاوس أو الحديث غير المنظم، ويعكس ضعف القدرة على العمل.

وقد تشمل الأعراض على ما يلي:

* الضلالات: يوجد معتقدات كاذبة لا تمتُّ للواقع بصلة، على سبيل المثال: كأن تعتقد أنكَ تتعرَّض للأذى أو المضايقة، أو توجيه إيماءات أو تعليقات معيَّنة لك، أو لديكَ قدرة خارقة أو الشهرة، أو شخص آخر يحبكَ، أو كارثة كبرى على وشك أن تحدث، تحدُث الضلالات مع معظم الأشخاص المصابين بانفصام الشخصية.

* الهلاوس: تتضمَّن الهلاوس عادةً رؤيةَ أو سماعَ أشياء غير حقيقية ولها كامل القوة والتأثير على الشخصِ المصاب، يُمكن أن تُصيب هذه الهلاوس أيًّا من الحواس، ولكن سماع الأصوات هو أكثر الهلاوس شيوعًا.

* التفكير والحديث الغير منظم: يُستدلُّ على التفكير الغير منظم من الحديث الغير منظم؛ لذا اتضّح للعلماء أنه من أعراض هذا

المرض الخطير هو ضعف التواصل الفعَّال، وقد لا تكون الإجابات ذات صلة بالأسئلة جزئيًّا أو كليًّا. في حالات نادرة، قد يتضمَّن الحديث وضع كلمات ليس لها معنى معًا لا يُمكن فهمها، وتُعرف أحيانًا بِـ "سلطة الكلمات".

* سلوك حركي غير سوي أو غير منظَّم للغاية: يظَهر ذلك بعدة طرق تتراوح بين الحماقات الطفولية إلى انفعال لا يُمكن التنبُّؤ به، سلوك لا يُركِّز على الأهداف؛ لذلك يَصعُب القيام بالمهام، كما يُمكن أن يتضمَّن السلوك مقاومة التعليمات، أو اتخاذ وضعية للجسم عجيبة أو بشكل غير ملائم، أو فَقْد الاستجابة كاملًا، أو حركة مفرطة عديمة الفائدة.

* الأعراض السلبية: يُشير ذلك إلى تقلُّص أو فقدان القدرة على العمل بصورة طبيعية، على سبيل المثال، قد يُهمل الشخص النظافة الشخصية أو يبدو بلا انفعال بمعنى أنه لا يجري تواصُل بصري، لا تتغيَّر تعابير وجهه أو يتحدَّث بنبرة ثابتة، وقد يفقد الشخص الاهتمام بالأنشطة اليومية، وينسحب اجتماعيًّا، أو يفقد القدرة على الاستمتاع.

يُمكن أن تختلف الأعراض في النوع والشدة بمرور الوقت، يتخلَّلها فترات تدهوُر أو هدوء للأعراض، كما قد تظلُّ بعض الأعراض قائمة باستمرار.

بوركتِ يا يقين، متى تبدأ أعراض انفصام الشخصية سواء عند الرجال أو النساء وهل يمكن أن يُصاب به الأطفال؟

حسنًا، دعوني أحدثكم بشيءٍ من التفصيل، عند الرجال تبدأ الأعراض في الظهور عادةً في الفترة بين بداية ومنتصف العشرينيات، أما عند النساء تبدأ الأعراض في أواخر العشرينيات، كما أنه من غير الشائع تشخيص الفصام بين الأطفال، ويندُر تشخيصه في من هم أكبر من خمسٍ وأربعين عامًا.

تشبه أعراضُ فصام الشخصية عند المراهقين أعراضَه عند البالغين، إلا أنه يكون من الصعب ملاحظته، يرجع جزء من ذلك لكون الأعراض المبكرة لفصام الشخصية عند المراهقين تشبه تصرُّفات المراهقين المعتادة في سنوات مراهقتهم، مثل:

* الانعزال عن الأصدقاء والعائلة

* تراجُع مستوى التحصيل الدراسي

* اضطراب النوم

* سهولة الاستثارة أو الاكتئاب

* الافتقار للحافز

كما أن تعاطي العقاقير الترفيهية، مثل الماريجوانا، أو ميث أمفيتامين، أو ثنائي إيثيل أميد حمض الليسرجيك (LSD) يسبِّب مؤشرات وأعراضًا مشابهة.

وبالمقارنة بأعراض فصام الشخصية عند البالغين، قد يبدو المراهقين:

* أقل عرضةً للإصابة بالأوهام

* أكثر عرضةً للإصابة بالهلوسات البصرية

متى يجب زيارة الطبيب؟

غالبًا ما يفتقر المصابون بالفصام إلى الوعي بأن صعوباتهم تنجم عن اضطراب عقلي يتطلب عناية طبية؛ لذا غالبًا ما يلجأون إلى العائلة أو الأصدقاء لطلب المساعدة.

خذُ بنصيحتي هذه المرة يا رفيق: إن كنت تعتقد أن أحد معارفك تظهر عليه أعراض "انفصام الشخصية"، فتحدَّث معه أو معها عما يُقلِقك، بالرغم من أنه لا يمكنك إجبار أي شخص على طلب المساعدة المهنية، فإنه يمكنك تقديم التشجيع والمُساندة ومساعدة الشخص العزيز عليك في العثور على طبيب أو أخصائي صحة عقلية مؤهَّلَيْن.

إن كان ذلك الشخص العزيز عليك يشكِّل خطرًا على نفسه أو على الآخرين، أو لا يمكنه التكفُّل بطعامه أو ملابسه أو مأواه، فقد تحتاج إلى الاتصال بمُسعِفي الطوارئ الآخرين للمساعدة حتى يمكن تقييم حالة ذلك الشخص من قِبَل اختصاصي الصحة العقلية، قد تكون المضادات الحيوية ضرورية في بعض الأحيان.

للأسف تشيع الأفكار والسلوكيات الانتحارية بين المرضى المصابين بالفصام، إذا كان لديك شخص عزيز عليكَ في خطر الإقدام على الانتحار أو قد حاول الانتحار من قبل، فتأكَّدْ من بقاء شخص ما بجانبه ولا تتركْهُ بمفرده. اتصلْ على الفور برقم الطوارئ المحلي الخاص بمنطقتك، أو خُذ هذا الشخص إلى أقرب مستشفى للطوارئ، إذا كنتَ تعتقد أنكَ قادر على فعل ذلك بأمان.

إن الأمر خطيرٌ جدًّا يا يقين، يبقى السؤال المحيّر ما هي أسباب هذا الاضطراب العقلي والنفسي المزمن؟

على الرغم من عدم معرفة السبب الدقيق لفصام الشخصية، يبدو أن عوامل معينة تزيد من خطر الإصابة بفصام الشخصية أو تحفيزها، وتشمل ما يلي:

* وجود تاريخ عائلي للإصابة بفصام الشخصية

* بعض المضاعفات خلال الحمل أو الولادة، مثل سوء التغذية أو التعرُّض لسموم أو فيروسات قد تؤثر على تطور الدماغ

* تناوُل أدوية مُغيرة للعقل (نفسية التأثير أو نفسانية المفعول) أثناء سنوات المراهقة أو الشباب.

ما الذي يحدث إذا تُرِك المصابُ دون علاج؟

في هذه الحالة يكون الأمر في غاية الخطورة؛ فقد يؤدي إلى مشاكل خطيرة تؤثر على كل مجال من مجالات الحياة.

وتتضمن المضاعفات التي قد يُسببها الفصام أو قد يرتبط بها ما يلي:

* الانتحار، ومحاولات الانتحار، والأفكار الانتحارية

* اضطرابات القلق واضطراب الوسواس القهري (OCD)

* الاكتئاب

* إساءة استخدام الكحول أو المخدرات الأخرى، بما في ذلك النيكوتين

* عدم القدرة على العمل أو الذهاب إلى المدرسة

* المشاكل المادية والتشرد

* العزلة الاجتماعية

* المشاكل الصحية الطبيَّة

* التعرض للإيذاء

* السلوك العدواني، رغم عدم شيوعه.

الوقاية

لا تُوجد طريقة مؤكدة للوقاية من الانفصام، ولكن يمكن أن يُساعد الالتزام بخطة العلاج في منع الانتكاسات أو تفاقُم الأعراض، بالإضافة إلى ذلك، يَتطلع الباحثون إلى أن معرفة المزيد عن عوامل خطر الإصابة بالفصام قد يُؤدي إلى تشخيص وعلاج مبكر.

يحتاج المصابون بالفُصام إلى علاج مدى الحياة، ويمكن للعلاج المبكر أو يساعد على السيطرة على الأعراض قبل ظهور الأعراض الخطيرة وتحسين المظهر على المدى الطويل.

دُمتم في رعاية الله وحفظه يا رفاق، إلى هنا ينتهي نصي، نترككم مع نصوص بقيّة الكُتّابِ المتميّزين الذين تقمّصوا أدوار أشخاصٍ مُصابين بمرض انفصام الشخصية.

الكاتبة: يقين الصديق قدورة/ليبيا♡

شُكر

أردنا أن نختِمَّ الكتابَّ بشُكرِ كُلِّ مَن ساندنا من عائلاتنا وأصحابِنا

العائلة التي كانَّ لها الدورُّ الأكبر

التي نُهدي لها كُلَّ إنجازاتنا

كُلُّ كلامنا وكُلَّ حروفنا

حتى وإن تُهنا في سبيل ترتيبها

فَلا الكلامُ يُسعفنا ولا الصفحاتُ تَكفينا لنَكتُبَ عَن فضلِكُم علينا وجُهدِكم لِنكونَّ ما نحنُّ عليهِ الآن

آبائُنا

نبيل موسى الحميدات وَّ أحمد شحادة الوهادنه

أُمهاتنا

رونزا محمود الغول وَّ جيد محمد القرعان

أما عَنّ رُفقاءِ الروح الذين اضافو سُكرةً إلى حياتنا

أصحابُنا، أشقاءُ روحنا

عالمُنا الآخر وكُلُّ فَرحِنا، مُحسناتُ مَزاجنا فلَكُم الدورَّ ايضاً فيما نحنُّ عليهِ مِن سعادة.

لُجين نزيه خضيرات وَّ ميرا عِماد الكيالي

شُكر

لا نَنسى أيضاً مُعلمتنا العَظيمة نُزهه حمدان

نوّدُ أن نُهديكِ هذا الإنجاز

لِنشكُرَكِ على تشجيعكِ ووقوفكِ بجانبِ طالباتك ومساندتِهم دائماً.

لِنَقولِ لكِ أننا عَرِفنا معكِ كيّفَ يكون المُعلِّمُ مُؤثِراً وكيّفَ يُحدِثُ فَرقاً في نفسِ طالبِهِ.

بِرِقتِكِ وحنانِك، بِلطافتِك وحتى إبتسامتك التي تُشبهُ النسمةَ في عزِّ الصيّف او ضمةٍ دافئة وسطَ البرد.

حَتى ولو أننا لَّم نحظى بفُرصةِ تدريسكِ لنا، لَكنَّ تَعامُلَّكِ وتشجيعكِ الدائم وكَلامُك الذي يُضيف بهجةً إلينا كان يكفي ليُحدثَ فَرقاً لنا .

فَرّاشتُنا

شُكراً، شُكراً دائماً وأبداً على كُلِّ شيء .

طالباتُك شَيّما وراما

شيماء الحميدات

عائلة انفصام

شيّماء نبيل الحميدات ♡

راما أحمد شحاده الوهادنه ♡

لميس محمد♡

ماسة بسام سارة♡

اريج حمزة الشريف♡

رؤى السعود ♡

مهند الحربي ♡

عبد الحكيم مصباح اوحيدة♡

دعاء قبّش ♡

مريم معك ♡

رنَيم آل بدر ♡

هاني الجوجو♡

رؤى أبو جودة ♡

ماريا محمد حسونة ♡

حلا حبيب الحياري♡

الفهرس

الاهداء ٩

كاشاريل ١١

غَدير ١٣

قطة بيضاء ١٥

أعلنتُ عليكِ الحُب ١٧

غرباء ٢٠

آثارُ حبٍّ ٢٢

كُرةٌ يسقطُ في خرابٍ ٢٣

جُزئينِ مِني ٢٤

ليتني أحظى بِتلكَ الليالي ٢٧

نجمتي الخاصة ٢٩

12:00 ..... ٣١

سجّانه قلبي ٣٤

روحي المهمشة ٣٦

كوكبي المنير ٣٧
غريبة عن نفسي..... ٣٨
لحظة إنكسار... ..... ٣٩
كنه السعادة!..... ٤١
الساعة الثانية عَشر ٤٣
لليلة باردة ٤٩
مبعثرة..... ٥٤
أن تصل ٥٥
انفصامُ الحُب..... ٥٨
انفصامُ الحُزنِ..... ٦٠
متاهة عقل..... ٦١
تناقضاتي ٧٣
في ثنايا عقلي..... ٧٥
سُمي ودوائي ٧٧
نعمتي أنتِ..... ٨٠
خطيتي في الدنيا ٨٣

هديتي في الدنيا..... ٨٦
لا زلت على أمل عودتك ٨٩
لم أعد انتظر روحك..... ٩١
مرآتي أهذهِ ذاتي؟!..... ٩٢
العالم الذي يحتضنني ٩٤
بِربّكَ قُل لي ما هو ذنبي ؟..... ٩٦
ماذا لو عادَ معتذراً؟ ٩٧
من المخطئ بيننا ؟..... ٩٨
هل ستحافظ على قلبي ؟..... ٩٩
صماءٌ أخشى الكلام ١٠٠
ضمد الجرح ولو بكلمة ١٠١
بالفعلِ أنا مُشتاق ١٠٢
أين راحتي هل بحاضري أم بالماضي ؟..... ١٠٣
وأخيراً فهمتُ حياتي ١٠٤
في منتصف حلقكِ يقع وجعك ١٠٥
حبٌ صاحَبهُ موادُ العلوم ١٠٦

لن يشكلَ فرقاً إن بُحت ١٠٧
مَسكَن المَوت ١٠٩
انغِماس ١١١
لحظة إنكسار ١١٣
زَفير ١١٥
غيّمة ١١٧
صورّة ١٢٠
لعل نفسي فهمت ١٢٢
انقلبَ حالي ١٢٥
دائِرة ١٢٦
لم يتبقى شيءٌ مني ١٢٨
إلى الصمتِ أوصلتني ١٢٩
في منتصف الحياة ١٣٠
لم أجد أحداً بجواري ١٣٢
الموتُ هو العِقاب ١٣٣
مشاعرُ منفصمة ١٣٥

إنفصام ١٣٧
متلازمة الانفصام ١٣٩
شُكر ١٤٨
شُكر ١٥٠
عائلة انفصام ١٥١
الفهرس ١٥٣