شيزوفرينيا

تأليف مجموعة من المؤلفين

خواطر أدبية عربية

إشراف أ. سارة عكّام

تدقيق أ. ميساء الدبا

(شيزوفرينيا)

تقدم فريق إحساس قلم

صناعة كاتب

نوع الكتاب : قصص قصيرة

تأليف الكتاب : مجموعة من المؤلفين

تدقيق الكتاب : أ. ميساء الدبا

إشراف الكتاب : أ. سارة عكّام

تصميم وتنسيق : م. لؤي الشولي

رقم الكتاب : ٣٧

مكتبة كتوباتي الإلكترونية

(جميع الحقوق محفوظة)

(الإهداء)

إلى كلّ مَن هرِمَ قلبهُ من همومِ الحياة...

إلى كلّ مَن نشبَتْ الأوجاعُ في روحهِ كنِيرانٍ متأجّجَةٍ.

إلى مَن فرشوا لنا الدّروبَ ورودًا حمراءَ احتفاءً بمجيئِنا.
إلى مَن شمّروا عن سواعدِهم، وصنعوا تُحفًا فنيّةً من الإبداع...
إلى كلّ كائنٍ ما زال يتنفّسُ على هذه البسيطة.

ميساء الدبا

*****

(المقدمة)

من بين فروجِ السّماء ينبعُ الحبّ، يتساقطُ علينا كقطراتٍ من المطر، فتنتشي به أرواحنا. يصفعُنا الألمُ كصاعقةٍ تُفتِّت قلوبنا إلى أشلاء تتناثرُ في الفضاء؛ فتفردُ النّجومُ أيديها علينا؛ لتُداوي بها أفئدتنا المكلومة. ما زال الأملُ مُتواريًا في غماماتِ النّورِ، وسيهطلُ علينا كشُهبٍ من أفراحٍ ذات يوم.

ميساء الدبا

*****

[شيزوفرينيا]

"عِلّةٌ وهميّةٌ"

أن تكون صاحب مهنةٍ حسّاسةٍ، يعني أنّك معرّضٌ دائماً لمواقفٍ خارجة عن المألوف.

في إحدى الصّباحات المُشرقة رنَّ هاتفي وإذ بأحد الأخصّائيين يهاتفونني من أجل الكشف على حالةٍ طارئةٍ ومستعجلة.

جريتُ بسرعةٍ متّجهةً لخزانتي كي أرتدي ما يُقذَف أمامي، وصلتُ أخيراً للمصحّ ولم أرمِ السّلام على أحدٍ حتّى أنّي لم أحتسِ القهوة.

أشار الطّبيب بسُبابتهِ إلى الغرفة رقم (سبعة) دخلتُ بخطواتٍ نحيلةٍ ولا أدرك ما ينتظرني

أطلقتُ جملةً طريفةً وقلتُ: الشّمسُ اليوم متوهّجة بشكلٍ خصوصيّ على هذه الغرفة

هل هناك علاقةٌ تربطكِ بها؟

أزاحت نظرها من على المجسّم الدّائري المعلّق فوق كرسيّ وقالت: أتقصدين الشّمس المزيّفة الّتي تزيّنُ قبحَ الحائط، أم أنّكِ تقصدين تلك الّتي تحرقُ آمال الضّعفاء؟

أتدركين لِمَ أنا هنا، وبأدقّ لمَ أنتِ هنا؟!

دعيني أخبركِ كونكِ جئتِ لاستماعي،

لا أعرف ماذا سأفعل، ولا كيف سأتصرّف ولا أعرف كيف أعيشُ أو لماذا سأعيش

لقد أصبحت الحياةُ بالنّسبة لي لا تُطاق، فكُلّ شيءٍ من حولي كاذبٌ و مزيّف للأسف، حتّى عائلتي لا أنتمي لها، صراحةً هم ليسوا سيّئين، بل رائعين جدّاً بممارسةِ العُنف ضدّي

وخلْقِ الذّكريات المؤلمة، المنزلُ الّذي يُفترض أن يكون حصني، ليس إلّا كابوساً يُطاردني ويسحق بكُلّ قواهُ جميع آمالي، أنا بمفردي

بنفسي لا أستطيع أن أواجه هذه الحياة القاسية الّتي تحتاجُ إلى مئةِ وجهٍ ومئةِ لسان، وضميرٍ متقلّبٍ حسب الظّروف

أنا لا أستطيع أن أعيشَ بدونِ ضمير، لا أستطيع أن أكذبَ على نفسي، وأحبّ الإنسان الّذي أكرهُه، فكيف عليّ أن أسمع الإهانةَ بأُذني وأسكت عنّها أو أرى بعض النّاسِ يستغلّون طيبتي؟!

ألم يبقَ عدلٌ في هذهِ الدُّنيا، ألم يبقَ القليل من الحُبّ والصّدق حتّى نقدر أن نعيشَ بسلامٍ؟!

لماذا القدرُ يُعاكسنا والحياة تأتي دائماً مع الظّالم وتقوّيه؛ ونحن علينا أن نطيع، ولا نتكلّم أبداً؟!

على الإنسان في زمننا هذا أن يرمي قلبهُ تحت قدميهِ، بل عليه أن يتسلّحَ بالكذبِ والعنفِ والنّفاق.

الأصدقاءُ والعائلة لم يحبّونني يوماً، هُم بالنّسبةِ لي ميّتين والميّتُ لا يعيش، أتفهمين قصدي؟

والمنكسِر لا يتصلّح وأيُّ كسرٍ هذا، فقد كسروا قلبي! كسروا أجملَ شيءٍ في حياتي، حُلُمي الّذي كنتُ أنتظرهُ ولا أحلُم به.

فجأةً دقّ الباب، دخل الطّبيبُ حسام: ما بكِ يا إيفيا، هل تذكّرتِ نفسكِ قبل ثلاثةِ أعوامٍ؟

إيفيا: كنتُ مثقلةً، منهكةً، وحدك مَن انتشلني من الاضطّرابات تلك، الآن أنا طبيبةُ الأرواحِ، أستمعُ لنفسي باستمرارٍ كأنّها إحدى مرضاي.

هذا المستشفى وأنا لم نكُن مريضين يوماً، بل كنّا ضحايا المُعقّدين والمريضين الحقيقيّين، نحن فقط بحاجةٍ لمن يسمعنا، ويُصدّق قولنا، بحاجةٍ لمن يُخفّف ثورةَ الغضب بأعماقنا، نحتاجُ الاحتواء لا أكثر.

تعلّمتُ كيف أحتوي نفسي دون انتظار أحدٍ، وأشكرك أنت تحديداً؛ لكونك خصّصت تلك الغرفةَ لتكون لي ولأفكاري، ولتعدادِ الشّخصياتِ الّتي تكمُن بداخلي.

نوهم أنفُسنا بأنّ الشّيزوفرينيا مرضٌ خطيرٌ، وبالحقيقةِ هو أمرٌ اعتياديٌّ للأشخاصِ الّذين يتعرّضون لكمٍّ هائلٍ من النّفاق.

مهما تعظّمت الخيباتُ بكم، لا تدعوا اليأسَ ينتصر، الأيادي الّتي لم تتمسّك بكُم فليلعنَها الله، مدّوا أياديكم، كونوا النّجاةَ لأنفسِكم لا لأحدٍ آخر.

|بقلم: سارة عكّام|

فراشة أديبة.

*****

(شمس الأمل)

في إحدى الأحياء القديمة، كانت هناك شقة صغيرة تعيش فيها عائلة مكوّنة من أُمّ وطفلها. كانت الأم، الّتي تُدعى ليلى، تمثل كلّ شيء في حياة ابنها، فقد كانت له الأمان والحنان. لكن، ولسوء الحظ، كان ابنها، سامي، يعاني من اضطراب نفسي يُعرف بالشّيزوفرينيا، مما جعله يعيش في عالم من الخيالات والأصوات الّتي تلاحقه.

كان سامي شاباً موهوباً في الرّسم، وكان يرسم مناظر طبيعيّة جميلة تحت أشعّة الشّمس، الّتي كانت تشعّ بشكل ساطع وتلعب على وجههِ.
لكن تِلك الشّمس لم تكن كافية لتبدد ظلال الشّيزوفرينيا الّتي كانت تُسيطر على عقله. كانت تلك الأعراض تتجسد في صور

مرعبة، وأصوات تناديه من زوايا الغرفة، ممّا جعله يختار العزلة بعيداً عن العالم.

ففي أحد الأيّام قد اتصلت بي ليلى وقالت: صديقي أديب أنا بحاجة إلى مساعدتك، ابني سامي قد حرق جميع نبضات قلبي، أرجوك أفعل شيء.

فقلت لها حسناً صديقتي أنا آتي لأرى سامي وأشخّص حالته فعندما بدأت في تقديم العلاج له، لم يكن الأمر سهلاً، فاتذكّر كيف كانت يداه ترتجفان، ودماء ذكرياته تنزف من قلبه المحطّم، وهي ذكريات تحمل في طيّاتها تجارب صعبة عاشها في صغره. فقد شهد حادثةً مأساويّة، فقد فيها والده، مما زرع في داخله خوفاً دائماً وقلقاً لا ينتهي.

فقلت لصديقتي ليلى أمر العلاج لسامي صعباً للغاية بهذه الطرق التي مارستها معهُ، سأقول لكِ ماذا تفعلين وأنا سأمدك بالدّعم الكامل يا صديقتي فالشيء الذي بداخل سامي لا يمحوه سوى أنتِ، ولن يعود سامي ذلك النجم الموهوب إلا بكِ أنت يا ليلى،

فقالت: حسناً قل لي ماذا أفعل أرجوك.

فقلت: كوني سامي واجعلي سامي يراك موطنه يراك نصفه الثاني كي يعود إلى ما كان عليه سابقاً، وأفضّل زوّديه بالحنان الطائف، وتحدثي إليه ولا تدعيه وحده واجعليه يخبرك بكُلّ شيء دون خوف من شيء ما، وأنا في كل يوم سأتي لزيارته والاطمئنان عليه.

فبدأت ليلى أن تأخذ بزمام الأمور، وبدأت تعالج ابنها بنفسها وتخبرني بكل شيءٍ في كلّ لحظة وأخرى، كانت تجلس بجانبه، وتحدّثه بحنان، وتستمع إلى مخاوفه، وتحاول أن

تُشعره بالأمان، كانت ترى في عينيه المعاناة، ولكنها كانت تأمل في أن تُعيد له الأمل، كانت تسلّط ضوء الشّمس على أفكاره المعتمة، وتُخبره: الحياة لا تزال مليئة بالجمال.

مع مرور الوقت، بدأت أعراض الشيزوفرينيا في التراجع شيئاً فشيئاً، كان سامي يشعر بالرّاحة في وجود أمّه، وكأنّها الشمس التي تُضيء عتمة حياته، في يومٍ ما، بينما كانا يجلسان معاً، قال لها: "أمّي، أشعر أنّني أستطيع أن أرسم من جديد"، وكانت تلك الكلمات بمثابة شفاء للقلب.

عندما كنت أقدّم له العلاج النفسيّ، شعرت بعمق المعاناة التي يعيشها، ولكنني أيضاً شعرت بقوّة الأمل التي كانت تتشكّل من جديد في داخله. كان إعجابي بقدرة الأم على العطاء بلا حدود، وعلى تحمل الأعباء التي لا تُطاق، سبباً في تعزيز إيماني بقوة الروابط الأسريّة.

تلك القصّة تُظهر كيف يمكن للحبّ والتّفهّم أن يكونا العلاج الحقيقي لاضطرابات النفس، وكيف أنّ شمس الأمل يمكن أن تُشرق حتّى في أظلم الأوقات.

هذهِ قصّتك يا سامي، والآن سَتخلّد في كتاب

الأديب

لؤي الشولي

*****

"الحُبّ هو العلاج"

حين تمَّ تنصيبي كطبيبٍ في أحد مشافي الأمراض العقليّة، وتكليفي فيما بعد لمعالجةِ شابٍّ مريضٍ بمرض الشيزوفرينيا، اقتربتُ من الغرفة، فوجدتُ البابَ شبهَ مفتوحٍ، فدخلتُ بخطواتٍ وئيدةٍ وأنا أُحدّق بناظريّ في الغرفةِ الّتي بدتْ جدرانها مطليّةً بلَونٍ أبيض كبياضِ الثّلجِ حتّى لحظتُ ذاك الشّاب مُستلقٍ على السّرير؛ فما إن رآني حتّى نهضَ من مكانهِ مذعورًا، وأثنى ركبتيهِ وحاوطهُما بيديهِ، وأدارَ رأسهُ نحو الحائطِ، فدنوتُ منه قليلًا، فبدأ يصرخُ قائلًا: ابتعِدْ عنّي، ابتعِدْ، لا أريدُ أن أراك، فاجتاحتني الدّهشة، فكلّ شيءٍ فيه يبدو غريبًا، فقد كان يبدو بحالةٍ مزريةٍ، والرّعشة تسري في عروقهِ حتّى أنّي شعرتُ بخفقاتِ قلبه الرّجيفِ، تراجعتُ خطوةً للوراء مشيرًا بيَدي إليهِ لأُطمئِنهُ إلى أنّي لن أؤذيهُ، وقلتُ له: لا عليك، لا تقلق، لن أقترِبَ منكَ أكثر، فصمتَ والتفتَ لي والدّموعُ

تخوضُ سباقًا في عينيهِ البريئتينِ، وحين أحسستُ أنّه هدأ، وثابَ إلى رشدهِ اقتربتُ منه لأمسحَ على شعرهِ، فكأنّما السّكينةُ اعترتْ روحهُ، والطّمأنينة كالدّماء جرتْ في أوصالهِ،

فتجاسَرتُ قائلًا: اسمي عصام، سأكون طبيبكَ، ولكن اعتبرني صديقكَ، فنظرَ لي نظرةً تشي بالحيرةِ، وبالكاد ابتسمَ ابتسامةً صفراء، ثمّ قال: حسنًا، فقلتُ له: اتّفقنا إذاً سنكونُ أصدقاء، ولكن، ما اسمك؟

أجابني: "بهاء"، قلتُ له: أهلاً بهاء، اسمكَ جميلٌ جدًّا، مَن الّذي سمّاكَ بهذا الاسم؟

فانتفضَ غاضبًا، وقامَ يركضُ في الغرفةِ وهو يقول: أمّي، يضرب رأسهُ بكلتا يديهِ، ويُردِّد: أمّي، أمّي، فأثارني الذّهولُ من تصرّفهِ الّذي يدعو للغرابةِ، وتقطّعَ قلبي حزنًا عليه كقُصاصَاتِ ورقٍ، فحاولتُ أن أُهدّئ من روعهِ، لكنّه ازدادَ تمرّدًا وغضبًا كأنّه بركانٌ هائجٌ، وهجمَ عليّ كحيوانٍ شَرسٍ يريدُ أن يفترسنِي، طرحني أرضًا، وطوّقَ رقبتي بيديهِ؛

ليخنقَني، فبَقيتُ أقاومهُ قُرابةَ الثّانيتينِ من الزّمنِ حتّى شعرتُ أنّي سمكةٌ تتنفّسُ من خياشيمِها، وكدتُ أختنق لو لا أنّي استعدتُ قوّتي وقاومتهُ حتّى استطعتُ إبعادهُ عنّي، ثمّ قلتُ له بنبرةٍ حانيةٍ: لماذا فعلتَ هذا، ألم نتّفق بأنّنا أصدقاء؟!

فجلسَ على الأرض، وأجهشَ بالبُكاء، فنزلتُ إليه لأعرفَ لماذا بدرَ منه هذا التّصرّف العدواني؛ فقد اتّضحَ لي أنّه في بدايةِ مرحلةِ الانفصام، عانقتهُ كأمٍّ تُعانقُ طفلها المُدلّل، وأخبرتهُ بأنّي سأبقى إلى جانبهِ؛ لأنّي أحبّهُ كثيرًا، فلَم يُصدّق كلامي، وقال لي: لا، أنتَ تكذبُ عليّ، أنتَ لا تُحبّني، مَن يُحبّ لا يضرِب، قلتُ له: ومَن قال لكَ أنّي سأضربُكَ؟!

فقال: أبي كان يُحبّني ويضربني، ويضربُ أمّي أيضًا، وعاودَ البُكاء، ولكن بكثرة، فقلتُ له: حسنًا، أريدُ أن نتحدّث الآن كرجُلينِ يُفصِح كلاهُما للآخر عمّا يُخالجهُ من مشاعرٍ، فبدأ يروي لي قصّتهُ وهو يبكي تارةً ويثورُ تارةً أُخرى، ففهمتُ من قصّتهِ أنّه كان يُعاني في طفولتهِ من نقصٍ في الحبِّ، فوالدهُ

كان يكرهُهُ ويكره أمّهِ، على حدِّ قولهِ، ويقومُ بضربهِما على الدّوام، حتّى أنّ والدتهُ ماتت بين يديهِ من شدّةِ الضّربِ، وبعد أن انتهى من سَردِ حكايتهِ أدركتُ أنّ علاجهُ الوحيد هو الحبّ، فسألتهُ عن حبّهِ لأمّهِ، فأجابَ: بنعم، يحبّها جدًّا، فسحبتهُ من يدهِ، وفتحتُ النافذة، وأريتهُ الشّمسَ، وقلتُ له: انظُرْ كم هي جميلة، إنّها تشبهُ أمّكَ تمامًا، ودافئة مثلَ قلبها، فابتسمَ وغمرتهُ السّعادة، ثمّ أردفتُ قائلًا: هؤلاء الجدران الّذين يرتدونَ الأبيض كبياضِ قلبِ أمّكَ، وهذا الغطاء على السّرير كأنّه الثّلجُ يغطي الأرضَ، إنّه لونُ الصّفاء والنّقاء، فلتكُنْ أنتَ مثلهُ، ولا تجعل الحقدَ يعرف طريقهُ إليكَ. كان يُصغي لي والفرح يقفزُ في قلبهِ ويتسلّلُ إلى فؤادي؛ لأنّني أدخلتُ السّرورَ إلى روحهِ ووَجدتُ علاجهُ، ثمّ غادرتهُ مودّعًا، ووَعدتهُ بأنّي سأعاودُ زيارتهُ قريبًا، وأنّنا سنتبادلُ أحاديثًا وديّةً في عدّةِ جلساتٍ أُخرى.

وإنّي أتمنّى من الأشخاص الّذين غرقوا في بحورِ الأكدارِ، ورفعوا الرّايةَ البيضاء للمَواجِدِ أن يُغلقوا البابَ في وجهِ

الأحزانِ كي لا يقعوا في غياهبِ الأمراض النّفسيّة، وأن يشربوا من ينابيعِ الحبّ؛ لترتوي أرواحهم، ويبقونَ أصحّاء معافين جسديًّا طوالَ حياتهم.

الكاتبة: ميساء الدبا

*****

"إلى أرواح معذبة"

أسعد الله قلوبكم وأدامكم بصحة وعافية.

الوضع الذي كنتُ فيه لم يكن عاديّاً، ففي أحد الأيّام، تمّ فرزي إلى مشفى الأمراض العقليّة، حيث الجلد الأبيض للجدران ينعكس على نفسيّتي. دخلتُ غرفةً بيضاء، مليئةً بالقلق والظّلال، وعرفتُ في تلك اللّحظة أنّني سأواجه تحديّاً لم يكُن في الحسبان. فتحتُ الباب لأجد مريضاً يُعاني من الشيزوفرينيا، الاضطراب الذي يأسرُ عقل الإنسان ويجعل من الفصام واقعاً مرعباً.

جلستُ أمامه، وحاولتُ فهم تفاصيل عالمهِ المتلاطم. كان يتحدّثُ عن أصواتٍ تتحدّث إليه، وعن أشباحٍ تسكُن في العمق الفكريّ له، وهو يرسلُ أحياناً نظرات تعكسُ حيرةً وذعر.

كانت شمسُ الصّباح تشرقُ من النّافذة، ولكنّها لم تُشعل في قلبهِ

أيّ شعورٍ بالرّاحة. تطلّعتُ إلى عينيهِ ووجدتُ فيهما دماء الألم والذّكريات التي لا تُشفى.

المريض كان قد تعرّضَ لصدماتٍ عميقة ابتدأت منذ طفولته، إنّه يُردّد: فقدتُ أمّي في حادثٍ مأساويٍّ، وهو ما ترك في نفسي جروحاً عميقة. تلك الصّدمات جعلتهُ يتخلّى عن الحياة الطبيعيّة، ويحيا في عوالمٍ من الفصام والخيالات المظلمة. كنتُ متأكّداً من أنّه يحتاج إلى خطّةٍ علاجيٍّة دقيقةٍ ورعاية مستمرّة. بدأتُ العلاج بأدوية مضادّةٍ للذهان، بالإضافة إلى جلسات دعمٍ نفسيّ بشكلٍ دوريّ، حيث كنتُ أُشجّع على التعبير عن مشاعرهِ ومناقشة تجاربهِ. لكن الصّعوبات كانت جمّةً، فقد كان من الصّعب عليه التّفاعل مع الآخرين، وفهم الواقع كما يجب، وما زالت الذّكرياتُ المؤلمةُ تعيدهُ للألمِ والتعاسة.

ورغم كلّ الجهود والتّحديات، بدأت حالتهُ تتحسّن شيئاً فشيئاً. ومن خلال التّعب والصّبر، أصبح بإمكانهِ التّواصلَ بشكلٍ أفضل والاندماج في الأنشطة اليوميّة. كانت هناك لحظات من

الفرح تشرقُ كأشعّةِ الشّمس رغم الحربِ الداخليّة التي يخوضها.

لكن تبقى الرّسالة الأهم التي أودُّ أن أوجّهها إلى ضحايا هذا المرض:

أحبّائي، لا تفقدوا الأمل. ففي أعماق الظّلام، يمكن أن تنبثق أشعة من النّور. قلوبكم قد عانت، ولكن هذه المعاناة ليست فقط نهاية. هناك أملٌ، وهناك مَن يسعى لدعمكم، فلا تتردّدوا في طلبِ المساعدة. قد تكون الطّريق طويلة، لكن شمس الشّفاء ستشرقُ يوماً ما. دمتم بخيرٍ واعتنوا بأنفسكم.

الكاتبة آية عماد أحمد

*****

"في عمق العتمة"

في أحد أيّام الأسبوع، تمّ فرزي للعمل في مشفى الأمراض العقليّة، حيث كانت الأجواء تعكسُ حالةً من الصّمتِ الثّقيل.
وقفتُ أمام غرفةٍ بيضاء، وكانت الشّمسُ تخترق نافذةً صغيرةً، تلقي بقعةً مضيئةً على الأرض داخل الغرفة، كان هناك شابٌّ يُعاني من شيزوفرينيا، وهو اضطراب عقلي يجعله يعيش في عالمٍ موازٍ بعيدًا عن الحقيقة.
كان المريض، الذي يُدعى سامر، يتحدّث إلى نفسه بصوتٍ مرتفع، أحيانًا يضحك وأحيانًا أخرى يُردّد عبارات غير مفهومة. كنتُ أشعر بأنّ الدّماء تجري في عروقي من شدّة التّوتر، فمثلِ هذه الحالات تتطلّب التّعاملَ بحذرٍ لتجنّبِ أيّ خطر لدى سامر، كانت لديه لحظات من الهياج، وكنتُ أعرف أنّ واجبي هو تهدئتهِ واستيعاب ما يمرُّ به.

خلال العلاج، اكتشفتُ أنّ والدتهُ كانت أمامهُ كطيفٍ من الماضي، يسترجعُ ذكرياته القديمة ويشعر بتأنيب الضّمير بسببِ عدم قدرتها على مساعدتهِ. كانت الشّمسُ تلقي بشعاعها من النّافذة، وكان لونُ الضّوء يُخفّف من ظلامِ تفكيرهِ قليلاً.

لكن الصّعوبات التي واجهتها كانت جسيمةً، حيث انتابتهُ نوباتٍ من الفصام تجعلهُ ينفصل كليًّا عن الواقع.

على مدى أيّامٍ طويلة، حاولتُ مساعدةَ سامر في استعادة صلتهِ بالواقع، وتوجّهتُ للحديثِ معه حول أحلامهِ وذكرياتهِ عن والدتهِ، وكيف كانت تمثّل له الأمن والأمان. بالرّغم من الصّعوبات، شعرتُ أنّ الأملَ موجودٌ في إعادةِ بناء تلك الرّوابطِ المفقودةِ.

اختتمتُ علاجي برسالةٍ بسيطةٍ أرسلها لكلّ ضحايا هذا المرض:

"إلى كلّ من يُعاني من شيزوفرينيا، أنتم لستم وحدكم في معركتكم. هناك شعاعٌ من الأملِ حتّى في أوقاتِ الظّلام. اتركوا

لأنفسكم المجال للشّعور، بالعيش، والتّواصل مع أحبّائكم.
تذكّروا دائمًا أنّ في جعبتكم القدرةَ على التّغيير والتّحول نحو الأفضل، فلا تفقدوا الأمل."

تسنيم أبو عباية

*****

روحي الحزينة

درستُ حلمي منذُ الصّغر وتحقّقَ وبدأتُ العمل والجهدَ. دخلتُ بفترات الاكتئاب وقرّرتُ أن أصبح طبيبةً نفسيّة لكي أشجع المرضى كما شجّعتُ نفسي على تخطّي الفترات الصّعبة، تمّ فرزي على مشفى الأمراض النفسيّة، قابلتُ فتاةً تعاني من مرض شيزوفرينيا، فأدخلتها إلى الغرفة، كانت بيضاء اللّون وكانت حزينةً جدّاً، فسألتها ما بكِ؟

أجابت: كنتُ أمرّ في حالةٍ سيّئة ولم يكن أحد بجانبي، ساءت حالتي النفسيّة، ذهبتُ إلى الطّبيب فقال لي: يلزمكِ علاج، اذهبي إلى المشفى. فجلستُ في جوارها وتكلّمتُ بهدوءٍ: دائماً تذكّري كلامَ الله تعالى

بسّم اللّه الرّحمن الرّحيم

"وَلَا تَقْتُلوا أنْفُسَكُمْ إنَّ اللَّهَ كَانَ بكُمْ رَحيماً"

صدقَ اللّه العظيم.

هيّا انهضي وقابلي أمّكِ، كم اشتاقت لرؤيتكِ، وبكَتْ دمًا على فراقكِ، وأهملتْ نفسها وانشغلتْ عنكِ، شجّعي نفسكِ بنفسكِ.

#_لميس العدس

*****

«لستُ منفصماً»

إنّه يومي الأول كطبيبةٍ نفسيّة في مشفى الأمراض العقليّة.
في الغرفة 304 يقطنُ فيها مريضُ شيزوفرينيا، بدأتُ معه حديثي المعتاد، والأسئلة الروتينيّة، لأول وهلةٍ تراهُ شخصاً خالٍ من أيّ أمراضٍ نفسيّة، كان يتحدّث عن كلِّ الأحداث التي مرّتْ معه إلى الآن " أنا عُمر عمري تسعة وعشرون عام، إنّني طبيبٌ جرّاح، أعيشُ مع أمّي التي توفّت في ظروفٍ غامضة لا أعلمها، كنتُ نائماً، استيقظتُ مع شروق الشّمسِ، ووجدتُ الدّماء متناثرةً في كلّ جهة."
علمتُ لاحقاً أنّه هو مَن قتلها، ففي اللّيل يكونُ مسعود القاتل المأجور ذو القضايا الجنائيّة الخطيرة منسوبة إلى مجهول، أجل مجهول بمهنتهِ كطبيبٍ، فهو يعلم كيفيّة القتل من دون ترك أيّ أثرٍ خلفه.
وفي النّهار يكون عمر الطّبيب الطيّب ذو قلبٍ واسعٍ وحنون.

أصابني الفضول من أجل زيارتهِ في اللّيل لكي أقابلَ مسعود، ذهبتُ إليه لم أجدهُ في سريرهِ، لن أكذب، لقد شعرتُ بريبةٍ وخوفٍ؛ لأنّه مجرمٌ وقاتلٌ خطير، ناديتهُ عدّة مرّاتٍ عُمر عُمر..

سمعتُ الصّوتَ خلفي مباشرةً "عُمر ذهب لديهِ عمل أنا مسعود"

لم أعُد أشعر بقدميّ، استيقظتُ على سريرهِ مربّطةَ اليدينِ والقدمين، ومسعودٌ يجلسُ على الكرسيّ بجانبي، امتلأ قلبي بالخوفِ، وعيناي بالرّعب، رأى مشاعري قال لي: " لا تخافي فلن أقتلكِ أنتِ أيضاً؛ لأنّني أرى اللّطف فيكِ، ولقد كنتِ لطيفةً معي، فقط أريد أن أخبرك بقصّتي.

بدايةً أنا مسعود قاتلٌ مأجورٌ بارع وخطير، حينما كنتُ عُمر لقد تعرّضتُ للأذى من الجميع، أساتذتي وبعض الأصدقاء، وأمّي، والفتاة التي أحببتُها أكثر من الجميع.

ّتزوّجَ صديقي المقرّب من حبيبتي لوسين، كانت جميلةً إلى حدّ الجنون، ولكن عيبها الوحيد أنّ أمّها راقصة، لم تتقبّلها عائلتي قطّ؛ لأنّها ليست من مستوى العائلة المرموقِ الخائس والغائر تحت سابعِ أرض، أجبرتُ على تركها، وانجرفتُ نحو طريق النّساء والخمور والحانات، إلى أن تصادفتُ بفتاةٍ كانت حنونةً وجميلة، كان اسمها نورا، استطاعت احتوائي وإصلاح بعض الأشياء بحياتي، ولكنّني كنتُ أحمق وغبي، خسرتها، نعم خسرتها، أحبّتني وكسرتُ قلبها، وذهبتُ بعيداً عنها، وهي غادرتْ مكسورةً ومجروحة.

ندمتُ، أجل ندمتُ أنّني كسرتها، قرّرتُ الانتقام من كلّ مَن جعلني قاسيَ القلب، ومنعدم الضّمير.

وقرّرتُ أنّ أصبح مسعود، بدأتُ بأساتذتي وكلّ مَن راهن على فشلي، وتعاونتُ مع مافيا من أجل الانتقامِ لعدم قدرتي للوصول إلى البعض منهم، وبعدها ذهبتُ إلى منزلِ حبيبتي لوسين

وزوجها يزن، قتلتهما في فراشهما ليلةَ زفافهما، وفي الأخير قتلتُ أمّي، أجل أمّي؛ لأنّها هي مَن رفضت لوسين."

بدأ بالبُكاء مثل الطّفل

وارتمى في أحضاني كما كان يفعل بالسّابق، أخبرني بندمهِ الشّديدِ إلى فقداني، خذّرني مثل ضحاياه الأخرى؛ لكي يقتلني قبل أنّ يسري المخدّر في دمي ودّعني، ونظر لي، وهَمْهَمَ بكلماتٍ لم أفهمها قطّ.

نعم إنّه عُمر الآن أو مسعود لم أستطع التّحديد.

أفقتُ في غرفة الإسعاف في المشفى الوطني وبجانبي الأطبّاء.

بعد صحوتي واستيعابي لما حدث، وصدمتي أنّني مازلت على قيد الحياة ولم يقتلني، أخبرني أحد زملائي في المشفى أنّهم وجدوني ملقاةً على السّرير

وعُمر معلّق في وسط الغرفة، فقد قتلَ نفسهُ، بعد محاولتهِ قتلي، ولكنّه فشل لأنّني نورا، ترك لي رسالةً يقول فيها: لستُ بقاتلٍ، هم مَن أجبروني على القتل، ولستُ منفصماً، أنا فقط

أحببتكِ، ولكن بعد رحيلكِ عنّي، لم أستطع أذيّتكِ يا جميلتي، وداعاً.

كان هذا يومي الأول كطبيبةٍ، ولكن ليس الأخير، فهنالك الكثير من عُمر بعد.

نور القيش

*****

" أموتُ بِبُطءٍ "

أَنفاسي المُضطّربة كلَحن أُغنيةٍ، خُطواتي تَصدح فِي المَمرّ، أَضواءٌ خَافتة خُطوة... اثنَتين... ثَلاثْ... الغُرفة رَقم 110.

اعتراني الفُضول،

أَدرتُ مِقبض الباب، واتّضحَ أَمامي غُرفة بَيضاء اللّون، نَافذة مُغلقَة مَانعة أشعّةَ الشّمس. طِفلٌ يَجلسُ فِي رَيعان شَبابه، يَبدو عليهِ الاضطّراب وَالخَيبة.

اقتَربتُ أكثَر بُغيةَ التّحدّثِ مَعه... بَاغتَني بِتلك النّظرة الحادّة.

حَسناً، مَريضٌ يُعانِي من الشّيزوفرينيا اضطّراب العَقل " انفصام بالشّخصيّة".

غَالباً ما يُعاني عَدم القُدرة عَلى تمييز الوَاقع منَ الخَيال.

سَوادٌ تَحت العَينين... التّشتُّت فِي النّظر، وَكثرة الحَركة.

حَادثتُه بِلطفٍ عَن اسمِه، نَطق كَلمةً واحدة: أُمّي... دِماء...

خَطوتُ أَكثر بُغيةَ القِرب مِنهُ، صَاح فِي وَجهي: أَينَ أَنا ؟!

أُريد العَودة إلى أُمّي.

حَدّقَ بِي بِتلكَ الأَعيُن الجَاحِظة، ارتَعشَ جَسدي لَكنّ فُضولي اكتَسى مُطالباً بالمَعرفَة.

قَرأتُ عَن مَشروبِه المُفضّل أَعدَدتُ كُوبَين لِي وَلَه.

لانَتْ مَلامِحه رُغمَ بُعدِه عنّي. عَزمتُ أَنّي سَأُعِيده سَالماً.

أَعطَانِي ظَهرهُ وَبدأ يُحادِثُني كَشابٍّ مِن عُمري، لَكنْ بِصورة غَير واضحة عَن أَحداثِه.

فُؤادي يَكاد يَخرجُ مِن رَبط الأَحداث الّتي حَدثَت مَعه، قُتلتْ أمّه أَمامَ عَينيه!

أَمالَ بِجسدِه نَحوي، وَقال وَهو يُناظِرني: هَل تُعيديها لِي؟

أَعدكِ أنْ لا أَتركها، بَاتَ شَوقِي يَأكُلني، أُريد العَودة لحِضنها الدّافِئ.

اقتَربتُ وربتُ عَلى كَتفهِ، وَحدّثتُه قَائلةً: سَتبدأ من اليَوم حَياة جَميلة، وسَترضى والدتكَ عَنك.

رَأَيتُ بِتلكَ الأَعين ذِكريات مُؤلمة، ومَشهداً لَن يَزول مِن ذَاكرتهِ بِتلك السّهولَة.

بَدأتُ مَعه خُطوة خُطوة، أَصبحتُ وَنيسَتَه الوَحيدة رُغمَ إِصرارِي عَلى عِلاجه نَفسيّاً وَعقليّاً وجَسديّاً ابتداءً مِن الأَدوية والأنشطة اليوميّة.

أَصبحتُ أراه يَتعافَى شَيئاً فشَيئاً، أَصبحَ وُجودي يُطالب بِه وَيُمارس مَعي جَميع الأنشِطة الّتي يَقوم بها الإنسان الطّبيعي.

تَقدُّم مَلحوظ والفَخر بِنَفسي بَاتَ قَريباً، وإِصرارهُ على التّعافي نَال إِعجابي.

بَعد رِحلة الأَلم والضّياع والتّشتُّت لِمدّة سَنة ونِصف، أصبحَ سَليماً يُحبُّ الحَياة وَيهتمّ بِنفسه وَبمظهَره.

خَطوتُ خُطوةً تِجاهَه وقبّلت فَروة رَأسه، وَحدّثته قَائلةً: الحَياة تَنتظركَ يا بَطل...

فَخورةٌ بِما أَنا عَليه، وفَخورة بِه، بِاجتيازِه ذَلك المَرض الخَبيث.

أختتَمُ رِحلتي الشّاقة والجَميلة بِسطوري تِلك:

إِلى كُلّ مَن يُعاني مِن الشّيزوفرينيا، أَنتم لستُم ضَحايا، جَميعنا ضَحايا، لَكن بِطُرقٍ مُختلفة... وَالقوّة الحقيقيّة تَكمن في الدّاخل... جَميعنا نَحتاج التّغيير للأفضَل،

بِإمكانِنا التّحول مِن الظّلام إِلى النّور، وَدائماً يُوجد بَصيصُ أَملٍ يلمعُ مِن بَعيد... يَنتظركم.

|توجان حسن|.

*****

" *أصّداءُ الألمِ والأملِ* "

في أَحدِ الأيَّامِ، وَجدتُ نَفسِي في مَشفَى الأمرَاضِ العقليَّةِ، حيثُ كانت الغُرفةُ البيضَاء تُحِيطُنِي بِجَوٍّ مِنَ القَلقِ والتَّرَقُّبِ. كان هُناكَ مَريضٌ يُعَاني مِن الفُصَامِ
أو كما يُعرَفُ عِلميّاً بالشِّيزُوفرِينيَا.
كان يَبدُو في حَالةٍ مِنَ الضّياعِ، عَيناهُ تَحمِلانِ معانيَ الخَوفِ والارتِباكِ، وكأنَّ الشَّمسَ قَد غَابتْ عَنْ عَالمهِ.
حَاولتُ أنْ أَقترِبَ مِنهُ، لكنَّني شَعرتُ بِخَطرِ المَوقفِ. كانَ يتحدَّثُ بِصَوتٍ مُنخفِضٍ عَنْ أصواتٍ لا يَسمعُها أَحدٌ سِواهُ، وينطِقُ كلمَةَ أُمِّي بينَ الفَينةِ والأُخرى، ويُشيرُ إِلى أشياءَ غَيرِ مرئِيَّةٍ. كانَ يَبدُو كأَنَّهُ مُحاصَرٌ في عَالمٍ مِنَ الأوهامِ
حَيثُ كانتِ الدِّماءُ تَتَدَفَّقُ مِن ذِكرياتِهِ المُؤلِمةِ، مِمَّا جَعلهُ يَغُوصُ أعمقَ في حالَةٍ مِن الجُّنُونِ.
خِلالَ جلسَاتِ العِلاجِ

اكتشَفتُ أنَّ المرِيضَ فَقَدَ والِدَتهُ في صِغَرِهِ، وكانَت تِلكَ التَّجرِبةُ هي الجِذرَ لِكلِّ مُعاناتِهِ.

كانتْ أُمُّهُ بِالنِّسبةِ لهُ رَمزاً لِلأمانِ، وعِندما أُخِذَتْ منهُ، انقلَبَتْ حَياتُهُ رَأْساً على عَقِبٍ.

كانتِ الصُّعوباتُ الَّتي واجهَها في التَّعامُلِ مع فَقدِها وَعَدَمِ القُدرَةِ على التَّكيُّفِ مع الواقِعِ هي الَّتي أودَتْ بِهِ إِلى هذا الانهيارِ العقليِّ.

على الرَّغمِ من التَّحدِّياتِ الكبيرةِ، تَمكَّنتُ منْ مُساعدَتهِ في استِعادةِ جُزءٍ مِن وَعيهِ.

مِن خِلالِ العِلاجِ النَّفسِيِّ والدَّعمِ المُستمِرِّ، بَدأتْ تَظهرُ عَلاماتُ تَحسُّنٍ. لكِنَّ الطَّريقَ كان طَويلاً وصَعباً،

حَيثُ كان يَحتَاجُ إلى الكثِيرِ مِن الوقتِ والصَّبرِ.

في النِّهايةِ، أُودُّ أَنْ أُوجِّهَ رسالةً إِلى ضَحايَا هذا المَرضِ:

إِلَى كُلِّ منْ يُعاني مِنَ الشِّيزُوفرِينيَا

إِلى كُلِّ مَن يَشعُرُ بأَنَّهُ مُحاصَرٌ في ظَلامِ الفُصامِ، تَذكَّرُوا أَنَّكُم لَستُم وحدَكُم، هُناكَ ضَوءٌ في نهايةِ النَّفَقِ حتَّى لَو كان خَافِتاً، ابحَثُوا عنِ الدَّعمِ وكونُوا صَادِقينَ مع أنفُسِكُم ومع مَن حَولَكُم، لا تَفقِدُوا الأملَ فكُلُّ يومٍ هُو فُرصَةٌ جَديدَةٌ لِلشِّفاءِ، أَنتُم أَقوياءٌ وقادرُونَ على تَجاوُزِ هذهِ المِحَنِ.

تهاني الشامي

*****

" أيوجد ظلام ونور الله موجود؟!"

هذه هي حياتي، عليكِ أن تفهمي يا سلوى أنّ لا شيء سيتغيّر، العادات ثابتةٌ وبالية، أعلم أنّها تخالف أحلامكِ، وذاك الظّلم والقهر والضّرب والكلام القاسي الذي تعشينهُ؛ لأنّك ترفضين الخضوع ليس سهلاً، ولكن عليكِ التحمّل أو الاستسلام. كنتِ قد وضعتِ قانون لحياتكِ، السّير عكس التيّار يؤلم، لكنّه يوصل للأحلام، والعيش مع التيّار يُريح، لكن لا نصل لشيء، كنتُ أريد أن أجد شخصاً غير أمّي، يقف بجانبي، شخص يدعمني ويحبّني، ويقول لي: سوف تصلين. أنا أعلم بأنّ أمّي تكفي، لكن كنتُ بحاجةٍ إلى المحيط، إلى صديق وربّما إلى حبيب يدعمني، يقف بجانبي، يُطَبطِب عليّ وقتَ حزني، ويخبرني بأنّ هذا السّوء سيمرّ، لم أجد، بل الكلّ تخلّى عنّي، أتعلم ما هو الأصعب؟!

أن تتظاهر بالقوّة لكي لا تنهار أمّك حينما تضع على كتفك حملاً أكبر من عمرك، كلّما حدث شيء تقف أمامي، وتدلّ على الأمر بالتّهديد، ولكن بداخلها أعلم أنّها تخاف عليّ لكي لا أعودَ للمرض، ولتلك الحبوب، لكي لا ترى انهياري، تخبرني وتحلف لو أنّني لم أتماسك ستتركُني وترحل أو ستمرض، وستموت أمامي، فكنتُ مجبرةً على الصّمود أمام كلّ العواصف. لقد نسيتُ أن أتكلّم عن قصّة مرضي، لقد خضعتُ للعلاج لسنتين، وكنتُ مريضة منذ خمس سنوات، ولم يفهم أحدٌ عليّ، وبعد مرور ثلاثِ سنوات خضعتُ للعلاج، جلستُ في البيت أكثر من تسعة شهورٍ لا أخرج إلى أيّ مكان، بغرفتي محاطة بظلامٍ هالكٍ وأدويةٍ قد ملأت المكان، أتذكّر أوّل فترةٍ وصل عددُ الحبوب لليوم الواحدِ "أربع عشرة حبّة" أخاف من نظرةٍ، من كلمةٍ، من أيّ شيء يتعلّق بكلمة (نفس) كانت قادرة على أن تحرّضني على القيام بعملية انتحارٍ، أتذكّر آخر مرّةٍ وصل عددُ المحاولاتِ بالانتحار ما يقارب الحادية عشر مرّة،

لا تستغرب! فلَم أخبرك بكامل ما حصل لي، إنّه جزءٌ بسيطٌ.

حينما أصبتُ أخبرتُ أحد الأشخاص بذلك، وقام ذاك الشّخص بنشرِ الخبر بكلّ مكان، وعلمَ الجميع بأنّني مريضةٌ، وأخضع للعلاج، لم يكتفوا بالشّماتةِ، بل وصلت بهم الحقارة أن يأتوا على بيتي، وبما أنّني البنتُ الوحيدة الموجودة في المنزل، عليّ أن أقوم بالضّيافة، وحينما قدّمتُ لهم القهوة، كان بدل كلمةِ شكراً جوابٌ صادم بالنّسبة لي، كوني لا أعلم بأنّ أحد يعلم، "الله يشفيكِ" كانت تلك الكلمة أقوى من سكّينٍ دخلت صدري، ومزّقتهُ لِمئَة قطعةٍ دون أيّ مبالغة، فقرّرتُ الانتحار.

أحضرتُ كلّ الأدويةِ الموجودة، وصنعتُ خليطاً، ووَضعتها جميعها في فمي، كان مشهدٌ أقوى من المسلسلات، ولكن لم يكن تمثيل، ولم أتردّد، ولكن للأسف لم أمُت، ولم يقُم أحد بإسعافي أيضاً!

حتّى رأيتُ مناماً يواسيني ويعوّضني عن الأحزان، وألقى بي إلى برّ الأمان، وكان ضماد لجروحي، وشفاء لآلامي، كانت

أكبر معجزةٍ حصلت معي، جعلتني أنفضُ كلّ تلك الغبارِ، بدأتُ بالوعي والتّفكير، والتّخطيط، جلستُ أبحث على الأنترنت عن كلّ ما يخصّ علمَ النّفس، أتعبُ، أغلِق، أفتح، أرفض، أستسلم، أتقبّل، أحاول، هكذا... مقطع ثمّ مقطع ثمّ حلقة ثمّ بحث حتّى تحوّلَ مرضي إلى نقطةِ قوّةٍ لا يستطيع أحد الوصولَ إليها، وكلّه بفضل الله، فأحببتُ، بل عشقتُ، وقرّرتُ فدخلتُ، فتخرّجتُ، وحصلتُ على مهمّةٍ

لزيارة مستشفى قالوا بأنّ هناك شخصاً يرفض العلاج، يتعامل بعنفٍ، يغلق الباب، لا يسمح لأحدٍ بالاقتراب، يعاني من مرض شيزوفرينيا، فدخلتُ ورأيتهُ، فبدأت الذّكريات المؤلمةُ تلامس عقلي وقلبي ودموعي، كانت مشفى أشبهُ بالسّجن، ولكنّه أشدّ عذاباً، كان مبنيّاً من عدّة طوابق، حينما بدأتُ بالصّعود كان القسم الأوّل نساء، وكان هناك حديدٌ مثل القضبان، أسرعت تلك النّساء وأصبحت تزغرد وتغنّي، وتقول كلماتٍ ليست مفهومةً، ومن ثمّ الطّابق الثّاني، فكان للرّجال، أيضاً حينما

رأوني أسرعوا وبدؤوا بالصّراخ، وآخر طابقٍ كان هناك الشّخص الذي أريد أن أراهُ، قبل أن أصل أصبحتُ أفكّر هل يعاتبونني لأنّني تأخّرتُ، أم أنّهم يصرخون عليّ لأنّهم حزينون أو غاضبون؟!

لا أعلم، لا، بل أعلم أنّها الأوجاع التي تكدّست بعقولهم، وأوصلتهم إلى هنا، أنّه الظّلم ربّما أو القهر والعذاب، ربّما أشياء كثيرة لا يمكن للعقل تخيُّلها، قلتُ حينما أخرج سأطلب من مدير المشفى أن يجمعني مع كلّ واحدٍ على حدى، طرقتُ الباب، فصرخ، فتحتُهُ، فتحرّك، أعطيته الورقة، فقال: إنّها هي، وبدأ يصرخ يريد أن يتحدّث معي، نظرتُ له، فإذا الدّماء على الأرض تتساقط، يبدو أنّ هناك كانت معركةٌ، طلبتِ أن آخذهُ للتّفسّحِ، قال لي: أنتِ تتحمّلين المسؤوليّة، قلتُ له: كلّ المسؤوليّة، ووضعتُ بطاقتي الشخصيّة، ونزلتُ معه، رأى الشّمسَ، فابتسمَ، ثمّ بكى وقال بصوتٍ حنون: خذيني من هنا، والله لن أفعل شيء مجدّداً، النّاس اتّفقت عليّ، النّاس رموني

هنا، خذيني أرجوكِ، فهذا المكان ليس مكاني. حرق قلبي، بكيتُ وتذكّرتُ حالتي حينما قلتُ لأمّي "هذا المكان ليس مكاني خذيني من هنا لأشفى" لكنّها رفضت لأسبابها، وأنا أعلمها، قلتُ كيف أن تكون القصص متشابهة، كيف يبعثني الله له بنفس القصّة وبنفس الوجع؛ لأنّني مثلما استطعتُ أن أتعالج سأستطيع أن أعالجهُ،

فعلمتُ أنّ الله لا يترك أحداً، وأنّ الله يبعثُ النّور والأملَ في الوقت المناسب، بالشّخص المناسب، بالزّمن المناسب، لا تفقد الأمل، تمسّك بهِ جيّداً، الأمل هو الذي يجعلكَ تعيش وتتنفّس وتواصلَ المسير والوصول...

سلوى جهاد عنزو

*****

"*جنون الثقة*"

جلستُ في غرفة ناصعة البياض لتدخل إليها خيوط الشّمس من النّافذة، فتحدّث كوب القهوة، رياحُ الأفكار تعصف داخل ذاكرتها فتهيج أشجانها الرّاكدة، فتسقط عبراتها كأوراق الخريف المبعثرة على لوحتها التي مزّقتها، فتتجوّل بين ركام ذكرياتها، وتلقي كلماتها دون وعي.

فتقول: كلانا يشبه الآخر، داخلنا يغلي كالسّعير، وخارجنا بادر كالزّمهرير، كلانا كان ناصع البياض قبل أن يسكبوا طعمهم المرير داخلنا، لكنّ الفرق بيننا، أنت لستَ قاتل، ولست محطّم، فتلفت وجهها، لتجد نبات الصّبار، فتتابع أنت أيضاً، تشبهينني لينة وهشّة من الدّاخل وبالخارج أشواك غزيرة، هو سبب تلك الأشواك، كان وسيماً في كلّ حالاتهِ، كان دائمَ البسمةِ، قتلتهُ، نعم أنا قتلتهُ، وتأخذ بعض الوقت في شرودٍ وصمتٍ، وتحدّق بالأشخاص من حولها، لتضحك بهستريا عارمة، حتّى يكاد

يتوقّف قلبها من الضّحك المختلط بالدّموع، فتعود للكلام المتقطّع بخيبةٍ، وعوده كاذبة، مخادع، خائن، فمزّقتهُ بطعناتِ سكّينتي، أنا قتلتهُ، أنا أرى الدّماء، انظري إليها، إنّها هنا انظري، ولكنّه سيعود، هو قال ذلك، نعم سيعود، أنا أثق به، هذا ما قالتهُ المريضة رقم 23 المصابة بمرض"شيزوفينيا" في آخر جلسةٍ لها مع الطّبيبة.

الطّبيبة: بما أنّكِ تثقين به، لماذا قتلتيه؟!

المريضة: لأنّه خائنٌ.

الطّبيبة: لماذا تثقين بخائنٍ؟!

المريضة: لأنّني أحبّه سامحتهُ.

الطّبيبة: وإذا عاودَ خيانتهُ لكِ ماذا ستفعلين؟

المريضة: سأقتله مرّة أخرى بعد كل خيانة.

الطبيبة: كيف أحببتيهِ؟

المريضة: أحببتهُ وكأنّه قدّيسٌ بعد أن لمستهُ من شتاتهِ، وخبّأته داخل خافقي كما تخبّىء العجائز عقدها النّفيس، وظننتهُ لي

الموطن والأمان، لكنّه أقلّ كرامةٍ من الحجار التي يرجمون بها إبليس.

الطبيبة: منذُ متى وأنتِ تحبّينهُ؟

المريضة: كنتُ قد بلغتُ من العمر سبع عشر وردة بنفسجيّة في فصولي الربيعيّة أتنقّل بين الأزهار الورديّة، وأتراقص تحت السّماء النّديّة على تغريد الطيور، فجأةً حلّ ظلامهُ وعصفت رياحهُ الصّرير العاتية التّي جعلت فصولي كلّها خريفيّة، جعل منّي ضحيّة لهواجسهِ وأفكارهِ اللّعينة الغبيّة.

الطبيبة: وإن عاد هل ستغفرين له ذنبه؟

المريضة: بعد أن دمّر حياتي يريد منّي الوصال، عهداً عليّ سأعود إلى موطنهِ بعد أن يكفّ كفّار قريشٍ عن الضّلال ويصبح هو من الرّجال، وبالتّأكيد هذا محال؛ لأنّ كفّارَ قريشٍ قد ماتوا، وبالنّسبة إليه لا يمكن للأندال أن يصبحوا رجال.

الطّبيبة: هل تريدين قول شيء قبل إنهاء الجلسة؟

فقالت بعينين دامعتين: أريد حنان أمّي، أريد، أريد أن أشكرهُ لأنّه كان لي السّم بعد أن ظننتهُ ترياقي، مضت أيّامٌ ويمضي دهرٌ، ويا ليته يرى أشواقي، وأيّ أشواق يراها ويزرع في دربي الأشواك؟!

لكن لا بأس، كانت أيّامٌ جميلة وانتهت، قضيناها معاً هو على حافّة الطريق، وأنا على شباكي وعند المصيد جعل منّي طعماً، وقطع في ظلمة البحر أطراف شباكي، جعل منّي تائهةً في ظلامهِ، لا مكان لي في دروب الأمل؛ لأنّه كسرَ عنها ساقي، لكن حتماً سأُجبر يوماً وكأنّها لم تدمع في المُقل أدمُعي،

وسيشربُ من ذاك الكأسِ مَن كان السّاقي، سأقرأ عليه تعويذةَ الهلاكِ وأترك لله أخذ حقّي الباقي.

الطبيبة: حسناً انتهت جلستنا ألقاك في جلسةٍ أخرى بعد الغدِ، لندخل في التّفاصيل أكثر، فوقفت ورمقت الطّبيبة بنظرةٍ ثاقبةٍ ممزوجة بدموعٍ حارقةٍ وتلقي كلماتها كالصّاعقة على مسامع

الطّبيبة: لن أسمح لأحد بالدّخول إلى تفاصيل حياتي، هي ملكي وحدي، أتفهمون؟!

لن أثقَ بأحدٍ بعد اليوم، تألّمتُ فتعلّمتُ، وترمي كوبَ القهوة، فتتناثرُ قطع الزّجاج. الآن أصبحت محطّمةً مثلي تماماً، وتنحني لتحمل قطعةَ زجاجٍ وتقول: ما رأيك أن تصبح قاتل أيضاً وبلمحِ البصر تمرّرها على عنقها لترتمي جثّة هامدة في الأرض.

هنادي عبدربه

*****

"أحببتهُ وكأنّه طفلي"

بعدَ أن علمتُ بأنّهُ تمَّ فرزي للعملِ في مستشفى الأمراضِ العقليّةِ بما أنّني طبيبةٌ نفسيّة شعرت بالرّهبة والتّوتر. وصلتُ إلى عملي وبدأتُ أتجوّل بين الغرف وشعورٌ بالضياعِ لا يفارقني، لفتَ انتباهي طفلٌ في الثّانية عشر من عمره يحتضن دميتهُ ويتكلّم معها، دخلتُ بهدوءٍ و قلتُ له:

مرحباً أيّها الجميل.

لم يتفوّه بأيّ كلمةٍ أو ينظر إليّ حتى كان فقط يقترب من الحائط، بل التصقَ به ويكاد يخترقهُ، تدفّقت الدّموع من عينيّ، كيف لطفلٍ بهذا الجمال وتلك البراءة أن يُرمى وحيداً بين الجدران البيضاء، وخاصّة عندما تذكّرتُ بأنّهم أخبروني بأنّه منذُ سنتين في هذه المستشفى ولم يتطوّر أبداً، لقد كان مصاباً بالشيزوفيرينيا

أغلقتُ الباب وحتى الآن لم ينظر إلى وجهي، فجأةً نظرَ إلى ذاك الشبّاك الصّغير الموجود أعلى الغرفة، وصرخ بقوّةٍ، ركضتُ نحوهُ وعلمتُ بأنّه مريضُ فصامٍ من النّوعِ الذي يعاني من الهلوسةِ والوهمِ، وليس كما أخبروني باقي الأطّباء بأنّه من النّوع الذي لديهِ اضطّراب تفكير، لم يكن يتجاوب معي بأيّ وسيلةٍ من الكلام، ولم أنجح في جعلهِ ينظر إليّ حتّى، خرجتُ من الغرفة وبدأتُ بوضعِ برامجَ تدريبٍ وأنشطةِ دعمٍ اجتماعيّ، وعلاجٍ نفسيّ، وأدويةٍ مضادّة للذّهان، دخلتُ إلى غرفتهِ وأحضرتُ له كرة قدمٍ، وبعض المارشميلّو والحلويات، أحاول أن أتقرّب منه كي أستطيع بدء العلاج، أعطيتهُ الحلويات وأخبرته بأنهُ طفلٌ جميل، وأنّني أحببتهُ جدّاً، وفجأةً تكلّم وقال لي: من أنتِ ؟

هنا علمتُ بأنّني نجحتُ في خطوتي الأولى، أخبرتهُ مَن أنا وقلتُ له: انسى أنّني طبيبتكَ وتعال لنصبح أصدقاء، أحضرتُ

لك شيئاً جميلاً، خذ هذه الكرة، ما رأيكَ أن نلعب بها في الخارج؟!

وفجأةً قام برمي الكرة بعيداً، ورماني بكأسِ الماء الزّجاجي، ثمّ بدأ بالنّداء أمّي أمّي، وضعتُ يدي على رأسي وإذا بالدّماء تسيلُ وقد امتلأت ملابسي ووجهي، أحسستُ بدوارٍ وخرجتُ مسرعةً، وبدأ زملائي بإلقاء اللّوم عليّ، حيث قال أحدهم: ألا يزال يأكل ويشرب ويتنفّس؟

قلتُ له: نعم.

قال لي: إذاً دعيهِ يمضي عمره هنا، لم يستطع أحد منّا أن يقترب منه، لمَ نُتعب أنفسنا، دعيهِ وشأنه لقد حاولنا، صمتُّ وخرجتُ وأنا على يقينٍ بأنّني سأجعل منه شخصاً طبيعيّاً، حاولتُ مرّة ثانية وثالثة، كنتُ أغنّي له وأجلب له أشياء أشعرُ بأنّه يحبّها، بعد أن شعر بالأمان نحوي سألته عن والدتهِ ما إذا كان يذكرها فانفجر بالبُكاء، وأخبرني بأنّها توفيت منذ أن كان في العاشرةِ من عمره، حاولتُّ أن لا أبكي لكنّي لم أستطع،

سألتهُ عن والدهِ وإذا به يرتجفُ بشدّةٍ ويبكي من جديد، كان يقول لي بصوتِ الطفلِ الخائف: لقد كان يضربني دائماً كلّما أوقعتُ شيئاً أو أخطأت، كان يناديني بالمعاق، لا يسمح لي بأن ألعب مع أصدقائي حتّى أنّه في مرّةٍ رآني ألعب بتلك الكرة اللّعينة مع أصدقائي، فأدخلني إلى المنزل، وقام بضربي بالكرة ويديهِ حتّى غبتُ عن الوعي، واستيقظتُ فوجدتُ نفسي هنا، إنّي أراه كلّ يومٍ هنا، يراقبني ويحاول أن يضربني مجدّداً، لكن أمّي تأتي وتحميني، هي لا تفارقني، كلّ يوم أتحدّث معها، علمتُ بأنّه يعاني أيضاً من صدمةٍ نفسيّةٍ من النّوع المعقّد جرّاء تعرّضهِ لسلسلةٍ من الأحداثِ المؤلمة التي تتركُ أثراً دائماً في النّفس، واستنتجتُ من قصّتهِ أنّه بحاجةٍ إلى الحبّ والحنان كي يخرج ممّا هو فيه، قرّرتُ أن أكون عائلتهُ الجديدة، قرّرتُ أن أعوّضه عن والدهِ الّذي رماه بين الجدران، كنتُ كلّ يوم أحضر لهُ الدّواء وأنجح شيئاً فشيئاً في تدريبهِ والتّحدّث معه، وإعطاءه الشّعور بالأمان نحوي، حتّى أصبح يُمسك يدي،

فاستطعتُ أن أحتضنهُ ولعبتُ معه، حتّى أنّني أصبحتُ أنام في المستشفى كي أبقى معه، لم أعُد أقوى على مفارقتهِ، وهو كذلك، أقنعتهُ بأنّ والده لا يراقبهُ دائماً، ولن يضربه مجدّداً، استطعتُ أن أنزع ذكرياته السّيئة مع كرة القدم ولعبناها معاً، كان كلّ شيء يسير بشكلٍ رائعٍ، والدّواء يأخذُ مفعوله، أصبح يتكلّم مع الغرباء قليلاً رغم شعورهِ بالخوف، كنتُ أعلّمه الأحرفَ والأعداد. بعد مرور أكثر من عامٍ قرّرتُ إخراجهُ من المستشفى، وقمتُ بأخذهِ إلى منزلي، أصبحتُ أشرف على تربيتهِ وتعليمهِ، أحببتهُ وكأنّه طفلي، وها هو الآن بعد مرور خمسةِ أعوامٍ قد أصبح في السّابعة عشر من عمرهِ، وهو أفضل صديق لي، وأرى أنّه يمتلكُ قدراتٍ إبداعيّة عظيمة، أيضاً بدأ بقراءة كُتب الطّب النفسيّ والدّراسة لأخذِ الشّهادة الثّانويّة، أخبرني بأنّه يودّ أن يصبح مثلي، ويُنقذ شخصاً آخر من تلك الغرفِ البيضاء.

"إلى كلّ مَن يعاني من الشّيزوفرينيا، أنتم شمسٌ ساطعة ربّما لم يحِن وقت خروجها، كونوا على يقينٍ بأنّنا نحبّكم وسنقدّم كلّ ما نستطيع فعلهُ كي تكونوا بخير وسلامٍ، نحن معكم دائماً وإلى جانبكم، ولن نتخلّى عنكم مهما حدث حتّى نُخرج النّور المختبئ داخل قلوبكم؛ لنُنيرَ به العالم والكون".

[ميرا الزير]

*****

تجربة في مشفى الأمراض العقلية.

في صباحٍ مشمسٍ، استيقظتُ في مشفى الأمراض العقليّة لأجد نفسي في غرفةٍ بيضاء مُشتَرَكة مع العديد من المرضى. كان الهواء مشبعًا بشعورٍ غريبٍ من الحيرة والترقّب. حاولتُ التّأقلم مع محيطي الجديد، بينما كانت الأفكار تتدفّق في ذهني، كأشعّةِ الشّمس التي تخترق النّوافذ.

كان أمامي مريضٌ يعاني من الشيزوفرينيا، اضطرابٍ عميقٍ يُصيب العقل ويعزل الشّخص عن الواقع. كان يُدعى سامي، شابٌ في أوائل الثّلاثينيات، لديه عيونٌ تتنقل بسرعة بين الفراغات، كما لو كان يلاحق أشباحًا لا يراها أحدٌ سواه. كان يعيش في عالمٍ مليءٍ بالهلاوس والأفكار المُضطربة. كان يتحدّث عن أصواتٍ تحذره من أمّه، ويحمل في ذهنهِ مفهومًا مُعقّدًا عن وجود مخاطر تُحدّق به.

لم يكن من السّهل التعامل مع حالته؛ فقد كان يُعبّر عن خوفه من الدّماء، ويختبئ في زوايا الغرفة، مذكّرًا نفسه بالأشخاص الّذين يعتقد أنّهم يراقبونه. كانت تلك اللّحظات تُظهر لي عمقَ المعاناة التي يعيشها، والصّعوبات التي جعلتهُ ينزلق نحو الجنون.

عملتُ جاهدًا على توفير بيئةٍ آمنةٍ له. حاولتُ، بكلِّ جهدي، مساعدته على فهم الواقع، واستخدام تقنيات العلاج السلوكي المعرفي لتقليل الهلاوس. لكن التحدّيات كانت ضخمة؛ فالضغوط الاجتماعيّة، والافتقار إلى الدعم، والتجارب السّلبية السّابقة التي مرَّ بها كانت تضعف خيارات العلاج. في كثيرٍ من الأحيان، كانت المفاوضات معه تتطلّب صبرًا وتفهّمًا عميقًا.

بمرور الوقت، بدأت الجهود تُؤتي ثمارها. استطاع سامي مواجهة بعض مخاوفه، وشعر بقلقٍ أقلَّ في بعض الأحيان. ومع ذلك، كان يستغرق الأمر وقتًا طويلًا، وللأسف، لم يكن الشّفاء التّام في متناول اليَد.

إلى ضحايا المرض النفسي:

أحبّائي، أعلمُ أن المسيرة قد تكون مظلمةً وصعبةً، لأنّي شاهدتُ بأمِّ عينيّ كيف يمكن أن تؤدي الصّعوبات والضغوط إلى شعورٍ بالوحدة والخيبة. تذكّروا أنّكم لستم وحدكم في هذه المعركة؛ فهناك أملٌ دائمًا في الشفاء. حاولوا التّمسك بالأمل، واحرصوا على طلب المساعدة من المتخصّصين والأحبّاء. أنتم أقوى ممّا تتخيّلون، والضّوء قد يتسلّل حتّى من أكثر الأماكن ظلمةً.

فاطمة خليل

*****

"في قلب الفصام، معركةُ العقل والخيال"

في إحدى ليالي الشّتاءِ الباردة، تمَّ فرزي إلى مشفى الأمراض العقليّة. كنتُ جديدةً في هذا المجالِ، مُتَحمّسةً ومتهيّئةً لمواجهة أيِّ تحدٍّ قد يُلقى عليّ. لكنّني لم أكُن أعلم أنّ هذا التّحدي سيكون أكبر ممّا تصوّرت.

داخل غرفةٍ بيضاءَ، بِلا نوافذ ولا أبواب، وجدتُ نفسي أمام مريضٍ يُعاني من *الشّيزوفرينيا*

ذلك الاضطّراب الّذي يُمزّق العقل إلى نصفَين. كان جالساً في الزّاوية، عينيه تلاحقانِ شمساً خياليّة في السّماء المُظلمة.

كان يتحدّث بلا توقُّف عن أمّه، وكيف أنَّ دماءَها تُطارد خيالاته وتُحاصره في هذه الغرفة الضَّيِّقةِ.

_"الشّمس تقتُلني."

_" أمّي تُراقبني"

_"الدّماء في كلّ مكان!"

كانت تلك كلماتُهُ المُبعثرة، وكان جسدُهُ يرتعش كأنّه يُحارب شيئاً غير مرئيّ.

شعرتُ بالخطرِ يُحيط بنا، ليس منَ المريضِ نفسه، بلْ منَ الفصام الّذي يَعصفُ بعقلهِ.

كنتُ بحاجةٍ إلى التّصرُّفِ بسرعةٍ، لأسحبَ هذا الرّجلَ من أعماق جنونِه. حاولتُ الدّخول إلى عالمِه، إلى خيالاتِهِ المُظلمة، لأفهم ما يدور في ذهنه.

لكن كلّما اقتربتُ، كلّما وجدتُ نفسي غارقةً في هذا العالم الغريب.

كان عليّ أن أُواجه شيئَين في آنٍ واحدٍ: محاولاتي اليائسة للعودة به إلى الواقع، والضّغط المُتزايد على عقلي الّذي بدأ يتسرَّبُ إليه الجنون.

شعرتُ أنّني أُبتَلَعُ في دوّامة منَ الأفكارِ السّوداء، وكأنّني أنا الآخر أبدأ في فقدان الاتّصالِ بالواقع.

لكنّني لم أستسلم. ركّزتُ كلَّ طاقتي على التّواصل معه، على فهم ألمه الدّاخلي. وعندما بدأ يسكتُ أخيراً

وعادت عيناه تتّصِلان بالواقع، شعرتُ أنّني قد نجحتُ.

ولكن بثمنٍ باهظٍ؛ كنتُ على حافّة الانهيار النّفسيّ.

الصّعوبات الّتي مرّ بها هذا المريض لم تكُن نابعةٌ منَ العالم الخارجي، بلْ من داخله.

كانت أحلامه المُتكسِّرة وذكرياته المُشَوَّشة هي الّتي دفَعَتْهُ إلى الجنون، كانت محاولاته المُستمرّة للهروب من واقعهِ المُظلم هي الّتي أودت به إلى هنا.

وفي النّهاية، أُوّجِه رسالتي إلى كلّ ضحايا هذا المرض:

"الفصام ليسَ نهاية، إنّه بدايةٌ لصراعٍ طويلٍ بينَ العقل والخيال.

تذكّروا دائماً أنَّ الشّمس الّتي قد تحترق في عيونكم ليست إلّا وهمًا، وأنّ الدّماء الّتي ترَوْنها ليست سوى ذكرياتٍ مؤلمة وأنّ أمَّكم الحقيقيّة ستظلُّ بجانبكم مهما كان عالمكم مُظلماً.

لا تستسلموا، فالضّوء الحقيقيُّ دائماً ما يكون في مُتناول اليد، حتّى في أحلَكِ اللّحظات."

*#يُـــسْـــرَى_الأَحْـــمَـــدْ

*****

`"الطّبيبُ المُعجزة"`

في عالمٍ مُترعٍ بالذّعرِ، حيثُ النّزال بينَ الحقيقةِ والخيالِ دَؤوب، كلٌّ يرْمي رعبهُ على الآخرِ فيتشابكانِ لغزلِ الصّراعِ على أديمِ الكوابيس. أقلعتْ طائرةٌ كنتُ على متنِها من إحدى محطّاتِه، تشكّلتْ خارطةٌ ناطقةٌ على يديّ، يتوسّطها عقلٌ غارقٌ بسائلٍ أحمر، قالَت: "أنا دليلُكِ نحوَ مريضتكِ الجديدة." وحطّت في جيبي.

تردَّت الطّائرةُ بي واستَفقتُ من نومِي، ارتَعدَ قلبي ارتِعاداً خفيفاً أدّى إلى إيقاظِ مَشاعِري الّتي استمرَّ سُباتُها ليومٍ كامِل، وثبتُ من فِراشي، وتذكَّرت ما يقعُ على عاتِقي كطبيبةٍ نفسيّةٍ، مرَّ شريطُ الكابوسِ أمامَ مُقلتيّ، فحثّتني ذاكِرتي على مدِّ يدي لجيبي، فوجدتُ الخارِطة!

خرجتُ من منزِلي والظّلامُ مُسدِلٌ سِتارتَه على الكَون، وتقفّيتُ الآثارَ الّتي تشيرُ إليها الخريطةِ، فوصلتُ إلى بيتٍ مهجورٍ،

دلفتُ إلى قبوهِ، كانَ مساحةً بيضاءَ ملغومة، خاويةً من الأثاث، يتربّعُ في بؤرِها بقعةَ دماءٍ تدثّرُ لبّاً خارجاً عن صوابهِ، لا أنكرُ الهَلَعَ الّذي اجتَاحني آنذاك، لكنّ إنسانيّتي هزمتهُ. دنوتُ لمسّهِ، فأصابَتني صاعقةٌ كهربائيّة، تلاها أزيزُ أشباحٍ، وعلى حينِ غفلةٍ أمسكَ بعنُقي طيفُ فتاةٍ شابّةٍ قائلاً: اجعلِي أنامِلكِ ريشةً، وبحبرِ الدّماءِ هذا خُطّي على الجدارِ: *شيزوفرينيا*

تبلّلَ بناني بذاكَ المِداد، ومِن ثمّ لوّثتُ الحائطَ بهِ. ما إن انتهيتُ من كتابةِ تلكَ الكلمةِ حتّى امتَصّت حروفُها رُوحي، وتبعَها جسَدي.

هناكَ في كوكبِها، لمحتُ الفتاةَ الّتي هدّدَني طيفُها، فتيقّنتُ أنّها ضحيّةٌ من إحدى ضحَاياها، كانتْ عينَاها تتوهّجُ بلونٍ أحمرٍ قاتمٍ، تلاقَت بعينيّ فأُغشيَ على نظرِي، دفعَني الخوفُ للعودةِ، فحملقَت الفتاةُ إلى قلبِي ثُمَّ قالت: شَمس! شَمسي!!

نظرتُ إليه، فإذا بهِ تحوّلَ لقرصٍ دائريٍّ تحيطُه أشعّةُ لهيبٍ، حتّى باتَ كشمسٍ يكادُ سنا برقِها يذهبُ بالأبصَار.

فسلّطتُ تلكَ الأشعّةَ نحوَ رأسِ الفتاةِ، فذبُلتْ عيناهَا وتلألأت ابتسامةٌ على ثغرِها، بادلتُها ابتسامتَها وسألتُها عن اسمِها

"أنا عَمياء، صَمّاء، لا أستطيعُ الكَلام. شَمسي غربَت، فخانَني قمري ورافقَها، نُجوميَ انكدرتْ، إنّها القيامةُ في دُنياي، أنتمُ الأطبّاء من جلبتمُ القيامة!"

قالتْ هذا ثمّ حاولَت غرزَ مخالبِها في صدرِي، لكنّني تفادَيتُ هَجمتَها، أمسكتُ بيدِها برفقٍ وتهادَى صوتي: "لستُ طبيبةً، إنّما أنا نظرُ الأعمى، وسَمعُ الأصمّ، وصَوتُ الأبكَم. أيُّ قيامةٍ تتحدّثينَ عنها؟!

إنّما هيَ حياتُنا الدُّنيا تُواظِبُ اختبارَنا، والأرضُ تهتزُّ تحت أقدامِنا لتقيسَ مَدى صُمودنا، هيّا عاوِدي النّهوضَ مهما عَرقلكِ القَدر".

أنهيتُ كلامي وألقيتُ نظرةً نحوَ عقلِها، كانَ كسجينٍ يُحاولُ الفرارَ من زنزانةٍ ابتلعَ مفتاحَها، فقطعتُ عهداً أن أُحرّرهُ حتّى لو نسجتُ المفْتاحَ من خُيوطِ روحي.

تأمّلتُ بوجهِها البريءِ وأردفْتُ قائلةً: هل ستستسلِمينَ للزّلازلِ أمْ ستَرمينَها خلفَ ظهرِك لِنخطُو معاً في دربِ الحَياة؟

أجابتْ: "كلُّ الدّروبِ تظلمُ إن لامستُها، ما يُدريني أنَّ دربَ الحياةِ مُنحرف؟

أيُّ شيءٍ يقتربُ منّي سيلقَى حَتفهُ، وأنتِ كذلك، دعينِي وشأنِي، اعتدتُ الدّجَى واعتادَ عليّ"

ثمّ أصابَها ضربٌ من جنونٍ، وأرادتْ أن تبطشَ بي ثانيةً فأُجبرتُ على تقييدِ معصمَيها، وطرقتُ مسامِعها بسؤال: ماذا تقصدينَ بِغابت شمسي؟

اعتقلَ كفّاها رأسَها، وصرخَت بأعلى صوتِها: "أمّي!

لا تجرِ العمليّة، لا تسرقْ أمّي منّي!

غابت شَمسي، وتبيّن أنّ القمرَ ما كانَ إلّا سارقاً يَحيا من حياتِها.

غادرَت عائلتي وسَمائي باتَتْ وحيدة".

بعلْمي، المرضُ لن يكشفَ لنا أسرارهُ، بل علينْا أن نفكَّ رموزهُ ونتوصّل إلى الوصفةِ السّحريّةِ الّتي ستمكّننا من الوصولِ لِما يجولُ في داخلهِ من فجائِع.

وبعدَ تفكيرٍ مليٍّ أطلقتُ زفيراً يعلنُ عن استطاعَتي فتحَ كتابِ ذكرياتِها، فمسحتُ على رأسِها بلينٍ وقلت: سماؤكِ باتتْ وحيدةً؟

إذاً ما رأيكِ أن تتّحدَ مع سمائي؟

أومأتْ إيجاباً وقالتْ بنبرةٍ خجِلة:

- هل تُوافقِين؟

- بالطّبع، قمرُنا جليٌّ في الخارجِ، ونجومنا السّرمديّة تنتظُرنا لنُحصِيها".

- والشّمس، أينَ الشّمس؟

- شمسُكِ أنا، وأنا شمسُكِ، سأنهضُ من غسقِ ليلكِ لتتَغلغلَ أشعّتِي بين حَنايا قلبكِ. أمسِكي بيدِي، ولنَرتقِي معاً وُصولاً عنانَ السّماء.

أخرَجتُها مِن جُحرِ الاضطرابِ، عقلُها الذي أسباهُ الحزنُ تحرّر!

وعُدنا معاً إلى نقطةِ انطلاقِي، فإذا بالدّماءِ تتحوّل لنبعٍ بلونِ السّماء يحتضنُ قلباً مُشمساً، فاغترفتُ غُرفةً منهُ ومسَحتُ كلمةَ شيزوفرينيا من الجدارِ، ونقشتُ نقوشاً يخلّدُها التّاريخُ باسمِ الطّبيبِ المُعجزةِ: "إلى مَن يقدّمُهم الاكتئابُ قرباناً لهذا المَكان، مهما طالَ زمهريرُ الفصامِ سيتلُوه الرّبيعُ لا محالة، والمرضُ ليسَ مغناطيساً يجذبُنا نحوَه، ما مِن ضحيّةٍ إلّا وكانَت المُضحيّة، فلا تُلقوا بأيديكُم إلى التّهلُكة.

إن فاتَ الأوانُ وألقيتُم، فالخروجُ ليسِ بمُستحيلٍ، وإنْ كانَ، فربُّ المُستحيلِ على المُستحيلِ قادِر".

-بقلم: عطاء سراقبي

*****

"*يومٌ في الجحيم*"

في أحد الأيّام ذهبتُ لزيارة صديقي في مشفى الأمراض النفسيّة، وكان قد دخلها بعد صدمةٍ بوفاةِ عائلتهِ بحادث سيرٍ.
مررتُ وأنا أرتجف من الخوف ممّا رأيت، فتاة في العقد الثّاني من عمرها، صوتُ أنينها في رأسي منذ زيارتي لصديقي، تعاني من مرض شيروفرينيا، وشابٌّ آخر في نفس العمر يهلوسُ ويتكلّم ويصرخُ بما لا يُعلَم معناه.
وعند وصولي لصديقي وجدته جالساً على الشّرفةِ أمامَ ضوء الشّمس، عانقتهُ بشدّة، فلَم يبادر لردّ العناق وكأنّه لا يشتاق إليّ ولا حتّى يعرفني، جلسنا قليلاً صامتون، وبعدها بدأ يقول صديقي: لقد ماتوا، ماتوا جميعاً، أمّي وأبي وإخوتي، أريد عائلتي هيّا أخرجني واقتلني أريد والديّ وإخوتي، فبكى وبكيتُ معه على ما رأيت، ذلك الشّاب والفتاة وصديقي وغيرهم الكثير.

هذا اليوم لا يغادر ذاكرتي، يودّ قلبي أن يتخلّص من هذه الذّكرى البائسة، أغلبهم كانوا مثلنا لا يعانون من شيء، يرتابني الخوف كلّما تذكّرتُ ما رأيتُ ويخطر في بالي سؤال أيضاً.

هل سأكون يوماً ما في هذا المكان المخيف؟!

رسالة قصيرة إلى كلّ مَن يواجه هذا المرض:

أحبّائي وأصدقائي لا تفقدوا الأمل من التخلّص من هذا العناء، عزّزوا إيمانكم باللّه تعالى، فالشّفاء بيَد اللّه، ولا تنسوا قوله بعد بسّم اللّه الرحمن الرحيم

(قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ)

صدق اللّه العظيم.

نجاح العدس

*****

*_صـورٌ مِن حـيـاتِـنـا_*

في صباحٍ مُشرق من صباحات الخَريف، ذَهبتُ لِلمشفى كالعادة لأرى مهامي لِليوم...

_صباحُ الخير أيّتها الآنسة

_صباح الخير، ما مهامي لِليوم؟!

_لديكِ اليوم مريضٌ مِن ذي الاضطّراباتِ النفسيّة، إنّهُ ينتظركِ في الدّاخِل.

فتحتُ باب الغُرفة لأجدها تَعمّ بِـالهدوء وأجدُ ذلكَ الشّخص جالِس على كُرسيّ ويُتمتم، جلستُ أنا الأخرى.

_مرحبًا، ما اسمُك؟

_أنا، أنا قاتل، أنا قتلتُ، أنا قاتل!

_ماهو اسمك؟!

_قلتُ لكِ قاتِل، هل تفهمين، أنا قاتِل!

_حسنًا أيّها القاتِل، مَن الذي قتلته؟!

_قتلتُ، قتلت نفسي!

كانت صدمةٌ سافرت إلى نقطة الرّعبِ بِداخلي، لأوّل مرّةٍ تؤثّر بي كلمة، كان يقولها بكلّ صدقٍ، يقولها من كلّ قلبه...

_ماذا تعني بأنّك قتلت نفسك؟

_لقد، لقد قتلتُ نفسي، أنا شبح!

_كيف، كيف ذلك؟

بعد جملتي تِلك قُفل الباب، وبدأ المريضُ بالضّحك الهستري...

لم أصدّق، ذهبتُ مسرعةْ لكي أفتح الباب، لكن لا جدوى، كان ينظر لي ويبتسم ابتسامةً مخيفةً يمكنها أن توقعكَ أرضًا.

_أنتِ محاصرةٌ، أنتِ متورّطةٌ، يجبُ أن نموت معًا...

اقتربَ أكثر، وأكثر، وأنا أقول في سرّي هذه النّهاية، هذه النّهاية حقًّا.

وفجأةً، يصدرُ صوتٌ منّي لا إرادي.

_توقّف، أنت لستَ بقاتل، أنت لستَ ميّتًا، أنت حيّ، أنت على قيدِ الحياة...

_بدأ هو الآخر بالصّراخ والبُكاء: كلّا، كلّا أنا، أنا لستُ على قيد الحياة، أنا أموتُ، أنا أنزف، لا أحد يفهمنا نحنُ المضطّربين، تظنّون أنتم البشر بأنّنا مجانين...

_لا، أنت هنا، أنت على قيد الحياة، لو لم تكن على قيد الحياة لما جِئتَ إلى هنا، لو لم تكن تريد النّجاة لما كنت هنا...

صمتَ وبدأ يبكي كَطفلٍ تركته أمّه.

_ما الذي تذكّرته؟

_ذلك دمّرني، دمّرني كلامهم عنّي، كلماتهم لا تخرج من رأسي، كيف لإنسان أن يكون قاسيَ القلب وبدون رحمةٍ هكذا؟! هو الآن يعيش حياته، نعم، لقد شُفي تمامًا بعد جلستنا الأخيرة، أصبح لديه ابنة وسمّاها على اسمي.

نصيحة، لا تقولون كلامًا يجرح شخص ما، فقد يصبح مريضًا نفسيًّا بسبب كلمةٍ ذهبت لِمسمعهِ.

فـاتـن الخـالـد

الـسـوسـنـة_الـسـوداء

*****

| عقدةُ الفقدِ |

لم يكُن يشبه الشّاب في سنّ النضج، ملامح الموتى محتلّةٌ عينيهِ، كان يبلغُ من العمر الثّلاثة والعشرين عمرًا، والسِّتين ملامحًا، بُهتتْ ابتسامتهُ بعقد الحاجبين.

سألتَهُ لعدّة مرّات مُتتالية ما بكَ، أخبرني؟

وضعتُ يديَ فوق يديهِ الباردتين، بالله ألستُ بطبيبتكَ؟!

قل لي، إن لم تخبرني سأذهبُ ولن تراني مرّة ثانية.

ابتسم ابتسامةً باهتةً وعيناهُ تلمعانِ من الدّموع.

_ وإن ذهبتِ ماذا سوف يحصل، أتحسبين أنّي بحاجةٍ لكِ؟!

لا تدري كم عزيزًا غادرني

أمّي، وأبي، ثلاثةُ إخوةٍ كان لي، حبيبةٌ جميلة ماتت من مرضٍ خبيثٍ احتلّ جسدها، وماذا أخبركِ أيضًا؟

لم تعد تشرقُ الشّمس عليّ

جثّتي الشّابة انتحرت عند طلوع الفجر، وجُعل من دمائها كؤوسًا من الخمرِ اللّذيذ، أراهم هنا بين المجالس يتحدّثون، طيفهم يسكن بيني

انظري هم يسمعونني، انظري أكثر، أستطيعُ لمسهم، يا شدّة غبائي، هم راحلون بروحٍ وتركوا جسدي العالقَ هنا

لماذا لم أكُن معهم لماذا ؟!

_ لأنّه ابتلاء ومن ثمّ ضحكةٌ ضحكة قهر!

وقلتُ: هل هذه حالةٌ تعجبكَ، هل تعلم أنّك لست بمريض، أنت فقط لديك القليل من الشّيزوفرينيا كلُّنا نعاني من هذا المرض أنت وأنا، الأصدقاء والجيران كلّهم لديهم اضطّرابات في العقل، لكِنّهم لديهم القوّة لمواجهتِه

اللهُ أحبّك فابتلاك بفقد الأحباب

وجسّد رؤيتهم في عقلكَ الباطني

ليرى قدر تحمّلكَ وصبرك

ليرى قدر إيمانك على مصائب الدّنيا.

يا عزيزي

إنّ الدّنيا لفانية، وكلّنا سيكون نهايتُنا الموت، وستمرُّ الأيّام وتتغيّرُ نظرياتُك

فكُن أقوى من الظّروف.

ضحك مرّاتٍ عديدة وتأمّلني قائلًا: هذا العقلُ قد أوشكَ على الجنون، فقد أرهقهُ الكتمان والتّفكير

يريدُ سندًا لا يغيب،

كانت يداهُ باردتين وترتجف،

ألم أخبركَ أنّني معكَ ستكون بخير؟

ربّما نريدُ يومًا كاملًا أو يومين للحديث، سنتشارك أفكارنا وسأخبركَ عن قصّة أيضاً

سنتكلّم كثيرًا لا تقلق.

كانت ابتسامتهُ أصدق الكلام.

"رسالة "

يا عزيزي صاحبَ ألطفِ قلب، أنت لست بمريضٍ، وهذا ليس بمرضٍ مُميت، أنت تسطيع التّجاوز والتّخطي، أنت أقوّى جسدك وسلب روحك، إنّ ليالي حزينة ستنتهي، وستشرق الشّمسُ من جديد، ويحلّ القمر لياليه، انهض وكُن أقوى من ظروفكَ.

سنكون معك، فترة وستمرّ.

لـ الكاتبة ثريا عبطيني

*****

"غابت شمسي"

منذ دخولي إلى ذلك المشفى تغيّرت نظرتي كليّاً للحياة، مشفى الأمراض العقليّة، كنتُ واحدة ممّن أودَت بهم الحياة لأعالج أُناس ذهبت عقولهم عن الواقع، ربّما حظيتُ بهذه المهنة المتّعبة لكنّها تفتح آفاقاً جديدة في تفكيرك، خشيتُ من فكرة وجودي بين مرضى غير مُدركين ما يفعلونه، كنتُ خائفة من البقاء داخل غرفة بيضاء أنا ومريض يعاني من الفصام، لكنّني طبيبة نفسيّة ومجّبرة على التّشخيص والعلاج والتّحمل.

نظرتُ لها بحذر لأجدها تركنُ في زاوية الغرفة بعد أن استلمت إضبارتها وأوراقها الّتي تُثبت أنّها مصابة بالشّيزوفرينيا الّذي يعتبر اضطراب نفسيّ وعقليّ وفكريّ وشعوريّ وسلوكيّ، سرتُ باتّجاهها ببُطءٍ لتبتعد أكثر وتلتصق بالحائط وكأنّها فريسةٌ ضعيفة تشعر بأنّ العالم يُريد النّيل منها، اقتربتُ أكثر لأُطمئنها وأخبرها بأنّني هنا لأساعدها لتخرج ممّا

هي فيه، أخذ معي وقت طويل لاستدراجها بالحديث وأُشعرها أنّني قريبة منها، وبإمكانها أن تثق بي، أحسستُ أنّها تُعاني من الهلوسة المفرطة وتضع يدها على أذنها وكأنّها تسمع أصواتاً غريبة أو أنّ أحد يلمسها وتبعده أو أنّها ترى أشياء أنا لا أراها، كانت كلماتها غير مترابطة ومنها غير مفهومة، لكن لاحظتُ أنّها تنطق بين الحين والآخر أمّي، ملابسها هرمة يبدو أنّها لم تستحمّ منذ فترة، أُحادثها وهي غير مُكترثة لما أقول شعرتُ كأنّني أُكلّم جامد، حتّى نظرت إليّ وعيناها ذابلتان، ووجهها شاحب وقالت: من أنتِ؟

_ أنا طبيبتكِ هنا لأُعالجك.

_ أنا لستُ مريضة!

_ أعلم، ولكنّك متّعبة قليلاً.

سألتها وأنا أعلم، ولكن لِكسر حاجز التّوتر: ما اسمك؟

لتجيب بتردّدٍ: روان

وما بها أمّك لِمَ تذكرينها كثيراً؟

تصمت قليلاً لِتقول: ماتت

_ كيف، هل لكِ أن تسردي لي الحكاية؟

تحدّثت بكلام غير مترابط وغير منظّم، ولكنّني استطعتُ أن أفهم منها.

قالت: كنتُ في السّادسة عشر من عمري، عدتُ من المدرسة ودخلتُ البيت وأنا سعيدةٌ بدرجتي بالرّياضيات لأُخبرها لتفرح معي، أنادي لها أمّي، أمّي ولكنّها لا تردّ حتّى دخلتُ المطبخ، فشاهدتُ ذلك المنظر، جثّة هامدة على الأرض والدّماء يغطّي معظم ملامحها، من أثر الصّدمة جمدتُ بمكاني لا أستطيع الاقتراب أو الابتعاد من هول ما رأيت، لا أدري مَن فعل بها هكذا، حتّى دفعتُ أنا ثمن موتها، أصبحتُ منعزلةً تماماً عن العالم الخارجي، تركتُ الدّراسة وأصدقائي، وأنا وحيدةٌ لأهلي، وأبي مات وكان عمري حينها شهرين، من بعدها أشعر وكأنّ هناك شيء يريد الاقتراب منّي وقتلي مثلما فعل بأمّي.

صمتت برهة لتقول: غابت الشّمس الّتي كانت تُنير حياتي، ولا أعلم ما الّذي جاء بي لهذه الغرفة.

حاولتُ أن أُخرجها ممّا هي فيه؛ لتتعرّف على أُناسٍ جُدد، لكنّها لا تتجاوب للنّشاطات الاجتماعيّة، رأيتها قلقة وتحمل بداخلها توتّراً ممزوجاً باكتئاب قاسٍ، رغم العلاج يئِستُ بعد أن رأيتها لا تستجيب أدركتُ أنّ حالتها حرجة، تعيش بين الخيال والواقع، أخبرتني يوماً أنّها تُريد الانتحار، لكن استطعتُ أن أُسيطر على هذه الفكرة بالدّعم الدّائم لها والمراقبة.

كانت مسيرة علاجها شاقّة ومتّعبة لي ولها، لكنّ النّتائج تستحق، استخدمتُ أوّلاً أسلوبَ العلاج النّفسي ومن ثمّ العلاج الدّوائي، كان من الصّعب تكوينَ علاقاتٍ معها، غيّرت طريقة تفكيرها، وأصبحتُ أدرّبها على مهاراتٍ اجتماعيّة، وتحسين التّواصل الاجتماعيّ، حاولتُ معها مراراً وتكراراً حتّى نجحتُ برحلة علاجها ولو بقليل، استمرّيتُ معها خوفاً عليها من الانتكاسِ مرّةً أخرى.

لضحايا المرض:

أحياناً المرض هو محطّة جميلة في الحياة، نقفُ عندها لوقتٍ معيّنٍ حتّى يحينَ موعدُ عودتنا لحياتنا الطّبيعيّة، ابقى قويّاً، فالمرض لا يحبّ الضّعفاء، ومن وجهة نظري أرى أنّ الأمراض العقليّة أو ما يُعرف بالجّنون في هذا الوقت هو نعمةٌ من اللّه، أن يصبح الإنسان غير مدركٍ لما يحصل حولهُ مُتعة عظيمة، وأفضل من أن يعيش هذا الواقع بهذا الصّحو.

فالواقع بحاجةٍ للجنون.

أماني بكر

*****

"دماءٌ كلّفتني حياتي"

أنا الطالبةُ الشّغوفةُ التي حَلمتْ بأنّ تصبحَ طبيبةً نفسيّة، وأن تبني عيادةً خاصة بها لتهتمَ بمرضاها، لم أكنْ أتمنّىٰ أنْ أعملَ في المستشفيات العامة، لكن كانَ هذا قدري، كانَ من المُحَتّم عليّ أنْ أكونَ طبيبة في المشفىٰ، وأنْ أُسجنَ بين الغُرَفِ البيضاء، الغُرف التي لا يدخل لها أيّ لونٍ، فقط الأبيض.

وهناك تخصصَّتُ لأن أعالجَ حالةً نادرة جدّاً، ومن الصّعب التّعامل معها، هذه العيِّنة من المرضىٰ تعاني من مرضين بآنٍ واحد

(الشيزوفرينا: وهو الاضطراب النفسيّ الشّديد، وأيضاً الفصام) أرسلوه للمشفىٰ بعمرٍ صغير جدّاً بعد تعرّضه لمشهدٍ عنيف بعد قتلِ والدته خلال الحرب

كانَت والدته مُلقيّةً على الأرض، وجهها يملؤه الدّماء والكدمات، مشهداً لا يفسّرْ، ولطالما كانَ بعمرٍ صغير أثّر عليه هذا المشهد، والأسوء من ذلك، كان هو الشّخص الوحيد المتعلّقة به والدتهُ، تعرّفتُ علىٰ كلِّ هذه التفاصيل بعدما عرضوا عليّ التّحاليل والتّقارير الطبيّة، والفحوصات التي تعرّض لها، وبعض الدّراسات والتّفاصيل التي استنتجوها الأطبّاء الّذين حاولوا من قبلي، لكنّهم لم يتوصّلوا لأيّ نتيجة.
لذلك حاولتُ أنْ أبدأ بالعلاجِ معه بشكلٍ مبكّر، الآن هو عمره لايتجاوز الخمس عشر سنة.
وعندما دخلتُ إلى غرفته الوحيدة المخصّصة له، لأنّه كان يتصرّف بعنفٍ مع باقي المرضىٰ في الغرفةِ ذاتها، دخلتُ وبحذرٍ شديد، وبقلبٍ مُرتجف لأولِ مرّة، نظرتُ بأنحاءِ الغرفة لم أجدهْ، ناديتُ باسمهِ كثيراً لعلّ تركيزه غير مشتّت وأحصلَ على نتيجة معينة، فجأةً نظرتُ أسفلَ السّرير وجدتهُ، كانَ ملتفّاً حول نفسهِ، يضعُ رأسه ويركّزُ نظرهُ على بقعةٍ ما في

الأرض، ويتمْتِم بكلماتٍ ربّما مفهومة، كانَ يتحدّثُ بسرعةٍ (أمّي، أمّي، دماء، هنا يوجد دماء) كانَ يتحدّثُ وشفتيهِ ترتجفان من الخوف، ويحدّث نفسه بالانتقام، وبكلماتٍ مخيفة عن الجُثث والحرب والقتل والدّماء وهذه الأشياء، كانت عيناه مرتكزة ع الأرض، لكنّها تنهمرُ بالدّموعِ بشكلٍ مُبالغ به، بحّةُ صوتهِ لم تكنْ بالحُسبان، شعرهُ المجعّدْ المُبلّل بالطّعامِ الذي رفضهُ برميهِ عليه ساخناً، بعض الحروق على يدهِ، والكدمات لأنهُ كان يُعنّف نفسه بالضّرب، وجهاً شاحباً للغاية، ومصفرّاً كضوءِ الشّمس، لأنّهُ لم يتناول الطّعام منذُ أربعةِ أيّام، رُغمَ المحاولات الكثيرة من الممرّضينِ، كُنْتُ متشتّتة جدّاً، وتساؤلات تدورُ في مخيّلتي.

ماذا أفعلْ معه؟

من أين أبدأُ بالعلاجِ؟

ما الحلّ المناسب؟

كانتْ هُناك العديد من التّفاصيل الدّقيقة في التّحاليلِ التي تُساعدني بالعلاجِ، كانَ يُفضّل عندما كان صغيراً (كيكة الفراولة) من والدتهِ، فَقرّرتُ أنْ آتي لهُ بهذه الحلوىٰ ليتناولها، ولكي أقنعهُ بالخروجِ من أسفل السّرير.

أصبحتُ كُلَّ يوم آتي له بقطعةِ الحلوىٰ؛ لأنّه كان يتناولها بحُبٍّ وبدون ترَدُّدْ، كُلَّ يوم أجلسُ بجانبهِ أشاركَه الطّعام، أُحدّثه بطريقةٍ تجعلهُ يحبّ نفسه، وتحفّز شيء ما بداخلهِ للحياة، كنتُ أحاول أنْ أُسمعهُ الموسيقىٰ الهادئة المُحفّزة، وأقرأُ له العديد من القصص، وهكذا لمدّة شهرٍ استجاب معي بنسبةِ (خمسون بالمئة) تأقلم على وجودي في الفتراتِ القادمة، أصبح تركيزهُ متوازناً، وبعد سنةٍ كاملة كانت النّسبة (ثمانون بالمئة) كنتُ سعيدة جدّاً بما قدّمتهُ، بعدما أخبرتُ باقي المشرفين في المستسفىٰ على تحسُّنه، ظلّ شهراً كاملاً للاطمئنان أكثر قبل مغادرتهِ، وهنا كانت نتيجة الشّفاء(مئة بالمئة).

لكن هناك رسالة منّي: أنْ يحافظَ الأهل على أطفالهم من المشاهد المُخيفة مهما كانَ الظّرف والطّريقة، يقدّمون لهم النّصائح دائماً، أنْ يكونوا مصدر التّفاؤل والإيجابيّة، أن يبتعدوا على العنف والإساءة بأيّ طريقة.

بقلمي: آيـــــة صوفان.

الآيـــــة

*****

|الثّقوبُ السّوداءُ|.

بكاءٌ هستيريٌّ، دموعٌ ودموعٌ، ضحكٌ، ضحكٌ صاخبٌ، صراخٌ وهمسٌ، ثلجٌ، الثّلجُ في كُلّ مكانٍ هُنا، يا للهول إنّها النّهايةُ، بل البدايةُ، بل كليهما معًا، أو لا شيء البتّة!

عناقٌ حادٌّ ينتهي بلطمةٍ على الصّدر وصفعةٍ على الوجهِ!

أحبّك، ولكن من أنتَ؟!

أكرهك ولكن لا تكرهني أنتَ اتّفقنا؟!

علّ الثّلج يذوبُ لنرى الكون بألوانه الحقيقيّة، بياض المُحيط أسوء من سواد النّوايا يا صديقي!

والكثير الكثير من العبارات الغريبة تلك الّتي تلفّظ بها بدرجات صوتٍ متفاوتةٍ، وأنا الّذي انزويتُ على نفسي مُحاولًا تقييد لسانهُ بصمتي،

لم أنجح!

نجحَ في البدايةِ بإدخالي دائرتهِ في النّقاش معهُ.

_ ما اسمك؟!

_ طبيبك النّفسيّ.

_ أهلًا طبيبك وأنا حبيبكَ الأبديّ!

_ تشرّفنا!

_ الشّرف لي، ولكن ما اسمك؟

_ لا يهمّ، أنت مريضٌ لديّ وتمّ تشخيص حالتكَ على أنّها شيزوفرينيا وتعني اضطّراب العقل والفصام.

_ ما اسمك؟

أسنانك جميلة!

شعركَ كشعر الماعز، وضحكٌ، الكثير من الضّحكِ!

بُكاءٌ وصراخٌ ولا عقل يتكلّمُ ها هُنا!

_ أظنُّ بأنَّ حالتك لا تعدو كونها مجرّدَ ضربةٍ من الشّمسِ جزاءً لضرب الجّنون الّذي تعيشهُ أيّها الأحمق!

_ أشعرُ بالعطشِ يا هذا!

سألتُ حكيمًا يومًا وقال لي بأنّ شخصًا يُدعى طبيبك سيغدو حبيبكَ يومًا، وعليك بكأسِ دماءٍ من عروق عينيهِ!

_ يبدو بأنّ الفُصام يسري في شرايينك وليس في غرفة رأسك الفارغة فقط!

أسألُ الله تعالى أن يهديني إلى الصّبر على هذا الحال.

_ أريدُ أمّي!

هل أنتَ أمّي؟!

أينَ أمّي؟!

لا لا لا لا، أنت لا تحمل رائحتها، تبًّا، تبًّا لك!

_ سنذهبُ إليها إذا ركّزت معي وتعاونتَ.

_ أهذا حقًّا؟!

_ وهل يكذبُ عليكَ حبيبك؟!

_ نعم فعلها وقطع حبلًا من الثّبات كنتُ أتشبّثُ به يومًا!

_ ما حالُ شعوركَ؟

بماذا تشعر بالضّبط يا صاحبي؟

_ أشعرُ باللّاشعورٍ!

بل أتألّمُ بحقٍّ، أمعكَ الدّواءُ؟!

_ ماذا تعرف عن الخيبات؟

_ أعرف بأنّ القدر سلبني تركيزي وعاد طبيبٌ معها إليّ عوضًا عن الدّواءِ!

بربّكَ ما بالكَ تعودُ إليّ حاملًا معكَ جبلًا كنتُ أُعاني لأنفثهُ من فوق صدري!

لا مفرًّا.

لتجثمَ إذًا بكهوفكَ من جديدٍ ولأشتعلَ ببقايا وقودِ مشاعري وحدي!

ولكن... مهلًا!

أينَ أَنا؟

ومن أنتَ؟!

أو أقصدُ ما اسمكَ؟

_ أعُدتَ إلى رشدكَ أم هذا هراءً جديدًا أيضًا؟

_ ماذا نفعلُ هُنا؟

أكادُ أختنقُ يا رجُل!

لنخرجَ ونتكلّمُ بعدها بسرعةٍ.

لا تنظر هَيّا بِنا يا رَجل.

_ على الرّحب والسّعة إذًا.

• الحبّ ومن وسط الفصام بقي في حيّزه ضريرًا يصرخُ لبقايا الرّوح!

• والأمّ وحدها الّتي حرّكت بقايا الإنسان!

• المشاعر ومهما تلاشى صاحبها لن تتلاشى.

• الخيبةُ ومهما جُبر صاحبها ستبقى ديجورًا على شكلِ فقاعةٍ وسطَ الأضواءِ.

تلك النّقاط كانت شيئًا من التّشخيص بعد خروجي من دائرة النّقاش مع المريض ودخولنا إلى دائرتي، وهي دائرة الاستعداد للشّفاء من المرض.

أنا قد أساعدهُ من أجلِ المثولِ للشّفاءِ ولكن لا أستطيع محوَ الذّاكرة، وقد يكون الفصام أهون لَهُ، وذلك حسب تفاصيل حالته الطّبيعيّة دون المرض.

قد أظنّ فعلي معهُ خيرًا فلا يكون كذلك!
ولكِن على أيّ حالٍ ستتمّ المُتابعةُ بالعلاجِ الآن على مسؤوليّته الشّخصيّة أو حسب قرار أهله وذويه، ولا شيءَ بالإرادةٍ مُستحيلًا.

وفي الختام إلى جميع من يعانون من مثل هذه الأمراض الصّبر والتقبّل عنصران أساسيّان للمواجهة، ومهما عصف بكم المرض تستطيعون التّحمّل، كونوا دائمًا على يقينٍ بالخيرِ، وفي المرض أو الشّفاء ستبقون أنتم الأساس لما تريدون أن تفعلوا، واكتساب قوّة المواجهة، والحياة السّامية، والابتعاد عن مثل تلكَ... |الثّقوبِ السّوداء|.

|الكاتب: محمّد غسّان الدّوس|.

*****

/الطّبيبة جُنيفِر ومريضتها إيبلا/

ذات ليلةٍ قمراء وأنا في طريقي إلى إحدى المقاهي الواقعة في شوارع سويسرا؛ يأتيني اتّصال من رئيس قسم الأمراض العقليّة المقيم في إحدى المصحّات ليخبرني: دكتورة جُنيفر، نريدُ منكِ أن تأتي إلينا في حالة مستعجلة، لدينا فتاة بأوائل العشرينات تدعى إيبلا تعاني من متلازمة شيزوفرينيا، نرجو منكِ مساعدتها وتولّيها في أسرع وقتٍ ممكن. وافقتُ على الذّهاب وبعد مرور أربعٍ وعشرين ساعة بالكاد كدّت أصل إلى ذلك المَصحّ، سألتُ عن غرفة المريضة فورَ وصولي هناك، توجّهتُ نحو الغرفة ذات الرّقم سبعة، طرقتُ الباب وإذْ بغرفةٍ بيضاء واسعة تقطنها فتاةٌ بروعة الجمال، كانت تبتسم قليلاً وتعبس قليلاً دون وضع مسميات لتلك التّصرفات، تتنفّس بصعوبة، تُطقطِق أناملها ببُطءٍ، نظرتْ إليَّ ورفعت لي أصبع

يدها لتقول: أقسم بأنّني جُرِحت ونزف إصبعي هذا الكثير من الدّماء وسمعت صوتي وبعدها أخذت تقول لي: أنتِ!

لا لم أسمعكِ على ما يبدو أنّك أصبتِ بالجنون صغيرتي، انظري إليها إنّها الشّمس أيّتها الطّبيبة، لم أنطق بأيّ حرفٍ كأنّها علمتْ بأنّي أتيت إليها كي تروي لي عن حالتها، فذوي متلازمة الاضطراب العقلي دائماً ينتظرون أحد ما ليشكوا همومهم إليهم، تُكمل روايتها وتقول: لم تكن أمّي التي قُطع حبلي السرّي من رحمها، كانت بمقام الخالة زوجة الأب، تميّزني عن إخوتي حتى أودت بي إلى هذا المكان، وبالمناسبة أيّتها الطّبيبة، لماذا أنا هنا، أخبريني؟!

بدأت عيناها تذرف دمعاً وتقول: منذ قليل ذرفتْ عيني اليسرى دماً وليس دمعاً، أكملتْ حديثها، هل يليق بي كلّ هذا الشيء ؟! هل يليق بفتاةٍ مثلي هذا المكان؟!

احتضنتُها قليلاً وجعلتُها تنصتُ إليّ، بعد مرور نصف ساعةٍ سألتني، أيّتها الطّبيبة: هل أروي لكِ ما الّذي جعلني أكون هنا؟

في حينها تأكّدتُ أنّ هذه الفتاة بحاجةٍ لشخص ينصتُ إليها باستمرار، فهي تفعل الشّيء وبعد قليلٍ تقول لن أفعل!

تصرّفات والدتها انعكست عليها بشكلٍ فعليّ، قلتُ لها: بالتّأكيد يمكنني سماعكِ حتّى طلوع الفجر غداً. أعادت لي ذات السّالفة، ولكن بأسلوبٍ مختلف، مرّة تبكي ومرّة تضحك، وأحياناً تقف أمامي لتمثّل لي كيف كانت تتصرّف حينما تنكر والدتها أفعالها، وتجعلها تشعر بأنّ شخص آخر يسكنها، أذكر في المرّة السّادسة والعشرين انتصبت وعانقتني عناقاً جعل عظامها تندمج بعظامي لبرهةٍ من الزّمن، وهي تُتمتِم كلمات بأذني: كم أحببتك!

كم أنتِ لطيفة أمّي جُينفير! أنتِ فقط تستحقّين هذا اللّقب(أمّي) وقبّلتني، قلت لها: يجب عليكِ ألّا تستسلمي يا عزيزتي، فلا بدّ بعد ظلامٍ حالك يحيط بكِ أن يبعث الله لكِ أحد يُنير عتمتكِ كنورِ هذه الغرفة التي تقطنيها منذ فترةٍ طويلة. على الرّغم أنّ الفتاة لم تُشفى جيّداً من المرض، إلّا أنّي زرعتُ بداخلها

بصيصَ أملٍ جعلها تعودُ للحياة، وتذوق حلاوتها قليلاً. ليس كلّ مريض مصاب بمتلازمة شيزوفينيا بمعنى أنّه لا يشفى، فهؤلاء المرضى هم بحاجةٍ إلى مَن ينصت إليهم، يعانق ويلامس روحهم، ويفهمهُم لا أكثر من ذلك أو بمعنى أدقّ، هم بحاجةٍ للاهتمام المحسوس والملموس بشكلٍ يرونه بقرّة أعيُنهم.

كريستين حسن

*****

"دِماء شيزوفرينيّ أعمى"

كانَ يوماً شاقّاً بِحقّ...
بدايةً لِمن لا يَعرِفُني...
أنا طبيبةٌ نَفسيّةٌ تَعمل لَدى مُستَشفى" حَتماً سَتُشفى" للأمراضِ العقليّةِ.
زارَنا رَجلٌ في الأربعينيّاتِ من عُمرِهِ، وَمعَهُ ولدٌ لا يَبدو عليهِ سِوى شيءٌ واحدٌ، نعم الانفصام العقليّ.
لم أُبدِ للأمرِ أيّ أهتمام، وذهبتُ لأُكمل عَملي مع باقي المرضى.
وبينما أتجوّلُ بينَ المرضى
تمّ استدعائي من قِبلِ الإدارةِ.
ذهبتُ لِأرى ماذا هناك، ولكنّ الصّدمة كانت، أنّهُ تمّ اختياري لمعالجةِ ذلكَ المُنفصم كما يبدو عليهِ
دهانِي الخوفُ لِثواني قبل أن أصل إلى تِلك الغرفةِ.

دخلتُ والقلقُ لا يفارِقُني، إنّها غرفةٌ بيضاءَ ولكنّ الظّلام ينتشرُ فيها شيئاً فشيئاً.

رأيتُهُ جالساً على كُرسيٍّ خشبيٍّ ينظرُ إلى اللّاشيء.

اقتربْتُ منهُ وجلستُ أمامَهُ أرتدي قِناعَ الصّمتِ، ثواني حتّى سَمِعتُهُ يقول:

أمّي هل أنتِ هُنا، هل تَسمَعينني؟!

عندها اكتشفتُ أنّه لا يُبصرُ، وكم شعرتُ بالأسى على حالتِهِ تِلك، يبدو أنّه لم يَخسر أُمَّهُ فقط، بل كان أعمى أيضاً.

تكلّمتُ قائِلةً:

مرحباً أنا طبيبَتُكَ النّفسيّةُ، أتيتُ لأساعِدكَ على الشِّفاءِ العاجِلِ.

قال: هل أتيتِ لي بأمّي؟

هل أوقفتي دماءَ قلبي المنهمرة؟

هل صعدتي إلى الشّمسِ لإحضارها؟!

إنّها هناك أراها كلَّ يومٍ تحومُ حولي من شروقِ الشّمسِ حتّى مَغيبها.

وهنا شعرتُ وكأنّ أحدٌ ما ضَربني بسكّيناً حادّةً أصابت منتصف قلبي.

قُلتُ لهُ:

أنا هي أمّك الّتي هجرتكَ منذُ زمنٍ بعيدٍ، أنا أعتذرُ يا بُنيّ على تركي لكَ كلّ هذه السّنينِ فقد بتّ هشّةً لا تقوى على تربيةِ طفلِها الجميلِ.

أنا هُنا بجانِبكَ لأعوّضُكَ عن ألمٍ عشتَهُ بدوني، لن أفارِقُك لحظةً بعد الآن.

رأيتُ ابتسامتُه تشقُّ ثغرهُ ودموعَهُ انهمرت على خَدّيهِ، وردَّ قائِلاً: اشتقتُ لصوتكِ أمّي.

أدركتُ حينها أنّ أمّهُ فارقت الحياة منذُ أن كان رضيعاً، وأنّه لا يتذكّر صوتها حتّى.

تقدّمتُ نحوهُ وضممتهُ قائلةً:

وأنا اشتقتُ لكَ يا عزيزي.

نَعم، أنا الآن قادرةٌ على تغييره إلى أفضلِ حالٍ للأبدِ.

لَقد نامَ مبتسماً ومُرتاحَ البالِ اللّيلة، وأنا كذلك سأفعلُ المثل.

إلى أصحابِ هذا المرض: جميعُنا نمرُّ بفترةٍ عصيبةٍ وقد تسبّب وفاتِنا، لكنّنا لن نستسلم أبداً لأيِّ مرضٍ كان، نحنُ أقوياء، نستطيعُ مواجهةَ جميع مصائبنا لأنّنا خُلِقنا لِنصنع المُستحيل.

(الكاتبة: بتول محمود جبّور)

*****

"رحلة في شيزوفرينيا"

أشرقت الشّمسُ وبدأت ضحكاتُ المرضى الممزوجة بالدّماء تتصاعد، وكالعادة ومثل كلّ يومٍ دخلتُ إلى حديقة منزلي الأبيض الذي يحتوي بين جدرانه أناساً عصفت بعقولهم الحياة.

كانت بدايةُ النّهار حالةً لا بدّ وأن مرّت عليّ من قبل باسم الفصام، أخذتُ نفساً عميقاً حرق معه كلّ ما مرّ خوفاً من القادم، دخلتُ الغرفة بابتسامةٍ تملأ وجهي، وإذ بي رأيتُ شابّةً في مقتبل العُمر كالزّهرة الفوّاحةِ، فوجئتُ بما رأيتُ حين علمتُ أنّها المصابة، إعصارٌ هزّ كياني، وزلزلَ ثباتي، تعرّفتُ عليها وكانت للوهلةِ الأولى تتحدّث بلُطفٍ وكأنّها بأحسن حال، حوّلتُ المريضة إلى غرفتها، وجلستُ أطالع ملفّ حالتها، عرفتُ لحظتها أنّ هذه الحالة ستكون صعبةَ العلاج لكثرة الصّدمات، استجمعتُ قوّتي واتّجهتُ نحوها، نظرتُ إلى عيونٍ مشبعةٍ بالخذلان، قلتُ لها: ما اسمكِ؟

_أنا اسمي جوى.

_رائع، أفضِّل هذا الاسم، إنّه اسمٌ مميّز!

_أتعلمين، أنا لديّ طفلة، لكنّي لا أحبّها، بل أكرهُ صوتها، أكرهُها.

_ماذا، أتكرهين طفلتكِ؟!

_ نعم أكرهها، وأتمنّى لها الموت.

علمتُ أنّ مَن دمّرها والديها حين أراد أباها الفقير بيعها لرجُلٍ غنيّ، وأتت أمّها المطلّقة لتقوم بخطفها قبل أن تُباع في ظلّ جوٍّ مُرعب، بعدها تعيش مع أمّها في ظروفٍ قاسية، وكانت ضحيّةً للوحوشِ الجشعةِ، وبعد أن بلغت السّابعة عشر، زوّجتها أمّها لرجلٍ بعمر السّبعين، يكاد يغرقُ في طمعهِ وشدّة بخلهِ، كان يمرّ أيّام عليها دون طعام، محرومةً من أبسط حقوقها حتّى اللّباس الأنيق، لشدّة الضّغط النفسيّ أصابها الفصام، أصبحت في اللّيل تسرقُ أموال زوجها، وتتزيّن وتلبس أغلا أنواع الثّياب، وتذهب إلى الملاهي اللّيليّة، وتشرب حتّى تخمر، وترقص ثمّ تعود قبل بزوغ الفجر؛ لتعود إلى ثيابها وفراشهِ

وكأنّ شيء لم يحدث، مرّ الحالُ لأيّامٍ وأسابيع، ولم يلاحظ زوجها لأنّه كان مهملاً وكثير التغيُّب عن منزله، إلى أن زادت المصبية في يومٍ وهي ترقص في أحد الملاهي، تسقطُ وتغيب عن الوعي، وحين وصلت إلى المستشفى، كان ذلك بسبب الكحول، وأنّها حامل، اتّصلت على الفور بأمّها، وانهارت من البُكاء، أتت أمّها وبقيت جالسةً بجانبها إلى أن تلِد، مرّت بحالةٍ عصبيّة لدرجةِ أنّها ضربت والدتها كثيراً، وخرجت الكثير من المرّات خلسةً، إلى أن وضعت مولودها، وبدأت تصرخُ في وجه طفلتها، وحاولت قتلها مراراً حين تبكي. كانت في حالةٍ مزرية حين تحدّثت، وانهارت وحاولت قتلَ نفسها، وحين منعتُها حاولت قتلي، بعد رحلةٍ من الصّراع هدأت، وبدأنا رحلة العلاج إلى أن تعافت وغدت وردةً مشرقة هادئة.

"دلع نادر الأباظة"

*****

"جَميعنا مَرضى "

منذُ ليلةِ البارحة تلقّيتُ اتّصالاً من عملي بأنَّه تمَ نقلي إلى مشفى الأمراضِ العقليّةِ، لم أتذمّر قَط، بل فرحتُ، شعرتُ برغبةٍ عارمةٍ بأنَّه بإمكاني وأخيراً أن أدخلَ المكانَ الّذي كنتُ أخافه منذُ طفولتي، ولكن كطبيبةٍ وليسَ مريضةٍ.
شمسُ الصّباحِ هذا اليومَ تبدو مثلّجةً في السّماءِ، لا نورٌ فيها ولا نار، لا عجبَ بهذا، إنَّه أيلول، ارتديتُ ملابسي منذُ الصّباحِ الباكرِ، وذهبتُ إلى المشفى بكاملِ نشاطي، وصلتُ إلى بابِها الرّئيسي، بابٌ من هولِ ضخامِتهِ تخافُ أن يضمَّ الكثير.
دلفتُ إلى الدّاخلِ، غيّرتُ لباسي وبدأتُ عملي، تجوّلتُ في ممَرّ المشفى، خدشَ سمعي صوتُ صراخٍ، هرولتُ إلى حيثُ الصّوتَ، وجدتُ شابّةً في مقتبلِ عمرها العشرين، تفاجأتُ من وجودِ شابّةٍ بعمرِ الزّهورِ.

الممرضون يحاولونَ إمساكَها وتهدأتَها، ولكنّهم لم يُفلِحوا، استجمَعوا قوّتَهم جميعاً، وضَعوها على السّريرِ، حقنتْ إحدى الممرّضاتِ مُهدّئ في دوائِها، ودخلت لنومٍ لا أدري إن كانَ هَنيّ، لا أدري لماذا شغلتْ تفكيري في ذاكَ الوقتِ!

استجوبتُ إحدى الممرّضاتِ، فشرحَت لي عن حالتِها، وأخبرتْني أنَّها مصابةٌ بالشّيزوفرينيا، وأنَّ نوباتَ الهلعِ ترافقَها منذُ قدومِها، وأنّها تهدسُ بكلمةٍ واحدةٍ "أمّي"، وأنَّها عرّضَت نفسها للانتحارِ مرّاتٍ عديدةٍ، ولا تتجاوبُ مع أيّ طبيبٍ، وجميعُ مَن بالمشفى يبتعدُ عنها خوفاً منها وعليها.

راودني صداعٌ في ذاكَ الوقتِ، ذهبتُ إلى غرفَتها، جلستُ بجانبِ السّريرِ منتظرةً صحوتَها، لم يطَلْ انتظاري، أفاقَت وبدأتْ بكلامٍ غيرَ مفهومٍ: ابتعدي عنّي، أمّي، أرجوكِ لن أعاود فعلتَها، لا تضربيني!

أصابني الذّهولُ ممّا تقولُ، حاولتُ تهدئتها، وفورَ سماعِها صوتي وكأنّ الخرسَ أصابها.

_بدأتُ الحديثَ معها: أتسمعينني؟

_هزّت رأسها بخوفٍ.

_أيمكِنني الاقترابَ منكِ؟

صرخَت في وجهي قائلةً: أرجوكِ أمّي لن افعلَها مجدّداً، لن أخرجَ برفقتِه دونَ علمكِ.

أتظنّني أمّها، أم تخافُ الإناثِ جميعاً؟!

ربّاهُ ساعدني.

علمتُ حينها بأنَّ سببَ قدومِها إلى هنا هو هوسُ خوفِها من أمّها، والتّعذيبُ الّذي كانت آثارهُ ما تزالُ واضحةً على جسدِها، حينها كُبِّل لساني، أحقّاً ما يزالُ هناكَ أهلٌ على هذا الحالِ؟!

ذهبتُ إلى غرفَتي، فكّرتُ كيفَ سأتمكّنُ من مساعدتها. جمعتُ المعلوماتَ الكافيةَ عنها وعن أسرتِها، وعلمتُ حينَها أنَّه كانَ في حياتِها شابٌّ، سمعتُها مرّةً تهدسُ باِسمِه، ذهبتُ إلى العنوانِ الّذي حصلتُ عليهِ، وجدتهُ في المنزلِ، حدّثتهُ عن قصتِها وسببِ اختفائِها، وأنَّ والدتهَا هي السّببُ في تفرقتِهما.

لمحتُ طيفاً من الدّموعِ في عينيهِ، وقالَ لي: كنتُ سَأقدّمُ روحي قرباناً لها، لن أتوانى عن العلاجِ.

ذهبتُ إلى المشفى وبقيتُ هناكَ، حاولتُ أن أنامَ، ولكنّ النّومَ أيضاً جافاني، سطعتْ شمسُ الصّباحِ اليومَ وكأنّها شمسُ التّحدي والأمل.

ذهبتُ إلى غرفتِها، كانَ وجهُها شاحباً بعضَ الشَيءِ، ألقيتُ عليها تحيّةَ الصّباحِ، فردّت بابتسامةٍ واهنةٍ، أخبرتُها بأنّه يوجدُ شخصٌ يريدُ رؤيتَها، تأهّبت ببعضِ الخوفِ، ولكن قلتُ لها: أقسمُ لكِ بأنّكِ ستكونين بخيرٍ.

طرقَ البابَ ودلفَ، نظرَ إليها ونظرتْ إليهِ، من هولِ صدمتِها بكتْ، تعلّقت عيناها بي وبهِ، ثمّ أسرعت إليّ وحضنتني.

جلسا معاً تحدّثا وكأنَّ المرضَ كانَ زائرٌ ليسَ إلّا.

تعهّدتُ إلى المشفى بإخراجِها على مسؤوليّتِي، وأسكنتُها منزلي؛ لأراقبَ سيرَ عمليةِ شفائِها، وكانَ هوَ يتردّدُ بينَ الحينِ والآخرِ إلى منزلي، وكانت هي تتحسّنُ يوميّاً.

أتى يوماً إلى زيارتنا، وطلبَ منّي يَدها، لم أتوانى عن الموضوعِ، وافقتُ أنا وهي، وتمّ الزّفافُ، بقيتُ أتقصّى أخبارها، أصبحتْ صديقتي جدّاً، أنجبتْ طفلةً وأسمتها بِاسمي. نهايةً، ليسَ كلَّ مَن دخلَ ذاكَ السّجنَ الأبيض هو مريضٌ بحقٍّ، وليسَ مرضُ الانفصامِ هو الموتُ، إنّما الجميعُ هناكَ بإمكانِه أن يشفى، وأن يعودَ بصحّةٍ كما كانَ إن وجدَ مَن يدعمهُ ويسندهُ ويهتمُ بهِ. عافاكم الله جميعاً.

مروة عبدالله

*****

ماذا عن شعبٍ برمّته يُعاني؟

مُحدِّقٌ بنقطةٍ في الجدار الأبيضِ مُقابِلةٍ لجلستهِ القاتمة الهامدة، كأنّه مُصغٍ إلى صوتٍ ما مألوفٍ لديه، لكن لا يبدو عليه الاستئناس بقدر الذّعر والإذعان، طرقتُ الباب أكثرَ من مرّتين أترقّب كلمة (ادخل) ولكنْ بلا إجابة، أحدثتُ أطيطًا صادحًا وأنا أفتحُ بابَ الغرفة الموصَدِ لِأصرفَه عن المتاهة الغارق فيها، وألفت نظره المُنطفِئ إليّ.

= مَن أنت؟

طبيبٌ نفسيٌّ آخَر لتُعالج هذا المجنون الذي لن يُشفى.

_صوتٌ مجهولٌ يأتي إليكَ على حين غرّةٍ تُضطَرُّ إلى سماعه، ذات الشّخص يُباغِتُك يوميًّا ولا تستطيع الخلاص منه، منذ أعوامٍ مديدةٍ يُهدِّدك ويُحدِّثك أحاديث سلبيّة، وهلوساتٌ آمِرةٌ تُوتِّرُك وتجرفُك نحو دوّاماتٍ من الاكتئاب ومتاهاتٍ من الخوف، وثقوب سوداء من القلق؛ لذا أنت تُفرِط في الحذر

وسلوكيّات الأمان خشية مقابلتهِ كمَن يُدخِل في أذنَيه أصابعه، ويجعل على بصره غشاوةً، ظانًّا أنّه يُقصي عن الأهوال نفسَه، وما في هذا الفعل إلّا الانزلاق في الهاوية والضّرر والأذى كلّه.

كانت كلماتي سهامًا حادّةً أصابت بؤرة الألم فيه، فإذا نظراتُ عينيهِ تشي بإخماد حريق التّيهِ والضّياع، وتصاعد الدّخان الأسود الخانق، وإيقاد شعلةَ الصّدمة والرّهبة.

= مَن أنت؟

وما أدراكَ بخلجاتِ نفسي وقلبي وهواجس فكري وعقلي وخيالي وأوهامي، والصّوت، ذاك الصّوتُ المجهولُ صاحبهُ؟!

أأنتَ، أنتَ المُعذِّبُ الظّالم؟ كيف تحوّلتَ لتقف أمامي هنا بشحمك ولحمك، أم أنّني أيضًا أتوهّم؟!

لا لا، الصّوتُ الخارجُ من بين حبالك الصّوتيّة ليس صوتَ ذاك اللّعين الخانق، صوته محفوظٌ في ذاكرتي، مُغشٍّ ذرّات

كياني، كأنّه قوّة شيطانيّة تتملّكني، يا إلهي أكاد أُجنّ! ألا يُمكنِني أن أنزع رأسي عن جسدي؟!

لا أحد يفهمُني، صدري ضيّقٌ وروحي كأنّها تصّعّد إلى السّماء، أفتحِ النّوافذ فالهواء احترق، أنا أحتضر.

أوهمتُه بأنّي مُنقادٌ إلى تنفيذ طلبِه، ثمّ استدرتُ بغتةً وقبضتُ على يدهِ الممتدَّة إليّ لتجرحَني في موضعٍ مُحدَّدٍ من كتفي قاصدًا، شلّ حركتي دون أن يُميتني، أفشلتُ حيلتهُ كما يُفسِد الطّفل بنقرةٍ من دبّوسٍ بالونٍ، فإذا نبضات قلبه مُتسابِقة، تكشفُها الدّماءُ في عروقه مُتدفِّقة، نظرتُ إليه ثمّ قلتُ بتأنٍّ وثقة:

مذ رأيتَك شاردًا وافقَت شيئًا في نفسي نظراتُك المُتألِّمة، رأيتُ فيك المُتَّهَم الّذي لا ذنبَ له، والتّائهَ الّذي لا دليل لديه، والعاجزَ بلا حيلة، والمحتارَ الّذي صدمَته حقيقةٌ مُرّة. وقبل أن أُطْبِق جفني على عيني خارَت قوّة الأسد الثّائر، فصار كورقةٍ مُبلَّلةٍ وسكن -كأنّه يُنبّئ بعاصفةٍ عاتيةٍ مُدمِّرة- سكونًا أخافنِي، ثمّ قال: فقط قل لي، كيف عرفت؟

_هب أنّي أجبتُكَ يا حكيمُ، أخبرني هل تقبلُني صديقًا؟

= يا شيطانُ، كيف أوجزتَ سرّي وحالي بكلماتٍ وما رأيتَني إلّا ثوانٍ معدودةٍ؟!

_ يا حكيمُ، *أيجهل الإنسانُ حالًا عايَنها في نفسه؟*

قال مُتمتِمًا:

= أن... أنتَ أي... أيضًا مري.... مريضٌ بالفصام مثلي؟!

_لا، بل كنتُ، أمّا الآن فأنا طبيبُ داءِ الشّيزوفرينيا الّذي عانيتُ منه ما عانيت.

_يا حكيمُ أتقبلُني صديقًا؟

= قل ما تُريد، ثمّ دعني وشأني.

_ يا مَن أخشى عليه كما أخشى على نفسي، وأشعر به لأنّي ذقت من الكأسِ ذاتِهِ، اسمعني... أنتَ بالخوفِ والحذرِ والشّكوكِ تبني بيدَيك سدًّا رصينًا فيه عذابُك المحض، فلا يستطيع أحدٌ أن يَظهَره أو أن ينقبَه أو أن يدُكَّه، وتُترك شادًّا الوثاقَ على نفسِك، حبيسًا بين قضبان وهمك، مُختنِقًا لا تدع

فسحةً لنفسك، يا صديقي افتح نوافذ قلبك الصّدئة، لتُنيرَ الشّمسُ روحَك العاتمة، وتُدفِئَ خلاياك الباردة، دعها تضمّك بما أوتِيَت مِن طاقةٍ كما تضمُّ الأمُّ بحنانٍ ابنَها لتَخترق بشُعاعها حُجُراتكِ المُظلِمة. يا حكيمُ أنت جميلٌ، سيرتُك عطِرةً على الألسُن، وأنتَ قدوةٌ للأعيُن، أما تذكرُ أنّك سندُ وفخرُ وسعادةُ أهلك؟ أما تذكرُ شهاداتَ الشّرفِ والتّرقيات التي نلتَها مكافأةً على عملك، واليدَ البيضاء حين ابتُلِي صديقك، والدّعمَ من قِبَلك؟ ما أريد منك إلّا أن تُفضيَ إليّ بسريرةِ قلبك، وتسكبَ في نفسي نفسَك، فهل جليسًا مُؤنِسًا تتَّخذُني -يا حكيمُ- لك؟

*= أنت تفهمني دون نطقٍ أو كلام، وتُداويني دون إفصاحٍ عنِ الآلام، بجوارك إيّاي شعرتُ بأنّي شفيتُ من الأوهام، وغيرُ مريضٍ باضطراب العقل والفصام، كما أنّك تفطّنت إلى الضّربة وابتعدتَ خشية الكدَمات والأورام، ابقَ.. ابقَ معي فقاسيةٌ عليّ هي الأيّام، مُدّ يدك خلّصني من الخوف والضّعف

والإذعان، أعدني إليّ فما نسيتُها، وما هانت عليّ تلك الأحلام، كُن هنا بجانبي إلى أن أبرأ من مرضي هذا بسلام.*

_اطمئنّ، أنا هنا بجانبك -بإذن الله- على الدّوام.

أمّا رسالتي لكلّ مريض -مَن يُعاني نفسيًّا ويتأوّه جسديّا- فهي:

اقبضْ على جمرةِ الألمِ بثباتٍ ما دام هذا قدرُك، لا أقولُ: اسْتسلمْ بلِ اصبرْ -ما استطعتَ- وصابرْ وتصبّرْ، وكُن راضيًا عن ربّك، فهو اللّطيف بك، حذارِ التّهاوُنَ والتّأجيلَ، بل الجأ إلى الطّبيب، فأنت أمانةٌ بين يديك، ومساءَلٌ عن صنعك. تذكّرْ أنّ مع كلّ آهٍ تنفثُها وأنّةٍ تُصدِرُها، ودمعةٍ تذرِفُها، تخفيفٌ لحمل الأوزار عن كتفك.

إيّاك من الفراغ، فهو الدّاء العُضال، والماءُ الأُجاج، والهواءُ الفاسدُ، والسّمّ القاتل، لا أقول يقتُل الجسدَ، بل يفتِكُ بالرّوح حتى يُطفؤها، فيبقى هو جثّةً حيّةً، وهي طيفٌ ميّتٌ، لا مطلب

لهما إلّا توسّدَ التّراب، والتحاف الأحجار لا فوق الأرض، بل في حِجرِها، لا حاجة لهما إلّا الدّفن.

ختامًا لديّ ما أهمسه في أذنك: *تلمّسْ رجاءً بيدك موضع الألم الّذي يكسرك ويُحزِنك واعلم أنّ الأقدار ستُظهرُ المَخفيّ ويكونُ هو مصدرَ قوّتِك وتميّزِك وجبرِك، فقط لا تستسلمْ لا من أجلِ أحدٍ بل من أجلك.*

_ : الطّبيب.

= : حكيم.

الأربعاء: ٢٨-٨-٢٠٢٤م

١٢:٠٧ص

نور دايه.

*****

_ هاوية الشّيزوفرينيا_

غرفةٌ بيضاء خاوية من الحياةِ، وهدوءٌ يعمُّ الأرجاءَ، هناكَ في زاويةِ الغرفة وعلى سريرٍ حديديّ فتاةٌ ترتدي رداءَ مرضى، شَعرها مُبعثرٌ وأسفلُ عَينيها سواد حالك كظلامِ اللّيل كأنّها تتكلّمُ مع نفسها بهمساتٍ خفيفةٍ غير مفهمومةٍ

وهي تنظرُ إلى شِباك العنكبوت في زاويةِ الغرفة...

اقتربْتُ منها بخطواتٍ ضئيلةٍ، ولكن كلّما اقتربتُ أكثرَ كلّما ابتعدتْ أكثرَ إلى أنْ جلستُ على الأرضيّةِ

وبدأتُ أحدّثها عن ذلك العنكبوت، حيث في أقلّ من ثانيةٍ يمكنُ أن تَخرّب شبكتهُ، ويلوذ بالفرارِ ويعيدُ تكرارَ عمليّة صُنع تلك الشّبكةِ ولا يكلّ، وفي حينِ لا أعرفه

بدأتْ بالصّراخِ بهستيريّةٍ، ركضتُ إليها وعانقتُها بالرّغمِ من ضربها لي في يَدي، ونزولِ الدّماء بغزارةٍ.

حملتُها بيديها، بقيتُ أعانقها بقوّةٍ إلى أنْ رقدت، بدأتُ أطبطبُ على رأسها بحنانٍ، وأخبرها ألّا تكلّ كعنكبوتها الصّغير، وبعد مدّةٍ من الوقت قالت:

كم أشتاق لحنانِ أمّي وضِحكتها!

ورويداً رويداً بدأت بالكلام عن حادثتها المروّعةِ التي حدثتْ منذ قرابةِ السنتين، والّتي توفّت بها عائلتها، وبقيت هي وحيدةً في هذه الدّنيا الموحشة، أعتقد أنَّ روحها الّتي عانت وليسَ عقلها

في لحظتها انتهى كلَّ شيءٍ بالنّسبةِ لها، وبقي كثيرٌ من الانكسارِ الغريبِ الّذي خيّمَ على قلبها، وأسرَ عقلها، والّذي جعله يستسلمُ للانفصام.

بعد فترةٍ وجيزةٍ غفت على حضني، رُبّما كانت فقط بحاجةٍ لحضنٍ حقيقيّ، وكتفٍ تتّكِئُ عليهِ...

وفي النّهايةِ أودّ أن أخبرَ جميع ضحايا المرض، ألّا نستسلمَ لأيِّ صعابٍ

وأن نَتحلّى بالصّبرِ مهما كانت الأيّامُ موحشةً، سيأتي اليوم الّذي تتخلّلُ فيه شمسُ الصّباحِ.

|جولي مرسال اسكندر|

*****

"ذِهان"

كلانا يحدّق بالآخر بصمتٍ، هو ينتظر منّي كلامًا واستفهاماتٍ على حالتهِ كما يفعل بقيّةُ المعالجين النّفسيين، وقبل أن أتفوّه بكلمةٍ أردفَ المريض قائلًا:

اسمي عمران، تشخيص حالتي هي مرض الشيزوفرينيا، أنا هنا في مستشفى الأمراض العقليّة بين أربعِ جدرانٍ منذ أربعِ سنوات، سبب حالتي هو رؤيتي لحلُمٍ صار حقيقة، وصرتُ أتوقّع رؤيتي لأوهامٍ مستمرّة غير حقيقيّة قد تتحقّق أيضًا، فعرفتُ فِصامي وكان مآلي إلى هنا. هذا باختصار.

كي لا تسألي فإنّي لا أحبّ الاستجواب.

رمقني بنظرةِ التّوعد، كان الواضح عليه عدم التّركيز والتّشتت الفكريّ، يضمُّ يديهِ إلى أذنيهِ، ويصرخُ كفى!

من الواضح أنّه كان يسمع أصواتًا لا أسمعها، فتكوّنت في بالي كيفيّة التّعامل مع هذه الحالة وقلتُ له:

حسنًا يا عمران لن أستجوبك، بل سنجرّب شيئًا سيُساهم في تحسّنكَ بجزءٍ كبير، وبالفعل استخدمتُ معه طريقةَ التّنويم في الإيحاء، علاجٌ مهمٌّ جدًا لكثيرٍ من الأمراضِ النّفسيّة

حين أغمضَ عينيهِ ونوّمته مغناطيسيًّا، رجعتُ به إلى ذلك اليوم، وبدأ يسردُ ما حصل:

-كنتُ أحسبه حلماً إلى أن رأيته يتحقّق أمامي.

في قبوِ بيتنا المظلم كنتُ أبحث عن ملفّاتٍ قديمة تخصُّ جدّي علّنا نستدل بها عمّن قتله، حيث لم يمضِ وقتٌ طويل على اغتيالهِ وهو يلتقط أنفاسهُ الأخيرة، كان يقول بكلمات ملتعثمةٍ إنّه في القبو، القبو،

وإذا بي أرى خيالًا يقتربُ منّي ويقول لي: اشتقتُ لابنتي، سآتي إلى زيارتها، أريد رؤيتها تلبسُ ثياب العيد، أغميَ عليّ في حينها استيقظتُ على صوتِ مدفعِ الفطور، الكلُّ استغرب غيابي، لم أقصّ على أحد ما جرى، ظننتهُ مجرّدَ حلمٍ عابرٍ، ولم أعُد لأبحث بعدها في القبو أبدًا، بل أوصدتُ بابه وأخفيتُ

مفتاحه، ومرّت الأيّام ومضى شهرُ رمضان، ومع بزوغ شمس يومِ العيد، ذهبتُ للصّلاة وعدتُ لأنام وإذ بي أرى نفس الحلم، ولكن رأيتُ أمّي تصرخُ وهلعتُ من نومي على صرخاتها، هرولتُ فورًا للقبو، البابُ مفتوحٌ، دخلتُ مرتعشًا وذهلتُ لهول ما شاهدت أمّي بثياب العيد غارقةً وسطَ الدّماء، سقطتُ أرضًا لم أستوعب أيّ شيء، من يومها أصابني الفِصام

إلى الآن أرى خيالَ جدّي، وأسمع صوت أمّي تناديني لزيارتها، ولكن لم يحِن الوقت بعد، بالمناسبة سأسمح لكِ بسؤال واحد،

فسألته متى ستلبّي نداء أمّك؟ فقال: قريبًا سأذهب للقبو

-سررتُ جدًّا للتحسّن الواضح الّذي كان عليه عندما أفصح، كنتُ كل يومٍ أتابع علاجه، وأعطيه الدّواء المهدّئ، لا يقوى على النّوم، الأوهام تناديهِ من كلّ مكان، صورةُ أمّه لا تغيب عنه.

أيضًا، في أوّل أيّام عيد الأضحى، ذهبتُ لغرفتهِ لأجدها خالية.

رسالة إلى ضحايا الأمراض النّفسيّة:

لستم وحدكم مَن تعانون من اضطّرابات نفسيّة وذهنيّة، بل نحن أيضًا، ليسَ إمعاناً في مرضكم... بل لأنّ بعض ظروفنا العصيبة كانت أشبهُ بداءٍ نفسيّ يصيبُ جلود تجارب وحالات عشناها، لكنّها لم تكن تجربة، بل أرادت أن تكون حكاية عظيمة... عقدتُها المرض، بطلها أنت، صراعها مع إرادتنا، وتسبح في فضاءِ زمن الشّفاء، أمّا عِبرَتها تلك العلاقة البينيّة بين المرض وأمل الشّفاء، فالأشياء تُدرك بأضدادها.

دعاء النّور

فرع دمشق

*****

"حبيبي شيزوفرينيّاً"

شَارِعٌ رماديٌّ، شَجرةُ الصَّفصَافِ تَحجُبُ عنْ أَرصِفتهِ انكِسَار أَشعّةِ الشَّمسِ.

أَرفَعُ نَظري لِلأُفُقِ القريبِ، فأجِدُ مشْفَى الأَمراضِ العقليّةِ.

أَمسَحُ بِخُطواتِي الثَّقيلةَ هُموم السِّنين، وأَشقُّ طَريقي مِن مَدخَلِها كالحَدِّ بينَ الشَّكِ واليقينْ، وأَسأَل المُمرّضةَ:

ماذا لَدينا اليَوم ؟

تُشِيرُ لي بإِصبَعِها إِلى غُرفةٍ مُبْهَمة تضمَحلُّ ملامِحَها شَيئاً فَشيئاً فِي عَيني.

أَخْطو خُطواتِي نَحوها حامِلة بينَ يَديّ أَملٌ قَرِيب

عَلى جبِيني عِلاجٌ طُفوليّ وبسمَةٌ روتِينيّةٌ مُكَلّلةٌ بِالطّمَأنِينة.

أُبعِدُ البابَ بِيَديَّ قليلاً ليَتضّحَ لي مَلمَحهُ.

طويلُ القامةِ، مكسورُ الجَناحِ، بَعيدُ الذِّكرياتِ وكثيرُ الضَّياع،

يَقطُنُ الحُزنُ تَقسُّمات وَجهِهِ، وَتُلوحُ لي مُقدّماتُ النَّجدةِ مِن مُقلَتيهِ.

أُرَدّدُ: مرحَباً، تَبدو لي مَألوفاً جِدّاً!

أَلتَهمُ أَنا تَفَاصِيلهُ، فتَبيّنَ لي أَنَّهُ فِقيدي مُنذُ خَمسِ سَنوَاتٍ.

هَل جارَ بِكَ الزَّمانُ يا عَزيزي؟!

وكيفَ تَرقُدُ حَافِلاتُ الوقتِ أَمامَ مُتَلازِمة شِيزُوفرِينيا؟!

يَميلُ بِوجهِهِ المأَلُوفِ عَن حُزنِه العَمِيق، ويَرمَقُني مِراراً وتَكرَاراً،

أَرَى في شُحُوبِ جِلدهِ رَغبةً في حلولِ السَّلامِ.

قَال وهو يَشبكُ أَصَابِعهُ بِشدّة:

كيفَ يَضطّربُ مَن خُلِقَ مِن طَين؟!

كيفَ للعَقلِ أَن يُصبحَ قِفَاراً ؟!

وأَين الفِصامُ بِي هَاتِيه؟!

ولكنْ مَاذا أُجِيب ؟!

لَملَمتُ قَسوةَ الحُبِّ اللَّينِ عَلى المَدى وَقُلت:
دِمَاءٌ أَو دُموعٌ تِلكَ الَّتي مِن عَينيكَ تَسيل، أَنا هُنا لِأَمسحَ عَن قلبِكَ غُبَار التَّعَب، أَنفِضُ جَليدَ الدَّهرِ عَن جَناحِيك، أرُشّ فَوق جُروحِي هَمُّك، فأَنتَ مِن أَمنِي وأَمَانتي.
انتَفضَ بينَ زَوايا الغُرفةِ المَحجوزَة مُكرّراً: أُمّي زَهرةُ نَيسَان.
وأَنتِ حبيبَتي الَّتي ذُكرِتْ في أُغنية فيرُوز كالبَيلَسان، يَحومُ حَولي ويُكَرّرُها، ويَبثُّ الرُّعبَ فِي نَفسي.
أَرَى في داخِلي رَغبةً مَجهُولة لِعِناقه لرُبّما يَستَكين.
أَقِفُ ثَوانِي لِأَدرُسَ حرَكتي المُقبِلة نحوهُ، ونَظراتُه الثَّاقِبة لِكياني، وأَقُول لا يهمّني، ثُمّ أَركُض نَحوَه لِأَحتضِنَهُ، يستَقبِلُني وينهارُ أَرضَاً، أُحاولُ إِيقَاظهُ، لَكِن بِلا جَدوى.
لَقد خطَفتْ مِنهُ لَحظاتُ السِّنينِ رَونقَ الحَياة.
أَصرخُ بِصوتٍ مَملوءٍ بالحَنين وأَلم البُعدِ: "إِنَّهُ هُو وقَد مَات"
مَن كان يَعلمُ أنَّ عَزيزي هوَ مَرِيضي.

ومرِيضي مِن طِين، وعَادَ إِليه.

يُبعِدوني عنْ حبيبي وأَرفُض،

أَصرُخ في وَجهِهم:

كيفَ يَتركُ لَعَنة الأَرضِ بِمَرضِها ولَم يُجرّب رَحمَتها بِشفائِها؟!

وَهمْ يَصرخونَ في وجهِي:

لَقد شُفي بِعِناقٍ وكَفى.

سَحَبوا حبيبي المَريض مِن يَديَّ، وقَد فارَقت رُوحَهُ أَرضَنا الكُرويّة مُمسِكة بالبَسمةِ الرُوتينيّة، والبيلسَان.

لا أَذكُرُ سِوى أَنِّي قَطَنتُ غُرفَة عِلاجِه خَمسَة شُهورٍ حتى جَاء طَبيبٌ يُلقي لي عِلاجاً في الغُرفَة نَفسها، أَرسَلتُ لِمَرضَى الشِّيزُوفرِينيا حِينَها:

قَد كَان حبيبي شِيزوفرينيّاً

رُبَما لأنّهُ فَقد عِناقاً كانَ بِه بينَ الغَيمِ والرِّيح؛ لِذا عَانِقوا أَحبّتَكم، ولَا تُعالجونِي أَنا كَما عَالجتُ عَزيزي، فقط رُوحِي سَترقدُ بِسلَام.

وأَنا المُمتلئة بالشِّيزُوفرينيا وكَمريضِ طبيبٍ آخر سَأبحثُ عن مَكانٍ فيهِ سَأَلتقيهِ.

" غِنى نِزار شَعبان "

*****

"اختلفت الآراء"

منذ تلك اللّيلة لم أعُد أنا، جالسةٌ في أمانٍ، هدوءٌ تامٌّ، قهمةٌ ورهامٌ، وإذ بهاتفي يرنّ، كان اتصالٌ من مشفى الأمراض العقليّة، أنّه تمّ تعييني في مهمّةٍ إلى هناك

أغلقتُ الهاتف وبدأت أفكّر بالأمر، تغيّرت ملامحي وكأنّي في مهمّةٍ إلى الظّلام، وفي اليوم التّالي هيّأتُ نفسي وسرت في طريقي، كنتُ ألملِم كآبتي الممزوجة بقطراتِ المطر،

حتّى على الأقل أصل طبيبةً لا مريضةً، دخلت إلى غرفة ذلك المريض، إنّه يعاني من "الشيزوفرينيا"

شاحبُ الوجه، كأنّه سجينٌ بين الجدران الأربعة، شعره مجعّد كأنّه لم يستحمّ لأسابيع، جلست جواره

كيف حالك؟

فقال:

كنت بخيرٍ قبل مجيئكِ إلى هنا" مع نظراتٍ مرعبة وكأنّه سيتمّ إعلان وفاتي"

فقلت: أنا هنا صديقتك، ولست طبيبةً، اتّفقنا؟

هزّ رأسه دليل على الموافقة

حاولتُ معرفة قصّته، فقال:

كنت يومًا في عملي، فناداني المدير، وبكلّ برودٍ قال لي:

الخبر الأوّل أنّه سيتم طردك بسبب تغيّبك المستمر، حاولت أن أشرح له، لكنّه منعني، والخبر الثّاني أن زوجتك طلبت عودتك إلى المنزل حالًا، فلم أنطق بكلمةٍ وذهبت مسرعًا نحو بيتي، وإذ بابنتي ذات الأربعة شهورٍ على الأرض، والدّم يسيل، وزوجتي تردّد:

"لم يكن بالقصد، لم يكن بالقصد"، ضوضاءٌ في أذني، دماءٌ مغبّشٌ، كأنّ المشهد مُقتبس من الأفلام، ودون وعي، ضربتُ زوجتي ووقعت أرضًا، أصبحت كلتاهما محاطةً بالدّماء، أتوا الجيران وأخذوهم للمشفى؛ لأنّي لم أكن قادرًا على فعل شيء،

أُعلِنت الوفاة، وها أنا أمامكِ ضحيّة ذلك اليوم، قلبٌ ينبض بالنّدم، وأخيرًا، انتهيت من قصّتي.

وهنا كانت دموعي على حافّةِ الرّموش تتهيّأ للسّقوط، وبنوعٍ من المواساة، أخبرته: حتّى أنا، فقدتُ والدي، ثمّ والدتي في ذات اليوم، أترى كم هي قاسية!

وبعدما شعرت بالارتياح معه في الحديث، طلبتُ من الإدارة أن نذهب إلى حديقة المشفى، وتمّت الموافقة، وبدأت أحاديث تمنّيت لو أنّها لم تنتهِ، فشعورك أنّك تأخذ الحزنَ من شخصٍ آخر، هو شعورٌ مريحٌ حقًّا، فمع كلّ كلمةٍ يزداد وجهه إشراقًا

وهذا فخرٌ لي كوني أتقنتُ مهنتي، ونجحتُ في التّصرف معه، ومنه أيقنتُ أنّ ليس كلّ مريضٍ نفسيٍّ يسمّى" مجنون"

قد يصبح كذلك بسبب تكرار هذه الكلمة على مسامعهِ ومناداته بها

أو ربّما لأنّه لم يتخيّل نفسه هكذا يومًا، فيا أعزّائي، مَن يقول لكم أنّكم "مجانين" فهو يعرّفكم باسمه، وأنا هنا معكم، صديقةٌ لكم، مستعدّةٌ أن أهوّن لكم كلّ لحظاتكم القاسية، كونوا بخير، لأنّ وجودكم هو الخير.

رهام الدبيات

*****

(ثمَّ وُلِدتُ من جديدٍ)

ارتديتُ المعطفَ الأبيضَ وحَثَثْتُ الخُطى إلى وجهتي، كم السّاعةُ الآنَ يا تُرى؟

ماهي الحالةُ الّتي تتطلَّبُ حضوري الآن؟

أعلمُ أنَّني الطبيبةُ المناوبةُ، ولكن نحن هنا نعيشُ بقوانينَ مغايرةٍ لباقي المشافي، لا دماءَ ولا عملياتٍ ولا طوارئ، لماذا؟!

بكلِّ بساطةٍ لأنَّ هذا مشفى للأمراضِ العقليّةِ والنّفسيّةِ، فقط الصّرخاتُ والآهاتُ المكبوتةُ هي مَن تحتويه جدرانُ مشفانا.

ألقيْتُ نظرةً من النافذةِ، إنَّها الفاصلُ الذّي يفصلُ بين عالمِنا والعالمِ الخارجي، نعم هذا المكانُ يُشعرُكَ أنَّه مُستَقِلٌّ عن الخارجِ وكأنَّه عالمٌ آخرٌ، ولكن في اللّيلِ تمتزجُ العوالمُ ويَحكُمُها السُّكونُ كما الآن، أكملتُ طريقي بعدَ أن تأكدتُ أنَّ الظلامَ دامسٌ في الخارجِ، أي أنَّ هذه اللّيلةَ في أوّلِها، وها أنا أستقبلُ فيها مريضاً، يا تُرى مَنْ هو؟!

لماذا برأيكَ يأتي المرضى في منتصفِ اللّيلِ إلى هنا؟

لا، ليسَتْ حالةُ طوارئَ، بل هو اللّيلُ الذي يحاولون أن يَستَتِرُوا بعباءَتِه السوداءَ، للأسفِ ما زالتِ الأفكارُ العقيمةُ هي مَن تَحكُمُنا وتحكمُ على المرضى هنا بالجنونِ.

وقفتُ أمامَ غرفةِ الانتظارِ أطرحُ جميعَ الأفكارِ الاستباقيَّةِ التّي فكَّرتُ بها، ففي عملِنا الحكمُ المسبقُ يأخذُنا بعيداً عن جادّةِ الطّريقِ القويمِ، رسمتُ ابتسامتي المعهودةَ والّتي ترافقُني أثناءَ عملي، اعْتبرها واجهةً لنا للوقوفِ أمامَ هذا العالمِ القاسي، فورَ أن فتحتُ البابَ وقعَ نظري على المريضِ الذي جئتُ من أجلِه، لنكنْ أكثرَ دقّةٍ ولْنقُل أنَّها مريضةٌ، فتاةٌ وطفلةٌ أيضاً، هزيلةٌ جدّاً، ولكنَّها جميلةٌ، ربّما هي في العاشرةِ تقريباً، استقرَتْ عيناياَ على عينيها، زرقةُ بحرٍ غامضٍ لا حياةَ فيه، عيونٌ ميّتةٌ لا تصلحُ بأن تكونَ عينا طفلةٍ، يا تُرى كم من الأهوالِ عاشَتْ، التقَتْ أعيُنُنَا فَفَرَّتْ مِنْ فورِها وعاودَتْ النّظرَ إلى الأرضِ، خجلٌ، أم رُهابٌ؟

لا أدري!

جلستُ أمامَها وبدأْتُ الحديثَ معها متودّدةً، أحاولُ بثَّ الطمأنينةَ لتألفَ المكانَ حتّى أعرفَ قصّتَها، ولكنْ بلا جدوى، حدَّثْتُها عن نفسي وعن المشفى مُنْتظرةً أن تتحدَّثَ عن نفسِها، ولكنَّها اكتَفَتْ بالإيماءِ دونَ أنْ تنبسَ ببنتِ شَفةٍ، نظرْتُ بِحيرةٍ إلى الممرّضةِ لعلّي أفهمُ شيئاً، ولكنّها بادلتْني نظرةَ الحيرةِ نفسَها، أشرْتُ لها أنْ تخرجَ لتخبرَني كيفَ وصلتْ هذه الفتاةُ إلى هنا، عدْتُ سريعاً لأظلَّ قربَ الفتاةِ، أشعرُ أنّها تحملُ الكثيرَ على أكتافِها ودوري يكْمُنُ في تقديمِ المساعدةِ، لقد وجدَتْها الممرضةُ واقفةً بمفردِها أمامَ بوابةِ المشفى ويبدو أنّها كانتْ متردّدةً في الدخولِ، لا يُمكنُ لفتاةٍ بعمرِها أن تأتيَ وحدَها في مثلِ هذا الوقتِ، لا بدَّ أنّ أحداً ما أوصلَها؛ لذا أرفقْتُ مع الممرضةِ طَلَباً بمراجعةِ كاميراتِ المراقبةِ.

الآن لا أحدَ سوايَ أنا والفتاة، ويبدو أنّ التّواصلَ بينَنا عسيرٌ، لا يُعقل أنْ نظلَّ طوالَ اللّيلِ في غرفةِ الانتظارِ الباردةِ هذه؛ لذا

أخذتُ الفتاةَ معي إلى مكتبي، لأبدأَ خطَّةَ اكتسابِ ثقتِها حتى تتحدَّثَ، كيف تكسب ثقة طفل؟

هذا سهلٌ، قُمتُ بإعدادِ كوبين من الكاكاوِ السّاخنِ مع بعضِ المقرمشاتِ، قدّمتُه لها وانتظرتُ أن تلينَ تعابيرُها، ولكن كانتِ المفاجأةُ، أنّها تحدّق بذعرٍ، نظْرَتُها كانت كفيلةً ببثِّ القشعريرةِ في جسدي، وضعَتْ رأسَها بين كفيها وبدأَتْ تُتَمتِم وهي ترتجفُ، عادت إلى الوراءِ وصوتُها يعلو شيئاً فشيئاً حتّى تحولَ إلى صراخٍ، وفجأةً بدأَتْ بأكثرِ شيءٍ غير متوقّعٍ، بدأَتْ تضربُ رأسَها بالجدارِ، هرعتُ إليها بعدَ أنْ ضغطتُ زرّ استدعاءِ الممرّضةِ، حاولتُ إيقافَها، ما هذا، من أين لهذا الجسدِ الهزيلِ بمثلِ هذه القوةِ؟!

بصعوبةٍ أبعدتُها عن الجدارِ، ولكن لم أتمكّن من تخليصِها من حالةِ هَيجانِها، ظلّتْ تركلُ وتضربُ وهي تصرخُ، دخلَتْ الممرضةُ فزعةً وبعدَ أن أدركَتْ الوضعَ، انطلقَتْ مسرعةً لتُحضرَ إبرةً مهدّئةً، حَقنتُ الفتاةَ بها لتهدأَ على إثرِها وتغطَّ في

سُباتٍ عميقٍ، جلستُ على الأرضِ أستجمعُ أنفاسي، لقد كانت معركةً ضروساً حقّاً، نظرْتُ إلى يدي التي تلطّخَتْ بالدّماءِ، ومن ثمّ نظرْتُ إلى مصدرِ الدّماءِ، لقد آذتْ رأسَها، نهضْتُ أخيراً لأبدأَ إعطاءَ الأوامرِ، هذه الفتاةُ مريضتي منذُ الآن ولن أتركَها.

جلستُ على كرسيٍّ قربَ سريرِها، إنّها نائمةٌ بعمقٍ تبدو وديعةٍ وكأنّها شخصٌ مختلفٌ، نظرتُ إلى الأوراقِ التي بين يدي، إنّها نتائجُ فحوصاتِها، لحسنِ الحظّ إصابتُها لم تكنْ خطرةً، ولكنْ هل تؤذي نفسَها هكذا في كلِّ مرةٍ؟

الصورُ المقطعيَّةُ للدّماغِ سليمةً تماماً، إذاً مشكلتُها ليستْ عضويّةً، أحتاجُ إلى انتظارِها حتّى تستيقظَ.

لقد مرَّ أسبوعٌ على قدومِ الطفلةِ، وهذا وقتٌ كافٍ لأجمعَ قطعَ الأحجيةِ معاً، لستُ طبيبةً وحسبَ، بل أيضاً أنا مهتمّةٌ بالتّحقيقِ، للأسفِ هذه الصغيرةُ تُعاني من اضطرابٍ عقليٍّ تحديداً الفصام أو (شيزوفرينيا)، لقد عاشتْ جحيماً حيّاً أوصلَها

إلى مرحلةٍ متقدَّمةٍ من المرضِ لا تناسبُ عمرَها إطلاقاً، بالحديثِ عن عمرها يبدو أنّني تسرعتُ واعتمدتُ على حكمٍ مسبقٍ، وعاملْتُها كطفلةٍ ممّا أثارَ غضبَها، وكانَ أُولى كلماتِها أنّها صرختْ بعمرِها الحقيقيِّ، إنّها في الخامسةِ عشرَ من عمرِها، ما زلتُ غيرَ مصدّقةٍ، فلا بنيتُها الجسديّةِ ولا عمرُها العقليِّ يوافقُ سنواتَ عمرِها، إنّها طفلةٌ من الخارجِ والدّاخلِ، وكأنّها قد توقفَت عن النّموِ منذُ مدّةٍ، وهنا نصلُ إلى الجرمِ الحقيقيِّ الذي أوصلَها إلى حالِها هذه، إليكَ قصّتَها المأساويةَ.

منذ أن كانت طفلةً لم تعشْ كطفلةٍ، ولم تلقَ الاهتمامَ ولا الحبَّ، تُوفّيَتْ والدتُها عندما كانت صغيرةً لم تبلغِ الخامسةَ بعد، ومن يومِها حُرِمَتْ مِن أنْ تُجرِيَ على شفتَيها تلكَ الحروفِ مكوّنةً كلمةَ الحبِّ (أُمي)، أهملَها أبوها، ولكنّه كانَ قاتِلَها في النّهايةِ، فهو مَن أوصلَها إلى هنا، خافَ على سمعتِه، كيف تكونُ ابنتُه مجنونةً، فتبرّأَ منها، تركَها على وعدٍ بالعودةِ، ولكنّه كان كاذباً، وهي تعلمُ هذا؛ لذا لم تنتظرْه، ولكن لم يكُن هذا فقط ما فعلَه،

بل تمتدُّ فعلتُه الشّنعاءُ إلى ما قبلَ أربعِ سنواتٍ عندما بدأت الأعراضُ بالظهورِ، وبدأَ معه الصّراخُ ومحاولة إيذاءِ الآخرينَ، لم يُرد أن يُعكِّرَ صفوَ عائلتِه الجديدة بنِتاجِ علاقةٍ سابقةٍ فاشلةٍ؛ لذا وَأَدَها حيَّةً، لقد حبَسَها أربعَ سنواتٍ في قبوِ المنزلِ بعدَ أن أذاعَ خبرَ هروبِها، أيُّ أبٍ تُسوّلُ له نفسه أن يقترفَ مثلَ هذا الجرمِ؟!

إنّه شيطانٌ بجلدِ إنسانٍ، أحياناً أتعجّبُ من الأشخاصِ الذين يسخرونَ من المرضى وينعتونَهم بالمجانين، ألمْ يُفكّروا أنّهم هم المجانين؟

نِتاجُ هذا الجنونِ الذي يسودُ العالمَ هو هذه المسكينةُ التي تُعاني من مرضٍ سيلازِمُها طيلةَ حياتِها، أشعرُ بغُصّةٍ عندما تَتَمَلَكُني مثلُ هذه الأفكارِ، ولكن لا مهربَ، إنّها حقائقُ طبيّة، مرضُ الفصامِ لا علاجَ له، لقد وصلَتْ بالفعلِ إلى مرحلةِ اللّاعودةِ، كلّ ما أملكُه لها أن أخفّفَ عنها، وأن أقدّمَ لها المساعدةَ، وأنْ أعلّمَها كيفَ تتعايشُ، يمكن فقط أن نتحكّمَ بالأعراضِ عن

طريقِ الأدويةِ ولكنّ الندوبَ والجروحَ ستظلُّ ملازمةً لها طوالَ حياتِها.

هذا هو ما يدفعُه الطبيبُ النفسيُّ في سبيلِ عملِه، إنّه يفقدُ جزءاً من روحِه مع كلِّ مريضٍ يمرّ عليه، وفي النّهايةِ سيصلُ هو بدورِه إلى مرحلةِ الانهيارِ.

الآن قد مرّ عامٌ على قدومِ تلكَ النّزيلة التي أصبحتْ جزءاً لا يتجزأُ من حياتي، غيرَ أنّها لم تعدْ تلكَ الصغيرةَ الهشّةَ، بل أصبحتْ أقوى، نجحَ العلاجُ في تحسينِ حالتِها، توقفتْ النوباتُ الرائحة ولم تعدْ تزرْها، تجاوزتْ شيئاً من رُهابِها الاجتماعيّ، بدأتْ تبتعدُ عن عزلتِها شيئاً فشيئاً، والأهمّ من ذلكَ أنّها بدأتْ تعرفُ كيف تعبّرُ عن مشاعرِها، وقد كوّنتْ حلماً خاصّاً بها، تناهى إلى سمعي طرْقٌ هادئٌ على البابِ، أذنتْ للطّارقِ بالدخولِ، بِخُطَىً رشيقةٍ دخلتْ تلك الشّابةُ الجميلةُ التي ما عادتْ طفلةً هزيلةً، زالتْ العواصفُ من بحرِ عينيها لتتركَه نقيّاً صافياً، بابتسامةٍ مشرقةٍ كنورِ الشّمسِ يملؤها الأملُ

طالعتني، ابتسمْتُ بدوري وأنا أتذكّر أنّنا كأطباءَ تكفينا بسمةٌ صادقةٌ كهذه لتنسيَنا تعبَ الأشهرِ الطّوالِ.

في النّهاية أستطيعُ أن أقولَ بكلِّ فخرٍ: أنّني أحبُّ عملي هذا، لأنّه ينقذُ الآلافَ من الّذين يعيشون في ظلالِ المجتمعِ مهمّشين منبوذين من الأقربين، لا بأسَ بأن تشكو من ألمِكَ، وأن تشاركَه معنا، نحن موجودون من أجلِكَ؛ لذا ثقْ بنا، لا تخجلْ من مرضكَ ولا تواريه، اعلمْ أنّ للنّفسِ حقاً كما للجسدِ حقٌ، فلماذا عندما يشتكي عضوٌ وينزفُ تهرعُ لعلاجِه وتقفُ أمامَ جرحِ الرّوحِ النّازفِ بأعينٍ مُغمّضةٍ وكأنّكَ لا تراه؟!

2024/8/27

سدرة هلالي.

*****

/الصّمتُ أحياناً هو صديق الشّيزوفرينيا/

في إحدى الصَّباحات المليئة بالحيويّة

نهضتُ باكراً على غير عادتي، كيف لا، إنَّه يومي الأوّل في العمل كطبيبةٍ نفسيّةٍ في مشفى الأمراض العقليّة.

كنْتُ لوهلةٍ قلِقةً، ولوهلةٍ ثانيةٍ متحمّسة لمهنتي الّتي أعشقها، وصلْتُ إلى المشفى في الوقت المناسب.

رُحِّب بي من قِبل العاملين بالورود والحلويات، انتابني شعورُ الحماس بُرهةً من الوقت، ثمَّ قيل لي بأنَّ عليَّ أن أسارع لغرفة مريضتي الأولى.

طرقتُ الباب ثمَّ فتحته،

إنَّها غرفة بيضاء يجلسُ في منتصفها فتاةٌ عشرينيّةٌ فائقة الجمال ذو عينان خضراوان وشعر عسليّ مموّج، نظرَتْ لي نظراتٍ حادّة قبل أن أعرِّف نفسي لها.

_مرحباً، أنا ميرام سأكون بعد الآن طبيبتكِ وصديقتكِ إن أردتي

وعمَّ الصَّمت حتّى بدأتُ أنا الحديث.

_إذاً ما اسمك؟

امتلأت مقلتيها بالدّموع، وشردت بذهنها إلى الأرضيّة

_لورين، اسمي لورين، إنَّك الطّبيبة السّادسةَ عشر الّتي تأتي إلى الغرفة، وأعتقد أنَّكِ لن تكوني الأخيرة.

_سررْتُ بمعرفتكِ لورين، لكن أتعلمين إنْ أردتي أن أكون أنا الأخيرة فسأكون.

رفعتْ نظرها إليّ

يبدو أنَّها كانت تنتظر على أعتاب قلبها حتّى لو كلمة واحدة مُطمئِنة. إنّها ارتاحت لوجودي قليلاً على ما أظنّ، لذلك عندما بادرتُ بسؤالي إنْ كانت تريد التحدّث عن نفسها؛ انهالت بالتّكلّم وكأنَّها لأوَّل مرّةٍ تريد أن تتقيّأ كلماتٍ عالقةٍ في قلبها مدّة طويلة. لورين قالت لي أنّها كانت دائماً ما تسعى إلى المركز الأوّل خلال دراستها من المدرسة وصولاً إلى الجامعة وتحصل عليه.

لكن خلال كلّ تلك المرحلةِ كانت تخبّئ في عقلها أشياء كثيرة. طفولتها كانت صعبةً على حدّ تعبيرها؛ لأنّها لم تشعر بالاحتواء "أمّي كانت توبّخني مراراً بسبب وبدون سبب، ربّما القسوةُ تسرق أجملَ ما فينا "قالتها والبؤس استوطن عينيها ثمّ أكملت...

غير القسوة كانت المشاكل في المنزل لا تنتهي أبداً، لا أتذّكرُ يوماً أنَّ أذني سمعت إلّا ضجيج المشاجرات... صديقتي أيضاً كانتْ تخدعني بكلامٍ معسول ثمّ تذهب لأصدقائها لتخبرهم أنّني مغفلة، وأنَّها ستحصل على درجاتٍ ممتازة في الدّراسة بفضل تعبي وليس تعبها، والشّخص الّذي أحببتُهُ يوماً أعطاني أملاً بالحياة، وكأنَّ الشّمس اقتحمتْ روحي حتّى أدار ظهرهُ لي وذهب لفتاةٍ أخرى.

وعندما أردتُ أنْ أكونَ قويّةً لنفسي وبنفسي نال منّي الفقر والعوز حتّى بتُّ أموتُ جوعاً وحزناً وأنهيتُ دراستي الجامعيّة

بصعوبةٍ؛ لن أقدر على وصفها حتّى لنفسي، وأنهيتُ معها حياةً كانَتْ حياتي.

إنَّني الآن داخل حيواتٍ لا أستطيع عدَّها، تتلاطمُ بي أفكاري، تحرقني الذّكريات والكلمات العالقة في ذهني من شدّة خوفي وقلقي، تكادُ الدّماء في عروقي تتجمّد.

بعدها سألتها أسئلةً كثيرة عميقة أردتُ أن أصلَ لنقطةِ قلقها.

وقبل أن تنتهي الجلسة

_لورين أظنُّ أنّ لدينا جلسات أخرى قادمة حتّى نخرج من الغرفة أنا وأنتِ معاً.

أخبرتني أنّها ليست مجنونة، إنّها فقط إنسانةٌ جيّدة حصلت لها مواقف سيّئة، وأنّ الأطبّاءَ قبلي لم ينادونها إلّا بمريضةِ شيزوفرينيا حتّى لم يهتمّوا لاسمها.

أخبرتُها أنّها صديقتي، وأنّ الدّواءَ سيكونُ الكلمات.

قالت لي بأنّها لأوّل مرّةٍ تطمئِنّ للكلام.

وقبل أن أغادر الغرفة، قلتُ لها:

"الصّمتُ أحياناً هو صديق الشّيزوفرينيا يا لورين

إنْ كنتي حقّاً تريدين أن تكوني عدوّتهُ فلتتكلّمي"

فكّري بهذا حتّى جلستنا القادمة... وداعاً..

وإنْ كان هناك رسالة هادفة واحدة لضحايا الشّيزوفرينيا ستكون التّالية:

رُبّما الحياةُ تؤلمنا بمواقفها، بأشخاصها، بذكرياتها، لكنْ لم نُخلق عبثاً

خُلقنا لنسعى، لنُحاربَ من أجل أمانينا، لنخمدَ نارَ اليأس فينا، لنُجابِهَ ماضينا.

ما نفعُ الرّحلة بدون عناءِ الطّريق؟!

ما نفع الوصول بدون التغلّب على الصعوبات؟!

/رنا زوان/

*****

"معاناة روح"

الآلام تحرقُ الإنسان من الدّاخل، لكن هناك شخصٌ ما يُرسَل لينقذ هذه الأرواح البريئة والهشّة.

في أحد الأيّام تمّ فرزي إلى مشفى الأمراض العقليّة، وعندما دخلتُ انعكس الضّوء المتلألئ المنير على وجهي، أصبح الظّلامُ دربي، انعكس كلّ شيء حولي، حتّى نفسيتي تعبت وأصبحت بالحضيضِ، لكن هدفي سيطر على حالتي، وجعلني أشعر بالقوّة؛ لأنّني مُكلّفٌ لأعالجَ المرضى وأطمئِنَ قلوبهم الرّقيقة، لأجد حلّاً لمشكلاتهم القاسية، وأجعل حياتهم تُنير من جديد، وفي سيري إلى الأمام وجدتُ غرفةً بيضاء مليئةً بالظِّلال والانكسار، علمتُ أنّني سأواجه تحديّاً كبيراً، وإرهاقاً جسديّاً حادّاً في مسيرتي العمليّة، وأنّ الصعوبات تنتظرني وأنا في طريقي إلى النّجاح.

دخلتُ الغرفة باستهجانٍ، فوجدتُ مريضاً يعاني من الشيزوفرينيا؛ أي أنّه مرض اضطراب العقل والانفصام الّذي يجعل الإنسان بين الواقع والخيال.

يكون في الواقع مرعباً وفي الخيال حاقداً.

جلستُ أمامه وحاولتُ فهمَ عالمه المُتلاطِم المُظلم، وما يجولُ في عقلهِ من أفكارٍ سوداويّةٍ.

كان يتحدّث عن أصوت أشباحٍ تتكلّم معهُ في عمقِ فكرهِ، وبعدها بدأ يُهَمهِم كلماتٍ غير مفهومةٍ وهو متزعزعٌ ودمعتهُ تجري على خدّيهِ من الآلام الشّديدة.

يبكي بحرقةٍ والدّماء تسيرُ في عروقهِ، والغصّة أكلت روحه، نظراتهُ كسرتْ قلبي وكأنّ الشّمسَ لا تُضيء أبداً، والقمر لا يشعُّ نوره أبداً، وكأنّ الظّلامَ واللّيل صديقان أبديّان، ذكرياتهُ تحومُ حولهُ وكأنّها الآن تحصل، ومن كثرة صعوبةِ المشهد، أصبح الدّمُ ينزف من شراييهِ.

كان قد تعرض لصدمةٍ قويّةٍ وهو في الرابعةِ عشر من عمرهِ وهي وفاة والدته، انهارت أعصابهُ، وأصبح يقولُ: أمّي قتلت والدي، نعم قتلتهُ بآداةٍ حادّةٍ، صوتُ أبي وهو يقولُ: آه، إلى الآن مازال في أذني، أنا أكرهُ أمّي، أمّي مجرمةٌ حرمتني من والدي، ومن عطفهِ وحنانهِ لي.

أبعدت عنّي الأمان، قتلتْ روحي، قتلتهُ لأنّه علِمَ أنّها تخونهُ، وتكذبُ عليه،

أخرجوني من هنا لأقتلها، أرجوكم أخرجوني لأريحَ روح أبي في قبرهِ.

موتُ أبي جرحني، وقهرني من الدّاخل.

بكى وأبكاني معهُ، أصبحت عيناي تنهمرا بالدّمع، طبطبتُ عليه قليلاً، وقلتُ له: كلّ شيء قدر الله ومشيئتهُ، ووَالدك في مكانٍ جميل، أمّا أمّك فسيُحاسبها الله. شكلهُ وطبيعتهُ مأساويّةٌ جدّاً، طبيعة حياتهِ غريبةٌ جدّاً.

في هذه الجلسة عرفتُ دواءهُ،

بدأتْ رحلةُ العلاج التي استمرّت لسنواتٍ عديدةٍ.

في البداية أعطيتهُ أدويةً مضادّة ومهدّئة لجسمهِ، ويرافقها جلساتِ دعمٍ نفسيّ دوريّ؛ حيثُ كنتُ دائماً بجانبهِ، وأشجّعهُ على النّطقِ والتّعبير عن مشاعرهِ الجيّاشةِ، ومناقشتهِ بتجاربهِ وما حصل معهُ، لكنّ الصّعوبات كانت جمّة، فقد كان صعبٌ عليه أن يتفاعل معي بالحديث؛ لأنّ الذّكريات المؤلمة باتت تحرقهُ داخليّاً، والشّريط يُعاد كلّما انتهى.

أنهكتهُ المصاعبُ جسديّاً وروحيّاً و معنويّاً. صعبٌ عليه فهمَ الواقع كما يجب، وما زالت التعاسةُ والقهر موجودينَ.

يريدُ البوحَ، لكن لا يستطيع رغم الصّبر، الجهد والتّعب، والتّحديات التي واجهناها نجحنا.

أصبحت حالتهُ تتحسّن شيئاً فشيئاً، وأصبح قادرٌ بالتفاعل معي وبالتّعبير عن مشاعرهِ وبالاندماجِ مع الآخرين.

كانت السّعادةُ تغمرني عندما نظرتُ له ووجدتهُ يبتسم بعد عناءٍ طويلٍ، وصراعاتٍ كثيرةٍ، وحربٍ مديدةٍ خاضها.

الشّمسُ أضاءتْ و نوّرَت بعد سنين.

الرّسالة التي أودّ توجيهها لضحايا مرض شيزوفرينيا: أعزّائي المرضى، أنا أحبّكُم كثيراً، ولا تقلقوا لأنّنا نحن بجانبكم ونعمل لأجلكُم ولأجلِ سعادتكم، واعلموا أنّ شمسَ الشّفاءِ ستُنير يوماً ما؛ لأنّكم أشخاصاً جميلون وحقيقيّون وتستحقّون أن تعيشوا سعداء يا أزهارَ الكون.

الكاتبة: أسماء ريحاوي

*****

" الإنصاتُ إلى المريضِ النفسيّ هو بدايةُ العلاج "

أنا مرشدةٌ نفسيّةٌ في مشفى الأمراض النفسيّة، في هذا المشفى الحزين، قالوا لي ذاتَ يوم بأنّ هناك مريضٌ بالشّيزوفرينيا بحاجةٍ لأن أكونَ معه وأُشرف على علاجهِ، فذهبتُ إلى الغرفة وأنا أحملُ معي كميّةَ طاقةٍ إيجابيّةٍ. نظرتُ إلى الغرفةِ البيضاء الكبيرة، وكان هذا المريضُ موجود في هذه الغرفة، جلستُ بقربهِ وبدأتُ التحدّث معه. قلتُ له: مرحباً

نظرَ لي وهو مبتسمٌ، ولحظاتٍ تساقطت الدّموعُ من عينيهِ، فقلتُ له: حدّثني عمّا يجري بكَ.

قال لي: لا شيء سوى التّعب، لا شيء سوى الألم، لا شيء سوى المعاناة والوحدة، لا أجد أحداً ليسمعني، لا أجد مَن يفهمُني، ليس بجانبي مَن يُقدّر ما بي، وبرغم هذا الضّغط القويّ فارقتني أمّي الّتي ما زلتُ أراها في منامي والدّماء تُغطّي وجهها، وبقيتُ وحيداً مع أنّ النّاسَ من حولي كُثر، لكن

ما زلتُ أشعرُ بالوحدةِ، والحزنِ الشّديد حتّى وصلَ بي الحال إلى أن أتوا بي إلى هذه المشفى...

أنصتُّ إلى حديثه الّذي كان معقولاً، ووجّهتُ إليه بعضَ النّصائح، وداومتُ على علاجهِ فترةً طويلةً حتّى بدأ يتماثل للشّفاء والحمدلله.

وأنا كمرشدةٍ نفسيّةٍ أريد أن أوجّهَ رسالةً لكم:

إنّ المريضَ النفسيّ ليس مريضاً بالمعنى الحرفيّ للكلمة، إنّما هو إنسانٌ مُتعبٌ من ظروفِ الحياة وقسوتها؛ لذلك علينا أن نستمع إليه عندما يتكلّم، علينا أن نعانقَ روحه، علينا أن نحتويهِ، أن نعطيهِ اهتماماً ولو بسيطاً، ونقف بجانبهِ حتّى لا يغزوهُ المرض.

_إخلاص حلاق

*****

(الخاتمة)

تحت الوسائدِ نُخبّئ أحلامًا ما زالت تُراودنا، نرسمُ أمانينا على لوحةِ السّماء؛ تُلوّح لنا النّجومُ بأنمُلها وتُنادينا؛ لنرقصَ معها على معزوفاتِ الشّغفِ، فنُحلّق معها كفراشاتِ الحبّ في الفضاء... نُسافر إلى أصقاعِ الفرحِ؛ لنعودَ محمّلينَ بسَلّاتٍ من كواكبِ الآمالِ.