

# ضريبة مشاعر

- آية عماد حامد -



# ضريية مشاعر

آية عماد حامد

✦ جميع الحقوق محفوظة لدى الكاتب.

✦ العنوان : ضريبة مشاعر.

✦ المؤلف : آية عماد حامد.

✦ التصنيف : نصوص وخواطر.

✦ عدد الصفحات : 101.

✦ تاريخ الإصدار : 16/10/2024.

✦ تصميم الغلاف : زينب الحاج.

---

يُمنع اقتصاص أيّ جزء من هذا الكُتَيْب بهدف إهدار حقوق الملكية الفكرية  
أو إعادة إنتاجه بأيّ شكلٍ إلاّ بموافقة المؤلف.

## الإهداء :

أهدي كتابي هذا، إلى من ربّاني أحسن تربية، وجعلاني منبعاً لكلّ  
الصفات الحميدة والأخلاق الطيبة، إلى من من دونهما لما مشيتُ خطواتي  
الأولى، إلى من كانا لي مأمناً يحويني، من يحموني من كلّ المخاطر  
المحيطة بي، إلى من لو كتبتُ كلّ ما في قلبي من حبّ وامتنانٍ لهما لما  
أوفيتُ حقهما عليّ.  
إلى والدي، أمي وأبي -حفظهما الله-.

## شكر خاص :

أشكر عائلتي التي سَدَدَتِي ووقفت إلى جانبي في كثيرٍ من الأمور،  
أشكر أخواتي لوجودهنَّ بجاني دائماً،  
كما وأشكر جميع صديقاتي على ثقتهنَّ بي في إنشاء هذا الكتاب، وأشكر  
كلماتهنَّ اللاتي كانت لي بمثابة البلم للروح،  
أشكر الكاتبة ابتسام الديات التي أسدلت بأرائها الجميلة في بعض  
النصوص، والكاتبة زينب الحاج التي صممت الغلاف، وشاركتني التفكير  
في اختيار عنوان مناسب، ولوقوفهما بجاني وتحملهما تقلبات مزاجي  
طوال فترة كتابتي لهذا الكتاب،  
كما وأشكر معلّتي أ. ليندا جعيدي و أ. إيلاف علاوني على تشجيعهما  
الدائم لي،  
وأشكرك أنت أيها القارئ على انتقائك لكتابي هذا، وأتمنى أن ينال  
عجابك.



## قدخل

ليس بالضرورة أن تكون  
جميع هذه النصوص تُعبّر عني،  
ربّما رأيتها، أو سمعتُ عنها  
وأحببتُ أن أدونها بطريقتي الخاصة.

# الحياة مرة

هل قرأتها بالفتحة أم الضمة؟

"لا تحكُم على الكتاب من عنوانه"

لا تُجبر نفسك على البقاء في الأماكن التي لا ترغب بها.

حارب من أجلِ نفسك، ولا تأتي إلى هذا العالم لتتنفّس

فقط!

"البعضُ لا يقترب منك لمواساتك، بل ليطمئن أنك تتألم."

ويليام شكسبير

عن نفسي،

أنا الفتاة ذات القلبين، قلبٌ ناصع وقلبٌ حالِكٌ..

أنا ذات القلبِ الطيبِ المرِنِ الهادئِ، لكنني أيضاً ذات القلبِ الأسودِ

النَّازِفِ بالكُرهِ لكلِّ من أتعَسَنِي،

أنا من ترتعش خوفاً من المجتمع بسبب أنانيتته وحبّه للشّرِّ لمن يحب، أنا

تلك الفتاة التي تُرددُ دوماً تلك العبارة الشهيرة: "المجتمع مُعاق مُعيق

ويعيق!"!

أنا التي من يؤذيها ويجرحها لا تنساه حتى الممات،

من تجول في أبحر الكلام والأدب كي تُفرِّغ كل ما بنفسها من طاقاتٍ

متخاذلة،

أنا فتاةٌ قد مرّت بكثيرٍ من العقبات وكثير من المحاولات الفاشلة،

رغم ذلك مع كلِّ مرّةٍ كنتُ أقع فيها وكنتُ أنهضُ بصُعبَةٍ مريرة، إلا أنني

أعود دوماً أقوى.

أنا الهدوء والعاصفة!

## ما أُحِبُّ

أُحِبُّ أَنْ أُسْتَيْقِظَ عَلَى رَائِحَةِ الْخَبِزِ وَصَوْتِ فَيْرُوزِ،  
أُحِبُّ كُلَّ الْأَشْيَاءِ الْبَسِيطَةِ،  
أُحِبُّ الْكُتُبَ وَالْكِتَابَةَ،  
كَالْصِّغَارِ أَهْوَى الْمُفَاجَأَاتِ،  
أُحِبُّ رَائِحَةَ الْحَطَبِ عِنْدَ الْإِشْتِعَالِ،  
رَائِحَةَ الْأَرْضِ بَعْدَ الْإِرْتَوَاءِ، تَمَنِّحُنِي إِطْمِئْنَانًا وَسَعَادَةً،  
أَعْشَقُ جَمْعَةَ الْأَهْلِ وَالصِّحَابِ، وَالضَّحِكَاتِ الْمُرَافِقَةَ لِتِلْكَ الْجَلِيسَاتِ،  
أُحِبُّ اللَّعِبَ مَعَ الْقِطَطِ الصَّغِيرَةِ،  
أَهْوَى الرَّسْمَ وَالْحَطَّ كَثِيرًا،  
أَعْشَقُ الرَّسَائِلَ الْوَرَقِيَّةَ الْمَكْتُوبَةَ بِاللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ الْفُصْحَى وَبِحِطِّ الْيَدِ،  
أُحِبُّ أَنْ أُدَوِّنَ مُذَكِّرَاتِي الْجَمِيلَةَ،  
أُحِبُّ نَفْسِي، بِسَاطِئِي وَقَلْبِي.

## ثقة

ثقتك هي جسر في هذه الحياة، طوال ما كان هذا الجسر غير مبني بيديك  
أنت، لن تستطيع التنقل لمراحل جديدة وتستشعر بمتعتها.  
عليك أن تتق بنفسك لا الآخرين، أن تضع ثقتك فيك أنت،  
ثق بنفسك،

وواصل التصدي للكلمات الحياة، فالضربة التي لن توجعك لن تعلمك،  
ولا تُقارن نفسك بأحد، لا تنتظر مديح الناس بك، امدح نفسك بنفسك،  
والواثق من نفسه لا يهمله إعجاب الناس به، فهما كانت وجهة نظرهم،  
إلا أن كلامهم لن يؤثر على شخصيته.

## فرح وحزن

هنالك أناس يتصنعون الفرح، لكن واقعهم تعيس، هنالك أناس  
يتصنعون السعادة، والحزن غامر في قلوبهم،

سرت في ضحايا حزنك يا فتى، أتذوق جرعةً من مرارة قلبك وأسوة  
ظالمك، أصبحت أبكى حينما أراك في كل لحظة تضمّ بها وسادتك،  
أصبحت أرتشف من قهوة الزمان علّ هذا الزمان يبقيني حيّة، لا زلت  
أرتشف من الدنيا قهر وظلم، ودمتُ في سرايا الأمير مؤسراً، بقيت ذلك  
السجين المسجون بداخل نفسه،

أراهم يتذوقون طعم السعادة اللا متناهية والضحكات مستبشرةً على  
وجوههم، وفي تلك الثنايا أرتسم ابتسامة يملؤها الحزن، عليّ أن أكمّ كل  
ذلك الألم بداخلي، لن أجعل أحد ينتبه له، سأحتفظ به لذاتي ولن أُطلع عليه  
أحد.

## ماضٍ أليم

سؤال يراودني الآن:

هل أنا في هذه الحياة كاتباً، أم رائد فضاء، أم عابر سبيلٍ يحتشى  
بروعته وصميم قلبه الكلام؟

واجهتُ في حياتي الكثير من المتاعب أردت فقط التعبير عن شيء ما  
بداخلي، أردت مراراً أن أواجه الذين حطّموني لكنهم عزيزي القلب، في  
القلب لهم مكانة لكنهم حطّموها، أردت دوماً حتى ما زلت أتمنى أن  
تخرج صرخة بحق الجحيم؛ لأفرغ من نفسي كل الطاقات المتخازلة، صبرت  
كثيراً وما زلت أصبر، أتممت أعواماً وما زلت أتمم، أهذه حياة؟  
في حياتي أمست تراودني أحلامي السابقة، بقيت تراودني الآمي  
الجارحة، أصبحت أحلم بأن أطيّر إلى السماء، أركض إلى جنّات النعيم  
كطفل يركض نحو أمّه التي لم يراها من سنين، حتى الذي راهنت على  
صداقته بعدم الخذلان فرط بي في أول محطة للقاء أصدقاء آخرين له ..  
وبعد فقداني للأمل أمتطي وسادتي كل ليلة وأبكي دون صوت، حتى  
أصبحت لا أعرف طريقة البكاء، جفت دموعي وسال بدل الدمع دماء.

## كُن لِنَفْسِكَ سِنْدًا

سأستمر في الحياة رغم سقوطي آلاف المرات، سأستمر بها فأنا من أملكها،  
وهي صفحاتي التي أكتبها دون سابق إنذار، وأنا التي لا أحد يغيرها،  
فقط نفسي، أنا هي نفسي، أنا التي علمتني الأيام حلاوة الأصدقاء وقرب  
الأيام، أنا هي التي علمتني الحياة بأن لا بأس إن خسرت للمرة المئة، فلا مانع  
بأن تكون خسارتي المئة وواحد، أنا التي تعلمت بأن أكون نجمة متألئة في  
السماء متألئة كالنجوم، ومشرقة كالشمس، وكالقمر أنير قلوب باتت  
شديدة الظلام، أنا التي تعلمتُ كيف أعتمد على نفسي، أن تكون نفسي قبل  
كل شيء، نفسي وحياتي هي الأهم.

## الخدلان القاسي

هنالك من يخذلنا وهنالك من يحمينا، أما أنا فنُخذلت من أقرب  
الأشخاص لي، كانوا روحاً أملأً وتفائلاً.

كنت أظنهم معي حيثما كنت، كانوا أكسجينني، كانوا وردة تزهر كل  
يوم أكثر من قبلها، كانوا ملجأً أستمّر بالهروب إليه، هم أول الأشخاص  
الذين أخبرهم بالأشياء الجميلة والمبهرة والرائعة التي تحدث معي، هم أول من  
أخبرهم..

أعطيتهم قلبي وعيني وروحي، لكن في المقابل ماذا أخذت أنا؟  
أخذت وجعة قلب وكسرة ظهر، أخذت بالمقابل الخدلان، كنت أعتبرهم  
نوراً لي، لا أعيش بدونهم،

لكن...

خُذلت منهم!

ولم ألق منهم سوى الكلمات الجارحة والعبيرات المارة، كانوا جزءاً لا  
يتجزأ من حياتي، وكانوا قطعةً من قلبي، لكنهم رموا بتلك القطعة في  
القمامة، كمخلفات منهم، ولم أزد من ذلك إلا قهراً وتقطّعاً والماء.  
اعتقدت أنني أخذت منهم أملأً لكنهم أعطوني الماء.

## إيّاك والتعلّق

إيّاك ثمّ إيّاك ثمّ إيّاك بالتعلّق.

تعلّقت بهم كثيراً ومررت بأستار العالم أجول علّ أحدهم ينصّحني بالآ  
أتعلّق بهم، لكن لا أحد هنا، حينما تتعلّق بأحد لا تتعلّق بشكل مستهتر.

إيّاك والتعلّق.

فالتعلّق هوسٌ ومرضٌ، لا يصحّ لك،

تعلّق بنفسك وحبّ نفسك، لا تحبّ أحداً أكثر من نفسك، فإنّ أحببتهم أكثر  
من نفسك فسيكون المقابل حياتك!

إيّاك والتعلّق.

فالتعلّق يعبر عن ضعفٍ شخصيّتك، وقلة ثقتك بنفسك، هنالك من يتعلّق بأحد  
بسبب مروره بموقف صعب أخذ يتشبّث بشخص آخر بحثاً عن الأمان، لكن

اجعل نفسك هي الشخص الذي تتشبّث به، فلا أحد يستحق قلبك ولا

حياتك، أنت فقط من تستحقّها، فلا تجعل نفسك مريضاً بمرض التعلّق

لأنّك ببساطة لا تحتاج طبيباً نفسياً ليعالجتك، أنت عالج نفسك بنفسك

وكفّ عن التعلّق، فإنّه من مصائد الشيطان التي يصيد بها قلوب بني آدم،

وإيّاك فالتعلّق!.

## اترك بصمةً مختلفة لا تُنسى

قلبك خلق ليفرح وينبض، ووجهك خلق ليبتسم لا ليبيكي، أسعد نفسك دائماً  
وكن تلك الروح الجميلة التي تترك أثراً طيباً بين الجمع، وكن ذاك الشخص  
الذي ينير القلوب ويسعد نفسه، كن ذلك الشخص الذي أينما ذهب ترك  
بصمةً لا تنسى، وتذكر بالآ لا تكون تلك البصمة بصمة سوء بل لتكن تلك البصمة  
بصمة حسن وصلاح وطيب، دعهم يتذكروك دوماً، كن مختلفاً بخُلُقك  
الرائع، وقلبك الوادع، وكن دائماً محط ثقة وصدق عند الآخرين، كن ذلك  
المتفائل المتصف بالإنسانية، وكن دوماً منبعاً للصفات الحميدة.

## يوم السعادة والفخر

تغنمك السعادة بكل حرارة حينما تعمل شيئاً وددت لو فعلته من قبل،  
تشعر بالفرحة اللا متناهية، تعبر عن مشاعرك لأعزّ الناس لديك، فسبب  
تعبيرك لهم عن مشاعرك وأسباب فرحك هم يفرحون بفرحتك ويفتخرون  
بك لكونك صديقهم، فكن أنت دوماً واسعياً جاهداً أن تكون بنفسك نفوراً  
ولا تحيب ظنّ من يحبك، دعهم يقولون: هذا هو صديقنا الذي نفتخر به.

## ما قيل

وقد قيل في زمن يملؤه التشاؤم بأننا لا نستطيع، حينما قالوا وقفتُ  
بصفتهم عند قولهم، وتذوّقت الحياة بنكهة الملل وفوات الأوان، لم أعش  
كما أريد من قولهم..

بعد فترة من الزمن استيقظت من دوامةٍ كادت تنهك حياتي، تحوّلت إلى  
شخص جديد، كدت أنسى ذلك الكلام الذي رافق عقلي وقلبي في آنٍ واحد،  
حتى أنني لم أكد بل نسيت تماماً ما قيل، أصبحت لا أهتم بقولهم، فبعد  
إدراكك بأنهم يقولون هذا الكلام من غيرةٍ وحقد، يحسدونك على كل شيء  
وهم لا يعلمون ما تعيشه بالحقيقة، يحسدونك على كل شيء، فأنصحك بالألا  
تهتم لقولهم.

والآن تمرُّ بي الحياة وأنا أعيش كل يومٍ بيومِهِ، أستقيط على رائحة القهوة  
وصوت فيروز، أستيقظ على أمل وتفاؤل، أنسى ما مضى واستمتع بلذة كل  
يوم، فإني فعلتُ ما قالوا عنه لا أستطيع فعله!

## لا يقدرون تعبك

مهما حاولت في إسعادهم وَمَنَحْتَهُمْ أَفْضَلَ مَا لَدَيْكَ لِتَجْعَلَهُمْ مُمَيِّزِينَ لَا يَهْتَمُّونَ، فَأَنْتِ كَأَيِّ شَخْصٍ وَكَأَيِّ عَابِرِ سَبِيلٍ مَرَّ فِي حَيَاتِهِمْ، تَرْوِيهِمْ بِخَنَانِكَ وَحُبِّكَ لَهُمْ، لَكِنَّهُمْ مَاذَا يَفْعَلُونَ؟  
لا يهتمون...

لا يهتمون بقدر ما تتعب لأجلهم، تمنحهم كل ما لديك وتساعدهم لأنك تحبهم وتعتبرهم قطعة من قلبك، يُلقون كلمة مدح فقط لهدف ما تجهله، تظل تسعى جاهداً وراءهم، ومهما تكلمت معهم يتجاهلونك وأنت تقول عليهم لم ينتبهوا وتبقى تكتب وتتكلم ويبقى التجاهل، ثم تكف عن السؤال والكتابة وتذهب ولا أحد يسأل، ولأنهم بنكهة الأخوة التي خلفتهم لك الحياة، ولأن لا أحد يترك أخاه فأننا لم أتركهم، لكنهم تركوني وحدي أحارب وأناضل في معركة الحياة، كنتُ أعتبرهم من أفضل ما منحني إياه الحياة، لا ولن يفتقدوك حتى يكون الأوان قد فات، عندما تموت فقط سيحبونك.

## تبقي تبسّم رغم مشقات الحياة

في كل يوم يعتقدون أنّك دائماً تضحك وكلّ حياتك فرح، يُحسدونك على تلك  
الفرحة التي بها غصّة، لا يعرفون سبب هذا الضحك الدائم، لكنهم أيضاً لا  
يعلمون بأنك كل ليلة تننّقي وسادتك المبللة وتبكي بحرقة على كلّ شيء، ونادراً  
ما تنام وأنت سعيد، ولكنك كل يوم تضحك لأنك تستبدل البكاء  
بالضحك، فتضحك أو تبكي أو حتّى تضحك وتبكي في آنٍ واحد بشكلٍ  
هستيريّ، يظنون أنّك مصاب بمتلازمة انجلمان لأنّ ضحكك من صفات  
أولئك المصابين بها، لكنهم لا يعلمون بأن الحياة قاسية عليك لدرجة عالية  
جدّاً، وهي التي تجعلك تضحك، لكن ليش كضحك أيّ شخصٍ، بل كضحك  
قهريّ من بعد ختام مأساويّ.

## نسيت أن الدنيا تدور؟

إلى القاسي الظالم الراحل عن هذه الدنيا، ستكون يوماً ما مكان  
الأموات، ستبيت في قبرك المظلم الذي لا نور فيه إلا أعمالك، فهذه حقيقة  
لا مهرب منها!

ستكون يوماً ما مكان الذي ظلمته، فالدنيا دوارة ولا تشفق على أحد،  
ستعامل كما تعامل، وستبكي كما بكيت، وستظلم كما ظلمت،  
وستحاكم كما قد كنت تُحاكم، ستصبح ورقة احترقت بسبب أفعالها  
القييحة، وستكون فريسة أفعالك، ولن يكفي هذا لأنك ستكون كالسجائر  
التي عندما تُنهيها تدوس عليها، وتكون كورقة وحيدة سقطت من شجرة  
ملينة بالأوراق، ستقضي حياتك وأنت تجمع أخطاءك التي هي كزبد البحر،  
ولن تتلقى أي مساعدة من أحد حتى من أعز الناس لديك.

## العيون الدّامعة

للعيون اللامعة، لم تذرّفين شلالاً من الدموع؟ أحاصروك، قتلوك أم ظلّموك؟  
تبكي وتبكي، لا بأس قيل أنّ البكاء يُريح..  
لكن، إن بكيت طول الدهر على ميّت لما رجّع، أو على ماضٍ لما عاد،  
أو على أمسٍ لما أب، لا تقضي وقتك في البكاء، بل تعلم من كلّ تجربة  
مهما أرهقتك الحياة ودارت بك السّنوات، فوالله ما عاد شيء قد مضى.

## كنتُ كالذي

كنتُ كالذي ينتظر ردًّا على رسالة لم يرسلها، كنت كالذي يضع يده على فمه كي لا يتكلم، وكالذي لا يستطيع أن يضع يده على قلبه كي لا يتألم، كنت كمن يصنع للبعض ضحكة كان هو بأمس الحاجة لها، وكمن يكتب عن الألم بقلم الظلمة، ومحاربٍ ناضل في معركة الحياة، كنتُ دائماً الشخص الذي يسعى للخير ويحاول ألا يخدش ويكسر أحداً وكنت الشخص الذي يتجاهل كل سيء على الدوام..

وفي النهاية كنت أنا الشخص الذي تركزت الخيالات في لب قلبه حتى غطى السواد عيناه.

## أعتذرُ يا نفسي.

أعتذر لنفسي على سوء اختيار بعض الأشخاص الذين ظننتهم قناديل مضيئة  
وما كانوا سوى عتمة، أعتذر لنفسي على ثقتي ببعض الأشخاص الذين  
كسروا عظامي تكسيراً، على ما أقلقْتُ نفسي وأدخلتها في متاهاتٍ قبل  
نومي، أعتذر لنفسي لأنَّ ابنة عيني كانت دوماً على الخدين، أعتذر لنفسي  
لأنَّني أرهقت جسدي وعقلي من كثرة التفكير بالماضي، لأنَّني أتعبت لساني  
من القول: "لماذا هذا الذي حدث؟"

تراودني تساؤلات جمّة أبحث عن الإجابة كمحقق باحثٍ في جريمة قتل،  
كمحقق تاه بين أدلة الزمن..

أتعبتُك يا نفسي فإنِّي متأسفة جداً، علَّك تسامحيني، أحاول باستمرارٍ ألا أفكر  
بالماضي فالماضي فات،

لكنَّ الماضي يموت لدى النَّاس أما أنا فقد عاش في قلبي، لكنِّي  
سأحاول جاهداً ألا أسأل نفسي هذا السؤال، خلفه حكاية لا نهاية  
لها، خلفه عبراتٌ كثيرة، في ظلّه تراكمات عظيمة، وفي سوادهِ جمرة من نارٍ  
ملتهبة..

أعتذر يا نفسي!

## أكتب وأتخيل

لا حيل لي إلا ورقة ممزقة وقلم أسود، أكتب ما يحلو لي فيهما، لا يسعني إلا أن أكتب، فإني بالكتابة أعبّر عن مجتمع بات فيه كلّ الحلال حرام، أكتب عن مجتمع لم يستيقظ من سبات الجهل والحِرمان، أدون عن مجتمع طمس هويّة الأنثى.

أكتب في قلب الظلمة بقلم أسود وورقة ممزقة، بأنامل مجرّحة، وقلب هش لا يحتمل ألم الفرقة، وحيدة الليل، أذهب بخيالي إلى عالم أجمل، عالم عاش على الإسلام ومات عليه، لا خون فيه ولا غدر ولا حرمان، لعالم تشرق فيه شمس التفاؤل كل صباح، لعالم أنار فيه القمر كلّ غرفة مظلمة، أرسّم بأنامل القلب ما يحلو لي، فإني ومخيلتي سنسافر من هذا العالم التّعيس.

## أقلام تصرُخ، وعيون تدمع

من عيوني الدامعة أرى مقتطفاتي بغباشة، أنشج على ظلام الظلم والقهر  
مقرأً، باتت المصائب تأتي بنظرة، وأصبحتُ كأنسانٍ هسّ، تتزاحم  
الأفكار والذكريات في سواد، أصبحتُ أقلامي تصرُخ، وأوراقِي أصبحت لا  
تحمّل كل هذا الألم، أشعر وكأني أسندُ على ظهري كلّ شديد وكلّ ثقیل،  
أشعر وكأني أصبحتُ كعجوزٍ هرمٍ يتكئُ على عكازة الزمن، يتجول بالشوارع  
المظلمة منحنٍ الكتفين، أصبحتُ كعجوزٍ يشعُر بالوحدة والحزن.

## كن متفرداً

لا تدع أحد يحطم مستقبلك، اسعى جاهداً بأن تكون كما تريد، مراراً وتكراراً كُن كما تريد، حاول دوماً أن تكون الأول في كل شيء، حقق ما تمنّيته يوماً ما، واكسر عيون كل من ساومك مع غيرك، على الدوام اسعى بأن تكون مختلفاً عن السابق، إن كنت ظلام فكن نور، إن كنت سواداً حالِماً كن ضوءاً نيراً، كُن بذرةً مختلفةً نادرة، وكن أنت الوردة الطبيعية من بين مئات الورد الاصطناعية، كُن متفرداً مختلفاً مميزاً.

## في ضجة المكان

الجميع مشغولٌ مع غيره، يتجادلون في أمورٍ كثيرة، تعلو الأصوات تدريجياً،  
 لكن هنالك فتاة صامتة، وأخرى واقفة، والثالثة تربّت على كتف  
 صديقتها، وهناك فتاة جالسة أمامي، فتاة صغيرة تأكل طعامها،  
 هنا في هذا المكان ستلقى العديد من الشخصيات، ألم ترى تعابير  
 وجوههم؟

منهم من أشعر بأنه يكتّم بداخله صرخة ألم، أعرف كلّ منهم من نظراته، لا  
 أدري إن كان هذا صحيحاً أم شكّاً راودني،  
 لكن أيضاً لا أعلم لماذا أشعر وكأنّ ماضيهم يلاحقهم، ربّما لأنّ ماضي  
 أنا يلاحقني، أرى بأنّهم لديهم شيء ما، يكتُمون سرّاً ما يجعلهم كغواص  
 ماهر من شدة الموجات، غرق في بحر ماضيه.  
 لكلّ شخص حكاية بداخله، لا أحد يعرفها، يُخفيها عن الناس، لكلّ منّا  
 قصة، لكلّ منّا ماضي إمّا تعيس أو سعيد، ولكلّ منّا حاضر ومستقبل،  
 اسعى جاهداً ألاّ تجعل ماضيك يلاحقك وتعلم منه، تعلم كيف خذلك بعد  
 منحهم ثقتك، فحاول ألاّ تثق بجنس البشر لأنّ كلّ منهم يحوم حول مصلحته  
 ولا تهمة مصلحتك، لا تجعل ماضيك الأسود يطاردك، وتعلم من كلّ صخرة

رُميتُ أمامك ولم تستطع تخطيها إلا بعد عناءٍ طويلٍ، فالتَّعَلَّمُ مِنْ كُلِّ  
ثانيةٍ من حياتك، فالْحَيَاةُ تَمْتَحِنُكَ أَوَّلًا ثُمَّ تُعَلِّمُكَ الدَّرْسَ.

## إليكِ يا نفسي

أرجو منكِ ألاّ تحملي على كتفيكِ كلّ هذا الهمّ، فإنّي لا أحتَمِلُ أن أراكِ  
متعبَةً، أحبّ أن أراكِ سعيدةً، وأن أرى عيناكِ اللامعتانِ دوماً، أحبّ أن  
تكوني مختلفةً نادرةً مميزةً، ارسمي لنفسكِ دربكِ الذي تتمنّين السير فيه، انقشي  
أحلامكِ على صخرةٍ كبيرةٍ وبخطِّ كبيرٍ، لا تنقشيها على الرّمالِ فأمواج البحر  
تركض في كلّ الاتجاهات وتحو كل ما هو عليه، كوني نفسكِ ولا تكوني  
غيرك.

## مدينة البعد

وأقصى ما في الغربة البعد بين المحبِّ والحبيب، بين المؤنسِ والصديق، وبين  
الأم أو الأب لولدِهِما، وأبشع ما فيه واو تفصل بين القربِ وَ البعدِ،  
مسافات تُقطع بين دولتان أو حتى بيتان.

بعده عن الأشياء التي يحبها وعن نفسه، يفارقها! تصبح كألوان باهتة  
في قلب الظلمة، تُوضع على رفِّ عالٍ مُغبر، وما من أحدٍ يهتمُّ بها، يُجيكُ من  
خيوط الليل ثوباً ليكتسيه.

كم هو مؤلم هذا البعد!

## الفراق

فراق، كلمة تتكوّن من أربعة أحرف، لكنّ الثمانية وعشرون حرفاً في اللغة العربية عجزت عن تعبير تلك الكلمة! فالفاء فقد، والراء ربح وورصاص، أما الألف افتقار لقاء، والقاف قتل الأحلام.

مع الفراق تتلاشى الذكريات، تصبح كرماد صورٍ احترقت، كوردةٍ ذابلة كُويت بنارِ الاشتعال، مشاعر الفراق لوحة فنيّة كثيرة الدمج في الألوان، كثيرة السّواد، محيطة بالرّسامين، كلّهم يطوق حوله، وليس أيّ رسّام يستطيع أن يغرق بلوحة المشاعر تلك.

أقف على ناصية البعدِ علّ الظّمان يروى من ألم الفراق، وعسى أن تنطفئ نارُ الاشتياق.

## قصة حياتك

لأنقش على صخرة أحلامي شيئاً ما، ولكي لا تمنحي لن أنقشها على الرمال..

تبدأ الحكايات وتُروى قصص العديد من الشخصيات، وتبقى في نفسك تبحث عن جواب لسؤال ما، ما هو هذا السؤال؟  
"أيهم قصة حياتك؟"

تراودك عديد من الإجابات لربما تظن أن شخصيتك قد تشبه إحدى الشخصيات المهمة في مجتمع حالك، لا تراودك فكرة حساسة "ماذا لو أصبحت أنت بطل روايتك وأصبحت المهمّ المجدد لا النائم على الوسادة؟"  
هل فكرت بذلك يوم؟

معظم الإجابات قد تكون لا، لكن الأوان لم يفت حتى الآن، ابدأ واسعى واعمل وجد واجتهد، هيا! كن بطل قصتك الآن.

## دروس الحياة

كثيرة هي الأشياء التي تتعلمها من الحياة، دروس كثيرة وعبر جمّة، تتعلم منها أن لا تخذل، أن لا تكسر، أن لا تجرح، لأنّ الحياة عبارة عن دولاب، يدور حيثما شاء وفي أيّ وقت أراد، تعلمت أنه ليس هنالك شيء يبقى على حاله، كلّ شخصٍ يتغيّر، اليوم هو مختلفٌ عمّا كان عليه سابقاً.

تعلمت أن أنير قلوب الآخرين، وأن أحاول جاهداً بإدخال البسمة على قلوبهم، تعلمت أن أترك بصمة مختلفة في قلوبهم، تعلمت أن أكون ما أريد أنا، ليس ما يريدوا هم أن أكون.

## الصديق النادر

الصديق الحقيقي هو ذلك الشخص الذي يقف معك في حزنك قبل فرحك،  
من تجده جانبك دوماً في ضعفك وألمك، من يجعلك تبسم رغم مرارة  
الأيام، تشعر بالأمان والسكينة بالحديث معه، بالاطمئنان، هو ذلك  
الشخص الذي تؤمنه على حياتك وأسرارك،  
من يقول لك: "ستجدني دائماً بجانبك"،  
من يستمع لأقوالك، لهمومك، لآلامك، لكل شيء، من يحاول قدر  
الإمكان أن يبعدك عن الأخطاء بنصائح الجميلة، من يردك بعد نوباتك  
الحزينة سعيداً، من تطمئن لوجوده في حياتك، الشخص الذي يجعلك تقول  
في نفسك: ما زالت الدنيا بخير.

## فرصة واحدة تكفي

المرّة الأخيرة من الحزن قبل الرحيل،  
المرّة الأخيرة من اللقاء قبل الفراق،  
من الفرح قبل الأحزان،  
من التّفاؤل بعد كلّ الانكسارات،  
المرّة الأخيرة من كلّ شيء..  
تمرّ العبرات طوال هذه السنين، وبعد كلّ موقف تُكسر وتُكسر!  
-لماذا؟  
ستجدُ جواباً،  
لأنّك منحتهم قلبك بعد كلّ ما فعلوا به!  
بعد كلّ الخيباتِ والصفعاتِ التي تأتيك،  
وبعد كلّ درس وكلّ ما حصلَ معك ستتعلم أنّ لا أحد يهتم،  
ستجعلك الحياة مصاباً بداء الفرصة الواحدة،  
لا تعطي كلّ شخص فرصتين؛ لأنّك لا تستحقّ أن تُكسر مرّتين!

## عكس ما يرونه البشر

كُنتُ دائماً عكس ما يرونه البشر،  
كنتُ دوماً أرسم ابتسامةً على وجهي، أتصنع الضحكات، يرونني بقناع  
المحبةِ والأنسِ والسعادة..

لكنهم لم يتأملوني من الداخل، لم يشاهدوا ما حلَّ بي!، يعتقدونني كثيرة  
الضحك، لكنهم لا يعرفون أن ضحكي هو نياتاً عن بكائي!!  
أبكي في جوف الليل، على وسادتي كل ليلة، وفي لبّ النهار أختارُ  
الضحكات،

ولا يزالُ قناعُ السعادةِ عن وجهي إلا في السوادِ الحالكِ،  
كثيرةٌ هي الرصاصاتُ التي تخنقني ولا أحد يستطيع أن يُخرجها من قلبي،  
كثيرةٌ هي الكلماتُ الجارحةُ والأناملُ الراجفة، كم هي مؤلمة صفعاتُ  
الكلمات!

## أصبحتُ كَ:

تخلل وجداني، وتكلل كياني!  
أصبحت كمن أتى إلى الدنيا كي يتنفس فقط، لا كمن أتى إلى الدنيا  
ليعيش، أصبحت كشخصٍ هَشَّ يتفتتُ بلسمة واحدة،  
كرماد سيجارة منتهية،  
أصبحت كبقعة عالقة على ثياب بيضاء، لا تُمحي، أصبحت كالجماد لا  
أبهُ بأي حركة ولا كلام، أصبحت كمن أراد الزوال بأسرع حال!

## القلب

في كلّ مرّة أُخَذَلُ وأقول ستهون، وأعود لأُعْطِي قَلْبِي لِمَنْ لَا يَسْتَحِقُّ!  
أضع قَلْبِي على رفوفٍ يَسْنِدُهَا حَائِطٌ قَدِيمٌ،  
في كلّ مرّةٍ أعود لأضع قَلْبِي الذي يُولولُ بالآهاتِ بَعْدَ أَشْكَالٍ، وَضَعْتُهُ  
مَهْمَشًا مُمَزَّقًا مُنْهَارًا، أَصْبَحَ كَالرَّمَادِ، لَا كَلِمَةَ تُنِيرُهُ وَلَا صَوْتٌ يَحْنُ إِلَيْهِ..  
في آخر مرّةٍ وَضَعْتُ قَلْبِي ضَوْءًا لِيُنِيرَ الْآفَاقَ وَالدُّرُوبَ، وَعَاهَدْتُ أَنْ لَا  
أُسَلِّهَ لِأَحَدٍ لَا يَسْتَحِقُّ؛ لِأَنَّهْمَ لَنْ يَهْتَمُّوا بِهِ، فَهَذِهِ هِيَ الْحَيَاةُ، إِنْ لَمْ تَكُ عَلَى  
الْمَقْدَرَةِ مِنْ حِمَايَتِهِ، فَسَوْفَ تَبَيَّتُ فِي عُمُقِ الْجَحِيمِ.

## أحلام معلقة

أُتيتُ لأكتبَ عن ما أتمنى، لكنَّ أقلامي عجزت عن الكتابة وأصبحت  
باهتة، والألوان البيضاء أصبحت سوداء!

أتأمل أحلامي التي فرق بيني وبينها القدر، ولم أقدر على تحقيقها، لربما  
لخير...

يعتقدون أنها ماتت لدي، لكنهم لا يعلمون أنني لا زلت أحيها في قلبي  
الصغير، أنظر إليها نظرة طفلٍ لأُمِّه، ينظرُ بحنية كبيرة، يودُّ أن يحتضنها لكنَّ  
الحواجز فصلت بينهما حتى أصبحوا يشاهدون بعضهما من وراء الستار،  
أتأملها بشوق ولهفة عني أستطيع أن أحققها،  
وضعت أحلامي السائرة على رفِّ الذكريات التي لا أستطيع نسيانها.

## دفترُ الذكرياتِ الجميلة

حينما فتحتُ إحدى دفاتري القديمة الجميلة التي لا أستغني عنها، فتحتها بكلِّ حبٍّ، كلمة تلو كلمة وصفحة تلو صفحة قرأت ورقات ذلك الدفتر، بكلِّ إخلاص وحبٍّ، بكلِّ كلماته الرائعة التي تحملُ في طياتها ذكريات خلاصة لا أتمنى نسيانها، بكلِّ تاريخٍ كُتِب، وبكلِّ توقيعٍ واسمٍ قد ذُكر، عرفتُ حينها أننا في كثير من الأحيان نتذكر مواقف رائعة قد حدثت معنا، نتمنى لو أن باستطاعتنا الرجوع في الزمن قليلاً، مكان ما استوقفتنا ذكرياتنا السعيدة، أن نقلب كلَّ صفحة ونتذكر موقفها؛ كي نستشعر بلذة ذكرياتنا الرقيقة اللطيفة، لربما قد تكون صغيرة لكنها كانت تمنحني سعادة كبيرة، وكانت تحتويني بالأمان والطمأنينة والحبِّ الصادق.

## غداً ستُدركُ

ستُدركُ أنّك كنتِ لَوحدِكِ في معركةٍ مع أناسٍ لا تنتمي لكِ،  
أنّ لا أحد كان ولا سيكون سنداً لكِ إلّاك - كما قد قيل لي-،  
ستُدركُ أنّ انتِظارِكِ للأشياء الجميلة وانتِظارِكِ للسعادة لن تأتي أبداً ما لم  
تخلُقها بنفسِكِ،  
من أشياءك الصغيرة اصنع فرحة كبيرة،  
وثق لحظاتك السعيدة بمذكرة كبيرة،  
إملأها بالحبّ والسكينة والطمأنينة المنتشرة رذاذها، تأملها بذكرياتها  
الرائعة، اجعلها مسكنك قبل أن يجعل الحزن نفسه مسكناً لكِ،  
رحّب بالسعادة،  
وفا لتعيش هذه الحياة بكلّ تفاصيلها؛ فالحياة مرّة فلا تعيشها مرّة.

## أتعلم متى تنضبج؟

أدركت في أحد الأيام، أنّ لا علاقة للعمر الذي نعيشه سوى معرفة عدد  
السنين التي عشناها، وليس بمجرد أن تكبر سنة ستكون قد نضجت بها،  
فربّ ابن التسعة أعوام كبر قبل ابن التاسعة عشر عاماً، -أي أنّ الانسان  
يكبر بعقله لا عمره-،

حينما يدرك قيمة نفسه، ويللم شتاته الضائع،  
حينما يكف عن الانتظار، ويجعل لنفسه جناحين يخلق بهما في سماء  
عالمه الخاص،

حينما يخلق لنفسه كلّ ما أحبه، عندما يساعدها ويسعدّها بالقدر ذاته،  
حينما يمرّ بتجاربٍ فظة ويتخطّها، حينما يتعثّر ويفشل وينهض، حينما  
يتعلم مع كلّ حفرة وقع بها، حينما ينجو بمفرده من الغرق في متاهات  
الحياة.

حينها ينضبج!

## لن أعود كما كنت

لن أعود تلك الفتاة الهشة الضعيفة التي أي كلمة تتلقاها تكسرها، لن  
أعود كما كنت سابقاً..

سأجعل سعادتِي ونفسي أهمّ من أيّ شيءٍ آخر،  
سأُكفّ عن خلق آلاف الأعداء لكم، وسأجعل منكم مقولة "وجودهم جميل  
وغيابهم لا يضر"،  
سأتحكم بعقلي لا قلبي،

سأتي بقراراتي الصّائبة رغم ما سأتلّقاها منكم من صَفَعاتٍ مُتتالية،  
سأردّ الصّاع صاعين أو ثلاثة،

سأجعل لنفسي خياران: إمّا أنا أو أنا  
وسأكون ما أريده أنا، لا ما تريدوه أنتم.

## بكاء الليل

في الليل تبدأ دموعي بالسيلان كنهرٍ فاضٍ لتوه، ظلمته تُسدل من بين  
دموعي حتى الوسادة،

ترتعش أناملِي وتختلطُ أفكاري، حتى أهرع مسرعةً واضعةً وجهي تحت  
الوسادة!

تذكرت في تلك الليلة أن المجتمع الذي نحيا فيه مجتمعٌ قذرٌ للغاية، وأن  
الأماكن التي أُجبر على البقاء بها ما هي إلا فترةٌ وستمضي، وأن عيوني  
الجميلة لا تستحق البكاء، ونفسي الرائعة لا تستحق الرثاء كل مرة!  
يكفي أنها تحمّلت وصبرت وستنالُ عمّا قريب أجرها - بإذن الله -.

## غربة

الغربة موحشة..

أكانت غربتنا عن أوطاننا،

أو غربتنا عن أنفسنا،

الابتعاد عمن نُحِبُّ،

الاستشعار بالبرودة تجاه كل شيء،

تجاهل واستهوان،

سلام يُرد، وصمت يعم المكان، لا طاقة بعد للكلام!

## رَحِيل

في بعض الأحيان تعجزُ عن كلِّ شيءٍ، الشَّغفُ بالبقاء في هذه الحياة  
يصبح تحت الصَّفْر، تتعب أنت وروحك وجسدك، تريد المغادرة والرحيل،  
لكن لا مَهْرَب، ما من مكانٍ نذهب إليه نرتاح فيه ونلجأ إليه من  
متاعب الحياة وأسوتها، كلُّ مكانٍ يغدرُك!  
تقول له يا مرحباً سعادةً، يقول لك مع السلامة تعاسةً!  
لا حياة دائمة ولا نفسٌ تطيقُ البقاء، ودُّوا الرحيل جميعهم.

## رصاص الوحدة

أتعلم؟

أنَّ الحياة لن تكون عادلة يوماً ما!  
حينما تبكي ولا يراك أحد،  
تصرخ تطلب المساعدة لا أحد يلبّي نداءك، ولا أحد يسمع صوتك سوى  
الأربعة جدران في سجنك المظلم!  
حينما ترى الناس من حولك،  
حينما تمنح أحد الخير ولا تلقى منه سوى الشر،  
حينما يغزو جسدك رصاص كلام طائش،  
حينما ترثيك الجمادات على حالك الذي وصلت إليه،  
عندما يدبّ الليل مخاوفك مرّةً واحدة وتراها جاثمة على صدرك، لا تطيق  
التنفس،  
ويسحقك النهار بسهم حادّ تراه في لبّ قلبك!

## سأنهض

أتأمل وحدتي دائماً،  
لا عاد البكاء ينفع ولا الصمت حتى!  
جلتُ في سبني وحيداً أستبقُ خيالي،  
من نافذة صغيرة يشعُّ منها نورٌ باهت،  
وقيودٌ بين يدي،  
وسلالةٌ من الأفكار ترتطم بدماعي!  
لكن ما الجدوى بعد كلِّ هذا؟  
تعبت، لكن الحياة لن تقف لهذه المحطة!  
لو كنتُ مكبلاً مقيداً بين أربعة جدران،  
سأسعى،

سأسعى لأكون أنا الأفضل في كلِّ شيء؛ لأنِّي أستحقُّ أن أكون الأفضل،  
سأنهض من تحت الركام،  
سأكافح من أجل أحلامي وآمالي،  
من أجل نفسي سأحارب.

## نسيان

وماذا عن النسيان؟

أكان له مكان؟

بعد الوجع الذي التصق بقلبك،

لا طبيب يُداوي ولا جرح يلتئم!

الإهانة، المذلة، الكسر...

أكنت ستنسى؟

أتنسى من رمى بك في وادٍ تملؤه الذئاب؟

من كسرك ألف مرّة؟

من ودّ أن يطعنك بظهرك بحجة احتضانك؟

من جعلك تتمزق كورقة احترقت وأصبحت رماد؟

ويبقى السؤال، أكنت ستنسى؟

بالنسبة لي،

لن أنسى، لكنني أودّ أن أشكرهم لمروهم بهذه الطريقة، وبهذه الظروف التي

جعلتني أقوى.

## اجعل من الحلم حقيقة

اجعل نفسك ممن يحولُ الحلم إلى حقيقة!  
بمقدورك أن تنجح،  
أن تصبح ما تتمنى،  
بإمكانك تجاوز العقبات، حتى لو تعثرتَ قم وانهض وواصلِ دربك،  
اسعى لأن تكون،  
قد فعلتَ ما هو أصعب،  
ردد دوماً أنك تستطيع، أنك تستحقُّ الأفضل، أنك ستخلقُ من العدم  
وجوداً،  
من اللاشيء شيء!  
إياك أن تأتي كعبٍ لهذا العالم!  
اجعل لنفسك أثراً، كي لا تُنسى بعد الممات.

## تقبّل

صارح نفسك،

تقبّلها، حبّها، امنحها السّلام، احترمها،

قف أمام المرأة وامدح نفسك،

لا تنتظر مديح الآخرين،

ردد أنّك جميل، أنّك حسن الأخلاق، أنّك تستحقّ كلّ شيء جميل،

لا تلتفت للآخرين!

كلّ انسانٍ مُختلفٍ، أنتَ تختلفُ عن أخيك عن صديقك، كلُّ منّا مختلفٌ عن

الآخر، اختلافك هو ما يميّزك عنهم،

والذّكيّ منّا من يرى نفسه متفرداً،

تقبّل نفسك،

اجعل من اختلافك شيء مميز.

## لا أريد أحد

لم أعد أريد أحد،  
لا أريد أيَّ يدٍ تُمدُّ لي لتساعدني،  
سأذهب بنفسِي لعالمي الخاص الذي لا يوجد فيه أحدٌ سِوَاي!  
سأعيش بحرية هناك،  
لا نفاق ولا خداع ولا ناس،  
فقد كشفتُ الأقنعة التي يرتدونها، رأيتُ وجوههم الحقيقية النازفة بالكُره،  
وعلمتُ أنَّ كُلَّ واحدٍ منهم تهمه مصلحته فقط..  
بغرفتي بين كُتبي لوحدي،  
لا أريد أحدٌ منهم،  
وسأجعلُ كُتبي درعاً يحميني من زخاتِ الرصاص،  
وبقلبي سأحضرُ معركة الحياة.

## اقتنع وارضى

القناعة كنز،

من ملكها فقد ملك العالم بأسره..

ارضى واقتنع ولو كان ما تملكه قليل،

فالسعيد منا من جعل نفسه غنياً،

بنفسه لا بما يملك،

فرضي بواقعه واقتنع بما لديه،

عمل وتوكل ورضي بما قسمه الله له،

لم يقارن ما عنده بمن عند حوله،

اكتفى بما لديه، واقتنع به..

وَحَقًّا إِنَّ الْقَنَاعَةَ كَنْزٌ لَا يُفْنَى.

## سَلام

سَلامٌ لتلك الجروح غير الملتئمة حتى هذا الوقت،  
سلامٌ لتلك الروح التي أنهكتها التعبير،  
لكلّ كدمة طُبِّعت على جسدٍ كلّ مظلوم،  
لتلك النفس الصّامدة التي كانت ضائعة يوماً ما،  
لتلك الفراشات التي تحوم حول قلبك رغم الجروح النازفة،  
لبصيص الأمل المُشعُّ من صميم قلبك رغم الألم،  
سلامٌ لتلك المحطّات التي ذرّفت أطناناً من الدّموع فيها،  
لكلّ شخصٍ تحمّل ولم يقبل بالإستسلام وواجه الحياة بكلّ عزيمة واصرار،  
سلامٌ لروحك ونفسك،  
سلامٌ لك.

## حياة

حينما تتقدّم بالعمر ستزيد معرفتك بكلّ شيء،  
بأنّ لا أحد يستحقّ، وستظهر الأشياء -التي طالما كنت تظنُّ أنّها جميلة-  
على حقيقتها،  
وأنّ معظم الأحلام تبقى أحلام،  
أنّ الحياة لا تقف على شخصٍ ما، وستمضي معه أو معك أو بدونكما..  
لن تعود قادراً على البكاء، ستبكي دون دموع!  
سبباً لك الندم إن جعلت حياتك تمضي من غير أن تصنع شيء لنفسك،  
ستتعلم بأنّ أسراركَ التي احتفظت بها لنفسك لن تجرؤ على النطق بها،  
أنّ كلّ خيباتِ آمالكِ ستمضغها وتشعر بمرارة علقمها وحدك ولن يفهك  
أحد،

ولا أحد سيقف ويصفق لك،  
وأنّ روحك المتحطّمة لن يُجيد ترميمها أحد سواك.

## اعتراف

أصبحت كعصفور محبوس في قفص ضيق لا يستطيع النجاة منه،  
كطائر يريد النجاة من أمواج البحر الهائجة،  
أصبح شعور الخوف يطاردني أينما حلت خطاي،  
يदाي أصبحت ترتعش أكثر،  
وجفوني ترفرف كثيراً،  
أشعر وكأنني أصبتُ بشلل، لا أقدر على التحرك والكلام،  
أنظر الى السقف فقط..  
لم أعد أعرف هل أنا على قيد الحياة أم أنني أتنفس فقط؟  
أصبح الأمر أشبه بابتلاع جمرة!  
لكني أواسي نفسي،  
بأنها فترة وستمضي...  
لكني لا أعلم إن كانت هي التي ستمضي أم ستجعلنا نحن نمضي!

ثمَّ ماذا؟

ثمَّ ماذا؟ أبعَدَ أن كنتَ لي ملجأً يحتويني غدرتَ بي؟  
أنتَظِرُ مِنِّي اعتذارَ عمَّا بدرَ منك؟  
أستَوقِعُ مِنِّي أن أنسى ما عانيت؟  
أتعلم؟

سأطوي كلَّ الأوراق لكني لن أحرقها...  
حتى حينما تغلب عليَّ عواطفي أفتحها،  
وأذكّر مرارة الأيام التي مررتُ بها،  
كم مرَّةً طُعنْتَ،  
كم مرَّةً غُدرَ بي،  
كم مرَّةً خُذلتُ،  
ثمَّ ماذا؟

أتظنُّ أن المياهُ ستعودُ لجاريها؟

## هون عليك

هون على نفسك، لا تكن أنت أيضاً عدو نفسك،

كن واثقاً من نفسك،

لا تهتمّ لما يقولوا،

لا تهتمّ نظرتهم تجاهك،

المهم أنك تعرف من أنت،

الحياة قاسية جداً ولن تكون لينة معك ولن ترحمك أبداً،

لا تضغط على نفسك، ولا تُجبر نفسك على البقاء من أجل أحد،

ابق من أجل نفسك، وهون عليها فإنها دُنياً فانية.

## أصعب شعور

أتعلم كمية الحزن التي تحتويك حينما تنتظر شخص ولا يأتي!

حينما تنتظره لتكلمه فقط؟

ويذهب دون أن يوضح لك سبب غيابه في حين أنك كنت تكرّث كل وقتك

لأجله؟

حينما تنتظر منه رسالة واحدة فقط!

حينما تسمع صوت اشعار هاتفك وتبتسم رغم ما تمرّ به في الوقت

الحالي من ضغوطات وصعوبات، يجعلك تبتسم من تلقاء نفسك بشكلٍ

لا إراديّ...

مقدار الخيبة التي ستلقاه حينما تنتظره طول الوقت؛ لتحديثه عن تفاصيل

يومك بكل شوق وحماس

ولا يُجيبك،

ويصبح حماسك لهيب من النار تحترق في قلبك؟

هل يهون عليه حديثنا في كل تلك الأمسيات؟

هل تهون عليه كل تلك الضحكات التي ضحناها سوياً؟

والأهمُّ من ذلك؛

هَلْ أَهونَ أَنَا عليه؟!  
يبدو الأمر كذلك، لا مفرَّ مِنَ الحقيقة.

## من يُحبُّك

من يُحبُّك سيفهمك دائماً،  
وفي وقت اشتعالك سيطفئُ لهيب نارك،  
بوقوفه معك،  
بمواساته لك،  
من يُحبُّك سيقدرُك،  
سيمنحك قلبه بدون مقابل،  
سيكون هو أنتَ، وأنتَ هو،  
من يُحبُّك لن يطعنك،  
من يُحبُّك،  
سيحبُّ عيوبك قبل محاسنك،  
من يُحبُّك سيجعلك الأوَّل في حياته،  
سيدافع عنك،  
ولن يخونك مهما حصل،  
سيبقى معك،

سُيُغَطِّيكَ بِرَمَشِ عَيْنِيهِ،  
وَسَيُكُونُ لَكَ حُضُنٌ دَائِيٌّ.

## انطفاء

سيخمد شعورك تدريجيًّا  
في الأشياء التي نتمناها وتبقى أمنيات،  
في الأحباء الذين أصبحوا غرباء،  
في تلك الليالي التي نمنّا بها بعد رحيل شخصٍ ما،  
في رغبتك في البقاء في هذه الحياة،  
في كلِّ شيءٍ...  
ستخمد نيران قلبك لحظةً لحظةً،  
ستنطفئ الحياة،  
في نظرك أنت ستنتطفئ،  
لكنك مجبوراً على البقاء بها،  
مجبوراً على مواصلة دربها،  
مجبوراً على تذوق جرعاتها المرة،  
عليك أن تواصل، فلا مجال للاستسلام في هذه الحياة،  
إن استسلمت فقد خسرت.

## صمت

يُريدوا مِنَّا الإفصاح عن تلك الأحزان بداخل قلوبنا،  
يظنون أن التنازل قد يكون سهلاً،  
لكنه أشبه بمضغ صخرة!  
لكن لم يعد ينفع شيئاً،  
أصبح الصمتُ رُكنًا أساسياً في تلك الحياة،  
كانت الحياة كبئر عميق،  
كلما دخلت لقاعه أكثر، قلت فرصة نجاتك منه،  
وأسئلتها صعبةً جداً  
من اجتازها فقد كسب ومن لم يتناسها فقد حُرِم.

## انتهاء

الحزن قيدي، دخل لب قلبي، جعلني أسيراً فيه، لا أستطيع النهوض!  
نعم، هكذا ستكون حياتك،  
إن جعلت أحد يسيطر عليك، فإنك لن تعيش كيفما تشاء أبداً، ستظل  
حبيساً داخلك، ونفسك ستتهار عمّا قريب لا محالة!  
انهض، قاوم، عيش كما تريد، لا تنظر إلى تلك وذاك، اكتفي بنفسك!، لن  
يرمم بقاياك أحد سواك، أنت فقط من تستطيع، أنت سند نفسك، لملم  
شتاتك الضائع، وانهض من أجلك.

## آراء

لكلِّ منا آراء تختلف عن الآخرين،  
رأيك يختلف عن رأيي  
ورأيي يختلف عن رأيك،  
وكلُّ منا حرٌّ في رأيه، ولا يحقُّ لأحدٍ الاعتراض،  
علينا أن نحترم آراء بعضنا البعض،  
ربّما هناك فكرة تريد اقناعي بها وأنا أراها من ناحية مختلفة عنك..  
كلُّ منا ينظر من زاويةٍ مختلفة، وهذا يُميّزك.

نور

على شرفة النافذة أنظر إلى بصيص الأمل المنطفئ داخلي،  
إلى كل الأشخاص الذين رحلوا،  
إلى من منحته قلبي وكسره،  
إلى من انتشل قطعة من قلبي وبقي مكانها فارغ،  
هب النار في صميم فؤادي،  
القطعة التي على يسار صدري كادت أن تتوقف عن عملها،  
لكنني جعلتها تكمل مهمتها،  
لن أجعلها تتوقف أبداً...

أشعلتُ ذاك النور،  
نظرت إلى الناحية الأخرى،  
نعم! إلى نفسي،  
أنا أستحق أن أعيش، أستحق حياة جميلة، سأصنع الأشياء التي تهواها  
نفسي،  
لن أنكسر من أي شيء، أنا قوية.

## تائه في الحياة

وقفتُ تائهاً، أفكاري ترتطم ببعضها،  
لا أعلمُ أيَّ طريقٍ أسلك!  
لا أعلمُ أين ستكون المعركة الثانية!

نسيتُ سيفي،  
جوادي لم يبقَ معي،  
أسروه!

لكني لا زلتُ أناضلُ وأحاول،  
أحاولُ ألا أقع وإن وقعت أنهض من جديد،  
بدون سيفي وجوادي،  
أصبحت أواجه الجميع بقوة نفسي وعزتها.

## لقد بهت كل شيء

لم يعد هناك شيء جيد، أصبح كل شيء باهت،  
كُسر قلبي ورُميت روحي،  
أرثي نفسي،  
أتمسك ثم أنهار،  
أحاول أن أتجاوز لكنني أضعف،  
أحاول جعل كل تلك الذكريات تتلاشى، لكنني أرى أن نفسي من  
تتلاشى،  
لم أعد أقدر على التحمل،  
سأحاول فقط أن أتشبث بروحي علها لا تهرب مني كما هرب البقية دون  
سبب،  
كما ذهب الذين أحبهم،  
كما رحلوا وتركوا قلبي يعاني وحده، في أكثر الأوقات التي كنت بحاجة  
إليهم.

## لا تَمَسِّك

لا تَمَسِّك بِأَحَدٍ، فَلَا أَحَدٌ دَائِمٌ لَكَ،  
إِيَّاكَ وَالتَّشَبُّثُ بِأَحَدٍ،  
فَبِقَدْرِ مَا تَمَسِّكُ بِهِمْ بِقَدْرِ مَا سَتُنْكَسِرُ،  
لَا أَحَدٌ يَدُومُ لِأَحَدٍ،  
إِنْ تَشَبَّثْتَ فَسَتَأَلَمُ،  
سَيَتِمُّ سِحْقُكَ،  
وَسَتَتَجَلَّى بِأَفْكَارِكَ اللَّعِينَةُ تِلْكَ،  
حِينَهَا مَنْ سَيَفِئُكَ أَسْرَكَ؟  
هَلْ مِنْ تَرَكَّكَ بِإِرَادَتِهِ سَيَعُودُ؟  
هَلْ مِنْ كُنْتَ بِنَظَرِهِ مُؤْذِي وَتُهْدِرُ مِنْ طَاقَتِهِ سَيَمْنَحُكَ مَفَاتِيحَ تِلْكَ الْقِيُودِ  
الْحَدِيدِيَّةِ؟

أَتَفْتَكِرُ أَنَّ مَنْ تَشَبَّثَ بِهِ وَأَحْبَبْتَهُ وَمَنَحْتَهُ قَلْبَكَ سَيُحِبُّكَ بِالْقَدْرِ ذَاتَهُ؟  
تَمَسِّكُ فَقَطْ بِاللَّهِ، فَوَاللَّهِ دُنْيَا فَانِيَّةٌ، وَلَنْ يُحِبُّكَ أَحَدٌ أَكْثَرَ مِنْ حُبِّ اللَّهِ  
لِعِبَادِهِ.

## أيهما أنت؟

في كثيرٍ من الأحيان ترى الحياة مُملةً بوجود شخصٍ تراه كالنار يطلق الشرار، ويكون كالرصاص مُحترق الأجساد، تستشعر بحرقه كُلما تذكرته،  
وحيثما تتكلم عنه، تتكلم بفضة واشتعال لخذه إياك.  
ونادراً ما تكون الحياة جنةً بوجود شخص تُحبه، تلقاه مرّة، ويكون في قلبك كالثروة لا يُقدّر بثمن، تلقاه معك في المرّة قبل الحلوة، يكون له أثر

جميل.

فأيهما أنت؟

## زهور

هنالك من يغدو في حياتك كالزهرة الصّغيرة، تدخل قلبك دون أشواك،  
بنموك تنمو، تلك الأزهار تنبت في قلوبنا حديقة ورود مليئة بالتفاؤل  
والأمل، لتجعلك تقتدي بها في الحياة، تكون ملجأنا الذي يحتوينا،  
وتكون روحنا التي نحميها، وسلامٌ على تلك الزهور الجميلة، سلامٌ على من مرَّ  
بها، وأدخل لقلوبنا سعادة وأُنبت أضعافها..

حينما تُدخلنا الحياة لِمَآزِقٍ جمّة ندخل لهذا المكان المليئ بالورود الملوّنة،  
نتحدّث معهم كحديثِ الأمِّ مع طفلها، فتُزهر الحياة حنيّةً وأمنٍ وسلام،  
فسلامٌ لتلك الأرواح الجميلة.

## العجز

كم هو مؤسف شعور العجز!  
العجز بالكلام أمام صديقتي التي وقفت معي في كلّ الأوقات،  
شعور العجز بفعل أيّ شيء من أجل إدخال البسمة على قلبها،  
شعور العجز بالذهاب إليها، بالمسافات التي بيننا من حواجز  
واستراحات.  
شعور العجز أمام الأشياء التي أحبها،  
أمام نفسي!  
أمام ما يختاره قلبي،  
شعور العجز بكلّ ورقة وقلم، أحمل القلم وذاكرتي تعجز بالإتيان  
بالكلمات،  
شعور العجز أمام كلّ ما أملك.  
مؤلم هو شعور العجز،  
شعور الانطفاء والانكسار،  
الشعور بالرغبة العارمة بالبكاء مع وقت انتهاء كلّ العبارات.

## لا تكن متاحاً

لا تكن متاحاً أكثر من اللازم، ولا تكن متاحاً للجميع، اجعل لنفسك

مساحة خاصة بك،

لنفسك فقط، لا تطلع أحداً عليها،

إن أتحته للجميع فسيفرون منك،

وإن أتحته أكثر لشخص ما ولم تحفظ ببعض الخصوصية لنفسك فتذكر أنه

سيتركك عاجلاً أم آجلاً،

الذي تظنه ليس كمثل البشر، وجعلته صديقك المفضل في النهاية سيتخلى

عك كالأخرين، سيعود غريباً حينما يمل منك، لا تظن أنه استثنائياً،

ولا تنظر للأمور دائماً من ناحية جيدة، كأن تقول أن هذا الشخص ليس

كمثل أحد، أو أن تضع ثقة عمياء في شخص ما؛ ففي داخل كل شخص،

شخص لا تعرفه أبداً.

## لا أريد أن أكبر

لم أعد أريد حياة الكبار، أريد أن أرجع صغيراً، أن أذهب إلى مدرستي  
الإبتدائية وألعب مع صديقاتي لعبة الغميضة، أريد أن أختبأ وراء تلك  
الشجرة الضخمة، أن تعود لي ابتسامتي وفرحتي بإنهاء آخر الحصص  
الدراسية؛ كي أعود إلى المنزل وأدق الباب برقة، أن أذهب إلى حضن والدتي  
وأسألها متى سيجهد الغداء،

أريد أن تعود لهفتي بإتيان العيد، بشرائي لملابسه، وتنويمها في تلك الليلة إلى  
جانبي،

أريد أن تعود لي حياة الصغار،  
أحنُّ إلى تلك الأيام الجميلة، إلى تلك الأيام التي لم أكن أعرف فيها أي  
شيء عن هموم الحياة وصعوبتها وقسوتها،  
أريد أن أعود طفلة.

## مهما كُنَّا

مهما كُنَّا أقوياء، ستأسرنا مواقف وتجعلُ منا أشخاصَ ضعفاء،  
مهما كُنَّا صامدين في كلِّ موقفٍ كصمود الجبال، ستَهزنا نسمة من  
كلام أو أفعال،

ولكن،

مهما هزتنا تلكَ النَّسائمِ سنعود أقوى من قبل،  
سنعود أفضل، وأكثرَ حكمة،  
مهما جعلتنا الحياة نتعثَّرُ بكلِّ خطوةٍ نخطوها إلى الأمام، سننجح  
ونصبح أفضل مما كُنَّا عليه،  
فالطريق الوعر سيجعلك تحسب خطواتك الأمامية التي ستسيرها،  
وستجعلك تصبُّ تركيزك بالكامل على هدفك، لذلك لا بأس إن تعثرت  
وفشلت، لكن الأهم أن تعاود المحاولة وأن لا تستسلم.

## تأملات

تأمل، فقط تأمل وفكر، اجلس مع نفسك برهة، تأمل كل الأشياء من حولك، سيجعلك ذلك أكثر هدوءًا وتركيزًا،  
لن تعرف الحياة على حقيقتها إلا حينما تتأمل، سر في ذلك الطريق،  
واصل دربه لا تستسلم، ستتعلم من كل شيء، تأمل خلق الله، تأمل ذاتك،  
انفرد خلسة وتأمل بعمق، واسأل نفسك تلك الأسئلة التي تدور ببالك كل يوم، تعمق في مفهوم الحياة، حقق لنفسك السلام، واختر راحة البال.

## تَخَلَّى

لا تجعل نفسك عبأً على أحد، لا تُجبر نفسك على البقاء في الأماكن التي  
لا ترغب بها ولا يرغب بك أحد فيها،  
لا تبقى و تَخَلَّى،

تَخَلَّى عَمَّن لا يرغب بوجودك، تذكر أن لا أحد يشعر بقيمة الشيء إلا بعد  
فُقدانه،

وإن لم تجد تلك الأماكن التي تبحث عنها، فاطمئن لأنك لن تجدها، لن  
تجد أو تحصل على شيء قبل أن تدفعه ثمنه غالياً، اخلق أماكنك التي  
ستحتويك وتمجيك من العواصف بنفسك، ولا تُركن أو تثق على أحد في  
صناعتها؛ فالكل قادر على غشك في بنائها، في حين لو أنك صنعتها  
بنفسك - وهذا ما يجب عليك فعله - فأنت لن تغش نفسك، ولن تتخلى عنها،  
ولن تجعل أعمدها تنهار، ستخلقها وستمنحها الحب والطمأنينة والسلام.

## ابتعد وأنجز

ابتعد عن العالم، خصّص وقت لنفسك،  
جرب أن تترك هاتفك يوم يومين أو حتى ثلاثة...  
ابتعد عن كلّ مواقع التواصل الاجتماعي،  
اعزل نفسك، افعل كلّ الأشياء التي تودّ فعلها، افعل كلّ شيء تحبّه،  
ستلاحظ الفرق، ستلاحظ أنه لديك الوقت كافي لفعل كلّ ما تريده لكنه  
كان ضائع منك،  
ستعلم كيف تدير وقتك، وستنجز مهمّاتك التي تريدها، ستشعر بالفخر  
لأنك حققت شيء لذاتك.

## لترتاح

لترتاح، اتعب

لترتاح غداً، لا بدّ لك أن تتعب اليوم،  
اتعب كثيراً في هذه الأوقات، حتى ترتاح عمراً،  
إن أردت أن تشتري راحة بالك يجب أن تدفع ثمنها،  
وثنها وقتك، وجهدك، وعملك،

-تعبت في نهارك؟

سترتاح في ليلك.

-تعبت في صغرك؟

سترتاح في كبرك.

تعبك في غرس شجرة الإعتناء بها في صغرها، ستأكل منها حينما  
تنضج، كذلك الإنسان كلما أحسن عمله وتعب به اليوم، ارتاح أكثر في  
الغد.

## بِمَكُونِكَ

"بإمكانك فعلها"

ثبَّتْهَا، اكتبها على الحائط الأمامي في غرفتك؛ حتى كُلَّمَا تَنْظُرُ إِلَيْهَا  
تتذكَّرُ أَنَّهُ بِإِمْكَانِكَ أَنْ تُحَقِّقَ هَدَفَكَ، بِإِمْكَانِكَ أَنْ تَوَاصِلَ دَرَبَكَ تَسْعَى لَهَا،  
أنت تستطيع،

نعم، بإمكانك

بإمكانك تَخَطِّي كُلِّ الْعُقَبَاتِ،

بإمكانك تجاوز فشلك، فَمَا بَعْدَ الْفَشْلِ إِلَّا نَجَاحٌ،

بإمكانك أَنْ تَنْجَحَ فِي حَيَاتِكَ الْعَمَلِيَّةِ وَالْعِلْمِيَّةِ طَالَمَا آمَنْتَ وَوَثِقْتَ بِأَنَّكَ

تَسْتَطِيعُ.

وتذكَّرْ،

بإمكانك فعلها، إِيَّاكَ وَالْإِسْتِسْلَامَ.

## من أجلي

من أجلي،  
من أجل نفسي وعزتها،  
من أجل كرامتي،  
من أجل نفسي،  
سأصنع كل ما أهواه، سأفعل كل ما أقدر عليه،  
سأنجح، سأبقى أحارب ولن أستسلم أبداً،  
من أجلي ولنفسي فقط،  
سأفشل وأعود أحاول مراراً،  
سأنهض بعد كل عثرة،  
لن أياس،  
لن أحزن على ما مضى،  
سأجعل من كل الماضي دافع قوة للمستقبل،  
سأقاوم من أجلي فقط.

## أُحِبُّ كَوْنِي أَنَا

أُحِبُّ كَوْنِي أَنَا، أُحِبُّ كَوْنِي لَمْ أَتَغَيَّرْ بِلا سَبَبٍ، أُحِبُّ كَوْنِي رَافِقْتُ  
أَشْخَاصَ غَدْرُونِي وَلَمْ أَفْعَلْ مِثْلَهُمْ، كَوْنِي انْسَانَ طَيِّبٍ يُحِبُّ الْخَيْرَ لذَاتِهِ  
وَلِلْآخِرِينَ،

أَنِّي لَا زِلْتُ مُتَمَسِّكًا بِأَخْلَاقِي فِي هَذَا الزَّمَنِ وَلَنْ أَفْلِتَهَا أَبَدًا،  
أُحِبُّ كَوْنِي مَرَرْتُ بِكُلِّ مَا مَضَى، مِمَّا جَعَلَنِي أَقْوَى،  
كَوْنِي أَلْتَمَسُ الْأَعْذَارَ لِلْآخِرِينَ بِمُحَدَدٍ،  
كَوْنِي أَضَعُ الْقَوَانِينَ لذَاتِي وَلَا أَتَخَطَّى خُطُوطَ الْآخِرِينَ،  
كَوْنِي أَبْتَسِمُ وَأُرْسِمُ الْإِبْتِسَامَةَ عَلَى الْوَجْهِ،  
كَوْنِي أَنَا،  
مَا عَلَيْهِ الْآنَ،  
كَوْنِي أُحِبُّ ذَاتِي وَأَمْنَحُهَا كُلَّ مَا تَرَعْبُ بِهِ.

## تفاصيل

أعشقُ تلكَ التفاصيلِ الصغيرة،  
التي تمنحني المحبة، الحنان، تمنحني السعادةِ الطفوليَّة،  
التفاصيل التي تأتي بعفويَّة،  
تأتي دونَ مُقابلٍ وبالصدفة،  
تبقى صغيرة وبسيطة، لكنّها تعني لي سعادةً جميلة،  
تلكَ التفاصيل، كقيلة بأن تمنح قلبي بهجةً كبيرة.

## تَنكَّرُ

عَلِمْتُ مِنْ خِلَالِ التَّجَارِبِ الَّتِي مَرَرْتُ بِهَا، أَنَّ الْحَيَاةَ كَحَفْلَةِ التَّنكُّرِ، وَجَمِيعِ  
الْأَشْخَاصِ بِهَذَا الزَّمَنِ مُتَصَنِّعُونَ، يَرْتَدُونَ أَقْنَعَتِهِمُ الْمُزَيَّفَةَ، لَا أَحَدٌ مِنْهُمْ  
حَقِيقِيٌّ، وَشُعُورٌ صَعْبٌ أَنْ تَدْفَعَ الثَّمَنَ مُقَابِلَ صِدْقِكَ، طَيِّبَةَ قَلْبِكَ، وَحُسْنِ  
نَوَايَاكَ،

كُلُّ يَعْمَلُ بِأَخْلَاقِهِ، لَكِنْ يَوْجَدُ مَجْمُوعَةً كَبِيرَةً مِنَ الْبَشَرِ لَا تُقَدِّرُ وَلَا تَهْتَمُّ بِكَ،  
لِذَلِكَ لَا تَمْنَحُ أَحَدًا مَكَانَةً أَكْبَرَ مِنْ قِيَمَتِهِ، وَكَمَا قِيلَ "بَعْضُ النَّاسِ  
كَمَسَائِلِ الرِّيَاضِيَّاتِ الْحَلِّ طَوِيلٍ وَالْقِيَمَةِ صَفْرٍ".

"كلما منحت شخصاً مكانة أكبر من قيمته، وزادت مكانته في قلبك وارتفعت أكثر، سيكون السقوط مؤلم جداً، وسيوجعك أنت وحدك أكثر"

آية حامد.

"روحك المتحطّمة لن يُجيد ترميمها أحد سواك."

"لَمِ شَتَاكَ الضَّائِع، وَاَنْهَضَ مِنْ أَجْلِكَ."

"كُنْ مُتَفَرِّدًا مُخْتَلِفًا مُمَيِّزًا."

"وتذكّر،

بإمكانك فعلها، إِيَّاكَ والاستسلام."



تَمَّتْ.





القِطْعَةُ الَّتِي عَلَى يَسَارِ صَدْرِي كَادَتْ أَنْ  
تَتَوَقَّفَ عَنْ عَمَلِهَا، لَكِنِّي جَعَلْتُهَا تُكْمِلُ  
مَهْمَتَهَا؛ لَنْ أَجْعَلَهَا تَتَوَقَّفُ أَبَدًا.

آية عماد حديد