الرواق للنشر والتوزيع

نرمين نعمان

الكتاب الأسود

للنشر والتوزيع

الكتاب الأسود

" الكتاب الأسود " الذي بين يديك الآن يُشبه الصُندوق الأسود الموجود بالطائرات لرصد كافة خبايا وتفاصيل الرحلة، والذي للأسف، لا يظهر إلا بعد وقوع الكارثة وفوات الأوان ..

يُعد هذا الكتاب مُحاولة شيقة ستساعدك على قراءة صندوقك الأسود الخاص برحلتك، رحلة الحب والزواج، والعشق والجنس، سترى فيه أسرارًا إن عرفتها الآن فقد توفر عليك وقوع الكوارث والحوادث المتلاحقة أو على الأقل الحدّ والتقليل من آثارها ..

تشريح مُحايد وصادم للنفس البشرية بما فيها من غموض، ما لا تستطيع الأشعات الطبية إظهاره ولا التحاليل المعقدة كشفه ، ما نجهل معرفته عن أنفسنا وعن طبيعة الأشخاص من حولنا ، أو نتجاهله فنصطدم بواقع الحياة في حيرة وألم ..

نرمين نعمان ..

كاتبة مصرية حاصلة على بكالوريوس اقتصاد وعلوم سياسية من جامعة القاهرة .. باحثة ودارسة في علم النفس ودراسات التنمية البشرية، والبرمجة اللغوية العصبية ، وتدريب الحياة، والعلاج بخط الزمن ..

EL Shorouk الشروق
9789775153661 LE25.00
الكتاب الاسود

للنشر والتوزيع

الكتـاب الأسود

نرمين نعمان

الرواق للنشر والتوزيع

الكتاب الأسود
نرمين نعمان
■ الطبعة الأولى..... مايو 2015

الغلاف: أحمد مراد
التصحيح اللغوي: جمال أبوزيد
رقم الإيداع: 2015/9321
الترقيم الدولي: 978-977-5153-66-1
جميع حقوق الطبع محفوظة

3 شارع إدريس – أول شارع الوحدة – إمبابة – الجيزة
هاتف وفاكس: 33100951 (202)
محمول: 01147379183
rewaq2011@gmail.com
facebook.com/Rewaq.Publishing

شكر

إلى كل من خذلوني في حياتي ونجحوا في تشويش كل ما ظهر منها كجميل وبريء.

لكل من تسبب في اختلاط المعاني وفقد الثقة في جميع القيم والمشاعر والتخبط حتى فقد الهوية.. هؤلاء هم معلميَّ الحقيقيون الذين قادوني من مراحل الشكّ الذاتي لليقين في نفسي والقدرة المتجددة على البقاء.

ملهميَّ ومفجري ثورة الاختلاف من رحم معاناة متكررة، أنضجت روحي، وأجهضت جميع بلاهاتي وسذاجاتي اللامتناهية..

شكرًا لكل من اغتالوني من خلفي فأعادوا لي الحياة بعد أن فقدت جميع شرايينها، فولّدت مزيجًا من الخبرات والإدراك لماهيَّة الإنسان وحقيقة انتمائه لذاته.

مرشديَّ في رحلتي من الخيال الزائف للواقع الحقيقي الملموس، ومن المجهول المبهَم للمعلوم والأصل..

أقدِّم وافر الشكر والعِرْفان... لولا إسهاماتكم في خداعي منذ الطفولة ما بنيت نفسي حتى النضوج.

مقدمة

فجأة وبدون سابق إنذار حدّقت عيناي في المرآة كأني أراني لأول مرة!

لم أرَ هذا الوجه ولا هاتين العينين أبدًا من قبل، ذاك الشحوب والهزال، كأن الدماء لم ترتفع قطُّ منذ زمنٍ لتلك الخلايا.

تمنيت أن يقف الزمن بي لحظة، لكن اعتيادي لعدم تحقيق أمنياتي صار أمرًا عاديًّا ومألوفًا..

لكن حدث ما لم أكن أتوقّعه!

لقد توقف الزمن بالفعل، ولا أكاد أشعر بقدَمَيّ تلمسان الأرض التي أصبحت فجأة رخوة ككُتَل قُطن هشّة.

أنا في حالة استيقاظ ووعي، أم نوم وخلل لا واعٍ؟

للأسف الإجابة في غاية الصعوبة لأن عقلي توقف كليًّا عن العمل وأصبح مُخي عاجزًا عن التفكير.

ما هذا الخوف المهول الذي يحيط بي من أعلى رأسي لأخمص قدمَيّ؟!

أهو خوف من مجهول مبهَم، أم معلوم مكبّل بما لا أستطيع تحمُّله أو مواجهته من تلك الإملاءات والواجبات والإلزاميات، من الإجبار إلى الاضطرار التي حتمًا تؤدّي للشعور بالعجز التامّ.

مئات من أعشاش الدبابير أتحاشاها خوفًا من لدغاتها المؤلمة غير المميتة مما يجعلها أكثر ألمًا وأطول معاناة.

أكنت أجهل كل هذا أم أواريه وراء كثبان رملية كثيفة، وأنا على يقين من انقضاء عمري قبل أن تتطاير تلك الكثبان الراكدة.

ولكن ليس بيقين في هذه الدنيا غير حقيقة الموت، وها هي تلك الكثبان تتطاير، وها هي الحقائق العارية لا سترة لها بعد الآن.

أَحَقًّا أنا بهذا الكمّ من الاستسلام والجبن من مواجهة ذاتي لدرجة عدم نظري في تلك المرآة طوال هذه السنين؟!

مبدئيًّا تلك قد تكون أول حقيقة أو صدمة لاطمة جعلتني أتشبث بفرصة معرفة الكثير عن نفسي.

تابوهات طالما نخشى مواجهتها.. أشياء دفينة وغامضة وأخرى نتكتم عنها حتى عن ذاتنا.

ما بين يديك الآن سُمِّيَ "الكتاب الأسود"، فاللون الأسود واضح ومباشر لا يمكن اختلاطه بألوان أخرى شبيهة، ولا يمكن إغفاله أو إنكار وجوده، فهو لاذع لكنه ظاهر دائمًا.

لذلك عَلق بكل ما هو جدّي ومهمّ، تمامًا كما الصندوق الأسود المخبأ في الطائرات لرصد كل الخبايا والتفاصيل، ولكنه للأسف لا يظهر إلا بعد وقوع الكارثة وفوات الأوان..

الكتاب الأسود محاولة لك أن تجد صندوقك أنت الخاص بك بما فيه من كل التفاصيل والأسرار التي إن سمعتها ووجدتها الآن فقد توفّر عليك وقوع الكوارث والحوادث المتلاحقة أو حتى الحدّ والتحجيم من حجم الخسائر المتتالية عليك.

تشريح محايد وصادم للنفس البشرية وما بها من غموض، ما لا تستطيع الأشعات الطبية إظهارة ولا التحاليل المعقدة معرفته.

ما نجهل معرفته عن أنفسنا وعن طبيعة الأشخاص حولنا فنصطدم بواقع الحياة في حيرة وألم ولا نقوى حينها على مواجهة تلك الأخطاء

التي نرتكبها في حق أنفسنا وحق من نقابلة في طريق الحياة.. تلك الحياة بمراحلها المركبة من حب وزواج وطلاق.. لعمل ومستقبل وتوقعات.. ما نقابلة من علاقات غير مفهومة في تلك الرحلة الطويلة إلى إحتياجاتنا من مسكن ورليف وعاطفة وجنس مروراً بكل تقلباتك النفسية التي نعجز عن تفسيرها أو فهم ماهيتها.. لكنها حتماً مؤثرة، مسيطرة ومتحكمة..

فإن كنت تنتظر أن تقرأ كلمات "حنينة" تواسي مأساة النفس البشرية، أو تناقش أحوالك وظروفك، أو حتى هدهدة لثورات الاكتئاب المتكررة التي أصبحت الآن أكثر استئناسًا لنا من القطط، أنصحك بعدم القراءة؛ لأنك لن تجد سوى حقائق تبدو مفاجئة قد تزلزل بداخلك ما أسميته بقواعد حياة، أرسيتها بنفسك كوسيلة مؤقتة "بنج" تحتاج دومًا للتجديد، لتجد سبلًا للتعايش والتحمل، مدركًا تمامًا أنها زجاجية هشة "متلصمة" بمنتهى الحذر والحرص، مجاهدًا طوال حياتك ألا تهتز كي لا تنهار ويظهر تحتها ما طالما هربت منه وخشيت مواجهته..

أنت!

ذلك الكائن على طبيعته بسوءاته ومساوئه، وتناقضاته التي تتجاوز حاجز الشذوذ، وخروجه الأعوج عن كل ما هو مألوف وطبيعيّ.. رغباتك ونزواتك غير المفهومة التي طالما بحثت لها عن ثوب العفة ليُخفيها.

إن لم يحن الوقت بعد للمواجهة أو حتى الاطلاع عليها، فعليك باستبدال كتاب آخر مثل (دليلك للحياة السعيدة) أو (أسرار ليلة الدخلة) بهذا الكتاب الذي تحمله بين يديك الآن.. وعن نفسي أرشح لك (كيف تكون مليونيرًا في ٧ أيام) لتضمن استمرار حالة الإنكار والرفض لرؤية حقيقة صادقة مُحايدة.

لا توجد إجابة خطأ أو صواب..

يظل الاختيار لك وحدك.

شاربٌ هشّ ونهد وليد

«أحلام المراهقة الوردية»

بنت في الإعدادية بلغت وتوردت، ١٤ عامًا يحتفل كل ما فيها بمعالم النضوج الجسدي والتمرد العقلي والفكري.. توهجت للخروج من حيّز الطفولة إلى حرية المراهقة والبلوغ.

تنفقد كل ما هو جديد في هذا العالم بانبهار كولومبوس لاكتشافه قارّة أمريكا.. ما هذا الجسد وما هذا العقل المختلف، تلك الأفكار المتدفقة كبركان أغلبه نيران حارقة ولكنها جميلة، تشعل فيها شعورًا غريبًا لا تدركه حتى تفتح معجمها الدفين ويضيء بداخله كلمة "أنثى"..

شيء طبيعي فطري وجميل... إحساس نقيّ بالبراءة يمتزج بنعومة وسحر شديد البكارة.

ينفجر التفاؤل والأمل دون شرط.. أحلى سنوات عمر الإنسان وهو يشعر بأنه في انتظار السعادة القادمة بل المؤكّدة في عمره المقبل. جميع الشواهد تؤكد على ذلك بل يصل بها اليقين للتحليق في تفاصيل الخيال حتى ترسخ في مخيلتها كحقيقة صلبة بكل ما فيها من ألوان حب ومشاعر

وحياة رغدة لا ينقصها شيء بإداركها البكر.

وتتركز سعادتها في الانتظار!

رغم أن الانتظار عادة في طبيعته مملّ، مهلك ومهدر لكن في تلك السنوات للانتظار متعة خاصة.

تُجسد أحلامها وأمانيها وتهبها حياة حقيقية تعيش بها في أحلام يقظة متواصلة حتى الكمال في كل شيء، واتخاذًا لمبدأ "استبشر خير" و"الأحلام مش بفلوس" فتضع بكل ما أُوتيت من إبداع صورة خلابة لفارس أحلامها المغوار.

تلك المشاعر اللا نهائية التي لا تنضب أبدًا حاملة بين كفيها ضمانًا دنيويًا أبديًا، بالرغم أن الدنيا بأكملها ستنتهي يوماً.

تبدأ في نسج خيوط عمرها كل ليلة تتخيله وتسمع أحاديثها معه وكيف ستصل أخيرًا لتذوق تلك المشاعر الساحرة بنهم.. تلك المشاعر المساة بالحب.

هذه الحالة.. ذلك الوَلَه والعشق والجنون الذي طالما تغنى به مطربوها المفضلون، وتنعَّم به أحلى الممثلين في أفلامها المفضلة ودواوين الأشعار والأزجال الحالمة التي طالما أضاءت أفكارًا وأثّرت فيها بشكل فتاك، مفرزة في عقلها مكونات الصورة والمشاعر الواجب توافرها، وضرورة البحث المميت عنها فهي السبيل الأوحد لسعادة متناهية حتى أصبح شغلها الشاغل هو البحث المضني عن تلك الحالة بغضّ النظر عن أي شيء آخر.

يساهم الفن؛ خصوصًا الرومانسي جدًا من أشعار وأفلام وأغانٍ، في تشكيل وتكوين حالة شعورية متدفقة دائمًا مناسبة للفنون، لكن تكون بمنتهى المبالغة إذا تم استقطابها للواقع، والفتاة المراهقة في مثل هذه الظروف

النفسية والهرمونية والجسدية الجديدة التي تتورد بالمبالغة والمشاعر الفائرة تنجذب نحو تلك الفنون كمسلّمات، وليس كفنٍّ من إبداع وخيال صانعيه.

فنجد العندليب الأسمر عبد الحليم حافظ يتغنى بأروع معاني الحب والغرام ويشدو بـ"بحلم بيك أنا بحلم بيك وقد ما عمري يطول يا حبيبي هاستناك على طول"..

طبعًا بالعقل البكر والأنوثة المستجدَّة والمشاعر الفائرة غير المرتواة بعد، تتيقن بضرورة رؤية الحبيب بالأحلام (حتى لو لم يكن له وجود لكن الحلم موجود والشخص بهيئته واقع، حتى لو لم ترسم ملامحه بعد!).

وأيضًا حتمية انتظار الحبيب لها دائمًا وأبدًا فهي خُلقت لتجده وتنعم بهناءة "قد ما عمرها يطول"..

زي ما قال عبد الحليم بالظبط!

أما تضحيات الأبطال من أجل الحب السامي في الأفلام والروايات وغرام البطلات المحفور بالصخر لأجمل قصص الحب الأبدية فلا محالة من الهرب منه والتعلق بكل ما فيه من هناء ونعيم لا ينتهي.

والحياة يجب أن تظل دائمًا وردية حالمة بمنتهى السعادة والرومانسية، فهذا هو النمط الوحيد المتعارف عليه..

هذه ليست حالة هجوم على الإناث في سنّ المراهقة، ولكن كشف وتسليط ضوء عن كيفيه بدء تشويش الرؤية والإدراك في حياتنا.

وكي نكون موضوعيين ومحايدين أيضًا، فلنذكر مدى توتر وتخبط فترة المراهقة عند أيّ فتاة بسبب هرمونيّ بحت ليس لها يد فيه ولا معرفة مسبقة كي تحتويه وتتجنب شطحاته بمبالغاته.

عندما تنمو الفتاة من مرحلة الطفولة، وتبدأ بالتطور، تبدأ الهرمونات

التي كانت ساكنة لديها، بالتحرر، وإحداث الكثير من التغيرات الرئيسية، والتي تدوم في تصاعد، تغيرات بالغة في جسدها ومظهرها الخارجي الذي يحتاج لنمو نفسي أولًا لتقبله والتعامل معه بتوازن.

هذا يحدث بيولوجيًّا بسبب عملية التحول هرمونيًّا، فهي عملية شديدة التأثير على الشخص بشكل عام.

بتحرير عدة هرمونات؛ كهرمون "الملوتن" المساهم في عملية الحيض، والهرمون "منبه للجريب" للبلوغ الجنسي، و"البروجسترون" هرمون مساعد للحمل و"الإستروجين" كما يسمى بهرمون الأنوثة والجمال للمرأة، وغيرها الكثير..

تعتبر الهرمونات الأنثوية مسؤولة عن كل التطور الأنثوي الخاص الذي يحدث للفتاة، أثناء عملية تحولها من فتاة لامرأة.

العملية التي تستغرق عادة حوالي أربع سنوات، وقد تجد بعض الفتيات في هذه الفترة، صعوبة في التكيف مع التباين الذي يحدث في المستويات الهرمونية لديهن، والذي ينعكس بشكل ملحوظ في أجسامهن التي تتغير، وأنوثتهن التي تنشأ، وبداية الخصوبة لديهن، ودرجات متفاوتة وحادة من الاضطراب العاطفي يختبرنها عند مرورهن من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة.

كل المتطلبات الضرورية للمضي إلى مرحلة البلوغ تكون موجودة لدى الفتاة منذ ولادتها، إلا أن الجسم يبقيها ساكنة لسنوات كثيرة. في النهاية تتضاءل الآلية التي تمنع البلوغ، ويمكن للهرمونات التي كانت هادئة في السابق، أن تبدأ هجماتها مرة واحدة وتأثيراتها على الجسم دون إنذار.

فهي حقًّا تعاني من عدة اضطرابات متوحشة لكنها كطريقة حواء دائمًا تأتي بمنتهى النعومة.

الذكور في هذه المرحلة يستمتعون بتلك الرحلة الاستكشافية لذاتهم بدءًا من مفاجأة البلوغ السارَّة والفخر المتناهي بها؛ كزهو اللاعب الأوليمبي العَدَّاء بشعلة الانتصار!

بمنتهى التباهي يستعرض صوته الذي تغيرت نبراته وأصبحت أقرب إلى الأجشّ، تاركًا ذلك "التون" الركيك الذي طالما خجل منه منذ قربه من مرحلة المراهقة والبلوغ.

أيضًا تغيراته الجسمانية الواضحة وفرحته بدخوله في حيِّز حالقي الذقون والشوارب، رغم أنها لا تزال وليدة في حيز النمو، مما عادة ينتج عنه جروح بوجهه، لكنها تزيده فخرًا وكبرياءً، فهو أخيرًا سيترك للأبد قالب الولد بما فيه من صبيانية، ويتوج نفسه بتاج الرجولة البحتة!

هذه التغيرات البيولوجية حتمًا هي أيضًا نتيجة تغيرات هرمونية حادَّة في أجساد الذكور المراهقة؛ بسبب رئيسي من هرمون التستوستيرون.

هرمون التستوستيرون هو أهم هرمون ذكري للرجال، وتسيطر عليه الغدة النخامية وتحت المهاد، التي تقع في قاعدة الدماغ، تحفز على إنتاج هرمونات الذكورة والحيوانات المنوية.

في سنوات الطفولة، يساعد التستوستيرون في نمو الأعضاء التناسلية.

وفي مرحلة البلوغ بين ٩ و١٤ سنة من العمر، ترتفع مستويات هرمون التستوستيرون بشكل حاد خلال فترة البلوغ، لنمو شعر الجسم والعضلات والعظام وخشونة الصوت، وغالبًا ما يظهر حب الشباب.

ويلعب التستوستيرون دورًا كبيرًا في الوظيفة والرغبة الجنسية الطبيعية، ويؤثر على المزاج وبعض الجوانب العقلية.

فهو هرمون حيوي لتوازن الشكل والإحساس الذكوري لدى الرجال.

وبكل هذه التغيرات الجذرية وتوديع الصبيانية احتفالًا بالفحولة الذكورية، وبمنتهى الفخر والعزة يتحسس الرجل الجديد دنياه الجديدة بكل نهم كحقّ مكتسب من إنجازات ومعجزات شاهدها بنفسه لنفسه!

يسيطر عليه شعور قاتل من الفضول لمعرفة ما هو الحب وما هو الجنس؟ ما هذا الكائن الآخر المسمى بالأنثى.. ما لونها وطعمها وملمسها! تمامًا كدخوله مطعمًا مبهرًا لأول مرة يريد تذوق كل ما فيه من أطباق مختلفة ومتنوعة، ومن هنا تبدأ الحكمة الشهيرة: "امرأة واحدة لا تكفي" فهي مقترنة دومًا بالرجال لكننا نتجاهل النظر وفي حالة نكران مقصود عن احتمالية وجود أي نسب لعدم اكتفاء الأنثى بالذكر لأن الأعراف والتقاليد والثقافات أجمعت على أن الرجل دائمًا الوعاء الأكبر لأي أنثى وعليها الارتضاء والامتلاء به مهما كان هو ولا تستطيع التصريح أو مجرد التلميح بحكمة: "حقًا هذا أبدًا لا يكفي!".

فيبدأ هذا الشاب الفخور برسم (فينوس) ـ أنثاه ـ في عقله، ويظل يجمع كل الصفات الجسدية والعقلية الفتاكة.

يبدأ رحلة بحث مستميتة عنها، غير مدرك أن رحلته للبحث عن الكمال قد تطول إلى ما لا نهاية.

الذكر والأنثى كلّ منهما له رؤيته الخاصة وإدراكه الفريد للآخر، وتساهم سنوات المراهقة الجميلة في أبعاد التواصل الواقعي بينهم؛ لأنه ببساطة كلما ركض كلاهما بخياله بعد كل البعد عن واقع الآخر.

هي ترغب بتلك المشاعر اللا نهائية، وهو يريد الفوز بـ(فينوس) التي بناها عقله بمواصفات كاملة مميزة تخصه هو.

يلهثان للعثور على حالة.. حالة من الشعور يمكن أن تكون حالة مزاجية تتوافر فيها النقاط السابقة أو حالة يشعران بها عندما تلح عليهما بعض العوامل، أولها الاحتياج ثم الاحتياج ويليها الاحتياج ثالثًا!

تلك الوحدة التي تضع الإنسان بإتقان في قالب الضحية وما يستحقه من مواساة ومشاعر تُرغم أن تُلقب بالحب.

هل هذا هو الحب المنشود؟! أم هذه صوره تُرسم بخيال كل فرد وتُقحم في برواز (الحب)، ويشعر الفرد بانتصار لأنه أخيرًا يستطيع أن يقول: "أنا بحب؟!"

ليتعجب كل منا في مقتبل عمره لماذا تنهار قصص غرامنا البكر ونقع في فخّ: (الحدوتة اللي دايمًا تخلص بـ"ينغمش ديه"!) ونعيش في جرح وألم زمنًا طويلًا ودائمًا يكون العلاج الأسهل والأسرع هو الدخول في قصة حب أخرى... آسف قصة وهم أخرى!

الحب

«ما نحلم أن يبقى مخلدًا»

ماذا تعني تلك الكلمة المستهلكة من البشر استهلاك الطفل للعبته الأولى؟

التقاء روحين وجسدين كأنهما كيان وشعور واحد.. هذه كلمات جميلة ولكن لا تأتينا بمعنىً محدد، ولا تعريف صريحًا لتلك الكلمة التي احتار فيها الأدباء والفلاسفة وتجادَل في وجودها العلماء.

هل هو ارتياح أم شعور بالرغبة أم إعجاب أم حالة من مجموعة مشاعر مركبة أو بشكل أفضل مهيئة للشعور بالحب.

هذا ليس بنفي لوجود تلك المشاعر السامية لكن إدراكنا السليم لها يقينا من اختلاط أمور كثيرة.

هل للانطباع الجسدي أو للشكل الخارجي الرأي الأول والتأثير الأقوى لتوجيه دفّة المشاعر بالسلب أو الإيجاب؟!

بالطبع نعم، قد يُسمى بالسطحية، ولكنه واقع لا يمكن إغفاله.

لا ينجذب ذكر لأنثى أو العكس دون المرور من بوابة الجسد كتصريح

وإيجاز ضروريّ لاستكمال مرحلة الشعور بالطرف الآخر مهما ثَقُل عقله ورزانته أو عَمُق تفكيرها وقويت شخصيتها إلا وكان الإعجاب والاشتهاء الجسدي سابقًا كل هذا.

قد تخجل المرأة من البوح حتى لعقلها، ولكن ذلك لن يجهض بالفكرة والتصور والتخيل، كذلك قد ينكر الرجل ذلك من باب السمو والترفع والتأكيد على اختلافه عن باقي الرجال لكن النفس البشرية بطباعها عند اجتياز هذه المرحلة الأولى للتلاقي والانجذاب تتساوى على حد سواء.

ثم يبدأ كل طرف في البحث داخل الآخر عن مخزونه القديم كالمستجير بإحياء حلم مراهقة قديم قد تتعامد عليه النجوم في ليلة حظ قمرية لتحققها!

هي تظل الأحلام حقيقة بداخلها لا تيأس منها، فالفارس موجود أيًا كان مكانه، والنجوم تؤكد ذلك وهو مؤمن بأن (فينوس) السابق ذكرها ـ والذي أُنهك في جمع مواصفاتها ـ في انتظاره.

ويعمل الطرفان بجهد مُضْنٍ لاكتمال تلك الحالة "حالة الحب".

حان دور المرحلة التالية وما يغمرها من مشاعر جيّاشة ووردية. ذلك الشعور الرومانسي الفياض والغرام اللا نهائي حيث تصبح السعادة والمتعة بالحياة أسهل ما يمكن أن تحصل عليه يوميًّا حتى تظُنّ فعلًا أن البشر قد أساءوا للقدر وظلموا الدنيا باتهامهم أنها قليلة العطاء.

لذلك نجد أن أمتع مرحلة وأشهاها في أي علاقة ناجحة مستمرة أو جارحة فاشلة.. هي أولها.

أحلام وحب بلا منغّصات، وما أحلى هذا الجزء المشابه للشيكولاتة اللذيذة التي تعلو قطعة الجاتوه وتكون الأكثر إغراءً لأكلها! تلك الطبقة المفضلة لكل منّا ونطمع جميعًا لاقتناصها والاستمتاع بها فقط دون العناء بالغوص في باقي الطبقات التي في معظم الأحيان لا ترقى لنا، وتُحبط

ونتفاجأ بها، فلا نتناغم معها، فيتركها البعض ويجبر البعض الآخر على التعود عليها دون حتى محاوله اكتشافها.

كل منا يتذكر هذه الحلوى، تلك الرجفة وهذا الارتباك الجميل بمجرد رؤية من تحب مؤكدًا أن كل شيء مثالي لا نهائي وكامل في الحياة، كأنها خلقت دون أي سوء.

هذا الشعور بامتلاك العالم بمجرد لمسة يد وأول قبلة تحلق بك في سموات عالية في كوكب غير الأرض، فعلًا تشعر بأنك نجم فيلمك المفضل وأن هناك معجزة بالفعل قد حدثت بعثورك على حب العمر، فتتضاعف المشاعر ويبالغ عقلك في إدراكها بصورة تجعلك الأكثر حظًا في الكون؛ لأن باقي سكان الأرض لم يحظوا بتلك المعجزات.

البشر أجمع يطمعون في تلك الحالة، في هذا الطعم الأخاذ، نهرب من واقعنا لنذوب في تلك الأحاسيس، ونلهث لمداعبة حواسنا التي تشعل فينا نوعًا عجيبًا من الطاقة غير المفهومة أو المبررة، تجعلك قادرًا على إبداع المستحيل وتخطي كافة العوائق كأنها لم توجد من قبل، تمامًا كما يشتهي الإنسان الهواء النقي والبراح والشوق للتحرر من جميع القيود.

ما أجمل هذه الحرية في الحب.. ما أروع هذا الشرود في الغرام..

ما أصدم القول بأنه غير دائم!

هل تصدق فعلًا أنك أخيرا في منتهى الحب؟

ما أجمل طعم الشيكولاتة! والسؤال الأكبر: ماذا تفعل عندما تنتهي تلك الطبقة الشهية وهذا الذوبان الفتّان؟

فالأبدية ليست للكائنات أو الأشياء.. بل لخالقها فقط.

ماذا تفعل عندما تنغمس في بقية الطبقات طبقات الحياة؟ هل ستفقد

إيمانك بالحب وتلك المشاعر الجياشة! وتنسحب مهزومًا بخيبة أمل، وتلعن تلك السنين التي زرعت فيها أحلامك وطموحاتك الرومانسية.. سنين الإيمان والصبر واليقين.

هذا فرق صريح بين الأحلام التي نحولها لحقائق داخل عقولنا دون وعي والواقع المنطقي لتلك الحياة.

فلا تدع المبالغة بالأحلام تخدعك ولا تكفُر بالحب فتصير حياتك جفافًا وموتًا بطيئًا، بل قف صلبًا وتجرّأ على مواجهة الواقع والدنيا بما فيها، ولا تخلط مقاييس الجنة وما بها من كمال ومتع لا تنتهي بمقاييس الدنيا التي تتصف دومًا وأبدًا بالدنوّ والنقصان، فعدم دوام الحال الدنيوي يكون لنا نعمة وليست نقمة في الدنيا.. فالإنسان طماع ويسعى للمزيد باستمرار، وتغير أحواله ومشاعره ونضوجها هبة من الله عز وجل كوسيلة شرعية للبقاء.

تتضارب الأقوال عن الحب، ليس لقلة قيمة المشاعر ذاتها بل لاختلاف رؤيتها بين كفتي العالم الأزليين.. الذكر والأنثى.

الرجل يحب ويهوى ويرغب ويلهو ويملّ، لا يستطيع تفرقة العناصر عن بعضها البعض فهي كلها تُكوّن معنى حب عنده. يراها.. يرغبها ويهوى ما بها من مفاتن جسدية ثم عقلية، فيحبها وتنطق شفتاه بالكلمة الأكثر عشقًا للنساء "بحبك"، وتنتهي به هذه المرحلة، لقد صرح بحبه وعمل أقصى ما عنده حتى تلفّظ بهذه الكلمة السحرية.. ماذا يفعل أكثر من ذلك!

هل يمضي بقية أيام عمره في تلفظ هذه الكلمات! تبًا لهذا الملل وسحقًا لهذا الكائن النهم الذي لا يشبع..

ولكن هذا الكائن الإسفنجي الممتص لكل أنواع الحب المسمى بالأنثى حقًا لا يشبع، ولا تلبث أن ترتوي تربته حتى تجفّ كأن تتعامد عليها

الشمس الاستوائية على مدار العام فهي ترغب وتنهم بالحب، وتتغذى جميع حواسها عليه وحده، تعتمد في جمالها وكيانها وأنوثتها على سخائه، وتتلذذ بتجديد بكارتها ونضارتها منه؛ لذلك فانهيارها أسهل حينما يضعف، وموتها أسرع حين يضمر.

الحب للمرأة كل حياتها، والحب للرجل مرحلة جميلة تأتي بعدها الحياة لتستمر به.

المرأة تهوى الكذب والمبالغة بالفطرة، تعشق المساحيق الصاخبة والأوجه المستعارة، حتى لو أثمرت عن جمال لا تمتلكه فتسميه "تجميل" و"تأنق"، كما تبالغ في تضييق خصرها وإطالة كعب حذائها مهما ينتج عنه من معاناة مبالغ فيها وتسميها "موضة".. فتتحمل ألمًا قد لا يحتمله رجال العالم مجتمعين ما دام في زهو جمالها، كما تحتمل عذاب الحب ولوعته التي في الأصل تكذب أو تتجمل من أجله!

المرأة كائن في منتهى التعقيد ولغز عجيب هي ذاتها لم تقو على فك جميع طلاسمه، ودائمًا تتطلع لمن يفعل.. من يشعر.. من يفهم، وقد يساعدها هذا على فهم ذاتها يومًا.

تلك الأنثى، ذاك الكيان الغائر بالمشاعر دومًا، ولا يُحكم عقله إلا ثانيًا بعد عواطفه التي تأخذ نصيب الأسد في التحريض على كافة تصرفاته وأحكامه واختياراته.

فما أسهل أن تغضب المرأة وما أصعب رضاءها! وما أسرع أن يكفر الرجل بمحاسنها مقارنة بمساوئ جنونها!

يهدي لها فستانًا شيكًا! ثم يعلّق بشغف قد ينقصه ٣٪ من توقعاتها! فتثور غاضبة! أو يغفل نسبة من ذكائه ويعلق بجمال الفستان خصوصًا لو قل خصرها بعض السنتيمترات!!!

فتهتاج ثائرة ومكفهرّة كغضب أهل قريش بإسلام أحد أفرادها! تراها فعلًا الخطيئة تُنسبها أصل الهدية وقيمتها حتى المعنوية وتجرح مشاعرها بمنتهى المبالغة!

فيراها نكدية بالسليقة، وجاحدة عديمة الرضا، ويتهمها بداخله أولًا ثم أمامها ثانيًا، كونها كجميع النساء لا تختلف عن هيافتهم وسطحيتهم في شيء، وإرضاؤها من رابع المستحيلات حتى لو وُجدت العنقاء ذاتها فلن ترضى هي.

مواقف صغيرة قد تبدو تافهة، ولكنها ترسخ صورًا ومرسى عميقًا للإدراك في عقولنا الباطنة عن أحدنا الآخر دون أن نشعر، فتتراكم المواقف وتتراكم الصور، وتتمدد الفجوة لفهم هذين الكائنين لطبيعتها، وتناقض تفاصيلها للتعايش السلمي أولًا وللفوز بالحب الهادئ ثانيًا.

لو كانت المرأة "ناقصة عقل ودين" فالرجل طفل يأبى أن يكبر وهو يتأرجح بين مراحل عدَّة، ذلك الرزين الحكيم وهذا الواقعي العقلاني وذلك الرومانسي الحالم وهذا الشهواني الجامح.

ومن حالات التذبذب والتردد والتي تبلغ ذروتها في منتصف العمر تتحير المرأة أي أنثى يجب أن تكون! تلك الناعمة الحالمة أم المقتصدة الجادة أم شعلة من الرغبة..

قد تُظلم أحيانًا حينما تُنهم بعدم قدرتها على فهم الطرف الآخر ولا تُظلم أحيانًا أُخرى عندما تَمَلّ يومًا عن قراءته أو الكفّ عنها.

الرجل يحتاج لكثير مما تحتويه المرأة بداخلها، فهي ملهمته منذ مولده لموته.

فالطفل لا يكف عن المطالب، ليس فقط من باب الدلال، لكن من

أجل التوازن والتكامل ـ كحق مكتسب له ـ من كل امرأة تظهر في حياته، مهما اختلف دورها أو تغير مكانها بدءًا بأمه وأخته حتى حبيبته وعشيقته أو زوجته.

فهو في محاولة دائمة للشعور أنه مسيطر على أمر ذاته، وممسك بجميع خيوط حياته، خصوصًا ذلك الخيط الأنثوي، هناك معاناة مستمرة يخوضها، ومعارك ذاتية عليه الانتصار فيها كل مرة؛ لأن الطفل بطبيعته يرفض النضوج ويهوى اللعب دومًا، لكن حينما يصبح النضوج اضطراريًا دون اختيار فالصدام حتميّ بين الطفل المدلل المتعرش بداخله، وذلك الرجل الدخيل بشكله الجديد.

قد نجد أن تناقض الذكر والأنثى مجهد في حدّ ذاته وتحدّ جبار في تَواؤمه وتناغمه، لكن هذا الاختلاف أساس توازن الكون نفسه، مما يدفعنا حتى ولو من باب الفضول معرفة أسباب وطرق موازنة تلك المشاعر النبيلة.. مشاعر الحب بين هذين الطرفين المتطرفين لأنها يقينًا تثمر عن علاقه جميلة خلابة تستحق المعاناة.

الحب فنّ ولكل فنّ أصول وقواعد وتعاليم ومقدسات يجب معرفتها أولًا، والإيمان بها ثانيًا، والالتزام بها ثالثًا.

كيف لفرد لمجرد أنه يهوى الطبّ لما فيه من معانٍ نبيلة تشفي أوجاع البشرية وما له من معجزات أثرت في مجريات الكون ومن مجرد هوايته وحبه وشغفه بالطب يقوم بعمل عملية جراحية خطيرة، ويتحمل مسئولية روح بشرية دون أدنى تعلم أو حتى الدخول في سنوات الدراسة الطبية المضنية!

كما هو الحب تمامًا، فالأحباء يقعون في فخ حبِّ "الحب" دون الدخول فيه.. يحبون الحب والمحبين ولكن لا يتعلمون الحب هم بذاتهم، كمن أخذ علبة جميلة مزينة بألوان زاهية، ولكنها خاوية من الداخل، فيرتضون

بالمشاهدة والفرجة فقط ويشتهون متعته عن بُعد، فيستحيل في مخيلتهم إيجاده في الواقع، ثم يفقدون إيمانهم به فتخلو روحهم من الحب ليحتلها الفراغ والملل والجوع.

هذا هو الحب، ولهذا الفنّ شروط، أهمها النظام!

من الممكن أن يهوى الإنسان أيًا من الفنون، ولكن دون أن يراعي فيها الدقة والنظام فتصبح حالة عارضة أو نزوة غير مؤثرة حتى بالسلب.. فالرسام عليه أن يخطّ بريشته وألوانه يوميًا وفق نظام لا يتغير، فنرى مايكل أنجلو قد تصلبت عروقه مضحيًا بها من مداومته النقش والرسم على ظهره يوميًا في كنيسة القديس بطرس لمدد طويلة لإتقانه وإيمانه بفنّه وحبه، كما حال أي كاتب حقيقي عليه أن يكتب حتى ولو سطر كل يوم؛ حتى لا يخل بنظام محبوبته "الكتابة".. سخيّ في عطائه بكل وجدانه، فلا يسع على المحب أن يعتذر عن الحب لبضعة أيام لانشغاله بأشياء أخرى طالما رغب في معرفة ودخول الحب وعالمه.

يليها كنتيجة حتمية للالتزام بالنظام هي التركيز.. فاستغنِ أيها الكائن الطماع عن الشَّرَه في الأعمال إن كنت فعلًا تريد أن تحب.. اترك عادتك السيئة بفعل عشرات الأشياء في نفس اللحظة، فترى نفسك تقود السيارة وتتحدث في الهاتف وتعمل وتأكل وتحب.. بهذا الهوس والغباء قد أضعت كل متعة لكل فعل تخليت أنك أتقنته.. كن صريحًا مع ذاتك ولا تخجل.. قد لا تكون راغبًا في الحب فلا تدَّعيه، وقد تكون فعلًا محبًا له لكن لا تعرفه، فعليك إذًا تتعلمه كي تنعم فيه.

تتوالى الشروط من نظام لتركيز مشاعر الاهتمام الحقيقي؛ لأن أكبر دلالات الحب عندما يجد الإنسان نفسه دون أن يشعر في اهتمام دائم ومستمرّ بشخص آخر بكل تفاصيله، أهيفها قبل أكثرها جدية، فيستطيع

نقل هذا الشعور للطرف الآخر، فهو مثل الحبل السُّرِّيّ إن انقطع أو ضعف تهاوت المشاعر ونفق الجنين قبل أن يولد.

للحب مدارس عدَّة، حِسِّيَّة ومَعنويَّة ومادِّيَّة، ولكنها تُجرد أجمعها فيما سبق.

ها أنت قد عرفت وعلمت الأساسيات والمبادئ.. كن مسئولًا إن قررت، معترفًا إن تخاذلت، وشجاعًا إذا فشلت.

ما يفقدنا قيمة المشاعر هو سوء استغلال البشر لها.. المشكلة ليست في قيم الحب أو الخير أو العطاء بل في مستغلِّيه وجاهلي استخدامه.. بما أن الحب فنّ فله آداب، أبسطها الخاتمة الراقية أو ما يطلق عليه (Decent Closure).

قد تبدأ علاقة حب وقد تنتهي، فليس في الدنيا خلود ولا كمال، لكن أليس من أبسط حقوق الإنسان ومن أقل مراسم احترامك لذاتك أن تكون راقيًا متفاهمًا مبديًا أسبابك ودوافعك وأشد حزنك بعد أن تكون بذلت قصارىٰ جهدك كي لا تُهدم.. هذا يسمىٰ نبلًا وشرفًا وأخلاقًا للأسف فرغت من إجمالي ساكني هذا العصر.

هل يتخيل الفرد أنه بمجرد وجود عوائق بالعلاقة تجعل منها علاقة مستحيلة لا تقوىٰ علىٰ الصمود والاستمرار (وهذا وارد جدًّا طبعًا)، أهكذا انتهت؟

أهكذا انتهىٰ دوره تجاه نصفه الآخر الذي أفنىٰ من روحه ومشاعره وأحاسيسه مراحل من عمره بحبٍّ ظنَّ أنه دائم؟!

ألا يستحق منه خاتمة مسببة ومحترمة، ومشاعر صادقة تشعره بأن له قيمةً يتألر الطرف الثاني لفقدانها لكنه مضطر؟ أم فقط يعتزم الرحيل والاختفاء

دون حتىٰ التمهيد لذلك، ويبرر ذلك لنفسه بعدَّة أعذار تدينه وتؤذي الآخر أكثر من انتهاء العلاقة ذاتها، معظمها تكون أعذارًا واهية لتجنب المواجهة والاستسهال في بتر هذا الحب الميئوس منه.

أيها الأهوج؛ لا تضرّ قيمة الحب ذاتها وتلوثها بعد أن نهلْتَ منها.. فالخاتمة تَعْلَق بالأذهان أكثر من البدايات، وتؤلِر الروح في قبحها، وتداوي القلب المكسور في رقيِّها.. كن رحيمًا؛ فكما تَدين تُدان..

الحب نِسْبِيّ كالعقل والجنون والجمال والقبح، فهو حيّ موجود لكل من يؤمن به ويبذل قصارىٰ جهده للاعتناء بجماله وعذابه، وهو وهْم آخاذ لكل مَن كفر بوجوده وأدمن هلاكه.

أين أنت من هؤلاء؟ كافر أم مؤمن، مدعٍ أم حقيقيّ، متعلم أم جاهل، تتحلىٰ بالأخلاق أم تتعدم من خلاياك؟!

إن أحسست بأن الحب رفاهية لا تقدر عليها فلا تقدم بأنانية كي تستمتع بحلاوتها وتتركها عندما تعجز عن مسئوليتها كلصٍّ أحس بخطر كشف أمره فهرب قبل أن يراه المسروق! لأنك لست المضرور وحدك، أو بمعنىٰ أصدق أنت فقط تضرّ شخصًا آخر حتىٰ لو أنكرت ذلك، وينتج عن هذا الضرر سلسلة لا نهائية من الآلر، ليس فقط لطرفك الآخر بل لأشخاص أخرىٰ متتالية!

كيف؟!!

بأنانيتك وجهلك.. تقتل ما بداخل إنسان وتهجره فارغًا، لكنه لا يموت فتتركه مظلومًا أو مجروحًا.

المظلوم كالملطخ بالدماء يلطخ كل ما حوله وكل من حوله، تاركًا بصمات من دم عالقة مؤلمة لا تزول، تؤذي كل من حاول الاقتراب منه..

أما المجروح فيكون كالزجاج المكسور ذي الحروف الحادَّة يخدش ويؤلم ويجرح كل ما وُجد بمحيطه كلما سَكن أو تحرك..

حقًّا لقد كنت همجيًّا عبثيًّا أهوج غير واعٍ لما ترتكبه من جرم خفيّ.. فقط أعلم بها إن الألم ليس مرئيًّا لا يعني أنه غير موجود.. فانكسار الروح له صوت تمامًا كانكسار الضلوع لكنه أكثر ألمًا..

الحب كالطائر الأبيض البِكر، إن لم تكن جديرًا بنقائه فالأجدر بك ألَّا تقترب منه..

والطائر الأبيض لا يجنح إلا لخيار الأنفس ذوات النوايا الآمنة المقدِّرة لقدسية المشاعر ونُبل الأحاسيس.

وليظل الطائر محلقًا والسؤال باقيًا..

هل الحب اختيار بشروط محددة؟ أم كيمياء بين قلبين إن توافرت فيهما مقومات الانجذاب انصهرا حبًّا؟

هل الحب توافق أم قدَر؟!

س ج

ـ عرفت تجاوب عالسؤال؟

ـ حسّيت ده قبل كده؟

اكتبه بتفاصيله لنفسك.. إنت بس!

إجابتك دئ هئ منظورك الحقيقئ لقيمة الحب وكيفية إستخدامك لها.. لو محتاجة تقييم أو تقويم من الأفضل الا تتأخر أكثر من ذلك..

آدم وحواء

«ما بين واقع، حقيقة وخيال»

خلق الله حواء من ضلع أعوج لآدم كي يقوِّمه ويحقنه بالحكمة والودّ فيجعله ليِّنًا ونيسًا أليفًا تتفجر منه ينابيع العطاء والمشاعر.. عملية التقويم ذاتها لذَّه فجَّة عند حواء الأصل.. العنصر الخام للأنثى قبل أن يتلوَّث بأيّ ذرَّة دنيوية.

ألَ ممتِع له لذّته الخاصة أن تَكِنّ تحت ظل آدم تشعر فيه بمنتهاها من نشوة وحماية، وتتحول من كائن شارد لا منتمٍ إلى كيان له أصل وهوية، انتماؤه لهذا الضلع الأيسر الذي يحمي قلب آدم.. شريان الحياة.

هذه هي الفطرة التي خلقنا الله سبحانه وتعالى عليها من بدء الخليقة شئنا أم أبَيْنا.. مهما تنصل آدم الحاليّ من مسئولياته وخَلع!

ومهما استأسدت حواء المتطورة مطالبة بالاستغناء التامّ عن آدم مدافعةً عن حقوق المرأة المغتصبة.. كأنها خلقت من عدم ثم تململت من الجنة وحدها وقالت: أنزل الأرض أحلى!

ليت ظل آدم وحواء ينعمان بالجنة وملذّاتها الكاملة وفطرتها البكر التي

تأبى بأي نقصان، لكن الله سبحانه وتعالى له حكمة في عمار الأرض ونسل آدم والدنوّ به إلى كبد الدنيا ومعاناتها، فتلوَّث آدم وتعثَّرت حواء راكضةً خلفه في نواقص متتالية وإحباط ملازم للدنيا القاسية.. فتغيرت الفطرة إلى احتياج والبراءة إلى واقع يحتمل الصواب أو الخطأ.. تغمرهم شهوات واحتياجات تاهت مداركهم فيها ما بين خير وشرّ وحلال وحرام.. فوصلنا لآدم الحالي!

علامَ يبحث آدم؟ حواء واحدة بعينها؟!

لكن تناثرت الأقوال وأكد التراث بموروثاته أن حواء واحدة لا تكفي..

هل حقًّا آدم مخلوق بهذا الكم من الشراهة والأنانية؟

فهذا اتهام ساذج لمعرفة الأسباب الحقيقة وراء ذلك النهم اللامنتهي..

آدم يريد حواء واقعية في يومه لا ما حال منها، وقد تكون أهم وأركز حواء في كيانه، والوحيدة التي لا غنىً عنها مهما ادَّعىٰ عكس ذلك.

يريد حواء الواقع التي يبدأ بها يومه ليستقيم، فتنفتح عليها جفونه وإن أغلقتها حواء أخرىٰ في نفس اليوم، لكن حواء الواقع الملموس في حياته تهيئ له الراحة والاستقرار.

طلباته واضحة صارمة لا تقبل جدلًا أو مناقشة.. الهيام والغرام والشغف المجنون رفاهية، ليست بأساس على الإطلاق، فالواقع يفرض أمورًا أكثر أهمية ويتلاعب بجميع الأولويات.

الجمال نسبيّ فيها حيث بمرور الوقت والأيام وتبعثر أوراق نتيجة الحائط عليهم.. تحتلط السنون ويصير التعود أكثر العوامل الرابطة والمؤثرة عن الانبهار والشغف بأي جمال أو لهفة.

فلندع شغف الجمال البراق لحواء أخرىٰ ذات دور آخر نذكره لاحقًا!

لكن هذه هي حواء السكن.. سكن الواقع الملموس ذات الإيجار الشهريّ وفواتير الكهرباء والغاز والهواتف المحمولة والقاعدة!

زنانة العصر في مصاريف البيت وطلبات الأولاد..

نِزناز(*) على زيادة كسوة الشتوي وتنوع مواعيد الهدوم الصيفي ومكملات المرأة الضرورية كي تصبح جميلة الجميلات.

بجانب الزنّ الموسميّ الأكبر للمصيف الذي لا محالة منه، فتتحول بمنتهىٰ السلاسة في نظر آدم من كائن مستأنس، المفروض أنه لطيف إلى أنثىٰ العنكبوت التي تلتهم ذَكَرها بعد الجماع به.

وطبعًا بهذا النمط العقيم قد تتصدر آدم ذاته بهرموناتٍ أكثر ذكورة منه، تظهر على ملامحها حين تهبّ أعاصير غضبها وغيظها من زرقة وسماكة جلدها وغلاظة اليدين مع "فَنشرة" غير مسبوقة للأنف تمامًا كأنثىٰ خرتيت البركة!

فتنتحر كل بواقي شائعات الأنوثة الصادرة عنها لمجرد شك، غيرة، حيرة، زهق أو حتىٰ كلمة قد تؤخذ بمليون معنىٰ، فتترك حواء الواقع الـ ٩٩٩,٩٩٩٩٩ معنىٰ متمسكةً بالمعنىٰ الآخير حتىٰ يطلق آدم عليها "إنسان الغاب طويل الناب.. يا منجِّي من المهالك!".

بس مهالك ضرورية لاستمرار الواقع والحياة.

شرّ لا بد منه.. بس أكيد في خير تاني لا بد منه برضه.. خير جميل هادئ يعمل موازنة ومصالحة مع ذاته فتستمرّ أنفاس رئته بالضحّ والحياة.

إنها حواء الحقيقة وما أمتعها.. تلك الأنثىٰ الملساء ذات الأنامل الرقيقة

(*) نزناز: لفظ عامي دارج بمعنىٰ دائم الإلحاح بشكل مَرضي.

المحببة أن تكون ممشوقة طويلة، وهنا يقف آدم عمرًا بأكمله فقط لانتقاء تفاصيل حواء الحقيقة.. حقيقة داخل عقلة أولًا، كما ينبغي الأنثى أن تكون وما يتمنى أن تكون عليه أنثاه..

فهي تلك المفعمة بكل دلائل وعوارض ومسببات الأنوثة الممزوجة بالذكاء والطعامة الفجَّة..

تلك الفائرة الثائرة غير التقليدية.. الساحرة المبدعة الجميلة باطنًا وظاهرًا.. صاحبة النهدين المخمليين كما صُورت فينوس في أساطير العوالم الأخرى.. منحنيات جسد رخوة تكاد تخلو من عظامها..

مرحة، يعشق مجالستها، تتقن إضحاكه على غير عادة النساء اللواتي يتطلب إضحاكهن وتسليتهن باستمرار..

نموذج صريح وصارخ، ثرثار ومتلف ولا يمكن تجنب إدمانه.

ذلك الجسد الذي قد تفنى من أجله شعوب بأكلمها، وتلك الروح التي تسلب من آدم أرادته بإرادته حالًا!

ذلك العقل القادر على مضاجعة خلايا مخه في أقل من ثانية حتى يشعر آدم بخدَر وتنميل يدمنه من اللقاء الأول..

تلك هي حواء الحقيقة.. المتوحشة البدائية التي أغوته بعبق تفاحتها المحرَّمة وأنزلته من جنة الخلد إلى قبح الدنيا حتى أسقطت آخر ورقة توت!

لم يغضب منها قط ولعن ضعفه بدلًا من أن يلعنها..

إنها التي لم ولن يملك إلا عِشقها في مخيلته فلا مكان لها في واقع قبيح عاجز لا يحتمل هذا القدر من الكمال..

تلك التي ينطبق عليها مقولة: "هناك أشخاص عندما تلتقي بهم.. تشعر كأنك التقيت بنفسك".

لهذا الكمال الرهيب حقيقة، وهي: لا يمكن لآدم الاستغناء عنها حتى يستطيع مواصلة واقعه المتَّسم بالغرابة، الذي يكون أشبه بصينية التورلي(*) بالضبط.. فيها كل أنواع الخضار أو ما ظنّ أنه كل ما يحتاجه يومًا ما، لكنه مالوش طعم.. دايمًا فيه حاجة غلط.. مش كفاية.. أو مش مظبوط.. لا نكهة له.. فيه حاجة دايمًا ناقصة.

فتأتي من عقلة حواء الحقيقة تكتسح تلك الوصفة الشائكة المتصدعة بالملل وتضخ طاقة بكر صابحة ببهاراتها الحارَّة.. عنصر واقعه المفقود.. "الشغف".. فتصبح ملح عقله وثَمرة عمره، يشبع منها حتى يجوع!

يتلذَّذ أن تكون متعته من شقائه، وشقاؤه من متعته، فهي حقيقة لكنها بعقله، أو لها وجود فعلي في حياته، يراها لكنها مستحيلة أمامه، فهذه الاستحالة ما تجعل منها المتعة غير المقارنة بغيرها وتتربع بعرش أنثى تبقى أبدًا سارحة بخلاياه.

قد يشم رحيقها وعبقها على بُعد أميال، قد تتلامس أطراف أناملهما فعلًا بمصافحة عابرة أو تتخابط أكتافهما مصادفةً في ضجيج محطة وكلاهما منتظر قطارٍ ما.. تتلاقى عيونهما وسط زحام صاخب ثم يضيع كل منهما في سراب الواقع المحتوم.

لكنها ستظل دومًا وأبدًا له حواء الحقيقة ويعلم عن يقين أنه لن يخالطها بواقعه مهما كان ليحافظ على نضارتها الأبدية في منحنيات عقله، مخبئة له وحده كأشهى طعام بعد عناء جوعٍ مُمِل.

يأخذ آدم حواء الحقيقة له وحده ثم يصعد بها لمخيلته إلى حواء الخيال،

(*) التورلي: طاجن مصري قديم وشهير به جميع أنواع الخضار واشتهر أيضًا بخلوّه من الطعامة لعدم انسجام ما فيه!

يضيف لها ما يزيد الجمال جمالًا وتفصيلًا.. يزيدها اشتعالًا عقلًا وقلبًا وروحًا لاعيًا كل العوائق التي تحول دون ذلك بالواقع.. فالتمتع بأنثى الخيال لا يضاهيه متعة.

السبب يرتكز على أن الخيال يصعد بإدراكنا إلى الكمال الأمثل غير الموجود بالحياة فنتحايل كي نستشعره من المستحيل.

الدنيا ما هي إلا رماد نواقص.. كيف لها أن تحتوي الكمال وتحافظ على بقائه؟

فعلًا لن يقوى أبدًا على الاستمرار! الخيال هو الوعاء الوحيد الحامي والآمن لكل جمال وكمال.

تصبح الرخوة أكثر رخاوة والناعمة بحرًا أملس تفوق الحرائر جميعها والعقل أكثر ذكاء وإنارة، مضاهيًا براكين الزمان.. يجعل منحنياتها أكثر ليونًا واستدارة.. حدِّث ولا حرج فلا حدود للخيال المشبع، الألوان كلها تصير أكثر زهوًا والروح أكثر انسجامًا.

حواء الخيال ليس لها مثيل أو شبيه بالبشر؛ لأنها نَمت وترعرعت بخيال خصب من آدم لا يسأم.

فلا لوم لآدم زادت أُنثاته ولا استغناء عن عشق تنوعت درجاته..

فهو آدم أبو البشر إن فنيت خصائصه في الكون وهلك البشر.

أما هي فمن تكون؟!.. حواء

خُلقت من الرضلوع عوج حائرة، مطلوبة كونيس لآدمها وهي لا تعلم من أين أتت ولماذا خلقت؟!

فتزداد حيرتها بين كبريائها الذي يمنعها أن تُظهر ما تجهله عن ذاتها وبين استمتاعها بإرضاء من خلقت من أجله..

ونسها الأوحد آدم.

تحنو وتشجن، تسعد وتيأس، في لحظات متلاحقة، فقد صب آدم بعروقها عنفوان ذكورته وحنانه، مكونًا عواطفها الجياشة غير القادرة على التحكم بها على الإطلاق، فهبت ثائرة كفيضان اكتسح العالم وهي معه، ثم لم تلتقط أنفاسها حتى ضاجعها آدم، فكانت البشرية منها ولا تزال.

لم تملك تلك المسكينة برهة من التدبر كي تدرك ذاتها وتتعرف على تشابكاتها وتناقضاتها منذ وُجدت.

لم ولن تعرف هذا أبدًا، وذلك هو سرّ سحرها وغموضها الأبديّ بل فتنتها بذاتها..

كُتب لحواء آدم واحد بالشرع والدين والقانون والأعراف والتقاليد، لكن عقل تلك الأسيرة لم يرضَ دومًا بالخضوع، فهي مدمنة التمرُّد حتى لو جهلت سببه.. دائمة التأفف والخروج عن المألوف حتى لو ادعت عكس ذلك للعالم بأسره.

فلْنَعْلَم أن لكل قيمة حقيقية نقيضها بداخل أعماقها وإلا كانت أنصاف حقائق عابرة، مدعية ومؤقتة.

سرّ الإحساس بقمة النشوة نجده نابعًا من ألم وقاعها ناشئ من وجع حقيقي وإلا لم تُقدر حلاوتها بشكل لا ينسى، وأصل اليقين مبني على شك رهيب هلك صاحبه حتى عبر إليه، حتى السعادة الحقيقية لا يمكن الاستمتاع بوجودها وتقديرها إلا بعد حزن عميق حفر بداخلنا الكثير كي يستوعب سعادة أكبر..

لو لم نعلم أن الموت هو الحقيقة الوحيدة المؤكدة بالحياة لَما لهثنا وراء الدنيا كي نتمتع بأكبر قدر منها..

بباطن كل حقيقة نقيضها.

بداخل كل حواء البراءة والإخلاص والبكارة العطرة، قيم تحوي حقائق متناقضة بداخلها كي تبقيها يقظة وحيّة.

فلنخلع براقع التعفف والتعتيم، ولنتعم برؤية حقائق ما بداخلنا بوضوح.. حتى لو عاملين مش واخدين بالنا!

لحواء أكثر من آدم، والذنوب تتساوى لكلاهما بالطرد من الجنة لمرارة الدنيا، وكل ما هو أدنى.

آدم الواقع لازم.. أساسي، فهي دائمة البحث عن جذر تتشابك عليه أولويات فروعها الرئيسية، بعيدًا عن أي مشاعر مترفة، لا يقوى واقع إدراكها على احتوائه ووضعها بالأولويات إلا بعد أن تستقر وتهدأ متخيلة أن اعتمادها عليه وحده سيحقق لها الأمان.

فتدنو قرب آدم الواقع بعقل راسخ، ذلك الرجل غير المشروط غير بطيء قلبه ونبله محاكيةً فيه أحلام مراهقتها الذابلة التي تزهق أنفاسها الأخيرة، وتسقط بالتقادم والروتين ولا يبقى منه إلا أدوات البقاء والتحمل فهو آدم الصامد اللي بيستحمل، الذي يصد قبح واقع قوي متلاحق الضربات كمصدّة دائمة لبقاء حواء وما بداخلها.

هام ومؤثر لكنه متآكل تجتاحه حواء بفياضها كلما ثارت، كمهاجمتها لوحوش عاتية مثل التي كانت تهاجمها من دهور بدائية في الكهف فانقرض الكهف وهما لا يزالان يتصارعان.

لا مكان في الواقع في ظل تلك التركيبة لأكثر من ذلك.

طبيعي أن لا يستطيع آدم الواقع مجاراة حوّائه المطالبة بأكثر من التصدِّي والتحمل وتنتظر ما هو أعمق من مجرد حياتها منعًا للانقراض.

هذا الفيضان الجارف الذي صبَّه آدم الأصل بعروقها منذ بدء الخليقة

غير موجه ومجهول الطريق، طليق تركه ليتعثر به آدم الحالي.. آدم الواقع.

ينجرف الفيضان بحواء في توهان وشرود حتى تتوق إلى آدم الحقيقة بعيدة عن الواقع الرتيب أحادي اللون والإحساس، فتتفتح مقلة عينيها على عالم جديد من الألوان الزاهية تأخذها مسحورة كما النداهة إلى آدم الحقيقة، ذلك المدمر المتلف، الأهوج البدائي يذكّرها بعنفوان آدم الأصل، فتحنّ لما خلقت عليه فطرتها من عقود.. هو ذلك البوهيمي الخارج عن المنطق والمألوف، عكس كل ما يحمله واقعها المنمق الجافّ، المحدود بقواعد وإجباريات خانقة ومُستَنفِذة.

ذلك الخيّال الذي يطيح بلجام مهرته في عرض النهر مُتَيَقِّنًا أن لجام عقله أحكم وأصوب وأمتع.. فتموج في أركانه كفرسة حرنانة لا تخشع حتى مناجاته بأحلامها كطيف يُوقظ بداخلها كل ما بهت وظنت أنه راح.

تخلع ثوب كل ما هو نمطيّ ومعتاد، وتُظهر مكنونها الدفين، كالذي يجلي قطعة ألماس نادرة، مخبّئة بأتربة سنين حتى ينفجر منها ذلك البريقُ الآخّاذ.

آدم الحقيقة سره عقله وسر وصوله لوجداتها استخدامه لمفاتيح سليمة لم تُستخدم من قبل..

بوابة عقلها.. فتح لها سراديب ومتاهات من الجنة ومن وإلى الشقاء.

تتدارك تلك التائهة هاويتها، وتتحسس بآدمها الحقيقي كل ما بداخلها لأول مرة كأنه مرآة عاكسة لكل ما تعج به من حياة ومتناقضات.

فترى تلك العذراء البِكر.. الحبيبة العاشقة.. الفاجرة العاهرة.. الفجة المتحررة.. الطفلة البريئة، تعتلي ضفائر الحياء..

تلك الأم الحنون.. الصديقة المخلصة.. القريبة.. الأخت الوفية، والراهبة المؤنبة..

تتموج بين كل خيوط ذاتها غير مصدقة غزارة محتواها.

تدرك أخيرًا أن بكل نفَس فُجورها وتقواها، حتى هي، والأصعب إدراك الشغف وإلى أي دفة يسوقها وكيفية التحكم فيه..

فتبحر بعمق داخل عقلها برؤية أوسع وأشمل.

بسلاسة ونعومة وعشق، تدمن أصلها، ويراقبها آدم الحقيقة، ومعه جميع خيوطها التي تنساب بين أنامله بمتناهي التناسق والعذوبة.

وتظل حائرة تائهة ما بين واقعها وحقيقتها.. متألمة غاضبة.. حالمة مذنبة.. خائنة لعقلها.. فارضة ورافضة لواقعها.. جالدة لِذاتها كرُهبان القرون الوسطى، لن تشفع دماؤها السائلة وجلدها الممزق على أن تكف سياطها بمداومة عملٍ دائم..

مهما عَلا صُراخها فهي غير راضية، حتى تعلو آلامها وتصل لدرجة الصمم، فلا تسمع صراخًا أو أنينًا، ولا تشعر بألم، فقد قادها الوجع إلى أبعد من الواقع وأبعد من الحقيقة.. إلى رقعة الخيال..

آدم الخيال ما يخبو بداخل كل حواء.. ما لم يستطع واقعها احتواءه أو حقيقتها تحمُّله.. قد تكون وسيلة دفاعية ذكية ضد الألم..

قد تصبح وسيلة آمنة للتعايش والتقبل السلمي للمفروض واللازم.

لكنها وجدت آدم الخيال.. بكل براح تمزج فيه ما ترضى به من واقعها لتهدئة جلد تلك السياط، وتصب فيه كل شغفها بآدم الحقيقة ومستحيلاته وتخلق آدم الخيال.

تلك المقادير القاتلة من عشق وجنون وأنامل مهلكة لرماد ودخان أدمنت رائحته، وأوراقٍ وعروق كسلٍ تسكب فيها همساتٍ من الراحة بعد الركض وانقطاع الأنفاس لاهثةً ما بين واقع وحقيقة وخيال.

تصل أخيرًا لمرحلة الراحة والسلام.. أو تدقيقًا الاستسلام.

يتبقى لها فقط خيالها، هو حليتها الحرة الوحيدة غير المقيدة بشروط، التي تستقبل كل تلك التناقضات، وتمزجها بمعجون ذاتها، هذا هو المكان الوحيد الذي تلجأ إليه، وترتشف منه الهدوء بعد الضجيج، والشفاء بعد جلد السياط.

لا مكان لشعور بذنب ولا محاكمات ونزاعات داخلية دائمة الفشل.

ها هي حواء تلجأ إلى كهفها المريح ثانيًا حيث لا صراع ولا ألم ولا جدال مع المستحيل بين خيوط متوازية تصرّ على الالتقاء.

فهو مكانها الوحيد، هو التكامل الأوحد الذي تستطيع أن تجمع فيه من ذاتها كل ماتمنت وحلمت أن تجده.. تلك المعادلة المستحيلة!

١+١ يساوي ١ كامل، ملم بكل ما فيها وفيه، ومكتمله منه بجميع نواقصها، فهو التحام آخاذ، تشعر فعليًا بإجاد نصفها الآخر دون تحايل أن يكون كذلك.

لكن وليفها في الكهف ليس الإنسان البدائي هذه المرة، ولكنه خيالها الذي يمكن أن تقبع بداخله حتى زوال عمرها!

تنتهي فيه ومنه وما يتبقى بالكهف إلا رماد أنثى ظنت في يوم أنها تركت الجنة كي تعيش على الأرض بكافة جوارحها، لكنها لم تقوَ وعادت إلى حيث ما بدأت..

ترنح وتخبط.. تداخل وتشابك.. وعدم فهم.. وانهيار لمعاني الإدراك كلها.. وفقدان الثقة فيها وبصحتها والهدف منها.

اختلاط وتذبذب وجهل بالمعرفة للكون بأسْره وكل ما يدور فيه، بدأ من غرض الوجود حتى التعامل والتواجد فيه ومنه..

قد يبدو الإنسان هكذا ضحية بجهله، مفروض عليه السقوط من أعلى جنات السماء إلى معاناة أرض غير مفهومة؛ كي يَركُض لاهثًا بقية حياته دون حتى أدنى معرفة لاتجاهات الطريق أو توقع ما يريد أن يصبو إليه.

طبقات الدنيا الثلاث ما بين واقع نعيشه، وحقيقة نتمناها، وخيال نلجأ إليه كي نُهدئ من روع نتائجنا بالحياة، ما هي إلا دوائر مفرغة نحبو من فقرة منها إلى أخرى حتى تصلنا لأولها مرة بعد مرة بعد مرة..

وتستمر حلقاتنا المفرغة فيها دون توقف حتى نعتاد على هذا المنوال، وندمن هذا الدوار، ويكون هدفنا الأول والأخير الوصول إلى سلم الخيال واستخدامه بشراهة كمسكن للواقع، وهروب من عجز إدراك الحقيقة.

أدرك مكانك الآن.. أين أنت؟

هل تعيش الواقع بأكمله أم تخوض في دوائره المفرغة.. عليك بمواجهة موقعك على الأقل قبل مواجهة ذاتك؛ كي تحصل على بوصلة تشير إلى أين المسار المفترض أن يكون.

أدرك مكانك وتعامل من خلاله.. يا إما هاتعيش حياتك تحنس حالك على شيء قد يبدو مستحيلًا أو تعاند في حيطة سد محتاجة تغيرك إنت الأول قبل ما تحاول تهدها أو تعدلها.

ده مش معناه أن تتخلى عن حقيقة ذاتك أو خيال يدفعك للوصول الى أحلامك لكن اعلم الفرق بين كل مكان وآخر وتأثير الجموح غير المحسوب بكل مرحلة.

الواقع طاغٍ وغالب تمامًا، كصفات اللون الأسود ليس في كآبته أو تشاؤمه، بل في قوته واكتساحه وقدرته على تغطية بقية الألوان الأخرى.

أما الحقيقة فمثلها كمثل اللون الأبيض، شديد النقاء والوضوح والهدوء، يجب حمايته كي يظل ناصعًا وجميلًا.

نصل إلى الخيال، فهو شفاف يُظهر عقلية مستخدميه، وكل ما هو شفاف ورقيق يكون ضعيفًا، ويتأثر بسهولة، ويمكن اختراقه بسلاسلة إذا تُرك دون تحكم أو قيادة من صاحبه..

الإدراك السليم للواقع والحقيقة والخيال حتميّ وضروريّ، والأمثل إحكام العقل في العيش بواقع حياتك، وتحمل نواقصه بالقدر المستطاع، وهذا يرجع لأولوياتك بالحياة التي تختلف عن كل إنسان آخر بالبشرية، ومزجه بقدر من الحقيقة التي يحتملها هذا الواقع في هذا الوقت، وعدم الشطح والمبالغة بالخيال حتى لا تصير لك كنقطة تعجيز للأحلام..

قد تكون الإجابة في حتمية تغير الواقع، وأخذ خطوة شجاعة لتحقيقه أو احتمال آخر في معرفة الفخ الذي وقعت فيه من تشتيت وبُعد عن أرض واقعك لإدمان خيالات واهية..

أيًا كانت النتيجة يجب معرفتها والوصول لها ومواجهتها على الأقل.. لا تقف مكتوف الأيدي بلا خريطة!

اجعل خيالك مُجزأً كأهداف تحتاج إلى جهد وترتيب، وإذا بدت لك غير منطقية بالمرة فعليك الاختيار بين التخلي عنها أو تبنيها وتحمل ألم بقائها بعالم الخيال..

يرجع الاختيار لك حسب أهوائك وأولوياتك ونواقص واقعك.. الأمور تظل أبدًا نسبية، لكن الوهم الأعظم في التعلق بالخيال واكتساحه مساحة زمنك، وأنت الأعلم بمنطقيته من عدمها..

النتيجة واحدة.. إدمان الخيال لأنه الراحة السهلة المتاحة في أي وقت،

مؤديًا لتشتيت جاحد ومتواصل عن الواقع والانفصال عنه والبعد عن الحقيقة، فهو فقط الركود في المنطقة المريحة.

انفراط سنين العمر كحبات العُقد المبعثر، لن تقوىٰ أبدًا علىٰ إعادتها كاملة مهما حاولت، ولن تنجو من ضريبة الحسرة التي هي أشد ألمًا من خسارة العمر ذاته.

وقد عانىٰ الكثير والكثير من البشر في اختلاط تلك المعاني، ولننظر لرموز العشق والغرام والأحلام..

حدّ فكّر يا ترىٰ ستدريلا كيف أصبحت بعد زواج الأمير، وما يليها من قصص الخيال التي غذت عقولنا في أوائل العمر، كما "سنو وايت" التي قبّلت الأمير ونجت بحياتها؟!

هل فعلًا نعموا بحياة سعيدة للأبد كما كُتب لنا آلاف المرات "And they lived happily ever after"

هل كتب لهم الرخاء والحب والجمال بالواقع دون تفكير؟!

هل كان الخيال كافيًا وكفيلًا بهم دون أن يخذلهم؟؟؟!!

لن نعلم أبدًا؛ لأنهم أصلًا من صنع خيال كاتبيهم الذين علىٰ الأرجح يطمحون لتقديم ما هو غير متاح في الواقع للمشاهدين؛ كسائر فنون الفن السابع وفنون الكتابة.

لكن دعنا نرسخ أكثر بمثال حيّ حقيقي في الواقع لأيقونه الغرام وقصة العشق الفريدة التي عدت جموح الخيال بين الشاعر جبران خليل جبران والأديبة مي زيادة..

لقد نما بينهم العشق لمدة عشرين سنة متواصلة فقط برقعة الخيال لم يتقابلا مرة واحدة!!

فقط تبادلا الخطابات عبر القارّات بوقتٍ أخذ فيه البريد شهورًا الوصول رسالة واحدة من قارة لأخرىٰ حيث أقام في أمريكا وعاشت هي بمصر..

وتغذىٰ علىٰ هذا الغرام الكاسح جميع أعمالهم الأدبية والشعرية الفريدة التي لم ولن تتكرر أبدًا..

بس ينفع نبصّ للقصة من زواية أخرىٰ؟

زاوية واقعية لا تقلل من مكانتهم الأدبية بشيء لكن تفيد ما بعدهم من بشر تائهين وحالمين.

بالطبع كل فنان يتغذىٰ علىٰ الألم ليصدر إبداعات غير مسبوقة لكن علىٰ الناحية الشخصية هل تمتعا بسعادة حقيقية؟

لقد أخذت مي زيادة(*) عهدًا علىٰ روحها بعدم الزواج، وظل قلبها

(*) مي زيادة (١٨٨٦ ـ ١٩٤١): شاعرة وأديبة فلسطينية شهيرة عُرفت بأسطورة الحب والنبوغ في الثقافة والأدب في العالم العربي.

الرجل والمرأة لغز لذيذ، في بدايته تكثر به التوقعات من الطرفين، وتنتهي بإحباط ونخبية أمل لكثرة الأخطاء التي يرتكبانها بالتساوي والعبث برقعات الحياة الثلاثة (الواقع ـ الحقيقة ـ الخيال) السابق تفسيرهم؛ بسبب الجهل بهم أو الاستسهال بخصائصهم وخطورة التداخل غير المحسوب بينهم.

وعلى فكرة هذا ليس لإسقاط اللوم على الجنس البشري، وإن كل الستات والرجالة وحشين وفاشلين بس لو فضلنا نعظم بروحنا على مدار الساعة غير مكترثين بالتحديات المتلاحقة التي لا تنتهي.. بلاش نرجع نعيط في الآخر ☺

أعرف كويس أن اختيارتك لشريك حياتك أو العلاقات عامةً أيًّا كان نوعها أو مدتها أو جدّيتها تختلف اختلافا كليًّا في أوائل سن العشرينات وآخرها.. وبين العقد الثالث من العمر ومنتصفه وما يليه من العمر من سنين بعد ذلك.

منطقيّ جدًّا! الإدراك والاحتياجات والأولويات تختلف إلى حدّ التناقض.. نضجك العقلي والحسيّ والجسمانيّ في حالة تطور جامح.. أحلامك ذاتها تختلف وتتنوع.. وتتبدل بقدر معرفتك الحقيقية لنفسك..

أهدافك واللي نفسك تعيشها وتحققها بتكبر وتتغير، وحلم زمان اللي كان بسيط ممكن يسيطر على كيانك في مرحلة عمرية مختلفة، وهكذا بالنسبة لوليفك..

نوعيه الصحبة اللي تشبّعك وتحسسك إنك كائن موجود بتحس وتتحس.. بتتغير

اختياراتك، بتكون ليها مقاييس تانية خالص!

العشرينات مرحلة عواطف جياشة مساحة العقل والتفكير فيها دايمًا

محدودة وغير عميقة.. أولوياتها روتينية إلى حد ما تهدف للوتيرة الواحدة وهي الاستقرار، ولكن في الثلاثينات فما فوقها، ينضج الإدراك وتختلف الأحاسيس والمشاعر والاختيارات، فتتنوع بين المغامرة وإيجاد وليف المعقل أولًا.. العقل الذي يأخذ دفة القيادة لظهور أهميته بعد تخبط مشاعر وعواطف العشرينات..

لكل مرحلة اختلافها، وعلينا احتوائها والتعامل على أساسها لأن نظرية وسنة الحياة أنها مراحل ومتغيرة على الدوام.. فالسعادة والحزن أو النجاح من عدمه فقرات نتأرجح فيها حتى نستطيع التحكم في خيوط حياتنا والسيطرة عليها واختيار الأنسب لنا بكل مرحلة.

وهكذا هي العلاقات ليس المقصود تغيرها بكل مرحلة لكن إدراك أهمية نضجها وإلا شاخت وذبلت ولم تستطع مجاراة الحياة بتغيراتها ومواكبتها بكل مراحلها ومراحلك معها، إن لم تتطور العلاقة بالقدر والإدراك الكافيين لكلا الطرفين نفدت وانتهت صلاحيتها مع مرور الوقت.

العلاقات لها أعمار كالبشر، بعضها عمره أطول من أصحابها والبعض الآخر أقصر، قد تموت وأصحابها على قيد الحياة، أو تتواصل وتعمق حتى بعد زوال أعمار محبيها.

لو عمرك ما حافظتش عليه وخدت بالك من صحتك راح منك بسرعة.. زي علاقاتك بالظبط!

أهم شيء في علاقتنا بالآخر هو طرح السؤال السليم!

أنا عايز إيه، واللي عايزه ده أقدر أديه عشان أحصل عليه؟!

لو فكرت أي داخل أي علاقة عشان عايز استقرار وحب وهدوء وإخلاص ومتوقع أنك تاخد كل ده بجانب طبعًا الإشباع العقلي والنفسي والجنسي.. إلخ.

الإحباط حليفك من قبل ما تخوض التجربة..

السؤال الأهم..

هل أنت قادر فعلًا على إعطاء كل ما سبق.. هل هدفك الأول إسعاد الآخر ولّا الحصول على سعادتك من هذه العلاقة؟

أين أولويات شريكك؟ هل تتوافق مع أولوياتك؟

هل توافقت وتجانست أعمارك؟!

مش مهم أبدًا مين أكبر أو أصغر من الطرف الآخر وبكام سنة.. العمر القدري مفروض علينا وليس بيدنا تغييره أو تعديله أو إطالته، لكن أعمارنا الأخرى التي نتحكم فيها هي الأهم والأكثر خطورة إن لم نتناولها بدقة وصراحة ومجهود.

هل فكرت في أنواع أعمارك.. تاريخ ميلادك وعدد سنين عمرك ما هو فقط غير عمرك البيولوجي اللي موجود في البطاقة.

عمرك العقلي هو مقياس لنضج إدراكك ومجهودك اللي فعلًا بذلته لمعرفة ذاتك ثم تطويرها، ولّا انت زيّ ماانت بنفس العقل، والسنين بس هي اللي بتزيد عليك؟!

العمر العقلي ليس له علاقة بعمرك الفعلي.

ما أكثر الناس البالغين من العمر الكثير، ولكن ثبّتَ عمرهم العقلي وتدنى لسوء استخدامهم لمميزاته وإهمالهم لمدى أهمية العقل بالحياة، وعلى العكس كم من ناس لم يبلغوا من سنين حياتهم الكثير، ولكن سبقهم عمرهم العقلي بعقود.

وعلى عكس الزعم الأبدي للإنسان بكرهه في تقدمه بالعمر، يكون

عشانه لتقدم عمره العقلي فهو يغنيه عن كثير من الآلم والتوهان والتخذال بحياته، فيجد أنها علاقة طردية، كلما نما بعقله كلما وفر سنين حياته المهدرة.

تأتي إلى العمر النفسي، ويرجع بالطبع لعوامل التنشئة والبيئة القدرية التي قد تكون سخية مع البعض، وبخيلة مع البعض الآخر وبمنتهى القسوة مع بعض منا، والإنسان هنا مُتلقٍّ بعمره النفسي، قد يأتيه وليد لا ينمو، أو عقيم لا يتقدم، أو غزير يسوقه للأمام.

ظروف التنشئة النفسية التي يجد الإنسان عمره قد نما فيها، ما هي إلا قدر محتوم إيجابًا أو سلبًا، مع العلم أن بداخل كلّ منا قدرة مختلفة تميزه للتأقلم والتكيف، وأيضًا المقاومة على ما يُلقى على عاتقه، خصوصًا بالأقدار المهلكة.

هنا يختلف المجهود المطلوب من كل فرد عن الآخر لنمو عمره النفسي كي يلائم فراغات تسببها له من حوله، ويرقى بروحه، ويسمو عن كل ما فات كي يتقدم بعمره فعليًّا، ويصبح وحدة كاملة لا تحتاج لآخر لإصلاح ما تلف منها.

مجهود جبار لكنه يستحق.. وتلتحم العلاقة الطردية مرّة أخرى بالنمو وتوفير سنين من الآلم والتشتيت والضياع.

ومجددًا تبقى الأهمية بإدراك موقعنا كما هو وتقبله وعدم الاعتماد على الآخرين في نضوجه والوعي إذا أتاك هذا العمر في جوع لاهث يحتاج منك لمجهود لمجاراة بقيه أعمارك والوصول لحالة ما من التوازن المقبول.

وأعلم أنك متعطش لحب ذاتك حتى لو كثرت عيوبك لتعويض ما فُقد منك دون أن تكون سببًا فيه.. ليس سهلًا لكنه ضروري حتى لا تشعر بأن أعمار عمرك معوقة مهما اكتملت وبقي فيها حفرة كلما ملأها الآخرون لك زادت فجوتها وألمها بداخلك.

الجوع النفسي والروحي من أخطر أنواع الجوع في الحياة حيث إنه يتسلل لدفة حياتك موجهًا جميع أهدافك وتفكيرك واختياراتك فقط لأولوية إشباعه من آخرين دون أن يدرك عقلك الواعي هذا..

كن متنبهًا وحذرًا وصادقًا أولًا بكل شعور وإحساس تشعره وتَصَرُف تقوم به، هل هو حقيقي خالص أم نابع عن احتياج لإشباع جوعٍ قديم.

مهما كانت قوة من حولك، فهم ليسوا أنت ليجعلوك أولوية.. الإنسان خُلق أولوية أولى لذاته، هذه فطرته للبقاء.

لن يتغير أحد من أجلك فقط دون رغبة منه ولا قدرة لآخر على تغيرك غير نفسك.. فلا تتوقع أن تشبع توقعاتك من غيرك.. من يدرئ بجوعك أكثر منك؟!

بالعقل كده.. محدش ها يشبّعك غير روحك.

ثم نأتي إلى العمر الجسماني أو الجسدي، وهذا متوقع معناه كما اسمه، فهو لحالتك الصحية والبدنية التي أيضًا قد تقلّ وتزيد عن عمرك الفعلي، وكما تنصحك جميع الكتب والمقالات والأطباء بأن الحفاظ على الصحة حفاظ على العمر بها لا شك فيه.

يا ترئ ليها حيّز كافي من أولاوياتك؟ ولّا أولاوياتك إتصبّت كلها في البحث عن من يسدّ حُفَر جوعك التي تزيد عمقها وفراغها مع كل محاولة من غيرك؟!

هذه أعمارك أنت.. ماذا عن أعمار وليفك؟؟ هل تدخّلت بالحسبان في اختياراتك؟!

هل صنّفت أولاوياتكما بأهمية كل منها؟

هل رجعت إلى الفطرة التي تم عليها بدء الكون منذ الخليقة؟

مين المفروض يكون أكبر من مين وبأيّ عمر نتحدث؟!

آدم منبع وجود حواء.. مش هانجادل للمرة الألف.. عليه احتواء كافة أعمارها عدا العمر الفعلي، فهذا يترتب على الشخصيات ذاتها، فكم من إناث أكبر بالعمر الفعلي حائزات على علاقات بمنتهئ النجاح، فهذا يعتمد على إدراك الطرفين لأهمية تلك المسألة، وإذا كان الفرق الأكبر أو الأصغر يشكل عائقًا عقليًا أو حسيًا أم لا.

لكن الأهم بقية الأعمار التي يتدخل في رقيّها أو تدنيها الإنسان ذاته..

إذا شعرت المرأة بتدني عمر آدمها العقلي أو النفسي أو الجسماني أمامها، دون أن تشعر وبحركة عقلية لا واعية له، سيسقط من نظرها بعدد سنين تدني تلك الأعمار؛ لأنه عكس طبيعتها وفطرتها وتنغلق بحَيْرة لا نهائية، لا تعلم من أين جاء الفتور والملل المتبوع بفشل صريح، مهما حاولت التمسك بالواقع وتبدأ في الشك بكافّة أمور الحياة حتئ تفقد الثقة بعقلها وإداركها لنفسها..

نفس الإحباط والتقوقع يغلّف آدم إذا ما شعر بأنه لا يستطيع مجاراة أنثاه والتخطي على بُعد وفرق عمريهما الجامح، يشعر بأن كل شيء حوله أكبر منه ولغز محيّر يصير مع الوقت شيئًا منفّرًا لا يود الاقتراب منه حتئ لا يشعر بأله وتضاؤله أمامها.

تجاهل آدم لهذا الشعور في جميع الأحيان هو الحلّ الأمثل له لأن هذا طبعًا ضدّ كل فطرة بداخل جِيناته.. فهو سيد الأرض، وخلقت حواء من أجل مؤانسته وليس إعطاءه شعورًا بأنه أقل أو أدنئ أو أصغر! لكنه

حتماً سيصطدم به لاحقاً وللأسف سيكون صعب التعامل وتقريب تلك المسافات التي بعدت بينهم كل البعد.

والأمر بالعكس إذا شعر آدم بعجز مجاراة حَوَّائه له في جميع أعماره العقلية والنفسية والحسية، وبقائها في نفس مكانها، ورفضها لأي تطور أو نضوج عقلي، وفكري وروحي، فهي تكبر فقط بعمرها البيولوجي أمامه، وتتأخر عنه بجميع أعمارها الأخرى، فبلا وعي لا تعدّ مبهرة له أو كافية لصحبة مشبعة.. فتفقد مكانتها كأنثاه.. فهي فقط سيدة تشاركه نفس المكان.

الأمر يشبه وعاءين أحدهما يجب أن يحتوي الآخر، فلا يمكن أن تشعر الأنثى بأنها أنثى إذا شعرت بأنها أكبر وأقوى وأعقل من الرجل، ولا الرجل يشعر بأنه رجل إذا تأرجح واختلّ بداخل وعاء حوَّائه في عقلها وروحها.

ومن هنا يبدأ التواءم والصحبة الحق والعثور عليها ليس سهل، ويتطلب جهدًا وعملًا متواصلًا ومهلكًا في بعض الأحيان.

رغم صعوبتها ـ لكنها عودة بنا إلى الفطرة الحقيقية التي فُطر عليها آدم، الصحبة لها أولاوياتها وأهميتها ـ تألم آدم من وحدته رغم وجوده بالجنة ونعيمها؛ لأنها بدون حواء، ورغم هبوطه لشقاء الدنيا وهلاكها لكنه رضي واصطحب وليفه للوصول للغاية الكبرى بمعرفة ربه.

والاستسهال للعثور على وليف وخلاص ديه بداية الكارثة؛ لأن الإعجاب ليس مؤشرًا على الإطلاق.. سهل أوي رجل يُعجب بست والعكس، خصوصًا لو همّا في حالة وِحدة أو بحث أو الاتنين سوا.. سهل أوي نحب الصفات الحلوة بس الأصعب نبذل مجهود عشان نعرف الأعمق ونواجه الواقع ونقول إنه مش مناسب رغم احتياجنا للونس.

المجهود ذاته يتلخص في عنائك إلى أن تصل لمرحلة محايدة بين نفسك واحتياجاتك التي تضعها جانبًا حتى تستطيع تقييم الفرد الآخر بمنتهى

الحيادية ومعرفته معرفة عميقة، وإذا كانا فعلًا متجانسين ومتوافقين نسبيًّا أم لا حتى يفوزا بالاختيار الصائب والاستعداد الشجاع في الخوض بالعمل المستمر على تلك العلاقة بكافة مراحلها.

أما التوافق الكامل اللحظي اللي من أول نظرة ده موجود لكنه نادر، ويدخل في حيّز الرزق وثمرة التوفيق الإلهي الذي يكرم الله به البعض وصولًا لمرحلة العشق ويُختبر البعض الآخر في عدم وجوده وعمل الإنسان على اجتياز هذا النقص..

فهل يُعْمِل الإنسان عقله حتى يصل إلى معرفة خطوات تحميه من تخبط إدراكه وفقدانه الإيمان بفلسفة الكون واليأس من إيجاد حياة متوازنة..

تعددت النقاط حتى لا تتساقط أولويات البحث عنها أبدًا، وكثرت الأسئلة والطلبات من بحث ومجهود ونية ومثابرة واجتهاد...

حاجات كتير

كل الأسئلة والوقفات ديه إن لم تُسأل ولم نتوقف عندها واستسهلنا وتواكلنا ولم نتوكل على الخالق..

ودخلنا كده بدماغنا.. فالأكيد ديه النتيجة دون أدنى اندهاش ☺..

ما يلي..

س ج

- عندك الشجاعة تحدد واقعك.. حقيقتك.. وخيالك لك ولوليفك إن وجد؟

- هل أنت راضٍ عن أعمارك كافة؟

اكتب لنفسك.. إنت بس!

كتاباتك هذه هي مرآتك التي طالما بحثت عن حقيقتها، تأملها بعمق وطور ما يحتاجه عمرك منها.

الزواج

«مؤسسة سعادة غير مؤكدة»

استيقظ فجأة من نومه كأنه يرقد في سُبات عميق طيلة ٣٠٠ عام كأهل الكهف.. نظر عن يمينه باحثًا عن الكلب فلم يجده بل وجد كائنًا آخر يشبه في تكوينه "أُنثى" .. محتمل أن تكون امرأة لكنه احتار في أمرها: "ديه نايمة ولا ميتة ولا مغمىً عليها!!" لكن صوت الشخير المتواصل وهول المنظر دل على شيئين.. أولهما حاله اشمئزاز ونفور لا إراديٍ، وثانيًا أن هذا الكائن لا يزال على قيد الحياة!

ما هذا الكائن؟! بقايا ملامحه تشير أنه بشريّ.. تكشف عن الوجه، لاحت له من بعيد ملامح تذكره رويدًا رويدًا، ثم نظر لنفسه فوجدها عارية.. أكان يضاجع هذا الهودج! قبل أن تزداد دهشته نظر لتلك الكتلة من الشحوم التي منعته من رؤيه قدميه.. لقد نبت له كرش بارع أكبر من الهودج ذاته!! إنها لم تكن مضاجعة بل حتمًا كانت صراعًا للأفيال وتحدّيًا للجبابرة..

تقزّز أكثر من الموقف ككل!!

تنفس ببطء يائس وبدأت الذاكرة في العودة كيترّب من الطيور المهاجرة تعود طائرًا تلو الآخر.

نعم إنها هي زوجته! لقد تزوجها فعلًا منذ بضع سنين لا يتذكرها، فترجل في أركان المنزل رأى لعب أطفال مبعثرة وغرفة نوم بسريرين صغيرين لملائكة نائمة يتحولون لشياطين فور الاستيقاظ.. كلها دلالات مؤكدة على التزاوج والتناسل..

كيف مرت كل هذه السنون دون أن يدري.. فرطت كحبّات عِقْد من ثالث عقد في حياته، وما هذا التحول في كل شيء من حوله بما فيهم نفسه.. من أول الكائن القائم بجواره، لتآكل خلايا ذاكرته، لحالة التعود المتأقلم على الإحباط..

لاحت على جبينه يافطة كبيرة الملامح جاحظة الحروف... "متزوج"

الزواج.. تلك المؤسسة المتناقضة التي يلهث إليها الإنسان ثم يزعم أنه مسَيَّر لها حتمًا، مع أن هذا ليس بصحيح.. وحين يبلغ مراده بالوصول إليها يتذمر من كل مكوناتها ورتابة أنماطها وروتينها المميت..

أليس هناك احتمالية ولو ضئيلة بوجود الخلل في تكوين تلك المؤسسة من الأصل.. قد تختار شريكًا خاطئًا يُطيح بإفلاسك، أو صائبًا يعلو بنجاحك أو خاطئًا فتستعيد إصلاحه، أو صائبًا لكنك تجهل مفاتيح نجاحه!

أليست بعض أنماط الشخصيات تهوى العمل الفرديّ وتنجح فيه أكثر من تكوين المؤسسات؟

تتكاثر الأسئلة والاحتمالات، ولكنها دومًا تدور حول المؤسِّسين أنفسهم وكيفية إدارة تلك المنظومة المسماة بالزواج..

من أذكى وأمهر طرق التفكير وأسرعها نتائج هي التفكير العكسيّ، أي تبدأ من حيث انتهى أو وصل إليه الموضوع، وتبحث عن أسباب وصوله لتلك النقطة غير المرغوب فيها دائمًا، مستخدمًا بعضًا من الموضوعية والتحليل، وجرعة أكبر من الصدق مع الذات مطعمة بأطنان من الشجاعة..

الرجل المتزوج.. كما هو متعارف عليه في الفكاهات والنكات: "زهقان ـ قرفان ـ محبط ـ مش طايق".

ومقولته الشهيرة: "الجواز مافيهوش غير شهر العسل".. وبتفاوت المستويات ودرجات التعليم والثقافات وحتى طرق الزواج المتدرجة من الغرام والانتقام مرورًا بالحب الجميل تباعًا مع الإعجاب والاستلطاف وصولًا لجواز الصالونات حتى جواز الإنترنت.. نجد أن كل الطرق تؤدي إلى روما.. عفوًا إلى الرتة التالي:

- "مالك عامل كده ليه؟"

- "يقطع الجواز وسنينه"..

الرجل وخصوصًا الشرقيّ بموروثاته وثقافته المفرزة في هذا المجتمع الذكوري الأصل يُشكل الزواج كمؤسسة مساهمة وليست شراكة مناصفة.. يمتلك فيها الذكر ٩٨٪ من الأسهم المادية ويفترض المعنوية والحسية. وهذا في حد ذاته عُرف عقيم لم يأمر به أي من الكتب السماوية مما يُكون لدى الرجل فكرة أن الجواز "همّ وغمّ" ولائحة طلبات أبدية، وبالطبع تأتي الأسهم المادية طاغية على حساب مسئولياته المعنوية والحسية مُشكلة أول عقبة ومفاجئة للزوج وصادمة للزوجة.

مع مرور الوقت ـ ليس بالطويل ـ يجد الزوج نفسه في فخّ لم يتوقع أبدًا أن ينحدر فيه برغم براءة شريكه من الإطاحه به!

يجد أنه هو بنفسه قد انزلق دون أن يدري.. فالأيام رتيبة مملة تشبه بعضها بعضًا، ليلة تلو الأخرى وصباح متطابق من الآخر كاستنساخ النعجة "دوللي" عديمة الإحساس والجمال!

لماذا فقد السعادة في كل ما كان ممتع لديه، وترك نفسه للإهمال والإحباط أن يرعاه ويصبح القائم على تربية صحته يغذيها بالضعف والوهن واللامبالاة! لماذا أصبح إنسانًا كارهًا لذاته ناسيًا تمامًا أي هدف من أهدافه يعيش به أو من أجله.

كيف تدهور به الحال لما وصل إليه من استسلام؟

فعلًا "مالوش نفْس يعمل أي حاجه حتى لنفسه!"

الزمن يركد به خلفًا.. يتدهور في كل أركان حياته حتى عمله الذي كان يفخر بنجاحه فقد الرغبة في تطويره وتركه للانحدار.

استرشادًا بمثلث ماسلو(*) الهرمي الشهير ـ الذي يوضح الاحتياجات الأساسية للإنسان بترتيب أولوياتها ـ نجد أن:

الزوج ـ والمصري خصوصًا ـ يفتقر إحساسه بمعظمها ويملّ حتى بالنظر على تطويرها إيمانًا بمبدأ (ضربوها على عينها ما هي خربانة خربانة وديل الجواز عمره ما يتعدل) وأولها الاحتياجات الفسيولوجية من مأكل ومشرب ومسكن وملبس وجنس...

عندما يصل الرجل لفقدان الشهية في احتياجاته الأساسية فاعرف أن مؤسسته في خطر.. وتتحول النعم والملذات إلى واجبات ومن ثَمّ إلى إجباريات ثقيلة يجتهد العقل بأكبر قدر على الفرار منها.

(*) هرم ماسلو: هي نظرية نفسية وضعها العالم أبراهام ماسلو، وتناقش ترتيب حاجات الإنسان الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية بالأولويات والترتيب.

"دايمًا حامل همّ رجوعه للبيت وأنه لازم ياكل من أكل المدام لا تزعل، وطبعًا بعد يوم عمل شاقّ ـ مثمر أو محبط مش فارق ـ لازم يفضل يتكلم ويحكي على الأقل ساعتين، وإلا المدام يجيلها رعب وهوس ـ اللهُمّ احفظنا ـ وتقول مولولة كلماتها المأثورة: "يا هوي! داحنا عندنا خرس زوجي.." .

ثم تأتي لفقرة المساء والسهرة، وهي المتعة الحلال الأعمق والأكثر إثارة في حياته ولكنها فجأة تصبح غير مثيرة بالمرة!! تتحول من جنس إلى روتين ثم إلى حركات رياضية لتفريغ مُلِحّ للطاقة، وبالتتابع تصل لمرحلة خمول وزهق.. لماذا لا يشتهيها مثلما سبق!! إن جلست بجانبه بدلال أحس بضيق تنفُّس، وإن استمرت بمداعبته تمنَّى أن تنتهي منها سريعًا ليؤدي مهمته ويخلَص ثم يتاح له حق التعذر على الأقل أسبوع.. لماذا إن لامس مواضع أنوثتها التي اعتادت أن تُشعله دومًا أصبحت الآن مثلما ارتطم بكاتفيها خطأ!

يخشى أن يبوح لنفسه بأن لقاءه الحميم معها يستلزم استحضار صور أخرى بعقله محفزة لاستكمال الممارسة.. صور تخلو منها تمامًا ولا رائحة لها فيها لأن الأغرب أن رائحة جسدها أصبحت مختلفة له ولا تثيره بل على النقيض تنفره بالرغم من ثبات ملامحها فهي نفس الأنثى التي أصبحت بعد وقت زوجة!

الجنس ـ أو "ممارسة الحب" كيفما يجب أن يطلق عليها حديثو الزواج المحبين ـ أصبح الآن كالخبز البائت الواجب أكله قبل تلفه.. يعرف كيف يبدأ بملل ومتى ينتهي برتابة.. يفتقر لأي جديد ومثير.. بل خرج من حيِّز أداء الواجب إلى المجهود لإتمام الواجب!

لماذا تبلَّدت حواسُّه فجأة مع أنه بيولوجيًّا في أتم عافية وكان شرهًا جنسيًّا كما يتذكر حاله من وقت بعيد مضى.. لقد تدنى الأمر به إلى الوصول

أن الأكل هو المتعة الوحيدة المؤكدة في الحياة حتى صارت دون طعم!

يلوم عليها معظم الأحيان ويلوم على ذاته الأحيان الأخرى، مما يجعله أرضًا خصبة لاستكمال رحلة الإحباط المؤدية لحالة التبلد والاستسلام.. يأكل ببطء حتى تضمر بمخيلته صورته الأولى..

لكنه يترك داخل نفسه صورة مؤلمة لذاته.. المُستنفذ:

"أنا طور في ساقية.. داير ما يدور.. لا شايف عتمة ولا حتى نور"

منذ دخولي تلك المؤسسة وأنا (أستنفذ) أُستهلك ماديًّا ونفسيًّا وجنسيًّا ومعنويًّا دون راحة أو أي مبشّر لها، بل على العكس فأنا في امتصاص مستمر ومتصاعد..

لو لم أكن متزوجًا لكنت حرًّا.. ثَرِيًّا.. مغامرًا.. معاصرًا.. عاشقًا وسعيدًا.

آخر ما يتمتم به الزوج البائس ليكمل حسرة سيره في دوائره المفرغة.

ومن أضيق دائرة من مُهاترات حياته يبدأ في التفكير بحل لإيجاد سبيل للسعادة الزوجية!!! غريب برضه مش كده؟!!!

كالمريض بالبَرَص الذي يُهرع للعلاج من المغص الكُلَوي!! كلاهما مرضان عويصان يحتاجان لعلاج كل منهما على حدة، والأخطر الذي لا يعلمه الزوج المعصوب عن الرؤية ذات النوايا الحسنة أنه ينشر البَرَص في المنزل بأكمله، ويشعر بالإحباط ليس فقط من فشله علاج المغص الكلوى لكن لنقل بَرَصُه لمن يريد شفاءه ويصيب كل من معه في تلك المؤسسة بإحباط دائم.. ودوخيني يا لمونة.. تزداد الأمراض يومًا بعد يوم، وتُثقَل الحمول وتتصارع الهموم لإحناء الظهر واحتلال الكتفين والرقبة في تصاعد رأسي كي تتربع في عرش المخ بأبدية مُفرزة أخطر أمراض العصر.. ألا وهي:

التأقلم المتنكر وتعريفه العلمي "الإنكار" Denail وتزينه بالتمويه الذي يشبه في ذكائه قاهرة الموساد الأولى نادية الجندي(*) في أرشق طرق التخفي تحت الاسم المزيف "الرضا" لكنه بمعجم الحقيقة هو: "الاستسلام".

بإهمالي المخزون الحالي لهذا الإنسان الذي يرثى لحاله دائمًا.. هل يتوقع سعادة تغدقه كي يغطي بها من حوله ويتم دوره بالحياة كراعٍ مسئول عن سعادة رَعِيَّته؟؟؟

احترامًا لبواقي عقلٍ ما لا يزال على قيد الحياة... أكيد لا.

وإن عُرِفَ السَّبَب بَطَلَ العَجَب.

اختصارًا لكلام الكتب والنصائح متوّجة بمقولة ابدأ بنفسك وكن التغيير الذي تريده بحياتك.. أرجوك قبل البدء السليم بتطوير ذاتك.. الأهم أن تراها أنت وتعترف بها أمام مرآتك.. كيف تسللت الشيخوخة لأوصالك في ريعان شبابها، وتركت الأتربة تغطي جلدك مكونة طبقة ثامنة غير سوابع طبقاتك المعتادة!

هل حقًّا كنت ضحية كاملة لتلك المؤسسة آكلة لحوم البشر أم لك يد بالتواطؤ مع الروتين في نهش شبابك.. ونحر طموحك.. أم يخذلك عقلك بكسله أو إدراكك بجهله في إنجاح تلك الشراكة وإسعاد نفسك أولًا كزوج لتسعد شريكتك في منصب الزوجة؟!

ألديك ما يؤهّلك من علم ومعرفة لعمل شركة من الأصل.. أم كنت منساقًا (منقادًا) خلف المفروض واللازم لإنشاء بيت وأسرة وساعة الجد هلكت وأهلكت من حولك؟! أفليس الغد بعيد وليس الفشل هو الإجابة

(*) نادية الجندي: ممثلة مصرية مواليد ١٩٣٨ م اشتهرت في سينما الثمانينات في الوطن العربي في أدوار الجاسوسية الخطيرة ومراوغة الموساد العتيد وأهمها فيلم مهمة في تل أبيب و٤٨ ساعة في إسرائيل.

الموحدة لكل اجتهادات تفكيرك ومحاولات توسيع بؤرة نظرك لمخاض إدراك جديد ووليد نقيّ دون شوائب أعوامك السابقة..

لحظات بطيئة مرت بعقل الزوج استرجع حياته كشريط سينما صامتة ولكنه لم يقوَ هذه المرة على إخماد ضوضائها بداخله، فشعر بومضة من بعيد.. بضوء خافت قد يجعله يراجع أعوامه فيما أفناها، ثم أحنى رأسه لأسفل مترجيًا ذاته لعله في يوم يبدأ بالتغيير.. لمح عن قرب من يجلس بجواره في الحيز الجغرافي لكنه أبعد ما يكون في حيز كونه وعقله.. أعلى منصب بعده في الشركة..

كانت هي.. الزوجة تجلس على المتكأ المسمى بالعائلي الذي ينقسم - لاسيما بعد سنة على الأكثر - بالتساوي أو الظلم لتحتل هي الحيز الأكبر بحجة وجودها في المنزل أغلب الوقت عن الشريك دائم الاختفاء المسمى بذهنها الحاضر الغائب..

(الخايلة الكدابة) ببعض طبقات المجتمع الأخرى.. (مالوش تلاتين لازمة ولا بيهش ولا بينهش) ببعض المجتمعات الأدنى.

تتكون الزوجة عادة من عدة طبقات نفسية وتراكمات شخصية متناقضة بحكم التخزين والركود من المناهدة بين بواقي العقل والعواطف لإجابة سؤال واحد: "أين أنا؟"

هي فعلًا زوجة وغالبًا أمّ وربة منزل أو عاملة وصديقة لأمهات مثيلاتها، وقشور حياتها الخارجية توحي بالتفاعل والانسجام بين أدوارها المتلاحقة لإتمام كادر الحياة العائلية الزوجية المتهنية التي لا ينقصها شيء بمقاييس مجتمع تكتشف لاحقًا بأن أغلبها عقيم لا يمكن أن تتخذها مقياسًا لسعادة ذبابة.. فتضطر للجوء لمقاييسها الذاتية والذي يتطلب مجهودًا ومخاطرة عامل ساذج في منجم فحم لأنه قد يؤدي لانهيار الجبل على دماغها

فجأة مع وجود احتمالية كبيرة لعدم إيجاد الفحم أصلًا أو مقياس شاف وإجابة مشبعة لحيرتها.. فالأبواب موصدة لكنها أحيانًا بل غالبًا تشعر بالعراء، ورغم الطلاء الجديد في الحوائط لكنها على يقين بتشققها رغم عدم رؤيتها للتصدعات.. تشعر بنقاط مياه تقطر باستفزاز مع يقين بجفاف السقف والأرضية.. فكأنّ جنونها الآن بالميزان الراجح لأن الواقع أخرس لا يساندها بأية دلالات.. تشعر أنها اقتربت من عش دبابير لا تقوىٰ على لدغاته وطبعًا كما أن الجبن سيد الأخلاق فالإنكار ربها.. تتراجع في كبرياء وخفوت لمنطقتها المريحة وتلعن عقلها الذي بدأ في النبض والمطالبة بغذاء يعينه على الحياة..

أسهل وآمن أن تتكأ بمجلسها، وتعبث بأناملها بين أجهزة الريموت والهواتف المحمولة وما يحمله هذا العصر من مُلهيات إلكترونية عدة تتنافس بتألق في بلاده العقل وإجهاد ثوراته وإلهائه..

تغفو جفونها بحكم التعود، محاولة استكمال حالة الإنكار بأنها في حالة جيدة وعيشة هنيئة تُحسد عليها ولكن لا تزال حيرتها مؤكدة بعقلها الذي لا يهدأ ولا ينام..

تحلم غصبًا بأيام مراهقتها الأولىٰ، وتتذكر ذلك الشغف التي كانت تنتظر به تلك الحياة.. تلك البهجة وهذا الوهج الذي يتوّج نضارة لا تنتهي.. فتتحسر على طاقة طالما كانت بداخلها تشعلها بشغف لكل أدوار الحياة لكنها استُنفِذَت تمامًا لدرجة أن طَمست ملامحها من الواقع، قد تتذكرها من بعيد في حلم قاسٍ أو صحوة تأتيها من كل حين إلى آخر..

الإحباط يحاصرها بمنتهىٰ البراعة مغلفًا إياها بجملة "مفيش فايدة".

بحسها الأنثوي العاطفي تستيقظ لاعنة الأقدار التي ساقتها لذلك المصير المحتوم.. "أنا اتحوزت واندفنت بالحياة!"

تكون فريسة بمنتهىٰ الإغراء لنوبات الاكتئاب المتصاعدة واحدة تلو الأخرىٰ.

تشعر بالحزني من نفسها.. أخشيت مواجهة ذاتها بالواقع وهربت للحلم كي تصل إلىٰ ما بداخلها بوضوح وصراحة؟!

أهي فعلًا بهذا القدر من الضعف والوهن..

لماذا كل هذا الفزع من وقوفها عارية بالمرآة.. هل دومًا تريد الغطاء؟

نعم.. الأنثىٰ بطبعها تهرع للغطاء والحماية وإلا ماخُلقت من ضلع أعوج مستتر داخل جسد هو سبب وجودها.. وليفها بالدنيا الذي إن لم تستطع أن تتغطىٰ به والعيش بكنفه مُحتمية بضلوعه لا تجد سبيلًا آخر وإلا الاختناء تحت إنكارها وخوفها كي تتصدىٰ للعراء بأي ساتر.. الساتر الذي لم يعد زوجها الآن!

مهما أنكرت المرأة وأصرت على الاستقلالية والمساواة سيظل الجزء الأنثوي بداخلها لا يشبع إلا بغطاء آدم..

لكن غطاء آدم غطاء سوي فطري.. أما غطاء الإنكار فهو غطاء مرضي مكتسب لتجنب مواجهة الذات.

تنظر لمنظومتها كما هي.. تلك المنظومة المستورة ماديًّا واجتماعيًّا والجافة نفسيًّا.. مُتآكلة عاطفيًّا.. مُغيبة جنسيًّا.

وبغريزة البقاء المذكورة مسبقًا في هرم (ماسلو) تتساءل الأنثىٰ عن حقوقها بالحياة: أنا واخدة إيه؟!.. أين إشباعاتي المنسية؟

أين اندثرت أنوثتي؟!

أتذكر فقط إني أنثىٰ عند النظر إلىٰ خانة النوع في بطاقة الرقم القومي..

وأين وليمي وغطائي لكل هذا العراء! كيف يتركني وحدي في حالة من الجوع والادعاء اللا نهائي.. إنه آتم بكل ما تحمله الكلمة من معنى.. إنه هو المسئول الأوحد عما أُصبت به من شلل وتشتت وتخبط في منتصف العمر.. فأنا مُتنكرة بكل أدواري ولا أنتمي لأي منها في هذه الشركة المستمرة المهددة دائمًا بالإفلاس ولكنها لا تُفلِس بل تستمر في النزف كمريض سيولة الدم الذي يقطر دمًا وألمًا يومًا بعد يوم لكن القدر لم يكتب له بعد معاد رحيله.. طالما تمنى بعقله إباحة الموت الرحيم..

موت لا يكون له يد فيه كي يتحاشى مسئوليته وإحساسه المميت بالذنب تجاه ذاته ومن حوله..

تتقوقع الزوجة عادةً في دوائر اللوم المُفرغة على الآخر فهي كائن هش من الداخل بطبيعة خلقتها وتتوقع دائمًا أن يكون هناك المُلام من أشخاص وظروف قبل أن تكون هي طرفًا في اللوم.. فذلك الشريك أخلَّ توازنها وتسبَّب في تشويشها عن مسارها وفقدانها الشهية في كافة ألوان الحياة، تخلى عن كل أدواره معها كزوج وأب وأخ وصديق وعشيق وحبيب، وترك لها الجمل بما حمل ترعاه وحدها دون مشاركة، فتهاوت كل توقعاتها ورسب في جميع أدواره تجاهها.. فقدت الرغبة والنَّفس في كل شيء تقريبًا في حياتها.. تحَلَّك سِرّ، كلما اعتقدت أنها أخيرًا وضعت قدميها على طريق مثير في حياتها الأسرية أو المهنية لا تلبث أن تفرغ منها الشحنة المؤقتة التي تشعلها لمغالبة الشعور الدائم بالفشل والإحباط التي تصيبها وحدها برغم فوز الآخرين بالنعيم!

دائمًا هي على يقين أنها وحيدة بتلك الكارثة والقنبلة الموقوتة وكل ما حولها في إشباع واستقرار متصاعد..

بالرغم أن جميع الشركات ذات الأوجه الخارجية المزينة شديدة السخاء التي تعتني بالكمال الخارجي تعاني من نفس التصدعات حتمًا لأنها عادة

تكون علاقة طردية ووسيلة نفسية دفاعية لأصحاب التصدعات لإظهار السعادة المطلقة كأول وسائل إنكار الألم والمشاكل غير الظاهرة.

بالتفكير في الغير ورؤية ذاتها معًا، تشيخ ملامحها وروحها، رغم صغر سِنّها لمجرد ذلك الإحساس الكئيب بأن سنين عمرها تضيع نصب عينيها دون أي تحكم منها ولا أي إنجاز يذكر بل الأسوأ أنها تقوم بدور المشاهد فقط لتلك المباراة المملة التي تنتهي بخسارة الفريقين!

عقل الزوجة له فتيل كالدينمو وهو متعدد الأعمال على عكس العقل الذكوري الذي يبرع في عمل واحد في وقت واحد.. لكن عقلها العاطفي عليه أن يكون زاخرًا برصيد وافر كي يتحرك خطوة تجاه ذاته أو تجاه الطرف الآخر.. إن أحست بالزهو لذاتها انفرجت أساريرها وعملت المزيد من أجل زيادة هذا القدر من السعادة الذاتية، وعلى هذا المنوال إن كان لشريكها رصيد وافٍ بداخلها تغدق عليه نهرًا جيّاشًا فتصبح سخافاته نكاتًا مضحكة تميزه عن غيره وخفقاته تجاهها تتلقاها بصدر رحب، سخية بالأعذار له من حمول الدنيا والمآسي التي يواجهها بمفرده.

وهذا هو أهمية البنك العاطفي بين أيّ زوجين في شتى مراحل العمر والحياة.. الرصيد العاطفي لكل منهما لدى الآخر.. أشد ضرورة من استثمارات رصيد بنوكهم المادية، وهذا ليس بكلام أحلام وخيال بعيد عن الواقع الماديّ الملموس بالعكس، ثراء الأرصدة العاطفية لكل زوج تجاه الآخر كفيل بإشعال الحماس في الحياة العملية لثراء الأرصدة المادية الفعلية ذات الأوراق الملونة التي تستخدم كوسيلة وليست غاية لإسعاد كافة الأطراف، وتنتهي أيضًا بزيادة رصيدهم العاطفي.. فأرصدة البنوك مهمة في تأسيس الحياة، لكن الأهم ترتيب أولوياتها لزيادة استثماراتها واستمرارها.

الأنثى لديها قدرات خارقة فعلًا لتجعلك ملكًا متوَّجًا وأسعد كائن في الوجود لكن لن تفتح تلك الطاقات الهائلة إلا بالعثور على مفتاحها السليم والخاص بها وحدها، وتشبع ما بها من توقعات واحتياجات باهتمام وصبر واستمرار.

لكن واقع الزوجة نقيض هذه التوقعات، فنفس الشريك المرغوب سابقًا هو الملفوظ حاليًا ببساطة؛ لأن الإدراك المتراكم يلعب دور البطولة في إنجاح أو تحطيم تلك الشراكة..

لقد تلوث فعلًا إدراكها له من أتربة الحياة والركود المتراكم التي لم يحاول أحدهما أبدًا إزالته أو تفهم سبب وجوده.

لقد تشوَّه إدراكها له لدرجة عميقة تخشى مواجهتها.. طالما كانت تهوى إسعاده وإغواءه.. طالما عشقت ذلك الارتباط الذي يحميها.. طالما كان لقاؤهما الحميم مُنتظرًا ومرغوبًا وتراه على قدر عامر بالمسئولية لتهوي بكافة أحمالها على عاتقه لكن بمرور الوقت وتآلق الواقع بسخافاته وانعدام التصدي له بمنتهى السلبية ومواجهته لحماية تلك العلاقة.. أصبح الفتور فردًا من أفراد الأسرة، واللامبالاه وعدم الاهتمام بالتفاصيل روتينًا.. فهو الآن مُستفزّ لأقصى درجةٍ بِصَمْتِه، وغير مُشبع بالمرَّة في كلامه وآرائه ، أفكاره في منتهى البلاهة، وقراراته في منتهى السذاجة.. فلا تثق أو تعتمد على هذا العقل والكيان في شيء، أما لمساته فأصبحت منفِّرة.. تتمنى أن تنتهي سريعًا فلم يعد أي شيء يشعلها فيه بل يطفئها، فتتراكم رمادًا تتمنى لنفسها أن يكون هذا هو الجماع الأخير!

عندما تشعر الزوجة بأن كل مسئوليتها ـ بداية من دورها كرَبَّة منزل وأم مربية لأولادها وزوجة وصديقة ـ أعباء مميتة ثقيلة تهرب منها، وفقط تضطر لفعل الضروري تجاهها؛ تجنبًا لوخز خناجر تأنيب الضمير.. عليها أن تعلم بأن رصيدها أمام ذاتها أوشك على النفاد، ورصيد شريكها لديها مرت فترة

صلاحيته، وأن القادم ما هو إلا ضغوط وإحباطات تلزمها بإعاده الشحن عنوة.. فيُغتصب عمرها فعليًّا في سراب وهزال نصب عينيها.

إن بدأت الزوجة بالتفكير من هذه النقطة المحملة بهذا الكم الهائل من العواطف السلبية، من غضب عارم ساخط على قدَرها وحظها وفيضانات الحزن والحسرة الجياشة، ناهيك عن الخوف من العراء والإحساس المهول بالذنب تجاه نزيف تلك المؤسسة، فالعاقبة دائمًا تكون وخيمة.. الكارثة ليست في إنهاء الشراكة بل العجز عن إنجاحها أو تصفيتها نهائيًّا.. هذا هو الوجع الأكبر..

أنصاف الحلول والرقص على السلالم المتلصمة.. تكون أشبه بالمشي حافي القديمين على زجاج مكسور.. في كل خطوة ألم وجرح يعمق بالخطوة الأخرى.. وليكتمل عذابك عليك بالرقص على تلك السلالم حاملًا ليس نفسك وحدك بل صغارك الذين يأتون الدنيا منتظرين الشركة الكاملة أو البيت المثالي..

يترتب عليه ما يأتي في هذه المنظومة..

البيت

«المأمن والسكينة.. أو كما ندعي أنه كذلك»

الشركة المتلصمة لها دلالتها ومواصفاتها وسهلة التمييز دون غيرها.

فتشعر بداخلها أن كل شيء رغم اكتماله ناقص.. فيكون الهدوء ساكتًا مميتًا أما الصخب فمؤذٍ ومتلف..

الجوّ العامّ مكتوم كاستنشاق هواء مستعمل، والإحساس بالضيق متلازم مع براح المكان.. منزل بلا روح ولا حياة لا يرتقي ليكون بيتًا دافئًا منعم بوَنس من فيه.

تشعر بأن البيت بأكمله تحت عدسة مكبرة تضاعف وتبالغ جميع المواقف والمشاعر.. سبب تافهٌ قد يُشعل فتيل الزوجة كقنبلة موقوتة تنتظر الانفجار في أي لحظة تحرق وتدمر كل ما حولها لأسابيع وأوّلهم نفسها.

أقل الأصوات ضوضاء غير محتملة، وأبسط المشاكل كوارث لا حلّ لها، الأب مكبَّل دومًا بها لا يستطيع تحمله.

شجار الصغار المتعارف عليه يأتيه كصفير الحرب العالمية الثالثة، فيسب ويلعن كل ما هو حوله متمتمًا: "سُحقًا لهؤلاء الشياطين سأقتل من لقّبهم

بالملائكة!" عليه مغادرة هذا البيت وهجر هذا الكوكب حالًا!

أي سبب وجيه أو غير وجيه يدفعه نحو باب المغادرة.. بالنسبه له راحة مؤقتة من الحجيم الأبدي الذي لا سبب واضح ولا حل منطقيًا له بعقله!

البيت يصبح كـ "بنسيون" للإقامة الضرورية فقط.. وبالطبع الرجل بحكم ظروفه ينجح في الإفلات منه في أغلب الأحيان بينما هي تشعر أن هذا أفضل للجميع حتى لا تواجهه منوال كل يوم من صمت مؤلم أو صراخ قاتل.. المؤدين بداخلها إلى نفس النتيجة: "إمتى ربنا يرحمني واخلص من القرف ده!"

بداخل هذا الكيان المتهالك تصبح المناقشات عبارة عن جلسات من الحالات الدفاعية العدائية بين الطرفين.. فكلاهما متحفز للآخر على أهبة الاستعداد لتصفيته فورًا وإلقاء اللوم عليه والتخلص من أيّ ذنب أو تقصير قد يلقيه الآخر كي يبرئ ذمته من هلاك تلك المنظومة.. وتستمر العلاقات في الضمور حتى ينسى طرفاها ما كانت عليه يومًا من الأيام بما يسمى على قدر من الطبيعية.

ثم نأتي إلى اليوم السعيد المنتظر أسبوعيًا من هذه العائلة المسمومة.. يوم الجمعة.. يوم الاجتماعيات والأسرة الصغيرة والكبيرة والأصحاب والمعارف والأقارب.. يا له من يوم عظيم!

واقع إحساسه عليها ـ مهما حاولا إخفاءه ـ بشع كإحساس "حقنة شرجية في ناسور!" مؤلم ومجبور وملزم وما يجعله أكثر ألمًا أن عليك أن تُظهر وتُتقن تمثيل أبرع أدوار الانتشاء والسرور طوال هذا اليوم المجيد.

فالزوج ليس لديه أدنى رصيد تجاها لتحمل سخافات بعض أفراد عائلتها الكريمة المقصودة أو غير المقصودة، كما يرى جميع صديقاتها وذويهم

على نفس درجة استفزازها وعدم رضاها كأنها فيروس مُعْدٍ أصابت به كل ما حولها وعلى صلة بها.

لكن حقيقة الأمر غير ذلك.. فهو يدركها بهذا الإحساس المنفِّر، وبالتالي يتعمم إداركه لها على كل من حولها ومن يتصل بها من بعيد أو قريب. وهي كذلك، فكل عائلته وأصدقائه ومن يأتي من طرفه صورة مكررة منه ومن سلبياته وصمته، فلماذا تتحمل الأعباء الأسرية والاجتماعيات، فهي لا تنتمي لهولاء من قريب أو بعيد، ببساطة لأن الحلقة الوحيدة بينها وبينهم مفقودة، زوجها - أي جسرها الذي كانت تعبر إليهم به - تهدَّم وأصبح أشلاء لا تقوى على حمل ذبابة.

يحاولان الفرار من ذلك الروتين ويتنزهان بمفردهما كعائلة صغيرة سعيدة.. لكن اليوم لا يختلف كثيرًا.. فالاختيارات ليست متعددة والصمت أغلبها أفضل من النّقار دائم التحفز، مواضيع الكلام المشتركة تضاءلت إلى أنه لم يتمكن من رؤيتها حتى بالعين المجردة.. يؤدون واجبًا تجاه الصغار دون طعم ويمضي الوقت بطيئًا مملًا ليس بهِ جديد يقال، وإذا انتهت فقرة الطعام يرواد كلاهما الارتياح بأن اليوم أوشك أخيرًا على النفاد.

بداخل كل منهما سؤال محيِّر؟!

لماذا دائمًا يحتاجون لوسائل مساعدة وإضافية لتمضية الوقت بطريقة أسرع وأسهل ومتمنين أن تكون محملة ببعض مسكِّنات السعادة المؤقتة.. كالبحث المُضني عن أشخاص آخرين يشاركونهم نزهتهم؛ لأنه من الصعب تمضية بضع ساعات وحدهم، سيكون الملل حليفهم في أولها، والشجار مصاحبهم في نهايتها، مع وجود آخرين قد تصبح أظرف وأخف وطأة!

مع البحث عن مُلهيات كثيرة تُزاحم بها اليوم.. فأكثرها انتشارًا "خروجة سينما وعشا ".. خِلص الفيلم وخِلص الأكل يالا نروّح!

وقد يلقي لهما القدر أو "الزّنّ" بفرصة رحلة أو سفر يستعيدان فيها حرارة الأشواق وترانيم التواصل ومقدسات الزواج، لكن حتمًا النتيجة التي مخيبة آمال كافة توقعات كتب الإرشاد الاجتماعي والزواج السعيد!

" زهق"!!!

"هانعمل إيه ٤ أيام بحالهم ليل نهار لوحدنا.. هننام مع بعض وبعدين؟! ما هو هو نفس اللقاء.. نفس البداية ونفس النهاية.. نفس الحدود ونفس الإحساس شبه شرب مياه سخنه في يوم درجة حرارته ٧٠! ".. ديه شَربة!

ممكن يسكن عطش أو احتياج مُلحّ، لكنه لا يروي احتياجات أعمق من الجنس بكتير.

عقله داير زي الموتور منتهي الصلاحية:

- "بس لازم أبقى رومانسي واعمل زي مشاهد الحَبِّيبَة عالبحر أو الجبال ولا أي مكان نقضي فيه المدة! وإلا هاتقلب بوزها شبرين!!! ده الجيش رغم قرفه بس مليان ضحك ومسخرة.. هي سفرية ولا عقوبة.. إيه النفخ ده.. يا مهوّن".

عقلها بيعذبها وبتتاكل مكانها ومش باين عليها:

- "هي ديه السفرية اللي مستنياها بقالي سنة! ده ما حاول يعبّرني ولا حتى يمسك إيدي ويبصّ في عنيّا اللي غالبًا نسي لونهم وشكلهم دول! أنا مش مكتوبلي أتهنى في عيشتي ديه أبدًا!"

كل واحد عايز ومتوقع شيء تقريبًا مش موجود عند التاني أصلًا بسبب اختلاف النوع أولًا بين ذكر وأنثى وثانيًا والأهم اتجاهات العقل المتناقضة المنسية من سنين.. لم تُمس ولا يوجد محاولات حتى بتلاقيها.. فوسائل المتع والترفيه والسعادة موجودة، ولكنها لا تؤثر ولا تُستخدم، يندهش أصحابها

باحثين عن إجابة: "لماذا نحن تعساء رغم توافر جميع عوامل السعادة!؟"

تماماً كمقارنة إيجابة السؤال الشهير: "ياترى هو القطر أسرع ولا الزرافة أطول!"

هي المتعة الناقصة والأكثر عذابًا: أن تتوافر كل أساليب الإمتاع فعلًا، لكنك تظل تتشوق للاستمتاع..

للأسف بقى صعب الانبساط الفعلي النابع من الأعماق الذي لا يُنسى مهما مرّ عليه الزمن.. بقى شيء غير موجود!

فتنتهي الرحلة وتتكاثر الإحباطات بداخلهم.

هو هو نفس الإطار الذي يجمعهم بأي ظروف بغضّ النظر عن المكان والأحداث.. إطار فاضي يحتاج الكثير من الجهد لملء فراغه!.. المشكلة مش في البرواز.. المشكلة في الصورة اللي جواه.

الإطار ميت يحتاج لصورة بها حياة ومقومات استمرار.

تجنب تمضية وقت ذات قيمة وحدهم ليس له إلا معنى واحد هروب تلك القيمة بينهم.. الرابط الاختياري الذي يجعلك ترغب بحرية في تمضية وقتك مع كيان وعقل وروح وإحساس وجسد الآخر.. تلك الصحبة، الجليس، الكنف والونيس.. ذلك الإحساس الذي قد تجده مع أشخاص آخرين وتتمنى في أعماق ذاتك أن تجده مع ذلك الشريك!

فتراودك خيالات وصور وسعادة في براح؛ مجرد تذكره تنتهي بصدمة، بتساؤل: "هو ليه الإحساس ده مش موجود بيننا؟!"

فتظل حائرًا صامتًا مُلجمًا عقلك عن إجابتك لا ترغب أنت بسماعها.

ثم تُفكر بخباثة: "الخيال نعمة واللي يرفضها يعمى ☺.. لو الواحد

المناسب على خياله.. كان اتسجن في المهد واترجم في السّبوع!"

الإنسان يعشق اللف والدوران متفاديًا المواجهة، ينافس النعامة في دفن راسها بالرمال، ويفوز عليها في تصديق شكله الجديد.

"أنا كويس.. والدنيا كلها كده.. أنا بس عقلي ساعات يشطح بعيد" يرجع سريعًا لنقطة البداية وتكملة حلقات حياته المفرغة.

روتين مملّ؛ باستمراره يصل الشعور لحالة من التبلد واللامبالاه تزيد الحمول تلقائيًا على عاتق كل من في هذا البيت المتصدع.

الحمل الأكبر أن كلا الطرفين في حالة بحث متواصل عن سبب بقائهما في تلك المنظومة ولا يجدا سببًا شافيًا، هل هو خوف من تحمل نتائج أكبر منهما أم تعود مؤلم أم كسل، حتى في محاولات إنقاذ ما يمكن إنقاذه، أم إحباط تامّ تيبس بواقع مفروض عليهما بإبقاء الوضع كما هو عليه، وعلى المتضرر اللجوء إلى عقله كي ينقذ ما تبقى من عمره أيًا كان المخرج؛ بالبقاء الناجح أو الفناء الناجح أيضًا.

الحيرة دائمًا تقمع في عدم وجود أزمة واضحة أو مشكلة ملموسة يمكن تسميتها والتصدي لها، وهذا أبشع، لكنها تراكمات مهملة أدت إلى شروخ واضحة في جدار يفترض أن يكون أكثر صلابة، يصاب كل ما بداخله بخيبة أمل وإحباط، وبالطبع يؤثر بالسلب على كل محاولات التفكير في الإصلاح أو الترميم وحتى الإزالة.

الزواج تحدٍّ واضح وكامل ونسبي في بهجته ومنغّصاته، لكن أيها الإنسان الشره الطماع دائم الكسل؛ إياك أن تلجأ لهذه المنظومة كحل سهل لمنغصات حياتك القديمة المملة الوحيدة وهروب مقنع، متوقعًا أن تجد فيها ما تلهي نفسك به عن إيجاد حل لمشاكلك الذاتية أولًا التي تبدأ منك وتنتهي عندك.

الهروب من مشكلة وألم حياة لتحدٍّ أكبر كالزواج غير المدروس عشان "لازم أتجوز والسن والعرف والناس والتقاليد بيقولوا كده" كارثة حقيقية تجعله كما سبق، موت بطيء بلا ملاك الموت ليرحمك.. دون معرفتك حتى لماذا ترغب في الخلاص!

دعني أحاول تلخيص كل ما سبق في نقاط محددة، قد تفيد من هم يعانون من تلك الأعراض أو ينكرونها، أو يتعايشون معها ولا يدرون ما هم فيه وإلى أين قد تسوقهم بالوقت والتعود المميت..

٥ مؤشرات خطيرة تدل على تدهور العلاقة الزوجية:

أحيانًا لا ينتبه الزوجان إلى المؤشرات السلبية التي تدل على سير علاقتهما في الاتجاه الخاطئ لاعتقادهما أن هذه أمور عادية تحصل مع جميع الأزواج، لكنها للأسف ليست عادية أبدًا حتى وإن كانت تحدث مع المعظم فهذا ليس عذرًا للتأقلم معها.

من أهم هذه المؤشرات التي تطلق جرس الإنذار، عليكما الاحتراس منها، والتعامل معها بجدية لتجنبها وعلاجها إن أمكن في الوقت المناسب وقبل فوات الأوان:

١- الصمت: عندما يسود الصمت بينكما وينعدم الحوار في كل مرة تجلسان فيها سويًّا، وتتوقفان عن تبادل أطراف الحديث، فهذا يعني وجود شيء خاطئ في العلاقة، حاولا أن تخلقا حديثًا شيقًا، وتحدَّثا عن كل ما تمرّان فيه خلال يومكما من أمور كبيرة وتفاصيل صغيرة، كي تحافظا على جسر التواصل بينكما.

٢- الملل وانعدام المتعة: عندما يصبح جلوسكما معًا مملًّا، وخروجكما معًا مملًّا، وكل ما تفعلانه سويًّا يضجّ بالملل، فهذا يجب أن يقرع جرس الإنذار في علاقتكما، فحاولا أن تُدخلا المتعة إلى العلاقة من

خلال ممارسة هواياتكما سويًّا، تجربة نشاطات مختلفة، الخروج إلى أماكن جديدة، وتغيير الروتين الممل الذي تمارسانه يوميًّا.

٣- الشعور بالتعاسة والكآبة وسوء الحظ: عندما يتملك أحدكما أو كلاكما شعور مستمر بالتعاسة وسوء الحظ والكآبة، فعلاقتكما بالتأكيد تسير في اتجاه خاطئ! حتى إن لم تكونا سعيدين بما فيه الكفاية، فعلى الأقل يجب أن تكونا غير تعيسين، الشعور بالتعاسة شعور سيئ ينعكس على كل ما تفعلانه، ويسبب الإحباط، لذلك عليكما الحديث عن الموضوع ومحاولة تغيير ما يتعسكما، وخلق أجواء معينة تدخل الفرح والسعادة لقلبيكما.

٤- انعدام أو تباعد فترات ممارسة العلاقة الحميمة: رغم أن معظم الناس يتجاهلون أهمية هذا الموضوع، إلا أنه أكبر مؤثر على علاقة الزوجين، فقد أثبتت جميع الدراسات أن نجاح العلاقة الحميمة بين الزوجين يشكل نسبة كبيرة من نجاح العلاقة الزوجية بشكل عام. لذلك لا تتجاهلا خطر انعدام ممارسة العلاقة الحميمة بينكما، أو حتى تباعد فتراتها، بل عليكما المحاولة باستمرار كي تبقى حية ولا تكون منغصات بين أجساد لا تتنفس.

٥- انعدام الثقة: الشك المستمر في عدم وفاء الطرف الآخر، وعدم القدرة على الاعتماد عليه أو الثقة به في أي جانب من جوانب الحياة يعطي شعورًا بالتوتر المستمر وعدم الأمان! لذلك إن كان أي منكما لا يثق في الآخر لسبب من الأسباب، عليه أن يتحدث معه بالأمر ويخبره بما يجب أن يفعله ليعطيه شعورًا أكبر بالثقة والأمان.

القائمة أعلاه هي جزء فقط من أهم المؤشرات الخطيرة على تدهور العلاقة الزوجية والتي يجب أن تعيراها اهتمامًا كبيرًا، وتتعاملا معها

كمشاكل حقيقية بحاجة إلى حلول عميقة، كي تتمكنا من إنجاح علاقتكما الزوجية وإبحاء رغبة مشاركة الحياة مرة أخرى.

وحتى تتوصل لحلول واقعية وعملية في حلها، يجب أولًا التأكد بأنك على قدر معقول من التفاهم والانسجام معه وليس بالضرورة انصهارًا تامًا ١٠٠٪ مع طرفك الآخر لكنك على الأقل على قدر من المعرفة للوصول إليه فعليًا، وإلا كانت كل محاولاتك سطحية وغير مؤثرة.. مستفزة لك ومحبطة لطرفك الآخر.

***

هذه هي مشاكل مشتركة يشعر بها الزوجان بطريقة مماثلة لكن هناك مشاعر أخرى قد يشعر بها أحدهما على حدى ولا نقل أبدًا أهمية عما سبق؛ لأنها بالوقت سنتنقل للفرد الآخر، والأسوأ أنها تكون قد تحملت بقدر أكبر من التحفز والعدوانية كلما مر عليها وقت دون حل أو إفصاح أو حتى مجهود لإيجاد طريق للنهوض من تلك المعاناة.

مثل:

١- الشعور بانعدام الأشياء المشتركة بينكما كما عهدت أن يكون سابقًا أو بمعنى أدق انعدام الرغبة في أي مشاركة.

٢- تشعر دائمًا بأنك مراقب وتحت المجهر والنقد المتواصل لاصطياد أخطائك، كأنه أصبح من المستحيل عليك فعل الصواب أبدًا!

٣- أنت آخر من يعلم دائمًا لأن شريكك توقف عن مشاركتك أخباره وأدق تفاصيله فتشعر بأنك على هامش حياته.

٤- إهمال مظهرك العام خاصة أمام شريكك لأنك ببساطة لم تعد تهتم كيف يراك ولا تعبأ أبدًا أن تكون جذابًا في نظره من عدمه.

٥- دائم البحث عن مشتت لتفادي مواجهته أو الالتقاء به والشعور بالبعد والفتور رغم القرب الزمني والجسدي الذي قد يجمعكما في نفس المقعد! فتتجه للتليفزيون كالمنقذ الساحر أو وسائل التواصل الاجتماعي اللا نهائية كي تلتهمك كليًا ولا يتبقى منك شيء بعدها يواجه تلك المعاناة.

٦- تشعر أنك تتشاجر معه دائمًا على نفس الأسباب وما يثير غضبك وتحفزك أيضًا يدور في نفس المحور اللا نهائي عديم الحلول، فينصب الملل حتى للشجار!

٧- أنت حقًا لا تفتقده هو، قد تفتقد المنظومة ككل والغطاء الاجتماعي كشكل، لكنك لا تفتقد شخصه لذاته (قد تخجل أنت نفسك من تلك المشاعر وتنكرها لكن هذا لا يلغي فكرة وجودها) فالتعود أصبح واجبًا لا بد منه، والمجهود الآن صار للتعود على التعود ذاته أو التأقلم عليه.

***

مؤشرات كثيرة وخطيرة، ومما لاشك فيه أنه في حالة وجودها يجب التصرف الوقتي، ولا تترك الأمور كي تتهاوى ويعجز أصحابها عن حلها أو حتى إنهائها.. فقطعة الحديد التي اشتهرت بانصهار أجزائها لزيادة قوتها، إن تُركت وأُهملت تصدأ وتصبح في منتهى الهشاشة والضعف فلا تستطيع حتى حملها ونقلها من نقطة خطر إلى نقطة أمان خوفًا من التهشم التام والتفتت لرماد يتلاشى.. فتُترك لتتآكل وتنتهي مع الزمن!

أنا

«كما لم أرَني من قبل»

تتفاوت المؤسسات بنسب ما في معاناتها؛ فقد يجد البعض عَرَضًا أو جزءًا من تلك المؤشرات المؤلمة في واقع حياته أو نصفها أو حتى كلها.. قد يحين الوقت للتغيير والتفكير لأن الواقع أبدًا لن يغير ذاته.

عليك مواجهة حقيقة ثابتة وتداركها؛ الإنسان وحده هو نقطة إشباع ذاته.

إياك أن تنذعر وتنتظر الآخرين أن يقوموا بإشباعك.

فانتظر طويلًا ولتبقَ بقية حياتك حائرًا جائعًا إلى ما لا نهاية، وللأسف في بعض الأحيان المثيرة للشفقة تتحول متسولًا ممتدّ اليدين، تتوق فقط لأي إشباع مؤقت من أي مصدر مهما علا عليك أو تدنى أمامك.

- "طب أنا غلطتي فين؟!"

سؤال يبادر كل أذاهننا حينما نتخبط في مواقف الحياة المتتالية التي لن تنتهي..

يقع الإنسان دائمًا في فخ التوقعات.. فيرسم أحلامًا خيالية تعتمد على الآخرين والأحداث والظروف وهو غير مدرك أنه بصدد مخاطرة حتمًا تكون خاسرة لأنه ببساطة يترك لغيره تحديد مصيره ومساراته ومستقبل سعادته..

وانت وحظك بقى.. الدنيا غير عادلة ما بتديش محتاج، على رأي الأقوال المأثورة فلا تراهن على حصان عاجز وتبكي الخسارة.

أنت مصدر توقعاتك الوحيد، فتحدَّ وتوقع من ذاتك وقدراتك فقط ولتبنِ أحلامك على واقعية خصبة، مدركًا الفرق بين دناوة الدنيا وكمال الجنة الذي لم يحن وقته بعد.

إن قررت أن تبني مؤسسة زوجية وعلاقة ناجحة فاعلم أنك على مشارف مجهود متواصل في علاقةٍ المفترض أن تكون أبدية.

لا تتخيل أنك بمجرد بناء بيت رزقت فيه بأطفال فإن دورك قد انتهى أي كنت الزوج أو الزوجة، لكنه بالحقيقة قد بدأ.. كلمة "بحبك" المجردة من أي أفعال أو اهتمام دائم بالتفاصيل بتكون مستفزة وتنقلب لتضادها بسرعة خاطفة.. إحساس أي طرف للطرف الآخر بأن هناك مجهودًا مبذولًا متواصلًا للحفاظ والتواصل معه أمر حتمي لتجنب تلك الشروخ والأمراض السابق عرضها.

فإن كنت لا تستطيع إيجاد نقاط التواصل فعليك إدارك سقفها وتقبله من الأول أو ترفضه من الأول برضه عشان محدش يبتغير ولا حتى أنت إلا لو قررت ده بنفسك. لا تتوقع أن الأمور سوف تصير على ما يرام بمرور الوقت إن لم تقُم أنت بهذه المجهودات، وتخيلت أنك سوف تُشبع بمرور الوقت والتعود وإلا دخلت في دوائر اللوم والندب المفرغة..

إن استمرت حالة عدم الرضا فعليك الاختيار وتحمل مسئولية النتائج في حل المنظومة أو إنعاشها..

أهم شيء يجب أن تخلص في العمل عليه هو التواصل العقلي بينك وبين شريكك وإلا بواقي أجزاء الحياة تكون صريعة للتصدع.

لأنه بمنتهى البساطة العقل هو مركز الإدراك ومنبع الشعور بالسعادة أو نقيضها، فعلى قدر التواصل العقلي يمكنك أن تضمن الإشباع النفسي والشعوري والحسيّ والجنسي.

أما البدء الخاطئ من البحث على إشباع آخر قبل العقل فتأكد من نفاد الرصيد بمرور الوقت.. فالعقل كجهاز تجديد لكافة نواحي حياتك المشتركة.. إن تواجد من أساس إقامة المؤسسة ضُمن تجديد دمائها فلا تُعانِ شعورًا راكدًا ومملًا يتحول بمرور الوقت ليأس من قيمة الزواج ككل.

وأكبر خطأ يرتكبه المتزوجون ـ خصوصًا الزوجات ـ هو الاعتماد على الزواج كعمود أول وأخير في الحياة، بمعنى أن أي مبنى عادة يتكون من عدة أعمدة أساسية كي تقوم البناية وتؤسس وتستمرّ في استقرار، لكن عمرنا ما سمعنا عن عمارة مبنية على عمود وحيد تتراكم عليه جميع الطوابق!

فالحياة لها أعمدة عدة كالأهل والأصدقاء والعمل والهوايات والصحة والأهم وأولهم التواصل الروحي، والزواج أحدهم وليس بديلًا عنهم حتى يستطيع المرء مواصلة الحياة والبقاء إن تصدع هذا العمود أو حتى فني لقدر الفراق أو الموت، فلا يعني ذلك أن حياة المطلق/ المطلقة، الأرمل/ الأرملة تفنى وتتلاشى! بل تتجدد وتزهو من جديد؛ لوجود أعمدة غيرها تساعد على إصلاح شروخ أو ضمور الأعمدة الأخرى، وهكذا تدور وتتوازن الحياة.

وإلا كتب الفناء لكل عزاب هذا الكوكب! (المحسودين من متزوجي هذا الكوكب أيضًا").

المضاد الحيوي المؤكد لتلك المهالك أن تتمكن من نقطة إشباع ذاتك وتتعرف عليها فستغلها لصالحك.

مكمن النعمة الحقيقي في استغلالها وليس فقط إتيانها ومعرفتها ، أي كانت طبيعتها لكن المهم أن تحقق قيمة أمام ذاتك تجعلك تشعر بفارق تتركه خلفك وإلا ستكون استنساخًا لبشر كثيرين أتوا الدنيا وغادروها كمرور الكرام.

شعورك بالفراغ الذاتي وعدم إضافتك بشيء يذكر للحياة، هذا هو التحفز السلبي الأول الذي تكونه بداخلك دون وعي أو شعور ويتضخم ويتراكم تصاعديًّا بمرور الوقت منك وضدك، فتقبل على أي تحدٍّ في حياتك محملًا بأطنان من الشحنات السلبية، وبالطبع بمجالفك الإحباط؛ لأن أي موقف لن يحظى بتوقعاتك فيه وينعكس فيه فشلك وتخاذلك أمام نفسك.

ومن بين كل تلك الإحباطات وتهاوي التوقعات وإدمان الرتابة والروتين والملل.. فلا مفرّ مما يلي..

س ج

- تقدر تواجه نفسك بكل ما فيها؟ اللي ليك واللي عليك.. يا ترى إديت نفسك قدرها الحقيقي؟

اكتبه بتفاصيله لنفسك.. إنت بس!

أسباب تعبك ومعاناتك الآن بين يديك واضحة ولا تحتاج غير أن تحتويها وتواجهها بكل شجاعة ... لأنك الآن أعلم بكل ما فيها ...

الآخر

«الطرف الثالث دائمًا»

ذلك الثالوث المحرَّم ومثلث برموده الآثم الذي دومًا يتوارى تحت عدة مسميات حتى لا تظهر حقيقته ويسطع اسمه الفعلي في سماء الفجور.. علاقة غير مشروعة مع الطرف الآخر.

زوج وزوجة وثالثهما رجل أو امرأة قد يكونا أيضًا أو عادة متزوجين أو غير ذلك..

بيت متصدع وحياة زوجية رتيبة مملة تآكلت وتهالكت بفعل الزمن الروتيني وصمت أصحابها برغبتها أو مضطرين.

حتمًا تكون نواة شرهة لوجود الطرف الثالث..

أنكر كما تشاء؛ لكن الواقع شاهد عما يتبادر في الأذهان ويتحول حقيقة في بعض أو معظم الظروف فقط إذا أتت الفرصة حتى لو تقلصت بعقلك وحده إذا كنت متشبثًا بقيم وأخلاق قوية لم تَخُر مع الزمن.

هذا واقع حتى لو رفضناه لكننا نعيشه.. نكون أكثر جرأة في التعبير عنه في حياوات الخيال، كقصص السينما والروايات، لتناول الثلاث محاور لهذا

الكيان باستفاضة، لكن بما أنك خرجت من شرنقتك حاليًا واستأسدت بالنظر لمرآتك فهي فرصة لكشف السلوك العارية قبل أن تصعقك وتتخاذل أمامها مرة أخرى بالهروب.

طبعًا يعتري كل قارئ حاليًا وجه للاستنكار والنفور من تلك الافكار الشاذة خصوصًا لو وجهت لامرأة أو زوجة.

يرفض الرجل الشرقي فكرة المرأة الخائنة وكأنه لا وجود لها في الواقع!

رغم أن الخيانة تكون مباحة له وحده بإدراكه الذكوري ولأكثر من مرة فقط لأنه ذكر، ولا توجد أنثى تتجرأ أبدًا على تلك الأعمال المشينة حتى لو بخيالها.

(تعلقًا بشماعة: غلطة الراجل حاجة وغلطة الست حاجة تانية خالص.. رغم أن الغلط واحد والعقاب واحد برضه تتبعًا للعدل الإلهي وما ورد في الكتب السماوية التي لا تفرِّق بين ذكر وأنثى في حلال أو حرام.)

لكن حان الوقت لكي يستيقظ هذا النمط الذكوري ووضع هذا الافتراض جانبًا والنظر في جدّيته عن قرب، وقد يحتاج لمحاسبة ذاته أولًا لماذا احتاجت المرأة أن تخون أو تحتاج لرجل آخر ولو بعقلها..

سؤال لازم يبتدي يتبادر للأذهان! ليه الرجل الشرقي على يقين أن الست استحالة تخونه وفي بطنه ألف بطيخة صيفي - وشتوي لو فيه - رغم أنه ممكن جدًا يكون خاينها ميت مرة باختلاف الدرجات، وشايف إن ده شيء عادي ما هي الرجالة كلها كده، ومدام دايمًا بيرجع لبيته ومراته يبقى خلاص!

مش لازم برضه يُسأل عن تقصيره وإهماله لها اللي خلاها توصل وتلجأ لده خصوصًا لو كانت خيانة عاطفية وليست جسدية وده أغلب الحال، لأن زي ما وضحنا الست استحاله تعيش من غير حبّ.. خِلقتها كده

ولازم تلاقي طاقة عاطفية تشبع فيها خواص تكوينها ده.. حتى بخيالها!

هذا ليس دفاعًا عن غلط أو إبداء أعذار واهية، ولكنه تحليل ضروري لمعرفة الأسباب وراء تلك العوارض.

الست على طول بتسأل روحها قصرت في إيه لو حست بخيانة حتى طفيفة.. دايمًا في حالة منافسة ما بينها وبين الإناث الأخريات، وكتير بتلاقي التقصير منها وتحلله، ده في حالة رغبتها في نجاح علاقتها وحبها للطرف الآخر، لكن كتير برضه بتهمل الموضوع كله ولا تبالي وما بتعملش أي حاجة، ده لو العلاقة نفسها بايظة وهي مضطرة تكمل فيها بس عشان العيشة تمشي.

وكلها بتودي لنفس الطريق بدرجات متفاوتة ومختلفة.

الخيانة مراحل كتير أوي، وتتدرج تحت كذا مسمى، وتعريف ونسب في إدراكها.. اللي ممكن تفتكره إنت خيانة غيرك يدركه تحت بند الخيال وشطح الأفكار.. الآخر تحت بند حق يقتنص من حياة فارغة.. آخرين تحت سقف التجربة والفضول... إلخ. إلى ما لا نهاية، لكن دعنا نضع مقياسًا واحدًا كي ننهي هذا الجدل..

إذا كنت في علاقة من طرفين، ولم تستطع أنت أن تجعل طرفك الثاني مشبعًا بك وحدك، وبالتالي لن يستطع طرفك الآخر أن يجعلك ترى بقيه البشر حواليك دون جنس، فقط بني آدمين مجردين من النوع، تنظر لهم من قلبك كأناس وبشر تتعامل معهم من منطلق الإنسانية والصداقة والتفاعل الاجتماعي بصوره ومشاعره المتعددة.

يعني من الآخر.. مش شايفين غير بعض..

رجال الكون هو.. ونساء العالم هي.

الرجل يرى شريكته كأنثاه الوحيدة.. تحتل هذا المكان في عقله وتملأ هذا الفراغ الأنثوي بداخله، ويدرك باقي من حوله دون ذلك، وهكذا للأنثى أن ترى شريكها هو الذكر الوحيد في إدراكها..

لو الحالة ديه لم تتوافر ولو بنسبة معقولة، اعرف أنك مُعرض أن تنجذب رغمًا عن شعورك إلى طرف ثالث على مستويات مختلفة.. الآخر.

الأهم والمُخصَّن للفرد من هذا الحال هو صدقه مع ذاته وإدراكه لنفسه، هل هو برغم وجوده بتلك العلاقة الجارية يوجد مكان الأنثى فارغًا في حياته أو مكان الذكر فارغًا في حياتها؟؟.. على الأقل يكون على دراية بذلك.

كي لا ينجرف في خيوط متشابكة تحت ضغط الاحتياج وملء الفراغ لتحقيق توازن ضروري له أو لها.

يكون عارف إن جواه مكان فاضي يخاف يتملى غلط.. والغلط هنا مش غلط الأفلام العربي القديمة اللي اشتهرت بالشهوة في بعض المشاهد ويرمزوا لها عادة بالرياح العاصفة والشبابيك اللي بترزع، ولازم طبعًا القهوة تفور وتدلّق مع إن محدش فايق يشرب ولا يغلي.. لأن ديه شهوة جنسية بحتة وقد تحدث خطأ طبعًا ومش بنستهون بيها؛ لأنها تقع تحت بند الزنا والعياذ بالله، لكن في الواقع سهل تداركها وعدم تكرارها، بالطرق المعتادة اللي عارفينها دينيًا بالتوبة والاستغفار والعزم على عدم تكرار الذنب مرة أخرى، وعقليًا طبعًا حالة من الاشمئزاز والنفور من الذات والشعور بالذنب اللي بتخليك تكره الحالة كلها، وتديلك قوة جبارة على المقاومة وعدم التكرار.

بس برضه مش ده المقصود..

المقصود أذكى وأخطر من الحالات العارضة ديه.

الكارثة أنك فعلًا تحب وتتعلق وتخضع وبيقى لا حول لك ولا قوة، فجأة تنهار مقاومتك ومبادئك وتنساب كافة خيوط حياتك من وسط

أناملك كنقاط الماء، كأنك مُخَدر، وبحالة لا وعي دائم دون أي قدرة على التحكم في أي شيء ولا مشاعر ولا تصرفات ولا أي حاجة خالص.

حالة قد يصعب شرحها للبعض لكن مؤكد أن البعض الآخر شَعر أو يشعر بها، وقد تسحل بواقي سنين عمره، وقد تقضي على حياته فعليًا أو ما تبقى منها.

ده طبعًا مع عدم الإعفاء من الخطأ الجسيم للخيانة ذاتها بمستوياتها المختلفة، لكننا الآن ـ وهنا بالأخص ـ لسنا في محكمة إصدار تصنيف مين مُجرم لازم يتعدم ومين بريء لأن الاستكبار على الخطأ هو الوجه الآخر للإنكار.. أي شيء محتمل حدوثه مهما أنكرت واستكبرت إنه استحالة يوصلك..

لكن الأخطر والأهم هو السؤال ليه؟!

وإزاي..

تبدأ الأمور بالاستدراج فأنتَ (أو أنتِ) في حالة ملل وفقدان شهية للحياة مزمن، فكل الأركان تدور حولك باهتة تتوق لمن يعطيها طعمًا ولونًا ورائحة كالمستجير بالماء لري جفاف تشقق سنين وأحلام ذابلة تزهق أنفاسها الأخيرة.

تفقد ذلك الشغف في المعيشة خصوصًا الغرام والولع والطاقة التي تدب في أوصالك تجعلك عاشقًا للحياة فجأة بكل ما فيها، تشبه مراحل مراهقتك وصباك وما أجملها تلك الأحلام والأوهام.

ثم تجد نفسك بصدد كل تلك المعجزات أمام نصب عينيك! فأين عنصر المفاجأة؟! ليس هناك ما يدهشك أن تكون ظمآن وتلهث وراء شربة ماء.. ترويك ولو حتى مؤقتًا.

لن يسع عقلك إدراك العسل المسموم في هذه المرحلة.. صعب تطالب بالشيء ونقيضه.. المعاناة المزمنة لن تقوى أبدًا على مقاومة الراحة والمتعة حتى لو مش منطقية ومؤلمة!

تأتي لأكثر المراحل إمتاعًا مزيفًا وهي لعبة الفريسة والصياد التي اشتهر بها الرجال والنساء منذ الأزل.

الرجل بتكوينه العقلي إما صيَّاد أو مزارع، والأنثى بطبيعتها تهوى أن تكون فريسة أو ضحية.

الرجل المزارع هو الرجل الطيب المسالم الراعي الذي يجني قوته من زراعته ورعي أغنامه في استقرار وهدوء ورتابة إلى حدِّ الملل، تخلو طبيعته من المغامرة، يميل بعض الشيء إلى الاستسلام.. فيراه رضًا متجنبًا أيَّ مخاطرة بحياته قد تُحدِث تغيرًا في يومه أو تفكيره أو عقله أو روتينه النمطيّ.

رزين وحكيم بتصرفاته، ويحسب كل شيء بدقة قبل فعله لتجنب أي خطر، مخاطرة أو قلق.

المغامرة شيء بعيد عنه تمامًا، فالحياة بالنسبة له مربع له أسس بسيطة، إن تكونت فقط وصل إلى هدفه، وتمرّ عليه الأيام بسلام وكل مجهوده الذي يبذله في حياته من أجل هدف الثبات والاستقرار على أن لا يتغير شيء من هذا الترتيب الذي صنعه وعاش من أجله.

أما الرجل الصياد فهو على النقيض تمامًا ليس له مكان معين يقطن فيه، فهو متغير كلما تغيرت أماكن صيده ولاحت بالأفق أماكن لفرائس جديدة.. يهوى المغامرة والمخاطرة طبعًا وجذّاب بطبعه.

عنده مبدأ أساسيّ: أن الفريسة متعتها في صيدها وليس في أكلها! ذلك الأخذ والجذب كي ينال فريسته دون أن تهرب وعن كامل إرادتها، كما تهوى الفراشة النار..

يتميز بذكاء عالٍ وقدرة على فهم بواطن الأمور والتنبؤ بتصرفات فريسته كي يسبقها بخطوة دائمًا، فإما أن يربك خطتها في الهرب أو ينجح في إغوائها بفخّ لا تستطيع مقاومته أبدًا لأنه صياد ماهر فيبدأ بفراسة الضغط الذكي على نقاط ضعفها وأكثرها احتياجًا.

المرأة الفريسة هي التي تهوى هذه اللعبة.. التي تشعرها أنها مرغوبة، وليس المقصود هنا رغبة جنسية أو جسّية بل رغبة فيها كلها كأنثى جميلة.. ذكية.. متفردة.. مختلفة عن باقي جنسها.. تتميز بينهم بشيء ما، هي نفسها قد لا تدركه وترغب في معرفته من الصياد ذاته!

ترك الصياد جميع الفرائس الأخرى كي يركض خلفها هي.. لحواء متعة خاصة بذلك حتى لو لم يتطور الأمر لأكثر من ركض لاهث خلفها يضفي على الحياة حياة وعلى البَهَتان ألوانًا.. قد تجري الدماء الساخنة في عروقها المتجمدة.

وتحس أنها فعلًا عايشة على سبيل التغيير..

الكائن الأنثوي يلمس الاهتمام، وإذا شعر فقط بفقدانه يتوتر ويهتز ما بداخله حتى يجده من مصدرٍ ما ، فيهدأ حتى لو كان اهتمامًا سلبيًّا.

فعنصر الاهتمام هو عنصر جذب حواء الأول، وإذا شعرت به من اتجاه محدَّد يُفرَز الهرمون الأنثوي تلقائيًّا تمامًا كالفرمونات(*)، فيرسل إشارات غير مرئية ولكنها محسوسة جدًّا، ومُستَقبِلة لكل ذبذبات الاهتمام المرسلة إيجابًا أو سلبًا، فتشعر بداخلها بنشوة عارمة ولذة خفية حتى إذا أنكرتها،

(*) الفيرومونات: (Pheromone) كيماويات تتركب من جزيئات عضوية معقدة. تستعمل لنقل الإشارة من حيوان لآخر، وهي أكثر تخصصًا من الروائح بحيث يستطيع الكائن المستهدف استكشافها بكميات ضئيلة جدًّا وهي محمولة في الهواء، وتهدف لجذب الحيوانات لبعضها البعض، كلٌ حسب نوعه في موسم التزاوج، وغرضها الأساسي جذب انتباه الجنس الآخر.

وعلى حسب حالتها في هذه اللحظة وهذه المرحلة من حياتها وظروفها واحتياجها، فتبدأ في صدٍّ جارح رغم سعادتها الداخلية، أو في استقبال مستتر على استحياء متنكرة في ظل البراءة والسذاجة وأيضًا بداخلها سعادة طاغية.

(من الآخر فترة استهبال ممتعة)..

المرأة بطبيعتها تهوى الصياد المغامر عن المزارع الطيب، المقدام الذي يقتحمها من حيث تفتقر أن تُقتحم، فيغويها بعقله إن احتاجت لهذا، إن لم يُمس عقلها بعد.. أو يغوي حواسها أو جمالها إن لم تشعر به ممن حولها أو كونها كائن نادر لن يتكرر أو بمهارته يستطيع العبث بكل تلك المفاتيح واحد تلو الآخر بمنتهى الحنكة حيث يعرف الوقت والمقدار المرغوب فيه لكل مفتاح واحتياج على حدة!

فعلًا عملية معقدة، ولكنها مرغوبة وممتعة من الطرفين، ويغمرها شغف جفّ من واقعها نهائيًّا.

هي فريسة بداخلها شيء يهوى أن يُقنص ولا يُتناول ببساطة البشر المعتادين..

المرأة الضحية..

قد تكون فعلًا ضحية إهمال أو تراكم ظروف أفقدتها رونقها قبل موعد زوالها، وقد تكون ضحية فراغ كاسح اجتاح أركانها فلعنت جدرانها الخاوية.. ومن زوايا أخرى قد تكون تهوى هذا الشعور بالضعف والهوان والتبرير وإلقاء اللوم على تلك الوحوش الدنيوية من أقدار وشياطين وأيام متشابهة تُخصم من عمرها ظلمًا..

عادةً تجدها قائلة: "حين يرافق الأنثى في طريق حياتها رجل غبيّ!، بتموت كل يوم ألف مرة.. تصبح مشاعرها حرة وليست ملكًا له وتفقد حصانتها العاطفية وتجلس خاوية على ممرّ الحياة عُرضة أن يأتيها رجل حقيقي حتى لو في مخيلتها فقط.. حينها يلعنها الجميع، يا لها من حمقاء تحطم حياتها من أجل أوهام، أو تهدم بيتها من أجل لا شيء! ولا أحد يستوعب أنها عارية تبحث عن إحساس يغطيها.. لأنها ببساطة مع أحمق لم يعرف كيف يحتويها"... هكذا تُركب إدراكها وتكوّن شعورها تجاه نفسها والآخرين.

فكل ما سبق يؤدّي إلى نتيجة واحدة فقط لا غير.. جوع!

احذر أن تقع في فخ المجاعة.. فالجوع يعدّ من أخطر الأمراض المجتمعية كما تم الشرح في مثلث ماسلو فيما سبق من أنواع الاحتياج الضرورية بأولوياتها، وحتمية إشباعها كحقّ آدميّ وأساسيّ لكل إنسان.

ولكن إذا تم الإشباع الخاطئ بالغرائز قد ينتج عنه مجاعة تتنوع بين جوع نفسي وجنسي وعقلي، وأخطرهم الجوع العاطفي الذي يجتاح كيان الإنسان دون تمهيد ويرأس أولوياته ويتحكم فيها، فيرى الحياة من خلال منظور وإدراك أكبر بؤر هذا الجوع.. فيقع ضحية الاستغلال دون أدنى مقاومة ولا يصح عليه لوم..

الجوع كافر.. والجوع مش بس أكل!

لذلك نجد أن المرأة الضحية أسهل بكثير في اختراق دواخلها واحتلال أركانها مرة واحدة.. هي مباشِرة وليست مراوِغة كالفريسة.. واضحة وتجرّ تفاصيلها وبواقيها بمنتهى اليسر لرغبتها في الراحة، وتظن أن السعادة المنتظرة وطوق النجاة الأبدي قد جاء ميعاده فجأة ليتشلها من واقعها المرير.

فهي ناقمة على واقعها بصمت تتحاشى الشكوى إلا لمن يُقدم أذنيه لها..

قد تجتاحها لحظات اكتئاب مريرة تطول مع الوقت، بخلاف الفريسة التي ترفض تصديق واقعها وتأبى أن تعيشه فتجدها دائمًا عالية صاخبة، ظنًا منها أنها تملأ الفراغ بداخلها بهذا الضجيج الذي علا جدا صوت صداه.

بعض المزارعين قد يقعون خطأ بالفريسة في طريقهم.. يصطدمون بها غفلة أو يتفاجؤون بها مرة واحدة داخل مزرعتهم وعقر دارهم، فيرتبك ارتباك الفار اللي وقع في لزقة الفيران، يتوتر ويتحرك بشدة وسرعة وهو واقف مكانه.. ثم بالتدريج من باب الفضول يبدأ في إطالة النظر بأمر تلك الفريسة المشاغبة.. فتفتح بابًا جديدًا أمامه لدنيا لم يتذوق مثيلها أبدًا..

يظن ويفكر فيها شاردًا: "إيه ده هو في كده؟؟؟ في ناس عايشة من غير ما تحسبها كده ولا تفرق معاها كل حاجة كده ولا ترضى بقليلها كده؟!"

فيجدها تبدل روتينه وثباته واستقراره بغير المتوقع والغريب والمجنون.. ببساطته وطيبته المعهودة يبتاخد وراها زي النداهة من كل عالمه حتى لو لم تتعمق تلك العلاقة فهي كافية أن تحتل عقله وتفكيره بأنانية مزيلة أي موائد أخرى قد تكون ترسخت قبلها.

إذا مرت المرأة الضحية من قِبَل المزارع فلن يراها من أصله فهو لن يلتفت لأي شيء خارج سياقه المعتاد حتى لو امرأة، إن لم تكن بروتينه الدوار.

فالعطاء والمساندة بالنسبة له يجب أن يُطلب بوضوح كي يُؤخذ لأنه لا يجيد فن الإقدام والإحساس عن بعد.

أما الصياد فهو أجرأ وعالم بكل ما يدور حوله كالدرار، فاعلم جيدًا أنه لا يقتحم فريسة أو ضحية دون إرادة خالصة منه وتحكم، كما هو الحال عندما يتجاهل إحداها يكون ذلك عن رغبة وقصد منه أيضًا.

يعلم جيدًا أين ومتى وكيف وإلى أين تمتد تلك العلاقة!

يعشق ذلك التحكم عن بعد دون أن يكون متسلطًا تاركًا لعقله هذه السلطة.. فهو يحدِّد مسار العلاقة حسبما تناسبه، ويكون صادقًا فيها جدًّا لكن لكل مرحلة إحساسها وشعورها واندفاعها وبخلها..

كعادة أي علاقة سليمة أو مستخبية: أحلاها.. أولها!

فكلا الطرفين أيًّا كان تصنيفها.. فهما في جوع تعددت أوجه آلمه نفسيًّا وعاطفيًّا وجسديًّا وحسيًّا... إلخ.

ينطلقان في البراح دون أي حسابات أو مجهود.. فالسعاده سهلة جدًّا ومتوفرة بكثرة فتلغي أي إحساس بالذنب لأن بداخلها شعور ضمني بأنه حق مكتسب ومشروع.. من حقي أن أكون سعيدًا بدل مش بضرّ حدّ ولا باجي على حق أي حدّ...

فيضان التبريرات ينهال بمنتهى السخاء، فلكل شيء سبب وتبرير منطقي جدًّا متوازٍ مع المنطق والأخلاق أحيانًا!

بس الموضوع يشبه تمامًا العسل المسموم كما وضحناه أحلاه في أوله، وما أخطره ليس في نهايته لكن بعد أوله بخطوتين تلاته بس..

بعد مرور فترة قصيرة تبدأ العلاقة في التحول والتلون من أزهى إلى أبهت قليلًا.. فيفرض الواقع ذاته بلا منازع وتبدأ الخصال البشرية في الظهور، من توتر وقلق يعكر صفو أي خلوة حتى لو كانت روحية فقط بمشاعر وأحاسيس دون تلامس..

فالإنسان أناني بطبعه، ويريد الكمال في كل شيء دون المساس بكيانه الخاص ومؤسسته الأولى ركينة استقراره ومشاريعه، عِماد حياته حتى لو لم يكن راضيًا عنها ويتذمر عليها دوامًا.. بمعنى أن تلك العلاقة الخلابة لا يسمح لها مطلقًا أن تقترب من بعيد أو قريب أو تخلّ بتوازن كيانه الاجتماعيّ

الآخر أي كان هو زوجًا في بيت آخر أو هي زوجة في أسرة أو حتى عازبًا له شكل محدد في مجتمعه.

طبعًا تتعارض كل تلك الظروف وتتشابك وتكون الأولوية دون منازع للكيان الاجتماعي الظاهر الواضح في النور من عمل وأسرة وشكل اجتماعي.. فالآخر أي طرف المثلث الأخير يعلم ويخضع أنه بمجرد دخوله ورضاه بهذه المكانه فإنه يتنازل عن كافة حقوقه كفرد في علاقة إنسانية فور أن تطأ قدماه داخل هذا المثلث.. فلا مكان للكرامة والكبرياء والحزن وتلك المشاعر التي تجعله يشعر بآدميته فيتنازل شيئًا فشيئًا لأنه بمجرد أن يدب الواقع قدمه مقترًا، وجب عليه الهروب والاختباء كمريض البَرَص الذي يفرّ من الشمس.

شعور تعيس ومهين لهذا الطرف المنبوذ دومًا والأكثر وجعًا عندما يحتقر الفرد ذاته لسماحه بإهانة مشاعره لهذا الحد دون أي سبب موضوعي.. فتلك العلاقات كُتب فشلها قبل بدايتها!

يتضح لكلا الطرفين حقيقة مختلفة عما كان يقينًا بذهنهما من قبل، ألا وهي إن السعادة تتغير حسب مقدار الراحة والشبع وإحراز التوقعات من سخاء الطرف الآخر.. فلا توجد سعادة بتلك العلاقة إذا توترت الحياة الأساسية اللي ف النور ولا توجد سعادة إذا لم يقتنص كل منهما توقعاته وشَعَر كم خذلته تلك العلاقة المخبأة، فكلما قَلَّت المعادلة هوت كفة السعادة المطلقة!

(ساعة الزنقة بتظهر الأولويات الحقيقة)..

لن يتربع الطرف الثالث على عرش قائمة الأولويات كما كان سابقًا لفترة وجيزة، بل يتدرج لأسفل كلما ظهر شيء آخر لأن الطرف الثالث دائمًا موجود ومضمون، لأنه محتاج دومًا فيأتي بعد.. يأتي في وقت الفراغ الجميل.. يأتي حينما تكون كل الظروف مناسبة لظهوره في الخفاء.. يأتي

كالحلوى بآخر الوجبة.. بس اعرف كويس أنه لو مفيش وقت هتاكل الأول وتسيب الحلو لبعدين!

ثم يبدأ الاهتمام الفياض بالتدهور، فمن عوّدته على الاهتمام الزائد والمشاعر المتفانية تبدأ في الخمول، ومن عوّدها على المكالمات المتلاحقة والاهتمام بأدق تفاصيلها صباحًا ومساءً مصعوقًا بالانبهار بكافة تكويناتها وإدمانها حتى خلاياها ، يبدءان في التخاذل والانحدار خطوة خطوة.. فليس اللقاء حتميًا ولا المكالمات يومية تعد ضرورية وهكذا تتعدد القصص والتبريرات وتأتي بالنتيجة المؤلمة من التعود على الاهتمام الذي يكون أهم من الحب ذاته لأنه هو الغرض الأساسي بينهما ، إلى الوجع من اختفائه فهو صعب ومميت.. "السحبة" كما يسميها البعض تشبه بسحب المخدر من عروق أجهدت فلا يتبقى فيها إلا أمر غير مبرر، لأنك بكل سلاسة وضعت حياتك فعلًا كلها على الحافة، متنازلًا تمامًا عن كل حقوقك وتحكمك فيها.

توهمت واقعًا ليس له وجود ورهنت سعادتك كاملة على إنسان لا يستطيع دعمك بها على الدوام وإلا كنت أنت الأول في حياته وليس ملأً لركن ثالث خالٍ بمثلث مشروخ من الأصل!

ما أحلى وأسهل الحب عن بُعد.. جميل برضه.. تفضل موجود.. مشاعرك توصل حتى لو دليفري بس من غير مشاكل.. عندك نقص حنية تجري تملا الفراغ.. محتاج شوية اهتمام يطلّعوك لقدام.. وماله، نفسك في مشاعر غير تقليدية.. ما يضرش، بس ده مش حب ولا حتى أي نوع من أنواع العلاقات المشروعة أو غير المشروعة.. ده عبث يحقر من قيمة المشاعر ذاتها ويدني من أصحابها تحت مستوى البشر.

لكننا بنرضى بيه للأسف! من كتر إدماننا للاهتمام المبالغ فيه والتعود عليه واحتياجنا ليه.. من كتر ما احنا مكسلين ندّي نفسنا حب واهتمام ورعاية

بنبقى فرائس ومتسولين لأي إنسان يدلنا الحب بمزاجه ويدعيه.. ده لو كان حب أصلًا!

لكننا طبعًا لا نواجه.. فتستمر العلاقة العاجزة كما هي لا يعي الطرف الثالث إذا كان بداخلها أم خارجها.

كما ذكرنا، أكثر الأشياء ألمًا هي أنصاف الحلول، أنصاف المواقف وأنصاف الأحوال.. أنصاف البشر وأنصاف الرجولة والأنوثة.. إجمالي المعنى ينحصر بأن نصف الشجاعة جُبن وإلا تحوّل النصف إلى كل.

هذه مرحلة فعلًا مؤلمة ومشتتة ويكاد يكون الطرف الثالث على مشارف بترها، ولكن من القائل أنه حان وقت نهاية هذا الضياع والتوهان!

بعد خمول وهدوء لفترة تجد للعلاقة طلبًا بتجديدها من الطرف الممتص والمتحكم بهذه العلاقة لأنه شعر بخطر زوالها، فبمنتهى التفكير الأناني يريد كلّ منا حَلواه بالقرب منه حتى إن لم يستطع تناولها الآن فلتظل موجودة بجانبه.. منتظرة.. متلهفة.. لتؤكل حينما تسمح الظروف.

أو بمعنى أدق تكون موجودة دومًا تحت الطلب..

وعلى الصعيد الآخر ينتاب العلاقة المثلثة شعور بالذنب والتقصير دومًا تجاه الزوج الشرعي أو الزوجة الشرعية كردّ فعل إنساني طبيعي فيبدأ الفرد في المبالغة بالاهتمام بالطرف الثاني تعويضًا عن شعوره بالجُرم تجاهه، وطبعًا حلقات متواصلة من تأنيب الضمير التي تهب أعاصيرها فجأة تلوم الطرف الثالث وتتعمد تجاهله وجرحه طبعًا عن قصد.. كأنه هو الملام الأوحد بهذا الوضع وهذا الشعور.. والسؤال عديم الإجابة في صدر الطرف الثالث حينها يكون: "هو إيه اللي اتغير؟! والضمير ده ظهر فجأة! كان فين أيام ما كنت أنا كل حاجة حلوة بتخلي اليوم كله أحلى!"

دوايرٍ فارغة لن تنتهي يُجرح فيها الأطراف الثلاثة ولا ينجو أحدهم من الإهانة والشعور بالحزني والندم.

فهذه هي وتيرة العلاقات من هذا النوع.. منتهى التذبذب إيابًا وقدومًا، صعودًا ونزولًا.. ومكررًا تبدأ في الخفوت والخمول وقبل زوالها يتم إنعاشها كمن يُصعق في غرفة الإنعاش خوفًا من موته، لكنك أعلم أنه سيبقى دائمًا رهن أجهزة التنفس الصناعي لن يرتقي أبدا للعيش كبقية البشر.

ما كان يميز العلاقة من عشق التفاصيل والغرام الشاهق والاهتمام الفادح بالآخر، كلها أمور تحتاج لفراغ وتفرغ بالواقع، وده في الأصل رفاهية غير موجودة في دنيانا.. لن يقوىٰ اثنان علىٰ ادعائها طويلًا.

الرجل بطبيعته عاشق للأسرار والغموض كمن خبأ هدية لا أحد يعلمها إلا هو.. متعتها في كونها دائمًا في كهف أسراره، فلا أحد غيره يعلم مكانها ولا متىٰ يحتاج ويشتاق إليها، ولا مدىٰ أهميتها في حياته، وكيفية إشباعها لكل ما هو مفقود في واقعه.

تظل غير معلومة، يكمن سحرها في غموضها..

أما المرأة فهي مدمنة الحب والاهتمام بكافة أنواعه خصوصًا إن جفت حياتها منه فترتضي أن تتلقاه علىٰ جرعات حتىٰ وإن كانت مخلوطة بغيرها، وتحترف الكذب علىٰ نفسها بطلاقة كي تحتفظ بسراب كبرياء وكرامة وتبرير ألف سبب وسبب لإبعاد أي شبهات ذنب عن ضميرها كي تطمئن وتتغاضى عن كل ما سبق طالما تُشبع إدمانها الذي قد يصل بها لحدّ الهوس.

تذكر دومًا أن أشهىٰ طبقات العسل المسموم أولها! ولا يوجد مخدر ذو تأثير أبدي.. أي مسكّن له مده فعالية وأيضًا صلاحية!

فما يدفعنا لتلك العلاقات هي البحث المضني عن الشغف في الحب.. هذا الاختلاف عن المعتاد والموجود، فإذا لم يتم بذل المجهود من الطرفين

المحافظ عليه، أي كانت علاقة مشروعة في النور، أو غير محللة في الخفاء، فالفتور لا يفرق فهو حليف الأنانية والكسل أينما كان.

لكن تلك العلاقات بالوقت تكون مهينة لأصحابها ليس بسبب شرعيتها من عدمه لكن لعدم جدواها، فيمكن أن تطول أعوامًا دون أن تتقدم خطوة للنور أو تستمرّ أصلًا، للعلم بأنها عبارة عن مجموعة طرق مسدودة ومستحيلة.

توجد في هذه الظروف قوة جذب غير معلومة ومتعة غير مفهومة ومؤلمة تصل إلىٰ حدّ السادية بالخوض في closed road relation أو علاقات مستحيلة، فهي تسمىٰ علاقات الطرق المغلقة لاستحالة حدوثها في الواقع، وتكمن المتعة بالألم في داخلها، ولكنها الأكثر شيوعًا في مثلثات العلاقات لأنها تجنّب كلا الطرفين عبء التبرير لتجمد العلاقة تحَلّك سِرّ.

وبها براح واسع للتخلّي عن أي مسئولية، فهي شهية جدًّا للأناني عديم المسئولية.

فلا يمكن الفرار من الوقوع بالاستغلال، كلا من الطرفين يريد أقصىٰ سعادة ممكنة يقتنصها من الفرد الآخر بالطريقة والظروف التي تناسبه هو، فيكون الاستغلال بالتبادل.. استغلال عاطفي صِرْف من شخص محتاج لآخر منتظر.

فهي الوهم والملجأ الوحيد لكل المشاعر المكبوتة من قبل وحتىٰ المشاعر الخيالية غير الموجودة في الحياة تجد لها طريقًا.. لذلك تبدو مهمة لأصحابها ويتشبثون بها لدرجة الهوس، خصوصًا لو تطورت بهم جسديًّا وجنسيًّا لأنها شبيه بتخلص الجسم من السموم المكبوتة التي قد تقتله إذا لم يجد لها ملجئًا أو شكلًا للتعبير عنها والتخلص من ألمها، لأن العلاقات الجنسية تعمق من أي علاقة وتزيد تشابكها وتعقدها سلبًا أو إيجابًا حسب الهدف منها ونية العلاقة في الأصل.

المشكلة أن طرفيها يريان في العلاقة ما ليس فيها، فهي ليست بطوق نجاة أكثر منها بطوق ثقيل آخر من أعباء الدنيا، يزيد خناقه على أوردتهما وشرايينهما كلما طالت.. إذا استمرت هلكت واستنفدت أعوامها وطاقتها في العدم، وإذا انقطعت تداخلت مشاعر متناقضة كثيرة، حتّى تنتهي بألم وباكتئاب طويل.

لتلك العلاقات شراستها الحادّة التي تجعل أحد أطرافها يجنّ جنونه.. كيف لهذا العاشق الحاني الواله أن يتحول لهذا الوحش المدمر، أو تلك الحنونة الأنثى الرقيقة كيف تحولت لكتلة من الغضب والشرّ.

ما هذا الوجه القبيح الذي ظهر فجأة؟!

فالإجابة واضحة عندما تكون كل المشاعر متطرفة ، تؤخذ بأقصى ما فيها، فلا عجب أن يتحول الهوس إلى شرّ، والغرام إلى انتقام، كما يقال، والحب لكُره مرعب ومؤذٍ في أغلب الأحيان.

تحدث تلك العواصف وتهبّ الأعاصير دائمًا عند الوصول لمشهد النهاية رغمًا عن أحد أطرافه، فيقوم طرف بتنفيذه بالاختفاء المفاجئ أو بحدوث كارثة في الواقع تجبر طرفًا منهما على إعدام الآخر.

تتحول كل المشاعر لأقصى النقيض فورًا وتتوالى الكوارث.

في بعض الأحيان تأتي النهاية أهدأ، لكنها لا تنتهي بنهاياتها، اتفاق أطرافها على بترها لأن هذا الأصلح للجميع ومن أجل الحب أضحّي بذاتي مرورًا بكل الأسطوانات المعتادة، كل طرف ينهي علاقة لا يقوى على مواجهتها وتلقّي اللوم أنها لم تكن من المفروض أن تكون من الأصل.. تترك مرارة عميقة بداخل الطرف الثالث على رغم من خطته بالخوض فيها، لكنه أُهين واستُغل وأُهدرت أعوامه وأوقاته ومشاعره دون جدوى بالعراء حتى تصل به إلى حدّ كرهه لذاته.

يشعر بوهن وضعف ليس له مثيل فتكون جرحًا قد يندمل مع الأيام والوقت لكن آثاره أبدًا لا تزول.

يرى الإنسان ذاته لا حول لها ولا قوة، ويحاول الدفاع المستميت كي يقوى مرة أخرى على مواجهة ذاته، ويطيّب خاطر روحه ويقول: "ساعات نضطر نعمل حاجة غلط نتفادى بيها غلط أكبر".

والمشكلة في الأصل تكمن في عدم المصارحة والجهر لذاتنا بما هو صواب أو خطأ.. بما نريده فعلًا من حياتنا وأنفسنا، وما نقدر على تحمله وما لا نطيق التأقلم عليه.

تراكم الإنكار لا يأتي إلا بالخراب على ذاتك وكل من حولك..

لن يصبح الإنسان قويًا إلا بمواجهة ضعفه، وليس إخفاءه، ولن يصحح أخطاءه إلا ببتر أسبابها وليس تفاديها.

العذاب ذاته ليس بالألم وحده لكن بحالة اللاشعور والتبلُّد التي قد تصيب البعض وتجعله غير قادر على العطاء ورافضًا لأي مشاعر أخرى قد تتشابه في الودّ أو الحب.. فهو رافض للانتماء والتعلق، لتجنب أذى قد ألحقه هو بذاته.

ثم تتساءل: لماذا يموت الإنسان على مراحل ويبقى حيًّا يتنفس فقط..

لا تقدِّم أجزاءك قرابين للدنيا طامعًا فيها بما ليس لك، وكن على قدر من إدراكك لذاتك حتى تتجنب الحسرة..

أكثر المشاعر إيلامًا في الوجود..

فالحسرة على الشيء أشدّ وجعًا من فقدانه..

س ج

- عمرك مرّيت بتجربة زي ديه وكنت ضلع ما في مثلث علاقته انتهت أو حتى لسه مستمرة؟

- اكتبه بتفاصيله لنفسك.. إنت بس!

أخيرا وجدت صندوقك الأسود الذي غفلت عنه.. قد تكون بحثت ولم تجده أو صعب عليك مواجهته.. فهو الآن كاملا بين يديك ممثلاً فرصة حقيقية للنجاة.

الجنس

«هُس.. عيب!»

أيوه الجنس.. الكلمة العيب.. الكلمة اللي على طول لازم نداريها ونحس إن فيها حاجة غلط! وتتعمل في الضلمة بمنتهى الحذر، بصمت زي القطة اللي بتسرق اللحمة بسرعة قبل صحاب البيت ما يرجعوا!

نتساءل: لماذا أحاط بهذا الموضوع هذا الكم الهائل من الغموض والكتمان كأنه وصمة عار لمن اقترفه أو قدر قيمته ونعمته عالبشر. شتان الفرق بين الخجل والحياء.. بين التخفي من مواجهة الأمور وبين تناولها بمنتهى الرقيّ والحياء بمراعاة المشاعر واستخدامها، والإنسانية ومعناها.

غالبًا الردّ الأمثل - كما يقال في كافة الكتب والمحاضرات وتردده الأذهان والألسنة كالببغاوات - أننا نعاني من مجتمع ذكوري متحفظ متكتم يعاني من عقم عقلي وكبت جنسي في العالم العربي ككل.

هذا بالطبع له جانب كبير من الصحة لأننا لا زلنا نعاقب صغارنا إذا تساءلوا عما يتبادر في أذاهنهم ويحيرهم عن التناسل ككل، والفرق بين جسد المرأة والرجل، وأيضًا نخجل كل الخجل من مصارحة أزواجنا وزوجاتنا بما يتبادر في وجداننا تجاه تجانسنا وجماعنا بهم من فرط سعادة ونشوة أو

إحباط من عدم الحصول على متعة متوقعة أو زيادتها تصاعديًّا مع الوقت.

ليس من المشاهد المعتادة أن يظهر الزوج مشاعره لزوجته في الأماكن العامة بالقدر اللائق طبعًا.. دايمًا حاجة من اتنين: يا إما الزوجة تخجل بشدة وترفض هذا السلوك في العلن فيحبط الزوج ويعلن توقفه على الفور لهذا السلوك (الطبيعي على فكرة!) أو عندما تطالب به الزوجة في حالات أخرى يتهكم عليها الزوج ويتهمها بالبجاحة والوقاحة وقلة الحياء! فتحبط وتزداد في تكتم وكبت مشاعرها في جميع الأماكن العامة وحتى الخاصة في غرفة نومهما!

فكرة الحب والغرام والود بما يليه من مشاعر تصل بهما تدريجيًّا للمرحلة الجنسية كلها محاطة بالأشواك وانعدام الشفافية بها حتى بين الفردين ذاتهما.

عشان كده الحب بأكمله والتعبير عنه وصولًا لأعلى مراحل تواصله؛ وهي الجنس، تأتي كلها مغلفة وعليها ميت تحذير تفضل متغلفة حتى عن عين أصحابها..

يا ريت برضة نتطفي النور عليهم عشان تُنجز المهمة بدون أي خروج عن المألوف ونمشي زي اللي كل الناس بتقوله وتعمله.

جزء فعلًا يرجع للثقافة والتربية والتقاليد لكن الجزء الأكبر يرجع لعقلك أنت وكيف ترى فكرة وتركيبة الجنس.. من أي منطلق ومنطق تأتيك؟

فضول أم احتياج وذنب من احتياجه أم شبع.. ضرورة أم متعة أم شيء تتعود عليه مع الوقت ليعطيك إحساسًا بزهو تجاه ذاتك ثم كيانك الآخر، ولا بقت واجب؟!!

تجنبك جهر المعرفة يأتي من خوفك للخوض في عالم غير معلوم إلا لقشرياته البدائية البديهية؟

خايف أن تكون أنت مقياس ذاتك!

بمعنى أنك الوحيد القادر على تقييم روحك إذا كنت ناجحًا أم فاشلًا جنسيًّا بعيدًا عن التقييم البيولوجي، فهو من اختصاص الأطباء.

هل سألت نفسك في يوم لو كنت عملت اللي عليك وكنت ملمًّا بالقدر الكافي لما ينبغي أن تعلمه عن علم الجنس قبل أن تقرر إقامة أي علاقة جنسية ولا شايف أن التصرف ده أكيد عيب وحرام!؟

علم الجنس Sexology تمامًا مثل علم التواصل والخبرات الحياتية التي تُهيئك للخوض السليم والتواصل مع العالم الخارجي.. وإلا صرت تتخبط وتتعلم من تجارب فاشلة مهلكة أو تصبح جاهلًا بتجنبها..

لو أدرك المرء ـ ذكرًا أو أنثى ـ دوره تجاه ذاته وتجاه نصفه الآخر من مسئولية توجب عليه قدرًا العلم والمعرفة والإحساس للتعامل مع علاقته الجنسية بإدراك سليم، لتجنب كثيرًا من تعقد وضمور علاقات كان يتمنى لها الحياة والدوام.

الجنس في حد ذاته نعمة إلهية أنعم بها الله عز وجل على عباده، غير أنها الوسيلة الوحيدة للتناسل والحفاظ على البشرية وتوازن الكون؛ لأنه خالقهم وعالم بجميع بواطنهم وبأنها أمتع لذة للبشر وأساس كل تواصل وعلاقة صحية وترابط الذي تبنى عليه المودة والرحمة والألفة، كي تظل تحميهم طول العمر حتى بعد زوال قدرتهم على ممارسة الجنس نفسه.

فهي تحمي العلاقة من الضمور والتآكل عبر الزمن، لذلك كان لها تقنين وقواعد تحميهم وتضعها في إطار المقدسات الزوجية.

كلمة "جنس" أصلها من التجانس والتواؤم، ومعناها الحرفي بمعنى النوع أو التصنيف، فيجذب انتباهنا إلى أهمية معرفة الفرق بين الذكر والأنثى وليس فقط بيولوجيًّا بل عقليًّا، وجسّيًّا، ومعنويًّا، وروحيًّا، مع العلم أنه إذا كانت هناك متعة حقيقية بين الزوجين فهي بالأساس المتعة التي يعطيها كل طرف للآخر وليست المأخوذة منه كوسيلة للإشباع الجسدي والوصول لقمة النشوة.

إحساس كل طرف أن الآخر يتفرد بميزة القدرة على إمتاعه وحده.. هذا الإدراك وحده يكفي لإشعال شغف دائم لا ينضب.

وإلا ما اختلفت عن المزاولة الجنسية الفردية التي يلجأ لها المراهقون في أول مراحل حياتهم في "العادة السرية" كنوع من الفضول المتراكم عن أجسادهم ونوعية اللذة غير المعلومة من ذاتهم لهم.. مجرد إدمان الوصول لشعور النشوة دون مشاركة أي طرف فيها.. متعة غريزية صرف لا ترقى أن تلقب بأي نوع من المتع الجنسية.

على غِرار أسئلة: هل تعلم؟

هل تعلم عدد الزيجات غير الموفقة جنسيًّا؟ والمستمرة رغمًا لظروف أخرى..

هل تعلم عدد الإناث غير المشبعات جنسيًّا والذكور غير الراضين عن لقاءاتهم الحميمة؟.. بس مكملين!

هل تعلم عدد الزوجات اللاتي لم يبلغن النشوة الجنسية الكاملة رغم طيلة أعمارهم الزوجية ومقابلها عدد الأزواج الذين لا تختلف لقاءاتهم الحميمة عن مجرد تركيز عقلي عضلي فقط للوصول لمرحلة العملية الجنسية الأخيرة والانتهاء منها لتفريغ شحنة الطاقة؟

الإجابة: كتير أوي

لكن التصريح عندنا صعب وعيب وممنوع.. نحن دائمًا نخشى العيب أكثر من الحرام لأنه متغطي..

المشكلة تكمن في العقل.. مركز الشعور الأوحد فهو الباعث لكل أحاسيس الاستثارة أو البرود.. التحضير العقلي للقاء الجنسي شيء غير متعارف عنه بالمرة.

إذا قابل رجل أكثر النساء إثارة بالعالم ولكنه بعقله لم يهيئ نفسه لها ولم يثق أنها سرّ متعته الأوحد، أو خشي ألا يجيد التعامل معها أو لم يثق في قدرته على احتوائها أو إشباعها.. فبرغم جمالها الباهر المثير لن يستمتع معها لحظة حتى لو كان تم بيولوجيًّا الجماع بها.. وقد يكون أسوأ لقاء جنسي لها!

وهكذا الأنثى، إذا كان إدراكها عن نصفها الآخر غير مشبع ولا تثق في معرفته الدفينة بها واحتوائه لها بكل ما بها من مشاعر ورغبة والقدرة على مجاراة عقلها أولًا قبل غرائزها، فتحتاج لمجهود ذهني كي تثير خيالها، وقد تستعين بمخيلات أخرى بعيدة عن واقعها أو شريكها كل البعد! فقط كي تثير رغباتها لإتمام العملية الجنسية، ولكنها لن تصل أبدًا لمعنى المتعة الكاملة..

شيء محبط فعلًا بمعنى الكلمة يصل لمرحلة الشفقة لكلا الطرفين.

التقاء الإدراك للاستثارة لا يحتاج لمجهود بل بالعكس التفكير فيه وادعاؤه يقطع ويفصل أي استرسال شعوري أو تواصل..

يكون الجماع أشبه بسبق جري في حلبة واسعة.. كل طرف على حدة محاولًا الوصول لنقطة النهاية، وفعلًا قد يصلا أو يصل أحدهما، لكن هذا ليس له أي علاقة من قريب أو بعيد بالمتعة الجنسية الكاملة المشتركة التي فعلًا تحفز الروح والشعور على تعميق هذه العلاقة للأبد.

لا تخشى حقائق سئمت من إخفائها خلف أوراق أصبحت سهلة الطيران بمجرد هبوب غضب عاصف أو لحظة تمرد على روتين لا يطاق.

تقبل ذاتك كما أنت، بجنونك وخروجك عن المألوف والمفروض، ولا تخجل مما بداخلك، فتحاشيه ليس مواجهة ولا حتى أي حالة من حالات التقييم أو التهذيب والتحكم إذا إحتاج.. كن أنت نفسك واعرف ما يدور في صندوقك الأسود الخفي عن كل الناس حتى ذاتك.. ما هي رغباتك ومتعتك.. تشجَّع وأقدم على المعرفة كي تصبح عندك الشجاعة في معرفة الآخر والفوز بصندوقه الأسود ومساعدته على فهمه والاستمتاع به، مهما كانت غرابته أو خروجه عن المألوف والمتعارف عليه من أنماط رتيبة يغمرها الملل في معظمها.

"التابو" اللي بيوقعنا في أكبر غلط، تصديق النمط الواحد المفترض أن تسير عليه مليارات من البشر.. ما يمتع آدم وحواء من قبل الميلاد فهو كافٍ لهم في القرن الواحد والعشرين.. فهذا ضد المنطق والعقل وليس من الذكاء أو البديهية الفطرية، افتراض تطابق الأنماط على مختلف الناس لعقود الدهر المختلفة والمتصاعدة.. فالعقول بمرور الوقت تختلف بالنضج، والأحوال والأزمنة تُشكَّل حسب الأحداث والظروف، فتتوالد مشاعر ورغبات وتدفن أخرى، تمامًا كانقراض حيوانات بعينها على مر العصور وظهور كائنات أخرى بها عوامل البقاء.

التوافق في الجنس بالظبط زي اتنين يابانيين بياكلوا أكل ياباني المفضل لهم وكمان بيبدلوا أطباقهم سوا! ده قمة التوافق..

إنهم وصلوا لمرحلة التواصل وفهم الآخر ومعرفة ما يحب ويشتهي، وتقاربوا وانصهرت أذواقهم سويًّا حتى تساوت معطياتهم من الإشباع المتبادل.. فيكفي الإنسان مجرد الشعور أن هناك شخصًا يمنحك كل حواسّه بكل ما يملك، من أجل إمتاعك أنت فقط.. هذه هي النشوة الحقيقية.

تخيل لو اتنين بيتكلموا لغات مختلفة وبياكلوا أكل غريب عنهم ولا عارفين بيتاكل إزاي ولا حاتين طعمه ولا بيتصارحوا لتغيره أو تعديله، فيظل التواصل مفقودًا والتوافق مستحيلًا لكن الاحتياج للأكل لا محالة منه! فيفقد كل الطعم والشهية، وتكره جسمك أنت إذا جاع في يوم، وتلومه عشان بيخليك تاكل اللي مش على هواك.. فتتحول المتعة لطبق خضار مسلوق من غير ملح!!

هذا الكم من الإحباط والتوتر يمكن أن يقضي على أعظم علاقة في أيام قليلة..

لو وصلنا لمرحلة من الخوف بالاعتراف أن أخطر المشاكل الزوجية ومسببات الطلاق المتكرر تتلخص في عدم التوافق الجنسي، والتكتم عن فشلها، خصوصًا التوتر الجنسي (sexual frustration) الذي يفجر جميع المشاكل الأخرى ويعطي الإحساس بالعجز عن حل أي منها مهما بلغت سهولة أو هيافة الحل، فلن يحل أي شيء أبدًا، ولتتصاعد معدلات الطلاق غير المسبوقة وتتآكل الزيجات المرغمة على الاستمرار، وتموت الأرواح المجبرة على التنفس كل يوم.

لأن هذا التخاذل ببساطة يزيل مولد الطاقة الذي يمنحك الرغبة على بذل أي مجهود شامل في العلاقة ذاتها وليس جنسيًا فقط..

بالضبط كفصل الكهرباء عن جهاز ما.. الدينامو.. تلك الشرارة المولدة لكل النشاط والشغف بالحياة، تصبح كل خطوة تجاه الطرف الآخر أثقل، وكل حل لتوافه الأمور مشكلة عويصة لا جدوى من حلها.. الكسل نفسه في عمل أي مجهود هو ده بالظبط اللي اسمه "انعدام النفس" ما ليش نفس أعمل حاجة ومش شايف أي فايدة في العلاقة ديه أبدًا!

ولا تجد أمامك إلا التظاهر بأن كل شيء على ما يرام بدل الأداء الجنسي

البيولوجي يتم بنجاح والإخصاب والتناسل موجود.

لا داعي من كتر اللفّ والدوران في دوائر مفرغة بالتحدث على أهمية التواصل النفسي والعقلي في الحياة الزوجية لأنه لا يتم الشعور به وبنجاح توافقه إن وجد إلا بالإشباع الجنسي الكامل للطرفين.

ليس هذا بمعنى أن الجنس فقط هو العامل الوحيد لإنجاح علاقة لكنه هو العامل الأوحد المتمم لها، الذي نجعلنا نشعر باكتمال قُوافقنا وجني ثمار مجهوداتنا المستمرة في التواصل الفكري والعقلي والعاطفي.. تمامًا كالجائزة التي تنالها بعد بذل مجهود متواصل لعمل علاقة صحية تدوم مع شريك اختاره روحك وقلبك وعقلك.. فلَكَ أن تتخيل المتعة بالفوز بها والإحباط إذا أخفقتها.

أنواع الجنس..

عنوان غريب يبدر للأذهان فور قراءته أنك بصدد قراءة وضعيات جماع مثيرة أو ابتكارات جديدة لإثارة الغرائز، لكن الموضوع مختلف تمامًا، ولا يقل أهمية ـ بل يزيد ـ عن هذا النوع من الثقافة الجنسية.

فلنبدأ بالأولويات عمقًا وأكثرها تأثيرًا:

١ـ الجنس العقلي: هو أعمق وأصدق المراحل في التواصل الجنسي.. أن يستطيع الذكر أن يثير أنثاه عقليًا فقط، والعكس صحيح.

وللتوضيح: ليس للأمر علاقة بمخيلات مثيرة وجنسية فحسب، لكن أن تكون لك القدرة فقط أن تُثير وتُثْتار عقليًا من عمق تفكير شخص آخر..

إيجاد البراح والحرية في التواصل العقلي تعطيك لذه تصل حد النشوة الجنسية ويسميها البعض "Mental Orgasm"..

التواصل الذهني على نفس الموجة بالأفكار والمشاعر والأحاسيس حتى تطابقها فينتج عنها بعض الأحيان ظاهرة توارد الأفكار "Telepathy" لأن العقلين يكونان على نفس الموجة الفكرية أو "wavelength"

الإغواء العقلي ليس متعارفًا أو معتادًا عليه بين الناس لسبب أنه أصعب وأندر أنواع التجانس.

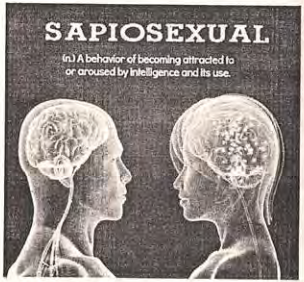
يحتاج لمجهود عقلي وحسي كبير، وضرورة لتوافق وتواؤم فعلي بين الطرفين ذاتهما من الأصل.. مجهود مصاحب برغبة وشغف شديدين في التعمق في عقل الطرف الآخر نابع عن اقتناع أولًا، ثم إعجاب، يليه غرام غير مسبوق لتلك الخلايا بأفكارها مهما تطرفت أو خرجت عن المألوف.

فيأخذ صاحبها مكانًا ما في عقل رفيقه لا يتغير أبدًا حتى بمرور الوقت والظروف.. لا يبهت ولا يزول، ويعود بكامل رونقه وتألقه كما كان، مهما غبت عنه.. بمجرد تواصل الفكر مرة أخرى.. تتوهج كل خلية فيه كوقع العشق الأول دون فتور.

فغرام العقول ليس محكمًا بزمن أو مكان ولا حتى بنضارة الجسد..

فقط الخروج عن المألوف والإيمان به.

هؤلاء الأفراد - ويستحقون أن يلقبوا بالمميزين لإدراكهم أصل المعنى - نجدهم ينجذبون للنجاح والإنجاز والذكاء لدرجة الاستثارة الجنسية لذلك.. فيعمل العقل قبل الجسد، والروح قبل الغريزة. هذا أسمى وأرقى أنواع الجنس ويطلق عليهم لقب مستثاري العقول أو Sapiosexual.



أي من ينجذب جنسيًّا لذكاء وتفرد عقل شخص آخر.

هذا النهم العقلي ينتج عنه متعة غير مسبوقة تفتح الشهية الجنسية لأصحابها حينما يقدرون قيمتها الحقيقية.. ممتنين لوصولها لهذا المستوى من الرقي والشبع.

فالتمتع الجنسي بين هؤلاء الأزواج لا يقارن بمتع أخرى، لأنهم أشبعوا أعلى وأصعب وأرقى درجة بداخلهم، فالوصول لبواقي أعماقهم يصير أسهل بل أمتع.. فحتمًا اللذة لا متناهية والإشباع دومًا يؤدي لجوع آخر.

٢- الجنس العاطفي وهو يبدأ بثقة كل فرد في الآخر في قدرته على إشباعه عاطفيًّا قبل إشباعه جنسيًّا.

طبعا ستُتهمّ المرأة أولًا بهذا الاحتياج العاطفي اللا نهائي، ولكن ما لا يدركه الذكر نفسه هو احتياجه لهذا الملء العاطفي على نفس قدر أنثاه

وبنفس الأهمية، إن لم يكن أكثر.. لأن الذكر بحكم بنيانه وخلقته وشخصيته العملية التي تجبره على عدم الاعتماد على عواطفه حتى يستطيع مجاراة أمور الحياة الواقعية والصمود والبقاء فيها، يضع عواطفه جانبًا داخل ما يسمى بالكهف، ليس فقط لحمايتها لكن حتى لا تتوافر بكثرة لكل شيء حوله وجميع من يتعامل معهم في يومه.. فيتربع عقله على مجريات الأمور ويأخذ دفة القيادة.

تبقى العواطف مختزنة فقط لمن تستطيع الوصول إليها.. تلك الرفيقة والوليفة التي تحتاجها وتحتويها.

فالاحتياج لإشباعها من داخل كهفه أكبر بكثير من طبع الأنثى التي تعيش وتتغذى على عواطفها وعواطف من حولها.

لذلك يحتاج الرجل للجنس العاطفي على عكس تصوره لأنه يعيطه إحساسًا يفقده واقعه بضروریاته فيستطيع بعدها التمتع والشعور الأكمل بجسده وجسد من معه دون أن يصير خاويًا يشبع أجزاء من الجسد بروح خاوية.

أما الأنثى فاحتياجها للإشباع العاطفي لا يتوقف أبدًا وتتعالى توقعاتها فيه في الجنس، فهو لها الشفيع مما تحمله الدنيا من قبح المشاعر وجرح العواطف المتتالي.. لكل ما حُرمت منه من عواطف لوتيرة الحياة السريعة التي تنتزع منها الكثير من الحب، تنتظر تعويضها بالجنس العاطفي بفارغ الصبر وما ستملأ به جعبة قلبها الفارغة المنهكة.

فعليك أن تتخيل خيبة أملها إذا رسي الأمر على حركات جسدية قد تصيب شبعًا لحظيًا أو لا تصيب!

٣- الجنس الجسدي

وهو آخر مرحلة للجنس التي يظن البعض أنها المرحلة الوحيدة.. فبعد إشباع العقل ثم العاطفة والروح يتهيأ الجسد بأكمله لاستكمال تلك المتع بشكل لا نهائي دون تخطٍّ وإغفال أي كيان للإنسان ذاته.. أعلم جيدًا أنك مخلوق من روح، وعقل، وجسد مليء بأحاسيس وإدراك ومشاعر، إذا تعاملك مع نفسك ومن معك من زاوية واحدة فلا تتوقع أي توازن أو شعور إيجابي من كليكما.

يتبقى معرفة كل طرف بجسد الآخر.. لأن الجهل به يستحيل عليك إيجاده التعامل معه، أيًا كان، ذكرًا أو أنثى.

تم عمل كثير من الدراسات واستطلاعات الرأي في علم الاجتماع وعلم الجنس عن مدى معرفة كل طرف بجسد الآخر، وللأسف فمعظمها أجمعت على جهل أصحابها، خصوصًا في دول العالم الثالث التي دائمًا تحرص على كتمان وكبت الثقافة الجنسية.

فمن أبسط خطوات الجنس الأساسية المرور بـ ٤ مراحل تتبادر ذهنيًا للجميع وهي:

I. الاستثارة Excitement

II. الجماع Intercourse

III. نشوة الذروة Orgazm

IV. الاسترخاء المشبع Satisfaction Relief

مما يأخذنا إلى أهمية ما يلي:

٤- الجنس المفتوح "Open Sex"

هذا المفهوم في علوم الجنس "Sexioslogy" من أهم مقومات الحياة الجنسية المتزنة، فيتلخص في قدرة الزوجين على فتح حوارات صريحة ومباشرة ذات طبع حميمي للغاية، دون أي ميل للوم أو الهجوم أو حتى الدفاع في درجة الإشباع الجنسي لديهما من أحدهما للآخر.

فما قد يجده الزوج بطريقة ما ممتعًا تجده المرأة مؤلمًا أو مملًّا أو حتى منفرًا من الناحية الأخرى.

والعكس صحيح من الزوجه لزوجها، قد تحتاج لأكثر أو أقل أو أبسط أو أجرأ، فلكل عقل وجسد مقياس ما حتى تستطيع أن تلمس كيانه فتصل لروحه كأصل المتعة الجسدية.

قد يجد الزوج استسلام المرأة التامّ له يدلّ على فتور وليس حياء منها، أو يشعر باستياء بأنه أنانية من الطرف الآخر، واستغلال فقط لنيل متعتها دون أي مجهودات لإمتاعه نفسيًّا وجنسيًّا.

قد يحتاج منها الخروج عن طور الزوجة المألوف وأن تصل لمتعته العقلية كما تم ذكره في الجنس العقلي.

لا تنس أن أي شعور مصدره العقل الذي يعطي أوامر لمراكز الشعور والأحاسيس المتحكمة في الجسد ككل، فإن لم تصل لتلك البوابة فاعلم أنك لن تصل أبدًا!

ويتكاثر اختلاف وتصادم المفاهيم والإدراك التي قد تصل لحد النفور إن لم تناقش دون خجل والبوح وفتح الصندوق الأسود السابق ذكره.

وكما تختلف الشخصيات تختلف الميول وتتناقض صناديقها السوداء.

فهي مصارحة حميمية ضرورية ومتجددة يدمنها الأزواج الأصحاء لما لها من متعة خاصة وفائدة صريحة لصحة حياتهم ككل.

الجنس المثالي يأتي حتمًا في ثلاث دوائر متشابكة يسعى لنسجها الطرفان أو حتى الوصول إلى أقرب نقطة لها وهي:

الصداقة والحب والجنس..

كما أن المكون السرّي للجنس الكامل هو الحب، فما يتمّم مثاليته ويعزز بقاء ورسوخ متعته غير محدودة بوقت هو عنصر الصداقة الذي حتمًا يأتي أولًا ويتحول إلى حب فعشق فجنس.. فلا توافق وانسجام أروع مما سبق.

لأن تلك التركيبة تحتوي ببساطة عناصر الجنس وأبعاده التي قد تكون معقدة بعض الشيء، فالجنس غريزة ثائرة، وشبق، طرفها متحكم مقدام، والمتعة بعدم وجود حدود وتواصل مع الطرف الآخر المستمتع باستسلامه غير المشروط ولا يخضع لأي منطق - فهو مجرد.. جموح.

والجنس أيضًا احتياج بالتبادل.. احتياج طية وحنيَّة من طرف محتاج لطرف عايز يحسّ أن حدّ محتاجه..

الجنس حب حقيقي، عشق تفاصيل متعة من تحب.. حب يحوي كل

ما سبق ويضيف له نكهة عشق نادرة، خالصة لا يشعر بها غير من أحب بصدق وبرع في التعبير عن كل ما بداخله بكل ما يملك.

فلا يحتوئ تلك المشاعر المتضاربة من شبق واشتياق واحتياج فحب، ويستطيع التجانس والتناغم بينهم بكل انسجام إلا من صادق، فأحب، فعشق..

والجنس كما الحب محتاج إلى مجهود ورغبة للحفاظ عليه والتَّوق دومًا من تطويره وابتكاره كي تستطيع جذب ذاتك قبل طرفك الآخر وإلا كان الملل لا محالة هي المحطة الأخيرة التي يركد فيها معظم الأزواج حتى في بضع سنين زواجهم الأولى.

تخلّ عن الروتين الممل ونفس المواعيد وأماكن الجماع بطرقها المعتادة.. تخلّ عن الصمت الملازم لكما ولكل ما يحدث.. تخلّ عن الظلام الدامس والرتابة.

أعطِ فرصة للاختلاف مهما كان غريبًا وجريئًا.. صرّح بما في داخلك، قد يكون طرفك الآخر في انتظار تلك اللحظة، وينتظر منك المبادرة، فاجعل ذاتك دائمًا المقدام، ذكرًا كنت أم أنثى.

العلاقات الراسخة القوية تتبادل دائمًا أدوارها لتتوازن، فلا تجعل كل الحمول على عاتق الذكر، كما هو المتعارف عليه، أو تُحمِّل كل الطلبات على استشفاف الأنثى قد تظلمها إن لم تشعر بما تحتاجه.

كل ما تريد الحفاظ عليه هو الشغف "Passion".

أي علاقة جنسية دون حميمة لن تصل بك إلى أي إشباع ولا حتى وقتي، نتيجتها الوحيدة هي التوتر والتحفز "Sexual Frustration"..

يظن البعض أن التوتر الجنسي يصيب الإنسان فقط لعدم ممارسته

للجنس، لكن الغالب الأكبر لهذا العارض المؤلم هو الممارسة الحاطئة الجافة الخالية من أي شغف ورغبة من الإنسان ذاته، وهو ليس لديه ما يعطيه أو يُأخذ منه.

والشغف نعمة لن تحتمل البقاء دون العمل على زيادتها والشفافية بين أطرافها لتتجنب إحباطًا لا يقوئ البعض على الشفاء منه.

الجنس في حدّ ذاته التقاء جسدي، ولكنه إذا تم بالجسد فقط أصبح احتياجًا غريزيًّا صرفًا كالأكل والشرب.. وفقد أعمق ما فيه من تواصل، فلا تستعجب من شعورك بالملل والرتابة منه.

ليس ببشر من لا يسأم من أكل نفس نوع الطعام والشراب، ولا يطلب بالتغير أو يصل لدرجة من اليأس بإيجاد أي متعة فيه، ومن ثم زهده أو الاضطرار إليه.

لا تدنِ ما هو أقدس بما هو أدنى، وتذمر من عدم جداوه.

عندما يبدأ الجنس من أسفل إلى أعلى وليس من أعلى العقل والروح وصولًا للجسد فهذا يسمى بـ "الْفَلَس الجنسي".

قد تفلس العلاقة بأكملها، وتنهي على رصيد كل شريك في حساب الآخر، حتى لا يقوئ على إنقاذه أي شيء بمرور الوقت.

بعد كل هذا الاستطراد في موضوع الجنس وجوانبه المختلفة، عليك أيضًا ألا تقع في فخ الكمال فلتتفق أنه غير منطقي لوجود الكمال من أي نوع في دنيا ناقصة، لكن إدراكنا السليم للأمور وتطويرها للأفضل بشكل مستمر هي السعادة ذاتها.

التحول من حالة إلى حالة أفضل منها.

تجنبًا لظاهرة هوس الكمال والمقارنة (Perfection & Comparison)..

فالإنسان دائم الاعتقاد أن من حوله لهم الأفضل دومًا، لكن إذا نظرت برؤية أكثر شمولية تجد المقارنات المستمرة بالآخرين هي السبب الأول لحالة عدم الرضا المتواصل، بالطبع إن لم تتواجد أسباب منطقية من وجهة نظر الشخص نفسه.

أكثر الناس يعتقدون بأن غيرهم يحظى بحياة جنسية أفضل منهم، ولكن في الحقيقة أكثر الأشخاص الذين يحظون بممارسة جنسية نشطة هم أولئك الذين يمرون بالمرحلة الأولى من الحب الرومانسي، الذين يحافظون على الشغف المذكور أعلاه، فهو غير محدد بوقت، بعض الأزواج قد يستطيعون الاستمرار في تلك المرحلة وإطالتها لسنين عدة، تعتمد على مدى توافقهم واجتهادهم معًا في هذه العلاقة، يظل الزوجان تحت تأثير هرموناتهم الخاصة وعشقهم لبعضهم الآخر، فلا يستطيعون الابتعاد عن بعضهم بعضًا.

ثم تتراجع قوة هذه الهرمونات وتتباطأ مع الروتين اليومي، وتختفي دفعة الأدرينالين الغريزية والهرمونات الأخرى التي تجعل الشخص يشتهي اللقاء الجنسي أكثر.

وبدلًا من ذلك يحصل الأشخاص على سيل متواصل من هرمون الترابط العاطفي (أوكسيتوسين)(*) الذي يجعل العاطفة والحب في استمرار

(*) هرمون الأوكستوسين أو الأكستوسين: (Oxytocin)
ويسمى هرمون (الحب) وهرمون الرابطة أحيانًا، هو هرمون قوي اكتشفه العالم فنسانت دو فينيو في عام ١٩٥٣، ونال لهذا الاكتشاف جائزة نوبل للكيمياء، فهذا الهرمون يؤثر على سلوك الشخص الإيجابي كشعوره بالثقة والتعاطف والحب ويحفز مشاعر التعلق، ولولا إفراز جسم المرأة لهذا الهرمون عند الولادة لكرهت طفلها، لأنها تعلم أن وجود الطفل اقترن بألم ومشقة الولادة، وهذا ما لاحظته: "ديان ويت" أستاذة علم النفس عندما عرقلت عملية الإفراج الطبيعي لهذا الهرمون عند الأغنام والفئران، لاحظت أنهم يرفضون أبناءهم، وهو يساعد على تدعيم الروابط القوية بينهما.
ويفرز جسم المرأة والرجل أيضًا هذا الهرمون أثناء ممارسة الجنس، فهو يعمق مشاعر التعلق ويجعل الأزواج يشعرون بالقرب من بعضهم بعضًا أكثر بعد ممارسة الجنس، لذلك تقول المعادلة أنه كلما زادت ممارسة الجنس، كانت العلاقة بين الزوجين أعمق وأقوى وأكثر سخاء لزيادة هذا الهرمون السحرى المعمق للعلاقات والمشاعر...

وتزايد حتى يصلوا مجددًا لتحفيز الأدرينالين الذي يصلهم للتمتع ببعض مرات أخرى.

وإليكم بعض البيانات الحقيقية حول عدد مرات اللقاءات الجنسية، وفقًا للإحصاء العام الذي قام به المركز الوطني لأبحاث الرأي في جامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية عام ٢٠٠٥.

وبحسب البيانات فإن عدد اللقاءات الجنسية يتراجع مع كل ١٠ سنوات:

- الأعمار من ١٨ - ٢٩ المتوسط ٨٤ لقاء في السنة.
- الأعمار من ٣٠ - ٣٩ المتوسط ٨٠ لقاء في السنة.
- الأعمار من ٤٠ - ٤٩ المتوسط ٦٣ لقاء في السنة.
- الأعمار من ٥٠ - ٥٩ المتوسط ٤٥ لقاء في السنة.
- الأعمار من ٦٠ - ٦٩ المتوسط ٢٧ لقاء في السنة.

الأعمار من ٧٠ وأكبر المتوسط ١٠ لقاءات في السنة.

وجدت الدراسة التي أجرتها جامعة أوهايو ونشرتها صحيفة "ديلي ستار" البريطانية، أن النساء يفكّرن في الجنس كل ٥١ دقيقة في اليوم، في حين يشغل الجنس عقول الرجال كل ٢٨ دقيقة، وبمعدل مرتين تقريبًا أكثر من النساء.

وقالت إن النساء يفكّرن في الجنس ١٨,٦ مرة في اليوم أي مرة كل ٥١ دقيقة باستثناء فترة النوم لثماني ساعات، فيما يفكّر فيه الرجال ٣٤,٢ مرة في اليوم وبمعدل مرة كل ٢٨ دقيقة..

وأضافت الدراسة - التي طلبت من المشاركات والمشاركين تسجيل

عدد المرات التي يفكرون فيها بالجنس والطعام والنوم كل يوم - إلى أن النساء يفكّرن في الطعام ١٥,٣ مرة في اليوم وبمعدل مرة كل ٦٢ دقيقة، وفي النوم ١٣,٤ مرة وبمعدل مرة كل ٧٢ دقيقة، إلى أن الرجال يفكرون في الطعام ٢٥,١ مرة في اليوم وبمعدل مرة كل ٣٨ دقيقة، وفي النوم ٢٠ مرة في اليوم وبمعدل مرة كل ٣٣ دقيقة.

وأظهرت الدراسة أيضًا إلى أن الرجال يفكرون باحتياجاتهم المادية أكثر من النساء، بما فيها الجنس، فيما كانت الضغوط الاجتماعية وراء تخلفهن عن الرجال في مجال التفكير بالجنس.

طبعًا كلها تقديرات تقريبية ونسبية من مجتمع مختلف عن مجتماعتنا العربية لكنها مؤشر للطبيعي أو ما نفترض أن نكون عليه، ولكن أكيد الأمر لا يُحسب ولا يُحسم بالكمّ قدر الكيف.

إذا قررت أن تطوِّر علاقتك إلى ما يرتقي للجنس فاعلم أنها مسئولية تجاه شريكك وليست فقط أداة متعة وتسلية لقضاء وقت أفضل، فالعبث بها يلمس روح وعُمق إنسان آخر لا يُغتفر جرحه وإحباطه مهما تعددت الأسباب.

شريكك أيًا كان، عليك الغرام به ومعرفته عن قرب كما لم يعرفه أحد مثلك، فتعشق عيوبه قبل مميزاته حتى تدرك مفاتيحه، وتنجح بالوصول لأعلى قممه، وهي عقله، ومن ثم يمكنك الاستمتاع معه وبه في كل مراحل الجنس السابق ذكرها بأولوياتها، والتأرجح بينها حسب ميول طرفك الآخر من تلامس روحي ونفسي وعقلي إلى عاطفي يصلنا لمتعة جنسية لا تنسى.

إحنا بس عايزين نتمتع من غير مجهود! ومش فالحين غير في الشكوى☺.

المقياس الحقيقي للمتعة الجنسية هو ما بعد الجنس وليس أثناءه.. عندما

يخمد فوران الأجساد وتهدئ الأنفاس فما يتبقى بعدها أبدي وليس لحظيًا.

إن وجدت متعتك تزيد بعد الممارسة وتمتعت بالنظر بعقل وليفك، كما تمتعت بالنظر في عيونه خلال الممارسة والاحتفاظ بصورته بعقلك تصلك بشوة لا تقارن، فاعلم أنك تهوى من تحب وتغرم به، والتواصل بينكما في تزايد.

لو أدمنت جلستك كل مرة معه مش تخلص وتقوم..لو وجدت الشغف يزيد لشريكك حتى لو هدأت رغبتك الجنسية وكل ما فيك يريد قضاء وقت أطول بصحبة أعمق صامتة ومعبرة.. اعلم أنك أخيرًا تمتعت بجنس كامل، وليس بأداء جسدي ناقص يمكن ملؤه من أي جسد آخر فقط حينما تجوع.

الرقي بالوصول إلى الجنس الكامل يعتبر أهم ركائز العلاقات الدائمة الناجحة، فكلا الطرفين عرفا نقاط توازنها ومصادر متعتها التي لا تتغير ضمنيًّا بتغير تفاصيلها دومًا.

الرجل يجد متعته في قدرته في إمتاع أثناء وشعوره بذلك.. وإمكانية إسعادها ومشاهدته لها.

أما المرأة فمتعتها الحقيقية في معرفه وليفها بدواخلها التي تختلف وتتفرد بها عن أي أنثى غيرها.. تلك الخصوصية والتفرد اللذان يميّزاها عن باقي جنسها.. ذلك الاهتمام في إمتاعها هو أساس إسعاد المرأة جنسيًّا بعيدًا عن الفحولة والذكورة المفرطة، وتلك المهاترات المتعارف عليها في مختلف الأزمان التي قد تؤثر عكسيًّا على كلا من الرجل والمرأة للوصول لحدّ النفور، إن لم يركن الإحساس والعقل شريكان لا يرحلان أبدًا.

معظمنا - إن لم يركن كلنا - نحسد الغرب في سلاسة علاقتهم التي تتسم بالبساطة الجميلة دون أي تعقيد، وتتميز دومًا بالشفافية والوضوح فتحسد

السيدة المصرية والعربية المرأة الغربية، مما يعطيها شريكها قدرًا عامرًا من الاهتمام والمشاركة الحقيقية في كل شيء بُدًّا من الأعباء المنزلية أو حتى الأطفال إن وجدوا إلى المعنى الحقيقة بالمشاركة في الهوايات والرياضة والقراءة وإعانتها دومًا لتطوير ذاتها وتشجيعها، وأيضًا نجد الرجل الشرقي يحسد الغربي على ما تتميز به المرأة الغربية وعلاقته بها، هي دائمًا جميلة رشيقة سلسلة مرحة مش نكدية ولا بِرّاوية، وعلى طول شغوفة عليه.

أما عن الحسد الجنسي من الطرفين فحدِّث ولا حرج☺، هذه الانطلاقة الجنسية الغربية لم يشعر بها مجتمعنا الشرقي لعدة أسباب، بخلاف التستر وراء الأسباب الدينية دون أدنى داعٍ، لأن الجنس بداخل إطارات المقدسات الدينية ـ ألا وهي الزواج ـ حلال ومُتاح ومسموح ومبارك دون قيود، لكن الحقيقة الدفينة هي أسباب تخاذل مجتمعي وخوف وكسل، وتعود موروث من المفروض واللازم والعيب.

أسباب عميقة منذ الأزل.. بدأ من ادعاء أن ختان الإناث ظاهرة دينية ومفروضة على كل أنثى!

فين وفين بدأت الناس تتفهم هذه المغالطة الكارثية من حيث الفعل والتقليل منها بالتدريج والبدء في التصديق بأنها عادة بدوية قديمة لا تمتّ للدِّين بِصِلة، لكنها تقضي على مشاعر الأنثى للأبد دون ذنب.

تلك الفجوة الزمنية أحدثت مغلوطات جسيمة في الإدراك المجتمعي للأنثى كنوع غير مفضل يجب أن يستتر ويخجل من غرائزه المحللة له! يمكن تم وقف الختان الآن بنسبة كبيرة في المجتمعات العربية كفعل لصغار الإناث، لكن لم يتم تصليح مفهوم المرأة بشكل جذري وحتمي، خصوصًا في المجتمعات الأقل تحضرًا وانفتاحًا على العالم الخارجي.

مما نتج عنه هذا من تعتيم وخجل من جميع رغباتها الجنسية، ما يسمى

تراكم الإدراك، يعني بمعنى أبسط تراكم هذا الموروثات والعادات المغلوطة التي ليس لها أي أساس من الصحة وما شابه منها، كمثل بأن المرأة عورة والحياء يمنعها أن تعبر عن طاقتها الجنسية واحتياجتها كما يتاح الرجل بطلب هذه الاحتياجات.

ترسيخ فكرة أن: فرض الحياء بشكل خاطئ على الأنثى العربية وكبت مشاعرها الجنسية هو رمز عفتها.. هذا عبث صريح! فالخجل من الحقوق الحلال خيبة مش حياء، وعدم المقدرة على الخروج من سجن افتراضي يقلل من قيمة الغرائز البشرية جبن وليس طهارة، لأن كلما خطّئ التفكير في المعنى وقيمته اختلط الإدراك وأدى الخطأ إلى خطأ أكبر.

معظم النساء في المجتمعات العربية يعانين من الصمت الجنسي، وللأسف دون أن يشعرن، وهذه نتيجة طبيعية ومتوقعة لنظرة المجتمع الشرقي للأنثى، ونظرتها هي لنفسها، كأنها خلقت فقط لتكون المتلقي من طرفها الآخر ووسيلة فقط لأمتاعه دون أى حق فى الأستمتاع بحياة جنسية صحية وعادلة بل حَرمت روحها حتى من معرفة وسائل التعبير عن رغباتها وكيفية خوضها!

"أنا ستّ محترمة، عمري ما تكلّم بالحاجات ديه.. ديه قلة حيا"

مقولة بتتسمع كتير بس تصحيحها يكون: "إن ديه قلة حياة"

الخواجات بيعملوا حاجة ظريفة أوي قبل أي ارتباط جواز أو غيره.. بيعيشوا مع بعض، ويجربوا بعض في كل حاجة مش بس الجنس، لكن بكل التفاصيل والحياة اليومية وحتى الروتين.

بكل وضوح وبكل صراحة يتابدلون آراءهم في كل شيء.. مفيش خجل.. مفيش: أصله صعبان عليّا.. مفيش: أصل شكلها طيب وهاتعيش!!!

مفيش: خدي اللي شاريكي مانتي جربتي اللي حبتيه وبهدلك..

مفيش: معلش الصبر والعِشرة بيغيروا الطباع العفشة!

كل الافتراضات والافتراءات اللي بتودينا في داهية ديه ملغية هناك..

هي نظرية بسيطة لو تمت بنجاح هتأسس علاقة راسخة قوية أيًّا كان نوعها.

التوافق أول سلّم النجاح والجنس الكامل أعلى مراحله يعنى بمسألة حسابية منطقية بسيطة: ١+١ = ٢.

جنس كامل + توافق = حياة مشبعة.

لكن طبعًا بعض الغرب ينقصهم عناصر الدين والأخلاق كإطار أساسي يبحكم العلاقات.

الدين ركيزة توازن كل أمور الحياة إذا تم تناولها بالشكل الموزون والمظبوط، يعني إذا أضفنا العنصرين دول وبدأنا بيهم لصارت النظرية:

توافق + جنس كامل = حياة مشبعة.

مؤدية لنفس النتيجة.. ولكنها أفضل وأعمق وأرسخ لأنك تبدأ بتوافق الروح والعقل والعواطف وصولًا للجنس الكامل وليس العكس..

بمعنى أن تكون صريحًا حد السماء مع طرفك الآخر للتأكد من وجود هذا التوافق، حتى تضمن تطور العلاقة بطريقة سليمة وصولًا للجنس الكامل.

فإذا نقص عنصر ولو ترض ولو تشبع، فلا تغش نفسك أو شريكك قبل الدخول في أي علاقة، حتى لا تضطر بعد الخوض فيها في التنازلات والمفاوضات.. التفاهم والتنازل والتراضي شرط أساسي وضروري، لكنه

لكملات الحياة والطباع والأساليب وليس أبدًا بمقوماتها الأساسية.

ولذلك تمسّك بحقوقك وأولويات إشباعك.. عمر التفاوض ما يَصلُح بالأساسيات وإلا صارت حياة بلا طعم أو معنى.. والتنازل مجرد إنكار واستسلام لواقع صعب تغيره بالوقت لاعتبارات كتير.. وده مالوش دعوة بإيجاد أرض وسط لتوازن الحياة.. لأن كده مفيش أرض من الأصل تقفوا عليها!

كده أضمنلك أنها تكون عيشة والسلام وأيام بنقضيها.. وتلف وترجع بينا لباب الزواج المتعارف عليه "شرّ لا بُد منه!" ☺

للأسف والأرجح في معظم الأحوال هذا ما ستُقدم عليه الآن وتُرغم على الغوص في خباياه..

الطلاق

«فراق لا بد منه»

نعم، إنه أبغض الحلال.. ما يتجنّبه المتزوجون ويتمناه البعض الآخر!

المرحلة الصعبة في كافة الأحوال أيًا كانت هي الحل المنطقي أو المتسرع أو الخاطئ لموقف متأزم بين شخصين أو هدم لبيت وأسرة بأكملها.

الطلاق مؤلم في حدّ ذاته، فهو مصطلح مصحوب دومًا بمشاعر الألم والفراق والمعاناة لكافة أطرافه مهما بلغت مراحل السوء والتدهور بينهما وألحت حتميته، لكن حينما تحين اللحظة ذاتها تصير في منتهى الصعوبة على كل من فيها.

لحظات لن تُنسى وتبقى عالقة في أذهان أصحابها مهما مرَّ الزمن وتنوعت ظروف المعيشة بعدها، فهي تلك الخطوة الفارقة الجريئة التي تعي بها جيدًا أنك تنهي مرحلة سابقة، وتبدأ في مرحلة جديدة في حياتك، وقد تكون مبهمة في بعض الأحيان.

تعلم جيدًا أنك ستصبح شخصًا آخر أفضل أو أسوأ.. هذا شيء نسبي لكن الاختلاف مؤكد ولا رجعة فيه، لأنك تترك أجزاءً منك ومن عمرك

ومراحلك وتشكل نفسك كإنسان جديد لتتقبل مرحلة جديدة من حياتك.

بعض علماء النفس والاجتماع يُلقون اللوم على المتزوجين بالتسرع والاستسهال في اللجوء لحل لمشاكلهم الزوجية بيترها والهرولة للطلاق ويضعونه سببًا رئيسيًا لتفشي المجتمع بتلك الظاهرة حاليًا.

انتشر الطلاق بغزارة في الدول العربية خصوصًا مصر حتى احتلت لقب الدولة الأولى على العالم فيما يخص معدلات الطلاق، بحسب دراسة صادرة عن مركز معلومات دعم واتخاذ القرار التابع لمجلس الوزراء في بداية عام ٢٠١٣، كما أوضحت الدراسة ارتفاع معدلات الطلاق خلال الخمسين عامًا الماضية من ٧٪ إلى ٤٠٪ مما يعني وقوع حوالي ٢٤٠ حالة طلاق يوميًا!

أي حالة طلاق كل ٦ دقائق!! طبقًا لإحصاءات الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء.

وطبقًا لأحدث إحصاء سكاني، فإن النسبة الأكبر من حالات الطلاق تقع بين المتزوجين حديثًا من سن ٢٥ إلى ٣٥ سنة، حيث تصل نسبة الطلاق في العام الأول إلى ٣٤٪، بينما تقل النسبة في العام الثاني الى ٢١,٥٪، وهي الإحصائية التي جاءت صادمة لتحطم هيكل الحياة الزوجية والأسر المستقرة التي عرفتها مصر قديمًا، واختفت اليوم تقريبًا في ظل مجموعة من المشكلات أو بالأجدر تسميتها بالعبث المجتمعي وإهدار الإنسان لحقه في تكوين ذاته وعقله ليتمكن من حسن وتواؤم اختيار شريك الحياة، فانعكست النتيجة على العلاقات بين الزوجين خصوصًا الشباب في السنة الأولى التي لا تكتمل في معظم الأحوال قبل تدخل المأذون!

بعد المقدمة الهايلة ديه عن الظاهرة والانتشار ومشكلات المجتمع والواقع المرير ومعاناة الشباب وسوء الاختيار وخلافه، حان الوقت كي نتوغل عمقًا بهذه المرحلة حتى نتفادى جهلها حتى لو لم أو لن نمرّ بها.. لأن

الجهل بالشيء وبواطنه ينتج عنه تراكم أفكار خاطئة ومضللة قد لا تكون لها أي علاقة بحقيقة الطلاق الفعلي.. يعني ما ينفعش نيجي ونقول كده الطلاق حلو أو الطلاق وحش حسب هوانا.. اعرف الأول هو إيه..

عشان يكون في طلاق لازم يكون فيه جواز وده بديهي جدًّا ☺

إيه المنفر أوي من الجواز يخلّي اتنين يمقتوا المعاشرة لدرجة إسقاط المنظومة من جدرها!

للطلاق علامات ومسببات أساسية لا تظهر ما بين ليلة وضحاها أبدًا.. وعادة بتكون لها مؤشرات في أول سنين الجواز، وتتفاقم حتى تنتهي بالطلاق، وقد سبق التنويه عنها وأهميتها في باب الزواج الأسبق.

لو أنت بتضحك على نفسك ومتخيل أنك تستطيع تغيير الفرد الآخر على هواك بس بعد الزواج، فهذا أول جرم ارتكبته، وأول مسمار في نعش المنظومة.. محدش بيتغير، بالعكس رتابة وملل الزواج الطبيعي، يمكن أن تضيف بعض الحماقات والكثير من السلبيات للشخصين، مش بتخففهم أو كما يقال (زاد الطين بلة) ولو مفيش بينهما الرصيد الكافي من التناغم والتوافق والانسجام قبل حتى الحب وخلافه، فأيضًا هذه منظومة في منتهى الهشاشة معرضة للتهاوي مع أول صدمة من صدمات الواقع والعيشة العادية.

لو انت مش على توافق تامّ وبتيجي على نفسك لتتقبل أجزاء (منفرة ليك) من الطرف الآخر، على أساس إن فيه حاجات تانية كويسة "غاليًا ينصحك بها الآخرين".. الحاجات دية مع الوقت وبعد ما يتقفل عليكو باب واحد بتتضخم وتظهر معاها أشياؤها الأخرى، واللي كنت قادر تبلعه قبل الجواز بقى يخنقك بعده!

لو اتجوزت عشان محتاج أمن واستقرار بس أو متواكل على عامل واحد

إنه طيب، أصلها متدينة، أصله غني ومرتاح، أصلها بتستحمل..

أنت كده دوّر على كنبة مريحة تكون أفيد! وركبلها بياضات برضه هاتعيش أطول، مش إنسان تشاركه عمرك كله بكل اللي فيك وفيه.

عامل واحد فقط هو الأساس في صحة اختيار شريكك اللي منه ممكن تتحملوا سوا أعباء الحياة وروتين الجواز وخلافه، وبعدها تكونان طرفين مهيئين لعمل المجهود المطلوب كي تستقيم العلاقة، وفعلًا نطلق عليها علاقة صحية وجواز متكافئ.

العامل الأوحد ده تم ذكره في مرجع البشرية بأكمله لأهميته وهو القرآن الكريم.. قال الله تعالى في سورة الروم الآيه ٢١:

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢٠]

صدق الله العظيم

ليه تم استخدام كلمه أنفسكم؟! كان ممكن جدًّا تكون: خلق لكم من جنسكم أو ممَّن حولكم أو من بشرٍ مثلكم.. إلخ.

فهي توحي بنفس المعنى، وهو تزاوج وتناسل البشرية.

لكن الله عز وجل خصَّ الزواج أن يكون من النفس ذاتها! وده معنى بالغ الخطورة والأهمية، ويتلخص فيه مفهوم الزواج الناجح، ويكشف لنا العبث المطلق الذي أحدثناه نحن كبشر في تناول هذا المضمون، وهذه النعمة الإلهية، وهي الزواج السليم وإلا انقلب إلى نقمة على أصحابها.

فتزاوج الأنفس مختلف تمامًا عن تزواج الأجساد والأشخاص..

تزاوج الأنفس أن يكون طرفك الآخر من نفسك، من روحك، من إحساسك ومن وجودك.

يكون أنت الآخر.. كيانك الثاني.. انسجامك التلقائي اللي ما بتعملش فيه مجهود عشان توجده.. الروح اللي بتخترق عقلك وأفكارك ووجودك بدون استئذان، وبمنتهى السعادة بتسمحلها تكون كلك.. ديه بتكون نعمة ورزق من الله سبحانه وتعالى، ومن هنا يأتي السكن كنتيجة حتمية للتقارب والتجانس والتناغم بين النفس وذاتها الأخرى.

ثم ينعم الله عليكما بالمودة والرحمة اللذان هما أساس الحياة واستمرارها..

نظرية روحية بأن: ١ + ١ = ١ كامل متكامل.

فالروح سارحه هائمة في ملكوت الله سبحانه وتعالى، تتوق لنصفها الآخر المكمل لها.. لذلك نجد أن الأرواح تتآلف أو تتنافر قبل الأجساد بالواقع.

ألم تتعجب أن الحب والرغبة لم يذكرا في بنود الزواج!!

لسبب بسيط جدًّا! لأنهم مش الأساس على الإطلاق لأنك لو اعتمدت على اختيارك لشريك حياتك على الحب فقط أو الرغبة والجنس بس هلكت، لأنهما نتائج وليسا مكون لحياة، أي أن الحب والجنس (اللي هو مش دايم طبعًا) بيكونوا نتيجه للتآلف والسكن والانسجام بين النفس ونفسها الأخرى، بين الذكر ومؤنثه، وليس بين أي ذكر وبين أي أنثى، وإلا صار الحب نزوة، والجنس مجرد شهوة مؤقتة تزول بفراغ تأديتها.

لكن قدسية العشق والجنس بين الأزواج شيء آخر تمامًا، بعيدًا كل البعد

عن فوران مشاعر وقتية نتيجة احتياجات نفسية وجسدية.

هذا هو العامل الأوحد والأساسي لضمان الاختيار السليم.. عامل غير سهل في إيجاده والتأكد منه، لكن مشقة المعاناة في انتظاره تستاهل ما يحمله من سعادة ونعيم للطرفين.

أما السائد حاليًّا للأسف عكس ذلك تمامًا، فهو خلطات بين الاستعجال والضحك على الذات، إني أخيرًا لقيت شريك الحياة والإنكار والإغفال عن جهل أو قصد، بكمّ من النواقص التي لا تلتزم حتى بالأمر والنصح الإلهي في التأسيس السليم لمنظومة الزواج، حيث تعتمد أولًا وأخيرًا على حسن اختيارك لشريك حياتك.

للتبسيط في نظرية متواضعة للتعرف على نصفك الآخر الحقيقي:

"عارف إحساس إنك ما تعيش على روحك خالص، عشان تستحمل أي حاجة في مقابل إن بقية الحاجات التانية كويسة وتستاهل! بالعكس إنت عاشق للكل قبل الجزء.. زي القهوة المظبوطة.. مش مضطر تتحمل زيادة أو نقصان سكّرها بس عشان البن كويس".

الحب: هو عدم الاضطرار للتعوّد..

يعني بلاش ناخد شبه اللي احنا عايزينه، ونُقنع روحنا بالغصب إنه هو رغم إنه شيء تاني، أو جايز يكون قريب له من بعيد أوي، فبالآخر بنرضى ببدايل وبعد وقت نرجع نطالب بأحلامنا وأغراضنا ونتفاجأ بانقراضها من الواقع والشريك!

ما تعيش تدور على مشاعر شبه اللي معرفتش تطولها، وتقنع نفسك بيها بالعافية.. عشان هاتبقى مشاعر صيني!

زي البضاعة الصيني.. رخيصة وعمرها قصير..

الواقع عيشة كاملة ما بتعديش.. لو مش متقبلة من الأول لا تتوهم انه سيتغير أو سينتهي مع ذاته بمرور الوقت..

ما تحاولش تلبس جزمة مش مقاسك حتى لو ماركة وشكلها حلو لأنها عمرها ما هاترحمك.. يعني بلاش تعيش دور مش دورك وتتشكل في شخصية إنت عارف كويس أنها مش أنت بس عشان تتواءم مع الشخص الآخر والموضوع يمشي.. كده مش ها يمشي ده ها يتشل بعد فترة.. وقصيرة!

تزاوج النفس موجود مش خرافة، وقد يصادفه الجميع في حياته، ولكن رد الفعل والقرار والواقع الاجتماعي والاقتصادي المختل نوعًا ما قد يقف حاجزًا عن تحقيقه واكتماله، لكن كثيرًا من الناس يكسرون الحواجز ببساطة ودون خوف، وآخرين تعتمد حساباتهم من الأصل على واقع مختلف ذات أولويات أخرى (معوقة) فيكون القرار صعبًا مثل الفرق بين الإصلاح والتغيير.

الإسلام دين عظيم، وتكلم بمنتهى الصراحة والوضوح عن النفس البشرية وتزاوجها، وأيضًا استحالة العشرة بين بعضها البعض في بعض الحالات حتى أتاح الطلاق بدون إبداء أسباب مع وجود ضمان وقواعد لحقوق كافة الأطراف.

ولكن يتبقى لنا التصرف البشري في نعمة الزواج ورخصة الطلاق، بدءًا بالزواج، فهو عقد نكاح كما يسمى، فبعض الأطراف يُبرمون العقد كمقايضة وتبادل منفعة حرفية، فنجد في بعض الظروف أن المرأة تختار مقايضة جسدها بشكل مشروع مقابل الأمان الاجتماعي والاقتصادي، ولكن عادةً تهدها ضحية ذاتها وواقعها المفكك، كما يلجأ بعض الرجال لإبرام نفس العقد بدافع وجوب الزواج في حد ذاته لأسباب عمرية وتقنين

للشهوة والتحصين، وأيضًا إيجاده لزوجة بها المواصفات اللي بيسمع عنها عشان تعيش.

وساعتها تلاقي أن زي ما الناس الصح بتيجي في الوقت الغلط.. كل الناس الغلط بتيجي في الوقت الصح برضه!

وعلى هذه الأسس العوجة يتم الزواج.

ثم نتعجب من ارتفاع نسب الطلاق داخل كل بيت!

***

على فكرة الطلاق أنواع مش كله بيتكتب عند المأذون.. ماهو أصعب هو الطلاق الصامت المكتوب على جدران بيوت آيلة للسقوط ولا أحد يستطيع الإفصاح عنها.

ما هي أنواع الطلاق:

- طلاق فعلي:

وهو الطلاق الحقيقي الموثق بفسخ عقد الزواج وإبطاله لتحل محله قسيمة الطلاق، وينقسم البيت، وتتوقف العيشة والمعاشرة الفعلية بين الطرفين، ويتجه كلٌ منهما اتجاهًا مختلفًا في الحياة.

وطبعًا تزداد الأمور تعقيدًا إذا تواجد أطفال وسط هذا الطلاق، ومهما كانت المحاولات من الطرفين لجعلها مهمة سهلة فهي بالتأكيد مريرة على كل من فيها، وتحتاج إلى مجهود متواصل بل متزايد بين الطرفين للحفاظ على التوازن النفسي للأطفال.

وتبدأ المرحلة الجديدة في شق طريقها في حياة كل الأطراف المعنية من ترتيب تفاصيل الطلاق ورعاية الأطفال وتوفير المسكن والمأكل والملبس إلى

آخره، وقد يتنصل بعض الأطراف من المسئوليات بمرور الوقت، مما يؤدي إلى ازدياد المشاكل، وهكذا من الأمور التي اعتدنا على سماعها في مجتمعاتنا اليومية.

الشيء الهام الذي قد تغفله مجتمعاتنا العربية هو كيفية الزواج السليم وكيفية الطلاق السليم أيضًا.

أي نعم هو أبغض الحلال، لكنه حلال إذا ما استحالت العشرة بين الطرفين.. فالطلاق ليس عقابًا لطرف ما أو انتقامًا، لكنه مخرج من حياة مستحيلة بائسة لمحاولة أخرى للحياة بشكل مختلف.. قد يكون طوق نجاة في بعض الأحيان والأمور لبعض الأشخاص.. الأمر الذي لم تشرع به بعض الديانات الأخرى لكن أتاحه الإسلام لتيسير الحياة على من فيها.. فقط إذا ما أُحسن استخدامه.

لا تستخدمه كسلاح انتقام من طرفك الآخر ووسيلة هجومية لتداري بها أسباب فشل الزواج من الأصل..

تقبّل الوضع واستفد منه فلا تلقِ كل اللوم على شريكك ولا كل الذنب على نفسك.. كن موضوعيًا وواقعيًا أكثر بشجاعة، لترى الصورة الصريحة دون تزيين.. لأن جميع الأطراف دائمًا مشتركة في مسبباته.

- الطلاق الجسدي:

وهو طلاق بالاتفاق، أي الانفصال.. أي نعم هو ليس طلاقًا فعليًا، ولا يتدخل فيه مأذون أو شهود، ولا يتضمن توثيقًا، لكنه اتفاق بين الزوجين على أن تتوقف الزيجة بينهما، وينفصلا سواء في نفس المكان أو يترك أحدهما بيت الزوجية.

هذا طلاق مؤلم، وإلى حدّ ما غير مبرر.. فالزوجان يشعران بعدم الانتماء لا لمعشر المتزوجين ولا المطلقين، فهما فاقدان الهوية والسكن والمودة ونعمة الزواج وأيضًا ليس لهم حقوق حرية الطلاق والبدء في حياة جديدة.

هما معلّقان على سلالم لا تصل لهذا أو لذاك، والرقص عليها مؤلم لعدم حدوث أي تغيير قد يصل لسنين عدة أو حتى تستمر به الحياة كسرطان مزمن تتأقلم بالوقت على آلامه المتصاعدة.

يتحملان أعباء الزواج والمسؤليات فقط دون حتى الاستمتاع بأي ميزة له.. واخدين العبء بس منه!

أداة تعذيب مستمرة غير مبررة! وأي عقل أو منطق عادل يطالب بإعادة التفكير فيها فورًا أيًا كانت النتيجة بالإصلاح لو أمكن، أو بطلاق يريح عذاب كل من فيه.

- الطلاق النفسي:

وهو أكثرهم إيلامًا، وهو ممّا يشعر به فرد واحد أو الاثنان معًا بداخل الزواج ولا يفصحان به، يتكتمان بعدم بوح أحدهما للآخر أو لنفسيهما من الأصل، لكن هناك شعور دفين داخلي بداخل كلّ منهما بأن هذه المعيشة غير طبيعية أو سوية، لكن علينا التمادي في أداء أدوار المعيشة العادية كأنها طبيعية.

الشعور بعدم الانتماء للشخص الآخر على الإطلاق رغم قيامه بواجباته ومسئولياته الزوجية والجسدية كعادة المتزوجين، وهذا ما يجعله أكثر ألمًا يصل لحد التعذيب النفسي في بعض الأحيان، هو في حالة متواصلة من الإرغام على حياة يشعر بغربة كاملة فيها وغربة أكبر من شريك الحياة نفسه.. صار أبعد ما يكون عنه نفسيًا ووجدانيًا وروحيًا لكنه مجبر على أن

يكون قريبًا جسديًا وشكليًا في منظومة وهمية تحافظ فقط على إطار خارجي لكنه فارغ من الداخل.

إذا أصاب الطلاق النفسي أحد الشريكين ولم يفصح به للآخر.. تأكد أن الشعور منقول ومحسوس حتى إن لم يقال بكلام منطوق.. أما إذا أصاب كلا الطرفين وأصرًا على التكتم فتنقلب العيشة تدريجيًا إلى عقاب غير معلوم أسبابه، وتتحول المودة - إن كان منها لا يزال باقيًا - إلى فتور ولا مبالاة وعدم اهتمام ثم إلى بُغض ونفور، يتدنى بالحياة إلى أسفل المقاييس اللا إنسانية.

في هذه المرحلة يكون الشريكان على أهبة الاستعداد والتأهب لخطوة الطلاق الفعلي في أي لحظة أو فرصة ممكنة، فقط ينتظر كلٌ منهما الآخر في إعطاء سبب ظاهر ملموس أو إيجاد كارثة ظاهرية يمكن الاختباء خلفها في التخلص من هذا العذاب، وفي نفس الوقت تفادي الإشارة إليه بأنه هو مَنْ بادر بالطلاق وهدم المؤسسة بأكملها على رؤوس كل من فيها.

***

الطلاق الفعلي حدث جليل يهتز له عرش الرحمن، لكنه من الآخر مباح لمن هم فعلًا في حاجة إليه، ولكن ليس كاستسهال ولا للتخلص من بعض تحديات الحياة ومنغصاتها بإنهائها وبترها، لأنه سيترتب عليه مشاكل أكبر بعد إتمام الطلاق، إذا كان ليس حتميًا ولا ضروريًا، وقد يخسر الإنسان عيشته الكريمة لمجرد نزوة أو حالة اضطراب لا يريد بذل مجهود كافٍ لإصلاحه، إذا كانت المؤسسة الزوجية أصلًا مهيئة للإصلاح.

في هذا الوضع الطلاق خسارة فادحة لكل الأطراف، ولن تستقيم الحياة ولن تعتدل حتى بعد الطلاق لأنك تهاونت بحقوقك وحقوق غيرك للحفاظ عليها.

أما في حالات أخرى مؤلمة فيصبح الطلاق حتميًا وطوق نجاة لكل من فيه.. التقييم ذاته مقاييسه متفاوتة ومتباينة من كل شخص لآخر، لسبب بسيط إن الإدراك مختلف من كل نفس إلى أخرى، فما تراه بسيطًا واعتياديًا قد يراه البعض بشعًا وقاتلًا لأي حياة.

ساعتها صدقني فإن آراء من حولك ليست بالأولوية الأولى.. منهم من لم يشعر بمعاناتك والآخر يريد فرض المفروض بحسن نية، لأنه المُتبع في المجتمع.. لكن بعد الإصغاء للآخرين عليك الإصغاء لنفسك وإدراكك وكيفية موازنتك للأمور.

المهم أن إدراك الشريكين لحياتهما يكون واحدًا في استحالته أو وجود احتمالات إصلاح ضرورية لتستقيم الحياة بشكل إنساني أولًا وواقعي ثانيًا.

في حالات الطلاق الجسدي والنفسي نجد دائمًا الإنكار والتأجيل للطلاق الفعلي والاستمرار بالتمادي والتظاهر بالحياة الطبيعية رغم شذوذ كل أركانها، هو عادة بسبب تورط أطفال بداخل منظومة الزواج ولا أحد يستطيع أن ينكر هذا.

فبمثل تلك الحالات الأطفال يمثلون طوقًا من خيط حرير على أعناق آبائهم.

ضغطًا نفسيًا صعبًا، خصوصًا في حالة ارتباط الأبناء الشديد بالأم أو الأب أو الاثنين معًا، فتتضاعف الصعوبة باتخاذ قرار بتر الحياة الأسرية.

لكن مع مرور الوقت والعيش بنبض حياة راكد وشبه معدوم يبدأ الأطفال في التأثر سلبًا بالظروف المحيطة وفي بعض الأحيان يستيقظ الآباء فجأة من سُباتهم العميق ويواجهون أخيرًا ما هم فيه من معاناة بشكل أكثر صراحة وبوح دون الاستناد للإنكار المألوف، يجدون أن الطلاق خطوة

أصبحت ضرورية لمصلحة الأطفال قبلهم حيث أصبح من الصعب بل من المستحيل حمايتهم من سلبيات الإنكار السامة.

سببًا آخر يقيد الأزواج بالطلاق الجسدي والنفسي وهي الأسباب المادية الأكثر شيوعًا الآن في ظل التحديات التصاعدية التي نعيشها، قد ترضخ الزوجة لمثل تلك الحياة حيث لا يوجد بدائل واقعية في إمكانيتها تجعلها قادرة على الاستقلال ماديًا وأيضًا نفسيًا بحياة كاملة خصوصًا عند وجود أطفال.

بعض النساء يتحملن عبء الزواج ويحتجزن أنفسهن داخل طلاق جسدي أو نفسي متحملين آلامه فقط لأنهن في حالة خوف دائم من الاعتماد على ذاتهن وقدراتهن فقط في مواجهة الحياة بكل ما فيها حتى إذا توافرت السبل المادية، فهن للأسف ضحيات أنفسهن، لأنهن قبعن داخل محراب أزواجهن، ليس من باب الونس والمودة أو حتى الحب بل من الخوف من مواجهة الواقع، وهذه حالات صعبة جدًا، أن تستقيم بهن الحياة إذا بنيت على اختيارات زواج كلها غير متوازنة، ومؤسسها الأول الخوف وانعدام الثقة في النفس، وفقط البحث عن مخبأ للأمان.

وقد يقع الرجل في فخ مماثل، ولكن ليس خوفًا من مواجهة المسئولية لكنه اعتياد نمطي على حياة لا يريد المجازفة بتغيير شكلها وبناء حياة جديدة له، حتى لو حياته الحالية خارجة عن نطاق الطبيعي والمألوف وتصل لحد المؤلمة.. فبالنسبة له التعايش السلمي والخضوع لتلك المرحلة ـ اللي هو خلاص عرفها بكل ما فيها ـ أفضل من الدخول في حياة جديدة لا علم له بها.

وفي بالحالتين هناك أخطاء جسيمة يرتكبها الإنسان في حق نفسه ويضيع بها حياته ويهدر جميع فرصه التي قد لا تأتيه مرة أخرى.

في الآخر: النتيجة كمّ هائل من جوازات ماشية جنب الحيط.. كل زيجة فيها لها ظروف وعقبات وتحديات، لكن الأبشع فيهم جميعًا من هم يدمنون الركود والصمت في مواقعهم والاستمرار فيها..

ما هو حل من اتنين ما لهمش تالت.. إن الحياة بها ما تستحق المحاربة من أجله، وهناك أساس فعلي لمنظومة الزواج يمكن عليه تأسيس حياة المودة والتجانس والرحمة، كما أمرها الله تعالى، ولكن عليها بعض الغبار من سوء استخدام المتزوجين لها، وعدم رعايتها بصدق، وهنا فإن على الأزواج بذل المجهود في إنقاذه والصعود لدرجة الطبيعية.. أو أن الواقع بيحتم استحالة المعيشة، وصولًا بأن أطرافها كالماء والزيت حتى لو خليا من الشوائب لكنهما غير صالحين للاندماج، فعليهما مواجهة تلك الحقيقة بثبات ونضوج وعدم الإنكار والتأجيل لتفادي الحياة على جهاز الإنعاش، وسحل كل من فيها لجهاز التنفس الصناعي.

***

نتوقف عند نقطة هامة ومؤثرة في تعريف وإدراك الطلاق في أذهاننا، شئنا أم أبَيْنا..

وهي التحريم المجتمعي للطلاق خصوصًا في مجتمعاتنا العربية مما لصق به عبر الزمن والعادات والتقاليد والموروثات ـ التي أضلت أكثر مما هَدت ـ إلى أن الطلاق تقريبًا عيب وغلط وحرام وأن الست المطلقة وصمة عار! ودائمًا ماشية على حل شعرها والراجل المطلق مُلعب!

رغم إن الست برضه ممكن تمشي على حل شعورها كلها وهي عازبة، أو متزوجة، أو أرملة أو عانس، كما أن الرجل يستطيع أن يكون "خاربها" وهو أيضًا عازب، أو أرمل، أو متزوج أو حرّ طليق!

عمر ما الحالة الاجتماعية كانت دلالة على نوعية الشخصية بسلوكها وأخلاقها أبدًا!

فكرة أن المُطَلّق أكيد سلوكه شائك وطباعه منفرة وإلا ما وصل للطلاق وأن المطلقة هي أنثى مستعملة ومستهلكة ولا تصحّ أو تصلح لرجل آخر خصوصًا لو لم يسبق له الزواج - فهذا يُحرم التفكير في الارتباط بها.

هذا فكر عقيم وضيق الأفق لدرجة لا يمكن أن تتوقع منها إلا نوعًا من المجتمع مختلّ الإدراك يمكنه تبني تلك التصورات!

ولا عجب أن يحتله خلل هائل في منظومتي الزواج والطلاق.

على كل فرد أن يراجع فكره ومعتقداته من باب الدين والواقع والمنطق، وإذا تناقضت معاك موروثاتك القديمة فانحز دائمًا لعقلك المؤسس لإدراكك وتوازن حياتك.

***

إذا وضعنا الطلاق كظاهرة تحت المجهر بكل أركانها فيجب أن نتعمق أكثر بما فيه من مشاعر ومراحل قد تختلف من أشخاص لأخرى، لكن تظل خطوطها العريضة واحدة.

ما هي المراحل التي يمر بها كل مطلق ومطلقة..

أولًا: مرحلة الحرية

هذه مرحلة طبيعية ومتوقعة أن يشعر الإنسان فيها بقدر من الفرح الغريب غير الطبيعي والنشوة بالحرية المطلقة التي هبطت عليه فجأة من السماء وأيضًا براحة عارمة لزوال عنصر الألم والنكد والشجار والمهاترات التي تتفاقم في أيام الزواج الأخيرة والعصيبة.

بعد أن يكون قد تكون إدراك عند كلّ من الزوجين أن الطلاق هو

طوق النجاة والراحة والنعيم من العذاب المتواصل فترتبط الحرية والنشوة ارتباطًا شرطيًا بالطلاق، ويشعر به الإنسان تلقائيًا فور حدوث الطلاق وغمّا عن الشعور الطبيعي بالألم والفرقة والخسارة والحسرة في بعض الأحيان لكن على الصعيد الآخر فهناك راحة وحرية لا يمكن إخفاؤها.. يُشحن الفرد بكمّ هائل من المشاعر المتصاعدة والمتناقضة على حدّ من التوازي يتخيل أنه وصل بها لحالة من التوازن، ولكنها للأسف حالة واهمة حتى يصل للمرحلة الأخرى.

ثانيًا: مرحلة الصدمة

بعد مرور بعض أو كثير من الوقت، تهدأ جميع المشاعر المتناقضة من سالبة وموجبة تجاه تلك الحياة الجديدة وتتركز في قاع العقل بعد الزوبعة العامرة في الفترة الأولى، ونتيجة هذا الخمود والسكون تحدث الصدمة.. صدمة الواقع!

تمامًا مثل ٣ أيام العزاء المعتادة برحيل عزيز غالي، ينشغل أقرب إنسان للفقيد بالمعزين، فيتم إلهاؤه بصخبهم وجموعهم وخدمتهم، لا يشعر فعلًا بوقوع الحدث ومواجهته إلا بعد رحيل الجمع كلّه لحياته ومشاغله، يشعر حينها بحقيقة الحدث بكل أبعاده.

يدرك الإنسان فعلًا أنه بمفرده ودون شريك، وأنه هدم بيديه بيتًا وأسرة وأهدر سنين في فراغ عديم الفائدة.

تتناوب عليه مشاعر الذنب والخوف والندم حتى لو كان الزواج فعلًا مريرًا ومستحيلًا، لكنه لا يفند من تلك المشاعر المعذبة.

الشعور بالوحدة وعدم الأمان يتفاقم، والسبب الأساسي ليس في فقدان

شريك الحياة السابق أكثر مما هو خوف وقلق من حياة قادمة غير مألوفة أو معلومة الملامح.

المشاعر السلبية مغناطيسية الطباع، وتميل للتكاثر بسرعة النمل على السكر، كأنها تنادي على كل مثيل لها بعقلك، وتتمكن من الإنسان حسب مقاومته لها وإصراره على بقائها أو القضاء عليها.

مرحلة الصدمة حتمية كأي حدث مؤثر يصدمك كي تراه كاملًا ولا تهرب من مواجهته بأي إنكار وإلهاء.

طول أو قصر هذه المرحلة طبعًا يعتمد على الشخص نفسه وضعفه أو قوته في مواجهة مراحل حاسمة من حياته حتى يصل بخُطره أو مضطرًا للمرحلة الثالثة.

ثالثًا: التأقلم

بعد مرور وقت ليس بقصير في كلتا المرحلتين الأولى والثانية ـ وكلاهما يصيبان المرء بمراحل عدة من الاضطراب ـ لا يجد الإنسان إلا أن يُرغم ذاته على التأقلم مع الحياة الجديدة أيًا كانت، أفضل أو أسوأ من السابقة، وهي ما تسمى مرحلة نضوج وتقبل حقيقة الأمور كما هي، والتعامل على أساسها دون محاولات لوم وإلقاء اتهامات على الشريك الأسبق أو الناس اللي مش حاسّين بيه أو الظروف المتآمرة عليه.

عدّى وقت كل ده، وحان الآن وقت الصمود والتفكير في نوعية الحياة الحالية الموجودة فعلًا واختيار كوادرها وحتى ألوانها، فمهما كانت الفترات السابقة صعبة لكن لا تزال هبة الحرية وفرصة الحياة الجديدة موجودة.

تشبة مرحلة انتزاع الأفعى لجلدها كضرورة مواكبة مرحلة مختلفة بطقس جديد يؤيد بقاءك.

حينما يندمج الإنسان في تفاصيل يومه، وينشغل كعضو فعال منتج إلى حد ما يستطيع وقتها رؤية حياته ككل، ويقضي أوقاتًا كثيرة في التأمل في كل ظروفه وتصرفاته.

هذه هي المرحلة الحقيقة التي يمكن أن نطلق عليها مرحلة التوازن والمحايدة.

خلال ممارسات التأمل العديدة يتخللها مرحلة اكتشاف الإنسان لذاته كأول مرة وحياته بأكملها، كأنه يزور أعوامًا لشخص آخر، وقد يتفاجأ أو يسعد أو يحزن بأشياء عديدة، ولكنها كلها حقيقية.

من هذه المرحلة يكتشف حقيقة الطلاق نفسه، إذا كان حتميًا وضروريًا، وأنه فعلًا أصوب وأفضل قرار اتخذه في عمره، أم أنه ارتكب خطأ فادحًا وأقدم على أسوأ قرار في حياته سيندم عليه فيما تبقى منها..

والاختيار ينحصر بين القرار الصائب الذي يساعد في التقدم في حياة جديدة، متجنبًا كل المغالطات السابقة، أو القرار الخاطئ الذي يستوجب مراجعه النفس ومحاولة استرجاع ما يمكن من الزيجة المنتهية إن أمكن..

أو أن يبقى معلقًا بين ذاك وتلك غير محايد لقرار، أو في حالة خوف، أو يتفادى المواجهة، فتبقى الحقيقة غائبة، لكن سنين عمره تستمر في التسرسب حتى يتفاجأ بانقضاء عمره دون المساس بحقيقته أو معرفتها.

***

الزواج الثاني:

الفرصة التانية اللي ممكن ياخدها البني آدم عشان يعوض بيه اللي شافه..

وديه بتبقى أول غلطة بتتاخد بقصد أو دون قصد، وهي البحث عن الزواج من دافع الاحتياج، والتعويض عن خسائر أو جروح قديمة بتجربة أولى فاشلة، وقد تُرتكب دون أدنى شعور، وتتكرر نفس الأخطاء السابقة، بالعكس يعيش صاحبه بقشور الإحساس أنه أخيرًا تصادق مع الدنيا، وسينال ما يستحق دون مجهود فعلي منه للوصول لدرجة المحايدة مع نفسه وظروفه، كي يرى الأمور بصورة سليمة، ويستغل فعلًا الفرصة الثانية بشكل ناضج لأول مرة..

يقدر فعلًا يلاقي شريكه الحقيقي مش شكل خارجي مريح ينسى بيه أو فات.. ولا حتى إنسان نقيض للزوج أو الزوجة السابقين، ويكون ده المعيار لسدّ نواقص فترات صعبة اتعاشت قبل كده..

تجنب البحث عن المال فقط أو العاطفة وحدها أو الأمان وحده أو الجنس...إلخ إذا كان هذا هو العنصر المفقود في التجربة الأولى.. لأنه إيضًا سيظل عاملًا غير كافٍ.

هذا المنطق العقلي مضلِّل لامتزاجه بمشاعر مختلطة كثيرة جدًا، وبعيدة كل البعد عن التوزان المذكور في إمكانية اتخاذ أي قرار سليم.

إن لم يعط الإنسان نفسه فترة كافية يكون صادقًا فيها مع ذاته أنه على نقطة حياد واستعداد لمجهود الفكر والعقل كي يرتقي فعلًا هذه المرة، ويجد ما يريده حقًا في حياته، فلتأخذه مرات التكرار والزيجات المتشابهة كلها واحدة تلو الأخرى، لأنها تبدأ كلها بمنطق واحد، وهو البحث عن النواقص لسدها، وتنتهي دومًا بالإخفاق المحبط ومقولة: "أنا حظي دايمًا كده!".

تكرار التجارب بنفس مقوماتها مهما كَثُر عددها، تأتي حتمًا بنفس النتائج.. كمن يحاول إعطاء الدواء لجثة!

قد تكون التجربة الثانية للزواج أكثر نضجًا وعمقًا وأصحّ إدراكًا للطرفين إذا استغلًا الفرصة بشكل سليم ومحايد، دون الوقوع في أي فخّ من الاحتياج أو الإرهاق والتعب الذي يشوّه الإدراك المتوازن للأمور.

قد يواجه المطلقين والمطلقات تحدٍّ آخر، وهذا يرجع لعامل الزمن والمرحلة العمرية التي تُلتهم بتجارب سالبة لأي سبب مما سبق، فيجد الإنسان نفسه في عقده الرابع أو الخامس محاطًا بأفراد قريبين من مرحلته العمرية، فغالبًا هم متزوجون أو مطلقون ذوات أسر وأطفال وحكايات متشابكة.. فتتعقد الأمور أكثر ولا يجد فيها ميزات وسلاسة الزواج الأول..

فكلها تحديات يجب المضي في داخلها وإلا فعليك أن تعلن الاعتزال وتمضي بقيه طريقك وحدك لكن غير متذمر.

وفعلًا يلجأ الكثير من الناس لفقد الإيمان بمنظومة الزواج خصوصًا ذات الظروف الخاصة المعقدة، مما تحيطه من أسلاك شائكة تحتاج لمجهود مضاعف ومقاومة مستمرة، وأشهرها فكرة "الزوجة الثانية"!

***

حلال دينيًا حرام مجتمعيًا!!

لقد أحل الدين والشرع تعدد الزوجات لكنه خصه بتفاصيل كثيرة جدًا، وجاء قول الله تعالى فيه صريحًا بالآية الكريمة ١٢٩ في سورة النساء: ﴿ وَلَن تَسْتَطِيعُوٓاْ أَن تَعْدِلُواْ بَيْنَ ٱلنِّسَآءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ ﴾ كي تكون نهاية

الجدل بين مؤيديها ومعارضيها من حيث الفكرة.

لكنها لا تزال حلالًا ومصرَّحًا بها وموجودة، وهذا إن دل على شيء يدل على أن هناك فئة، ولكنها محدودة (جدًّا)، وقد خصَّها الله بقدرات تهيئ لها استخدام هذه الرخصة.

قدرات بعيدة عن القدرات المادية والجنسية للرجال، وأيضًا الرضوخ والاستسلام للنساء.

الرجل القادر على الجمع بين زوجتين أو أكثر وتستمر هذه الزيجات بنجاح، هي هذه نماذج قليلة جدًّا، وإن لم تكن نادرة، لكنها تستحق البحث ومعرفة ما يميزها.

فالمرأة بطبعها حبها حب استحواذ ونهم، ولا ترضى أبدًا بوجود حواء أخرى تنافسها على كيان آدمها، وهكذا كانت فطرتها، فالغيرة تلتهمها لأسباب واختلاقات تافهة، فما بالك إذا فرض عليها الواقع مشاركة زوجها مع أخرى فبالطبع رفضها حتمي بعد ارتكابها لبراكين وثورات عارمة قد تحرق كليهما، فقط كي لا يقدم زوجها على هذه الجريمة الشنعاء.

نستنبط أن كادر "الزوجة الثانية" يوجد به ثلاث أنماط غير مألوفين: رجل (أكيد عبقري).. زوجة أولى (متفهمة لكنها مُشبعة جدًّا).. زوجة ثانية (نموذج عاقل وفريد)..

وكي تقوم هذه المؤسسة الثلاثية الناجحة فهي تعتمد أولا وأخيرًا على الرجل وليست كبقية المؤسسات الأخرى التي تتشارك فيها بالتساوي الزوج والزوجة.

لهذا فهو رجل له سمات خاصة أولها وآخرها عقله الذي يشبع هاتين الزوجتين الناهمتين قبل أن يشبعهما بعوامل الحياة الأخرى، لذلك تسمى بالحالات النادرة.

الزوجة الأولى والثانية يكونان مختلفتين اختلافًا كليًّا بمعنى نوعية العلاقة بينهما وبين الزوج على قدر كبير من الاختلاف يصل لحد التناقض كي لا تشعر إحداهن أن الأخرى أخذت ما لها فيه من زوجها.. كلاهما لهن أجزاء منفصلة في حياة رجل ذي عقل مميز قادر على احتواء أنثيين مختلفتين، وتمضية الحياة بيسر وسلام..

المفروض أن يستطيع الرجل أن لا يُشعر زوجته الأولى بأي اختلاف بل يغدق عليها مزيدًا منه، تشعر الزوجة أنها أكثر سعادة وتوازنًا معه عن أي وقت مضى، مما يثير دهشتها باستمرار.. أما الزوجة الثانية فلها الشعور الدائم بأنها هي العنصر الناقص في حياة زوجها الذي أكمل فرحته فعلًا، وجعله أسعد وأنجح وأبهى من حياته كلها حتى من بيته الثاني!

تركيبة معقدة إلى حدّ ما وإدراك بمنتهى الحرفية من عقل رجل يصعب تكراره كثيرًا.

أشعر كأني بدأت في وصف بطل فيلم خيالي يتفوق على صفات سوبرمان☺ نادر الوجود لكنه موجود.. بس نادر أوي!

عدا ذلك تكون تجارب الزوجة الثانية للأسف كارثية ومؤلمة للأطراف الثلاثة، وحتمًا أو رغمًا عنه يكون ولاء الرجل للزوجة الأولى وللأسف تضطر الزوجة الثانية للتنازل عن حقوقها كافَّة من البداية لاستمرار الزواج وفقًا للظروف حتى تشعر بإهانة لقبها.. أنها زوجة درجة الثانية..

وقد تستمر الحياة والزيجات بمعاناة بشعة مستمرة أو تنتهي إحداهما (غالبًا الزيجة الثانية) أو كلاهما مخلفة جروحًا وآلامًا يصعب شفاؤها.

تجربة الزوجة الثانية ليست سهلة بل خطيرة، إن لم تكن صالحًا لتنجح كضلع واحد من ثلاثة فيها، فلا تقدم على مخاطرة السلامة فيها ليست باختيار.

نعكشت في حياتك كتير.. حاول ما تنعكش إنت أكتر من كده!

الطلاق حل، وفايدته لو استُخدم صحّ، وهلاك لو استسهلته وأهنت نفسك واللي معاك فيه..

بعد كل التجارب المنعكشة اللي فاتت من مراهقة لحب لزواج واندفاع إلى آخر وطلاق.. ألن تحتجّ نفسك بالعصيان وتعصيك على كل مهاراتك الغريبة غير المنطقية.. لأنك لم تشبعها يومًا واغتصبت جميع حقوقها بعيشة هنيئة ولو حتى يوم..

غالبًا ردها المقنع والوحيد لك هو ما ستراه الآن..

***

الاكتئاب

«نفقٌ عميق وهروب أكبر»

ذلك الوحش الكاسر الذي عادةً لا يُنبئ بقدومه، فيهبّ فجأة كإعصار يزلزل كيان بلد بأكملها دون أدنى استعداد من ساكنيها أو تحذير من هيئة أرصادهم الجوية أو النفسية التي تتمثل فيك أنت..

إذا كنت أنت هيئة أرصاد ذاتك، فالأجدى أن تعلم كيف ولماذا تهب أعاصيرك بدلًا من أن تتفاجأ بها كل مرة وطبعًا تنحدر نتائجها على حياتك من سيئ إلى أسوأ.

الاكتئاب مرض مما لا شك فيه كَثُرت تفسيراته وأنواع علاجه وعوارضه المتعددة التي تندرج تحت بنود الطب النفسي، لا أول لها من آخر، لكنه أيضًا حالة غير مرضية، حالة تُصَنَّف كنتيجة أحداث تتفاعل معها في حياتك (أو تفلت منك) والأغلب يكون لك يد فيها، فتضيق عليك الخناق وتتكالب عليك العواقب.

حالة تغلف الإنسان وتكممه وتكبل يديه وقدميه وقد تُغشي أيضًا عينيه حتى يصير كالعبد السجين المكبل بالأغلال، مُنقاد دومًا إلى ما لا يرجوه، منساق دون أدنى تحكم لمصير مجهول لا يعلمه حتى يعرف طبيعته!

تجرّ قدماه كرات عديدة من الحديد الثقيل الصدئ، فتصير كل خطوة بسيطة للأمام كحِمل جبل مكتوب عليه هدّه كل يوم، وتزداد الحمول وتنحني الظهور يومًا بعد يوم، فتنكسر طوعًا لهذه المهانة والمذلّة، لأنه مع مرور كل يوم جديد تُثقل بحِمل وكرة حديدية أخرىٰ تُلجم قواك، فتلحم قدميك بالأرض، وتشل عقلك وإدراكك فلا تقوىٰ حتىٰ على التفكير.

تنطبق بالفعل عليه مقولة: "واقع في بير سواد مالوش آرار".

فلنترك أمراض الاكتئاب المرضية إلىٰ الطب والأطباء والعقاقير، والتي معظمها بالمناسبة تبدأ بهذه الحالات العارضة التي تُترك لتتفاقم وتتضخم حتىٰ تصير فعلًا أمراضًا مزمنة تحتل حياة ضحاياها، فتقضي على ما تبقىٰ منهم ببطء قاتل.

***

هي فعلًا ظاهرة تستوجب أن نتوقف عندها إذا علمت كم الناس الذين يعانون من هذا العرض وخصوصًا في الشرق الأوسط.

نشرت مجلة "بلوس ميديسن" الطبية، دراسة أعدها أكاديميون أستراليون، تركزت حول حالات الاكتئاب وانتشارها في معظم دول العالم، أثبتت أن دولًا عربية، مثل تونس واليمن، تأتي في طليعة الدول الأكثر معاناة من حالات الاكتئاب لدىٰ المواطنين، وذلك اعتمادًا على نوع الإصابة وحدّتها وطيلة الفترة التي يستغرقها المريض للتعافي.

الخارطة التي انتهت إليها الدراسة، تُظهر نسب الأشخاص الذين قاموا بفحوص طبية حول الاكتئاب من أصل إجمالي سكان كل دولة، حيث تتراوح النسب عمومًا ما بين ٤ و٧ بالمائة فقط، لأنه لا زال هناك تحاشٍ وخوف من الاعتراف حتىٰ بالعوارض!

وأكثر الدول اكتئابًا حول العالم، هي أفغانستان، حيث قام ما لا يقل عن

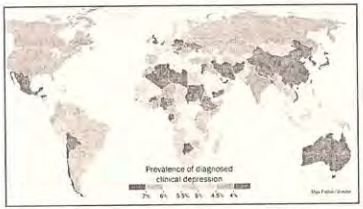
أفغاني واحد من أصل كل خمسة أفغان بإجراء فحص حول الاكتئاب، في حين صنفت اليابان على أنها أقل الدول اكتئابًا حول العالم، بنسبة تقل عن ٢,٥ بالمائة.

وفي العالم العربي، ورغم اختلاف الأوضاع السياسية والأمنية والاقتصادية في كل من الجزائر وتونس وليبيا، فإن نسب إصابة سكانها بالاكتئاب جاءت متساوية وفي طليعة الدول العربية، حيث فاقت حاجز ٧ بالمائة إلى جانب لبنان واليمن والسودان، في حين سجلت مملكتي المغرب والسعودية نسبًا متوسطة تراوحت ما بين ٥ و٦ بالمائة.

وأما أقل نسب تعرض المواطنين لحالات الاكتئاب في دول العالم العربي، فقد سجلت في كل من العراق ومصر وسلطنة عمان، دون حاجز الخمسة في المائة.

وأشارت المجلة إلىٰ أن عدم وجود نسب مرتفعة لحالات الاكتئاب في النتائج التي وصلت إليها الدراسة في عدد من الدول مثل مصر والعراق، ليس ناتجًا عن عدم وجود حالات اكتئاب في تلك الدول، وإنما عن الثقافة المنتشرة هناك والتي تمنع كثيرين من إجراء فحوصات طبية حول الاكتئاب، وفي أحيان أخرىٰ عن عدم وجود أطباء ومصحات متخصصة في هذا المجالو هذا مؤشر خطر بالتأكيد.

ومن جانب آخر، أثبتت الدراسات أن الاكتئاب يأتي في المرتبة الثانية من بين أهم أسباب الإصابة بالإعاقة على مستوىٰ العالم، وذلك بعد آلام الظهر التي تأتي في المرتبة الأولىٰ، وذلك بعد مقارنة الاكتئاب بأكثر من ٢٠٠ مرض وإصابات أخرىٰ كأسباب لحدوث الإعاقة.



(انتشار حالات الاكتئاب حول العالم التي خضعت للتشخيص الطبي)

لكننا الآن بصدد هذه الحالات العويصة التي اجتاحت أو لا تزال تجتاح شريحة عريضة من مزاولي الحياة، وهذا ما سنستفيض فيه..

قد يذكرك بنفسك ذات يوم أو فترة عدّت عليك أو لسه أنت فيها!

فلنبدأ المشهد كاملًا من أوله..

***

ركن على جنب لازم فيه كنبة تُستخدم سرير غير مريح في معظم الأحيان، علبة سجاير وطفاية بس معظم السجاير بتتساب والعة! "وانت لسه هاتطفي.. تبقى تطفي لوحدها أو عنها ما طفت ياكشي تولع!"

مع عملية بحث دائمة على وسيلة إشعال كانت ساعات ولاعة بس على طول ضايعة..

أو مؤن غذائية محترمة بديلًا عن الأدخنة بأنواعها، أو الاتنين مع بعض

في معظم الحالات فهذا مطمئن جدًّا، أو بالأصح الشيء السهل الوحيد اللي قادر تطمن لوجوده.

تليفزيون كل اللي واضح في شاشته كلمة (Mute) صامت عن الكلام والحركة كصاحبه، وضوء ما، لا هو خافت ولا صارخ، غالبًا إضاءة كئيبة نتيجة لمض محروقة مش هاتتغير.. وتفضل قاعد شارد في عزلة اختيارية حتى لو وسط ناس.. عقلك مش بيبطل زنّ على مدى يقينه باستمرار الانحدار في بير سواده لأن كل محاولات طلوعك منه بتقولك بالبنط العريض: (مفيش فايدة)..

معاناة مستمرة من عوارض مميتة تقصر عمر أي كائن حي حتى لو حشري!

أولها كسل عنيف غير مبرر يصل بك لأمور قد تخجل ذكرها حتى لنفسك.. (الدش نفسه مكسل تقوم تاخده.. بيحتاج لمجهود!).

وهكذا...

ناهيك عن إهمالك المقصود لمظهرك العامّ وصحتك ككل.. فأنت يا إما شديد الشراهة في الأكل لما بعد التخمة دون سبب أو الشعور بجوع من الأصل، فقط لأن الأكل هو أسهل وسيلة أمامك تلهيك وتشتتك عن ألم طاغٍ فشلت كتير في إسكاته من جواك، وبالطبع تتكالب عليك أعراض السمنة المفرطة والدايرة الفارغة إن الدُّخن بيجيب اكتئاب، والاكتئاب بيسبب البدانة، ولهذه الدوائر المستهلكة، شراهة في التهام سنين من عمرك أمامك وليس فقط شهورًا!

أو تعاني من نقيضها في حالات كاسحة من فقدان الشهية وفقدان الطعم في كل شيء وليس الأكل فقط، فتتدهور صحتك بين افتراسات متناقضة

من شره وجوع أو زهد عنيد عن كل طعامك لبدنك وروحك وعقلك.

كما وسائل الإعدام الشاذة المستخدمة في القرون الوسطى.. كانت تسمى طريقة "الخنفساء" حيث يوضع على رأس المحكوم عليه طاقية رأس حديدية بها فراغات ويتم إطلاق عدد كبير من أنواع الخنافس شديدة التوحش تقوم بقرض وأكل رأسه وعقله حيًا على مرمى بصره لمدة أيام، يرى نفسه يتآكل ببطء دون أدنى تحكم منه أو قدرة حتى على المقاومة.. فتكون أعلى أمانيه وصلواته أن تزهق روحه سريعًا!

***

قمة من المعاناة والألم المستمر المتصاعد لا يمكن وصفه فيلجأ العقل لجميع حيله الدفاعية لمحاربة هذا الموت البطيء..

تترنح فجأة بين حالات في منتهى التطرف المهلك ما بين نوبات فرح عارمة مبالغ فيها دون أي سبب منطقي، وكأنك تتحايل على ذاتك لتُثبت أنك ما زلت قادرًا على الإحساس بمثل هذا الشعور المفرح، ولكنه غير حقيقي أشبه بالهيستيري، ثم لا تلبث أن تشعر بمثيلها من نوبات حزن عميق دون مبرر وتسمى (Mood Swings) أو تقلبات مزاجية حادة تشعرك بأنك ملاكم ضعيف في مباراة شرسة وعنيفة لجولات متلاحقة متوحشة لا تنتهي.

تتخبط وتتلاطم كل أجزائك في جدران عدة تفقد مع كل منها جزءًا فيك.

تزداد حالة الكسل غير المبررة حتى يسأم الإنسان نفسه كليًا ويحتقر فقرها ويشمئز منها، كما تنفر العامة من الأجرب أو ناشر الطاعون، لأنه ضمنيًا مهما حدث لا يرى سببًا واقعيًا لكل هذا التخاذل من الحياة ككل.

لماذا تكون كل الأشياء البسيطة، بالنسبة له كبيرة وسخيفة فيتحول

الواقع بكل ما فيه لعبء غليظ حتى الأشياء القليلة التي كانت في يوم ما محببة له وسبب فرحه، أصبحت هي أيضًا ركنًا ثقيلًا لا يرغب في الاقتراب منه.

ينعدم كل ما كان جميلًا له في زمن ما، ولا يجد أدنى طاقة لأي إنجاز من أي نوع.. إحساس لا يرتقي أن يلقب بصفة أو حتى يُشخص.. أقرب أن يكون أدنى أنواع الفلس الروحي والنفسي والعقلي.

فرغم حُبك لأشيائك الخاصة وهواياتك وعاداتك، فكلها أصبحت حملًا مكسلًا تعمله رغم أنك متأكد أنه كان مصدر سعادتك زمان.

ترى من حولك أجمعهم حتى من كان أفشلهم في نظرك ينجحون ويتحركون في سلاسة متناهية بين طرقات الحياة المختلفة يمارسون حياتهم في منتهى الطبيعية لكن أنت الشاذ الوحيد الخارج عن النمط والمألوف.. الذي يجد صعوبة جمّة في إنجاز أتفه الأشياء الذين يفعلها العامة بمنتهى البساطة.

شيء مستفز على الدوام يجعل الإنسان ساخطًا على روحه وناقمًا دون حتى السماح بتبرير.. لأن المسيطر الأكبر على العقل هو السؤال: "أنا ليه بقيت كده! ليه فقدت كل شيء من لا شيء؟!"

ساعات الإنسان ينخرط في مأساته فيغرق في قاعها حتى ينسى أن يبحث عن سببها الأصلي وجذر المشكلة والهموم التي أوصلته لهذا الحال المزري.

يتجمد كل شيء من حوله في صمت، وتتحول الحياة إلى كمّ صارخ من الواجبات والإجباريات المرغم عليها، ولا يجد حتى طاقة لأدائها من باب الواجب.

يصبح تحديك الأول والأخير في كيفية تمضية الساعات!!

فجأة تكتشف أن اليوم به ٢٤ ساعة كاملة عليك أن تقضيها رغمًا عنك كل يوم.. لن تهرب منها مهما حاولت.

وتحتار هل أصعبها صباحها أم مساها.. صباحًا يتفتح عينيك فيه بالعافية غير راغب في بدء يوم جديد بأي شكل، يكون عقلك قد تآكل حيًّا من شجار كلامه لك طوال الليل، لدرجه أنك لا تعي هل كنت نائمًا تتحدث أم تتحدث بعقلك فغفلت هاربًا بالنوم.. هلاك متواصل.

وتأتي الخطوة الأكثر جرأة في اليوم كله هو أنك تقرر أنك تبتديه أصلًا!

ثم تعاني من التخلص من الوقت بأسهل الطرق أيًا كانت، سواء هربًا بالنوم أو بالتحسر على ما ضاع منك من وقت هادر غير منجز وأنت تراقب كل من حولك يسيرون بجوارك تاركينك واقفًا مكانك وهم مستمرون لأهدافهم.

وبعد النجاح من التخلص في ساعات النهار يأتي الليل كما هو المعتاد، وعليك اجترار كل ما تجيده من أفكار وذكريات تزيد تكبيلك وتضع مزيدًا من القيود حول عنقك: أنك تتلذذ بخناق ذاتك حتى تكاد تخفُت أنفاسك فتعاود الكرَّة مرة أخرى، خوفًا من أن تموت فلا تستطيع إعادة أشواط الهلاك الذاتي مرة أخرى.. رغمًا عنك، وتصير عبدًا ومدمنًا للمعاناة!

معاناة.. أنت صانعها وأكبر ضحاياها!

تتوالى العوارض عليك واحدة تلو الأخرى حتى يمر وقت ليس بطويل وتجد روحك إنسانًا آخر، كما يقدمون على عمليات تغير الوجه فليس ملامحك فقط التي تذبل بل روحك وقلبك وعقلك، فتصير إنسانًا جديدًا غريبًا عن نفسك، تنزعج منه لأول برهة، ثم لا تلبث أن تتعود عليه فيكون أنت..

إنسان متشائم بالفطرة على يقين أنه الشخص الوحيد الذي تلاحقه

البلاوي والمصايب من كل ناحية، أي كان مُبتلى أو نحس.. مش فارقة.. كأن الجنس البشري ده كله نوع.. وهو نوع آخر، لا يقوى على الاختلاط والاندماج.

الركض أولًا يتبدل بالمشي ثم تكتشف بضعف أن المشي لا تقوى عليه فيحتله الزحف بدلًا عنه حتى تصير أمنيتك الكبرى أن تزحف خطوة بعد تجمد أشهر أو أعوام..

تصير مملوكًا لنوبات غريبة من القلق غير المبرر تسمى حالات "التوتر الحادة" (Anxiety) تستثيرك مشاعر حادَّة جدًّا، وتغضبك أمور أعجب، لكنها فعلًا تهزّ كيانك كله بشدة.

يعني ممكن تنتابك حالات ثورة عارمة لمجرد تغير بسيط في نمط اعتدته مسبقًا أو واجب طبيعي عليك أداؤه.. يلطم بك القلق الهائل بغزارة، وعندما تدرك نفسك فعلًا، وتستيقظ من حالتك، وترى الوضع ونفسك من منظور أفقي، تشعر فعلًا بغرابتك إلى حدّ الشذوذ، وبأنك على حافة الجنون... فيزاد كرهك ونفورك من نفسك كلما تكررت.. وتقلق بشدة من تكرارها فتتكرر فعلًا.. وهكذا.

فهي حالات متتالية ومكثفة للشعور بالإجهاد والضغط غير المحتمل أو المسبب.. تتنوع من إحساس فجائيّ عام بالعجز، شعور بالقلق الفادح، التهيج العام، انعدام الطمأنينة، العصبية، الانزواء الاجتماعي، فقدان الشهية، الإرهاق، ارتفاع أو انخفاض ضغط الدم، الأرق، فقدان الرغبة الجنسية أو تزايد حادّ عكسي لنزوات جنسية غريبة عن أصلك، الصداع النصفي، صعوبات في الجهاز الهضمي.

كما قد تسبب حالات التوتر والإجهاد في أمور أكثر خطورة كمشاكل في القلب والدورة الدموية.

المحصلة: يشعر الإنسان بأنه كائن بشع أو أنه لا يلقى اهتمامًا من أحد، حتى من نفسه، أو أن أمور حياته مرغمة عليه دون أي مشاركة منه.

ولا تتوقف سلسلة الضربات عند هذا الحدّ، فهي من تدهور لغرق حتى يصل الإنسان لحالة أسوأ تسمى بـ "هجمات الذعر" أو (Panic Attacks) حالة ذعر وخوف غير مسبب، مصحوبة بخفقان مريع في ضربات القلب، وتعرُّق، مع انخفاض في درجة حرارة الجسم، ونوع من الرهبة المخيفة من كل شيء، قد تجعلك تتسمَّر في مكانك ولا تقوى أن تخطو خطوة واحدة خارج حيّز وجودك لدرجة أن تتمسك بشدة في فراشك ولا تتجرأ أن تنزل قدميك لافتقارك إلى الأمان والطمأنينة لكل شيء، كل شيء حولك مفزع يشعّ برعب وخطر دون معرفة السبب! لا تقوى محاربته، فتتكمش كوضع الجنين، راجيًا أي مصدر للأمان، لكن لأسف تكتشف أنك خارج رحم أمك منذ زمن، ولا شيء حولك يحميك أو يطمئنك!

قد تطول بك تلك الحالات المميتة من دقائق إلى ساعات، خصوصًا لو كان هناك ارتباط شرطيّ بذكرى مؤلمة أو موقف محزن فتشتدّ الحالة بكافة عوارضها.

أسوأ مشاعر الخوف هي افتقاد الأمان المزمن، تشعر بالعراء الدائم، ولا تعلم كيف وأين الغطاء حتى لو مؤقت!... شعور حقيقي بالذل والمهانة.

المبالغة في المشاعر لم تعد تحت السيطرة بالمرة فكل صغير مؤلم وكارثي، وكل تافه مؤثر ومنفّر.. قد تسوَدّ الدنيا كلها بسبب هاجس لمحته فجأة لا تقوى على تفرقته من الواقع أو الخيال، يدخلك في حيّز الهلاوس السمعية والبصرية.

كأنك تحارب قوة شرسة لا تعرف ماهيتها ولا مصدرها ولا حتى شايفها إذا كانت جوّاك ولا برّاك.

تفقد الإيمان بكل قناعاتك التي كانت. وتخرّ راكعًا مهزومًا أمام صورة ذاتك القديمة الجميلة التي صَدَّقت وتوهمت أنها أنت في يوم ما.. تكفر بذاتك وروحك وقدراتك التي كانت تميزك من قبل، حتى لو كانت موجودة في الأصل، فما لا شك فيه أنها هجرتك الآن كما هجرك جميع ما فيك ومن حولك.. صعب تضحك على نفسك أكثر من كده..

حتى تصرفاتك ومواقفك تجدها في طور جديد وغريب ومؤلم، فإذا حضرت حالة فرح في حادث ما كزفاف أو تهاني، تشعر بأنك كائن خارج عن نمط سرب السعادة، كأن الفرح لم ينزل بمكونات شخصك أو كُتب يومًا في قدرك، فهو فعل غير قادر على استيعابه أو عمله.. ولا تعلم فعلًا كيف يفعل الآخرون هذا! كيف يفرحون!!

أما عن حوادث الحزن كالكوارث أو العزاء فتجد نفسك منخرطًا بشدة فيه كأن الأمر بأنواعه أسهل ما تتعرف عليه نفسك بسهولة وتندمج معه وفيه..

تنخرط في بكاء هيستيري إذا كنت لا تزال قادرًا على البكاء الخارجي مستخدمًا قنواتك الدمعية بغزارة.. "ده لو كانت لسه بتشتغل وبتأثر فيك"، لكن لو كنت تخطيت تلك المراحل للأسوأ وقادر فقط على البكاء الداخلي حيث لا شكل ولا ملمس للدموع، ولا صوت لأنين، ولا شعور بنقط مبللة على جلد وجهك.. فهو بكاء فقط من بواطن ألمك.. مضاعف للوجع.. فتبكي بحرقة حتى لو لم تكن صلتك بالحدث قريبة بالمرّة!!

تبكي وتبكي.. لا تعرف إن كنت تبكي الميت أم الحي أم المستحيل..

يسيطر عليك شعور دفين بأنك منسيّ.. غير مسموع من الكون بأكمله، وكل ما فيه من بشر وكائنات.. كأنك الخاطئ والآثم الأكبر الذي لا تُستجاب دعواته وتوسلاته وتُردّ صلاته دون قبول أبدًا..

ينخر فيك اليأس كسُوس يأكل عظامك.. مهما تحاول وتتوهم بأنك تبذل مجهودًا ومعاناة ما تلاقيلهاش أي فايدة أو صدىٰ.. حتىٰ تكره المحاولة كفكرة، فهي دائمًا لا تؤدي إلىٰ شيء، فتكفر بها وبروحك.. وتفَضِّل اليأس، علىٰ الأقل له نتيجة وهي ألم أكبر كل مرة!

تدمن وجع النفس.. فالألم هو الشيء الوحيد الباقي، ليذكرك بأنك لا زلت علىٰ قيد الحياة..

بس ديه مش حياة.. ده موت مؤكد بداخل جسد وهن مُجبر علىٰ التنفس يوميًّا!

***

لقد تخللنا لكل العوارض والمشاعر المصاحبة لحالات الاكتئاب القاتل، لكن لزم ووجب معرفة أسبابه وإلا ستأخدنا هذه الدائرة العميقة من السواد كالدوامة نغرق ونغرز في قاعها أكثر كلما شكونا من العوارض تاركين الأسباب..

ما هي الأسباب التي تصل بنا لهذا الحال البشع والمؤلم الذي يتمكن من ذاتنا فتصبح حياتنا لنهايتها بهذا النمط المميت؟!!

- أولها التخاذل أمام الذات: أن تخسر نفسك أمام عينيك قد يكون نتيجة اختيارات خاطئة متعددة أي كنت مجبورًا عليها من ظروف أو نتيجة جهل وقلة نضج واختلاط إدراك، لكنك عندما تدرك نتائجها تتركها تهيمن علىٰ حياتك فتذبل وتجفّ دون أن تتحرك حتىٰ لمحاولة إنقاذها..

أن تخسر نفسك عندما تتهاون بشغفك الأول بالحياة ولا تدافع عنه باستماتة لمجرد تخيلك أنك لا تقوىٰ علىٰ تحقيقه.. فالمحاولة أفضل من الهروب الذي يقع بك في براثن العجز..

أن لا تكون أمينًا علىٰ نفسك وتكوينك بكل ما فيك من اختلاف، وترتضىٰ بالاستسلام، وتخضع للظروف، أن تكون ضمن القطيع.. مثلك كالجميع ولا تحمي تفردك وأهدافك البكر، فتشيخ أحلامك وتلفظك وتلعنك فتسقط من نظر نفسك، ولا تقوىٰ أن ترىٰ ماهية الإنسان الذي صرت إليه بيدك.

- الإحباط من كثر التوقعات: الإنسان كائن يميل للكسل واستعجال المتع دون مجهود أو هكذا هي خصائص عقله اللاواعي التي إن لم تُلجم وتتدارك بشكل سليم فستتولىٰ هي القيادة مؤدية لنتيجة حتمية لأشكال المعاناة المختلفة بكل ما سبق.

نحن عاشقون للمتع الوقتية طالما هي فورية وفي ساعتها، كالهروب للشهوات التي تأتي متعتها بسرعة وفي الحال (كالأكل بشراهه والجنس الغير مشروع)، بدلًا من المجهود والتعب لمعرفة أصول فن الإمتاع أو حتىٰ أصل المشكلة ومواجتها والإصرار علىٰ حلّها..

لقد صرنا فعلًا بحالة "إدمان ردّ الفعل"..

بمعنىٰ أننا في بحث مستميت لإيجاد ردّ فعل فوري لأي خطوة نفعلها أو أي كلمة نقولها أو حتىٰ نؤلفها!

وهذا يفسر إدماننا المرضي لكافة وسائل التواصل الاجتماعي بعيدًا عن هدفها الأساسي، وهو التواصل وربط البعيد بالقريب، وكسر حواجز الزمن والمكان لكن سوء استغلالنا لتلك الوسائل ما هو إلا إدمان لمن سيشبعك برد فعل فوري، أيًا كان فعلك، من كلمة أو تعليق أو حكاية، من سيشاهد صورتك الجديدة التي قد تغيرها كل ٣٠ ثانية لتلقي بأكبر عدد من التعليقات والإشادة.. حواراتك التي تكتبها ويكون انتظارك لردّ فعل من يقرؤها في التوّ واللحظة، وتلهفك بالنسبة لك أكبر بكثير من قيمة مما بذلته من مجهود لكتابتها من الأصل!

ما الذي يجعلك تشارك أدق تفاصيل حياتك مع عالم افتراضي لا تعرف أغلبه!! وتستمر في الإغداق بكافة أجزاء حياتك فيه.. غالبًا ـ أو أكيد ـ هذا دليل على فقر تواصلك في واقع حياتك الفعلية.. فيضطرك لإيجاد تواصل أسهل وأريح مع عالم افتراضي يجعلك تُظهر حياتك بالشكل الذي تتمناه أنت، وقد تكون عاجزًا عن تحقيقه في الواقع.

الدردشة الإلكترونية التي قد تأخذ من عمرك ساعات وأعوامًا! فقط لوجود ردّ فعل سهل وفوري أمامك لا تنتظر وقتًا أو تبذل مجهودًا لإيجاده.. وغيرها الكثير مما يسمى الآن بأمراض العصر الإلكترونية.

فهذا ـ وإن كان له تحليل ـ هو لإفتقار الشخص لإعطاء قيمته لذاته، ودائمًا في انتظار القيمة وردّ الفعل الوقتي من الآخرين.. لا يصبر حتى أن يرى قيمته بنفسه، الناس يأتوه بالنتيجة أسرع وأسهل، لكنها للأسف مخلوطة ومغلوطة الإدراك وغير واقعية في معظم الأحيان ككافة عوامل الغوص في العالم الافتراضي.. الذي بدوره يحتاج وقتًا طويلًا وفرزًا حقيقيًا لتعي وتجد ما هو حقيقي مما هو عبثي وغير موجود من الأصل.

نموت ونبصّ تحت رجلينا بدال ماشيين النهاردة.. مش مهم بكرة لما يجيي نبقى نشوف هانمشيه إزاي!

تبنّ نظرية "المتع المؤجلة" التي تبذل وقتًا ومجهودًا ومعاناة لتحقيقها، فهذه هي المتع الحقيقية التي تدوم وتُشعرك بوجودك وإنجازك في أي مجال تعيشه.. السهل سهل في بلوغه، وكذلك سهل في زواله وتأثيره شبه معدوم.

اجعل التعب مقياسك لمعرفة نجاحك أو حتى لنجاح محاولاتك.. لكن الإحباط الذي يحاوطنا كخيوط العنكبوت التي سرعان لا تدري أين بدأت وإلى أين تأخذك، تتمركز في الاستسهال ووضع أعلى التوقعات على الأشخاص والأحداث المحيطين بك.. وما أسهل من ذلك.. فتعتمد

السعادة على أشخاص ما وسلوكهم وتصرفاتهم تجاهك، وتتبلور عوالم النجاح على من حولك والأحداث اللي يمكن أن تحدث أو لا تحدث.

وهكذا.. سلسلة من التوقعات السهلة التي تتعلق النفس بها، وتبني عليها آمالًا عريضة وخيالية، لا تلبث أن تتهاوى أمام عينيك كهدم المباني بالديناميت.. تسقط كلها بسلاسة مرة واحدة دون سابق إنذار، وتقف وأنت مذهول، مشلول الفكر والحركة.. في حالة إنكار عارم.. إزاي يحصل كده! إزاي يعملوا فيّا كده! دول أقرب الناس.. دول أعزّ الناس.. ليه الدنيا وحشة معايا أنا بالذات كده؟!

وتبدأ في مسابقات النحيب والعويل والندب، وما أسهلها وأمتعها حين يقنع الإنسان نفسه بأنه ضحية الظروف والأشخاص المجرمين الأشرار.

وما هو إلا ضحية ذاته التي ارتضت أن تخاطر بروحها وحياتها وسعادتها وإلقاء مصيرها في يد أشخاص، مهما كانوا فهم بشر ناقصين وخطّائين، وأصلًا غير مسئولين عن سعادتك أنت.. كل مسئول عن ذاته.. وتلقي بحياتك في مسئولية ظروف وأحداث، نادرًا ما تعمل لصالحك أو الأوقع أنها ضدك، لذلك وجب عليك النضج بمعرفة كيفية التعامل مع الواقع بحرفة، وإلا إذا كانت أمور الدنيا هكذا بمنتهى السلاسة لا تحتاج لمعافرة ومثابرة، فهنيئًا لنا بالمدينة الفاضلة التي لم ولن تتواجد إلا في الحياة الأخرى والجنة التي هي ثواب مناضلي الدنيا الدنيا.

لا تتوقع إلا من نفسك وقدراتك وإمكانياتك.. هذا فقط هو الرهان الرابح لأنك أنت الوحيد المتحكم في ذاتك، وليس في الآخرين، لتعتمد عليهم أو بالظروف والأحداث لتشكلها على رغباتك.. الدنيا ليست رواية تكتب أنت أحداث من حولك بمزاجك وعلى هواك، لكن أنت الوحيد الراوي والكاتب لنفسك ولحياتك.. اجعل حروفك وكلماتك منك وإليك.. فالاعتماد على الآخرين وإلقاء الآمال والأحلام العريضة عليهم

لا يجني ثمارًا قط.. كحارث الأرض البور، يهلك نفسه بالعدم، والإحباط هو طرحه الأوحد.

- الظروف المأساوية: أكبر فخ لعوارض الاكتئاب والمرض به.. الحياة الصعبة غير العادلة، الظروف القاسية فعلًا التي تجعلك تتألم قبل الأوان. كلها تجارب صعبة وجارحة ومؤلمة، لكن أخطر ما فيها ما تخفره بداخلك أنت من آثار بارزة.

بالطبع أي تجربة مؤلمة تترك أثرًا فيما بالك بالحيوات الصعبة منذ بدايتها، والتي لا يملك صاحبها سبب أو تفسير لها، أكيد تأثيرها وتجويفها أكبر وأعمق في داخله، لكن حذارِ من الوقوع في هذا الفخ، فالظروف المأساوية مش الأساس للمعاناة، لكن هل أنت من جواك مهيأ لتستقبل الألم أو المشكلة؟ أم رخو ضعيف، فيصبح أي شيء يسيطر عليك ويهدّك بمنتهى السهولة؟

اعلم جيدًا أن الفرح قدَر والسعادة اختيار، كما أن الحزن قدَر لكن المعاناة اختيار..

هذه ليست نصائح أو إرشادات عامّة، لكنها وسائل ضرورية للحياة، والاستغناء عنها هو التخلي عن الحياة ذاتها لأن الحياة لا تتوقف، وعامل الوقت دائمًا في حالة زيادة مستمرة يعمل حسب استقبالك الإيجابي أو السلبي له.. اعلم أنك في تصاعد مستمرّ ضدك أو معك... وهذا يرجع لاختيارك أنت!

قد تجد أشخاصًا عدة يمرون بنفس المآسي والآلام، لكن تأثيرها يختلف حسب إداراكهم لنفسهم وقدراتهم والعمل الجدّي بالفرق بين مصطلح الرضا والاستسلام.. أعلم جيدًا أنه ليس سهلًا، ويحتاج لمجهود مضاعف، خصوصًا وأنت لا تزال في حالة الألم، لكن اعلم أيضًا أن مقاومتك سرّ

بقائك، واستسلامك سرّ فنائك حتى إن كنت لا تزال على قيد الحياة.

شماعة الظروف فخ لا ينتهي وأضراره أبشع من أسبابه.. جاهد نفسك وأنت متألم، وعافر أفضل ألف مرة من استسلامك وأنت حيّ، أو ما تبقى منك ككائن مفترض أنه حي.

- تواتل المشاعر: جملة غريبة قد لا يُفهم معناها، ولكننا نقترفها فعلًا وشعوريًا غير مدركين إلى أين قد تأخذنا.. ساعات بنسمّيها عشم، وساعات تسرع، لكنها في الآخر احتياج أعوج، وسوء إدراك في التعامل معه، ألا وهي أن تتواكل على ري مشاعرك واحتياجاتك كاملة من منفذ أو مصدر أو شخص واحد! كأنه المنقذ أو البطل الأسطوري الذي أتى من أساطير وحكايات الخيال كي يسحر واقعك فجأة، محوِّلًا الجوع لشبع والعطش لارتواء!

أيًا كان ذكرًا أو أنثى.. كيف يتخيل لك كإنسان عاقل راشد أن هناك شخصًا آخر واحدًا فقط! يستطيع ملء فراغ وجوع كمّ متراكم وعابث من الأشخاص الأخرى المُخذِلة، التي لم تؤدِّ دورها بالكامل في حياتك أو أهملته برمّته وصنعت فراغًا يتوغل في روحك.

كيف لشخص واحد أن يؤدّي أدوار عدة أفراد حائزين على ألقاب فاضية وفارغة في حياتك، أيًا كانوا، متمثلين في أهل أو أحباب أو أصدقاء أو أرباب عمل وخلافه من الأدوار المؤثرة في حياتك.. اعتمدت عليهم وتوقعت منهم بشراهة فخذلوك تاركين كل منهم فجوة بحجم نيزك عملاق، تنتظر أنت منقذًا أوحد ليملأهم جميعًا مؤديًا جميع أدوارهم شوطًا واحدًا!!!

أعتقد أنه إذا كان الرجل الخارق أو سيدة الأساطير ذاتها لن يستطع أحد منهم مَلوك أو إنقاذك!

لن يملأ فراغ روحك إلا نفسك.. لا تنتظر أن تتعافى كل آهاتك من الغير حتى لو كانوا أخير الناس.

الإنسان محدود مهما توهمت أنت فيه، وإمكانياته لك لها مقاييس يحددها هو وليس أنت..

لا تقع في فخّ المنقذ الأوحد، فهو أندر من التواجد الآن.. لأن خيبة الأمل بتواكل المشاعر لا يعادلها حسرة وصدمة وظلم لك وللآخر الذي تقيم معه علاقة طردية دون وعي، تتلخص في كمّ وجعك، مقابل كم انتظارك منه وتوقعك لإشباعه لك!

هذا سراب وجوع أبديّ.. خيبة أمل لن تدرك مداها إلا إذا وقعت في فخها..

أنت فقط القادر على إشباع ذاتك حتّى تستطيع مشاركة روحك ونفسك وعقلك مع الآخرين.. لا تتواكل وتضطرب وتنتظر.. عصر المعجزات ولّى لكن بقيت منه معجزة واحدة لن تتكرّر؛ هي.. أنت.

***

- الفراغ:

عدو الإنسان الأول كما ذُكر في الديانات وجميع العلوم الإنسانية.. فهو ليس فقط مشجعًا ومحفزًا لجميع الأخطاء والبلاوي أي الموبقات من باب كسر الملل وملء الفراغ القاتل، لكن هناك وجه آخر للفراغ يتوغل في سلوك الإنسان وتفكيره، ويحطم أي إدراك سليم لذاته مع مرور الوقت، يصبح الإنسان كالصورة المبهمة المهزوزة الصعب تحديد ملامحها حتى من صاحبها، فلا هوية له.. يصير كالماء لا طعم له ولا لون ولا رائحة.

الفراغ يولد مللًا ومزيدًا من الفراغ، يبدأ العقل اللاواعي بالعمل على

شغل هذا الفضا كما يحلو له من مأدبة وفبرة، وهي عمر الشخص ذاته، طبقًا لميوله اللي أصلًا أكيد سلبية، وإلا ماكنتش هايبقى فاضي كده ولا يعاني من هذا الفراغ المستمر.. حتّا يبدأ العقل - دون علم صاحبه - بالتركيز المميت على إخفاقات حياته عامة، والتصفية بينها حتى يتمسك بمعنى واحد عادةً ما يكون "أد إيه أنا ما ليش لازمة ولا فايدة"..

الفراغ يجعلك تضع ذاتك تحت المجهر، ولكنه للأسف مجهر سلبي لا يرى إلا العيوب ويكبرها لدرجة مبالغ فيها، لا تجعلك ترى أي شيء آخر أو حتى تعطيك مساحة كي تتدارك هذا العيب وتعمل على إصلاحه ولو حتى بالمحاولة.. هو يضعك في إطار مبوب ومغلق له عنوان لا تستطيع الخروج منه لضيق حجمه عليك.. تقع في داخل التبويب (Labelling) بمعنى إعطاء عنوان واسم لذاتك يصفك ويكبّلك بداخله، وتصبح أسير اعتقادك المحدود لنفسك (Limited Believes).. أنا فاشل اجتماعيًا.. أنا مريض نفسيًا.. أنا منزوٍ.. أنا غير كفء عاطفيًا.. أنا غير منجز عمليًا.. آلاف من العناوين والتوبيخ للذات تصدقه أنت حتى يراه فيك الغير، ويؤكد لك شكوكك ومخاوفك..

وهكذا تتكون هويتك الجديدة..

ها أنت من الفراغ إلى الفشل بخطوات ثابتة رزينة لا تحتمل الخطأ!

بعد تعذيبك لذاتك بهذا النحو الناجح، منطقيًا فإنك تلجأ للنجاة لكنه اللجوء لطوق مثقوب، لأنك لست في حالة اتزان لترى الحل، لكنك تلهث لأي مأوى حتى تتخلص من شعورك المعذب.

تبحث عن الخلاص ليس بنفسك ولكن بغيرك.. الكثير منا بهذه الحالة ينصهر في كيان إنسان آخر، عادة يكون سويًا متخيلًا هكذا أنه وصل لتوازنه الشخصيّ، ويبدأ في التفكير في خطواته القادمة وحاجته للإنجاز، ولكنه

مشتت وملوّث فكريًا، فيستعير أحلام غيره، ويتعلق بها، ويجد نفسه مغرمًا بأهداف وأحلام إنسان آخر.. يعمل بكل الجد والجهد والإخلاص على تحقيق أحلام غيره وليس نفسه.

تعلق بإنسان فهذا مشروع.. حب الآخر فهذا حق لكل مواطن مجتهد، ولكن لا ترحل بكيانك لتسكن كيانًا آخر ليس لك، وتعيش في أحلامه وطموحاته، تبذل كل جهدك لتحقيق أهدافه هو، وهكذا يكون هدفك في الحياة.. هو تحقيق أهداف الآخرين لفراغك من الداخل بأي شغف حقيقي لحياتك أنت.

إن لم تعرف شغفك ورسالتك في الحياة وأهدافك بأولوياتها فليس عذرًا أن تدفن ذاتك في ذات آخر متوهمًا أنك تحقق إنجازاتك فيه ومنه.. هذا ليس حقيقيًا ولا كافيًا لتكوين شخصيتك كاملة حتى أمامه، لتروي عقله بالتعامل معك، أيًا كانت نوعية العلاقة: عاطفية، زوجية، عمل، صداقة... إلخ!

ده مش حبّ ولا مشاعر ولا تفاني وتضحية.. ده توهان وفراغ مالوش آخر مكبّل بكسل ومعشق بنهم للمتع الوقتية.

تعددت الأسباب والاكتئاب واحد.. لا تستهن بتلك العوارض والأسباب التي هي فعلًا مصدر لمرض الاكتئاب الفعلي إذا تركت لتتفاقم وتسيطر على الحياة بأكملها كالطوفان الغاشم، فلا يفرّق بين يابس وبشر، هو كاسح بقوة لكل ماهو آتٍ أمامه.

محدش قال إن الحل سهل وبغمضة عين، بس الحل هو في بداية البحث عن حل!

مكانك فين في الخريطة.. مجرد تنبّهك لما صرت عليه وتحديد مكانك مهما كان متأخرًا أو تظن أن لا حلّ له فهو فعلًا بداية الحل الصحيح، وكما

يقال تشخيص الشخص لذاته ٨٠٪ من حل مشكلته لأنه بدأ بالاعتراف بها وإدراك عقله لموقعه..

أنت الوحيد القادر على حب مساعدة وتغيير نفسك، وإلا ستظل في قائمة الانتظار بقية عمرك بالإضافة لفوزك بلقب المكتئب عن جدارة.

س ج

- عمرك كنت فريسة للاكتئاب؟ عندك الشجاعة تقول إزاي وليه؟
- قادر تعرف مكانك فين عالخريطة دلوقتي؟

اكتبه بتفاصيله لنفسك.. إنت بس!

حلك كتبته بإيدك وعرفت أزاىٔ وليه تقدر تقضىٔ علىٔ الإكتئاب فعلاً لو عايز تنتصر عليه!

العشق

«مرض لا شفاء منه»

السحر.. الهوس.. الجنون.. إحساس لا يدركه إلا من مرض به!

نعم فالعشق مرض، لكن لا شفاء منه، ولا دبه لضحاياه ولا عوض.. فمن ارتضىٰ العشق مبتغىٰ وغاية فليس له من دونه حياة، ولن تحتوي حياته غيره.

العشق اجتياح أقوىٰ من فياضانات التهمت مدنًا بأكملها لأنه بمرور الزمن تتعافى المدن وتقوىٰ علىٰ النهوض مرة أخرىٰ، لكن من التهمه العشق لن يقوىٰ علىٰ التخلص منه، ولا بعد انقضاء عمره بدهور.

العشق لوعة وألم من شدة النشوة وغرام فاق ألوان الحب بأكملها، وانصهار كيان بآخر، فلا تقوىٰ علىٰ التفرقة بين ذاك وتلك، كمن صهر حديدًا من كتلتين، فلا أحد أبدًا يستطيع حتىٰ معرفة المنصهر من الآخر.

قناة مطلقة مفتوحة لنفس واحدة بين جسدين..

كما سمعنا بأساطير وحكايات التراث وقصصنا التاريخية الأزلية أن العشق فتّاك يفترس ضحاياه بلا رحمة.

أما متعته وشراهة إدمانه فهي لا تنتهي أبدًا.

كما قال الإمام علي بن أبي طالب رضي الله عنه:" العشق مرض ليس فيه أجر ولا عِوَض".

ليس للعشق تعريف واحد يمكننا الإشارة له، لكن كل عاشق حقيقي قد التاع وأصابه الهوس منه، له فيه دليل وتعريف خاص..

فأصاب عنترة الْوَلَه والعشق لعبلة، وما أتاه إلا المعاناة إلىٰ حد الجنون، وترجح مصادر التاريخ العربي أنه بعد عذاب طال بعدد سنين عمره لم ينل عبلة وعاش لآخر وقته يتبتل بحبها وعشقها الذي لم يشف منه أبدًا حتىٰ توفي ولم يرتوِ عشقه أبدًا.

أما قيس فقد عانىٰ الأمرّين من عشق محبوبته ليلىٰ، وبعد زواجها من غيره رغمًا عنها، انتهىٰ به الحال شاردًا جوالًا يناجي عشقه بلا أمل، فهام علىٰ وجهه في البراري ينشد الشعر والقصائد ويأنس بالوحوش ويتغنّىٰ بحبه العذريّ، فيُرىٰ حينًا في الشام، ووحيدًا في نجد وحينًا في أطراف الحجاز، إلىٰ أن وُجد ملقىً بين أحجار صمّاء وهو ميت!

ولا يزال العالم يتذكر قوّة شمشون الجبارة التي صارت صاغرة أمام عشقه لدليلة التي هي سبب سقوطه، بعدما وشت به وبسرّ قوته، فتهاوىٰ وانكسر وانهزم حتىٰ عزم علىٰ الانتقام العتيد، وقال الجملة الأكثر شهرة: "عَلَيَّ وعلَىٰ أعدائي" حينما حطم المعبد بكل ما فيه حتىٰ نفسه ليتخلص من تلك اللعنة.. لعنة العشق!

ومأساة كليوباترا وأنطونيو التي أنهىٰ سمّ الأفعىٰ حياتها طاعة لها مستنجدة أن تلقىٰ أنطونيو بعشق أبدي لا ينفذ.. فالعشق دفعها للموت حتىٰ تحظىٰ معه بعشق حرّ في الحياة الأخرىٰ.

ثم لا نستطيع إغفال قصة امرأة العزيز التي شغفها سيدنا يوسف عليه

السلام حبًّا وعشقًا، وأطاح بعقلها وصوابها تمامًا حتى اعترفت بجرمها بإغوائه وما كان عذرها الأوحد إلا عشقها وولهها به إلى حدّ الجنون!

تكاثرت الأقاويل عن نهاية امرأة العزيز (زُليخا) بعضها أفاد بإشهار إسلامها وانتظارها ليوسف عليه السلام عمرها كله في عشق ومناجاة طيفه حتى لاقته في آخر عمرها، والآخر بولعها به لآخر العمر دون أن تقربه بعد أن حماه الله من كيد النساء وإغوائهن أجمعين فلم تره أبدًا.

مرورًا بالعصر الحديث، فأشهر قصة عشق غير مسبوقة للملك إدوارد الثامن ملك بريطانيا ودول الكومنولث وأيرلندا والهند (١٨٩٤ ـ ١٩٧٢) ميلاديًّا الذي تنازل عن العرش رسميًّا، وأحدث فضيحة في البلاط الملكي ـ يتذكرها التاريخ إلى الآن ـ كي يتزوج معشوقته الأمريكية "واليس سيبسون" المتزوجة، والتي طُلقت من زوجها الأمريكي، لتحظى بعشق الملك الإنجليزي، وهي تعدّ فردًا من عامة الشعب!!

فبذلك تعدّ فترة حكم الملك إدوارد الثامن ثالث أقصر الفترات في تاريخ بريطانيا (يناير ـ ديسمبر ١٩٣٦) ميلاديًّا، بعد ليدي جين غراي وإدوارد الخامس اللذين انتهيا أيضا نهاية مأساوية، لكن ليس لها علاقة بهوس العشق بل بهوس السلطة كالمعتاد.

وعلى الرغم من اعتقاد العالم بالنعيم الأبدي الذي حظي به العاشقان والهناء الخيالي، لكن حياتهما لم تكن بتلك السعادة المتوقعة من الجميع وعانى كلاهما الكثير خلال تلك العلاقة.

تمحور منظور العالم أجمع على ما تنازل عنه الملك إدوارد لكي يفوز بمعشوقته، ولكن لم يفكر أحد لحظة فيما تخلت عنه واليس كي تبقى زوجة للملك سابق منبوذ من البلاط الملكي!

وقد تم تجسيد القصة فنيًّا بأكثر من منظور ولأكثر من رؤيه كقصة العشق التي انتهت نهاية سعيدة نظريًّا في نظر العالم ومؤلمة للعاشقين واقعيًّا!

***

ويبقى لنا سؤال مؤرّق!! هل يجب أن تكون قصص العشق مستحيلة كي تكون حالمة وهائمة بالولع والنعيم والسحر؟!

تأخذنا الذاكرة إلى تاريخ أشد حداثة، وقصة عشق الأميرة ديانا ودودي الفايد التي انتهت أيضًا نهاية مأساوية، ولم تكتب لهما النجاة من الحادث الشهير ليستكملا عشقهما ويحولانه لواقع حقيقي ملموس بزواج واستقرار.

وها هي تتوالى الحكايات المختلفة من مختلف الأزمنة والأماكن في الوجود، لتلقى نفس المصير ونفس التساؤل..

هل العشق نعمة أم نقمة.. لعنة أم هبة.. نعيم أم ألم.. وَلَهٌ أم عذاب؟!

فالعشق يعشق لِذاته أيًّا كانت مساراته بعد حدوثه.. هو هبة ورزق لمن يستحقها ويقدرها، ولعنة وعذاب لمن يطمع ولا يرضى.

برغم تلك المآسي المستشد بها وغيرها من القصص الكثير، فبجانب المعاناة هناك لذة لن يعرفها غير من عاشها، ونعمة عشق لن يهنأ بها إلا من تحمل نارها وعذابها، وكل هؤلاء العاشقين والعاشقات إن أتتهم فرصة أخرىٰ لاختاروا نفس العشق ونفس المصير.

لو رضيت بالعشق فعليك أن ترضى بعواقبه، لو حببت تكون بأمان وتحب عادي زي بقية الناس فليس من حقك أن تلقب بلقب "عاشق" ولا تتمتع بلوعته.. لأنه ببساطة: كل شيء له ثمن.

ولِيبقَ العشق لغزًا محيرًا حتىٰ لمن فيه.. الإدمان سمته الأساسية والولع واللوعة ما يصفانه بحق واللامنطق فيه غير محدود.

حقًّا عجيب كالوشم المحفور لآخر أوصالك، فهو لا يتداعىٰ ولا يبهت بالوقت، لا يزال كما هو، مهما مرَّ عليه الزمن، وتعددت مستحيلاته وألمه، تجده لا يزال عالقًا فيك لا يذبل أو يبهت بداخلك، بل بالعكس يزداد رونقًا وزهوًا وتألقًا كبريق الماظ لا يقوىٰ عليه أحد..

قد يَهْلِك العاشق من كمّ مستحيلات الوصول لمعشوقه، ويحاول الفرار بأشكال وألوان الرغبات والحياة الأخرىٰ، معتقدًا أنه قادر علىٰ استبداله بما هو في متناول يده، مهما أغدق علىٰ نفسه من ملذات أخرىٰ لكنه لا يجد أدنىٰ جدوىٰ، بداخل كل محاولة هروب يجد نفسه عالقًا أكثر بنفس الشغف، لنفس العشق، نفس البريق، نفس الكيان ونفس الروح، مهما حاول إزالة الوشم حتىٰ بسلخ الجلد من كل طبقاته، العشق لا يُمحىٰ ولا يرحل بمحاولات إزالته، كما أنه لا يأتي بمحاولات جذبه.. فهو قدر لا دخل للإنسان في وجوده أو زواله.

تلك التركيبة.. هذه المواصفات التي لا تصنف تحت مسمىٰ له معنىٰ، غير أنها شهية وغير أنه مهلك.. ولا جدوىٰ بالمقاومة.

تلك هي مسميات العشق تعلو عن شهوات البشر ورغباتهم، وتخلق معجمًا آخر به معان خاصة لا يشعر بها غير من فيها.

قد يختلط الأمر علىٰ البعض، ويخلط بين جنون الحب المرضي، من حب سادي مدمر ومستحوذ علىٰ من فيه، وهو لا يرقىٰ بصفة الحب أصلًا، إلا أن البعض يلقِّبونه بالحب، لما فيه من مشاعر متطرفة، تتخفىٰ تحت برقع الحب، وهو حب أناني لا يفكر فيه الإنسان إلا بنفسه، وكيف يسخر الآخر لإرضائه.. والمصطلح الحقيقي له هو "الاستغلال العاطفي" (Emotional Abuse).

وأيضًا ليس هو بحب الإدمان الذي يهين من فيه، لأن طرفًا فيه قويًّا كالمخدر، والآخر ضعيف محتاج كالمدمن، والذي يرتضي استغلال الطرف الآخر له بعلمه وإذلاله والخوض بطريق الطاعة العمياء فقط، لضمان الطرف الآخر أن يبقىٰ بجانبه مهما حصل، حتىٰ لو وصلت العلاقة لأقصىٰ مراحل الذلّ والهوان، لأن الطرف الآخر يشعر بقوته وسيطرته الكاملة، ويتلذذ بضعف المدمن له.. والمصطلح الحقيقي له هو: "حب التملك المرضي" (Obsessive Possession).

فهذة صور مرضية أخرىٰ تلقب خطأً بالحب، لكن العشق سيظل شيئًا آخر.

بعد تكامل الأرواح وانسجام الأنفس يرقىٰ العشق لتخطي حدود الزمان والمكان.. العشق هو فناؤك في كيان آخر، ونهم أنت تعلم استحالة إشباعه أو انتهائه.. تصير كلمات اللغة عاجزة عن تعبيرها، فيحاول العاشق مناجاة عشقه راجيًا:

"يا نابعًا مني وساكنًا في ضلعي ... أريد أن أرتديك فلم يعد العناق كافيًا"

تمتـع مـا عـدت أُبـالي ... مَـن يَقتُـل أو يُقتَـل في الحـين
أحـرقـنـي وتـصـرف بجنون ... فنـيـرانـكَ ليسـت تـؤذيـنـي
أشعلـنـي كـجـمـرةِ شمسٍ ... فـصـهـد حنـانِكَ يكـويـنـي
ظِـلال جَـوادِكَ عـلى عمري ... يـصـهـلُ بـأنـكَ تحـمـيـنـي

العشق هوَس تعدَّىٰ مراحل الجنون.. وعلىٰ العاشق معرفة أنه مجبور علىٰ التنازل عن حياته بأكلمها ليصبح عاشقًا حرًّا في محراب عشقه الأبدي.. العشق حرية لا تخضع لقواعد وظروف وإجباريات واقع الأفراد المعتادين.. يهيم العاشق حسبما يسوقه عشقه، وقد يطيح العشق بعقله وكيانه ويبقىٰ مجذوبًا بمعشوقه، وتتمادىٰ معه نفحات العشق، لا يدرىٰ أين يبدأ أو ينتهي، وأين يسوقه المسار.. فالتطرف في العشق حلال!

***

وكما أبدع الفنانون والشعراء في فنون العشق نجد أن المبدع ذاته في حالة عشق وألم دائم مع عشقه لفنّه وهوسه به لحد الجنون، وهذا ما يميز الفنان الحقيقي المضحي بكل ما فيه وله، من أجل فنّه عن مدعي الفنون بأنواعها.

العشق ليس فقط بالمحبوب، لكنه بولع الفن وشغفه الذي يغذي صاحبه، ويتغذىٰ عليه في آن واحد.. ولا يرضى بشريك غيره بحياة فانية.

فكم من فنانين حقيقيين عانوا في حياتهم ليثمروا فنًّا وإبداعًا خالدًا لا مثيل له..

لكل محبي الفنون: اعلموا جيدًا؛ أنتم تتغذون علىٰ معاناة مبدعيها وإلا ما تأثرتم بها لهذا الحدّ.

مثلًا: فن الأغنية هو شعر وموسيقىٰ، فالشاعر دائمًا محروم وملتاع، وإلا ما كتب ببراعة عما يفتقده، لأنه إن وجده لانصهر فيه مع محبوبه وما شاركه مع العوام.. وما تأثر به الموسيقيّ حتىٰ برع في احتواء كلماته بمعاناتها وشعر بآلامه حتىٰ هدهدها بنغماته المؤثرة.

وهكذا في غالبية الفنون.. إبداع حقيقي من عشق وألم..

يفسر ضرورة وجود الملهم والملهمة في حياة كل فنان بحق، فهو العشق المستحيل دائمًا، والمنبع المغذي لإبداعه وآلامه باستمرار..

فيضان الشغف الذي لا ينضب أبدًا.. كلما نهلت منه أفاض وتضاعف فلا منطق عند فنان ولا حدود لملهمه..

شريان الشعور الجاري في عروقه الذي يمتص منه تدفقه الإبداعي ويعيش به الحالة الفنية كاملة مهما تنوعت، ولكنها الأساس الذي يبدأ منه في نسج خيوط فنه وإبداعه الجديد..

أرّخ التاريخ أيضًا عشق المبدعين لفنونهم، ومعاناة الإبداع والإلهام وتداخلات أنواع العشق في حياتهم بين عشق حيّ وعشق لفنّهم وإبداعهم الفعلي.

أولويات العشق لديهم التي لا تخضع أبدًا لترتيب ولا تستنبط منها، إلا أن الفنان الحقيقي مُحتّل كاملًا من فنه، عشقه الأول والأخير لحد الجنون.. للفن أنانية طاغية وسيطرة قصوىٰ يدمنها ويعشقها الفنان ذاته عن سائر البشر.

تتجلىٰ هذه الفكرة في قصة حياة الأديب العالمي تشارلز ديكنز، وهو أعظم الكتاب الروائيين الإنجليز في العصر الفيكتوري (١٨١٢ - ١٨٧٠) ميلاديًّا ومن مؤسسي الأدب الإنجليزي علىٰ مرّ العصور ورواياته لا تزال مؤثرة ليومنا هذا.

كان ديكنز عاشقا للمسرح بفنونه، خصوصًا عند تحضير رواياته لتعرض على المسارح العالمية وقتها، فكان له شأن عظيم، خصوصًا أنه أحب أن يكون هو الراوي لمسرحياته على خشبة المسرح، فعشق ممثلة هاوية تصغره بـ٢٧ عامًا تدعى "آلين تيرنان" الشهيرة باسم "نيللي" وقتها (١٨٣٩ - ١٩١٤) ميلاديًا.

رغم فارق السن الكبير بينهما، غرق ديكنز في عشقها، ولم يجد له مبررًا أو تفسيرًا منطقيًا كحال العشق دائمًا، وذابت نيللي فيه هيامًا وشوقًا وروحًا حتى صارت ملهمته في كل رواياته وأحداثها.. مشاعرها رغم صغر سنها كانت في منتهى النضوج والاحتواء، أما ذكاء ورزانة عقلها فدائمًا هو ما أثاره وأغواه إلى حد الجنون.

فمنها دخل لعوالم ومشاعر أخرى بدت واضحة في كتاباته.. حوارته معها بالساعات والأيام كانت كفيلة أن تزيدهما عشقًا غير مخطط، كانت تبهره بعقلها وحكمتها وقدرتها غير المسبوقة كي تحتوي كل ما عجز هو نفسه عن فهمه أو احتوائه بذاته عن نفسه، ككيان أي فنان يصارع دائمًا حالة من العبث والفوضى بداخله.. بسلاسة تتفهم هي كل ما يحتويه وترتبه وتغذيه

كي يصل هو لحالة شعورية لا مثيل لها تدفق كل إبداعاته وكتاباته منها.

كانت أول وآخر امرأة استطاعت أن تدخل بعمق داخل أفكاره وتخترق عقله وكيانه وتصبح عن حق ملهمته الأولى والأخيرة.

أما هو فكان لها الوجود والحياة بكل ما فيها.. ما تتوق أن تجده ليس فقط في رجل بل في البشر أجمعين.. تسلل لوجدانها فاحتل كل خلية حية فيها أحيتها ألف حياة جديدة كل يوم!

كانت على يقين أن وجوده وعشقه سرّ بقائها في الحياة دون مبالغة، فهو من تعيش به ومن أجله.. فلا وجود قائم خارج كيانه.

أدمنها وأدمنته وصارت المحرك الوجداني الأول والأخير له، فنهل من إلهامها بهوس وجنون لا محدود، فلم يجدها غير عاشقة أكثر تغمره بمزيد من الشغف والإلهام والحب اللا مشروط.

أخذ "ديكنز" من روحها ودمائها وأوصالها الكثير والكثير، حوارتها سويًا أصبحت حوارات أبطال كتاباته، وروحها هي كانت طاغية في كل حرف يخطه.

في كل رواية من رواياته جزء حي من "نيللي" نسج من تفاصيل كيانها عوالم أدبية وعالمية زاخرة، كما سُرد في خطاباتها السرية التي وجدت بعد وفاته، وعُرفت منها قصة عشقها التي طالما حُجبت بالظلام عبر السنين.

ارتضت "نيللي" أن تظل في الخباء مظلمة، نظرًا لوجود عائلة أسرية كاملة لـ "ديكينز"، وتنازلت عن جميع حقوقها في عشقها له، كحال أي امرأة رضخت أن تبقى في الخفاء (كما ذكر في فصل "الآخر").

واستمر العشق والإلهام لهما والنجاحات المتلاحقة لـ "ديكنز" حتى صار أديبًا عالميًا ذات سيط وشهرة لا مثيل لهما.

وكالمتوقع ارتطمت العلاقة بحائط الواقع والعلن، وبجمهوره العريض فبدأ الإعلام وقتها في شن حملات ضد "ديكينز" يتهمه بوجود عشيقة في حياته وعلاقة شائكة بينه وبين "نيللي"، وبدأ استغلال هذه القصة في هدم شهرة ديكينز العالمية وتقليص جمهوره الكبير المتزايد.. فيا كان أمام "ديكينز" إلا أن يتنصل أمام العالم أجمع بأي معرفة أو صلة تربطه بـ نيللي" ويهجرها عمدًا باختياره.

حان الوقت غير المرغوب له في الاختيار بين معشوقته "نيللي" ومعشوقه الأصل الكتابة.. فاختار فنّه كحال أي فنان، ولاؤه لشغف روحه أولًا قبل عشقه لأي إنسان.. ببساطة لأن محرك المبدع هو الفن الذي يجعله قادرًا على العشق الحي في الأساس.

ذبلت "نيللي" منذ تلك الواقعة، وماتت روحها وكل ما فيها تمامًا!! تآكلت وتهاوت رغم أنها ظلت تتنفس نظريًا بعد مماته ٤٤ عامًا كاملًا.

حاولت أن تتأقلم وتعيش حياة طبيعية سوية كسائر البشر، تزوجت وأنجبت وحاولت الاندماج في الجو العائلي، ولكنها كانت دائمًا شاردة، باردة، تائهة، على علم أنها لا تستطيع أن تعيش بصورة طبيعية.. جزء كبير عملاق بداخلها فارغ وخاوٍ.. لم تكن تهدأ إلا عندما تهرع لإحدى كتاباته وتلملم أجزاءها المبعثرة بين صفحاته.. لم تشعر بروحها كاملة إلا بين سطوره!

***

مخاطر العشق لا تعدّ ولا تحصى! فهي كإدمان اللعب بالنار ثم إدمان الحريق منه..

العشق يستولي على أجزاء حية منك فلا تعدّ ملكك بعد الآن، ولا تستطيع تعويضها مهما مرَّ عليها الزمان، أو إعطاءها لشخص آخر مهما

اختلف لأنه يدور فقط بين الروح والإحساس، وليس مقياسه بوجودك بين إنسان أفضل أو أعظم..

لا إجابات له ولا أسباب!

يتلوع العاشق في محراب الغرام، ويتعذب حتى تتقطع أوصاله وتلهث أنفاسه، وقد يفقد الرغبة في نفسه وحياته، ويكرس بواقي أيامه للبحث عن طرق للمستحيل الطويل، فيصل الألم لذروته واللوعة لمنتهاها حتى تنتشر روحه، فتظهر طبقة دفينة أصلية متوهجة بمنتهى النور، كما تخبأ الأحجار الكريمة بالصدأ والرمال والحجارة، ولا بد من جليها وإيلامها حتى تظهر ما هو خفي.. ما هو أجمل.. ما لا ينطفئ أبدًا.

يتضرع لمن هو كامل وأبدي.. يدرك معنى العشق الأصلي والحقيقي.. يرتقي من عشق المخلوق لعشق الخالق الدائم..

تتوسع مداركه وأفكاره وكأنه بُعث ووُلد من جديد، وأصبح فجأة يرى العالم أجمعه بأشكال أخرى، بمنظور أكثر روحانية ومنطقية في ذات الوقت.. فالمقاييس ليست بالضرورة تُرى لجميع من في الأرض..قد يرى هو ما لا يراه الآخرون وهذه نعمة ونور كلما آمن بها زادت وتوهجت..

يعلم أخيرًا أن عشق المخلوق طريقة ليجعله عاشقًا ذائبًا في الخالق.. فالله فينا وبداخلنا، ومهما تلوثت أرواحنا فهناك ذرة نور إن أدركتها توسعت وملأتك مهما كنت من مخلوق غير راضٍ عن ذاته.. فالمقاييس الإلهية غير الدنياوية، ولا تنتمي للصفات البشرية العقيمة، ولا تحاسبك بما أنت فيه لكن بكل ما فيها من لا نهائية ودوام شاسع..

قد يتآلف هذا الحديث مع المذاهب الصوفية العدة ولكني لا أحب أبدًا تصنيفها بمذاهب أكثر من أنها أسلوب حياة.. أسلوب أرقى للحس والحدس البشري.. للشعور والتلاحم مع الكون وخالقه، مهما بدا الحديث

غريبًا فاعلم جيدًا ولا تنس أن الأصل فيك.. وأنك رغم دنوك البشري، خُلقت مُكرّمًا من الخالق الجليل سبحانه وتعالى، فنفخ من روحه فيك!

سخّر لك الكون بأكمله، وسجدت لك ملائكته أجمعون!

يقول الإمام علي بن أبي طالب رضي الله عنه:

دَواؤكَ فِيكَ وما تَشْعُرُ *** ودَاؤُكَ مِنْكَ وما تُبْصِرُ
وتَحْسَبُ أنَّكَ جِرْمٌ صَغيرٌ *** وفِيكَ انْطَوَى الْعالَمُ الأكْبَرُ
وأنْتَ الْكِتابُ الْمُبِينُ الذي *** بِأحْرُفِهِ يَظْهَرُ الْمُضْمَرُ
فلا حاجَةَ لَكَ في خارِجٍ *** تُخَبِّرُ عَنْكَ بِما سُطِّرُ

الكون منك وفيك.. أنت السر والإجابة.. أنت العالم بأكمله بكل ما فيه..

ثوابت نأخذها عادة بالوراثة، ولكننا للأسف نادرًا ما نتفكر فيها.. فنغفل بجهلنا نعمة العشق الإلهي عن حق.

العشق الذي لا ينتهي حتى بنهاية حياتك في الدنيا.. الأصل وليس الجزء.. العشق الذي يجعلك فعلًا قادرًا على عشق أي شيء آخر.. فإن جفّت حياتك من الحب، تشقق قلبك وماتت روحك رغم أنفاسك التي ترغمك على استكمال عمرك حسب أقدارك.

باب آخر تمامًا من النور.. تتفاجأ بأنك ترى أكثر بكثير من رؤية العين والبصر بل هي البصيرة.. قد تلمس ما هو غير ملموس وتشعر بالا موجود واقعيًا لكن على أتمّ الإدراك أنه أكثر حقيقة من أي واقع.

قد يتصدىٰ لك البعض لأنك أصبحت مختلفًا عنهم، أو بكلام أكثر دقة

توسعت آفاقك عن مداركهم، لا يستطيعون ملاحقتك بنورك الجديد كما كان أمر "الحَلَّاج".

هو الحسين بن منصور بن محمىٰ الملقب بالحلاج، (٨٥٨ ـ ٩٢٢) ميلاديًّا، نشأ بالعراق، ويعتبر من أكثر الرجال الذين اختُلف في أمرهم، وهناك من وافقوه وفسروا مفاهيمه.

الفلسفة الدينية والروحية التي عبّر عنها الحلاج بالممارسة لم تُرضِ الفقيه محمد بن داود، قاضي بغداد وقتها، فقد رآها متعارضة مع تعاليم الإسلام، حسب رؤيته لها، فرفع أمر الحلاج إلى القضاء طالبًا محاكمته أمام الناس والفقهاء.

لقي مصرعه مصلوبًا بباب خراسان، المطلّ على دجلة على يدي الوزير حامد بن العباس، تنفيذًا لأمر الخليفة المقتدر في القرن الرابع الهجري.

وقد نشأ الحسين بواسط، ثم دخل بغداد، وتردد على مكة واعتكف بالحرم فترة طويلة، وأظهر للناس تجلُّدًا وتصبرًا على مكاره النفوس من الجوع والتعرض للشمس والبرد على عادة المتصوِّفة، وكان الحلاج في ابتداء أمره متعبدًا ومتصوفًا، لكنه كان يظهر للغوغاء متلونًا لا يثبت على حال، إذ يرونه تارة بزي الفقراء والزهّاد، وتارة بزي الأغنياء والوزراء، وتارة بزي الأجناد والعمال، وقد طاف البلدان ودخل المدن الكبيرة، وانتقل من مكان لآخر داعيًا إلى الله الحق على طريقته، فكان له أتباع في الهند وفي خراسان، وفي بغداد وفي البصرة، وقد اتهمه مؤرِّخو السنّة الذين لريكونوا يفهمون التأثير الروحي، أنه كان مخدومًا من الجن والشياطين وله حيل مشهورة في خداع الناس، وكانوا يرون أن الحلاج يتلون مع كل طائفة حتىٰ يستميل قلوبهم، وهو مع كل قوم على مذهبهم، إن كانوا أهل سنة أو شيعة أو معتزلة أو صوفية أو حتىٰ فُسّاقًا، دون أن يفهموا النظرة الفلسفية

للحلاج التي ترىٰ جوهر الإنسان وليس ظاهر سلوكه.

التصوف عند الحلاج جهاد في سبيل إحقاق الحق، وليس مسلكًا فرديًا بين المتصوف والخالق فقط.

لقد طور الحلاج النظرة العامة إلى التصوف، فجعله جهادًا ضد الظلم والطغيان في النفس والمجتمع، ونظرًا لما لتلك الدعوة من تأثير علىٰ السلطة السياسية الحاكمة ـ في حينه بالطبع ـ لم تَلْقَ الاستحسان والقبول.

يقول الحلاج: "النقطة أصل كل خط، والخط كله نقط مجتمعة. فلا غنىٰ للخط عن النقطة، ولا للنقطة عن الخط، وكل خط مستقيم أو منحرف فهو متحرك عن النقطة بعينها، وكل ما يقع عليه بصر أحد فهو نقطة بين نقطتين. وهذا دليل علىٰ تجلّي الحق من كل ما يشاهد وتراثيه عن كل ما يعاين، ومن هذا قلت: ما رأيت شيئًا إلّا ورأيت الله فيه".

ولا يَخفىٰ ما بهذه الجملة من فلسفات وحدة الوجود التي ترىٰ توحد الخالق بمخلوقاته.

غير أن له باعًا عميقًا وجميلًا بالشعر الصوفي والعشق الإلهي.. صادقًا يخترق الروح ويشع من نوره فيها.

من أجمل أشعاره ولكن ليست الوحيدة. حينما تجلىٰ عشقه بخالقه، فتوهج، وقال:

والله ما طلعت شمس ولا غربت ** إلا وحبك مقرون بأنفاسي
ولا جلست إلىٰ قوم أحدثهم ** إلا وأنت حديثي بين جلّاسي
ولا ذكرتك محزونًا ولا فرحًا ** إلا وأنت بقلبي بين وسواسي
ولا هممت بشرب الماء من عطش ** إلا رأيت خيالًا منك في الكاسِ

ولو قدرت علىٰ الإتيان جئتكم ** سعيًا علىٰ الوجه أو مشيًا علىٰ الراسِ
ويا فتىٰ الحيّ إن غنّيت لي طربًا ** فغنني وا أسفا من قلبك القاسي
ما لي وللناس كم يلحونني سفهًا ** ديني لنفسي ودين الناس للناسِ

وفي يوم الثلاثاء ٢٤ من ذي القعدة سنة ٣٠٩هـ تم تنفيذ حكم الخليفة، وعند إخراجه لتنفيذ الحكم فيه ازدحم الناس لرؤيته.

ويقال: إن سبب مقتله يكمن في إجابته علىٰ سؤال أحد الأعراب الذي سأل الحلاج عمّا في جُبَّته، فردّ عليه الحلاج: (ما في جُبّتي إلا الله) فاتُّهم بالزندقة وأُقيم عليه الحدّ.

رغم نهايته المؤلمة لكنه ظل عبر العصور موصلًا لفلسفته وحكمته وأشعاره التي أثبتت صحتها، رغم كل المعارضات المميتة حين ذلك.. فالنور الحقيقي الصافي النابع من القلب لا يغلبه جهل أو ظلم أو ضيق أفق.

ابحث داخل ذاتك ستجد نور الله بداخلك فتعيش حلاوة العشق علىٰ حق وتتملكك أخيرًا الغيبيات والمرئيات سويًا دون تضاد، فتقطع حيرتك وشكك بيقين دائم..

تجوب عقلك أفكار جديدة بدينك ودنياك وحياتك لم تخطر بكيانك من قبل فستسبح بداخل نفسك مفكرًا!

ترىٰ دينك بقلبك وعقلك معًا، وطقوسه التي قد أدهشتك من قبل، فهي الآن مفهومة بإدراكك الجديد وجميع تساؤلاتك التي كنت تبحث عن إجابتها خارجك تقبع بداخلك تنتظر مجيئك.

فكّر!

قد يحتار البعض ويتساءل: لماذا يأتي لها من شتى بقاع الأرض ومن كل فجّ عميق!

يدخرون مبالغ طائلة يتحملون مشقة سفر وعناء رحلة طويلة برًّا وبحرًا وجوًّا.. يتزاحمون في نضال متواصل قد يحدث، ويحدث فعلًا أن ينهي حياة أحدهم في لحظة.

يجوبون أطوافًا في حلقات متواصلة سبعًا، ويهرولون بين صفا ومروة أيضًا سبعًا، لماذا سبع؟؟!!.. يتقاتلون على تقبيل حجر أسود أصم.. يلتفّون حول مكعب أسود صلب وجامد، يسمونه الكعبة، ويجعلوه قبلتهم في كل شيء!

يضخّون في معداتهم كميات هائلة من الماء من بئر قديمة لم ولن تجف أبدًا!

وفي مواسم أخرى يزيدون الشقاء بالوقوف على جبل عظيم يسمى "عرفات" ويرشقون بجمرات في الهواء!

قد ترى أنها جعبة من الطقوس والرموز والحركات الغريبة غير المفهومه قد يراها البعض ضربًا من اللامنطق، ولكنها المنطق بعينه، فالتدقيق بالبصيرة وليس البصر يوسع أفق التفكير ويعمّق الإدراك، ليستوعب كل تلك الآيات التي نسميها نحن بضيق عقولنا (غيبيات) فهي عادة تولد بالوراثة أو تؤخذ بالتبعية كسياسة القطيع، وفعلًا هنا تستحق وعن جدارة لقب (حافظ مش فاهم) هنيئًا لك وألف مبروك!!

العبادة قائمة على الغيب، نحن نعبد الله سبحانه وتعالى ولا نراه، وما يتبع ذلك من فروض وأخلاقيات ومعاملات وتحمّل مشقة الصبر على الطاعات وتهذيب الشهوات.

كلها ليقين محسوس وليس مرئيًا بداخل كل منا على وجود ووجوب تلك الأفعال.

بنظرة أعمق نجد أن كلمة "غيبيات" نسبية تمامًا، فالأعمى لا يرى ما تراه أنت المبصر، فيصبح ما عندك مرئيّ عنده غيبيًّا.. كذلك ضعيف البصر أو من يعاني من طوله أو قصره، فهذا لا يمنع يقين وجود الشيء إذا اختلفت عليه الأبصار، لكن تيقنت به القلوب، فتتحول تلك الغيبيات إلى مرئيات، ليس ببصر العيون لكن ببصيرة اليقين في القلوب.

الله سبحانه وتعالى عندما أمر بتلك الطاعات والعبادات التي قد يراها البعض من محدودي الإدراك وضيّقي الأفق كبعض حركات إجبارية لتجنب عقاب ما. أراد ثبوت إسلامك وإيمانك فطرتك إليه، وتسليم روحك تمامًا لخالقك وطاعتك اللانهائية له، فهو يريدك أن تعرفه هو حقّ المعرفة، وأن تحبه عن ترغيب وليس ترهيب.

وهنا يُنعم عليك بنور رباني يجعلك قادرًا على الحدس الفعلي واختراق نواميس الزمان والمكان لرؤية وإحساس ما بعد وما أبعد من هذا الحجر الأصم وذلك المكعب الأسود وتلك الأشواط!

كلما زاد يقينك بتلك الغيبيات تحولت داخلك لمرئيات حقيقية تصل إلى درجة الرؤية الملموسة!

حينها فقط تشعر بأنك حقًّا إنسان تستحق تكريم وسجود الملائكة لك وتسخير الكون بأكمله لخدمتك، وهي ذات اللحظة التي ينفتح لك باب جديد من الحواسّ غير تلك الخمس المستهلكة للعوامّ التي فقط تضمن بقاءك حيًّا.

فترى وتسمع وتشعر بكل شيء في أي زمان ومكان برؤية وإدراك ذي زوايا جديدة مختلفة وغريبة، وقد يَصِفُك الآخرون بالجنون، ولكنك الوحيد

المدرِك لتلك النعمة وأنها بصيرة لا يقوىٰ عليها قصيرُ النظر والإيمان وعقيمُ الإحساس والمشاعر.

وتبدأ رحله ممتعة من التفكير والتدبر العكسية!

نعم؛ وهي أن تفكر بعكس حركات المعتاد فتنظر إلى حياتك بعقل وحكمة وتأنٍّ، لتجد نفسك لست حيًّا بعد، ولكنك ميت في انتظار حياة.

قد تكون الآن تعيش دنيا، وتنتظر أو تُفاجأ بنهايتها في أي لحظة، ولكن ليست تلك ما ترقىٰ أن تُسمىٰ بحياة!

إنك الآن تمرّ بمراحل موت بطيء، فكل يوم تموت فيك آلاف الخلايا، وتتلف آلاف أخرىٰ، بعضها يُعَوض والبعض الآخر يعجز الزمن عن تجنب إتلافه.. وقد يتعطل في جسدك بعض أو كثير من الأعضاء والأطراف التي تضمر أو تفنىٰ إلى أن يحين وقت انتهائك بالكامل من تلك الدنيا لأنها اشتاقت من الدنوّ إلى السموّ ليبدأ ميلادك الأبدي.

والأبدية فقط هي ما ترقىٰ أن تُلقب بالحياة!!! لأنها الخلود....

حينما تحتفل بعيد ميلادك الدنيوي تكون على إدراك أنك تحتفل بقرب سنة من ميلادك الحقيقي الميلاد الخالد والتخلص من عام كامل من الموت في الدنيا.

ويتبقىٰ لك نوعية الاختيار من خلود أبديّ في الجنة أو مثيله في النار، ولكي نغلق باب الجدل الأزلي بين مهاترات الإنسان في كونه مخيرًا أم مسيرًا؟!

بعقلي المتواضع أقول: إن الإنسان مخيَّر بعلم مسبق من الله سبحانه وتعالى ليقين وجود الحساب والعدل الإلهي، وإلا لن يتواجد الحساب من الأصل لعدم جدواه.

المؤكد أن الله سبحانه وتعالى يمدّك بقدرات لا نهائية لتغيير واقعك ليتماشىٰ مع قدرك المكتوب مسبقًا، ولا تغفل نعمة أن الدعاء يغيِّر القدَر.

أنت إنسان عاقل بالغ راشد، قادر على التمييز، والاختيار يظل لك وحدك..

النعمة ليست في مجيئها إليك بل في استخدامها لرقيِّك..

فالضنك الحقيقي هو غياب البرَكة والنور الإلهي من قلبك وكل ما فيك..

ولا يزال الاختيار لك..

المرايا

فجأة وبدون سابق إنذار حدّقت عيناي في المرآة مرة أخرى، كأني أراني "أنا" كما لم أرني من قبل!

إنسان آخر.. عقل جديد.. فكر مختلف.. شيء ما غير معلوم يسري في روحي وجسدي كله، لكنه برغم غرابته يبدو مألوفًا، أو هكذا يجب أن يكون من الأصل!

لم أرَ الآن ذلك الوجه وهاتين العينين، لم يعد الشحوب والهزال كما كان، بل علامات الدهشة من اندفاع الدماء في العروق، واندفاع حقائق كاسحة لأول مرة لم أكن أراها، أو لم رغب في رؤيتها أبدًا.

شريط عمر كامل مرَّ في دقائق بكل ما فيه من مراحل وأحداث وأوجاع!!

شيء يفوق العقل والخيال، لكنه حدث بالفعل ومرَّ في كياني، تاركًا آثاره وبصماته بكل جزء مني.

لا أستطيع أن أوقف الزمن بعد الآن، لن يُجدي التحايل والإنكار بأني لم أرَ ولم أعلم..

الشيء المؤكد الآن إني إنسان مختلف.. أعلم الكثير والكثير عني، ولا جدوى من إنكار هذا الواقع.

الشيء المؤكد أني حيّ!

وقد لا تتكرّر هذه الفرصة مرة أخرى.. فهل وجب عليّ استغلالها أخيرًا؟!

هل تتحقق النبوءة والمستحيل بمراجعة دفاتري وحياتي.. أحقًّا هذا هو التغيير؟!

هل هذه هي نقطة التحوّل؟!

هل سأتحرَّك فعلًا؟!!

لن يجيب هذه الأسئلة إلا أنا..

و الآن.. أنت

البداية

عَابِثْ
FB/3abeth
مكتبة عابث
http://mjanen.blogspot.com
@mjanen23

الفهرس

مقدمة ٧
- شاربٌ هشّ ونهد وليد ١١
- الحب ١٨
- آدم وحواء ٣١
- الزواج ٥٨
- البيت ٧٢
- أنا ٨٢
- الآخر ٨٨
- الجنس ١٠٨
- الطلاق ١٣٢
- الاكتئاب ١٥٥
- العشق ١٧٨
- المرايا ١٩٨