الكتمان

كتاب جامع

أشراف / مها عادل محمد

تأليف .....

عبير إدريس

سعاد تركي

نور أسد

حنين قصي

هند الصالحي

هند محمد الركابي

نهى علي الجبوري

عُلا محمد عبد الحسين

أمل راضي الحريشاوي

رغد عبد الحسين الموالي

دُرر مناف هاتف

خلود حميد أحمد

مراجعة وتنقيح / مها عادل محمد

الكتمان

مجموعة قصص واقعية

خواطر

أقتباسات

قد تَنْطِقُ الأشياءُ وهْيَ صَوَامِتٌ

وما كُلّ نُطْقِ المُخْبِرينَ كلامُ

كفَى بخِضَابِ المَشْرَفيّةِ مُخْبِراً

بأنّ رُؤوساً قد شَقِينَ وهامُ

فإنْ قَعَدَتْ عنه الحوادثُ حِقْبةً

فها هيَ فيما لا تشاء قِيامُ

الإهداء

.....

إلى كل السُطور التي كتمتها الأرواح الحالمة لكنها فقدتها في لحظات الصمت فكان الكتمان هو حروفها

إلى كل قلب أغتاله الكتمان

إلى كل وجه مبتسم جردت ملامحه بسبب الكتمان

إلى كل مبتسم ومنكسر أحترق داخله بسبب الكتمان

إلى كل نفس أشقاها الكتمان

إلى من حفظ الأسرار وكتم

إلى كل شخص صبر وكتم

إلى كل شخص أثقلتهُ الدنيا بحملها وكتم

إلى كل نفس داخلها صوت يصرخ بصمت

وأفواه أبت أن تتكلم

المقدمة

.....

هناك الكثير من الأحيان والكثير من المواقف التي لا نعرف كيف نعبّر عمّا في داخلنا، ونُخرج البركان المشتعل بقلوبنا، ولكن مع مرور الوقت تعلمنا أن أفضل طريقة للتعبير عن أي شيء هو الصمت، فالصمت لا يعني ضعف بل هو القوة بحد ذاتها، فهناك الكثير من العبارات والحكم التي تشير على أنه من أهم الأساليب في حياتنا وهو من أهم الطرق التي علينا تعلمها،

وهنا أجمل ما قيل وكتب عن الصمت يحتاج المرء إلى سنتين تقريباً ليتعلم الكلام لكنه يحتاج إلى سنين ليتعلم لغة الصمت.

فاتورة الهاتف هي أبلغ دليل على أن الصمت أوفر بكثير من الكلام.

الإنسان الناجح هو الذى يُغلق فمه قبل أن يغلق الناس أذانهم ويفتح أذنيه قبل أن يفتح الناس أفواههم. لا تدع لسانك يشارك عينيك عند انتقاد عيوب الآخرين فلا تنسى أنهم مثلك لهم عيون وألسن. كُن مستمعاً جيداً لتكن مُتحدثاً لبقاً. من لم يكن لسره كتوماً فلا يلم في كشفه نديماً. تكلّم وأنت غاضب ، فستقول أعظم حديث تندم عليه طوال حياتك.

الفصل الاول

نُبذه عن الكتمان

ما هو الكتمان ؟ ولماذا الكتم ؟؟؟

الكتمان سلوك يشعر به بعض الأشخاص من خوف مشاركتهم الآخرين أفكارهم وتفاصيل حياتهم وهمومهم ومشاكلهم وكل ضغوط الحياة التي يمرون بها .

ما الذي يمكنني أن اكتبه عن الكتمان هل لأنه حمل ثقيل فقط وأريد أن أتخلص منه أم هو جرح وأحاول معالجته بالبوح ؟

ولو تحدثت وصرحت بكل كلام يرهقني ويزعجني سأكون مرتاحاً وسيعم الهدوء حياتي ؟

أو أشعر بأني لو بحتُ بكل ما يلوح في نفسي ويكدر صفوة حياتي أكون ضعيفة هشة ؟

أنني أخشى من تلك الكلمات التي باتت تتجمع في عقلي وقلبي وتزدحم ،إن تكون يومآ ما مرض خطير جدا من الصعب الشفاء منه ..

بعد كل تلك الأسئلة التي جالت في خاطري هناك سؤال ايضاً ماذا لو تكلمت وبكل قوة وشجاعة أمام كل شخص يريد أن يقلل من شأني أو يستهين بقدراتي ؟

لماذا أكتم قراراتي التي اتخذها خوفاً أنها لا تناسب الآخرين أو لأني غير قوية بما فيه الكفاية لأفصح عنها،

الكتمان والكبت النفسي عبارة عن تجميع متراكم للكثير من الضغوطات النفسية دون محاولة التعبير عنها ومعالجتها ، وسينفجر الضغط والإجهاد الهائل الناتج عن ذلك الكبت بشكل من

الأشكال غير المتوازنة ؛ مثل سلوكيات الإدمان التي يلجأ إليها الشخص باللاوعي كوسيلة لتفريغ الكم الهائل من التراكمات النفسية السلبية التي لا يعلم بوجودها في عقله، والذي أعتقد خاطئاً أنَّ تجاهلها قد يفي بالغرض.

يتعرض كثيرون للضغوط النفسية متعددة مع اختلاف ردود أفعالهم تجاهها، فمنهم من يعبر عنها ويظهرها ومنهم من يكتمها داخله.

أصحاب كتمان ضغوطهم النفسية دائمًا ما يكونوا عُرضة للمشاكل والاضطرابات النفسية ، لتراكم الضغوط بداخلهم ما يعرضهم لمشكلات متعددة ،

عندما يكتم الشخص غضبهُ وحزنه وآلامه وانفعالاتهٍ تجتمع لديه ضغوط كثيرة ولا يعود قادرًا حتى على التعبير عن نفسه، فبالتالي يكون أكثر عرضة للعنف والعصبية بشكل دائم ودون مبرر واضح للآخرين ،

لا يقتصر الأمر على ذلك فقط ، فكبت الانفعالات ومنع التعبير عن الذات يتسبب في مشكلات نفسية وصحية

يدخل الشخص في نوبات القلق والتوتر والخوف المستمرة، كما أنه يكون أكثر عرضة لاضطرابات ، سواء بالنوم لفترات طويلة أو الأرق وعدم القدرة على النوم نهائيًا.

يُصاب الشخص الكتوم أيضًا باضطرابات الطعام، سواء فقدان الشهية أو الشراهة في تناول الطعام، فضلًا عن الاكتئاب،

وذلك يجعله أكثر عرضه للإصابة ببعض الأمراض خاصة إذا كان لديه استعداد وراثي .

الكتمان بصورة عامة هو سلوك يعبر عن خوف الفرد من مشاركة الآخرين لأفكاره وتفاصيل يومه وهمومه ومشاكله والضغوط التي يمر بها، وحتى اللحظات المفرحة والسارة والأحداث السعيدة، يمتنع الكتوم عن الحديث عن خبراته والأحداث اليومية والحياتية حتى مع أقرب الناس إليه برغبة منه، وغالباً ما يكون هذا السلوك نابعاً من شخصية كتومة متحفظة جداً أو نتيجة خبرة سلبية شديدة أدت إلى قيام الفرد بكتمان كل ما يفرحه أو يؤلمه أو يخيفه أو يحزنه في داخله ولا يتشارك به مع أحد.

قد يراه البعض سلوكاً سامياً فيه احترام وتقدير للذات كون الفرد لا يطلع غيره على مشاعره الخاصة من حزن أو خوف أو ألم أو ارتباك أو خجل أو ندم وغيره، وقد يعتبر دليلاً على قوة الشخص لأنه يتحمل كل ما يؤلمهُ دون أن يشتكي لأحد أو يتذمر.

ولكنه في حقيقته سلوك سلبي وضرره على الفرد أكثر من نفعه، فالكتمان لا يترك لصاحبهِ المجال أن يتخلص من المشاعر السلبية المؤذية، ولو لوقت قصير عن طريق مشاركته مع من يثق بهم، ولا يترك مجالاً لمناقشة تفاصيلها مع أي إنسان قريب للنفس وقد يكون هذا النقاش مفتاحاً للتخلص منها أو على أقل تقدير التقليل من تأثيرها السلبي السيئ ، أو فهمها واستيعابها بصورة أفضل فقد يتضح نتيجة الحديث عنها مع آخرين جوانب إيجابية غير واضحة للفرد نفسه.

الكتمان والصمت، خصوصا في حالة الغضب أو القهر أو الحزن وغيرها، يؤثران بصورة سلبية سيئة على النفس والقلب وجميع أعضاء الجسم، ويترتب عليهما تأثير سلبي على التفكير والسلوكيات عامة والحياة الاجتماعية والعملية.

وهنا نرى الفرق بين الكتمان والحذر من الحديث بكل ما يخص الفرد، فالكتمان أقرب الى دفن ما يؤلمنا أو يحزننا أو يخجلنا في داخلنا وعدم الحديث عنه مطلقاً، أما الحذر ففيه نختار مع من ومتى نتشارك هذه الخبرات الإيجابية أو السلبية.

كما يختلف الكتمان عن الكبت، فالكبت هو حيلة لا شعورية تقوم بها الذات للدفاع عن نفسها ضد أي هم أو ألم أو قهر أو ضغط، وعادة لا يحدث الكبت إلا إذا كان كل ما سبق أو غيره شديداً على النفس، ويصعب احتماله أو التكيف معه، فيتم إخفاؤه في اللاشعور، وينساه الفرد ولا يتذكره إلا بأساليب نفسية علاجية معينة، أما في حالة الكتمان فيظل الضغط أو الهم أو الحزن أو الألم النفسي في الشعور، ويتذكره الفرد ويفكر فيه كثيراً إن لم يكن دائماً، يجتره ويعيده بكل ما يسبب داخل النفس من خبرة ومشاعر سلبية مؤذية.

ولا يعني ذلك أن يكون الفرد كتاباً مفتوحاً بكل ما يحويه من مشاعر واهتمامات ، بحيث يقرأه العدو قبل الصديق، فالكلام الكثير دون تحفظ يضر أكثر مما يفيد، ومن المهم والحتمي أن نتشارك في ما يؤلمنا أو يحزننا أو يخيفنا أو يفرحنا أو يشعرنا بالخجل من أنفسنا مع الإيجابيين ممن نثق بهم ثقة تامة ونثق بحبهم لنا، ونثق بتفكيرهم الموضوعي في التعامل مع جميع الظروف والمواقف، ونثق بحسن ظنهم بالآخرين.

الصمت من اللغات التي تغيب عن الكثيرين ويفضلون الحديث ومواصلة التكلم حتى تصل عباراتهم أو مضمون كلامهم للآخرين وقد لا يدري البعض أن الصمت أحيانا يكون أبلغ من كثرة الحديث التي قد يمل منها الآخر ويبتعد عنك.

ألجأ إلى الصمت عندما أتيقن أن كلامي لن يغير شيء, الصمت راحتي عندما يثرثر الآخرين. الصمت لغة الحكماء فإن كان الكلام لابد منه فاختصر. يقال للمرأة التي لم تنجب بعد استمتعي بلحظات الهدوء والصمت قبل ثرثرة الأطفال. ويقال للرجل تمتع بالصمت فإن الزواج مقبرة الصامتين. عندما تختار الصمت طريقاً فأنت تنزه نفسك عن عيوب الكلام لدى الآخرين.

جمع من الناس ذو الهيبة في الملبس والشكل وهم صامتون هابهم الناس وعندما تحدثوا ضاعت كل هيبتهم.

لقول أمير المؤمنين علي عليه السلام {المرءُ مخبوءٌ تحتَ طيِّ لسانهِ لا تحتَ طَيلسانهِ} تعني هذه المقولة أنّ المرء يخفي الكثير خلف صمته، واللسان هو أقوى عضلة في جسم الإنسان فهو كالحصان الذي يروض صاحبه، وإن الكثير من الأقوال هي التي تكشف عمّا يخفيه الإنسان، كما أن اللسان يكشف عن نوايا الشخص التي يضمرها ولا يفصح عنها بشكل مباشر.

عندما نعلم الأطفال الكلام لابد من تعويدهم على الصمت جنباً إلى جنب. الرغبة في الحديث والكلام تفض من حولك الناس أسرع من جلوسك بينهم صامتاً فينتظرون كلامك. يقاس الإنسان بحديثه، وكثرة صمتهُ توحي بمقدار مهابته.

أمل راضي الحريشاوي

وصف الكُتمان

على قيد الكتمان

الكتمان أشبه بالنزيف الداخلي، يضرب الروح بقوة كالإعصار، يهز عرش القلب، ويحتل سائر الجسد هنالك صرخات وآنين، هنالك شهقات تصل الى السماء ولكن اواجهها بصمت مؤلم وكبرياء لا يطاق، وتمضي حياتي بإرهاق ما بعده إرهاق فالأمر غير قابل للشرح وغير قابل للكتمان ، هو أشبه بالغصة، لا أعلم ما حدث لي، أسرتني الأحزان ومضى بي الزمان وأنا واقفة في مكاني في وقت كل ما حولي يدور، الفصول الأربعة مضت وجميع الأشخاص رحلوا وأنا لا زلت مكاني لم احرك ساكنا، عالقة في المنتصف الرمادي المميت حيث لا حول ولا قوة، وها هو عمري يمضي خريفا تلو خريف ولا ربيع قادم، اكتفيت من كتماني لكل ما أشعر به هو يفقدني حتى انطفئ شغفي تجاه الأشياء، ولكن هنالك أوجاع لا يشفيها البوح ترجمتها عبارة عن دموعا تتساقط كالأوراق الخريفية ، ارقا طويلا مع الوحدة والوجع وكل هذا الوقت بقيت صامتة، أوجاع وأوجاع مستمرة، هنالك غصة وتنهيدة هنالك خدشا عميقا في الروح، وارتجافه جسد، هنالك سؤال عالقا في ذهني لم كل هذا الكتمان، صوتا داخلي يصرخ ليخبرني لماذا التظاهر بالقوة والثبات وأنت هشة، هشة جدا وضعيفة للغاية ، أنفعلي ،أنفجري ، أصرخي بصوتك ليعلم الجميع ما بك، لكن وجعي جميل لا يليق به سوى الكتمان، ولا يشفيه البوح ابدأ دموعي اللعينة حرقت خدي بدأت تنهمر بقوة حتى أصبحت كنغمة مبعثرة عجز العالم عن جمع الحانها أقاوم الحشود الشعورية

لوحدي وأ جاهد كي اعود كما كنتُ سابقا وبأقل خسارة ممكنة لكني كنتُ أفقد جزءاً مني عند كل محاولة، فهنالك أوجاعا لا تقال ولا يشفيها بوحا ولا يليق بها سوى الكتمان كما أن هنالك مشاعر مخبئة يجب أن تبقى سراً كما لو أنها شيئا مخيفاً، فالأشياء المخيفة يجب أن تبقى معلقة أحيانا، وتمضي الأيام والطرقات مضاءة بشكل جيد ولكن الجميع تائه ، فالليلة لن اكتب وإنما سأصرخ، فما بداخلي أعتى من أن تصفه الكلمات، لعل صوتي سيفي بالغرض، جرعة من الصراخ ستكون بمثابة مهدئ نسبي فالألم يجوب في روحي طولاً وعرضاً محطماً الكثير ومخلفاً الكثير غارزا سمومه بين نياط وأخر، حتى نمى اليأس على ثغري وتسلل الى ملامحي ليكسوها سوادا وكل محاولاتي فشلت، التنكر والهروب لم يعد يجدي نفعا ولا منطقية الوطن وغربته، وإخفاء كل هذا ألانهيار فلم اعدُ أشعر سوى بالتوق لشفافية تامة، وقد عدت أيامي هكذا بملل ونوم غير منتظم، جسد مرهق وروتين مستهلك، روحا متعبة وقلب ارهقه الانتظار ومطبات الحياة، وكتمان المشاعر السيئة التي جعلتني اتآكل من أعماق روحي، اصعب ما حصل لي هو أن تهزمني ملامح البكاء على تفاصيل وجهي، وأنا أحاول جاهدة إن أبدو قوية في وجه كل شيء، أنا لستُ يائسة ولستُ حزينة أنا تائهة ، أشعر أني واقفة على الهاوية، فراغ يعم الاجواء وكأني انام لأستيقظ واستيقظ لأنام من غير أن افكر فيما يحدث بعد ذلك ولم أبالي بما سيحدث حتى، أياما وأنا ابتلع الكلام وامضي في نسيانه لكنه يخنقني ولا يختفي فتقوله اطرافي في رجفة وعيناي تبوح به في دموعاً قاسية ويقرأ على ملامحي ويكتب في دفتر الاحداث ، بقيت اعاني لوحدي لا بجسد متألم، بل اسوأ من ذلك روحا متألمة ومنكسرة ارهقها الكتمان، فصمتي له صوتا ايضا لكنه بحاجة لمن يفهمه من غير كلام فكل ما أشعر به وكأن الجبال قد انهارت

وسقطت في عيني الدنيا، فأحلامي معلقة على حافة تلك الهاوية السوداوية والرفوف المغبرة، وها أنا اقفُ على جراحي وارقصُ على وجعي، حتى أنني جمعت أيامي السوداء وتكحلت بها، أما الآن أنا ممتنة لذلك الوجع الذي علمني إن أكون أقوى، شكرا للألم والوحدة، كل الحب للسهر الطويل والدموع البائسة اللعينة التي حرقت وجهي، بقيت أردد لا بأس لا بأس، وكل البأس في قلبي، فلا يناسبني سوى السكون والاختباء وها هي يداي ترتجفان ودقات قلبي تتزايد وماتت حواسي، أصبت بلعنة سوداء، فالحروب التي لن يفهمها احداً اطلاقا هي حروب الانسان الداخلية، فكم ارغب الان بالهروب بعيدا عن فوضى العالم، بعيدا عن الناس وما يأتي منهم، حتى بعيدا عن نفسي التي ما عدت أعرف ما تريد، هنالك فوضى عارمة في داخلي الى درجة ان في اللغة ثمان وعشرون حرفا ولا أستطيع البوح بما أشعر به، تبا لما يحدث معي، حقا أنها لعنة من نوع فريد، إنها لعنة سوداء لا تجعلني أبوح بما أريد ولا أستطيع الشرح، فاكتفيتُ بكتماني لكل تلك الاوجاع البائسة القاسية المشبعة بالحزن، المتوجة بألم سرمدي البقاء، بلوعة تعصف دائما في الروح، فهنا جسدي يرتعد ويرتجف لما يحدث أريد نسيان كل ما بداخلي، ولكن للقدر حكاية اخرى مع كل ما يحدث لي، فكلما حاولت نسيان ما اخفيه واكتمه بداخلي، تعصف بي الذاكرة لأعود الف خطوة للوراء ولنفس الوجع المكبوت الذي طالما احدث في جسدي ارتباكه من نوع قوي ومخيف حد الهلع والرعب، وكل ما اشعر به هو ان شيئا ما بداخلي يبتلع كل شيء وكأن روحي اعتادت على الاحتراق ، وها انا ابكي بلا دموع، بلا شهقة حزن، وبلا انطفاء ، وهذا ما جعلني أبدو بخير تماما بينما كلي احترق ، وما يرهقني هو انني مليئة بما لا أستطيع وصفه ، حتى ترهقني تلك الاشياء التي لا أملك وسيلة او طريقا للنجاة منها،

ترهقني كل الأشياء من حولي ولا شيء يُطاق، اسامح وأنسى وأجامل وأتظاهر بالبرود ، ولكن ما في القلب يبقى في القلب، لن استطيع نسيانه، فأنا كائنة شديدة الحساسية بإمكان حدث عابر، كلمة بسيطة إن يجعلاني ابحث عن نفسي لأيام معدودة ولا اجد لهذه الحلقة أي مخرجا ، ولا زلت ضائعة داخل متاهات ليس لها أي مخرج وها أنا اتبعثر أكثر وأكثر...

بقلم نور أسد

أنواع الكتمان

للكتمان أنواع كثيرة منها الإيجابي ومنها السلبي مثل

* كتمان الألم والشعور يختزل القلب ويجعل الانسان هشاً في بعض الأحيان وعلى الإنسان الفضفضة وعدم الكتمان إذا ما أصابه حزن أو مشكلة وعدم الاحتفاظ بالمشاعر السلبية ومشاركتها مع اشخاص موثوقين لا يفشون السر ويكونون ذو عقل واعي ومهتمين لمشاكلكَ وصراعاتكَ

وإذا اخترنا الشخص الخاطئ فقد نسبب لأنفسنا سلسلة مشاكل لا نهاية لها،

أستذكر حينما آتت لي أحدى رفيقاتي باكية وقد بان الضعف والتعب على ملامحها وعندما سألتها عن سبب حزنها كانت تتكلم بتثاقل وصوت مبحوحً ومتعب

أن من كنت اشكو له فضح سري والجميع أصبح يعرفه وينبذني، _

أذكر أن في يومها كانت مكسورة ومهزوزة وقد غزا التعب ملامحها وعندما هدئت اخبرتني انها بسبب حزنها التجأت الى شخص غير موثوق ووضعت نفسها في مأزق يفوق عن مأزقها الاول لذا يوجب الكتمان إن لم يتوفر الشخص المضمون ، لقد رأيت التعب والكسر في عينيها بسبب شخص لم يقدر على كتم سرها

*** كتمان كلمات المدح والاحتفاظ بها بأعماق قلبكَ من الممكن أن يجعل منكَ شخصاً مملاً ومتكبراً فإذا افصحت عن إعجابك بأحدهم او عن حبك من الممكن أنك قد تكون صنعتَ فارقاً في يومهِ ومن الممكن أنك قد تكون قد أسعدت هذا الشخص لذا لا تتوقف عن الكلام الجيد ولا تكتمهُ

أيضا جميع الكلام الذي لم تقله بسبب الكبرياء ستندم عليه لاحقاً عندما يرحل احدهم

مر على قلبي ذلك الطيف وتلك الليلة التي لا تزال عالقة في ذهني إلى هذا اليوم. عندما تلقيتُ خبر وفاة احد صديقاتي في سن لم أتوقع أنها ستفارقنا به كانت الدهشة تفيض من روحي والحزن قد سيطر على قلبي حينها اكتشفت مدى حبي لها لكنني لم افصح لها طيلة حياتي ؟ الكثير من الكلام الذي أود أن اقوله لها وأن أرى تعابير وجهها عند سماعه لكنها ذهبت ومن بعدها أصبح الحزن والندم يأكلان روحي ، وينهشان قلبي ، تمنيتُ أن ترجع حينها لأقول لها الكثير لكن تأخرت كثيراً وهي لم تعد تسمع

لذا لا تكتموا الكلام الإيجابي وكلمات الإعجاب من أجل أنفسكم " حتى لا تندموا عليه لاحقا " اظهروا الحب لمن حولكم

الدنيا فانية ولا تعلم الوقت الذي سيرحل به أحدكم

. لذلك كن بلسماً لغيركَ انشر كلمات تجعلهم يذكروك عند غيابكَ

****

كتمان الغضب والطاقة السلبية من أسوء أنواع الكتمان يكون عند كتمانك لغضبك وانفعالاتك عند احتياجك للتعبير عنها فمثلا في بعض المشاكل لا تحب أن تظهر غضبك بل تتصرف بطبيعية و كأنما لم يحدث شيء بينما أنت في داخلك تخوض صراعات عديدة في بعض الأحيان نستهين بها ونشعر بأننا فعلنا الصواب بتصرفنا بحكمة لكن الصواب والحقيقة هي أنك تحتاج التعبير عن غضبك وإذا لم تفعل فإنك لم تقدر على التعبير في مشاكلكَ القادمة ومن الممكن أن يؤثر الأمر على صحتك النفسية والجسدية فإنك ستكون مهزوز الشخصية وسيستغلك الكثير من الناس ومن الممكن انك تعرض نفسك لخطر إصابة اضطرابات القلب والقالون العصبي والإمراض النفسية الاخرى كما أكد مجموعة علماء سويديون بأن اغلب المصابين بالأمراض القلبية هم من الذي يكتمون غضبهم

وممن الممكن أيضا بأنك ستعرض نفسك للانهيارات العصبية الشديدة بسبب كثرة الكتمان وبمرور الوقت ستصبح شخصا منفعل، جاف، ممل، متوتر. لا تقتل قلبك بحجة أنك تفعل الصواب لا بأس إن أظهرنا مشاعرنا ولم نكتمها.

****

* كتم العتاب والمواقف من الأمور الذي لا يمكن كتمانها لأنها قادرة على تدمير جميع العلاقات سواء كانت صداقة او غير ذلك فان كتم المواقف السيئة في سبيل الشخص الاخر من الممكن ان يأخذ من صحتك ومن الممكن أن يراها الطرف الآخر فرصة للتمادي اكثر لذا ليس عليك كتمان الافعال المشينة والتحدث بصراحة وتفهم عن الامور التي تزعجك وتحاول إن تتفهم من الطرف الآخر.

****

* كتمان المرض من حالات الكتمان السيئة هي كتمان المرض عن الاهل حفاظاُ على مشاعرهم لكن ليس الحل أن تكتم مرضك مهما كان لأنك تحتاج الدعم النفسي والعلاج العاجل حتى لا تسوء حالتك لذا عليك أن تخبر المقربين لكَ بمرضكَ مهما كان خطر ومهما كان عواقبهُ.

****

* كتمان الحق ،أصبح كتمان الحق في مجتمعنا من أسهل الأشياء التي يمكن فعلها. للأسف فكم من شخص بات مظلوم بسبب فرد أختار إن يكتم الحق فقط لأنه خائف او لمصلحته الشخصية ولكن يجب على الانسان ان يتحلى بالشجاعة لمرة واحدة فقط لأجل أن يظهر الحق الذي من الممكن أنه سينقذ الكثير لأختر الطريق السهل واجب عليكَ إن تكون قوي وأن لا تكتم الحق مهما كان ذلك صعباً.

****

* كتم الأسرار من أهم الأمور التي يجب كتمانها هي أسرار الآخرين مهما كانت صغيرة ولا تحاول التلميح حتى بها أمام الناس وتذكر دائما أن الثقة التي اعُطيت لك

تشبه التاج ستبقى ملك لطالما حافظت عليها .

**********.

* كتم عيوب الناس من الأمور المهمة إذ أنها متداولة في هذه الأيام الكثير من الناس يفضح عيوب غيره في حجة النصيحة لكن من الأفضل أن تتكلم له وحده لو كان لديك نصيحة له او ملاحظة عليه وتذكر دائما ليس من شئنك،

دع الخلق للخالق

فلا تتدخل فيما لا يعنيك حفاظاً على كرامتك ولا تفضح الناس فلا أحد منا متكامل وكما قيل

من نصحك على انفراد نصحك ، ومن نصحك أمام الناس " فضحك"

****

كتمان خطوات النجاح حتى أنجازها

يجب علينا الكتمان في كل خطوات حياتنا في سبيل المحافظة على نجاحنا لأن الكثير من الناس لا يحبون الخير لغيرهم وسوف يحاولون بأيديهم وعيونهم وألسنتهم إن يفسدون عملكَ لأنهم ببساطة لا يحبون الخير لغير انفسهم وعندما يرون نجاحك سيحاولون

احباطك بالعديد من الكلمات فقط لتتوقف عن الاستمرار لهذا يجب عليك ان تتكتم حتى تصل كما قال النبي محمد

(صلى الله عليه وسلم)

(استعينوا على قضاء حوائجكم بالكتمان) .

****

كتمان فعل الخير من أفضل ما يمكن كتمانهُ هو فعل الخير * فتباهيك بأفضالك الذي قدمتها سيقودك للغرور والكبرياء ومن الممكن أن تكون سبباً لإحراج الشخص الذي قدمت له المعروف لذا يجب ان يكون إحسانك بينك وبين نفسك فقط **********.

كتمان غناكَ وعدم التحدث بالأمور المادية إذا كنت من الطبقات . الفقيرة او الغنية فثق إن ذلك لن يحدد إنسانيتك ونظرة الناس عنك فمن الأفضل أن لا تتكلم بالماديات حتى لا تجرح غيرك وفي نفس الوقت حتى لا تتعرض لأصحاب المصالح والمجاملات الزائفة لأن بعض ضعفاء النفوس يحاطون الغني طمعاً فلذلك عليك الكتمان في امور الغنى وأيضا أمور الجاه والنسب لأن ذلك لا يحدد شخصيتك بل أنت من سيفعل كن لبقاً محترماً وتذكر دائماً المال لا يُصنع الإنسان كن إنساناً وكفى.

****

بقلم حنين قصي

الفصل الثاني

قصص

قصة حقيقيه ومعاصرة

بعنوان ... ثعلب ماكر

بعد عدة أيام وأسابيع وشهور وأنا محتارة !

بين التردد والتراجع ،وبين التقدم و الانصياع،

كان يذهب معي لعملي أبدا لا يتركني

ويأخذ راحة معي لأنني مديره المكان يلاحقني كالظل ، يلازمني من مكان الى آخر يبادر بالمشاعر ، والمحبة ، والوجدان،

يحاول إقناعي بأنه الهوى والهُيام لا يفارقني ابدأ ،استفهمتُ منه لذلك فأجابني بأن تصرفه هذا

بحجة الحب والحنان والاشتياق وبدعوه القربى وعدم الفراق

أحسست أن هناك شيء غامض في الأمر ، لاحظتُ النظرات المتناغمة والهمسات المترنمة واللمسات الحريرية لاحظت وأخفيت ،

وغدى عقلي من التفكير مشتتا،

ومن كثر الاستفهام مترددا

ومن ذلك الهاجس كان متألما.

أأصمت ؟

كي لا ابعثر حياتي

سأصمت،

إنهُ زوجي يا ساده ولي منه أبناء في مقتبل العمر ،وفي مرحلة حرجه ،كيف أبوح لهم عما رأيت كيف أشغل عقولهم بما ابصرت عينأي فهم في دراستهم منشغلون ،ولمستقبلهم حائرون ،

لا يمكن أن الهيهم ،ربما اشتت أفكارهم وأدمر مستقبلهم دون قصد مني.

الى من المشتكى

فلا والدةٌ تطبطبُ على أكتافي،

ولا ابٌ يصحح عثراتي،

ولا اخٌ قريب أشد به عضدي،

ولا اختٌ أبوح لها اسراري،

ما الحل ؟

ماذا افعل ؟

اصمت !

نعم . سأصمت ،كي لا اخرب نظام حياتي الذي رسمتهُ بريشتي البيضاء،

اكتمي يا نفس احزانك؛

اكتمي ولا تبوحي بخذلانك ،

اكتمي واحبسي ذلك الأمر في أحشائك ،

واستعيني بربك وقولي افوض امري الى الله .

اه من تلك الجوارح ماذا فعلت بي .!

أيا ليتها ما رأت ولا سمعت،

أيا ليتكِ يا نفس ابتعدتي،

وانعزلتي ،

وبأمورك انشغلتي

وعن الفضول امتنعتي

أيا ليتكِ لا شاهدتي ولا سمعتي

أيا ليتكِ بذلك السواد ما انخدعتي

فلن يفيدك دمعك ولو ابحراً ذرفتي

ولم يثمر كل ما فعلتي وصنعتي

وكأنك يا روح ثعلبا عشقتي

جاءك متنكراً بعطف فصدقتي

وافضيتي له حبا وقبلتي

أيا عين آسفا بمن ظننتي

ويا يد حدثيني بمن عاضدتي ؟

آه على عمري وشبابي اللذان ذهبا هدرا في غفلة وجدتُ نفسي بين يدي خائن ليس له حبا ولا وفاء ،

لا أعرف هي شهوه منهُ أم أنه زير نساء!

كيف أفنيتُ سنواتي ؟ ولم اشعر او احس يوماً

هل كنت امرأة عمياء؟

أم من شدة حبهِ أصبحت كالبلهاء

اصيح يا ذلك القلب اللعين

الم تكن للعين عينٌ وعين ؟

هل أبوح للناس ام اصمت ؟

هناك شماتة من كل مكان

هناك ضحكات وقهقهة ،

هناك من يود سقوطي كي يترنم على بعثرتي واندثاري،

وجدتُ الحل والجواب ،سأصمت!

وأتحمل وأدفن آهاتي في احشائي

فأنا بالنهاية أنثى وقلبي ليّن وسلس سأتحمل ذلك الوجع في داخلي وأدعو ربي كل يوم أن يعيد تلك الأيام التي سلبت مني .

وأنا واثقة بأنه سيعود نادما ،وتائبا ،

أنا واثقة من تلك الخيانات لن يعدها بعد الاعتذار والرجاء مني بقبولهُ من جديد بحياتي .

لقد بعثرني الحزن والذهول من كل جانب

يا صدمة حياتي وصعقتها

كيف لها ويدي في فمها

كيف فعلت تلك التي عطفتُ عليها وشُغلت تفكيري أياما فيها وأعطيتها حناناً وحباً و وقتاً ، مثلما أعطيتُ لأولادي وبيتي،

كيف تخون الزاد ؟

كيف تعض يدي؟

هل عينها وقحة وبشعة أم أنها افعى ؟ تنفث سمها!

ودخلت لي من باب المؤدة والرأفة لتغدر بي وتشتتُ أسرتي وتسرق رفيق دربي ذلك الرجل اللعين ،الذي لم يبالي بعائلتهِ ، وبيتهِ وأولاده.

ويشرد ذهني ساعات وساعات وأتذكرُ بأنها فعلت ذلك لأن كيدهن عظيم وأنها غرابُ تنكر بعنقاء

وأنها عقربه لسعتني في حين ظننتها فراشة بيضاء،

يا قلب لا تهجر وريدكَ

واكتم الألم في شراييكَ

ولا تحسب عدد نبضاتكَ

ولا تبالي لحسراتكَ

اهمس صدمة الخداع والمكيدة بينك وبين داخلك،

لا مفر مما حل بكَ عش لواقعكَ ولا تتخيل ما جرى كابوس ستفيق منه،

لا لا, هذا أمر محتوم كُتب عليكَ ودع المآسي وتوكل على الله وستسعد بعد حين وأجعل ذلك الكتمان.... بينكَ وبين ربك وكن واثقاً بأن الله الواحد الأحد لن يترك عباده في منتصف الطريق وأستعن بالله فهو وكيلك حتماً.

بقلم نهى علي الجبوري

حطام قلب

عند رحيلكَ أصبح قلبي جمرا أنه شعور صعب في صدرك لا يوصف ابداً ولا حتى بكلمه واحدة تمنيتُ وصفهُ لكن عندما أحاول يقف لساني وتذهب جميع كلماتي ليس هناك كلمات توصف ما يحدث او ما حدثَ حين هجرتني كنتُ أنتظركَ إن تأخذ بيدي الى نورٍ..... لكنك تركتني في طريقٍ معتم وذهبت أنت وأنا هنا لا زلتُ اقف...هل حقاً سيأتي يوم وأراك بقربي بعد كُل هذا الالم،

أم أنك تأبى قُربي؟

هل حقاً أصبحت غريبة الان؟

هل حقا لا تعرفني

عند نهاية كل شيء بداية لشيء جديد لا تنتظر أن يفهمك شخص ذات يوم. إن ما في داخلي مِن المٍ لا يُحكى ولا يُفهم ،انا ابكي دائماً الى أن وصلت الى نُقطه عند بُكائي ابكي بتعبٍ شديد لا اصرخ ، لا افعل ، أي شيء فقط جمر داخلي ينهمر على وجنتي أنه اشبه ببركان كان هامد لسنوات طويلة وانفجر ذات يوم ....لا أعلم الى أين اذهب ولا أعلم ماذا يحدث لست اعرف شيء ، انتظر شيء من لا شيء لا اعلم ربما معجزه سماويه تُنسيني ما حدث

ليله امسٍ ذهبت الى الفراش لعلي أستطيع النوم لبعضٍ من الوقت وأستريح من همومي وجدتُ نفسي في دوامة من الذكريات مع

دموع فوق وجنتي ولهيب بصدري شعرت بقلبي وهو ينكسر أقسم لكم انني شعرت به وهو ينزف ويحترق أنه شعور لا يوصف لم ولن يستطع احدٌ وصفه ولو اجتمعت كلمات الدنيا عنده ، خذلني وهو يعلم أنني اتمناهٌ بجانبي رحلَ ولم يلتفت حتى لم يسمح لي بتوديعه وهذا ما يُحرقني أكثر أخذ شيء مني عند رحيله فليس من الممكن أن تعشق شخصا الي هذه الدرجه دون أن يملك شيء يعود لك اما عن نفسي فقد أخذ نصفي من كل شيء...

كتبتُ الكثير من الكلمات قبل هذا والكثير من الأوراق كانت مليئة بمحاولات لوصف ما يحدث داخلي لكنها كانت محاولات فاشلة لم ولن تنجح إحدى تلك الكلمات الصغيره بوصف الأشياء الكبيرة التي تحدث في داخلي كنت اوهم نفسي بأشياء خياليه وأُناس يرحلون لا أعلم ماذا يحدث لم استطع فهم قانون الحياة أنها معادلة صعبه تجد نفسكَ بنهاية المطاف في حفرة مظلمة لا يوجد بها أحد فقط أنت وحيد مُجرد من كل شيء من تلك الأحلام و الطموحات والحُب بمجرد وضعك فيها ينتظرون لدقائق قليله ويرحلون ولن يتذكرك أحدا بعدها، ولكن ماذا اذا كنت اخاف الظلام ؟

ما في داخلي مُحطم و مكسور أنا مُرهقه جداً ينهمر الدمع كأنه شلال سُقط من أعلى جبل وينزلق على وجنتي ويحرق وجهي، أما داخلي فهناك ألم كبير أصبح قلبي رماداً أخذت الرياح التي تأبى إن تهدأ أخذت رماد قلبي لا أعلم الي أين؟ ولا يهمني لم يعد لدي الرغبه بأي شيء أحترق قلبي بما فيه الكفاية لا أريد العودة الآن ، وصلتُ الى منتصف الطريق وتخليتُ عن كل شيء، الظلام دامس في داخلي وهناك عواصف قويه قويه لدرجه أخذت كل شيء.....حاولتُ الكتمان.

في كل يوم من كل ليل يجتمع الناس معاً ان كانوا عاشقين، متزوجين، متخاصمين، المهم إنهم مع بعضهم وأنا أجلسُ وحيدة مع خُزني وآلمي أعلم أن هناك آلاف الناس وحيدين ومع حُزنهم لكن ما لا اعلمهُ هو متى سينتهي كل هذا؟

تخلى عني الجميع وليس هناك احد يفهمني وحيدة بلا امل وتائهة بين الليالي المظلمة مع وجود دموع في عيني لكني لن ادعها وتنهمر هذه المرة سأقفُ وأواجه كل ذلك وحدي من دون مساعده لن تستطيع عواصف الدنيا إخافتي

في يوم ما حصل شيء غير حياتي انقلبت رأساً على عقب أصبحت وحيدة وليس هناك احدٌ الى جانبي كُسرتُ، وقعتُ، غرقتُ، لا أعلم ما أصابني لكنهُ كان يحرقني حقاً كان يأكل روحي ويستنزف طاقتي شيئاً فشيئاً الى أن أصبحتُ جسداً مُحطما من الداخل وصلب من الخارج. استغرق الأمر مني عاماُ كاملاً من عُمري تغيرتُ فيه وكان المقابل(الامل) أصبحت بلا امل فلا حياه لمن لا أمل لهم لم تعد لدي حياه

قاتلتُ من أجل لا شيء ..

وعندما وقعتُ...لم أجدُ أحدا تقدمتُ الى الأمام حيث لا أعلم ما سيحدث معي اما الان انا اقف في مكان لا أعلم ما نهايته .

بقلم عُلا محمد عبد الحسين

قرار منتصف الشتاء

استيقظت من نومها قرابة آذان الفجر وبالتحديد الساعة الخامسة صباحاً للاستعداد للسفر من أجل العودة الى موطنها الثاني حيث بيتها وأطفالها وزوجها والحياة الهادئة الروتينية المثالية الي اختارت أن تعيشها بعيدا عن ضجيج القلب وتبعاته..

وبعد أداء صلاه الفجر وتناول القهوة الصباحية ارتدت ملابسها الشتوية وحملت حقيبتها وخرجت متوجهة الى المكان الذي واظبت على زيارته منذ سنين. و لم تكن تعرف هذه المرة لماذا يوجد غرابة في نبضات قلبها

توجهت للمكان المقصود بخطوات ثقيلة وأنفاس متلاهثة وقلب كاد أن يخرج من صدرها وأخيرا وصلت للمكان نعم ها هنا ترقد الحياة في مقبرة الكتمان،

ووضعت وردة على القبر بعد مده وجيزة اثلجها خيال شخص فوق رأسها قد وضع وردة آخرى علىّ نفس القبر

هو.. هذه المرة قد آتيتي مبكرا؟

هي . نعم لأني ملتزمة بسفر في مهمة عمل .. ويتوجب عليه العودة الي حياتي هناك .. هنا لم يعد مكاني

هو... وهل ستعودين إلى هنا مجددا؟

هي.. لا أعرف بالضبط متى سأعود مجددا .. أو ربما لا أعود.. كل شيء وارد.

هو.. اتعرفين شيئاً .. كل عام في هذا التاريخ أحمل وردة وأتي إلى هنا لعلي أحظى بلقائك ولو لحظة لأسألك سؤال يراودني ويقلق مضجعي ولم أجد له جواب؟

هي... سؤال بعد هذه السنين الطوال؟

هو... لماذا ؟

هي .. ماذا تعني بماذا ؟

هو.. لماذا لم تقولي لي عن الشكوك التي راودتك عني وعن حقيقية مشاعري ؟ لماذا كتمتي المعاتبة بداخلك وفسرتي كل شيء كما يحلو لك .. واتخذت قرار ألانفصال هل حقا لم تؤمني وتثقين بحبي لك ؟

هي ... أتعرف مازلت اذكر كل احاديثنا ومواقفنا معا فرحاً... حزناً... غضباً. حرباً وسلاماً لكني لا أذكر موقفاً لنا فيه حباً

وعشقاً .. فهل خجلنا من المصارحة بحبنا الكبير او ربما لم يكن حبا ما جمعنا

هو.. ربما كنا صغارا ولسنا أصحاب قرار بأن نخط نهاية سعيدة لقصة حبنا الكبير و تأكدي أن ما جمعنا هو العشق أكثر منه حباً .. لكن مشيئة القدر أن لا تلتقي خطوط حياتنا معا...

هي.. وربما عشقي لك كعشق يعقوب ليوسف فأضعتك

هو... والآن كيف حالك.. كيف هي أيامك بدوني؟

هي ... لو قلت لك أني عشت الفصول الأربعة معا،.

لو قلت لك أني عشت أحوال الجنة وأهوال النار معا،

لو قلت لك أني صرخت بأعلى صوتي قائلة بأني احبك أنت ولا حياة لي بدونك فسمع كل الناس صوتي إلا انت...

هو... وأنا احببتك أيضا؟

هي.. أتعرف كم بكيت وكم صرخت وترجيتك بداخلي أن تنطق حرفا واحدا أن تصرخ وتعترف بحبك.. لكنك لم تنطق وكتمت مشاعرك بداخلك؟

هو.. لأنني خفت عليك؟

هي.. ممن ؟

هو... من الناس والمجتمع لم أكن أريد أن يسئ الناس لك.. وكنت متأكد انك تعرفين مقدار حبي لك حتى لو لم أقل

هي.. ما كان عليك أن تكتم مشاعرك كان عليك ان تبوح بها أن تطلب مني الانتظار والوفاء..

هو.. الوفاء والانتظار مطلب لا يطلب..

هي.. وكيف لي أن أنتظر حبا مخفي الملامح... لم أكن أقف على أرض صلبة بل سرت في ممر منزلق فتعثرت قدماي في يوم شتائي ممطر واتخذت قراري بأن اعتقك من حبي المبالغ فيه الحب الذي أصبح قيد من نار يؤذيك..

هو... من قال لك أن حبك قيد لي.. بالعكس هو كان الحياة بالنسبة لي... والآن هل أقتنعتي بأني أحببتك بصمت وبقوة وأني لم أخن هذا الحب؟

هو... لكننا اخفيناه حتى قتلناه وها نحن نضع الأزهار على قبره.

هو.. فليرقد الحب الذي كان بيننا بسلام لكني لم اعرف لحد الان ما معنى ما كتبتي من حروف على الضريح

هي .. سأقول لكَ يوماً ما.. والآن عليه الذهاب فالوقت يداهمني..

هو... سأوصلك لمكان السيارة .. فلنسر معا للمرة الأخيرة...

هي ..سرنا معا حتى وصلنا لسيارة الأجرة التي ستقلني لمكان عملي ..

هي لسائق التاكسي

أنا مستعجلة جدا وأريد أن أصل قبل الساعة العاشرة صباحا لمؤتمري الصحفي

اوقفها قبل ان تتحرك سيارة الأجرة وأعطاها وردة ومن شده . الشوق في عينيهما لم تشعر بألم الشوكة التي استقرت في يدها. فودعا بعضهم وكأنه وداعاً أخير

وركبت السيارة وانطلق السائق يعدوا مسرعاً حسب اوامرها .
فسألها هل كان حبيبك

هي.. نعم ولا..

سائق الأجرة .. وكيف هذا؟

هي... في ما مضى كنا نحب بعضنا بصمت و نختلف كثيرا

سائق الأجرة.. .و ما سبب الخلاف ؟

هي..... لأن حبنا لبعضنا كان كبير لدرجة ان قلبينا لا يتحملاه
فنتشاجر ونبتعد لنريح قلبينا من تعبه اجابته مبتسمة ؟

سائق الأجرة ... والآن كيف تمضي الحياة بكما؟

هي... لكل منا بيت وحياه وزوج وأطفال أصبحنا ذكرى جميله
..ليس الأ في البوم الذكريات..... ولكننا أموات على قيد الحياة

سائق الأجرة... دماء إني آرى دماء كثيرة لطخت ثيابك البيضاء

هي... لا لا يهم أنه مجرد جرح من شوكة هذه الوردة

ومضى الوقت والدماء لا تتوقف لدرجه أنها شعرت ببرودة .
جسمها تزداد و الدماء من الثقب الصغير لا تتوقف وبعد أن وصلت بدأت الدماء تتقطر فوق الأرض البيضاء المغطاة بالثلج وفجأة وقعت على الأرض فهرع اليها سائق السيارة.سيدتي ما بكِ؟

هي.... بصوت يكاد يسمع

لا شيء... سيدي أنت رأيت الذي كتم حبي وأعلنت حبه ... للجميع فاذهب اليه وقل له بدأت الحياة بحبه وانتهت بثقب من شوكة وردة حبنا .ثقب صغير ولكنه افرغ كل ما في قلبي.. وقل له أن ما كتب على القبر الذي يضم حبنا وذكرياتنا وأيامنا الجميلة هو

تعني... .Qui glace l'amore che avevamo عبارة إيطاليا.. هنا يرقد الحب الذي كتمناه

وقل له لا تكتم شيئاً جميلاً بداخلكَ مرة ثانية حتى لو سيكون السبب في موتك..

اغمضت عينها وماتت لأن الشوكة اخترقت اقرب شريان للقلب .
من الصعب أن نوقف نزيفه حتى لو كان ثقب صغير.

بقلم هند الصالحي

لو أخبرتك

لو تنطق الأيام وتحدثنا

لو تنصفنا قليلاً

لو يرحم الناس لو ترحم الدنيا

لو لم نُخلق لو لم نكون بشرا

اما إن القلوب حين تموت تكثر الضحكات فالمرء حين يصبح لا يبالي لشيء لن يثير دهشته شيء في الدنيا

فلتركب حصانكَ يا ذا القناع الاسود وليهرول بكَ على الساحة الخضراء أرفع يداكَ متحدياً دنياكَ وبصدى ضحكتكَ قل لها فلتلوي ذراعي إن أستطعتي.....

بابتسامة بريئة بينما كنت في سريرك الصغير تقف متمسكا بصوره اختطفت قلبي للحظة شعرتُ أنني أمك وأنت طفلي الصغير الذي أستيقظ صباحا،

حينها قررتُ اتبناك ولتكن طفلي،

تبنيتُ ذات الثمان شهور طفلاً صغيراً وجدتهُ مرمياً أمام مستشفى..... احتضنته دار الايتام

لقد كُتب لنا في القدر أننا لا ننجب أطفالاً فقررنا ذات يوم تبني طفلا وليكن طفلنا وذخراً لدنيانا،

أتيتُ حاملة الطفل الى البيت الذي تبنيته كنت فرحة جداً،

اشتريتُ له الملابس في طريقي،

حممتهُ،

أعددتُ له الحليب كي أرضعهُ، اجلسته في حجري،

وأخذت أنظر لعينيه البريئتين وأتأمل فيها أمسح على رأسه برفق و اهمس له بلحن يدخل السكينة في قلبهِ

كان زوجي رجلاً صالحاً قد حفظ القرآن منذُ صغره أبوه شيخ جامع فقد تربى في المساجد، حينما يأسنا من الإنجاب قررنا تبني طفلا نربيه ونكسب أجره عند الله لكن كتمنا أمرنا عن الناس وأوهمنا الجميع أنه طفلنا بعدما سافرنا لبضعة شهور خارج المدينه

هكذا بدأنا نربي كيان بحب تعلقنا وأحببناه أكثر ماذا لو كان طفلنا الحقيقي، نشبَ كيان في دارنا وكان زوجي يصطحبه معه الى المسجدِ، كل يوم أصبح في سن السابعة وأدخل المدرسه مع ذلك نحن لم نعرفه حقيقة امره

لما نقول؟ فهو طفلنا

تميز في دراسته كان شديد التعلق بعبد الله زوجي

السنين تمر وكيان يكبر رغم اختلاف الشكل عنا، وتساؤلاتهِ المستمرة،

أمي: لما انا عيناي بنيه وعيناك زرقاويتين ؟

مثل اباك حبيبي :

لما انا أبيض وأبي أسمر البشره؟ :

مثلي يا نور عيني :

لما انا وحدي لم يكن عندي أخ او اخت كما هم بقية اصدقائي ؟ :

- القدر شاء ذلك

- كيف امي؟

أنا مريضه لا أستطيع أن انجب لك أخ أو أخت حبيبي :

انت طفلي المدلل صغيري الذي لا يكبر

- أحبك امي

احتضنني بيديه الصغيرتين كان طفلا شديد النباهة والذكاء لدرجة كنا حذرين من خطأ صغير يهدم ما بنيناه

خشيتُ على طفولتهِ لم أكن أريده إن يشعر بأنه مختلف عن البقية في شيء أصغر منهم قدرا لطالما حاول إقناعي عبد الله في إخباره الحقيقة، لكنني كنتُ أصر على الكتمان، أحسن تربيته عبد الله فقد جعلهُ يمشي على منهاج أبيه بحفظ القران والصلاة في الصغر

كبر كيان وأصبح في سن الثانية عشر حينها كان عبد الله ملازماً الفراش عليلاً مريضاً بقي على حاله هذا حتى وافتهُ المنية وقبل أن يموت أوصاني أن أخبره الحقيقة قبل أن يشب رجلا فيصعب الأمر.....

كنتُ مترددة في إخباره الحقيقة خشية أن أفقده،

خشية أن يتركني،

هو مازال طفلاً لم يدرك كلامي، سيتركني سيذهب وافقده لن اخبره أبدا لن يتبقى لي احد غيرهُ.

كتمتُ أمره لسنوات في كل مرة اراهُ يكبر أخشى عليه أكثر من السابق

ذات يوم جاء حاملاً شهادتهُ فرحاً، قد حصل على معدل عالي كان حلمه منذ الصغر كي يدرس الطب

فرحتُ لفرحهِ من حينها كرستُ جهدي إن أعمل ما بوسعي كي ادخله الجامعه ويكمل دراستهُ

بدأ يتهيأ كي يحضر اوراقه ويقدم على الدراسة فطلب مني هويتهُ وبعض المستمسكات كنتُ حينها في عجل من أمري في ذهابي لقضاء أمر ما خارج البيت فقلتُ له

ستجدها في الخزانه خذها انت، :

وخرجت....

في منتصف الطريق تذكرت بيان تبنيه من الميتم وقفتُ في الطريق وكأن صاعقة قد سقطت على رأسي عدتُ مسرعة الى البيت لعلهُ لم يجدها

دخلتُ الغرفة فرأيت الورقه بيده ينظر إليها اقتربتُ منه فرفع رأسه إلي محدقا، متعجباً من الذي في يده

عيناه تسألني ماذا أرى

نزلت دموعي لوحدها ثنيت ركبتي وأمسكت بذراعيه

أنت ولدي لا تكترث لورق إنها مجرد ورقه

ليست هي الحقيقة

أنت. أنت. طفلي. لقد ربيتك لطالما غفوت في حجري طفلا لا تصدق بني

- كيف هنتُ عليك؟

كي لا تعرفيني من أنا؟

لماذا فعلتي ذلك؟.

لماذا لم تقولي لي؟

- خشيت أن أفقدك

- لكنك لم تخشي علي أنا ألم يخطر ببالك ولو للحظه سأعرف ذات يوم

وذهب بقيتُ في مكاني أجهش بالبكاء -

مر الوقت وأتى المساء وأدخل الليل في جوف ظلامه هدأت الاصوات والجميع خُلد للنوم بقيتُ أنتظرهُ لكن لم يأتي ترى أين ذهب؟

شعرتُ وكأن نارا نُشبت في صدري خوفي عليه لم يجعلني أنتظر اكثر خرجتُ من البيت في ذلك الليل أبحث عنه أتلفت للطرقات لعلني أجدهُ بحثتُ كثيراً حتى تعبت قدماي من المشي واقترب الفجر لكن لا جدوى عدتُ للبيت خائبة مرهقة قد سلب النوم من عيني مر اليوم الثاني وبحثتُ عنه سألت الجميع أصدقائه الجيران اقربائنا لكن لا جدوى

مرت الأيام وإنا أبحث عنه والأيام أصبحت أشهر والأشهر أصبحت سنه والسنة رافقت سنة اخرى

دب التعب والحزن استوطن وجهي أصبحت هزيلة، عيناي تتفقد الطرقات وأكثر كلامي أين هو ؟

بعد مرور أربع سنين وجدتُ ظرفاً في حديقة البيت مكتوبا فيه

إن كنت تريدين ولدك فذهبي الى منطقة ــــــــ)

ستجديه هناك..... لكن احذري فهي محاطة بالرجال وقطاع الطرق فولدك واحد منهم(

لم تصدق عيني ما قرأت لبستُ حجابي وخرجتُ الى المكان الذي أخبرني عنه بعد ساعات وطريق طويل وصلتُ،

كان مكان محاطا بالرجال المسلحين خفتُ في بادئ الامر هل أسألهم وأصدق ذلك المكتوب أم هي خدعه

ترددت في بادئ الأمر لكن شوقي كان يغلبني،

خطوت خطوة واحدة حتى رأيت جوادا وعليه رجلا مقنع رجعتُ بخطوتي وأخذتُ أنظر من خلف الجدار بعين واحدة حتى قال

- فليذهب احدكم الى تلك البوابه الثانيه فحارس واحد هناك ثم ركل برجله حصانه واخذ يهرول في تلك الساحة الخضراء الواسعة يركل في كل مرة حصانه ويزيد من سرعته ثم يضحك بصوت عالي رافعا احدى يديه والأخرى يمسك بالفرس عرفته كياني الصغير

ركضتُ بكل سرعتي وأنا أصيح بصوت عالي كيان

ولدي.....

توقفَ والتفتَ لصوتي ركضتُ حتى تعثرتُ من سرعتي وسقطتُ

وسقطت فنزل من جواده راكضاً متجها نحوي

وامسكني نظرتُ إليه وقلت

أأنت كيان؟

- عقد حاجبيه متسائلا : كيف عرفتي مكاني

- ولدي احتضنتهُ بقوة وأخذت أعاتبهُ

كيف. كيف تركتني

- تنحى جانبا ثم وقف عودي حيث آتيتي

- تذهب معي

- ألتفت علي بسرعة وبعين غاضبة رافعاً صوته لاااااا

- اسمعني كتمتُ الحقيقة طيلة هذه السنوات خشية عليك خشيت أن افقدك

- والآن عرفتِ وأصبح ظنكِ في محله

- لم استطع إخبارك من شدة تعلقي بكَ

- همس بحزن، أذهبي

- ما الذي أتى بكَ الى هنا كيف عرفتَ هؤلاء؟

- عرفتهم أنا واحد منهم الآن أذهبي بقائك هنا ليس في صالحكِ

اخلع قناعك أريد ان أراكَ -

خلع قناعه ورايته كان ذو لحية مكثفه ووجه يبدو عليه الحزن -
مثلي لكنني لم أرى في عينيه تلك البراءة

كيف تغير هكذا؟

همست لقد كبرت يا صغيري لقد أصبحت رجلا

هيا فلتذهب معي

لا أستطيع -

لماذا آلا تخبرني لماذا؟ -

نظر في وجهي لدقائق ثم وطئ برأسه ينظر الى الارض وقال -

أنا مجرم والشرطة تبحث عني،

أنا فتحتُ عيني بوسعها ماذا. ماذا تقول

..... لم يجيب

تكلم: أين ذهب كل حبنا وتربيتنا لك؟ -

اين ذهب تعب اباك عليك' ؟

ربيناك على طبعنا يا كيان هل غلبك الطبع حتى نسيت التطبع،

..... أخبرني

حينما عرفت حقيقة أمري وأنني كل تلك السنين في وهم حينما - عشت الاحتواء وفجأه فقدتهُ أدركتُ أنني لا أساوي حشرة تطير في الهواء

قلبي كره الناس،

كره كل امرأة،

كره الحب والسلام،

فأنا إم ضحية حب او أبن عاهرة، لست أبنكِ لأشبهكِ أو لأشبه أبي ذلك الرجل الذي حفظ وحفظني القرآن ليست تلك الحقيقة،

لي حقيقة أخرى،

..... لا أب ولا أم ولا طبيب كما كنت اريد

انا كريم نسب ومكاني بين المجرمين لقد ماتت روحي انا مجرد جسد لأزيدك علم كل عمليات القتل التي نقوم بها انا أفعلها اقتل كل امرأة تعطي نفسها ،

سوف تلد ولد مثلي وسيعيش نفس الكذبة التي عشتها سيحب نفسه وحياته ويجرب العيش كما يعيش الاولاد الطبيعيين لكنه سيصحو ذات يوم من تلك الكذبه وينتقم من الجميع

أتكره الناس كيان؟

جميعهم وأولهم انت-

أذن أقتلني -

لو كنت أستطيع لفعلتها -

اذهبي لا تعودي واعلمي أن كيان مات كيان سيصبح عما قريب في قبضة العدالة وسترين حبل المشنقة حول عنقه حينها أعلمي انكِ من قمت بذلك لا العدالة.....!!

ثم يخيل إلي وكأنك بلبلاً تربى في قفص هل يشبه ذلك البلبل الذي عاش حراً

هل سيقتتل على الغصن كالبلبل الحر

لو اخبرتك منذُ صغركَ،

لو لم اكتم حقيقة امركَ،

لـــــــــــــو تـــــعود السنوات،

لـــــــــــو سمعت وصية عبد الله،

لما اضعتكَ الآن.

بقلم رغد عبد الحسين الموالي

(عذراً فقد كان سراً...).

زينب...لم تكن تعلم أن ما سيحصل لها هو من مفاجئات القدر....هي فتاة طموحه...تحب أن ترتقي لدور في الحياة ويشارك لها بالبنان عندما تنجز مهمتها بكل قوة ونشاط....والدتها ووالدها يؤمنون بقدرتها على خوض غمار الحياة ويعطونها أمل وثقه بكل ما تعمله لأنها لا تحيد عن الطريق ولديها ثقة عاليه بخطواتها وأهدافها.....الوالد مقعد نتيجة إصابته بطلق ناري ارعن في حفلة عرس لأحد الجيران...لم يطالب بأي تعويض وحسبها قدر وحصل....

ووالدتها امرأة ايضا أصابها المرض حزنا على زوجها الذي كان مصدرا لحياة كريمه ...لها من الأولاد...أحمد ..يبلغ من العمر ثمان وعشرون عاما، وزهير ويبلغ من العمر خمس وعشرون عاما...وزينب...عمرها واحد وعشرون عاما....بعد إصابة الأب الذي كان موظفا بسيطا في إحدى دوائر الدوله صار له راتب تقاعدي بسيط....والأولاد لم يكملوا دراستهم واشتغلوا أعمالا حرة.....بيتهم إيجار....زينب لأنها طموحه...كانت تريد أن تكمل دراستها الجامعيه ...وقف الإخوان ضدها....طلبوا منها أن تترك الدراسة وتعتني بوالديها....هي لم تكن تترك والديها وكانت فعلا تعتني بهم وتقوم بكل ما يطلبون وتذهب الى الجامعه وغالبا ما كانت تترك بعض المحاضرات لأجل أن تعود مبكرا الى البيت لخدمة الوالدين.....أما الإخوان..فلم يكونوا يزودا العائله إلا بما ندر من المصروف وما يتطلبه اي بيت بحاجة لمتطلبات الحياة....داخلها كان صراعا....صراع القطيعه الأخويه التي تراها بهذين الشابين ....وصراع الحب لوالديها وصراع الدراسة الذي اتعبها.....

تحدثت مع إخوانها كثيرا...طلبت منهم أن يكونوا أوفياء لوالديهم...إن يقفوا معها في شدتها....إن يساعدوها في مصاريف البيت....لكنهم كانوا في كل مره يعطون القليل ويتركونها في حيرة....لم يمر يوم إلا وكان هناك

شجاراً ولوماً لأنها لا تترك الدراسة....الوالدان في صفها لكنهم ليس لديهم القدرة على التحكم بهذا الموقف.....صديقة زينب مريم...هي صديقتها المقربه....والدها يعرف بعض أصحاب الأسواق والمحلات....مريم فتاة طيبه وتتصف بإحساس لطيف وتحب صديقتها جدا....وغالبا ما كانت تهديها بعض الهدايا في مناسبة وغير مناسبة وتحاول أن تساعدها قدر الإمكان هي تعرف جيدا ظروف زينب ...لذلك طلبت من والدها أن يجد عملا لزينب لمساعدتها في مصاريفها ومصاريف البيت وعلاج والديها ، لان عقوق اخوتها كسرها.....وافق والد مريم على الفكره....وبحنان الاب ايضا ....طلب من مريم أن تبقى على صداقة زينب وان تعينها في كل الأوقات.....أخبر ابو مريم احد أصدقائه بحالة زينب ...وطلب منه أن يجد لها عملا...خاصة انها متمكنة من استخدام الحاسوب ....وفعلا كانت الفرصه لزينب أن تمارس عملها ودراستها....خاصة أن اخوتها لا يبالون إذا ما كانت زينب هي التي تتحمل مصاريف البيت مع ما يقدمونه من الشيء اليسير للبيت والوالدين.

زينب ...كتمت ما تعانيه في داخلها...لم تخبر والديها بما تعانيه...لم تدلي بأية كلمة لوالديها عما يفعله اخويها....ومضت في عملها ودراستها ...تكتم أحزانها في داخلها ....وتسير على أرض صلبه لكنها أحيانا تصبح رخوة...وتشعر باليأس ...لكنها تعود إلى عزيمتها وحلمها فتهدأ وتستمر بعملها ودراستها ورعاية والديها....

كُتمت عملها عن أبويها....وعندما كانت تتأخر عنهم تأتي بحجة الدراسة والمواصلات ....علمت إحدى الاستاذات بمشكلة زينب صدفة من مريم....تلك الأستاذه كانت قريبة من الطلبه جميعاً ...تتصف بشخصية ودوده ....تحب الطلاب ...تساعدهم....تحنو عليهم....لا تفرق بينهم....جميعهم يرتاحون لها ...يحكون لها مشاكلهم وظروفهم...وكانت تنظر لزينب نظره خاصة ...وترى فيها فتاة طموحه وشاطره....لكن هناك نظرة حزن داخلها ....حاولت أكثر من مرة أن تتقرب اليها اكثر كي تعرف ظروفها اكثر لكنها كانت كتومة ...وصديقتها مريم تحافظ على سرها....لأنها تحبها جداً وتخاف على مشاعرها.....لكن هذه الأستاذه ثقة

...وهي كوالدة للجميع...لذلك قررت أن تسأل مريم عن زينب وتأخذ ولو معلومة صغيره كي تساعدها ....نادت مريم بعد انتهاء بعض الدروس....سألتها عن زينب...لم تقل شيئا مريم سوى أنهما صديقتان وأن زينب فتاة مؤدبه ومن عائله محترمه....وهي تحاول أن توفق بين عملها ودراستها وتفعل المستحيل كي تصل إلى هدفها....

أعجبت الأستاذه بكلام مريم وطلبت منها أن تخبر زينب انها تريد أن تتكلم معها حول الدروس وغيره.....

في اليوم التالي...بعد أن رافقت مريم زينب الى الجامعه ...في الطريق...أخبرتها بطلب الأستاذه....صمتت زينب....نظرت طويلاً الى الطريق....أرادت أن تهرب ولو قليلا من محنتها.....لكن مريم ابتسمت ....ثم ارتها صوره من هاتفها...صورة لأختين جميلتين....تحكي أحدهما للأخرى بحنان وابتسامة جميله...قالت لها...أترين نحن هكذا ولن اتركك مهما حصل....سننجح ونحصل على أعلى الدرجات ...ولا تخافي....فكل المحاضرات التي لا تحضرينها سأستنسخها لك واشرحها ولن يعوق عملك دراستك وسترين....

عندما وصلن الى الجامعه ...حضرن المحاضرات ...ومن ضمنها محاضرة الأستاذه الطيبه الحنونة والتي كن هن ايضا يقدرنها ويحترمنها....بعد انتهاء الدرس ....نادتهما الأستاذه وطلبت منهما الانتظار في غرفتها ريثما تأتي اليهما بعد قليل.

بعد ان جلسن أمامها ...رحبت بهن....وابتسمت...وقالت أنتما الاثنتان جميلتان...ومن الطالبات الشاطرات وأنا هنا أريد أن اشكر جهود كل واحده منكن لأن كل واحده منكن هي ابنتي ولا افرق بين الجميع....لكن زينب... لماذا ارى على وجهك حزنا ومشقة ؟....

يخيل لي انك تحملين هما وحملا لا طاقة لك بهما....اخبريني وسأكون كاتمة اسرارك واعتبريني بمقام والدتك....أنا أحبك وأحب مريم لأنها صديقة وفيه وصادقه وأشكر العائله التي أنجبت هكذا فتيات.....

نظرت مريم الى زينب بكل حنان وحب.....قرأت زينب كل ما في عيون مريم.....ثم بكت....وانهارت دموعها شلالا...واندفعت بدون تفكير الى حضن أستاذتها وكأنها صارت في حضن والدتها....احاطتها الأستاذه بكل ما تملك من حنان وانحنت على رأسها وقبلتها....شعرت زينب براحة تامة ثم رفعت رأسها وانحنت هي

الأخرى تقبل راس أستاذتها...وطلبت منها أن تراها في وقت آخر لأنها الآن لا تقوى على الكلام.....

سارت الاثنتان الى حديقة الجامعه....وكان الحديث بينهما حلوا وفيه من الحلاوة ما يصلح الخاطر....قالت مريم....هذه الأستاذه رائعة...عندما أتحدث معها كأنني أتحدث مع والدتي ...أشعر انها تعطيني طاقه لا مثيل لها ...فأبوح لها بكل ما أشعر به فأجد راحة لا مثيل لها...تذكرين ذلك الأستاذ الذي ازعجني مرة في مادته لا لشئ لمجرد ابتسمت في درسه....شكوته اليها ...هي تكلمت معه وأخبرته أننا أمانه عندهم والمفروض مراعاتنا جميعا....

قالت زينب ....نعم اتذكر....ولم يزعجنا منذ ذلك الحين حتى صار تعامله جيدا وتغير....الكلام اللطيف يطرد الخبيث....

والآن...قالت مريم....هل ستخبرين الأستاذه بظروفك كي تعرف وتساعدك فقط في اعطائك طاقه كي تستمرين في نضالكِ ؟ إنها والله جديرة بلقب الام والأستاذة .....إجابتها زينب نعم ....انها تستحق ذلك...سأحكي لها عن سري وظروفي....وحتما سأرتاح عندما اصارحها بما عندي وما اشعر به.....

في اليوم التالي....وبعد انتهاء محاضراتها....ذهبت إلى غرفة أستاذتها ...استقبلتها بكل ترحاب وود وطلبت منها أن تحكي على راحتها ولا تتردد وكأنها تتكلم لنفسها او والدتها.....تكلمت زينب...طرحت حملها ....احست ساعتها أنها في عالم جديد ...لأنها وجدت من يراعي ظروفها ويخاف عليها ويساعدها في محنتها....

قالت لها استاذتها....كل ما تحتاجينه اطلبيه وأهم شئ أن تكون دراستك مستمرة وستكون المحاضرات لديك اولا بأول ونساعدك جميعا لأنك طالبه ذكيه وتستحقين كل خير....ستنجحين...وتتخرجين ويكون لك شأن ...لا تتركين دراستكِ لأي سبب كان ...عندما تكون لديك شهادة ستكونين حرة ويكون لديك مورد وتعتمدين على نفسكِ أكثر وتساعدين اهلكِ وسيكون المستقبل أمامكِ بلا شك....

ودعت أساتذتها والابتسامة على محياها والإصرار في داخلها يدفعها نحو هدفها بكل ثقة ولم تندم لأنها ودعت سرها في قلب أستاذتها التي رافقتها حتى التخرج وكتمت أمانيها وحققت ما تصبو إليه فقط لأنها باحت وتكلمت ورفضت الكُتمان .

انتهت.

بقلم سعاد تركي علي.

(ضجيج الكتمان وفن الصمت)

قالت : انت سر كتماني وأنت استباحاتي واضطراب وجداني انت قهوتي ولذتي ومرارتي وإدماني.

قال : ابوحكِ ام اكتمك افصح عنكِ ام اضمك ماذا افعل؟

هكذا كانت اختلاجات صدورهم مغلفة بالكتمان لهذا الحب الصامت

دوماً ننتظر شخصاً ، نظن بوجوده تتبخر كافة احزاننا ويغمرنا الأمان الروحي ، ونتوهم بأننا التقينا بالنصف المكمل لنا ، وتمضي الأيام وتصفعنا الحقيقة الموجعة بأن هذا الشخص الذي من خلاله رأينا الحياة بأنه هو الوجع الحقيقي ، ربما قد يكون اكبر خيباتنا في هذه الحياة ...

وبدلاً من ان نزهر ونكبر معه ، نشيخ ونذبل ونفقد ثقتنا بأنفسنا وبالناس ، وقد تصبح الحياة بجانبه جحيما محتما ، يخدر اوجاعنا وبعدها سوف نبحث عن أساليب الهروب ونتبع خطوات اخرى نحو السراب لنلتقي بأحباب خيل لنا بأنهم حب جديد وبعدها غلف شعورنا بطي الكتمان وأصبح بعد ذلك حبا صامتا...

كان يا ما كان في وسط ضجيج من الكتمان هناك رجل استباح فتاة عالقة بداخله الى الحد الذي جعلها تفقد شغفها بالحياة واليوم بعد تفكير عميق قررت أن تبوح عن سر كتمانها الطويل باعتراف بسيط من قصة مصغرة

تتحدث أن الآلام الكثيرة التي عاشتها بجواره وهي تحمل له كما هائلا من المشاعر والأحاسيس...

يقال من الخيبات نتعلم ، ومن جهد المعاناة تولد أرواح جديدة منها حزينة ومنها سعيدة ، تتولد من الخبرة والتجربة ...

هذا ما حدث مع تالين وتفاصيل قصتها ، سوف نجد احداثاً كثيرة قد نبكي معها حيناً وحيناً آخر نتعلم من أخطائها ، ليظهر لنا بأن خلف كل ظلام نوراً وخلف كل نور عتمة ...

تالين ذات الثامنة والثلاثين ربيعاً .. فتاة يافعة جميلة عاشت في بيت والدها مدللة وأميرة ونستطيع القول بأن حياتها خالية من المشاكل والضغوطات النفسية ..

تالين كأي فتاة، أحلامها وطموحها العاطفي لحياة وردية بجانب رجل شهم وأصيل ويحمل لها الكثير من الحب ، هذا التفكير جعل منها فتاة حالمة ذات عاطفة جياشة وإحساس عالي على أثره شيدت قصرا كبيرا لفتى أحلامها المنتظر ، رغم ثقتها ونجاحها وطموحها العالي ، إلا أن هناك احتياجا عاطفياً يملأ قلبها وعقلها بتلك الأحلام والخيالات التي تداهمها بين الحين والأخر..

هذا التفكير كان سببا في عدم استمرار نجاحها وتشتيت تركيزها ، في تلك المرحلة العمرية أول دخولها للجامعة ..

التقت تالين بفارس الأحلام المنتظر الذي سلب قلبها وعقلها وأفقدها صوابها ...

كرم شاب وسيم وعلى درجة عالية من الثقافة الممزوجة بذكاء وأناقة في الأسلوب ولباقة في الكلام، في حينها عين ممثل شعبته والمسؤول الأول عن قرارات زملائه...

التقوا صدفة وتوالت النظرات وأصبح الكلام والغيرة والحب يجتاحهم فقط من خلال لغة العيون ..

كان احتياج تالين للسعادة العاطفية بنسبة تغلب الزواج والاستقرار ، أما احتياج كرم مغاير ، كان يبحث عن الاستقرار بنسبة أكبر من العاطفة ...

تعارفهم كان من خلال بوحهم لزملائهم عن فارس الأحلام والسعادة المنتظرة ، كل واحد منهم كون فكرة معينة عن الآخر دون الرجوع لبعضهم والسؤال والاستفسار أكثر ..

وفي وسط حفل بسيط أقامته الجامعة احتفالاً بطلبتهم الجدد قدم لها باقة ورد لونه أحمر ، كانت بداية لتعبيره عن الحب ، هذه الخطوة جعلت تالين ترتدي بمخيلتها فستان الزفاف الأسطوري وتحمل بيدها ذات الباقة وتخطو معه بخطوات وسط الحضور نحو مستقبلها الذي طالما انتظرته ...

قطع مخيلتها صوته وهو ينادي لصديقه المقرب ، هروبه وتجاهله لها جعلها تصاب بالاختناق الروحي وتصاعدت نبرات الغضب في رأسها ..

ومرت الأيام على نحو واحد ولا يوجد تطور بالعلاقة سوى النظرات الخاطفة وربما العميقة ، انقضت الأشهر الدراسية من السنة الأولى وبدأت السنة الثانية وصارت تالين تزن عاطفتها بميزان دقيق هل هي في تزايد أم نقصان ، الأمر الذي جعلها تتخبط في آلامها اكثر وفي صباح يوم ما ،، حدث لها موقف تطلب تدخله وبذكاء رجولي منه استحوذ على ما تبقى من فكر تالين وأصبحت عاشقة متيمة لهذا الرجل ذو الكبرياء الغامض..

تبادلوا أطراف الحديث وكل منهم كان يتسابق مع الآخر في إبداء الرأي الأكثر صواباً..

تالين : الرجل معروف بأنه عقلاني أكثر من كونه عاطفي ؟لهذا اردت سؤالك ماذا تحب بالمرأة الجمال ام الروح؟

كرم : عندما يعشق الرجل عشقاً أبدياً سيعشق العقل ومن ثم القلب بعد ذلك الشكل..

تالين : كيف تعرف ذلك اذا ما اختلطت بها وتبادلتوا الأحاديث سوية..

كرم : العقل يتجسد في الشخصية وهذا يظهر على المرأة مهما حاولت اخفاءه ..

تالين : وإذا كانت المرأة ذات جمال طاغ وشخصية أشبه بالعادية؟

كرم : ستكون أشبه بالدمية التي لا روح فيها ..

تالين : لكن الجمال مطلوب وهذا ما يسعى اليه الرجال.

كرم : صحيح مطلوب، ولكن هذا الجمال بدون شخصية سيكون باهتاً ومملاً وغير مرغوب عند أغلب الرجال المثقفين ..

انتهى الحديث بابتسامة وحاولت تالين أن تتقرب أكثر من هذا الرجل املة أن يبادلها

الحديث ويصبح أمامها كتابا مفتوحا..

ومن ناحية أخرى كان كرم يسعى أن يعرف دواخل هذه المرأة وأبعاد تفكيرها.

وبدأ الطرفان يظهرون سلبياتهم وبعض الإيجابيات وكانت بعض السلوكيات تخنق أي رجل وأي امرأة اذا ما تعرضوا لهكذا مواقف..

صار يحدثها كل يوم ويحسن من أفكارها وأسلوبها ..

تارة يقول لها ،لا تفقدي جاذبيتك بكثرة الثرثرة ، اصمتي واستمعي أكثر مما تتحدثين اريدك أن تكوني واعية حكيمة بالإضافة الى ثقافتك العالية.

كانت تتمنى أن تضيف له ملاحظاتها لكي يتغير مثلما تغيرت هي لأجله لكنه يعود عليها بالمشاكل التي لا تنتهي ، باتت تبحث عن طرق جديدة في فن التفاهم معه حتى تصل الى نتيجة مرضية لكنه كان يأبى الاستماع ويغتر...

تبادلوا الأرقام وبدأت هي ترسل له صباحاً ومساءً وهو كذلك ، الرسائل كانت بين غزل وعتب بدون الاعتراف بالحب المتبادل ..

غيرته الجنونية ومحاسبته المستمرة لها ونهره إياها أن أخطأت ، وهي بدورها تصمت وتنهمر الدموع من عينيها ..

تالين : كرم ..

كرم : نعم ؟

تالين : قلبي لم يعد يحتمل هذا التجاهل فأنا والله لا أستحق ..

كرم : ماذا فعلت لكِ ومتى تجاهلت؟

تالين : سوف اترجم لك هذا العتب كتابة ومواجهة غداً ..

كرم : أعطيتك نصائح ماذا فعلت لكي تنهاري بالبكاء؟

تالين : جميع نصائحك تثير الشكوك بنفسي ماذا تسمي هذا الاهتمام المبالغ فيه وانشغالك بمراقبتي؟

كرم : وتظنين بأن خلف ذلك الاهتمام غاية وهدف مني ؟

تالين : أرجوك افهمني ..

كرم : حديثي معكِ عقيم ، لقد ضيقتِ الخناق عليه وأصبح حديثنا مملا وباهت وملفوفا برداء الشك..

دموع تالين وعتبها صار موالا يغنى كل يوم ويذكر ، اي حياة هذه أيعقل أن يكون الحب هكذا ويختلف كثيراً عن الروايات والأساطير ..

باتت تنتظره كل يوم لكي تفرغ عتبها ودموعها اليومية ...

كل موقف يبدر منه يؤكد لها بأنها كانت ضحية هذا الحب من هذه العلاقة ، طيلة العلاقة كانت تستمع وتستمع وتبكي أحلامها التي تبخرت وهدمت..

صارت تميل للعزلة وتكره الاجتماع بالأصدقاء وحتى الأهل ، كانت تحاول جاهدة أن تنسى وجهه أو أحاديثه ولو قليلاً ..

بينما هو يقضي وقته بالضحك مستمتعاً بالحياة وهذا ما يجعله أكثر تماسكاً منها ..

حب بدون اعتراف اهتمام متبادل وغيرة مميتة من الطرفين ، وصلت تالين لقناعة تامة بأن اكرام القلب دفنه ، ويجب أن تتحدث له وتضع النقاط على الحروف وفي صباح يوم ماطر جلسوا حول مائدة واحدة في مطعم قريب من الجامعة وتبادلوا اطراف الحديث..

تالين : إذا مللت مني ووجدت من يعوض مكاني ، لا تختلق المشاكل بيننا أو تتجاهلني ، تجرأ فقط وأخبرني ..

كرم : كيف لجسد أن يحيى بدونك وأنتِ منظم دقات قلبه؟

تالين :وسنظل معلقين بين كل الخيارات ..نسأل ب(صمت) ونجيب ب(صمت) ولا نجد لصمتنا أيّ صدى ..

كرم : الصمت مخيف لأنه كالمساحة الرمادية بين الأبيض والأسود كالأحرف الواقعة بين ال(نعم) وال(لا)..

تالين : ومتعب أيضاً.لأنه لا يبتّ ولا يقطع أمراً

كرم : أنا كالصمت أحياناً أكون مخيفاً جداً .. وموحشاً جداً ،ربما قاسياً .. وجارحاً .. ومؤلماً ..

تالين : عندما يتسع الشخص لكل هذه الاحتمالات يغدو متاهة تتوه فيها ظنوننا.

كرم : صحيح...

ساد الصمت لبرهة وأردفت قائلة...

تالين : أتوجد سعادة في هذه الحياة ؟

أجابها بابتسامة ..

كرم : السعادة لا تجري خلفنا بل نحن من نوجدها بذكائنا وبجهدنا انظري لجميع النعم حولك نحصل عليها بالأسباب والسعي .

تالين : وإذا كانت سعادتي بيد شخص ما؟

كرم : لا تربطي سعادتك بأشخاص وإنما بأهداف لان الشخص قادم ومغادر لكن الأهداف تصنع الإنسان وبتوفيق الهي تستمر .

ركنت جهازها جانباً وهي تسأله بحيرة ..

تالين : يوجد في قلبك أحد ؟؟

بعد صمت طويل قال. .

كرم : نعم يوجد..

تالين : تحبه؟

كرم : نعم لكنه حب خاطئ ..

تالين : أيمكنني معرفة السبب؟

كرم : لم نخطئ في الحب بل أخطأنا في حب قلوب لم تكن يوماً من نصيبنا..

تالين : توجد حواجز؟

كرم : نعم ..

بتوتر ودقات قلب مفزوعة سارعت بالسؤال ..

تالين : وما هي ؟

كرم : تالين لقاؤنا اليوم كان لأجل إخبارك بأن موعد زفافي اقترب ..

ساد الصمت القاتل بينهم وبعدها قالت جملتها لتنهي الحديث..

تالين : تجمعنا صدف رائعة وتفرقنا أعذار تافهة ، ولا يقوى على الفراق إلا من لديه بديل...

وهكذا غادرت تالين المكان والعلاقة لكنها لم تنساه يوماً وأصبح الحب الصامت المدفون في أعماقها وتكررت سلسلة غيابه كأنه يتفق مع الأقدار عليها..

انتظرته أكثر مما تأخر لم تبتعد عنه ظلت تراقبه من بعيد بصمت رهيب مابين متصل وآخر ظهور هل هناك أكثر من هذا التشتت؟؟مابين قلب يريد وعقل يرفض تتوق للحديث وعزة النفس تمنع.

الكتمان مجرد هلاك وانهيار داخلي لكن بهدوء ولا شيء يخنق القلب كابتلاع ضجيج البوح...

بقلم عبير إدريس

كتمتُ حبي

رأيتهُ من بعيد لأول مره وبدأت نظراتي إليه تائهة ، لا أعرف ماذا جرى لي,

أحسستُ أن انهيار آثار في قلبي، لا أعرف أين تتجه انظاري ، لكي تتؤار ولم يلاحظ أحد نظراتي اليه

منذ اللحظات الاولى لرؤيته فإني رأيت فيه ملك الاحساس

أهذا هو مجرد احساس في لحظه إعجاب عابره ، أم هذه شخصيته الساحره

لا أنكر من اللحظة الأولى لم يكن واضح كل شي أمامي أعجبت بطولهُ او ضحكتهُ، أم في طريقة كلامه ، أم ابتسامته الساحرة ، الهادئة ، فإن هدوءه يتسم بكل شيء.

هل هو ثقل في شخصيته ، أم عدم إحساسه بي.....

ومرت هكذا الأيام ولم ألاحظ أي شيء منه نحوي، كنا نسلم على بعضنا و نتبادل أطراف الحديث وكانت نظراته تسحرني ، ولم يحرك ساكن ولو بنظره ؛ فقررت هنا أواجه نفسي أن هذا فقط في مخيلتي ليس له صله بالواقع.

كانت المواجهة هي أن أتجاهل كل شيء حولي من نظراته، وكلامه ، لكن هنا أحسست كل يوم يزداد شعوري

نحوه ، هكذا مررت الأيام, تارة اخطف نظره منه وتارة أتكلم معه، وهكذا استمرت حياتي.....

دعوت الله ليلاً ونهاراً إن يهديه الي وأن يحس بشعوري اتجاهه، وأن يرحم عذاب قلبي ، وشتات فكري ...

لكن كلما اقتربنا من بعض اشعر بشي يكبر كالبحر الهائج ، في صدري نحوه، وأحسست حبه يسري في أعماق عروقي اتجاهه..

الكتمان متعب جدا ، والكلام متعب أيضا ، الحيرة بانت في أدق تفاصيلي.

فكتمت، وكتمت، وكتمت،،،

وبدأ اليأس يسيطر على احساسي لأنه لم يبادر في كلمة أو نظره اتجاهي ،

وبعد أيام حفاظا على نفسي أصبحت

المواجهه معه اشبه أن تكون صعبه ، وأقوم بتفاديها أيضا أخاف أن تفضحني نظراتي , وارتباكِ نحوه ونحن في مجتمع شرقي ، وأيضا مشاعري تعبتُ , والبؤس أصبح مسيطر عليه.

وفي يوم عادي ، عادي بكل شيء حتى في طريقه كلامي معه ، خرجتُ بعد انتهاء الدوام ، فإذا بشخص يلاحقني شد انتباهي ,فوجدته قادم نحوي ، وفعلا هو يتكلم معي توقعت

اني نسيت شيء ،اول كلمه قلت له خير... فقال اريد أن اتكلم معك ، فلا اعلم ما هو شعوري هل فرح ، أم حزن.

هنا جاءت الف فكره و فكره ترقص في مخيلتي ؛ جاء يتحدث لي عن مشاعره ، أما يحب فتاة غيري ويريدني إن أتدخل بينهم ، وفكرت وفكرت ،

ولكن سرعان ما قال "كنتُ اراقبك من بعيد وحفظتُ كل تفاصيلك أنا ....."

أحسستُ هنا أني في حلم ولا أحب أن أستيقظ منه..

وأحسست كل الصعاب التي عشتها هانت في لحظه واحده

استنتجتُ

لا تستعجل في أمور حياتك بل اكتمها في نفسك وادرسها جيدا وأختار دائما الوقت المناسب للبوح بها لأن كل شيء في أوانه جميل

بقلم هند محمد الركابي

دموعٌ وذكريات (وائل وليلى)

وائل ذلك الشاب الطموح الجاد الذي يسعى لتأمين مستقبله الدراسي والعلمي وليلى تلك الشابة المثالية والانيقة والجذابة..

تعالوا لنتعرف على خفايا قصتهم الغرامية و مرحلة الحب التي لازالوا يعيشونها ...

كان وائل معلما وكان يمارس التعليم على احدى المواقع في الشبكة العنكبوتية وكان معلماً مثالياُ و خلوقاُ ويتمتع بقدرة عالية على إيصال المعلومة والتأثير على عقول وقلوب الطلبة والطالبات

الجميلة ليلى كانت طالبه في إحدى الجامعات

وائل وليلى بينهم صلة قرابه بعيدة ولكن لا يجمعهم تواصل ولا عزائم بسبب ظروف الحياة وبسبب بعض المشاكل بين العائلتين مما أدى إلى انقطاع صلة الرحم .

ذات يوم حدث حفل زواج في العائلة في إحدى القاعات وحضرت كل من عائلة وائل وعائلة ليلى وشاءت الصدفة والقدر أن يلتقيان بنظرات أعجاب وانبهار دون اي كلام بسبب الخلافات بين العائلتين. اوشك الحفل على النهاية وسط أجواء صامته يسودها نظرات فقط .

أنتهى وذهب كل فرد لبيته. كانت ليله تأمل لكل من وائل وليلى.

بدأت ليلى تبحث عنه في مواقع التواصل الاجتماعي كون وجود أصدقاء مشتركين وبدأت تنجذب اليه شيئا فشيئا حتى استحكم حبه في قلبها واستقر العشق بأعماقه ... مراقبه وتنصت بصمت خوفا من الاهل

وفي ذات يوم حصلت ليلى على رقم الهاتف الخاص بوائل وهنا بدأت تتسارع الاحداث ...

ففي يوم من الأيام كان وائل مسافرا الى احدى دول الجوار من اجل السياحة والاستجمام وتحديدا على ساحل بحر قزوين وطبيعته الخلابة وقد كان في شقة على ذلك البحر وكان الوقت ليلا وقبل ان يخلد الى النوم واذا بهاتفه يرن ففتحه واذا بها رسالة من رقم غريب ،فسارع وائل بالرد والترحيب وبدأ الحوار بخصوص بعض المصادر لبحث التخرج وبعض الاسئلة

ثم تطور الامر الى مكالمات هاتفية ...

ثم الى مراسلات في مواضيع جانبية تأخذهم شيئا فشيئا نحو حرارة الاعجاب والاشواق اللاإرادية المتبادلة...وكان وائل يخفي اعجابه وتعلقه بها وبحبها ...ثم تطور الحال الى ان صارح احدهما الاخر بما انطوت عليه سريرته وما كان يخفيه من اعجاب ومشاعر واحاسيس ...وهنا دخلا مرحلة من حياتهم العاطفية ومع مرور الليالي والايام تطور الحال

الى لقاء و فنجان قهوة على ضفاف دجلة وقريبا من امواجه الصافية العذبة فامتزجت عذوبة المشاعر مع عذوبة رافد دجلة ...

كانت مشاعر اللقاء لا توصف وكان وائل محدقا بعينيها لا يكاد يرفع نظره عن محاسنها وجمالها الفاتن ولا يرتوي من عذب صوتها المليء بالحب و المشاعر ولكن الوقت سرعان ما انتهى ولم يشعرا بطول ساعات اللقاء لجماله ...

مرت الايام والليالي وكان وائل يزداد عشقا وهياماً بمعشوقته ليلى وإذا يفاجأ بغيابها عنه فلا ترد على مكالماته ولا تتواجد على مواقع التواصل الاجتماعي فهنا احس بالخطر العاطفي وتخوفه من علم عائلتها بعلاقتهم ودخلة في نوبة من القلق والحزن ...

مرت ليالي ولم يسمع صوتها او يرى حروفها وهنا اخذ الحزن منه مأخذا كبيرا وكان قلبه يعتصر الماً و يقاسي صعوبة الليالي من دونها ...

كانت عيناه تفيض بالدموع الحارة على فراقها و في مل ليلة يغرق وسادته بغزير الدمع ويشهق شهقة تلوَ الشهقة والزفرة تلوَ الزفرة ...

حتى صار ينشي في ازقة المدينة وشوارعها ويحدث نفسه كالمجنون تأثرا بفراقها لا يستطيع السؤال ومعرفه أخبارها خوفا عليها ان يصل خبر لعائلته وعائلتها وعاش حياه

الكتمان المريرة وسط تساؤلات اين هي ولماذا اختفت هل تزوجت؟؟؟؟ لا يستطيع البوح ولا السؤال عنها خوفا عليها وعلى سمعتها.

مرت شهرين لا يفتأ يذكرها ويحن لأيامها ولجمالها و لصوتها ولجميع محاسنها ...

وكان يعيش صراعاً كبيراً بين قلبه وعقله وسط ضجيج العمل والمجتمع كاتماً حبه وشوقه لها عن كل الناس وخافيا ذلك عن عائلته و مشغول الذهن بها دائما ...

وفي احدى الليالي وبعد منتصف تلك الليلة رن نقاله واذا به يرى رقما غريب يرسل رسائل السلام والاطمئنان على حالته فبادر الى رد السلام ورساله من انت واذا بها ليلى وبدأت تتعذر منه بسبب سفرها رحله علاج لوالدها كانت ايام صعبه عليها لكنها لم يغيب عن بالها وخاطرها لحظه

وهنا تسارعت دقات قلب وائل و اغرقت عيناه بدموع الشوق والفرح والعتب ..قرر وائل ان يبدأ بمرحلة جديدة وحاسمة وهي مرحله

إقناع أهله لإرجاع صله الرحم وزيارة عائله ليلى بسبب نجاح عمليه والدها بعد أن مر بمرحله خطره جدا

اقتنع والده بسبب أسلوب وائل المثقف والمقنع .ذهبوا محملين بباقات الزهور وكلمات الحمد على سلامته ..

عائله ليلى اندهشوا من زيارتهم ولكن دهشه يسودها الإعجاب بهذا الموقف الشجاع لقطع حبل المشاكل والزعل. وأصبحت علاقه العائلتين جميله وقويه تبادلوا فيها العزائم والأمسيات

وهنا تجددت أيام الحب وليالي الغرام و أنبعث الامل من جديد في قلب وائل ....

وتمر الايام ويزداد الحب في قلبيهما ويتبادلان المكالمات الشيقة والمراسلات الحارة حتى يتفقان على لقاء عاطفي يطلقان العنان به لمشاعر الحب واحاسيس العشق وللعينين ان تسرحان في وجهيهما حتى الارتواء ...

و قد ايقن الطرفان ان لا يمكن لاحدهما العيش دون الاخر ولا يطيقان البعد ولا يحتملان ألم الاشتياق قررا ان يلعنا حبهما وكفى كتماااااان

قررا ويدخلا عشق الزوجية والقفص الذهبي ...

ويعيشون حياة ملؤها السكينة والراحة ويأسسون اسرة صغيرة قائمة على الحب والتعاون....تم هذا الزواج بعد موافقه العائلتين.

كان موقف شجاع من وائل بإصلاح العلاقات من أجل حبه وأنهى الكتمان وبقوة لأن أدرك جيداً الصمت لا يأتي بنتيجة ولا يريح قلب ولا يُقنع عقل

بقلم خلود حميد أحمد

الفصل الثالث

خواطر

الكتمان أشبه بحطام ضغوطات نفسيه حزن

يكون براكين تشتعل داخلك..

لكن بهدوء..

وكانت حرب بين العقل والقلب...

لكن كيف لي أن انسى كل الذي حدث معي

وأبدأ من جديد..

فكيف لعقلي إن ينسى،

كيف لعيوني أن تنسى المواقف،

انسى ماذا اساساً؟

الاماكن ؟؟

التي اتواجد بها كل يوم ؟؟

او انسى الكلام؟

ماذا لي أن انسى؟

هذا قرار لا أستطيع القيام به

أظن انتي سأفعل باتخاذ..

وابتعد عن ضجيجه..

لكن في لحظه تعاد كل الذكريات أمام عيني ..

لكن أحيانا نصرُ على الصمت لأن هنالك أشياء لا يعالجها الكلام..

تعتقدون أن الموت..

هو فقط أن تموت..

عندما تخرج روحك من جسدك؟؟

بل يوجد الموت البطيء..

لا أجد يشعر بهِ غيرُك انت..

عندما تريد الموت..

لكن يُحيك الفكر..

عندما تريد البكاء لكن لا تبكي..

عندما تريد أن تشرح لأحدهم مدى حزنك واكتئابك..

لكن تصمت..

لا ترغب في الوحدة لكنك تتألم

عندما تريد الهروب من نفسك ومن أفكارك وذكرياتك والماضي..

عندما تشعر بقلبك الذي ينبض حزنا والمآ..

لكم لا تعلم كيف..

وماذا تفعل اساسا غير أن تصمت..

ومع كل ذلك..

أنك على قيد الحياة.

**********.

سأعتذر لدمعتي التي نزلت طول تلك الفترة التي كُنت فيها على وشك الانتحار سأعتذر لنفسي لأنني لم أصبر سأعتذر وأقول لها يا

نفسي التي لا يوجد فيها فقد الحطام البراكين سأعتذر وأقول اصبري فلكل نهاية حزينة بداية جديدة وسعيدة سأصبر وأقتنع بحياتي مهما كانت، سأنتظر حلمي، مهما واجهتُ مهما تعثرتُ أيقنتُ إن ليس لي شيء في حياتي ينتظرني حلمي

أيقنت أن الكل سيتركني

سأقفُ أنا لوحدي

سأحقق ذلك الحلم الذي أخبرت كل أصدقائي أقاربي به..

سأجعل حلمي واقعي..

ليس فقط في مخيلتي

طريقي لحلمي سيكلفني الكثير..

سأخسر أشخاص كثير..

وبالفعل خسرت كل شي..

لكن بعد تركهم أيقنتُ أن هذه العثرة في طريقي..

هي عثرة عميقة للغاية..

كلما أريد الصعود لها دون وعي اقع

لكن نهضتُ بعدما غلبني اليأس ليس لهم عوده لي..

كنت بوادي او حفره عميقة لا يوجد فيها فقط انا أبكي وأنهار

لكن

وهذه العثرة أحببتها جدا..

وبالفعل ساعدتني كثيراً..

عرفتُ عندما يكونوا البشر اسماً فقط وهم ليسو ببشر بل شياطين..

ولا أريد أن يأتي أسم الشياطين لأنهم سيضجرون.

انا لوحدي واجهتُ..

وأعتذر لنفسي كثيرا..

ولم اهملها مره أخرى..

هنالك أشياء لا يمكننا أن..

نكتمها

عندما نخسر أشخاص..

حتى وان كانوا أجمل الأشخاص لنا..

ليس في يدينا حيلة،

نبكي، ننهار،

لا مشكله..

لكن لا نقف..

في المواجهه..

سنخسر

لم نستسلم...

نحن أقوى من أن نستسلم

"عسى أن تحبوا شيء وهوا خير لكم"

ليس في أيدينا كل الذي يجري..

الحزن يكمل، والفرح يكمل..

ونحن من نحدد أن نبكي او نفرح..

نحن من نختار الأشخاص..

أن كانوا خير او شر..

عندما نحزن..

نبكي ننهار..

ونفكر أيضا..

نكون اوعى..

فأنا الآن لست كالبارحة..

أقل المواقف..

تصنعني من جديد وتصقلني

كونوا أناس واعين..

لا تنهارو..

فقط لأن ذهب أحدهم..

ليذهب..

ماذا سيحدث؟

سننسى..

وننسى

وننسى.

**********.

عندما أنصح أشخاص :..

كانوا في أصعب ايام حياتهم..

يعتقدون أنني انصح..

فقط لأنني احبهم..

لكنني انصحهم..

لأني احبهم.

ولأنني مررت في هذه اللحظه..

لكن انا..

من وآسيت نفسي..

انا من وعيت نفسي..

رغم صعوبات حياتي..

ومطبات حياتي..

استمريتُ.

كنت في بداية الطريق اركض..

أصبحت مطبات..

كنت امشي..

كانت أقوى مطبه...

عندما خسرت اصدقائي..

لم انسى تلك اللحظه التي كنت فيها امشي

ورأيت نفسي..

في حفره ليس فيها سوى أنا وأفكاري وطموحاتي وأحلامي...

اريد الصعود لكي اكمل طريقي...

لكن..

كان أمر صعب للصعود...

لكن حاولت

اكثر من مره..

حتى الاستسلام...

لكن في لحظه

أصبحت أقوى..

كان شغفي الوحيد هو حلمي..

في الحياة..

انهرت في تلك اللحظه..

عندما فكرت سأخسر اجمل شيء في حياتي..

لكنني..

لم اتوقف..

فقط انني حاولت..

والآن انني احاول..

ليس لدي في الحياة..

شيء سوى الاحلام..

التي تصنعها المخيلات..

قد تكون معظمها..

واقعيه

وتكون معظمها أحلام..

وعند كل محاوله لك..

ستصبح حقيقة..

فقط عليك أن تستمر..

هنالك أيام جميله تنتظرك..

انسى كل يوم مر البارحه..

ابدأ من الآن..

انسى كل شيء..

لا تكتم في داخلك..

في كل مواجهه ننسى..

واجهه لا تخاف..

عند المواجهه ستصبح الحقيقة.

**********..

ننضج لندرك أننا ليس بمقدورنا أن نصمت طوال الوقت ونحن :. بحاجة للحديث!

لندرك أننا لن نستطيع دائماً المواساة ونحن نكبت كل ذاك التعب بداخلنا!

إذا ما استمررنا بكبت حاجتنا للصمت، للتعب، للبكاء، للحديث، للضحك ،للهروب.. سنستيقظ يوماً بلا حياة.. كعلب فارغة.. لن نملك طاقة وقتها للشرح، لشرح أنفسنا. كيف وصلنا لهذا الحد، ربما لن نملك شخصاً واحداً بمقدوره أن يترك كل شيء ليواسينا، يسمعنا ، يحثنا على الحديث، يسألنا ماذا حدث!

لا أحد يهتم بشخص لم يعتد أن يكون متعباً، لم يعتد أن يطلب، أن يحتاج، أن يشتكي، الجميع سيعتقد أننا نمرّ بأزمة، غداً سنعود كما كنا، أناساً خُلِقوا ليقوموا بالتضحيات فحسب وكأننا خُلِقنا لأجلهم!

فقط أسأل نفسك..إلى متى ستكون المضيف؟!

إلى متى ستسمح للطفيليات أن تقوم باحتلالك ؟! باحتلال قلبك وشعورك ووقتك وطاقتك وجسدك وموهبتك دون تقدير.. دون مقابل، دون ملاحظة ذلك حتى

على أقل تقدير.. تحتاج أن تعيش حياتك دون أن تكون مضطراً على الدوام لمواساة أحدهم بينما أنت تعاني؟

**********!

إلى هنا :.

أنهيتُ كل تلك التعابير..

التي عبرت بها..

عن الكتمان..

عن ماذا..

نشعر..

لكن كل تلك المكاتب..

عبرت بها..

جزء من ذلك الذي نشعر به..

لا احد يشعر كما كنت تعاني..

لكن في النهاية..

كن على صواب..

أن كل ذلك سينتهي..

وأن لا شيء يدوم..

فأن الحياة..

مستمرة..

ويأتي اليوم...

الذي ستنسى كل ذلك..

وتبدأ من جديد...

فأن العمر يتقدم..

لنفعل من الآن وننسى..

لا نعلم متى سننتهي..

فلنعيش الحياة...

لماذا ندع المتطفلين..

أن يوقفون حياتنا!!..

لنبدأ من الآن...

لننسى ما حصل..

الأمس

ونبدأ من الآن..

لماذا نعطي قيمه..

للمتطفلين الذين ليس لهم قيمه اساساً...

لنقاوم كل ذلك

التعب

الخيبات

الألم

الحزن..

ونبدأ الآن...

فأننا اقوياء..

نعم أننا اقوياء..

لندع المحبطين ..

ونبدأ من جديد...

أن كل هذه الأيام..

من اعمارنا..

لماذا ندعها تمر..

ولم نفعل شيء..

لنجعلها اجمل شيء..

ممكن أن نتذكر...

الايام..

والأماكن..

الفرح..

الضحك..

الرقص..

ونتذكرها..

ونرويها..

أيامنا جميله...

فنحن ذاهبون..

لا نعلم متى..

لكن..

نعلم أن هذه الدنيا ستنتهي..

الماذا نعيشها ب اكتئاب!!

لنبتعد عن ما يؤذينا..

ونرحل..

من الآن...

لنعمل طموح لدينا..

ونحقق ما حلمنا به..

فأن اجمل ما في الحياة..

أن نحقق ما صبرنا لأجله

لا تكتم

حبك، شغفك، إعجابك، اهتمامك، نجاحك، طاقتك.

فقط اكتم

أسرار الآخرين

عيوب الآخرين

وكل شي لا يعينك

****

بقلم دُرر مناف هاتف.

اقتباسات.....

لم أكن مهيأ لكل ذلك الألم

لكل تلك الدموع

وكأن براكين الحزن قد انفجرت

لم يبكي ويتألم فيها سوى أنا

الغريب في هذا أن الجميع حولي

الكل يسمع لكن ليس الجميع يفهم

أرغمتُ نفسي على الكتمان

واجهتُ ألمي وحدي

! بكيت وبكيت وكانت جدران غرفتي تحتضنني

أحيانا انت مجبر على الكتمان ولو كنت في اصعب حالاتك

لأنك لو تكلمت ستزداد ألما فوق ألمك

لذا أنت مجبر على الكتمان

ومواجهة أحزانك وآلمك

!!... فكن أنت البطل المنتصر في ذلك

****

الناس مستعدون للبوح أكثر من استعدادهم للكبت

لأن الكتمان عبئ

أما البوح فمسرة

!لمن أراد أن يقلل منك

********** **********

كنت دائما ذلك الشخص الذي يجيد المواساة

يستمع للآخرين عند البوح بأحزانهم

يربت على كتفهم بابتسامة هامسا لا تحزن

حتى ظن الجميع أنني بلا هم بلا حزن

في كل مره كنتُ اتألم أجبر نفسي على الكتمان

حتى أصبحت لا أتأثر في الظاهر

!غير إن روحي تحترق

هشاشة الروح حينما تتصلد

فسلاما على إنسان كان حياً ذات يوم

****

فلنكتم ذلك الحب متى استطعنا فالناس بألسنتهم سيلوثوهُ

بقلم رغد عبد الحسين الموالي

****

كان لدي الكثير من الكلام..لكن سأكتفي انني احتفظ به بقلبي : وعقلي واكتمهُ وكلما أريد أن أتكلم أو انفجر

سأكتم في داخلي..لان البركان الذي في داخلي سينفجر حتما بسبب برودكم..

****

فقد في كل تلك السطور..

لها معنى.

معنى لا أحد يفهمه غير الذي يمر به..

نحن نعاني لكن بصمت، ونكتم بصمت.

نعاني من أشياء كثيرة لكن لم نتكلم..

لكن سنستمر في الحياة..

نستمر إلى أن نذهب لتلك الحفره التي تنتظرنا..

****

تفاصيل الكلام أحياناً توجع ، عليك بالكُتمان ،تفكيرك بكل حاجة غالباً يرهقك ، تدقيقك بالكلام ، جرب تتغافل ، التغافل سر الحياة السعيدة

.**********

بين الذكرى والنسيان والكتمان أضعُت نفسي.

بقلم دُرر مناف هاتف

الخاتمة

عندما تعجز الجوارح عن التعبير يبقى الكتمان هو المعبر الوحيد واللسان الناطق الصامت ، أعلم جيداً إن كتمان الحب في القلب هو حرب صامته تدور في النفس وبركان مشتعل بشرايين القلب، ونهاية هذه الحرب هو البوح وإعلان مشاعر الحب لتكون نهاية لإخماد نيران الحرب في قلوب المحبين،فكلمه واحده تخلق حياة جديدة سعيدة، تكلم وبوح بحبكَ، إعجابكَ ،شغفكَ.

لا تكتم الحب إن الكتمان هو انتهاء المشاعر وموتها تدريجياً

التلميح غير كافي اذا لم يكن هنالك كلام نابع من القلب . وعليك أيها المحب بعتاب محبوب إن زُل ، لا تتركهُ وتهجرهُ بصمتكَ وكتمانكَ .ولكن عزيزي القارئ عليك بالكتمان من نوع آخر و هو كتم الأسرار وعيوب ألآخرين وتذكر:

أن هذا الكتمان هو اختبار للنفس طوبى لهم من نجحوا فيه ولبسوا تاج الأمانة وإكليل الصداقة والوفاء.

الفهرست

الإهداء

- المقدمة

- نبذه عن الكتمان

-وصف الكتمان

-انواع الكتمان

قصص

(ثعلب ماكر)

(حُطام قلب)

(قرار منتصف الشتاء)

(لو أخبرتك)

(عذراً فقد كان سراً)

(ضجيج الكتمان وفن الصمت)

(كتمتُ حبي)

(دموع وذكريات)

خواطر

اقتباسات

الخاتمة