

مُحَمَّدُ إِبرَاهِيمُ

سبع  
سُدِّيَاتُ

كتاب يهمس في أذنك  
بصدق عن حقيقة الشاعر  
وطريقة التعافي من الخذلان.

محمد إبراهيم

# سبع سنبلات

مكتبة آدم

● [t.me/AdamLibrary](https://t.me/AdamLibrary)

## تقديم

نهاية يوم آخر - السابعة مساءً

أجلس في شرفتي متأملًا تلك السنوات التي مضت من عمري، وهي تلوح لي بعيدًا جدًا.. بين عدد لا نهائي من الذكريات والمشاعر المتضاربة والكثير جدًا من الأمنيات الراحلة، والقليل من الأمنيات المتحققة.

أجدني أتساءل بيني وبين نفسي: «هل أنت سعيد الآن؟».

تجيبني ضحكة بعيدة تطلقها ابنتي الصغيرة، وهي تقاوم في دلال محاولات أمها الباسلة لإطعامها ملعقةً صغيرةً من علبة الزبادي بين يديها.

تردُّ على سؤالي ضحكة تلك الطفلة الصغيرة المشاكسة مثل

أبيها لتقول لي:

- «وكيف لك ألا تكون سعيدًا؟»

نعم، رغم كل شيء أعترف لنفسي بأني سعيد. سعيد بالتجربة والمحاولة.. سعيد بالإخفاقات والمحاولات المستميتة للبقاء حيًّا وسط كل هذا العالم الصاحب المليء بالحزن والوحدة والخيانة والكذب والحقد الدفين وافتقار المسؤولية ومحاولات

الجميع من حولك لإفشالك وتثبيط عزيمتك.

سعيد رغم رحيل من رحلوا، وبقاء ذكرياتهم الحزينة  
تراقص حولي كل يوم.. سعيد؛ لأنها تذكّرني كل دقيقة من أنا،  
ومن كنت، ومن أريد أن أكون.

العمر ساحة حرب مستمرة.. صغيرة أحياناً لا تزيد على  
بعض المناوشات العادية مني ومنها.. وكبيرة ملحمية دامية في  
أوقاتٍ أخرى.. لكنني وبعد أن تعرفت على نفسي في نهاية المطاف  
اكتشفت أنني لو لم أخض كل هذه المعارك والانكسارات  
والهزائم والانتصارات لم أكن ما أنا عليه الآن.

سعيد؛ لأنني راضٍ بما قسمه الله لي في النهاية من خبرة  
التجربة، فلولاها لم أكن لأعلم قيمة النفس البسيط الذي  
أتنفسه.. والضحكة الرائعة التي تطلقها صغيرتي الآن.. وجملة  
«خلي بالك من نفسك» التي تطلقها صغيرتي الأخرى (زوجتي)  
ونصفي الآخر في كل شيء.

ومن رحم التجارب، والانكسارات، وأغنيات البقاء  
والوداع، وكلمات الذين رحلوا، ووعود الذين بقوا للنهاية..  
أحكى لكم عن السنبلات السبع الذين قابلتهم في حياتي.  
في بداية كل علاقة دائماً ما يكون هناك أمل ووعود مبهجة  
بالسعادة اللانهائية.. ورغم أننا نعلم جميعاً أن هذا في الغالب غير  
حقيقي.. فالحياة ليست بالجنة.

عندما أمر الله عز وجل أبانا آدم بالنزول إلى الأرض قال سبحانه وتعالى:

﴿قُلْنَا أَهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [سورة البقرة: ٣٨].

تخبرنا الآية الكريمة بأمر شديد الأهمية:

إن الله سبحانه وتعالى أمر آدم وزوجه تكليفاً بالهبوط. لنعرف أن هذا الخطاب موجّه إلى آدم وذريته جميعاً إلى يوم القيامة<sup>(١)</sup>. جاء أمر الهبوط بصيغة المثني.

وما دامت هذه بداية التكليف، فهناك طرفان سيواجهان بعضهما.

الطرف الأول: هو آدم وزوجه.

والطرف الثاني: هو إبليس.

وهذا ما وددتُ أن أتحدث عنه.. فليس من اللائق لجنسنا البشري الذي اصطفاه سبحانه وتعالى أن تتحول معركتنا الطويلة مع إبليس إلى معارك شخصية بين الطرفين الأول وبعضه بعضاً.

لماذا نترك الكذب يسيطر على حياتنا بهذا الشكل؟

لماذا نتبادل التهم بالخيانة والجفاء والهروب من المسؤولية والأنانية، في حين أننا دخلنا كل هذه العلاقات والهدف الأوحد منها هو الإحساس بالأمان والسعي وراء السعادة المشروعة؟

(١) تفسير الشيخ محمد متولي الشعراوي.

وتطبيقاً لقوله سبحانه وتعالى:

﴿ وَمَنْ ءَايَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا  
إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ  
يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (الروم: ٢١).

كيف لنا أن ترتكب هذا الجرم في حق بعضنا؟

السنبلات السبع التي سأحدث عنها سأحكي لكم فيها  
بكل أمانة رأيي وخبرتي الشخصية، وما رأيته بعيني أو عشته مع  
المحيطين.

سنبلات سبع خُضر.. إما أنها تحيي العلاقة، وتسير بمركب  
الطرف الأول إلى شاطئ الأمان.. أو سنبلات يابسات تمتص  
دماء العلاقة مهما كانت قوية، وتميتها مهما حاولنا أن نرويه..  
فأساس العطش هنا هو عطش المعلومة وافتقار الحكمة ونقص  
الخبرة والتجربة.

ومما لا شك فيه كما سأكرر دومًا أن ما سأقوله هنا هو رأي  
شخصي.. مبني على تجارب شخصية، وليس معادلات فيزيائية  
رقمية لا تخضع للجدال أو النقاش، على العكس، بل هي تختلف  
ميزانًا وتطبيقًا من شخص لآخر، ومن علاقة لأخرى، ومن بيت  
وبيئة لأخرى.. لكنها - وهذا ما أظنه - تلاقت مع الكثير جدًا  
من المشاكل التي رأيته وعشتها دومًا في حياتي وحياة الآخرين.

محمد إبراهيم



القسم الأول  
السنبيلات الخضر

السنبلة الأولى  
البرعم





## سحر البدايات

### الحب

الدافع اللي بيخلينا نتغير ونخرج من المنطقة الآمنة، ونجازف ونضحى ونعمل المستحيل من غير مقابل، الإحساس اللي بيخلينا نمشي من غير ما نسأل إيه اللي هيحصل بكره، ونعافر عشان نفضل متمسكين ببعض.

الرابط الغريب اللي بيخلي كل حاجة ليها طعم، الجنون اللي بيخلينا نوصل لأعلى معدلات الدوبامين (السحر الحلال)<sup>(١)</sup>.

الحب اللي ممكن يبقى بين الصحاب والأهل، ممكن نقول حبك للسنيا وللكورة، حبك للمزيكا وللقراية، حبك لنفسك وللمستقبل اللي انت بتحلم بيه، الحب يليق بكل حاجة، أي حاجة بتحركك ناحية أي شيء وتخليك تبذل مجهود وانت مستمتع ومش مستني مقابل.

الحب في بدايته بيبقى قايم على العطاء.

كل واحد بيبقى عايز يدي للتاني كل حاجة؛ لأن كل واحد بيحاول يقول بأفعاله «أنا أستاهل أتحب»، وكل واحد بيحاول

---

(١) مادة تفرز في المخ، وتُعرَف عالمياً باسم «هرمون السعادة».

يبهر الثاني ويؤكد له إنه اختار صح، كل واحد يحاول يقدم نفسه باندفاع فيه كم عجيب من التصرفات المجنونة، بداية من الطريقة اللي اتعرفتوا بيها على بعض، ومروراً باليوم اللي بتبقى واقف فيه تحاسب (الكاشير بتاع لابوار) وانت رايح تخطب، لحد اليوم اللي بيتقفل عليكم فيه باب واحد، وسط هالة من الزغاريد والأمنيات بالرفاء والبنين والسعادة.

الحب إحساس مدهش وكأنه نداهة بتندهك، وتخليك تجري وراها زي المجاذيب، إحساس إنك طائر، وإنك لامس كل نجوم السما وانت ع الأرض، إنك مش عايز حد يفوقك، ولا عايز حد يعارضك، ولا عايز حد يحكم على تصرفاتك.

بتكون مبسوط بنفسك بشكلها الحالي أيًا كان ومرتاح وراضي عن كل حاجة بتعملها.. كل همك إنك تسعد الطرف الثاني بأي شكل، ساعتها بتعرف يعني إيه جملة (تعبك راحة)؛ لأنك وقتها مش هترتاح فعلاً غير لما تحس إنك تعبت عشان اللي بتحبه.

نزار قباني يقول:

لولا المحبة يا مدلتي ما أصبح الإنسان إنسانا  
وده لأن الحب جميل بيردّ الروح، وبيحسس الإنسان بنفسه  
تاني، أي إنسان لما بيتحب بيحس إنه منور أو على الأقل بيقدر  
يواجه لحظات الانطفاء والانهيار اللي مرّ بيها.  
الحب هو البداية الجديدة اللي بتظهر لك بعد ما تحس إنك

هتفضل في نفق الوحدة طول عمرك، بيبقى طوق النجاة اللي بيتمدّ  
لك في عز ما انت فاقد الأمل ومش عارف تحس بأي حاجة ناحية  
أي حد، وخصوصًا لو حبيت حد من فئة المدهشين، المبدعين،  
اللي بيعملوا كل حاجة بطريقة مختلفة، الناس اللي بتخليك تعيد  
اكتشاف ذاتك، الناس اللي بتستفز مشاعرك وبتجنك معاهم.  
لأن فيه علاقات بتبقى عاملة زي المياه الراكدة، علاقات  
فيها ثبات ممل، علاقات غير بتوع المفاجآت غير المتوقعة، غير  
بتوع:

- «انزلي أنا تحت البيت».

أو:

- «البيسي أنا عازمك ع العشا».

غير اللي هياخدوا بالهم إنك قصيتي شعرك أو لبستي فستان  
جديد، واللي هتاخذ بالها إنك بتحب الشاي بارد من غير ما  
تقول.

غير المزاجانية في الحب والناس اللي بتحب برواقه، اللي  
بتاخذ القرار وتنفذ، ملهومش في الحب بتاع الشوكة والسكينة،  
دول ناس لما بتحب بتنجرف ومفيش في قاموسهم كلمة فرامل،  
اللي من وجهة نظري بيشكلوا أصدق وأمتع أنواع الحب، وده  
عشان نسبة الزيف فيه صفر % (كل حاجة طالعة من القلب  
للقلب فعلاً).

الحب هو اللي بيخليك فاكر طعم أول كل حاجة.  
أول مرة تشوفها، أول مكاملة تفصل بعد ساعة، أول أغنية  
تبعثها، وأول صورة في المحفظة، وأول خروجة، وأول هدية،  
الحب هو ابتسامتك وانت بتراجع الرسايل القديمة في فترة  
الاستهبال وجسّ النبض، هو الحاجات اللي انت عملتها عشان  
تتعرفوا على بعض، هو الماسنجر اللي بيعلق بالصدفة، ورحلتكم  
الى الواتساب، هو البوستات المقصودة والقلق اللي عشتيه لما  
موبايله فصل، هو طعم أول مرة تسمع كلمة «بحبك» منها  
بعد فترة المكابرة، وأول مرة تحس إن حياتك اتحولت لشخص  
واحد كل همك ازاى تخليه دايمًا مبسوط وراضي، هو أول خناقة،  
وأول كلمة آسف، أول قلب أحمر بعد آلاف القلوب الخضرا  
اللي اتبعثت لك، وأول وحشتني اتقالت، هو طعم كل تفصيلة  
عملت لحياتك طعم، وكانت قشة مسكت فيها وانت غرقان  
في وحدتك.. هو ده الحب اللي بيخليك لامس كل نجوم السما  
وانت ع الأرض!

وعشان كده أول ما تحس إنك بتتجنن وبتتصرف من غير  
خطة، وإن حياتك اتلخبطت وخلاص مش عارف انت رايح  
فين بس مبسوط اعرف إنك بتحب.

أنا عن نفسي مكنتش مصدق ازاى بتتحقق جملة إن السعادة  
ممکن تيجي من رحم المعاناة حرفيًا، وازاي ربنا بيعت لك

شخص في فترة انهيارك وهزايملك وخسايرك عشان يكون سبب رجوع كل حاجة لمسارها الطبيعي.

وكنت كتبت قبل كده

«اطلع بروحك للسما ومدد ربك كريم جاي بالمدد حالاً

في حاجات عشان للأحلى تتجدد لازم كده تتهد إجمالاً»

خلوني أحكي لكم إن في نفس السنة وانا بعيش أسوأ فتراتي وبمر بانتكاسة مكنش يتهيألي وقتها إني أقدر أقوم منها وفي يوم عادي، يوم جه بعد خساير متكررة في كل اتجاه، وكنت مكتئب بقالي شهور.. بطلت أخرج من البيت تقريباً، بطلت أكتب، صحتي بتسوء، سبت شغلي، صحابي اتفلتروا في زحمة حزني، مفضلش غيري معايا في الآخر، كنت بفكر بشكل في منتهى السلبية والبؤس، كنت حاسس إني انطفيت ووقعت، ومش ممكن أقوم تاني.. لحد لما قابلت حب حياتي، وكل حاجة ابتدت تاني، وحسيت إني رجعت عندي طاقة ومتوهج وعازب أشغل وأنجح وأقاوح وأقف تاني على رجلي.

حكيت القصة بالتفصيل في كتاب «مطلوب حبيب»

بس المرة دي هكلمكم عن سحر البدايات اللي أنا عشته، وإن أول ما عرفت مراتي مكانتش تعرف عني حاجة، اهتمامها كله كان بالتصوير وبالرسم، حتى كانت تسمع عني، بس عمرها ما قرأت لي حاجة.

ده كان حب من أول نظرة، وكأني كنت عايز أقول لها  
الحقيني، أنقذي حياتي، أنا محتاج لك، أنا حبيتك!  
حقيقي معرفش ازاي كل الكلام ده كان جوايا من أول مرة  
شفتها فيها، كل الكلام ده خرج مني في كلمة واحدة: «اوعي  
تمشي».

وبعد ما بدأنا نتكلم قالت لي إني كنت يوم ما اتقابلنا ببصلها  
زي ما اكون أعرفها لدرجة إنها افكرتني بشبهه على حد، بس  
أنا كان قدامي في الحفلة أكثر من ٥٠٠ شخص، وفي الحقيقة أنا  
مكنتش شايف غيرها حرفياً.

حكيت لي هي بعد كده عن إنها شافتني زمان مرة وأنا خارج  
من مكان، وكنت منكوش ومتبهدل ومكشر وبتخانق مع دبان  
وشي، ومع ذلك بصيت لها نفس البصة، لدرجة إن واحدة  
صاحبته سألتها (هو بيص لك كده ليه؟).

والغريب في الموضوع إني مش فاكر الموقف ده تمامًا، وكأنه  
اتمسح من ذاكرتي فعلاً، بس لما قالت لي كده اتأكدت أكثر إنها  
قدري ونصيبي.

كنت مصدق من قبل ما أعرف حتى اسمها إني هتجوزها،  
مفيش تفسير حقيقي لي حصل غير إن وجود مراتي في حياتي كان  
استجابة ربنا لدعوة أمي لما كلمتها وهي في العمرة، وانهارت من  
العياط وقولت لها ادعي لي ربنا يجبر بخاطري، المكالمة دي كانت قبل

ما أقابل مراتي بفترة بسيطة، وطول الفترة دي رسايل ربنا حواليا كانت بتطمني جدًا، وبتحسني إن الدعوة في طريقها للاستجابة. كنت طول الوقت قدامي آية من سورة الضحى: ﴿وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَى﴾ وسبحان من رزقني بعدها بـ«آية».

من الحاجات اللي خلتنى أتمسك بيها جدًا إنها كانت طول الوقت بتختارني، وطول الوقت باقية عليا، مبسمعش منها دايمًا غير كلمة: (أنا جنبك)، (متزعلش)، (أنا عايزة أكمل)، كانت دايمًا تقولي: (تزعلك الدنيا وأراضيك أنا).

وعلى الناحية الثانية مكنتش أحمّل زعلها أبدًا، كنت متعود كل ما تزعل أروح أجيب بوكيه الورد وأعملها زيارة مفاجئة عشان أراضيه وأطيب خاطرها.

ولما جينا في الفترة اللي قبل الفرحة دي اللي كنا بنختلف كثير، ومضغوطين أكثر، فكنت كل أسبوع أجيب بوكيه ورد وأروح لدرجة إنها جت في مرة قالت لي:

- بقولك إيه، هو انت كل مرة تزعلني هتجيب لي ورد؟ المرة

الجاية ابقى هات حاجة ناكلها سوا.

أنا لحد النهارده معرفش بحبها ليه تحديدًا، بس دايمًا بشوفها طوق نجاتي، وسبب سعادتني، والفرصة الثانية اللي جت لي عشان أكون الشخص اللي أنا عليه دلوقتي، ممكن سحر البدايات يكون ما استمرّش، وفترة الاستهبال بتاعته انتهت، وده طبيعي، بس

الحب بيكبر والعشرة بترفع من رصيد الغلاوة، واحنا من وقت  
للتاني بنفتكر فترة البدايات ونتنهد ونضحك ونجدد مشاعرنا  
عشان الذكريات الجميلة دي هي اللي بتخلي الحب يدوم؛ لأن  
الحب أكبر نعمة في حياة أي إنسان، المهم إنه يكون مع الشخص  
المناسب عشان ينور ويحس بنفسه.

في فيلم «نادي الرجال السري» عادة عادل اكتشفت إن  
كريم عبد العزيز بيخونها سألته: «حييتها؟» قالها: «حييت نفسي  
معاها». وعشان محدش مننا يقع في نفس الفخ، أنا مش ببرر  
الخيانة طبعًا، ومش معترف إن فيه مبرر أبدًا ليها.

لكن خيلنا نخط إيدنا على نقطة مهمة، وهي إن أهم شيء  
في الحب إنك تبقى بتحب نفسك مع الشخص اللي انت بتحبه.

\*\*\*



# السنبلة الثانية الفروع



## «زدني بفراط الحب فيك تخيراً»<sup>(١)</sup>

«الحب شيء جميل، عندما تجده، فإن العالم أجمع تتبعث منه رائحة أحلام اليقظة»

من فيلم 2016-deadpool

ده بالظبط اللي بيحصل لك كنتيجة منطقية لمرحلة سحر البدايات، إنت بتكون لسه مخرجتش من مرحلة السحر، بل بالعكس إنت غرزت فيها، إنت وبكل معنى الكلمة وترجمتها الحرفية بتعيش إحساس الـ **Falling In Love**. وقعت على وشك.. حبيت.. حبيت فعلاً.. خرجت من مرحلة الانبهار والإعجاب لمرحلة التعلق الحقيقي بالشخص.. التعلق بكل تفاصيله الصغيرة والكبيرة، بنبرة صوته ونظراته وضحكته وتعابير وشه وهو بيتكلم، بالطريقة اللي بيعبر بيها عن زعله، غيرته، تكشيرته، وعصبيته.. شكله وهو سرحان في حاجة.. طريقة لبسه والألوان المفضلة بالنسباليه، البرفانات اللي بيستخدمها.. الأكلات اللي بيحبها.. الأماكن اللي بيتردد عليها، كل حاجة متعلقة بيه من قريب أو من بعيد... إنت تلقائياً بتلاقي نفسك اتعلقت بيها من كتر ما انت بتحبه، وفي الوقت ده إنت

---

(١) ابن الفارض.

كل اللي بتشوفه بيبقى مميزات .. مميزات بس .

أنا مش عايز أصدملك بالواقع بدري، بس عارف لما تقيس اللبس في البروفة قبل ما ترجع تشوفه تاني في البيت .. كل الحكاية إن انت ماشي ومش عارف انت رايح فين .. لكن مبسوط، مبسوط جداً .. شايف حياتك كلها عبارة عن شخص واحد ومتمسك بيه كأنه آخر وسيلة للحياة .. مستعد تحارب الدنيا كلها عشان خاطره .

مستعد تروح لآخر العالم عشان تفضل معاه، تبذل مجهود وتقدم عطاءات وتضحيات كبيرة، وتتنازل عن حاجات مهمة جداً بالنسبالك عشان هو يكون راضي، وقتها بس كل اللي بيتفرج عليك من بره مبيقاش فاهم انت بتعمل كل ده ليه، وليه بتتعب كده، وليه اتغيرت وبقيت بتعمل كل الحاجات اللي محدش كان يتوقع إنك تعملها .

ليه تأجل خروجتك مع أصحابك مثلاً عشان تروح تشوفها، ليه توفري من مرتبك أو مصروفك عشان تجيبي له هدية، ليه بترغي في الموبايل بالساعات في حين إن انت مع الناس الثانية مبتكملش الدقيقة .

تبقى هيمن وعاش كأنك في حلم جميل مش عايز تصحي منه أبداً ليه .

\*\*\*

- يا بت أبوكي اشترى الهدوم دي عشان تلبسيها.

- إمتى إن شاء الله؟

- يعنى لما تيجي مناسبة.

- لا هتلبسيهم بقى النهارده.

- يا سلام يا ماما عايزاني ألبس فستان جديد عشان أحمي

الحمار.

- حمار إيه يا بت اللي انتي مهتمة بيه وساية الحمار الثاني اللي

قاعد في البيت؟!

- هو احنا عندنا حمار ثاني في البيت؟

- أيوه.. عطية.

- يا سلام عليكى يا ماما بطلي الهزار ده بقى.. عايزاني أحمي

«عطية» كمان؟

محمد خان لخص التحول اللي بيحصل في حياة (المحب)

وتأثير سهم كيوييد عليه في أحد أمتع مشاهد فيلم «خرج

ولم يعد» لما كانت ليلي علوي وهي البنت الريفية البسيطة اللي

مكملتش تعليمها، ومتعرفش غير شغل البيت بعد ما استجابت

لمحاولات أمها في لفت نظرها إنها تهتم بنفسها عشان فيه

راجل جديد في البيت، راجل بدرجة عريس مستقبلي، إزاي بان

التحول في الشخصية على مدار أحداث الفيلم، وإزاي كان

حبها لـ«عطية» لعب دور كبير في اهتمامها بنفسها وحبها في

الحياة، وخلاها وخلاها معناها نكتشف قد إيه هي كانت شخصية جميلة وتتحب.

في ٢٠١٥ وتحديداً في ديوان «زي الأفلام» كتبت قصيدة عن الأثر النفسي للحب على البنت، أول ما بتدخل تجربة جديدة، وإزاي بتتحول من شخصية خائفة تقرب منك لشخصية ممكن تعمل المستحيل علشانك، القصيدة بتقول:

في مصر البنت خوافة

وشفاة

بتضحك بس مكسورة

ملامح وش في الصورة

عشان ماتبانس نكدية

تبيع لك قلبها كله

مقابل أي حنية

وتتحول لأهل وبيت

وقلب يساع

وحضن يضم

في مصر البنت لو حبت

بتتحول لطفلة وأم

في مصر البنت لو حبت

ورود مشاعرها بتنبت

وترجع كلها رقة  
ويصغر قلبها في السن  
يا خوفي منها لما تغير  
يا عيني عليها لما تحنّ!  
تصاحبك: تبقى أجدع حد  
تحبك: يبقى حب بجد  
وتبقى اختك وبنوتتك  
وحدوتتك ونهايتها  
في مصر البنت لو ضحكت  
بتضحك ليها مرايتها  
يجوز مخلوقة من «سكر»  
تدوب ف العمر ف بيحلوّ  
يجوز مخلوقة من «طيبة»  
وطاقة حب مالية الجو  
يجوز في الأصل كات غنوة  
بتملك راحة نفسية  
ومها تلف وتقابل  
مايفضلّكش غير هي

أمتع وأهم حاجة في المراحل دي إنك بتلاقي حد شايفك  
شخص متكامل، شخص تقدر تعمل أي حاجة وده بياكد على

مقولة تانية من فيلم **Deadpool**

«أنت لا تحتاج أن تكون بطلاً خارقاً، فقط قم  
بإيجاد الفتاة المناسبة وهي ستجعل منك  
بطلاً خارقاً».

وأنا بذكر الفيلم ده تحديداً كمثال عشان بعد ما البطل  
ملاحظه اتشوّهت خلال الأحداث، وكان خايف إن حبيته تبطل  
تحبه خصوصاً إنه اختار في البداية يعيش من غيرها لحد ما يلاقي  
حل لمشكلته، وكان عايش في الوقت ده مع ست مسنة وضريرة  
يعني كده كده مش شايفاه ومش محسساه بمشكلته اللي شافها في  
كل نظرات الناس ليه، وكان صدق الفيلم بالنسبالي في نهايته،  
وإنه بعد ما حبيته شافته قالت له:

(بعد فترة هي هتعود، وفي النهاية هو مجرد (وش)، وإنها  
هتكون سعيدة لو كملت حياتها معاه).

طبعا هي مقالتلوش إنه كده أجمل، وإن الجمال جمال الروح،  
هي قالت الحقيقة اللي تخليه يحترمها ويصدقها ويتقبل دعمها ليه.  
كمية الدعم المعنوي اللي انت بتلاقيه من الطرف التاني كفيلة  
إنها تخليك تتجاوز أي أزمة بتمر بيها، وتخرّجك من دايرة أي  
ضغط، ووقتها بتحس فعلاً إنك تقدر تعمل أي حاجة.

كذلك في فيلم «Farida» وهو سيرة ذاتية عن حياة الرسامة  
والفنانة التشكيلية فريدا كاهلو، فيه مشهد بيجمع بين فريدا

اللي هي بطلة الفيلم ودييجو حبيبها اللي كانوا بيدخلوا لأول مرة في علاقة، فريدا كان عندها هاجس نفسي من فكرة إن أي حد يقرب لها خصوصًا إنها اتعرضت لحادثة قديمة، وكانت آثار الخياطة والجروح مالية جسمها، وطبعًا ده أثر على ثقتها في نفسها، وكانت خايفة لو ديجو شاف آثار الجروح والندبات دي إنه يفقد شغفه بيها.. وعشان كده هي بنفسها قالت له إن جسدها كله ندبات وجروح عميقة، وكشفت له أكبر جروحها عشان يشوفه، ومكانش من ديجو إلا إنه قال لها:

(You are perfect)

استخدامه للتعبير ده تحديدًا، واللي معناه (الكمال) كان سبب كافي إنه يمنحها الطمأنينة والسلام النفسي اللي يخليها تحس إنها وجدت الشخص اللي يقدر يشوفها بقلبه قبل عينيه، كون فريدا شخصية مبدعة خلاها تحب نفسها، وتتقبل نفسها زي ما هي، خصوصًا إنها طول الفيلم كانت بتقوله إنها بتحبه أكثر من حبها لبشرتها.. وكانت تقصد ببشرتها هنا آثار الجروح والندبات اللي اتسببت فيها الحادثة.

أنا مثلاً عندي ما لا يقل عن ٣٢ غرزة في أجزاء متفرقة من رجلي الاتنين نتيجة لعمليات تطويل الأوتار اللي عملتها وأنا طفل مروراً بعملية معقدة في الركبة، طبعًا أنا مش هكذب وهقول إنني كنت متصلح مع ده من البداية، خصوصًا إن الجروح دي كلها



حصلت في الفترة اللي كنت فيها من ٤ سنين لـ ١٥ سنة، يعني عمري ما كنت هبقى مدرك يعني إيه أحب نفسي وأتقبل عيوبي، بس بمرور الوقت اكتشفت إن لما بحب حد بحبه برغم كل ما هو عليه.. فأكيد لو حد حبني هيحبني زي مانا.. ده هيخليني أحب نفسي وأتصالح مع ذاتي، حتى لو أنا مش متصالح مع شكلي ومع عيوبي سواء جسدية أو حتى نفسية.

أمرٌ على الديار ديار ليلي أقبل ذا الجدار وذا الجدارا  
وما حبُّ الديار شغفن قلبي ولكن حب من سكن الديارا

(قيس ابن الملوح)

قيس ابن الملوح اللي من كتر حبه لليلي العامرية لما شاف الكلب بتاعها طلع يجري وراه عشان يعرف منه مكانها.. وهو ماشي عدى على جماعة من المصلين وهو راجع قالوا له: إزاي تشوفنا بنصلي ومتصليش معانا؟! قال لهم: «والله ما رأيتكم، ولو كتتم تحبون الله كما أحب ليلي ما رأيتموني قط».

الحب بالدرجة دي من التطرف في المشاعر عمره ما هيخليك تشوف عيوب، وإن شفتها فهي عمرها ما هتهمك ولا هتفرق معاك، حتى لو كانت من وجهة نظر الناس والمجتمع عيوب مينفعش تتجاوز عنها.

وفي فيلم «رسايل البحر» مشهد مهم بيتكلم فيه أسر ياسين اللي هو يحيى عن حبه لبسمة اللي هي بطلة الفيلم.. وازاي هو

بيحبها بس مش قادر لحد اللحظة دي يتصالح مع فكرة إنها «فتاة ليل» مع إنه متعايش معاها ومش قادر يستغنى عنها:

- يحبي أنت تقدر تتجوزها؟

- إنتي رأيك إيه؟ أتجوزها؟

- ليه يا يحبي؟ ليه يا يحبي تشتري التذكرة لما أنت تقدر

تشتري التروماي؟!!

- علشان مش قادر أقبلها زي ما هي.

- يبقى سيبها، وامتد خلش كثير في حياة الناس.

لازم نكون عارفين إن الحب كفتين، ومفيش حد كامل، والمفاجأة كمان إننا مبنكملش بعض، إحنا بنتعايش ببعض.. بنتأقلم على بعض.. عيوب شخص بالنسبة لشخص غيره ممكن تبقى مميزات.. عشان كده كل واحد بياخد العيوب اللي مش عارف يشوفها.. أو بمعنى أصح العيوب اللي وقت ما يشوفها يقدر يتعايش معاها.. أو عشان ده اللي هيخليك تلاقى (المفتاح) الحقيقي لأي علاقة ناجحة، وأقصد هنا بالنجاح يعني استمرارية العلاقة.. وقدرة الطرفين على مواجهة كل اللي بيحصل.

وفي النهاية هتلاقى نفسك مش بتاخذ حد شبهك، أو بتدور على حد يكملك، إنت عايز حد تكمل حياتك معاها في سلام، حد مها حصل بينكم يفضل باقي عليك، متحملك وعايز يفضل معاك للآخر، حد يغير وجهة نظرك عن إن الناس محطات.. حد

تقدر تقول عليه:

### (My Everything)

وكل واحد فينا عنده حدوته زي دي، عنده قصة تعب فيها  
وحب من قلبه، وعاش كل التفاصيل اللي بحكي عنها دي،  
عاشها واستمتع بيها، وبصرف النظر عن أي حاجة حصلت  
بعد كده، إلا إننا هنتفق كلنا على إن كل المشاعر اللي عشناها في  
المرحلة دي كانت بجد.

وخلينا معترفين إن مشكلة المرحلة دي هي إن ممكن  
تطرفك في المشاعر وجنانك ده يكون عبء على الطرف الثاني،  
وميقدرش محتويه، ولا يتعامل معاه. لأن انت في المرحلة دي  
بتكون غير سوي، وتصرفاتك بتبقى مش محسوبة معظم الوقت،  
وده على قد ما هو ممتع أحيانًا على قد ما هو ممكن يبقى ليه عواقب  
وخيمة، ممكن تلاقي نفسك من غير ما تاخد بالك بقيت بتحب  
بطريقة مزعجة، ووصلت لأقصى درجات الحب، وخبطت  
سقف النشوة، واللي قدامك لسه، لسه بيستكشفك، لسه بيتعرف  
عليك، وهنا مؤشر الخطورة بيزيد؛ لأنك بتحس إنك بتفرض  
نفسك عليه، أو بتحبه من طرف واحد؛ لأنك مش بتحس إنه  
بيبادللك نفس الكم من الطاقة والاندفاع والجنان.

صعب جدًا إنك تفقد السيطرة على مشاعرك، وتحب من  
غير لجام.. بس أنا بقول: حاول.. متستعجلش على نفسك..

ومتديش كل اللي عندك.. ومتعملش المستحيل بدري.. عشان  
مبيقاش المستحيل اللي بتعمله دلوقتي هو الطبيعي اللي لازم  
تعمله بعد كده.

الحب جنان آه بس لازم يبقى جنان عاقل، درجة بسيطة  
من العقلانية تمنعك إنك تأذي نفسك أو تأذي اللي معاك.. تبقى  
مدرك على الأقل انت بتعمل إيه.. وإيه النتائج اللي هترتب على  
اللي انت بتعمله.

خد من الجنان اللي في الحب حلاوته.. وجرعة السعادة اللي  
فيه.. بس اوعى تلغي عقلك خالص.. الحب مش قلب بس..  
الحب فيه حسابات.. عشان انت من أول ما بتحب.. بتبقى  
شخص مسئول عن طرف تاني.

ممكن جنانك ده يبوظ له حياته.. أو ممكن هو يكون  
مبيحبكش أصلاً.. فيحبك شفقة أو خوف عليك.. أو حتى  
يحب حبك ليه.. مبيحبكش إنت.

في كل الحالات إنت اللي هتتضرر.. إنت اللي هتعانى..  
إنت اللي ممكن تورط نفسك في قصة حب من طرف واحد..  
وهييجي الشخص اللي انت عملت المستحيل عشانه ويقولك:  
أنا مطلبتش منك حاجة، وهتبقى انت اللي غلطان وقتها عشان  
انت اللي رميت تقلك كله واستعجلت على نفسك، وفي الآخر  
انت اللي حياتك هتبوظ.

يقال: إن راجل شاف دب كبير مربوط وبيعوي.. الراجل  
اتأزم من اللي شافه، صعب عليه الدب ففك قيوده ونام تحت  
شجرة عشان يرتاح، وفجأة جت ذبابة على وش الراجل وهو  
نايم!

قام الدب من كتر حبه في الراجل اللي فكه، وكان سبب  
في حرите، جاب صخرة كبيرة رماها على وش الرجل عشان  
يموتها.. فقتله!

وهنا جه مثل «الدبة التي قتلت صاحبها».

عشان كده الحب اللي بيبي ممكن يهدّ.. والحب اللي بيبقى  
من غير عقل خالص ده.. بيبقى حب مرضي.. حب مؤذي للي  
بيحب واللي بيتحب.. افكر دايمًا إن «من الحب ما قتل».

\*\*\*

السنبلة الثالثة  
السنبلة الصادقة



## «والي صدق في الحب قليل»

بيرم التونسي

كل اللي فات ده جميل، حبيت وعشت في سحر البدايات،  
واتعميت عن كل عيوب اللي بتحبه، أو على الأقل اتأقلمت  
عليها.. بس وبعدين؟

الحب رحلة.. طريق بنمشيه احنا الاتنين.. لازم بعد فترة  
نعرف احنا مع بعض ليه.. وعايزين نعمل إيه في مستقبلنا؟!  
تخيل؟! تخيل نفسك فجأة بقيت بتقول «إحنا» و«مستقبلنا»  
و«حياتنا»، وفجأة كل حاجة في الحياة بقت مضروبة  $\times 2$ .

وهنا بنبتدي ندخل في الجد، والعلاقة بتأخذ أول منعطف من  
عالم الخيال والأحلام لعالم الحقيقة والواقع اللي احنا عايشين فيه.  
فيه مشهد في فيلم «آسف على الإزعاج» أحمد حلمي كان  
بيقول فيه: أنا نفسي تحبيني أوي يا فريدة.

ردّت عليه منة شلبي وقالت له:

«دائماً بتقول الحاجة بشكل مختلف».

ساعتها قال:

«مش مهم إن أنا أقولها بشكل مختلف، مهم إنى مابقاش

قاصد أقولها بشكل مختلف».

عشان هي تختم المشهد بجمله تلخص كل حاجة وتقول له:  
«الحب مش أمنية يا حسن، الأمنية إن الحب دا يدوم».

\*\*\*

خلينا متفقين إن الحب بيحصل وبيكبر من غير تخطيط؛ لأن  
الحب زي المطر ملهوش معاد سابق، ليه علامات آه بس بتحب  
وتتحب في لحظة.. الفكرة عمرها ما كانت في ازاي هتحب  
بعض.. عشان الحب رزق.. حاجة بتاعة ربنا.. تقسيمه وحسبه  
إلهية مفيهاش حيلة.. محدش بياخد قلب حد بالعافية.. الفكرة  
إن ازاي فعلاً الحب ده يدوم.. وده هياخدنا لنقطة مهمة.. هي  
إننا لازم نبقى ماشيين في اتجاه.. ومختارين طريق.. ومرتبين  
أولوياتنا.. وعارفين إحنا محتاجين إيه بالضبط، ولازم نتعب قد  
إيه عشان نبقى في بيت واحد.

فيه حكمة بتقول: (البدايات للجميع.. والثبات للصادقين).  
الحب على قد ما هو سهل يبدأ على قد ما هو صعب يستمر،  
خلينا نقول إن كل علاقة في الدنيا عبارة عن استثمار.. اتنين  
بيحوشوا في بعض وقتهم ومجهودهم وأحلامهم.. ساندين على  
بعض، وماشين في مواجهة أي حاجة.. كل واحد يفكر في  
التاني قبل ما يفكر في نفسه.. الطبيعي إننا هنيجي في وقت ننتقل  
من مرحلة الوعود لمرحلة التنفيذ.. لازم العلاقة تاخذ شكل  
رسمي.



وإلا يبقى إيه الفائدة من الكلام والوعود والأحلام  
العريضة دي كلها؟! مانت ماينفعش تطلعني سابع سما.. غير  
وانت واثق إنك تقدر ترجعني الأرض بسلام.. مش هقع وتتهد  
كل أسقف العشم اللي بنيتها في خيالي! الحب عمره ما كان كلام  
وخلص.. الحب بيدأ آه بكلمة «بحبك»، بس بيستمر بالفعل  
اللي بياكد الكلمة دي!

واسمحووا لي أفكركم تاني بمشهد أحمد زكي في فيلم  
«اضحك الصورة تطلع حلوة» وهو يقول: «كلمة بحبك عقد..  
ال نظرة عقد.. اللمسة عقد.. الوعد بالجواز ده أكبر عقد».

وده حقيقي جدًّا؛ لأن كل وعد انت بتقوله.. الطرف الثاني  
بيرتب حياته عليه.. وبيثق فيك وبيراهن عليك.. وبيبقى على أتم  
استعداد إنه يحط البيض كله في سلة واحدة بس لأنه مصدقك..  
ومتأكد من جواه إنك مش هتخذله.. ودي مسئولية كبيرة  
محتاجة حد يكون بيحب بضمير.. حد يكون عنده القدر الكافي  
من النبل عشان يلتزم بكل حرف قاله، وكل عقد شفهي مضاه..  
لأن الخسارة وقتها بتبقى خسارة الثقة والأمل والعمر اللي ضاع  
وانت مستني الوعود والأمانى إنها تتحقق.. يا ريتني أقدر أخلي  
كل واحد قبل ما يقول كلمة «بحبك» يمضي عقد عشان يبقى  
عارف إن فيه شرط جزائي اسمه «داين تدان»، هيدفعه وقت ما  
يفكر ينط من المركب، ويتخلى عن الشخص اللي استثمر فيه كل

ما يملك من حب ومشاعر.

كلنا كنا وما زلنا وهنفضل في رحلة البحث عن الأمان،  
والجزئية دي متعلقة بالراجل أكثر مما هي متعلقة بالست.

خلينا نقول إن آه كل ست ليها دخلة زي ما بيقولوا.. بس  
ال **Master key** بتاع كل الستات هو الأمان.

الست لو اتطمنت هتكون مستعدة إنها تروح آخر العالم  
عشان تبقى مع الشخص اللي بتحبه، إنما لو خافت هتبقى  
ضعيفة، والست لما بتضعف الراجل بيخسر جيشه الوحيد.

نقطة ضعف الست الوحيدة هي الراجل.. هي مخلوق قوي  
جدًا طول ما هو لوحده، أول ما بيحبوا تلاقي اللي في وسط زمايلها  
في الشغل «راجل» بقت ست الستات كلهم مع اللي بتحبه، وتلاقي  
اللي بتؤمر وتنهي وتزعق في الشركة أستاذة في الحنية والطبطة في  
البيت.. وده لأنهم فعلاً بيوت بتشيل بيوت، سبحان الله اللي  
خلقهم بكل هذا القدر من الحنية والقوة في وقت واحد.

الراجل دور البرد بيجيله يقعه في السرير أسبوع، وهي  
بتقوم من عملية الولادة، وبعد أسبوع بتحضر غدا!

شيء مش منطقي.

كلنا أمهاتنا كانوا بيعملوا العجب قدامنا، وكانوا مصدر  
دعم وقوة لنا على طول الطريق.. تخيل انت بقى الست اللي  
بكل هذا الكم الهائل من القدرات الخاصة.. لو اتعصبت عليها

تعيط.. ولو فرّحتها تعيط.. ولو عملت لها مفاجأة تعيط.. ولو نسيت تعملها مفاجأة تعيط..

قلوبهم مربوطة في عيونهم، ودموعهم سابقة كلامهم.. كتلة مشاعر غير منطقية.. وانت المفروض بتتعامل معها لازم تتعامل معها بمنتهى الذكاء، ببساطة شديدة خليك مدرك إنه رغم القوة والصبر والتحمل والحنية، وكل هذه الصفات الملائكية الجميلة، فهي ممكن تنفجر في أي لحظة، وجهّز نفسك طول الوقت إنك تحتوي الانفجار ده، وتسيطر عليه عشان فيه جانب مجنون لكنه بيعمل طعم لكل حاجة.

إزاي بقى تطمّنها؟!

الست بتطمّن لما بتلاقي الراجل قد كلامه، لما يقول ويعمل، بيوعد ويوفي؛ لأن بيكون فيه مساحة ثقة، ثقة في إنك تقدر تساعدها وتسعدها وتحميها وتأخذ بالك منها وتراعي ربنا فيها ومتخذهاش وماتكسفهاش قدام حد، وتأخذ بالك من شكلها وتحافظ على كرامتها، وتدخل البيت من بابه، وتبقى ليك قدام العالم كله، ووقتها هتكون فكيت الشفرة.

أول ما هتفك الشفرة دي وتطمّن الست اللي انت بتحبها.. فإنت اتفتحت لك طاقة القدر، ودخلت اللجنة اللي على الأرض وأبشر.. أنت الآن لديك جيش لا يُهزم.. لأن لديك امرأة تحبك.

\*\*\*

السنبلة الرابعة  
المذور الثابتة



## الذكريات

تحويشة العمر اللي بنعملها ونحطها في حصالة حبنا.  
الرصيد الحقيقي من كل شيء حسينا، من كل ضحكة من القلب  
ودمعة فرحة، من كل حاجة عملناها سواء، عن كل تذاكر السنيما اللي  
احتفظنا بيها، وكل محطات المترو اللي عدّيناها واحنا شابكين إيدنا في  
إيد بعض، عن كل الحاجات اللي لما بنفكرها بنسرح ونبتسم ابتسامة  
بترجعنا بالزمن، لدرجة إنك بتحس إنها بتحصل حالاً.  
عن كل الحاجات اللي بتيجي في بالك لما بتسمع أغنية أو بتشم  
برفان أو تعدي على مكان كنتوا بتروحوه.. الصور والفيديوهات  
والستوريز المليانة بمواقف عمرها ما هتتنسى.. كل مرة تعبت  
فيها، وكل خروجة حلوة، الوقت سرقكوا من بعض فيها، وكان  
لازم هي تمشي عشان اتأخرت.  
قد إيه الحاجات دي بتبقى حلوة وانت بتعيشها، وحلوة  
وانت بتفكرها، وحلوة وانت بتحاول تكررهما تاني.  
«لدى كل منا الآلة الزمنية الخاصة به، البعض  
يعيدنا للوراء وهي الذكريات، والبعض يأخذنا  
للمستقبل وهي الأحلام.»

جيرمي آيرونز

الذكريات هي الرصيد اللي بنرجع نبص عليه وقت ما بيحصل خلاف كبير.

واحد صاحبي حكالي مرة عن اتنين كانوا واقفين على الطلاق، وخلاص المأذون جه، والانفصال هيتتم، لحد ما الراجل قال لمراته: طب انتي مش فاكرالي أي حاجة حلوة؟!، قالت له: لا، قالها: ولا حتى يوم وفاة أبوكي؟! ومحدثش من القاعدين كان فاهم هما بيتكلموا عن إيه، ولا حد يعرف هو عمل إيه يوم وفاة أبوها، بس الست راحت معيطة، ولّمت هدومها، ورجعت البيت معاه! علاقتنا ببعض من يوم ما بتبتدي وطول ما هي مستمرة بتبقى عبارة عن شريط بيعدي في خيالك.

طول الوقت وكأنه فيلم بيتعاد  
«زراعة القلب تشفي بعض من عشقوا..  
وما لقلبي إذا أحببت جراح»

نزار قباني

أمي كانت بتحكلي لي مرة إن بعد وفاة جدتي بكام شهر، كانت راكبة عربيتها، وفجأة سمعت في الراديو أغنية «دار يا دار» للفنان وديع الصافي.. وقتها افكرت البيت القديم ولمة العيلة وذكريات طفولتها، وكل المواقف اللي عاشتها مع جدتي وجدتي.. وهنا أمي مقدرتش تتمالك نفسها من العياط لدرجة إنها ركنت على جنب.. وفرّغت كل طاقتها في وصلة بكاء هستيرية.

الأزمة إن الذكريات ممكن تطلع لك في أي وقت ومن أي حته.. إنت يومك ينتهي لمجرد إنك شفت شخص شبه حد كنت بتحبه زمان.. ينتهي لمجرد إنك جه قدامك فيلم شفتوه سوا.. أو عينيك جت على كتاب جالك هدية، إنت متخيل الذكريات ممكن تستحوذ على الإنسان قد إيه؟! وقد إيه إحنا ضعاف قدام ذكرياتنا! في مرة كنت مسافر الإمارات، ودي كانت أول مرة أسافر بعد الجواز، أبويا ومراتي جم معايا عشان يوصلوني للمطار، قعدنا ندردش في الطريق، والكلام جاب بعضه، خصوصًا إن أبويا كان بيسافر كثير، ولفّ العالم كله سياحة وشغل، فسألته: هي ماما كانت بتعمل إيه لما كنت بتسافر؟

قال لي: كنت طول مانا مسافر كنت بحس إنها مطفية، وكلامها على القدّ في كل جواباتها، بتقولي: خليك، ومنتزلش، وشوف شغلك، بس قلبها مفطور من العياط والشوق، الراجل مننا بيحس حتى لو بينه وبين اللي بيحبها بلاد يا ابني! حتى انا وانا مسافر، أول ما ركبت الأسانسير لقيت مراتي بتقول لي بنبرة فيها وجع وتظاهر بالقوة في نفس الوقت: «اوعى تنساني»، رغم إنها عارفة إنني راجع بعد أسبوع، قالت لي: «صوّر لي كل حاجة بتعملها، عايزة أحس إنني معاك، متسبنيش لوحدني». ضحكت وأنا مش مستوعب إزاي الستات بالقوة وبالهشاشة دي في نفس الوقت!

بالنسبة لأي حد قلبه مكسور، الذكريات عبارة عن وجع  
خام.. نسبة الألم ١٠٠٪.

خصوصًا إن الذكريات هي السكينة الباردة اللي بيدبحك بيها  
الحنين بعد كده؛ لأن اتجاه الزمن رايح بس، مفيش حاجة بترجع،  
لذلك لما تعيش لحظة حلوة اشبع منها، عشها بضمير، واعرف إن  
إحساسك باللحظة أهم بكثير من الصورة اللي انت مهتم تاخدها.  
اللحظة اللي انت بتعيشها وانت سايب موبايلك، ومستمتع  
بيها بتتوثق في خيالك للأبد، الكاميرا يجوز هتصور اللقطة.. بس  
عمرها ما هتحتفظ بالمشاعر.. المشاعر هتفضل جواك انت.. عشان  
للقلب ذاكرة خاصة بيه، وده للأسف مش مجاز.. دي حقيقة!  
فيه دراسات كتير أثبتت الكلام ده..

أثبتت إن القلب ليه ذاكرة خلوية يقدر عن طريقها يحتفظ  
بمشاعره ناحية الحاجات اللي بيحبها.. مش بس كده؛ دي  
الذكريات ممكن تنتقل من شخص للتاني عن طريق عمليات  
زراعة القلب، ومن أشهر الحكايات اللي حصلت بعيدًا عن  
الأفلام وهوس صناع السنيما بالنعوية دي من القصص، حكاية  
واحدة اسمها «كلير سيلفيا»، والكلام ده حصل في أواخر  
ثمانينات القرن الماضي.

كلير كان عندها في الوقت ده ٤٧ سنة، وكانت بتشتغل  
مدرّسة، وكان من المفترض إنها في انتظار عملية زراعة قلب ورثة



بشكل كامل.. تشاء الأقدار إن يتوفى شاب اسمه «تيم لاميراند» في حادثة، ويتبرعوا بأعضائه لمستشفى اسمها نيو هيثن.  
كون العملية الأولى من نوعها في نيو إنجلاند خلى الصحافة والإعلام مهتمين جدًا بالموضوع.. خصوصًا إن وضع سيلفيا اتدهور، وكانت على وشك الموت، بس بعد ما الحالة استقرت، وأثناء خروجها من المستشفى سأها واحد من الصحفيين اللي كانوا موجودين في استقبالها عن شعورها بعد ما عملت العملية.. وكانت الإجابة إنها هتموت وتشرب بيرة.. طبعًا الإجابة كانت صادمة لكل الموجودين.. حتى سيلفيا نفسها اتصدمت من الإجابة.. خصوصًا إنها عمرها ما شربت بيرة، ولا تعرف طعمها أصلًا، وقالت كمان إنها متعرفش سبب رغبتها دي هي حسست إنها عايزه تشرب وخلص.

ده غير طبعًا إنها بعد كده بدأت تحب أكالات هي مكانتش بتحبها زي الـ«ناجتس»، وكانت بتراودها أحلام عن الولد اللي اتبرع لها بقلبه!

الغريب إنها لما راحت لعيلة تيم، واتكلمت معاهم، قالوا لها إنه يوم الحادثة كان معاه وجبة «ناجتس»، كل دي أسباب كانت كفيلة إنها تحكي قصتها في كتاب:

**«Change of a heart» سنة ١٩٩٧**

بليغ حمدي كتب ولحن أغنية «بنلف» في رثاء صديق عمره

ورفيق كفاحه ونجاحه عبد الحلیم حافظ بلیغ حمدي كتب في  
مطلع الأغنية:

بنلف نلف نلف نلف  
والسنين بتلف تلف تلف  
وألْم بيزيد وجراح بتخف  
بنودع ربيع ونستقبل ربيع  
يأمرنا القدر  
تنظفي الشموع  
ويغيب القمر..  
ونصبح ذكريات.. مجرد ذكريات.  
في الآخر إحنا عبارة عن مشاعر متجسدة في لحم ودم،  
أحداث وذكريات وتفصيل مبهجة ومحنة.  
أرشيف من اللحظات.. اللي فيها اللقا والوداع والمحبة  
والعتاب.. العيش والملح والضحك اللي من القلب.. السفريات  
والبيات وحياتنا سوا والبيوت اللي كان لينا فيها وليها فينا..  
لمتنا عشان نذاكر، ولمتنا على القهوة.. خناقاتنا اللي انتهت بـ«أنا  
آسف».. والعشرة اللي مبهونش.. وأيامنا الحلوة.. اللي هنفضل  
فاكرينها طول ما إحنا عايشين.  
نقطة ومن أول العمر.

\*\*\*

السنبلة الخامسة  
العتاب



## «حلو العتاب»

العتاب محبة.. عشان إنت عمرك ما هتعتاب حد مش فارق معاك.. عمرك ما هتراجع تصرفات حد مش مهم بالنسبة لك.. أبسط ما فيها هتمسحه من حياتك وهتعتزل ما يؤذيك من غير ما تبص وراك تاني، ووقتها هتعرف تاخد موقف بالغياب والاجتناب مش بالعتاب.

العتاب اتعمل للناس اللي تعز علينا، الناس اللي قاطعة في قلوبنا تذاكر مجانية مدى الحياة.. غالباً كلمة عتاب بييجي وراها كلمة «محبة»، وانت لما بتعتاب حد بتعتابه عشان نفسك الأول.. عشان تبقى صافي من ناحيته، وتعرف تتعامل معاه.. بتعتابه؛ لأنك مكتتش متوقع منه هو بالذات إنه يعمل تصرف يضايقك.. أو بتبقى مستني منه يعاملك بطريقة معينة إنت مش لاقيةها.. العتاب هو إنك تطلب كل اللي انت محتاجه أو تعترض على كل اللي بيضايقك.. عشان انت بتحب الشخص ده، وشايف إنه مينفعش يعمل معاك كده!

سواء بقى كان صاحب.. أو حبيب.. أو حد من أهلك.. أي حد ليه في قلبك مكان باسمه.. يندرج تحت قائمة الناس اللي بتتعتاب.

وأهمية العتاب إنه دايماً بيسيب باب العلاقة متوارب .  
في مرة كنت بدردش مع واحد صاحبي، وبحكي له عن  
موقف حصل لي مع حد، واتضايقت منه بس من غير ما ألفت  
نظره، وفضلت أسطح علاقتي بيه لحد ما انتهت.. يومها هو قال  
لي حاجة مهمة جداً، قال لي:

«أنا مبحبش الناس اللي بتزعل مع نفسها دي».

قولت له: تقصد إيه؟ فقال لي:

«المواقف اللي بتضايقنا وبنعديها دي بتبقى مع الناس اللي  
بنقابلهم مرة واحدة في حياتنا.. الناس اللي على الهامش.. الناس  
اللي بتدخل حياتنا واحنا عارفين إنهم مجرد «فترة».. إنما لو بتحب  
حد ومتضايق منه.. عاتبه».

بليغ حمدي كانت بتجمعه بعبد الحلیم صداقة قوية جداً،  
بعيداً عن شغلهم سواء، وكمّ الألحان العبقريّة اللي اشتغلوها  
مع بعض، والنجاحات الكبيرة اللي حققوها، والتاريخ بياكد  
إن بليغ حمدي واحد من الناس اللي ساهموا بشكل كبير جداً في  
صناعة نجاح عبد الحلیم حافظ، كتب لعبد الحلیم مرة في إحدى  
رسائل العتاب:

عزيزي عبد الحلیم/

تحية طيبة..

أودّ فقط لفت انتباهك إلى أن تعليقك الساخر اليوم ونحن في

السهرة قد جرحني جرحًا أليماً، برجاء عدم التعامل مع مشاعري بهذا الاستخفاف والاستهانة بحب عظيم لا أظن أنه يمكنك أن تفهمه، برجاء عدم الاتصال بي بغرض الاعتذار الأيام التالية؛ حتى أصفو لك تمامًا، وأستطيع الكلام معك ثانيةً.

خالص مودتي

بليغ حمدي

تخيل إنك ممكن تعليق ساخر قلته بهزار يجرح حد لهذه الدرجة، وممكن جدًا لولا الغلاوة يسبب شرخ في العلاقة لا يمكن يتلمّ أبدًا، علاقات كثير كبيرة بتنتهي بسبب تفاصيل صغيرة زي دي، ممكن يكون سبب وجع الكلمة نفسها إنها جت من القريب؛ لأن الغريب كده كده هتعرف تاخذ حقاك منه، إنها لما الأذى بييجي من حد إنك بتحبه.. وقتها مبتقاش عارف تدافع عن نفسك وكرامتك.. لأنك لما هترد الأذى للي بتحبه هتبقى بتأذي نفسك برضه، العتاب اتعمل عشان يعمل ريفريش لعلاقتنا ببعض، العتاب بيبقى إعادة تذكير بالرصيد اللي بينا وبين بعض من مواقف وذكريات وتفاصيل تشاركنا فيها مع بعض. الشاعر أيمن بهجت قمر كتب أغنية من أجمل الأغاني اللي اتعملت عن العتاب، وكان يقول فيها:

«البيت وناسه والخمسة ستة اللي احنا منهم.. دول اللي لو

نحتاج لهم يدونا عينهم..»

إحنا اللي غمّسنا ف طبق واحد زمان .. ستر وغطا على بعض  
حاسين بالأمان

يا ابني العتاب واللوم ده من باب المحبة».

وفيه كوبليه من أعظم ما غنت أم كلثوم بيقول:

«أكثر من مرة عاتبتك وإديتلك وقت تفكر..

كان قلبي كبير بيسامحك إنما كان جرحك أكبر».

وده بقى «فخ» ممكن ينهي علاقتك بالشخص مهما كنت

بتحبه.. لأنك هتيجي في وقت تحس إنك بتعاتبه دايمًا على نفس

الغلطة.. بتلفت نظره وبتشاور على الحتة اللي بتوجعك.. وهو

برضو مصمم يدوس عليها.. دون الالتفات لحجم الوجع

اللي انت فيه.. للأسف هو مبيقاش قادر يفهم.. إن انت عمال

تختاره.. وتسحب من رصيد كرامتك.. وتيجي على نفسك..

وإن انت زي أي شمعة منورة دلوقتي هتيجي في يوم وتخلص..

ووقتها غصب عنك وعنه هتاخدوا جنب من بعض.. والعلاقة

هتفضل تتسطح لحد ما تنتهي.. ماهو انت لازم برضو تحس إن

اللي انت بتعاتبه ده شخص باقي عليك.. شخص بيختارك زي

مانت بتختاره.. شخص حاطك في أولوياته.. وعامل حسابك

في قلبه، مفيش حد فينا مجاش عليه وقت وأنهى علاقته بحد كان

بيحبه وكلامهم اتحول من ودي لرسمي.. ومن يومي لفترات..

لحد ما كل حبال الود اتقطعت.. أصلك هتعمل إيه يعني؟!!

هتشتري خاطر اللي قدامك مرة واتنين وتلاتة، في الرابعة لازم  
تختار كرامتك، وإلا يبقى انت اللي تستاهل كل اللي هيحصل لك  
بعد كده!

أما الأزمة إن محدش يبقى شايف نفسه غلطان في الطرفين..  
اللي بيعاتب شايف إن فيه حاجة مضايقه لازم يتكلم فيها،  
واللي بيتعاتب شايف إن اللي بيحبه لازم يتحمله ويديله مساحته،  
ومبيقاش يقف على كل حاجة، وطبعًا إنتم عارفين لما كل واحد  
بيبقى شايف إنه صح إيه اللي بيحصل.

أنا طول عمري بتعاطف مع الناس اللي بتعاتب، بس فعلاً  
العتاب ليه حدود، وآفة العتاب الوحيدة إنه مينفعش يبقى على  
كل حاجة، مينفعش يبقى فيه طرف قاعد يتصيد أخطاء الطرف  
التاني عشان يعاتبه عليها.

كتر العتاب بيعمل حالة زهق، وبيخلي العلاقة تمشي في اتجاه  
سلبي هياخذها لمنحنى خطر جدًّا، وهو إنك تتجنب الاحتكاك  
بالشخص ده؛ لأنه كل ما بيشوفك بيعاتبك.

زي الأسئلة المزيفة اللي من نوعية:

(إنت مبتسألش ليه؟! هو لازم أنا اللي أكلمك كل مرة؟

إنت كنت أونلاين ومردتش عليا.. إنت معقول يعني مبصتتش في

موبايلك كل ده؟ إنت سايبني من الصبح.. إنت خرجت، معاهم

من غير ما تقول لي.. إنت نزلت من غير ما تسب لي رسالة...



إنت... إنت... إنت...)

طبيعي الطرف اللي انت عمال تعاتب فيه على كل كبيرة وصغيرة ده يتعب.. لازم وانت بتعاتب تبقى مقدر ظروف الناس، ومراعي إن كل واحد ليه مساحة خاصة بيه هو بس.. وإن الحب والصحوية مش خنقة.. وإننا مش لازم نبقى مع بعض ٢٤ ساعة، وإن بييجي علينا أوقات طاقاتنا بتخلص وبنبقى عايزين ناخذ جنب من كل حاجة.

دورك كإنسان محب وذكي إنك تراعي ده، مش تستمر في مسلسل العتاب.. طبعًا أنا بتكلم عن الظروف الحقيقية.. مش الإهمال المتعمد.. ولا الناس اللي بتتجاهل الرسائل والمكالمات عن قصد.. بس احنا كلنا بيجيلنا وقت بنفقد فيه القدرة على التواجد، وعلى فتح المواضيع..

بنفقد ملكة السؤال عن اللي بنحبهم لأسباب قهرية حقيقية.. فيه ناس للأسف الشديد جدًّا.. يفشلوا في إنهم يكونوا أشخاص اجتماعيين.. وملهوش في الشات والرغي في التليفون بالساعات.. ناس أصلاً بيزقوا أيامهم بالعافية.. مش عايزين يحسوا إنهم عبء على حد ولا عايزين دوشة.. اللي يحبهم يحبهم زي ما هم.. هما مش هيجرحوك بالكلام ولا هيسببوك أذى نفسي من أي نوع.. دول أصلاً عايشين بس عندهم خلل في التواصل.. قلوبهم بتسرب شحن.. متستناش منهم إنهم يبدأوا

بالسؤال.. أو يفتحوا مواضيع.. أو يستحملوا مكالمة طويلة..  
وأحسن حل عشان متتعيش روحك.. لو بتحبهم حبهم زي ما  
هما.. عشان متفضلش طول عمرك بين العتاب والمبررات.

ومن سنة النبي عليه الصلاة والسلام إنه كان لين ورؤوف  
بالناس في العتاب، فمكانش بيعاتب حد غير في دينه.. كمان كان  
عارف إن العتاب ممكن يؤدي للغضب، ومن هنا ممكن تبدأ نهاية كل  
حاجة، فقد جاء من حديث أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «ليس  
الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»<sup>(١)</sup>.

يعني كمان من المفروض لما تلاقي حد متضايق، والكلام  
بينكم هيدخل في منعطفات تزعلكم من بعض، تاخذ جنب  
انت لحد ما الطرف الثاني يهدأ عشان ممكن كلمة واحدة تهدّ اللي  
بقالكم سنين بتبنوا فيه إنتوا الاتنين.

خلاصة القول إنك لو هتعاتب حد لازم تبقى فاهم:  
أولاً: ماينفعش تعاتب غير الناس اللي تلزمك وباقي عليهم،  
وماينفعش متعاتبش الناس اللي بتحبهم مادام فيه ضرورة لده؛  
لأنك في الآخر ممكن تنفجر من تراكمات إنت السبب فيها مش  
الطرف الآخر.

ثانياً: بلاش كل ما تشوف حد تعاتبه.

ثالثاً: لازم تبقى مراعي ظروف الناس، وحاطط نفسك

---

(١) ذكره الإمام النووي في باب الصبر.

مكان كل واحد إنت بتعاتبه على حاجة.. وتعرف كويس إن قدرته على التحمل غير قدرتك.. يعني اللي انت شايفه ظرف عادي.. ممكن يبقى بالنسبale هو ظرف قهري.

رابعًا: اختار الوقت المناسب لفتح مواضيع العتاب؛ لأنها تُعتبر أسرار.. يعني مينفعش تعاتب حد بتحبه على الملأ.

خامسًا وأخيرًا: خليك خفيف وسهل في التعامل وقت ما يعتذر.. عشان هو لو مش بيحبك عمره ما هيعتذر مها كان غلطان.

\*\*\*

السنبلة السادسة  
السنبلة الطيبة



## «بالكلام الحلو ترجع لي ابتسامتي»

Tell a girl she is beautiful and she will believe it for a moment

Tell a girl she is Ugly and she will Believe it for a lifetime

جدتي كانت ست بسيطة أوي، ريفية ومدخلتش مدارس، بس ساعات بتتعلم في مدرسة الحياة اللي عمرك ما بتتعلمه في أي مدرسة تانية، في مدرسة التجارب والتعاملات والناس والشغل والطحن تحت رحايا الأيام.

اللي ما أخذش القرار ونزل بحر الدنيا هيفضل مها اتعلم ساذج.

جدتي اللي كانت بتصحى على إذاعة القرآن الكريم، ومتعرفش غير المسلسل العربي اللي كان بييجي الساعة ٧ إلا ربع.. اللي كانت لما الساعة تبقى ٩ تنزل تنام وتقولي: «النوم أصلح من كل حاجة إلا الصلاة».

الحياة ما قبل التليفونات والرسايل، لما عمي سافر السعودية قعدنا كلنا نسمع أخباره في «شريط» مبعوت مع حد راجع من هناك.

كان ده الـ voice note الوحيد أيامها، وعمري ما هنسي لما أغنية «يا ترى» بتاعة بهاء سلطان اللي نزلت، وكانت مكسرة الدنيا، وأول ما جدتي سمعتها افكرت عمي وقعدت تعيط، الحياة.. كانت أبسط وأطعم وأدفي.

لمة عمّاتي على طبلية الخبز قدام الفرن البلدي، واختراع «الأبورة» تقدر واتقولوا عليه «وافلز الغلابة»، عجينة بتبقى أتخن من العيش العادي بتتحط في الفرن، وتبقى بحجم كف الإيد أو أكبر شوية، وتطلع وتتفتح ويتحط فيها سمن وسكر.. بعض البلاد كانت بتقول عليها «حنينة» مش عارف ليه بس يمكن عشان بتتعمل بحب.. أجواء عملية الخبز كان كلها ضحك، وتفتيش في صناديق الذكريات والأيام الحلوة.

أنا عمري ما هتخلي عن هويتي الأصلية، وكوني شخص اتربيت وعشت سنيني الأولي في الأرياف، لحد ما الدنيا خدتني زي ما بيقولوا من مدرستي للجامعة، ومن الترعة للأسفلت، لما بروح هناك من وقت للتاني بفتكر نزار قباني في القصيدة الدمشقية وهو يقول:

هنا جذوري هنا قلبي هنا لغتي

وكيف أوضح هل في العشق إيضاح؟

هناك كل حاجة بتتعمل بشكل تاني، جناين الموالح ومزارع العنب.. شكل غيطان القمح وهي بتتدرج من الأخضر للأصفر

للذهبي.. ريحة الهوا الي هناك وبساطة الناس وكلمة «اتفضل»  
من الغريب قبل القريب، الميه الي من «القلة الفخار» مش الفلتر.  
البيت الـ٥ أدوار أبو جنينة ومعاه حوش واسع، مش الشقق  
الـ١٢٠ متر.. مدرسة عبد الغفار فرحات مش المدارس الـ  
international، كل حاجة كان ليها طعم تاني.. أنا مش بقارن  
طبعا، بس فرق الإحساس بالأشياء وقيمتها كان أكبر بكثير،  
الحقيقة بقى والشئ المميز في الحكاية إن جدتي كانت بتمتلك  
موهبة عمري ما صادفت زيتها في حياتي.

كان عندها قدرة عجيبة إنها تخلي الكلام العادي حلو..  
بتعمل من تراب القول ذهب.. مكانتش بتناديني غير بـ«عقل  
ستك»، وكل كلامها كان بنفس غرابة وعمق وحلاوة التعبير ده.  
كنت لما أجيب لبس العيد وأخبط على أوضتها ليلة العيد  
عشان تشوفه كانت تقولي: «يعجب الباشا».

لما كانت تعجب بأخلاق حد تقول عليه ده «أمير».

لما يجيلنا حد تقول: «حصلت البركة.. ده احنا زارنا النبي».

لكن هيفضل أجمل تعبير سمعته منها كان لما اتضربت في  
الكتاب، وقلت لها مش عايز أروح تاني، قالت لي: «يا عبيط دي  
عصاية الفقي من الجنة».

ومع ذلك راحت قالت للشيخ مضر بنيش تاني.. بس كان  
عندها القدرة إنها تحلي أي حاجة في عيني، وتحسنني بثقتي في

نفسي، وتخليني أحب شكلي وأتصالح مع كل الحاجات اللي  
مكنتش ببقى راضي عنها.. لدرجة إني لما عدت سنة في الكلية..  
أختي قالت لها: «تينا محمد سقط»..

قالت لها: «اخرسي أوعي تقولي كده على أخوكي»، ومن كتر ما  
هي بتحبني ومؤمنة بيا كانت فاكرها بتهزر.. ولما عرفت الخبر من  
بابا قالت لي: اللي فات مات يا حبيبي.. المهم اللي جاي.. الوحيدة  
اللي محسستنيش بالفشل، ولا اتحاملت عليا، ولا زودت همي هم..  
جدتي كانت أهم داعم معنوي ليا في حياتي لحد يوم وفاتها..  
انا ابن الكلمة.

كل كلمة بتتقالي بتفرق معايا.  
كل كلمة حلوة بتديني أمل، وبتحسني بنفسي، وبتنور  
لي طريقي، إنما أي كلمه فيها طاقة سلبية، بحس انها بتطفي فيا  
حاجة وتنقص مني حته.

أول ما ابتديت أشتغل زمان.. اشترت ساعة، حد قالي  
وريني الساعة دي كده.. وريتهاله ضحك عليا وقالي: دي من  
اللي بتطلع في البخت ولا إيه؟!!

بعد ما كانت الساعة عاجباني ومقتنع بيها رميتها في الدرج،  
وملبستهاش تاني، وقتها كنت لسه مش فاهم إن طالما الحاجة  
حلوة في عنيا مش مهم تعجب حد.. زمان واحد صاحبي كان  
بيحب واحدة أوي وهيتقدم لها خلاص.



وحد من صحابنا شاف صورتهم سوا قاله: مامتك دي؟! هو مكانش يعرف طبعًا، ومكنش يقصد يجرح مشاعره، وكلنا خدنا الموضوع بهزار وقتها وضحكنا، بس هو اعترف لي بعد كده بكام سنة إنه سابهها بسبب الموقف ده، وإنه ندمان دلوقتي جدًّا، وبيتمنى يرجع لها، بس للأسف معادش ينفع.. الدنيا مليانة مواقف زي دي.

وناس غيرت في شكلها عشان كلمة، وناس خست ١٢٠ كيلو عشان كلمة، وناس يكاد يكون سر طموحهم وإنهم مكفيين على أحلامهم والجري وراها عشان كلمة، معظم الصدمات بتبقى عبارة عن كلمة سمعتها من حد مكنتش تتوقع أبدًا إنه يقوها. والأهم من الكلمة توقيتها، يعني مينفعش تروح تعتذر بعد ما يكون خلاص اعتذارك مش فارق، هيبقى زيك زي اللي عاش طول عمره في خلافات مع واحد، وبعد ما مات قال ده أنا بحبه والله.

الكلام اللي بيتقال بعد ما أوانه يفوت ده بيوجع أكثر عشان بتبقى خلاص صلاحيته انتهت.. مابتاخدش منه غير إنه يفتح في صفحات قديمة انت ما صدقت تقفلها!

الكلام الحلو أكثر حاجة بتعمله معنى إنه عبارة عن لغة خاصة جدًّا بين طرفي العلاقة، يعني مثلاً سارة بنت توني ستارك صاحب شخصية «أبرون مان» كانت بتقوله أثناء ما هو بيحطها

في السير علشان تنام خلال أحداث آخر فيلم من سلسلة أفلام  
(The Avengers):

### I love you 3000

الجملة كانت مليانة بالبراءة والتعبير المستخدم نفسه عشان  
طالع من طفلة ادى الجملة بُعد إنساني عميق جدًّا، لدرجة إن  
الجملة دي لفت العالم، وخلت المهتمين بمتابعة عالم مارفل  
يدوروا على السر اللي ورا الجملة دي لحد ما عملوا إحصائية عن  
مجموع عدد دقائق السلسلة كلها، فكان عددها ٢٨٦٨، وبعد  
إضافة أحدث أفلام عالم مارفل اللي هو (Spiderman far  
from home) كان المجموع النهائي ٣٠٠٠ دقيقة.. معظمهم  
قال إن استخدام الرقم ده كان مقصود، خصوصًا إن مخرجي  
النوعية دي من الأفلام بيهتموا دايماً بأدق التفاصيل.

ومن اللفات الإنسانية العظيمة جدًّا في اليابان والصين  
ودول شرق آسيا زي تايوان وكوريا وسنغافورة إنك مستحيل  
تلاقي رقم ٤ مكتوب على باب أي أوضة في أي أوتيل أو  
مستشفى، وده لأن نطق رقم ٤ مشابه لدرجة التطابق لنطق  
كلمة shi 尸 واللي معناها (موت)، وبيعتبروا إن ده نذير شؤم،  
وبيتجنبوا استخدام الكلمة دي تمامًا.

والست بالذات بيفرق معاها موضوع الكلام الحلو ده؛ لأن  
هما عندهم عين تالته بتشوف التفاصيل الصغيرة، وبتركز في الكلام

اللي مسمعتهوش أكثر ما بتركز في الكلام اللي سمعته، علاقات كثير انتهت بسبب كلام كان المفروض يتقال بس متقالش.

كلمة حلوة كانت ممكن تنهي خلاف كبير لازم الراجل مننا يبقى بيعرف يقول: «آسف» ويعرف يقول: «شكرًا»، ويعرف يعبر عن حبه بالكلام زي الفعل، الحب أفعال آه، بس الكلام الحلو في العلاقة زي الملح في الأكل، عشان فيه ناس بتستنى الكلام زي ما بتستنى الفعل.. فيه ناس بتستنى morning text والمسدج اللي في نص اليوم.. ناس بتتعب أوي عشان اللي بيحبوهم ومش مستنيين فعلاً غير كلمة شكر، أنا مقدر جدًّا إن فيه رجالة مبتعرفش تعبر.

في رجالة من نوعية خالد صالح في فيلم «ثمن ستة أشرار»، وهو رايح يصالح حبيبته وشايل بوكيه الورد وبيقول: «أنا حاسس إنني نيلة أوي بالبتاع اللي انا شايله ده».

فيه رجالة كلامهم قليل، والكلمة بتطلع منهم بالعافية، ودول طبعًا اللي الكلمة منهم بعشرة؛ لأنها بتبقى غير متوقعة ومش مستهلكة، والطرف الثاني بيبقى هيموت ويسمعها.. فيه كام واحد وواحدة في الدنيا اختلفوا واتخانقوا واتقابلوا، فرجعوا لبعض تاني عشان كلمة «وحشتيني».

الكلام الحلو وظيفه الراجل أكثر من الست؛ عشان الست فعلاً ممكن تبقى عايشة على الكلمة الحلوة دي، خلينا نفتكر تاني

عبلة كامل، وهي بتلخص كل احتياجات الست في جملة واحدة من فيلم «هستريا»: «أنا ممكن لا آكل ولا أشرب ولا أنام، بس الراجل اللي أحبه ويجبني يقولي: سلامة رجلك من الوقفة يا وداد». ووردة في أغنية «اشتروني»، وكأنها بتقول اشتروا خاطري.. اعرفوا قيمتي.. حسّوا قد إيه أنا بحبكم بس زعلانة.. كانت في أول الأغنية بتقول:

«واسألوني وديتي فين الابتسامة»

ورجعت في آخرها وقالت:

«بالكلام الحلو ترجع لي ابتسامتي»..

مفيش في الدنيا حاجة ممكن ترسم الابتسامة على وش حد قد الكلمة الحلوة.

﴿ أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ ﴿٢٤﴾ تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا ۗ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ﴿٢٥﴾ وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ قَرَارٍ ﴿٢٦﴾ يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَيُضِلُّ اللَّهُ الظَّالِمِينَ وَيَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ ﴿٢٧﴾ ﴾. [سورة إبراهيم: الآية ٢٤-٢٧].

قد إيه ممكن كلمة واحدة بتتقال تغير مسار حياة حد، أو

تسيب أثر جواه ميروحش مهما عدت عليه الأيام.

كلنا عندنا الناس اللي بتجرح فينا بكلامهم، وبتقلل من كل  
اللي بنعمله، ومهما عملنا برضو مش هنعجب، ومش هيشوفوا فينا  
غير الوحش، عشان دول ناس عايشين يحاربونا نفسيًا وخلاص.  
دول أخطر من المنافقين والكذابين.

محبطين، وممكن يقفلوا اليوم والحياة كلها، لو صادفت  
الأيام، وقابلت حد منهم اطرده فورًا من حياتك ونهائيًا.. إوعى  
تسيبه في تفكيرك أو في أيامك دقيقة واحدة.. ولو مضطر تتعامل  
معاه فاعتبره بيخرف.. اتعامل معاه على إنه مش موجود.. هو  
بيتغذى على انعدام ثقتك في نفسك وتصديقك لكلامه.. إنها  
طول مانت مش مصدقه وبتأخذ كلامه للزبالة مباشرة، فهو  
عمره ما هينتصر عليك أبدًا.

زمان كانوا بيكتولنا في كراسات الخط العربي حكم وأمثال  
عربية، كنت وما زلت وهفضل فاكر مثل منهم بيقول:  
«الكلمة التي لم تنطق بها أنت تملكها.. فإذا نطقها فهي  
تملكك».

يكفي أن النبي عليه الصلاة والسلام قال: «الكلمة الطيبة  
صدقة»<sup>(١)</sup>.

\*\*\*

---

(١) أخرجه مسلم وابن خزيمة في صحيحه عن أبي هريرة.

السنبلة السابعة  
البقاء للأجمل



## «اوعي تمشي»

الشاعر مصطفى إبراهيم كان يقول:

فيه حاجات لازم علشان نعرف درجة قوتها بنكسرها  
وحاجات لازم علشان نعرف إننا عايزينها بنخسرها  
أنا أول كلمة قولتها لمراتي في حياتي كانت «اوعي تمشي»..  
مكنش فيا حيل لخساير جديدة، ولا كنت عايز أحط نفسي في  
اختبارات.. كنت عايز أتطمئن، أحب وأتحب وأرتاح زي بقية  
الناس.. كنت طالع من كل اللي فات بأعجوبة، ومش عايز أبص  
ورايا تاني مهما حصل.

سرّ تعلقي الشديد بيها وشعوري بالامتنان ليها كزوجة  
وكصديقة ورفيقة حياة وكفاح.. إنها فعلاً عملت اللي مفيش حد  
قدر يعمله على مدار حياتي.. فكرتني بنزار قباني وهو يقول:  
«أشهدُ ألا امرأة أتقنت اللعبة إلا أنتِ

واحتملت حماقتي عشرة أعوامٍ كما احتملتِ».

بقيت طول الوقت عايز أقولها: إنتي طلعتي لي مين؟!  
وكنتي مستخبة فين كل الوقت ده؟ وكنت وما زلت وأنا بتكلم  
عنها مبيجيش في بالي غير أم كلثوم وهي بتقول:  
«اللي شوفته قبل ما تشوفك عنيا.. عمر ضايع يحسبوه إزاي

عليًا».

## حياتي ابدت من هنا

كل اللي شافني بعدها مكانش بيقولي غير: «حمد الله ع السلامة» كأني كنت في غيوبة وفُقت منها.. وزني استقرّ أخيرًا، بل بالعكس بدأت أزيد تاني بعد ما كنت وصلت ٥١ كيلو.. أقبلت على الحياة، وخرجت من أوضتي.. أوضتي اللي في دماغني.. طلعت من وحدتي، وبقيت قادر أقابل ناس، وأخرج، وأصلح علاقتي بكل الناس اللي خسرتهم في السكة.

قولتي بقى يا بابا إنت اتعلمت الطبخ ده إزاي؟!  
أولًا الطبخ ده نَفَس.. شخصية.

وانت أحلى شخصية.

ثانيًا: أنا مكنتش أقدر أفارق أمك ثانية واحدة.

كنت دايمًا في ديلها.

أمك كانت غاوية طببخ، وأنا كنت غاوي أمك.

فيلم «الموظفون في الأرض»

اللي بيحب حد بيعمله كل حاجة بشكل مختلف ويحب خاص، أحلى أكل أمي كانت بتعمله هي العزومة اللي كانت بتبقى بعد ما «مها» أختي تنزل إجازة من السعودية.

سرّ حلاوة الأكل واختلافه من ست للتانية رغم إن الطريقة واحدة والمقادير تقريبًا هي هي، بيكون في مود الست اللي بتطبخ، ومدى حبها للناس اللي بتعملهم الأكل، وده اللي ممكن



يبقى «النفس» اللي يقولوا عليه:

الأسطورة بتقول إن أقرب طريق لقلب الراجل معدته، بس السر كله في درجة حب الست اللي بتطبخ للشخص أولاً، وللطبخ ثانياً؛ لأن الطبخ موهبة، تخيل انت بقى لما تبقى ست موهوبة في حاجة وكمان بتعملها بحب.

كنت بتناقش مع صديق مقرب مني في موضوع «الحنية» عند الستات، وإن الستات في الجيل اللي فات كانوا «مطيباتية»، كانوا بيحبوا البيت والطبخ وتربية الأولاد، وكانوا بيعملوا ده بحب، لكن الجيل الحالي عنده طموحات مختلفة وأفكار مغايرة، وكل ست بقى عندها تطلعات خاصة بكيانها وبنجاحها وإثباتها لنفسها، وده حق مشروع طبعاً، ومن حق كل ست تختار شكل حياتها، وتختار كمان الشخص اللي يقف وراها لحد ما تحقق طموحها.. ده لأن الزمن اختلف.. والحياة بقت أسهل، فالاهتمام بالبيت مبقاش محتاج نفس القدر من الوقت والمجهود بتوع زمان، وأنا أعتقد إنه ممكن تحصل المعجزة والست تقدر توفّق بين البيت والشغل أخيراً، لكن تظل الست المطيباتية إن وُجدت في هذا الزمان هي الأقرب إلى قلبي على الإطلاق، وده يمكن اللي خلاني أحب مراتي في المقام الأول.

عشان الميزة اللي ملقيتهاش في أي حد غيرها، واللي خلتنني مستعد أعمل أي حاجة عشان خاطرها، وعشان تفضل معايا..

إنها كل مرة كانت بتختارني.. كنت دايمًا في بالها.. لدرجة إنها مرة قامت تعمل سلطة، وقالت لمامتها بصوت عالي: «فيه طماطم ومحمد وبس».

لخبطت حياتي، دخلت وأنا أبيض وأسود، وفرشت روحي على ذوقها، وبقيت في خلال فترة بسيطة **Colorful**.

عارف لما حد يتولى مسئوليتك يقولك ادخل حياتي بس وملكش دعوة، هي عملت كده بالظبط، كانت وما زالت بتعملي كل حاجة مش كسلًا مني طبعًا، بس كل واحد فينا يحب إنه يبقى محط اهتمام اللي بيحبه.. هي فعلاً كانت مسئولة عن كل حاجة.. عن شكلي وعن مواعيد أكلي ولبسي ومواعيد الأدوية بتاعتي، ومواعيد شغلي، وجدول حفلاتي.. بس لو تفتكروا أنا قلت في الأول فيه حاجات لازم علشان نعرف درجة قوتها بنكسرها.

أو بمعنى أصح عمرك ما هتعرف قوة الرابط اللي بينك وبين اللي بتحبه غير مع أول اختبار.. الناس كانوا فاكرين سفينة تايتنيك قوية جدًا، لدرجة إن البعض أطلق عليها «السفينة التي لا تغرق»، وللأسف مع أول اختبار حقيقي، وبعد ما اصطدمت بأحد الجبال الجليدية غرقت، وبعد فترة من علاقتنا وبعد ما استقرت قلبًا وقالبًا كان طبيعي نختلف أو نتخانق أو تحصل مشكلة صغيرة وتكبر، ووقتها كل واحد يعرف غلاوته، ويشوف الكفة بتاعته ثقيلة عند الثاني ولا لا.

والموضوع ملوش علاقة بدرجة الحب خالص، كده كده  
هتحصل مشكلة، محدش هيجب حد قد النبي عليه الصلاة  
والسلام ما حب السيدة عائشة، ومغظنا عارف قصة الخلاف  
الشهير لما جاء أبو بكر يستأذن على الرسول صلى الله عليه وسلم،  
فسمع السيدة عائشة، وهي رافعه صوتها على صوت النبي،  
وبعد ما النبي أذن له بالدخول.. دخل وقال: «يَا ابْنَةَ أُمِّ رُومَانَ  
-وَتَنَاوَلَهَا- أَتَرْفَعِينَ صَوْتِكَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ؟!»

فقام النبي وحال بينه وبينها وبعد ما خرج سيدنا أبو بكر  
النبي قعد يتكلم معاها ويصالحها وقال ها: «أَلَا تَرَيْنَ أَنِّي قَدْ  
حُلْتُ بَيْنَ الرَّجُلِ وَبَيْنِكَ»، ولما دخل أبو بكر عليه تاني فلقاها  
بيضحكوا فقال: «يَا رَسُولَ اللَّهِ أَشْرِكَايَ فِي سَلْمِكُمَا، كَمَا  
أَشْرَكْتُمَايَ فِي حَرْبِكُمَا»<sup>(١)</sup>.

وطبعًا الله تعالى أعلى وأعلم، الشاهد من القصة إن كل البيوت  
فيها اللي فيها، وكل العلاقات هتمر بخلافات، والمشاكل جزء من  
طبيعة الحياة، بل بالعكس ساعات الخلافات اللي بتحصل بتخلد  
مشهد في علاقتكم ببعض عمركم ما بتنسوه بعد كده.

فاكر إني في مرة كان عندي حفلة كبيرة في إسكندرية.. وأنا  
حفلاتي في إسكندرية بحب أنظمها بنفسي، ويبقى ليها طابع

---

(١) والحديث صحيح فيما رواه أحمد في مسنده عن النعمان بن بشير، وكذا صححه  
الألباني في الصحيحة.

خاص عشان علاقتي بأهلها وحبى الشديد لكل ما هو إسكندراني.  
في الوقت ده كنت مشغول جدًا بترتيبات الحفلة، وتقريبًا  
مابنامش، واللي زود الطين بلة إن حصل خلاف مع بعض  
أصدقائي الموسيقيين، وقررت إنى أطلع على المسرح بدون أي  
خلفيات موسيقية.

الليلة دي فضلت سهران طول الليل، مش شايف غير  
المسرح والناس قدامي، وكنت مضغوط ومزاجي مش حلو،  
ورايح جاي في الشقة زي اللي داخل امتحان الكيمياء وهو مش  
مذاكر، كان بقالي يومين تلاتة تقريبًا مبكلمهاش من كتر مانا  
مشغول، كمان كنت طول الوقت عصبي، وكلامي على القدر  
لدرجة إنى مكنتش عارف هلبس إيه حتى.

في الوقت ده كان ليا صديق تكفل هو بموضوع اللبس ده،  
وبعتلي اللبس لحد المسرح، كل ده وأنا مضغوط ومكهرب كل  
اللي حواليا، لحد اللحظة اللي طلعت فيها على المسرح، وعملت  
واحدة من أجمل حفلاتي في إسكندرية، بل من أجمل حفلاتي على  
العموم، طبعًا خلصت من هنا، وكلمتها، وطمنتها على الحفلة،  
وكانت أول مرة ألقى البوز الجميل.

اتضايقت جدًا، ولما رجعت شريط الفترة اللي فاتت لقيت  
نفسي كنت مقصر في حقها جدًا، وبناءً عليه رجعت من إسكندرية  
في نفس اليوم، وتاني يوم الصبح روحت على «كارمن» بتاع

الورد، ودي كانت أول مرة، وطبعاً في المواقف دي الشيكولاتة  
بيكون ليها مفعول السحر، وكان معايا اللبس اللي حضرت بيه  
الحفلة، كنا حوالي الساعة ١٢ الظهر.

اتصلت بيها وقلت لها: أنا تحت البيت انزلي؛ إيماناً بجملة  
عظيمة كتبها الشاعر بهاء جاهين بتقول:

«أنا مش هقولك حددي لي ميعاد.. قابليني صدفة وإحنا  
متخاصمين».

وما أجمل تلك الصدف والله، الحقيقة إن عمرو دياب له  
أغنية عظيمة بتتكلم عن المواقف دي منزلتش في ألبوم، بس  
اتغنت في إحدى الحفلات أغنية أيقونة اسمها «كان باين من  
سلامها».. ختم الأغنية بكوبليه قال فيه:

«لا قلت ظلماني.. ولا قلبي ياما ضحى..»

قلت لها وحشاني وخُفت أجرحها..

ويدوب ببص في عنيتها وخلص

هلمس إديها لقيتها جوا حضني.. رجعت لمطحها».

وأظن مفيش أجمل من أم كلثوم وهي بتقول:

«وهمس لي قالي الحق عليه.. نسيت ساعتها بعدنا ليه».

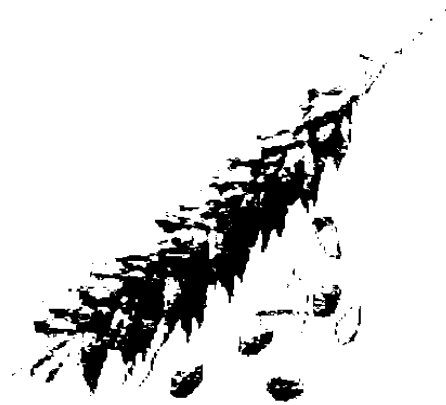
اللي هو أنا هشوفك هنسى إننا متخاصمين أصلاً.. المقابله  
اللي بتحلل أي مشكلة وبتصفي أي خلاف.. الحب كما يجب أن  
يكون، ومن أجمل تفاصيل علاقتنا إن البيت ده كان في الحيطه

اللي فوق بوابته فروق بتبيّن مين اللي نازل من على السلم، طبعاً لما بصت لي من البلكونة كان وشها منفوخ من العياط، إنتوا عارفين البنات في المواقف دي مبيتحملوش الهوا.. اللي خلى اللحظة دي ليها غلاوتها في قلبي، وحفرها في ذكرياتي إني كنت شايفها، وهي نازلة على السلم من بين الفروق اللي في الحيطه، وكانت طول ما هي نازلة بتحلوّ، الموقف ده كان السبب إني أكتب قصيدة «بتحلوي» وعشان كده عمري ما هنساه.

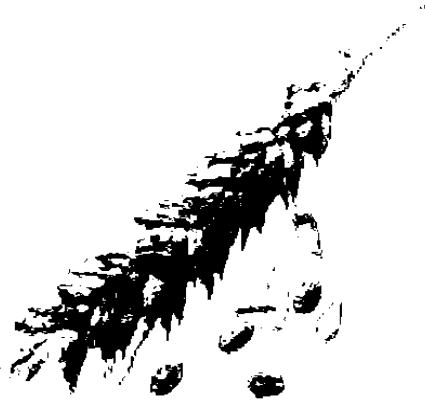
هتكشف في النهاية إن الخلافات ممكن تبقى ذكريات حلوة بعد كده، وإن علاقتنا ببعض بتستمر مش عشان مفيش مشاكل، بتستمر عشان إحنا بنقدر نتجاوز مع بعض أي حاجة بتحصل، وباقيين على بعض، وبنختار بعض، وعارفين قيمة بعض. وده اللي بيخلينا نكمل رغم أي خلاف.

\*\*\*

القسم الثاني  
«أخر يابسات»



اليابسة الأولى  
سنبلة وحيدة في الصحراء





# «الوحدة»

## «محتاج لحد أكمله وأكمل معاه»

الوحدة تأتي مع الحياة

ويتني هيوستن

الوحدة، وما أدراك ما الوحدة، يا بتختارها بمزاجك يا  
بتختارها غصب عنك.

شبح بيطاردك..

ها جس بيخليك مش متزن نفسيًا.

ممكن إحساسك بالوحدة يكون بسبب غياب شخص  
واحد.. وتبقى مستغرب إزاي الناس دي كلها حواليك بس  
انت «فاضي من جوه»، حاسس إنك تايه في مولد الناس والحياة..  
قاعد معاهم بس روحك مش معاك، مطفي ومش عارف تحس  
بحاجة، ومش مستطعم حياتك، زي ما تكون الحياة وقفت عند  
لحظة معينة..

حتى الوحدة اللي انت بتختارها بمزاجك.. إنت مبتقاش  
اخترت الوحدة.. إنت بتبقى اخترت كرامتك.. غبت عشان

تشوف مين اللي هيفتقد وجودك فعلاً.. عشان تعرف مين اللي هيسأل عليك.. غيابك مكانش أكثر من مجرد فلتره لقايمه الناس اللي في حياتك.. إنما انت ورغم إحساسك إنك مرتاح بالوحده، وإنك كده مبسوط وبالك رايق.. مجرد حلاوة روح.. إنت مرتاح بس عشان بعيد عن الناس الغلط.. لكن لو انت محاط فعلاً بالناس اللي بتحبك وبتقدم لك الدعم النفسي، وبتسمعك وقت ما تفضفض، فإنت أكيد مش هتبقى مرتاح في الوحده ولا هتحبها. بس ببيجي عليك وقت بتبقى عايز تمشي، تقول كفاية.. أنا بعمل إيه هنا.. بتحس فجأة إن ده مش مكانك، وإنك لازم تخرج من كل العلاقات اللي بتسحب من طاقتك وبتاكل روحك، مفيش حد يقدر يعيش لوحده..

إنت هتاكل وهتشرب وهتروح شغلك وهتقضي أيامك من الآخر يعني مش هتموت، وكده كده زي ما بيقلوا «الحياة بتستمر».

يمكن وحدتك تقربك من نفسك أكثر، يمكن تخليك تستثمر وقتك في قراية كل الكتب اللي جبتها، وكل الأفلام اللي مكنتش فاضي تشوفها، وبعد فترة تلاقي نفسك اتعودت على كده، فتنزل تقعد مع نفسك على القهوة بعد ما كنت بتنزل مع صحابك، وتاخذ كورساتك لوحدهك من غير ما تستنى إن حد يشجعك، تشتري لبسك مع نفسك من غير ما تاخذ رأي حد.

تروح للدكتور من غير ماتاخذ حد معاك، وبتعمل كده  
بنفسك ولنفسك عشان إنت فعلاً معندكش حد.

مرة واحد قال لي هيجي وقت تتمنى فيه إن حد يسألك  
«إزيك»، ليا صديق كان بيحب مراته جدًّا، وبعد ما انفصلوا  
بفترة.. قلت له: مبتفكرش ترجع؟! قال لي: تصدق إني مش  
مفتقد حبها ليا قد ما مفتقد سؤالها عني.

وقال لي: يا أخي إنت بتحتاج حد يقولك إنت كويس؟!  
إنت كلت؟! سرحان في إيه؟! طمني عليك محتاج شوية ونس..  
محتاج تحس إنك مهم في حياة حد.

أحمد حلمي في فيلم «آسف على الإزعاج» لما منة شلبي  
قالت له امشي، قال لها:

«مش هعرف.. مش هعرف.. عشان هبقى لوحدي.. وأنا  
مش عايز أبقى لوحدي».

عبد الرحمن الأبنودي في قصيدة العمدة يامنة بيتكلم عن  
الوحدة اللي بيمر بيها الإنسان في آخر حياته، ويقول:

«طب انا ليا ست سنين..

مزروعة في ظهر الباب..

لم طلوا عليا أحبه ولا أغراب»

وقال كمان:

«لو جاك الموت يا وليدي موت على طول..»

اللي اتخطفوا فضلوا أحباب..  
صاحين في القلب كأن محدش غاب..  
واللي ماتوا حته حته ونشفوا وهما حين..  
حتى سلامٌ عليكم مش بتعدي من بره الأعتاب».  
كأن الموت وانت صغير أهون من إنك تكبر وتعيش  
لوحدك.

أنا عن نفسي (مبعرفش أعدي) الجملة دي بتلخص كل  
حياتي تقريبًا.. ظروف في الصحيه أجبرتني إني أبقى دايمًا محتاج  
حد.. حد يساعدي وانا بمشي وانا بطلع السلم وانا بلبس  
الجزمة، مبعرفش أشيل حاجة ثقيلة، ومبعرفش أقف في طوابير،  
محتاج حد يقول رأيه فيا ويجاملني عشان ثقتي في نفسي متتهزش..  
محتاج حد يعديني الطريق.. طريق الحياة.. حد يحسني بقيمة  
وأهمية «الشراكه».. حد أبقى أنا كل حاجة في حياته.. حد يحطني  
رقم واحد في أولوياته، حد يحسني إني محور يومه.. وزى ما  
قلت قبل كده في أغنية مطلوب حبيب:

يقاسمني في دموع الفرح..

ضحك العزا..

والصمت والخوف والبكا

والاحتياج والنرفزة

تبقى بتتسحل في شغلك وبتنجح وكيانك بيكبر، وبتحقق

ذاتك، وفخور بنفسك، بس برضه محتاج تسقيفة ست واحدة..  
محتاج تروح تترمي في حوضن.. محتاج حد تقلع وشك قدامه..  
تعري روحك من غير حساب.. حد يعرفك بكل الندبات اللي  
في روحك، ويحبك زي مانت وخلاص.

الفنان الراحل فؤاد المهندس في لقاء مع مفيد فوزي كان  
بيقول بمنتهى العفوية والبساطة اللي في الدنيا:

«أنا بدلع نفسي كل يوم.. مش لاقى حد يدلّعني.. أنا بدلع  
نفسي.. بدلع نفسي الصبح.. أقعد أبص لنفسي وأقول إيه.. يعني  
هتعمل إيه النهارده.. يعني أبص لنفسي وأبص لعيني وأبص  
لمناخيري وأبص لـ... أنا مناخيري معلش وارمة النهارده شوية  
إنما معلش.. الحنان بيديني طاقة.. الحب بيديني طاقة.. الدلع  
يديني طاقة.. كل الحاجات دي.. كل الحاجات الآمنة.. اللي فيها  
رفاهية العواطف.. فاهم؟! ده يخليني أنا في أحلى وقتي وفي أوج  
قوتي في الفن».

فردّ عليه مفيد فوزي وقال له:

«انت عارف إن أنا.. اسمح لي يعني أكتم انفعالاتي.. لكن  
مش متخيل خالص إن فؤاد المهندس.. هذه القمة المصرية  
العربية.. بيدلّع نفسه؟! مش ممكن يعني فؤاد المهندس مفيش في  
حياته إنسان يدلّعه ويهننه، ويطلّع كل اللي في قلبه من المخزون  
العظيم ده؟ ده معقول؟».

وفجأة فؤاد المهندس قال له:

«أنا ملقيتش حد يدلعني يا أستاذ مفيد.. ملقيتش حد يدلعني.. مفيش حد استناني ع الغدا».. ثم كتم دموعه واستطرد كلامه وقال: «آه بدلع نفسي أنا محتاج ده.. طبيعتي كده.. كانت أمي الله يرحمها تدلعني.. وكان بابا الله يرحمه يدلعني.. وعارف فؤاد.. عارف فؤاد ينتج منين.. ينتج إزاي.. وأمي كانت كده.. عارفاني تمامًا.. صافية أختي ساعات تدلعني.. بس مش فاضية علشان عندها بيتها وأولادها وجوزها، يعني أنا القريين مني أوي.. يحاولوا يدلعونني.. بس أنا مفيش حد جوايا، جنبي.. شريكة لحياتي».

«عكس الشعور بالوحدة.. ليس التواجد

سويًا، لكن الألفة»

ريتشارد باتش

إنت هتفضل حاسس بالوحدة طول ما انت في المكان غير المناسب.. طول ما انت في الدائرة غير الآمنة.. طول ما انت مع الناس اللي مش شبهك.. طول ما بتحاول تتأقلم على أوضاع أو على أشخاص إنت مش حاببهم ومش حابب وجودهم في حياتك. عشان متحسش بالوحدة لازم تحس إنك «لايق»..

لايق على شغلك.. على صحابك.. على الناس اللي بتقابلهم كل يوم.. الأبنودي في قصيدة «جوابات حراجي القط» كان

بيوصف إحساس العامل الصعيدي وهو مسافر يشتغل في السد  
العالي وسايب بيته وعيلته، بيوصف الغربة اللي بيحسها الإنسان،  
وهو بعيد عن الناس اللي منه، فقال:

«عارفة يا مرتي الراجل في الغربة بيثبه إيه؟!  
عود درة واحداني في غيط كمون».

الوحدة والغربة وجهان لعملة واحدة، هي إحساسك إنك  
مش شبه المكان اللي انت فيه.. بس مش عايز أو مش قادر تمشي.  
الشاعر نبيل عبد الحميد اتكلم عن دايره الصحاب اللي  
بتتفركش بعد ما مرحلة الجامعة بتخلص، وكل واحد بيتسحل  
في دايرة أكل العيش والحياة في قصيدة «كنا سبعة»:

كنا سبعة

ويّا بعض نروح ونيجي

أي وقت وأي حنة

جامعة ماشي

قهوة ماشي

أي هلس ورمي جنة

بس من بعد الشهادة

كله كان عمال يعافر

شال هدومه وراح مسافر

خد هدومه وسابنا ستة  
ساب جاكته لواحد فينا وقال له ذكرى  
ردّ قال له عمري ما انساك يا صديقي  
شالها عنده  
ويوم جوازه كان لابسها  
وسابنا خمسة  
فات شهور وعملنا حادثة  
كان سببها الصربعة..  
طيش شباب وهزار سواقة  
وضحك فاضي ومرقعة  
والتمن كان حدّ غالي  
مات وسابنا أربعة  
صدمة كانت مفجعة  
لما فوقنا قالوا لنا مات  
واما واحد فينا كمل  
باقي عمره بعكازات  
كان بيمشي تاتا.. تاتا  
والألم خلاه يسيبنا  
للخطاوي احنا الثلاثة



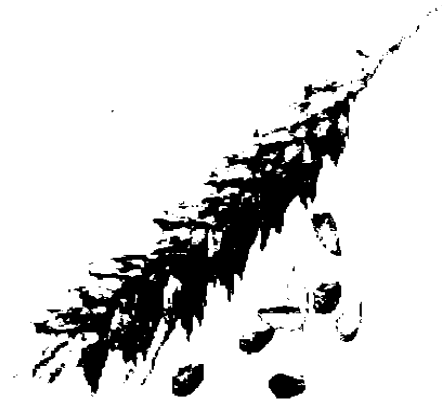
بالمعارف والوساطة  
والرشاوي والهدايا  
جاله تعيين قبلي  
راح مسافر وساب واحد معايا  
والنهاية  
نيجي نقعد ع القهوة  
نيجي نحكي مرة كل فين وفين  
والمسافة تزيد ما بينا  
والشهور بتجيب سنين  
باقي مين  
غير حنين الروح ودمعة  
وصورة كانت باقية عندي  
وافتكر لو شفت جامعة  
ولا جنب القهوة اعدي  
إن إحنا كنا سبعة  
وإني في الآخر  
لو حدي

ودي الحقيقة، كده كده هيجيلك وقت تحس فيه إنك  
لو حديك، والمرة دي مش بمزاجك هيبقى غصب عنك.. بطبيعة

الحال الدنيا تلاهي وكل واحد عنده اللي يخليه مشغول عن الثاني  
مهما كان بيحبه، وعشان ننجو بأنفسنا من قلبة الأيام والوحدة  
اللي في آخر الرحلة، لازم نحوش حد للزمن.. شريك للحياة..  
يفضل معانا لحد ما ندبل مع بعض، يكمل معانا لآخر يوم  
نعيشه، ويبقى هو ده «تحويشة العمر كله».  
نقطة ومن أول الناس.

\*\*\*

# اليابسة الثانية العطش



## «قليل منك يكفي»

«عند الجوع لا يوجد خبز سيء»

ماركيز

للأسف ده بالظبط اللي بيعمله الاحتياج في الناس، الاحتياج بييجي بعد ما بتقع في فخ الوحدة.. بعد ما بتبص لنفسك وتقول: «هو أنا مستاهلش أتحب فعلاً؟!»، «هو أنا ليه مفيش في حياتي حد زي بقية الناس؟!»، «هو أنا ليه معنديش حد يكلمني ويسأل عليا وياخد باله مني.. ويهتم بكل كبيرة وصغيرة في حياتي?!».

انتشرت على السوشيال ميديا بوستات من نوعية «هو أنا ليه محدش بيحبني؟»، وكذلك البوستات اللي بتتكلم عن احتياج الناس العاطفي اللي بيتضخم بعد الساعة ١٢ بالليل، وعن آلام الناس اللي عمرها ما حست باحتواء، الفراغ القاتل اللي بيصاحبك كل ليلة.. وجعك اللي مبتعرفش تحكيه.. والحاجات اللي مضايقاك ومش عارف تقولها لمن.. كل الحاجات دي بتجعل منك في النهاية إنسان ضعيف قدام أي اهتمام.. أو أي كلمة حلوة.. وقتها بتبقى عايز تسند على أي كتف وخلص.. أي حد يللمم شتاتك، ويصالحك على نفسك تاني ويرحمك من إحساسك

إنك «قليل» أو متساهلش تتحب.. بتبقى جعان مشاعر.. جعان حب وجعان مرضية وطبطة.. وزى ما قال ماركيز: «عند الجوع لا يوجد خبز سيئ».. فجأة بتلاقي نفسك بتركب في أول قطر يقابلك.. وترتبط بأول حد يقولك كلمة حلوة.. من غير ما تفكر هل انت بتحبه بجد.. ولا بتحب حبه ليك.. بتحبه ولا شيطان فيه وخلاص؛ عشان مش عايز تبقى لوحدك.

«قول لي أنا بحبك عشان مموتش نفسي..  
هرمي نفسي تحت الشريط (شريط القطر)،  
والمصحف لو ماقلت لي أنا بحبك.. إوعى  
سبيني.. قول لي بحبك طيب.. قول لي  
طيب بحبك».

**عبلة كامل فيلم «هيستريا»**

آه الاحتياج بييجي كنتيجة للوحدة بس عمره ما هيعرف يدخل غير من بوابة الاكتئاب، تخيل شخص أجبرته الظروف إنه يبقى وحيد، وبعد كده يدخل في حالة اكتئاب، تفتكر إيه اللي ممكن يحصل لي هيحاول يدخل حياته.. إنت حرفياً بتبقى داخل تلمّ إزاز، لازم تبقى عامل حسابك إنك معرض للجروح بسببه طول الوقت، أصعب شخص ممكن تدخل حياته هو الشخص المكتئب؛ عشان الاكتئاب بيخليه يفقد القدرة على الانبهار بالأشياء، شخص معندوش أي حاجة يديهالك، إنت دخلت حياة واحد «خلص».

«بالأمس، ظننت أن قبلاقي قد امتصت كل تلك الوحدة  
بداخلك. ظننت أنني فعلت، لكنك نهضت، بعظام عارية وأيدٍ  
مرتعشة، وأخبرتني بعقدة أخرى في جسدك، لا يمكنني حلها..  
لا أعرف أبداً ما الذي يجب عليّ قوله ردّاً على مثل تلك  
الأشياء. «لا بأس». «عد إلى السرير». «أرجوك، لا ترحل مجدداً».  
أحياناً، كنت ترحل بالأيام، وكان كل ما باستطاعتي فعله  
هو ألا أتصل بالشرطة، وأحرر محضراً باختفائك، وأنت هنا،  
غافٍ بجواري في الفراش، بعينين كمنزلةٍ خاويةٍ في الشتاء، موقدة  
أنواره فقط لإبعاد الدخلاء. إلا أنه في حالتنا، كنت أنا الدخيل،  
وكنت أنت حبيس سجن ضيق لا يسعى أحد للتسلل إليه.

بالأمس، ظننت أنني منحتك سبباً لئلا تحزن عندما حملت  
جسدك كنوثة عالية، بينما كنا نرتجف من فرط الإجهاد، إلا أن  
بعض الناس تتجاوز أحزانهم كل المنطق، وكل الرفق، وكل  
المحبة. الآن بت أعلم أفضل..

أعلم ما ينبغي عليّ قوله ردّاً على تلك الأشياء التي تهمس لي  
بها في الظلام، بعظام عارية وأيدٍ مرتعشة: «لا بأس». «يمكنك  
البقاء في السرير». «أرجوك، عد إلي من جديد».  
أن تقع في حب مريض بالاكئاب

دونا رايلي - ترجمة: جنة عادل

أنا يمكن أكثر واحد متعاطف مع مرضى الاكتئاب، مش

بس عشان منهم، ولا عشان معاركي مع الاكتئاب مستمرة لحد النهارده.. لكن عشان المكتئب عايش اليوم بيومه.. بيقاوح مع الدنيا بالشكل اللي يخليه يقاوم لمدة يوم كمان.. بس في الحقيقة أنا برجع، وأتعاطف أكثر مع الشخص اللي بيقرر يكمل في علاقته بحد مريض بالاكتئاب.. مريض الاكتئاب بيبقى عامل زي الغريق المتهيج.. لازم اللي بينقذه يكون واخد باله جدًّا عشان ممكن يغرق معاه.. لأنه من غير ما يقصد هيسحب طاقتك كلها.. وياخدك لعالم الانطوائية والكآبة.. ولازم الشخص المكتئب ده يبقى عارف إن لكل إنسان طاقة تحمل.. بعدها مش هيقدر يدي حاجة.. وإن الشمعة اللي دخلت تنور حياته هيجيلها وقت وتخلص.. عشان كده لازم يتقاسموا في كل الحمول اللي شايلينها.. على رأي والد الشعراء فؤاد حداد:

«حمل الليالي خفيف.. لما يشيلوه اتنين»

الاحتياج ما هو إلا فراغ عاطفي كبير بيتسلل لقلب النبي آدم.. ويفقده ثقته في نفسه.. فتلاقي نفسك بتدور على النور والأمان والدفا.. بس للأسف ممكن تلاقي نفسك بتلعب لعبة الفراشة والصاعق.. وأول ما تقرب تندم.. وتكتشف إنك في المكان الغلط.. ولا انت عارف ترجع لوحدتك، ولا انت عارف تكمل معاه.

في فيلم HER

كان بيتكلم عن «ثيودور» بطل الفيلم اللي كان عايش لوحدته

بعد انفصاله عن مراته.. كان شغال في شركة «كتابة رسايل»، وكان بياخد أجر مقابل إنه يكتب للناس رسايلهم الشخصية، يعني بمعنى أصح ثيودور هو الشخص اللي انت بتروح له لو انت عايز تبعت رسالة لحد، ومش عارف تكتب له إيه.. بيقتضي معظم وقته ما بين صحابه وبين ألعاب الفيديو.. وفجأة بيسمع عن نظام تشغيل جديد اسمه «أو إس واحد»، النظام ده كان قايم كله على الذكاء الاصطناعي حاجة كده زي «سيري» في موبايلات شركة «آبل».

بس إحنا هنا طبعاً بنتكلم عن النظام الأذكي في العالم، وطبعاً بيتعرف على «سمانثا» اللي هي في الأساس شخصية افتراضية مش موجودة في الواقع.. وبيبتدي يتعلق بيها ويحبها.. معظمنا مرّ بمرحلة إنه يتعرف على شخص عن طريق الإنترنت.. وعلاقتهم تتطور لرغي بالساعات في الموبايل.. وفجأة الشخصية دي بتتبخر بعد ما بتبقى وصلت معاها لأقصى درجات التعلق والارتباط العاطفي.. الاحتياج ليه أنواع كثيرة أصعبها هو الاحتياج اللي بتعيشه بعد ما بتتساب.. أعراض الانسحاب اللي بتدخل فيها بعد كده.. إنت بتمر بأسوأ أنواع الإدمان «إدمان الأشخاص».. بيبقى مطلوب منك بين يوم وليلة تمحي شخص من ذكرياتك كأنه مكانش.. ولعنة النسيان في إنك طول مانت بتحاول تنسى حاجة.. طول مانت بتفتكرها.



## فيلم Eternal sunshine

واحدة من أهم القصص اللي اتكلمت عن محاولات النسيان والخروج من علاقة مينفعش تكمل.. أحداث الفيلم بتدور حوالين «جول» و«كلمنتين»، اتنين بيدخلوا في علاقة حب لمدة سنتين، وفجأة «كلمنتين» بتقرر إنها تروح عيادة طبية، وفي العيادة دي جهاز قدرت من خلاله إنها تمسح «جول» من ذاكرتها بشكل نهائي.. هو وكل التفاصيل المرتبطة بيه.. وده حصل بعد حصيلة كبيرة من التراكمات السلبية اللي أدت في النهاية إنها تقرر تتخلص من العلاقة دي للأبد.. طبعاً «جول» بدروه بيروح العيادة، وهو في منتهى الغضب عشان يمسح «كلمنتين» من ذاكرته، وينتهي العلاقة هو كمان بكل تفاصيلها.. لكن للأسف وقتها بتنتابه رغبة عكسية في إنه يسترجع كل شيء بينه وبينها.. ويعمل كل اللي يقدر عليه عشان يحتفظ بذكرياته معاها.. الموضوع مشابه أوي لمشهد في أحد أهم الأفلام اللي اتكلمت عن زراعة الأفكار

وهو فيلم Inception

أقول لك: لا تفكر بالأفيال

بم تفكر؟!!

= الأفيال

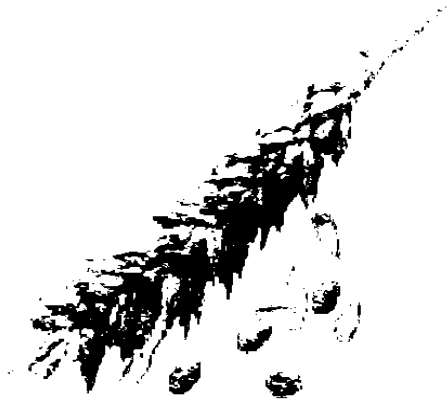
إنت ممكن تبقى بتفتكر بس لمجرد إنك بتحاول تنسى؛ لأن ببساطة الشخص بييجي على بالك، حتى وانت بتدي الأمر لعقلك

إنه ينساه، وإحنا اتفقنا إن للقلب كمان ذاكرته الخاصة.. يعني إنت كده كده متحاوط.. فمفيش أصعب من النسيان هو شيء أقرب للمستحيل، وطبعًا أنا مش محتاج أقول قد إيه الموضوع مرهق وصعب، وقد إيه علاقة واحدة ممكن تستهلك سنين طويلة من عمر الإنسان عشان يتجاوها ويعيش بعدها الإنسان مش ينسى، الإنسان بيتجاوز بعد كل مجموعة صدمات شخصيتك هتتغير لدرجة إنك هتحس إنك واحد تاني.. أو واحد تالت.. وهتشتاق لنسخ قديمة من شخصيتك.. كانت أبسط وأسعد.. وأكثر إقبالاً على الحياة.. التجارب اللي انت بتدخلها وتطلع منها بتخليك تشوف نهايات القصص قبل ما تبدأها.. وده اللي بيسموه «عنصر الخبرة».. بعد فترة بتبقى قادر تشوف الناس بعين تالتة.. بتبقى زي الجواهر جي.. باصص للناس وفاهم فيهم.. عارف مين يبقى صاحب خروجة.. ومين متشال للتقيلة.. عارف مين ينفع يدخل حياتك من غير ما يعمل دوشة.. وعارف مين مينفعش حتى يبقى في دايرة المعارف.. كل ما بتكبر كل ما كلمة «بحبك» نطقها بيبقى أصعب.. وفكرة ارتباطك بحد بتبقى ولا أصعب.. عشان انت مش عايز تدخل نفس الدايرة دي تاني.. أو حتى تقرب من أي دايرة محتمل إنها توصلك لنفس النهاية.

نقطة ومن أول العلاقات.

\*\*\*

اليابسة الثالثة  
الإهمال



## الإهمال

### قلة الاهتمام

العقدة الصغيرة اللي بتبدأ منها كل العقد اللي مبنعرفش  
نفكها بعد كده..

كرة التلج اللي بتبدأ صغيرة، وتفضل تكبر لحد ما تاخذ كل  
حاجة في سكتها..

مفيش علاقة بتنتهي فجأة، فيه حاجة اسمها تراكمات،  
والتراكمات دي ٩٠٪ منها بيبقى بسبب قلة الاهتمام!  
«جميل أن تشعر أن هناك في زاوية ما من  
هذه الكرة الأرضية من يفكر فيك، ويتألم لك،  
ويهتز للامك وأشيانك الصغيرة».

واسيني الأعرج - رواية طوق الياسمين

عظمة الاهتمام كلها في إنك بتخلي الشخص يحس بقيمته  
وأهميته بالنسبالك، بيثوف انعكاس حيك ليه في الحاجات اللي  
انت بتعملها عشان خاطره، المرات اللي انت بتتعب فيها عشان هو  
يرتاح، كام مرة اخترته قبل ما تختار نفسك، كام مرة حس إنه رقم  
١ في أولوياتك، كام مرة راضيته ونصفته على شكه في إنك ممكن  
تخذه! مهها كان الشخص واثق فيك فهو واثق فيك دلوقتي، لكن

بيفضل عنده هاجس إنك ممكن تتغير، وطول ما انت بتهتم بيه طول ما هو بيبقى متظمن وبينتصر على هاجس الخوف.. أم كلثوم مثلاً وهي بتقول: «وبخاف عليك.. وبخاف تنساني».

قالتها بنبرة استعطاف كأنها بتقوله: «أنا بحبك إوعى تنساني»، أنا حسيت بالجملة دي وقت ما كنت مسافر كام يوم بره مصر، وكانت (آية) جاية معايا المطار توصلني، أول ما خرجنا من الباب، وركبنا الأسانسير قالت لي: «إوعى تنساني».. وقتها أنا جسمي كله تلج من الكلمة، وبقيت خايف فعلاً أبقى مشغول لدرجة إني ملاقيش وقت أكلمها خلال الكام يوم دول.. أول ما وصلت كنت حريص جداً إني أشاركها في كل تفصييلة بتحصل، وأخذ لها صورة من كل مكان بروحه، وأبلغها بكل تفصييلة بتحصل في يومي، كأنها معايا بالظبط.. كنت بحاول وأنا مسافر أملاً الفراغ اللي سبته ومشيت في مصر.. كنت بحاول أقولها بكل تصرفاتي إني مش أنا الشخص اللي ممكن تقلقي من إهماله.. وإني أكثر واحد كنت بعاني من تجاهل كل اللي بحبهم ليا.. لذلك وفي الحالة دي تحديداً فاقد الشيء هو أحسن حد يعطيه.. كنت مستعد أعمل أي حاجة عشان ألغي فكرة إني ممكن أنساها دي من دماغها.. حتى لو اضطريت أسيب كل حاجة، وأرجع أقعد معاها..

«الاهتمام الكبير قد يغلب الحب أحياناً».

نزار قباني

لما قررت إني أناقش مشكلة بالحساسية دي قررت أدّي مساحة للناس إني أناقش عن الاهتمام اللي هي محتاجاه من وجهة نظرها، فعملت استفتاء عن الاهتمام وتأثيره على الناس، وعلى علاقتهم ببعض، جت لي رسائل كثير جدًا اكتشفت فيها قد إيه الناس بقى عندها وعي باحتياجاتهم النفسية، وقد إيه أصدقائي من قراء كتبي مثقفين نفسيًا، وعندهم حس تعبيري، ويعرفوا يكتبوا عن أنفسهم، هناقش معاكم أكثر الرسائل شمولًا للاهتمام كفكرة أو كفعل!

### الرسالة الأولى:

«الاهتمام بالنسبالي أهم بكثير من الحب، بس أنا طول عمري مفقداه، يمكن طول الوقت بقدمه لغيري عشان ألاقى حد يقدمهولي، بس أنا عمري ما لقيته، عمري ما لقيت حد مهتم بيا لدرجة إنه يبقي فاهمني أكثر مني، أو أنه يلاحظ إني مش كويسة وبكذب، أو إنه يعرف يخليني أخرج حاجة تاعباني، وكاتماها جوايا، أنا عمري ما لاقيت حد يخليني أبقي مطمئنة جنبه وواثقة فيه».

### الرسالة الثانية:

«الحقيقة الاهتمام من وجهة نظري إنه حد يحس بيا، يفهم سكوتي من غير ما اتكلم، ميكونش عارف إني في ضيقة وما يقفش جنبي، يفهم إني هتبسط بوجوده، يفهم إني منتظراه هو يهتم لو كل البشر حواليا المعضلة دي كبيرة أوي».

## الرسالة الثالثة:

«الاهتمام.. احتواء للروح، إكمال الناقص من شخصية الطرف الآخر، إعادة المفقود من الثقة بالنفس اللي تسبب في فقدتها انتقاد الناس وآراؤهم السلبية، كلنا بنحتاج الاهتمام، عشان كلنا محتاجين إيد تطبطب علينا، وتحسسنا إن وجودنا فارق.. إن لينا وجود أصلاً، محتاجين مشاركة الحاجات الصغيرة اللي بنحبها.. لما اللي قدامنا يهتم بالتفاصيل دي بنحبه تلقائياً، وبنحب وجوده في حياتنا، الاهتمام طمأنينة، الاهتمام جزء كبير من الحب، عشان كذا حب بلا اهتمام يعتبر حب ميت متبلد المشاعر، الاهتمام بييجي بعد الحب على طول أول ما تحب شخص هتهتم بيه تلقائياً، لما تحب اختصاص أو هواية أو شغلانة هتهتم بيها من غير ما تحس، وغلط بيرتكبوه الناس إنهم يتصنعوا الاهتمام، بتستنزف طاقة من مشاعرك ومشاعر اللي قدامك.

## الرسالة الرابعة:

«الاهتمام: ما هو إلا تكبير لكلمة أفعال أو بمعنى أصح كلمة أشد من فعلي لإثباتي ليك/ ي إني بحبك، إني اشوف التفاصيل الصغيره اللي بتفرحك واعملها، الحاجات الأصغر اللي بتضايقك ومعملهاش، آخذ بالي من التفاصيل وأحاول أرسم البهجة ف حياة الطرف الثاني، أكون جنبه لو العالم سابه، أرفع

منه أو ووي وأحسسه إنه أرقى وأعظم من أي حد على الكون،  
ويا ريت يفضل أعظم مني، الاهتمام يساوي أفعال، وملوش  
دعوة بالكلام، إذا كانت صداقة أو علاقة حب، الاهتمام اكتمال  
العلاقة وبيحيها، ولو قلّ الكلام بيننا ممكن بمجرد اهتمام بسيط  
لتفصيلة ملهاش أي لازمة تسقي العلاقة من تاني، هو مفيش  
تشبيه تاني غير إن العلاقة عاملة زي الورد تهتم بيها وتسقيها  
تفتّح، تسيبها تموت وتبدل، وعشان كده الاهتمام اكتمال لأي  
علاقة حتى لو هتهتم بشكلنا ونغيره عشان اللي قدامنا بس بيتسم  
ولو ابتسامة صغيرة خالص، بس مع الوقت بتفرق، مع الوقت  
الاهتمام بيخفي العيوب، وبيزيد المحبة، الاهتمام حلو أوي، ويا  
بخت اللي يلاقيه من الشخص اللي بيحبه».

### الرسالة الخامسة:

رسالة كانت من كاتبة صديقة قالت لي فيها: «الاهتمام هو فعل  
بسيط جدًّا، مينفعش نقول الظروف مش بتخلينا نهتم؛ لأن اللي  
بيهتم فعلاً هيخلق وقت لي بيحبه بحاجات بسيطة، ممكن مكاملة  
تليفون، رسالة «إنت على بالي ومش ناسيك»، حاجة بسيطة نتظمن  
بيها وسط الزحمة إن لسه لينا مكان، الاحتياج للاهتمام ده شيء  
بشع، ومؤذي، والأسوأ منه لما تقع ضحية لشخص بيحبك ويهتم  
بيك، ويسحب من تحتك سجادة الاهتمام، وكأنك بتطلع لسابع  
سواء، وتنزل بتجاهله ليك وقلة تقديره لسابع أرض.. الاهتمام



هو التفاصيل اللي ممكن أكون أنا نسيتهها، بس ولأن الشخص ده بيحبك عمره ما هينساها، عمره ما هينسي مثلاً أني بحب الشاورما إكسترا تومية، ولا أني بحب أمشي على البحر لما بتعصب، ولا إني لما أقول أمشي يبقي أنا قاصدة إنه يمشي فعلاً، كلمة أمشي بيبقي معناها خليك.. أنا محتاجلك، الاهتمام إنه يعرف إني بتوتر من الزحمة، فيمسك أيدي تلقائي يطمني رغم إني مقولتش إني خايفة». الرسالة السادسة:

«الاهتمام مش بس مقتصر على واحد وواحدة بيحبوا بعض، لا ده بين الإخوات كمان، والأصدقاء، وخاصة الأصدقاء، هو إنك تكون أولى الأولويات، ومتنفعش تتحط بين اختيارات، نبقي مع بعض في وقت الفرح والحزن والأمل واليأس والاكئاب والسعادة بدون ملل، الاهتمام إننا منزهقش من بعض مهما قلّ كلامنا أو خلص. الاهتمام إنك تحس إني محتاجلك على طول فدايماً ألاقيك موجود وتفهم وتحس بيا أكثر من نفسي، الاهتمام هو المية اللي بتسقي زرعة الحب لو قل أو اختفى الزرع يموت». الناس وهي بتتكلم عن الاهتمام.. كانت بتتكلم عن الحب وهي مش واخدة بالها، واحدة من ضمن الرسايل كان مكتوب في أولها «الاهتمام مطلب لا يُطلب».

أنا وقفت عند الرسالة دي تحديداً؛ لأن ده بقى مرتبط الفرس.. الاهتمام فعلاً هو الحاجة اللي أنا عايزها، بس مينفعش

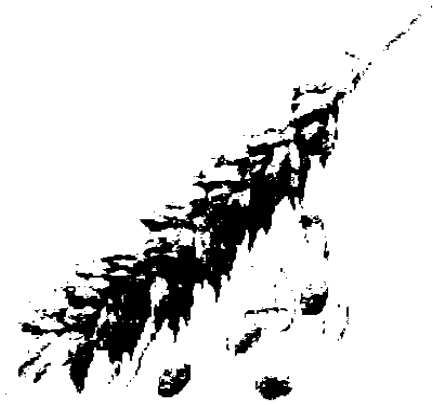
أقولك تديها لي.. لازم إنت بنفسك تدور ناقصني إيه.. آه طبعًا  
تدور وتتعب، وتحسني إنك بتبذل مجهود.. أو مال انت هتثبت  
إنك بتحبني ازاي.. بالعكس بقي ده انت هتبقى حاسس إن تعبك  
وانت بتحاول تهتم بيا وترضيني راحة.. أو على الأقل هتسني  
تعبك بمجرد ما تحس إني مبسوط.. بس فيه سؤال مهم هنا:  
لما الناس كلها عارفة يعني إيه اهتمام.. أو مال ليه فيه ناس  
ما بتعرفش تهتم؟

أتمنى مكونش بفاجئكم لما أقولكم إن الناس كلها بتتهتم،  
بس كل واحد بيهتم من وجهة نظره هو.. كل واحد بيعتس  
إنه بيعمل اللي عليه.. والخلاف جاي من إن الاهتمام معروف..  
بس نسبي.. الاهتمام من وجهة نظري هو إنك تتحب الحب  
اللي نفسك تتحبه.. تتحب بالطريقة اللي انت متخيلها، وزى  
ما اتمنيت تتحب.. تتحب بالطريقة اللي انت بتحب بيها.. بس  
في النهاية مش كل الناس بتعرف تحبنا زي ما نفسنا نتحب..  
وعشان كده دايمًا بنحس إن فيه حنة ناقصة دايمًا، واحنا بنتكلم  
عن الاهتمام.

وزي ما نجيب محفوظ قال: «مهما كبرنا تبقى قلوبنا  
كالأطفال، تحتاج الاهتمام».  
نقطة ومن أول الحب.

\*\*\*

اليابسة الرابعة  
أزمة الخوف



## «الخوف»

- يعني ازاي البني آدم يختار حد، ويحس ويبقى متأكد وعارف إنه عايز يقضي بقية حياته معاه؟

= إنتي بتسأليني ولا بتسألني نفسك يا «زينة»؟! - لا أنا بتكلم في العموم، مش ممكن بعد شوية تلاقي واحدة وتحبها أكثر، وتحس إن هي دي اللي انت عايز تقضي معاها بقية عمرك؟ = أنا عن نفسي شفت كتير وعارف كويس إنني مش هبقى مع حد غيرك يا «زينة».. عارفة ليه؟! عشان أنا بحب روحك يا «زينة»، ودي حاجة مبتغيرش مع الوقت.

فيلم «أسوار القمر»

أزمة الخوف اللي بتسيطر عليك بعد ما بتختار وتلاقي نفسك بتسأل: هو أنا خلاص كده؟ هكمل حياتي مع الشخص ده؟! طب يا ترى أنا اخترت صح ولا غلط؟ ومش معقول أبقى خدت قرار وأنا عندي ٢٥ سنة، وأفضل أحمّل كل النتائج المترتبة عليه بقية حياتي! ممكن يبقى اختياري مناسب للفترة دي، للنسخة دي من شخصيتي.. لميولي وأفكاري في الوقت الحالي بس.. إنها بعد

كده ممكن جدًا أحس إني مش مع الشخص المناسب.. حتى من غير هو ما يتغير.. ممكن أنا اللي أتغير.. وأفضل مكمل بس لمجرد إني بنيت حياة مينفعش أهدها؛ لأنها مبقتش حياتي لو حدي.

ناس كتير أوي عايشين مع بعض لسه بس عشان خاطر ولادهم يتربوا بين أب وأم، لازم نبقى مدركين الفرق بين الحب والجواز.

الحب مفيهوش كل هذا الكم من المسئوليات اللي في الجواز. في الحب إنت بتبقى آه مسئول عن الشخص وسعادته، بس برضو أنت لسه مدخلتش عالم المسئولية الكاملة.

الجواز يعني انت بتعمل كل حاجة.. انت شغال عند مراتك وولادك.. كنت دايماً بسأل نفسي هو ليه أبويا بيقوم كل يوم الصبح يروح شغله، وازاي ما حسش بالملل على مدار ٣٠ سنة؟ إزاي مجاش في مرة واختار نفسه، وقال كفاية أنا عملت لهم كتير؟ إزاي قدر شايل كل المسئوليات دي من غير حد ما يحسس حد إنه مربوط في ساقية أكل العيش؟ إزاي قدر يوفر كل الفلوس اللي اتعلمنا ولبسنا واتعالجنا وأكلنا وشربنا بيها، من غير حتى ما يتكلم عن نفسه أو يخرج مرة واحدة من ثوب المسئولية؟

وازاي أمي كانت بتزق المركب مع أبويا، وبتصحي تحضر فطار، وتكوي هدوم، وتودي مدارس، وتذاكر معانا، وتحرم نفسها من جزمة وشنطة وفتان؛ لمجرد بس إنها تجيب لنا إحنا،

وده بعد ما كان دولا بها مبيقفلش من كتر اللبس اللي عندها؟

إزاي قدرت تنسى نفسها بمنتهى الرضا؟

إزاي كانت بتخوّش من مصروف البيت، وتلم القرش على

التاني؛ عشان تساعد أبويا في تجهيز إخواتي البنات؟

وازاي كانت بتعمل نفسها شبعانة لو الأكل كان ع القدر..

الفلوس اللي بتتشال على جنب عشان طلعة المصيف في نص ٨

من كل سنة.. تفاصيل ملهاش تفسير غير إنها «رحمة ومودّة»..

لذلك بعد الجواز التفاهم بييجي قبل الحب.. والرحمة

بتيجي قبل التفاهم.

الجواز زمان كان يُعامل معاملة «المشروع».. اللي فيه كل

واحد بيؤدي دوره على أكمل وجه.. كان فيه نظام دقيق ولا أفخم

ساعة روليكس.. كل واحد كان عارف مسؤولياته.. واللي بيتعب

التاني بيهون عليه.. وبيشيل معاه لحد ما يتجاوز فترة التعب دي..

دلوقتي الموضوع اختلف.. فكرة المسؤولية نفسها والالتزامات

اللي بيتحط فيها الشخص بمجرد ما بيدخل في علاقة، واللي

تقريباً بتتضاعف بعض الجواز، خلى معظم الناس مبقاش عندها

طاقة تقاوح، وبقي فيه حالة خوف من الدخول في علاقة.. بقي

فيه هاجس من فكرة القرب نفسها وده اللي بيسموه:

commitment phobia.. الخوف من الارتباط

«الحرية ليست عدم وجود التزامات، ولكن

هي القدرة على الاختيار -والالتزام- بما هو  
الأفضل بالنسبة لي».

باولو كويلو

الخوف ده مبني على مجموعة من الأسباب؛ أولها:  
بيبدأ من دايرة الأهل، خصوصًا لما الشخص بيكبر في أسرة  
مفككة، ده بيخليه يدخل في نفق طويل من التردد والخوف إنه  
يدخل علاقة فيحصل معاه نفس اللي حصل مع أهله.. وده  
خوف ليه سبب واضح ومقبول.. خوف مبرر.. ده غير إنك  
ممكن تبقي دخلت في تجارب سابقة واستهلكتك نفسيًا.. أو  
خصمت جزء كبير من مساحة الحرية الخاصة بيك. أو سابت  
جواك علامة مخلياك مرعوب تقرب من أي حد وتتعلق بيه..  
وده خوف مفهوم.. عشان مش هيخليك تدخل أي علاقة  
جديدة غير بعد ما تمر بمرحلة التعافي.. وتسترد صحتك النفسية  
وتبقى سوي، وقادر تدخل في علاقة جديدة ده غير التجارب  
اللي بنشوفها حوالينا.. زي إنك تشوف كل أصحابك المرتبطين  
مش حاسين بالسعادة.. فتحس إنك مرتاح في الوحدة.. وتخاف  
تقرب من أي حد يجرمك من استقرارك النفسي.. وده خوف  
أنا بحس إنه سجن من غير سور.. خوف ملوش تفسير؛ لأن  
صوابك مش زي بعضها.. ومش معنى إن فلان مش مبسوط..

يبقى انت كمان هتبقى زيه.. كل علاقة وليها حيثيات مختلفة..  
وكل واحد قلبه له كتالوج مختلف عن الثاني..  
«عندما تمتنع النساء عن الزواج، فإننا نعتبر  
ذلك استقلالاً، لكن عندما يمتنع الرجال عن  
الزواج.. فإننا نعتبر ذلك خوفاً من الالتزام».

وارن فاريل

ولو هنعمل مفاضلة بين مين بيقع تحت تأثير الهاجس ده  
أكثر.. الراجل ولا الست؟! الراجل هيجي في المقام الأول؛ لأن  
الراجل بيحس إنه على مشارف دخول القفص الذهبي، وإنه  
اتربط من رجليه الاتنين في حجر، مبقاش خفيف زي زمان، كل  
خروجة مع صحابه هتبقى بحساب.. كل سفريه هتبقى بترتيب،  
ولا كأنه بيعمل خطة نهائي دوري أبطال أوروبا.. ده على اعتبار  
إن مبدأ إنه يسافر مع صحابه ده هيبقى موجود أصلاً.. خروجه  
اللي بتتحول من الكافيه لـ«فتح الله»، ومن سهرته مع صحابه  
لسهرته قدام التلفزيون في البيت.. العدد اللانهائي من باكدچات  
البامبرز.. ومصاريف المدارس والسبلايز.. انتظاره للشهر  
يخلص بفارغ الصبر عشان المرتب ينزل، ورسايل الواتساب اللي  
بتتحول من «وحشتني» و«بحبك» لـ«هات عيش وانت جاي  
».. كيس الزبالة اللي هياخده كل يوم وهو نازل.. كل دي بتبان  
من بره كلبشات.. بتخلي الرجالة خايفة تاخذ الخطوة دي.



على الصعيد الثاني البنات دلوقتي معظمها بيشتغل وعنده  
أحلام وكارير، وكل بنت بتبقى عايزة تحقق ذاتها، وبتحس إن  
الجواز أو الارتباط عمومًا ممكن يعطلها.. هي كده كده بتاخذ  
مرتب كويس وعاشة مع أهلها، وسعيدة في حياتها، وغالبًا  
مبتقاش حاسة بالفراغ اللي لازم حد يملاه.. هي كده كده بتلاقي  
وقت تنام بالعافية.. نقدر نقول كل واحد بيبقى نايم على الجنب  
اللي يريجه.. وحاسس إن سعادته كلها في إنه يفضل single.. وده  
لأن الطرفين باصين على المسئوليات بس.. محدش فيهم عارف  
قد إيه قعدتك في بيتك مع مراتك وولادك بالدنيا.. وقد إيه  
العيلة الصغيرة دي بتقدم دعم معنوي يخلي أي شخص يشيل أي  
مسئولية مها كانت صعبة.. بالعكس ده بيبقى مستمتع برحلة  
شقاها عشان ولاده بيبقى زي الشمعة اللي بتتحرق بمنتهى الحب  
عشان تنور لى حواليتها.. أنا بقول وجهة نظري، وإحساسي اللي  
عشته وجربته بنفسى..

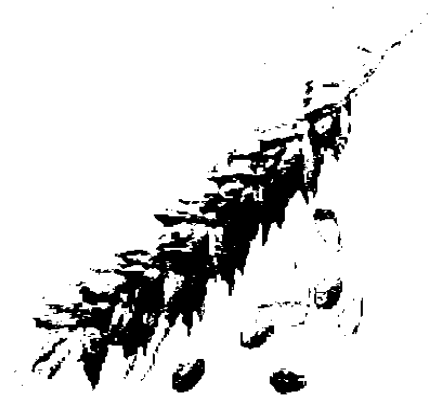
ما اقدرش أعاتب حد على خوفه، ولا أقدر أقول لحد ما  
تخافش.. كل اللي أقدر أقوله إن التزاماتك اللي انت خايف منها..  
هي اللي ممكن تعمل لحياتك كلها معنى وقيمة.. مسئولياتك دي  
ممكن تبقى دورك الأساسي في الحياة.. لازم يبقى عندك حاجة  
تعيش عشانها غير نفسك.. لازم تحاول تصلح كل الغلطات

اللي شفتها في دايرة الأهل أو الأصدقاء.. أو حتى اتعرضت لها  
انت زمان.. وعشان ده كله يحصل لازم تبقى بتحب بجد؛ لأن  
اللي بيحب بجد عمره ما هيخاف من أي مسئولية، مش هيخاف  
حتى إنه يتغير أو حد يتغير عليه.. اللي بيحب بياخد القرار وهو  
مغمض.

نقطة ومن أول الأمان.

\*\*\*

اليابسة الخامسة  
قفص الأنانية



## الأنانية

الأنانية مش في إنك تحب نفسك.. كلنا بنحب نفسنا..  
الأنانية هي إنك ما تحبش غير نفسك.  
في مرة كنت بتكلم مع أحد أصدقائي عن التضحية في الحب،  
وإن الحب قايم على العطاءات اللي إحنا بنقدمها.. والمجهود اللي  
إحنا بنبذله في سبيل إسعاد بعض.. بندخل سباق اسمه «أنا  
بحبك أكثر»، سباق الفصل فيه للأفعال فقط لا غير، كل واحد  
بيأكد محبته للثاني عن طريق تصرفاته.. والحاجات اللي هو على  
أتم استعداد يخسرها عشان يكسبه، وقلت له إن التضحية هي  
إنك متخترش نفسك.. ومتبقاش بتدور على سعادتك على  
حساب شريك حياتك.. وتبقى عارف إن الحب «أخذ وعطا»..  
مش معنى كده إنك تبقى بتدي عشان تاخد.. أو عشان مستني  
مقابل لتضحياتك، لكن معناه إنك متعودش إنك تاخذ وبس.  
الأنانية ممكن تبقى حد بيحبك بامتلاك، حد فضل يجري  
وراك لحد ما طالك وعلقك بيه، وفجأة حس إن خلاص  
اللعبة خلصت، الأنانية ممكن تبقى شخص بيحبك عشان إنت  
بترضيه.. مش بيحبك انت قد ما بيحب اللي بياخده منك..  
الأنانية ممكن تبقى شخص عايزك له لوحده.. عايز يجبسك في

قفص الوهم ويقولك أنا خايف عليك.. يوهمك إن العالم كله  
بيكرهك وهو الوحيد اللي بيحبك..

بيخليك من دون ما تشعر تدخل في فخ.. وتشوف الناس  
كلها وحشة وهو اللي حلوا، ساعتها مهما الناس حذرتك منه..  
بتعمل نفسك مش شايف ومش سامع كل أجراس الإنذار اللي  
بتضرب حواليك.. وبعد ما تكتشف إنك اتخذت فيه.. بتقول يا  
ريتني؛ وده لأن اللي بيخاف على حد بيديله مساحته، مش بيقيده..  
مش بياخده من الناس اللي حواليه.. مش بيشكّله على مزاجه..  
اللي بيحب حد بيحبه زي ما هو.. من غير ما يخنقه أو يحسسه  
إنه مربوط.. الحب مش فرض سيطرة ولا دكتاتورية قائمة على  
أمر ونهي.

مش تحكّمات في أسلوب حياة أو طريقة تفكير.. الحب  
هو إني أخاف عليك، بس أبقى سايبك براحتك.. أحذرك من  
الغلط، ولما تغلط مش هشمت فيك، ولا هعلق لك مشنقة..  
بالعكس أنا هاخذ بإيدك، وهبقى حريص إنك ما تكرررش  
غلطتك دي تاني.. هقف جنبك مش هقف قصادك.. هكمل  
معاك مش هكمل عليك.. هاخذ رأيك.. وهسمعك وههتم  
بكل كلمة بتقولها.. هحسسك إنك لك قيمة ودور في حياتي..  
مش هخليك مجرد ضلّ ليا.. مش همحي شخصيتك عشان أظهر  
شخصيتي.. ولا هتباهى بإنك مبتكسررش كلامي.

الحب يعني أعمل اللي يريحك وأبقى حريص على صورتك  
قدام الناس.. مجرد حكش بكلمة.. ولا أقلل منك عشان أبان مسيطر  
عليك أو متحكم فيك.. الحب يعني احترام متبادل.. يعني أبقى  
عارف إن ليك شخصية مستقلة وأحترم رغبتك في إن يكون ليك  
كيان، وعندك حلم، وليك رأي من حقك تقوله، حتى لو أنا مش  
مقتنع بيه.. الراجل الحقيقي عمره ما هيخاف يرتبط بست قوية  
أو عندها شخصية.. وده لأنه واثق في قدرته على احتوائها.. وهي  
كمان عارفة إن المركب ليها ريس واحد.. ووقت الجد والأزمة مش  
هتراجع في رأيه وتقف جنبه، وتبقي بمليون راجل وصاحب.  
عشان كل ده يحصل لازم تبقي عارف إن حبيبك على ما  
تعوده.. وده لإننا احنا اللي بنصنع أنانية اللي بنحبهم.. إحنا  
اللي بنتهادى في العطاء لدرجة إنهم بينسوا إننا لينا حقوق.. إحنا  
اللي بنقدم تنازلات لا حصر لها.. لمجرد إننا عايزين نرضيهم،  
وبنحصد نتيجة التنازلات دي خذلان وندم.. إحنا اللي بنقدم  
فروض الطاعة اللي بتخلينا عايشين في بروازهم وبشروطهم  
هما.. بنحبهم أكثر من نفسنا فيحبوا أنفسهم أكثر ما بيحبونا..  
ساعتها الغرور بيملاهم وبيتحولوا لأشخاص تانيين.. بنتصدم  
فيهم وبنحس إننا أول مرة نشوفهم.. وبنرجع نقول لنفسنا مش  
ممكن يكونوا هما دول اللي حبيناهم في الأول.  
وبنتوه في سؤال مهم بيقول: «هما اتغيروا بالوقت.. ولا هما

كانوا كده، وإحنا اللي فوقنا متأخر؟».

الحقيقه إنهم اتغيروا.. محدش بيتولد أناني.. ولا حد بيدخل حياتك بيبقى عايز ياخد وبس.. لكن اللي بيحصل هو إن فيه حد اتعود على جرعة معينة من التضحيات.. لدرجة إنه مبقاش يشوف تعبك تعب حقيقي.. بقى شايف إن ده الطبيعي.. وإنك لو معملتش كل اللي تقدر عليه عشان ترضيه تبقى انت اللي مقصر وانت اللي غلطان.. وانت وقتها بتبقى هتتجنن.. إزاي اتشاف مقصر وعامل كل اللي تقدر عليه وأزيد.. إزاي أبقى بعمل كل ده وباجي على نفسي للدرجة دي، وانت مش مقدر.. خصوصاً إننا لو راجعنا شريط الأحداث.. هتلاقيه معملش عشانك العادي، في الوقت اللي انت عملت عشانه المستحيل..

- ياسمين أنا مش عايز أكمل، أنا أتخنقت، مش حقدر أبقى بطل الفيلم بتاعك، مش عايز أتعبك معايا أكثر من كده.. صدقيني أنا حاولت بس حاسس إن أنا بزق في حيطه، كده أحسن.

= طبعاً كفاية عليه كده.. لحسن تفوتك حاجة أحسن مش كده؟ على فكرة إنت مابتفكرش غير في نفسك.. إنت عمرك حبتني؟؟!! إنت عمرك حبيت أي حد؟ اللي مجنني إن الناس كلها كانت عارفة حقيقتك إلا أنا ما صدقتهمش ودافعت عنك.

- ياسمين.. أنا ماضحكش عليك، يمكن في الأول كنت كده، بس لو كملنا مع بعض مش هقدر أبقى مخلص، وأنا مش عايز

أعمل معاكي كده، ومع ذلك أنا عمري ما خنتك ولا حتى فكرت.  
= لأ برافو ما كنتش أعرف إنها تضحية كبيرة بالشكل ده..  
على فكرة إنت صعبان عليا أوي، أنت قعدت تجري ورايا شهور  
علشان توصل لحاجة واحدة بس مع إن كان عندك كل حاجة..  
على فكرة أنا مش ندمانة عشان الحب أجمل حاجة في الدنيا، وأنا  
حبيتك بجد، واستمتعت بكل لحظة حب فيها، كنت حاسة إني  
طايرة وكنت فرحانة.. إنت كنت كل حاجة في حياتي.. بس  
علشان تبقى فاهم بقى أنا هخرج من هنا، وهقدر الاقي حد أحبه  
واديله كل حبي وهيقدرني.. بس أنت قدامك سكة من الاتنين  
يا حتموت لوحدك يا حتعيش مع واحدة مش طابق تبص في  
خلقتها.. بس الي أنا متأكدة منه بقى إنك عمرك.. عمرك ما  
حتعرف الإحساس الي أنا عشته».

فيلم «السلم والتعبان»

وقتها بتحس بأقصى أنواع الخذلان، بتحس إن تعبك كله  
راح ع الأرض.

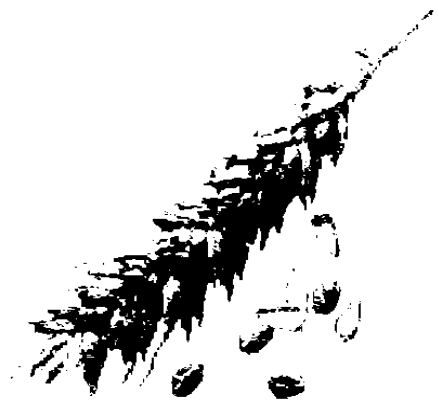
عقلك بيقف عند لحظة معينة بتبقى مش عارف الي انت  
عملته ده صح ولا غلط.. وهل كان لازم تختار نفسك وتحب  
بعقلك؟! وهو الحب بالعقل ده يبقى اسمه حب؟! ممكن في لحظة  
زي دي تكره نفسك.. تكره قلبك الي بيحب من غير فرامل..  
وتقول كان عقلي فين وانا بعمل كل ده في نفسي.. وازاي مشيت



السكة دي للآخر.. وإزاي وافقت أكمل في علاقة قايمة على  
تعبي أنا بس.. تبص وراك.. تلاقيك محدثش غير وجع قلبك..  
ويصعب عليك كل المرات اللي قطعت فيها من روحك واديته..  
يبقى زيك زي اللي حط تحويشة عمره في مشروع وخسرها..  
الأناية مشكلة حلها الوحيد إنك تتعلم امتى تبطل تدي.. إمتى  
تقول لا.. أنا مش هاجي على نفسي تاني.. أنا لازم آخذ موقف.  
أول ما تحس إنك في علاقة بتاخذ منك أكثر ما بتديك..  
امشي.. إنت الكسبان.. وإلا هتفضل طول عمرك تزرع في  
أرض بور.. اللي بيحب نفسه أكثر منك يبقى مبيحبكش..  
مايستاهلكش.. اللي ميحطكش اختيار أول في حياته مينفعش  
يفضل في حياتك لحظة واحدة.. عارف إنك هتتعب شوية  
وهتعاني من أعراض الانسحاب.. بس الخسارة القريبة  
دلوقتي.. أحسن بكتير ما تعيش تبني في حد بيهدك.. الحب يعني  
«إحنا».. يعني أنا أتعب عشانك، وانت تقدر تعبي.. تحس بقيمة  
اللي بعمله.. تبقى ممتن لتضحياتي.. ساعتها أنا هعمل المستحيل  
وانا شايف إنه عادي.. وهحس إني بتعب عشان الشخص اللي  
يستاھل.. الدنيا مش هتقف على حد مهما كنت بتحبه.. وكل  
الناس ممكن حالها يتصلح إلا «الأناي».. الأناي مبيحبش حد  
وعشان كده ميستاھلش إن حد يحبه.

\*\*\*

اليابسة السادسة  
اليابسة الكاذبة



## «لو نصارح بعض»

### الكذب

الكذب هو كرة الثلج اللي بتتدحرج لحد ما تاخذ كل حاجة في سكتها في الآخر.. وده لأن أي علاقة في الدنيا قايمة على جدار اسمه «الثقة».. الثقة لو انهارت.. أي حاجة تانية مش هيبقى ليها أي معنى!

مفيش كذب اضطراري، الكذب اسمه كذب في كل الحالات، مفيش كذبة صغيرة أو كذبة كبيرة.. اللي يكذب في دي يكذب في دي، وما دام فيه كذب يبقى فيه سر، وكل ما الأسرار بتكتر بين أي اتنين بيحبوا بعض كل ما المسافة اللي بينهم بتزيد.. كل ما هما الاتنين بيحسوا إن فيه حاجز ما بينهم.. الصراحة اللي تخلينا نخسر بعض دلوقتي.. أحسن من الكذب اللي يخلينا نتصدم في بعض ونخسر بعض بعدين.. الكذب أول خطوة في طريق الخيانة.. الكذب مش بس إنك متقولش الحقيقة.. الكذب كمان هو إنك تخبي حاجة لازم تقولها.. حتى لو التاني مسألش عنها.. لازم انت من نفسك تروح تقول.. عشان ميجهش اليوم اللي تتسأل فيه سؤال متعرفش تجاوب عليه.. أي كلمة بتقولها

وانت مش حاسس بيها كدبة.. أي ضحكة مش من قلبك  
كدبة.. أي مشاعر بتمثلها عشان ترضي الطرف الثاني كدبة.

استمرارك في علاقة انت مش مرتاح فيها..

كتبت في قصيدة تزوير في مشاعر رسمية:

«كان كل كلامي اللي بيتقال

متقال عشان تطيب خاطر..

كداب شاطر

أقنعها انها كل حياته..

مع إنه أناني بيتسلى..

مشكلتي اتحلت؟

لا بالعكس..

الطين عمال بيزيد بلة..

عايش وبكمل حدوتة أنا عارف إيه هو آخرها

وهقضي معها يومين حلوين

بعديها هدور على غيرها»

وعشان كده متقولش لحد إنك بتحبه عشان ترضيه.. قولها

وقت ما تبقى حاسسها.. لازم إنت تكون أول واحد مصدق نفسك

وانت بتقول اللي جواك.. كل العلاقات اللي في الدنيا بتمر بأزمات..

وبفترات ملل وبأيام طويلة من الفتور والجفاف العاطفي..

انسحب وقتها..

خذ جنب لحد ما تسترد مشاعرك ناحية اللي كنت بتحبهم..  
الحب الحقيقي مش هيختفي في زحمة المسافات.. ابعده شوية  
عشان تعرف ماهية مشاعرك.. وهل فعلاً كنت بتحب بجد ولا  
خلاص؟ أو على الأقل لسه بتحب ولا بطلت؟! هو أنا ممكن أبقى  
بحب حد وأبطل أحبه؟! الحقيقة أيوه.. وده لأنك كنت بتحب  
نسخة سابقة من نفس الشخص.. نسخة اتغيرت بالوقت لنسخة  
جديدة انت متعرفهاش ومش قادر تحبها.. إحنا بنتغير بالوقت..  
ولازم مشاعرنا تجاري التغير اللي بيحصل في شخصيتنا.. وإلا  
هنلاقي نفسنا عايشين مع بعض بس مش حاسين بحاجة..  
بنحب بعض في ذكرياتنا وفي مراحل حبنا الأولى.. وده لأن  
الملل عامل زي الصدأ اللي بياكل قلوبنا.. بنمل عشان دي سنة  
الحياة.. وعشان إحنا قدام بعض طول الوقت.. العين لما بتعتاد  
وجود شيء قدامها مبتشوفوش.. ما بالك بالقلب.. إحنا بنمل  
عشان كده كده هيجي وقت، والدنيا تاخدنا، ونتلهي في زحمة  
الالتزامات.. إنت كزوج هتتلهي في شغلك، والأيام هتاخذك  
من كل حاجة.. هيجيلك وقت تبقى بتصحى تروح الشغل  
وترجع تنام.. وهي كمان حياتها هتترحم بالبيت والولاد وبكل  
واجبتها كام.

كلنا بيجي علينا وقت وننسى بعض.. ونبقى بنقول ونعمل  
كل حاجة من ورا قلوبنا.. هنمر بفترات زهق مش هتخلص غير لو

فضينا لبعض شويه.. جددنا حينا.. فكرنا نفسنا بالنسخ القديمة..  
وراجعنا شريط حياتنا من الأول.. وافكرنا أول مرة اتقابلنا..  
وإزاي كان فيه لهفة في السلام والكلام.. وإزاي كنا بنستنى الأيام  
اللي هنتقابل فيها بفارغ الصبر.. وإزاي هي كانت شايلاك في  
تعبك.. وإزاي انت شقيت عشان تبقى معاها في بيت واحد.  
كلنا عندنا حواديت من دي.. كلنا عندنا ذكريات محتاجين  
نفكرها من وقت للتاني.. الملل شرّ لا بد منه.. بس لازم نقاومه  
ونتغلب عليه.

في مسرحية «العيال كبرت».. قد يبدو مشهداً كوميدياً  
لكنه من أوقع ما يكون.. لما سعيد صالح كان بيشرح لكريمة  
مختار إزاي تجدد في معاملتها لأبوه عشان متجيش واحدة تانية  
تخطفه.. أنا متفق معاكوا إن الراجل اللي عنده ضمير عمره ما  
هيبص بره.. ولا هتيجي واحدة حتى لو نازلة من السما تاخده  
من بيته وعياله.. بس إحنا بشر.. وقد نمر بلحظات ضعف..  
قدام كلمة حلوة بطلنا نسمعها في البيت وسمعناها بره..

سعيد صالح كان بيقلها:

= ماما انسي الطبخ شوية وفكري في نفسك..

- الحمد لله باكل كويس وأنام كويس..

= إنتي مفيش في بؤك غير الأكل والنوم؟

- إزاي يا سلطان؟ الغسيل.. لسه لآلكم غسيل قد كده أما

ألحق أخش أطبقه.

= يا ماما.. يا ماما افهميني، فيه حاجات أهم من الطبخ

والغسيل لازم الست تفكر فيها.

- قولي إيه أهم من كده؟

= بابا مثلاً.

وبعد كده بشوية قال لها:

= بصراحة لازم تغيري نفسك.. لازم تتقلبي.

- أتقلب؟! راجل؟!!

= لا ست.

- أو مال أنا إيه يا سلطان؟!!

= إنتي أم.. أم عظيمة ست بيت هايلة، أجدع ستب بيت

في الدنيا، أجدع واحدة تطبخ محشي ومكرونه في العالم.. كل اللي

بتفكري فيه ولادك وبيتك وبس.

- طب إيه أهم من كده بقى؟

= جوزك!

الست غصب عنها بتنسى الراجل، وبتختصر دوره في

التزاماته ناحية البيت.. الراجل بعد فترة بيحس إنه موظف في

البيت زي ما هو موظف في الشغل.. كل دوره إنه يكفي بيته

وبس.. لحد ما يبقى ده الطبيعي بتاعه بعد كده.. وأما تيجي

الست تسأله عن محبته واهتمامه يقول: هو البيت ناقصه حاجة؟!!

كل الرجالة اللي في العالم اتفقوا على نموذج واحد من الستات.. واختصروا فيه أحلامهم كلها..

النموذج ده كان شخصية «روقة» في فيلم العار.. حتى نور الشريف وهو بيقدمها لإخواته كان معتز بيها وبيقولهم: «روقه الست بتاعتي».. ساعتها حسين فهمي كان مستغرب جداً من اختياره، وقاله: بقى تطلق بنت الإخشيدي بيه.. المثقفة الشيك، وتتجوز بنت بلدي زي دي؟!!

اجتماع الرجالة حوالين شخصية «روقة» من يوم ما كتبها محمود أبو زيد لحد النهارده كان في إنها ست كانت هي مساحة الراحة والسكينة في حياة جوزها.. لدرجة إنه قال عنها: «كنت بقلع همومي على عتبتها».. الشخصية كان ليها ظروف خاصة.. خصوصاً إنها مكانتش بتخلف.. فكانت حاسة بشيء من النقص، عوّضته بإنها كانت بتعمل المستحيل حرفياً عشان ترضي جوزها.. كانت بتقدم له كل ما تستطيع من الاحتواء والاهتمام وحرفياً مبرفضلوش طلب، كان هو ابنها الوحيد.. لدرجة إنها ضحّت بروحها عشانه.

طبعا تظل «روقة» شخصية سينمائية، والواقع مغاير، خصوصاً لو جينا نحسبها كويس، هنلاقي إن «روقة» اتظلمت في النهاية.. لكن خلينا ناخذ جانب واحد من الشخصية، الجانب اللي كل الرجاله بتشوفه إيجابى ومريح، بعيداً عن باقي



الأحداث.. لازم الست تلاقي مساحة لجوزها في زحمة أيامه.  
لازم يحس إنه ليه وقت في جدولها.. لازم يحس إنها بتدور  
عليه.. وكذلك الراجل لازم يخلي الست عايشة في أمان معنوي..  
ووثقة إنها لو سابتة وسط مليون ست مش هيدور غير عليها  
هي.. الملل عقبة لازم نتجاوزها عشان منبقاش مضطرين  
نكذب أو نزور مشاعرنا تجاه بعض عشان اللي بيكذب النهارده  
سهل جداً إنه بكره يخون.. لو مقدرتش تخرج سجن الملل..  
ولقيت نفسك مش قادر تكمل غير وانت بتكذب «امشي»..  
وزي ما قالت أنغام في أغنية لو نصارح بعض اللي كتبها الشاعر  
بهاء الدين محمد:

«لو نصارح بعض في بداية لقانا..

لو في يوم ملينا أو ضعنا في هوانا..

نتفق نبعده وننسى كل شيء..

الفراق أهون كثير أوي من الخيانة

كل واحد يمشي حرّ.. ليه نعيش في عذاب ومرّ

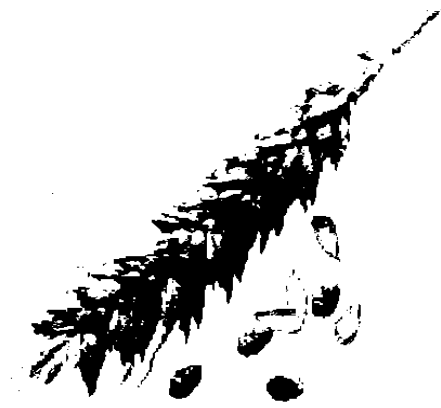
الفراق جرح لحظة والخيانة جرح عمر».

اللي بيكذب مش هيروح النار اللي في الآخرة بس.. الكذب

ممكن يدخلك النار اللي في الدنيا برضوا!

\*\*\*

اليابسة السابعة  
الرحيل



## النهاية

### «كنا بنقول إن الفراق ده مستحيل»

كلمة النهاية مرعبة أوي..

كلمة بتحسسك إن كل حاجة بتخلص إن كل اللي عشته وحلمت بيه، واتمنيت إنه يدوم بينتهي، واقف بتشوف كل اللي بنيته بيتهد قدامك، ومش عارف تعمل حاجة، مش عارف تقول حتى «استني».. عشان اللي عايز يستني بجد مبيستناش حد يقوله..

كلمة «الفراق» هي أكثر كلمة بتقبض قلبي، وبتحسني إني هبقى لو حدي، أنا أصلاً لحظات الوداع بتقطف كل الورد اللي في روحي وبتدبلي، وداع أي حد.. كفاية أصلاً إنه اسمه وداع.. فكرة إنك مش هتشوف حد تاني.. وإن خلاص دي آخر مرة.. آخر نظرة عين أو آخر حضن.. أو آخر كلمة.. ساعتها بتسأل نفسك هو خلاص كده فعلاً؟!

وقتها حتى لو قضيت حياتك كلها مع الشخص ده بتحس إنك مشبعتش منه.. بتحس بلسعة برد.. برد الوحدة عشان كده بقيت ماشي بودع كل حاجة عشان لو جرى لي حاجة أو جرى لهم حاجة.. يبقي آخر مشهد نهايته سعيدة..

بدخل كل الأماكن كأني آخر مرة هدخلها.. بحضن كل  
الناس، وبطول في السلام.. وبرغي على قد ما أقدر.. حياة  
الإنسان ممكن تتغير في لحظة.. ممكن مكالمة تليفون تخليك  
شخص تاني مدى الحياة.. ممكن خبر تعرفه يقطم حته كبيرة من  
روحك.. أنا كنت بسمع عن الموت.. عمره ما قرّب من حبايبي..  
أو عمري حتى ما كنت بشوف حد كل يوم وفجأة مات.. بس  
مرة واحدة ومن غير أي مقدمات أبويا قال لي: «جدتك ماتت».  
كنت عارف إنه بيقول الحقيقة.. بس عقلي رفض يصدّق..  
رفض يشوفها ويسلم عليها، رفض يقف قدام قبرها، أو يدخل  
بيتنا القديم من يوم ما ماتت.. سبت كل حاجة زي ما سبتها آخر  
مرة.. وقلت لنفسي هي هناك.. وأقنعت نفسي إني أنا اللي مقصر،  
ومش بروح أسأل عليها.

في قصيدة على باب مطار القاهرة كنت بوصف مشهد فراقي  
لأختي.. المشهد السنوي المعتاد كل مرة بعد ما أجازتها، وترجع  
على الرياض:

«مشهد وداع..

أختي بتنزل بالشنط..

ودموعنا نزلت جري ورها ع السلم

سكت الكلام والحضن..

خد راحتته واتكلم

فحضنتها وكأني آخر مرة هحضنها..

وكأني مش هحضنها غير مرة

نزلت دموعي جوا مني ومنها فضحكنا من بره

قولت لها كويس على فكرة.. هتفضي البيت

فقلت لي براحتك اشبع بيه.. لكن خد بالك من ماما

«مها» دايمًا نكدية وعلى طول تقلبها مشاعر ودراما

سبتها ومشيت وجريت ناحية.. أقرب شباك ألمح عينها

بصيت علشان أشبع منها..

مشبعتش مين فينا بيشرح.. من حد في وقت ما بيسييه

ده الواقع وده دايمًا عيبه..

إحنا ف أيام فيها وطننا ماشي يوقع ناس من جيبه»

عندي فوبيا من المطارات.. من مجرد فكرة إن فيه حد بحبه،

وفيه بيني وبينه مسافة.. فكرة إني مش هعرف أشوفه وقت ما

أحب.. عشان كده لو بتشوف البلي بتحبهم وقت ما تبقى عايز

فانت في نعمة كبيرة ربنا ما يحرمك منها.. وانا في ثانوي كنت

بهرب من المناسبات العائلية والتجمعات اللي فيها قرايبي.. لما

كبرت بقيت بشحت المناسبات اللي تجمعنا، وبقيت بقعد في

وسطهم، وأضحك من قلبي.. وأستطعم لقاهم وقعدت معاهم،

وونسهم اللي عندي بالدنيا.. أوقات الفراق بيعملك صدمة كده

بتحس إن عقلك هنج.. وتبقي عامل زي العيل الصغير لما يتوه

في حنة، ويبقى مش عارف يرجع بيته إزاي.  
«عندما قالوا لي في المستشفى إن زوجتك  
ماتت، لم أعرف حينها ماذا أفعل.. كنت أريد  
أن أذهب إلى المنزل لأخبرها بما حصل؛ لكي  
تقول لي هي ماذا أفعل».

### ليو تولستوي

أول ما سمعت أغنية حماقي «صابر على حالي» مكانتش  
معلقة معايا أوي، لحد ما سمعت فيها جملة بتقول «تاني يا قلبي  
تاني.. هبقى لوحدي تاني»، الجملة دي قسمت روحي نصين،  
حسيت إنني عايز أقول له أيوه ده أنا.. دي مشكلتي الأبدية.. ده  
فيلم الرعب اللي بشوفه كل يوم.. أنا بفضل أتنازل وآجي على  
كرامتي، وأقدم السبت والحد، وأولع صوابعي العشرة شمع،  
عشان مخسرش اللي بحبهم.. أنا لو عاملت اللي بحبهم بالمثل..  
هصحي ألاقيني عايش في الدنيا لوحدي!  
جيت في فترة كنت برمي وراضهري.. اللي عايز يمشي الباب  
مفتوح.. مشيت ومبصتتش ورايا، وكنت مرتاح طول الفترة  
دي.. بس قلبي رجع في كلامه.. معرفتش أعيش لوحدي..  
كنت مرتاح آه بس مكنتش عايش.. كنت مرتاح من عذاب  
كرامتي اللي باجي عليها، وقلبي اللي بحطه تحت رجليهم..  
مشكلتي إنني لما بحب، الفرامل بتسيب عندي.. بنجرف وبحب

بكل ذرة في جسمي وروحي.. وللأسف ده كان دايماً بيُستغل ضدي.. الناس كانت تشوف أنا بحبها قد إيه وتسبب لي أذى بنفس القدر.. وأنا كنت شاربي والله.. رغم ده كله شاربي وباقي عليهم وبقول معلش وبعذرهم وبقول جاز المشكله فيا.

فضلت أعمل المستحيل عشان أرضيهم لحد ما المستحيل ده بقى الطبيعي.. ومبقاش حد يحس بقيمة اللي بعمله أو بالتعب اللي بتعبه عشان يبقوا مبسوطين.. أنا عمر ما كان عندي طلبات.. ولا كنت عايز حتى أسمع كلمة شكراً، أنا كنت عايزهم يعاملوني زي ما يعاملهم.. كنت عايز أتحب وانا عايش.. وأحس بحبهم ده.. مش لازم أبقى مرمي في مستشفى أو بموت عشان أحس إن فيه حد بيحبني ويخاف عليا.. كنت عايز أعرف قد إيه أنا مهم بالنسبالمهم، وقد إيه فارق معاهم.. كنت لما ببقى متضايق أوي، وكرامتي تنقح عليا، وأقول خلاص انا هقطع علاقتي بيهم.. آجي أقولهم «امشوا» أخاف.. أخاف ليمشوا فعلاً.. الحقيقة معرفش أنا عشت ازاي بكل الضغط النفسي ده.. بس أنا كنت في حالة إدمان.. وربنا يكفيكوا شر اللي بيحبك لما يفوق ويختار كرامته.. ساعتها بيحرق ذكرياتك كلها بجاز.. بيرجعك غريب في لحظة.. بيمسحك من حياته بلا رجعة.. أنا عارف إن الفراق سلو وسنة من سنن الحياة، ومحدث دايم للتاني.. وإن حتى «الفراق الدبلوماسي» فراق برضو.. وبيوجع برضو وعارف

كمان إن فيه علاقات لازم تنتهي.. ومؤمن جدًا إن الفراق ممكن يحصل بشكل ودي.. بس كل ده مهما حصل مش هيقبل من وجع الفراق.. ومش هيحذ من صدمتك وانت شايف كل حاجة بتنهار.. عشان إنت من الأول مكنتش ناوي تيجي عشان تمشي.. إنت كنت عايز تقعد في القلب ده.. وتستقر وتكمل حياتك معاه.. إنت تخيلت سناريو السعادة الأبدية.. تخيلت أحلامك بتتحقق.. اتجوزتها وسميتوا ولادكوا، واتفقتوا على كل حاجة إلا الفراق.. محدش مننا بياخد باله وهو بيخطط لبكره إن فيه خطة إلهية بالفعل موجودة.. وإن فيه قسمة ونصيب، وإن القلوب أرزاق.

حتى الناس لما ييموت لها حد بتبقى مؤمنة إن ده قدر ربنا، وإن دي حكمته وبترضى بيها.. بس تقولك «هو بس وجع الفراق».. عشان كده ربنا من رحمته خلق النسيان والصبر وخلي الدنيا تلاهي.. عشان محدش يفوق لأوجاعه، وإلا كانت هتبقى الحياة مستحيلة.. في ديوان «تفاصيل الوحدة والونس» كانت آخر جملة في الديوان بتقول:

«اكتشفت بأن فعلاً الفراق أحسن بداية».

عشان ربنا وحده العالم.. محدش عارف لو العلاقات اللي انتهت دي كانت كملت كان ممكن يبقى حال أصحابها إيه.. وعشان أنا من أنصار إننا نسيب بعض دلوقتي، وننهي الموضوع



باحترام أحسن ما نكمل، ونكره بعض قدام.. يعني زي ما جدتي  
كانت بتقولي: «وجع ساعة ولا كل ساعة»..

أتوجع دلوقتي وتبقى فترة انعدام وزن وتعدي.  
يا إما أكمل وأفضل أتوجع طول عمري؛ ده لأن العلاقات  
المهلكة نفسياً تبقى عاملة زي الشجرة اللي لازم تقطعها.. وكل  
ما بتتأخر في قطعها يوم.. كل ما الشجرة بتكبر، وكل مانت  
بتضعف، ومبتقاش قادر تقطعها من الآخر كده.

«يا تكون فارق.. يا تفارق

رغم انك في الحالتين

عمرك ما تكون مرتاح

ودّع واتوجع فترة..

أحسن ما تعيش

بتخبط على باب

ملهوش مفتاح».

ديوان «الحزن البعيد الهادي»

نقطة ومن أول البدايات

\*\*\*

## عَامٌ فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ

يقال والعهدة على الراوي إن أحد الملوك طلب من الوزير بتاعه يكتب له على الخاتم جملة إذا قرأها وهو سعيد يحزن.. وإذا قرأها وهو حزين يفرح..

فالوزير كتب على الخاتم جملة بتقول: «هذا الوقت سيمضي».  
وده لأن من أكبر النعم اللي في حياتنا كبشر هي نعمة التجاوز، تكاد تكون أكبر من نعمة النسيان.

ده لأنك بيبقى عندك القدرة على إنك تعدّي من كل الأحداث اللي بتمر بيها حتى لو فاكرها، تقدر تعيش رغم كل ندباتك القديمة، تقدر تمر من عنق الزجاجة لمتنفس جديد، تقدر تعيد إنتاج نفسك ومتوقفش حياتك عند شخص أو عند حدث معين.

من حوالي سنه كنت راجع من السفر، وكانت مراتي معايا، وملحقناش كرسي ليها جنب شباك الطائرة، ودي حاجة بتفرق معاها شوية، وأنا بقدر ده.

أول ما دخلنا الطائرة لقينا ٣ كراسي جنب بعض منهم كرسي جنب الشباك، على طول لقيتها دخلت قعدت على

الكرسي.. فحاولت أفهمها إن الكرسي مش بتاعنا، قالت لي نستأذن من الشخص اللي هيجي يقعد، وفي الوقت ده ظهرت في الكادر «ألكسندرا» صاحبة الكرسي واللي في وسط قعدتنا المليانة بالدردشة عن السفر والأحلام وإعادة اكتشاف الذات، قالت لي إنها فقدت ابنها الكبير في حادثة..

وقتها كل حاجة في حياتها اتجمّدت فعلياً.. وإنها فقدت قدرتها على التواصل مع الناس، والتواجد في المناسبات الاجتماعية والعائلية.. استغربت جداً؛ لأن الست اللي شفيتها على الطيارة كانت مختلفة تماماً عن الست اللي هي بتتكلم عنها.. قالت لي إن مامتها كانت بتطلب منها بشكل يومي إنها تزرع ورد في الجنية اللي قدام البيت عندها، وإنها مكانتش مهتمة بكلامها في الأول، بس بعد فترة من الإلحاح قررت تستجيب أخيراً، وبدأت فعلاً في زراعة أنواع مختلفة من الورد في الجنية، وتشوف الورد وهو بيكبر، وقالت لي على حد تعبيرها: حسيت إن جزء من روعي بينمو مع كل وردة بتفتح في الجنية.. وبعد فترة بدأت تتجاوز حزنها، وتخرج من دايرتها المغلقة، وتتعرف على ناس جديدة، وتعيد اكتشافها لنفسها، وتبدأ حياتها من تاني.

قالت إنها اكتشفت في نهاية المطاف إن الحياة هتستمر، سواء تجاوزت حزنك أو فضلت فيه.. وإنك لازم تدّي للعالم فرصة تانية تاخذك.. وتسبب الوقت ياخذ مجراه.. وإن الحزن هيفضل

كبير طول مانت لو حدك.. وعشان كده لازم تبدأ تاني مهما كان  
حجم الخسائر اللي اتعرضت لها، ومررت بيها في حياتك.  
أنا عن نفسي مدرك تمامًا إن الحزن جزء من الحياة، وإن لولا  
الحزن اللي بنعدّي منه السعادة مكانش هيبقى ليها أي قيمة، وإن  
أصعب الساعات برضو بتبقى ستين دقيقة، وإن في النهاية «هذا  
الوقت سيمضي».

## فهرس الموضوعات

٥	..... تقديم
٩	..... القسم الأول: السنبلات الخُضر
١١	..... السنبله الأولى: البرعم
١٣	..... سحر البدايات
٢١	..... السنبله الثانية: الفروع
٢٣	..... «زدني بفرط الحب فيك تخيرًا»
٣٥	..... السنبله الثالثة: السنبله الصادقة
٣٧	..... «واللي صدق في الحب قليل»
٤٣	..... السنبله الرابعة: الجذور الثابته
٤٥	..... الذكريات
٥١	..... السنبله الخامسة: العتاب
٥٣	..... «حلو العتاب»
٦١	..... السنبله السادسة: السنبله الطيبة
٦٣	..... «بالكلام الحلو ترجع لي ابتسامتي»
٧٣	..... السنبله السابعة: البقاء للأجمل

٧٥	..... «اوعى تمشي»
٨٣	..... القسم الثاني: «أخر يابسات»
٨٥	..... اليابسة الأولى: سنبلة وحيدة في الصحراء
٨٧	..... «الوحدة» - «محتاج لحد أكمله وأكمل معاه»
٩٧	..... اليابسة الثانية: العطش
٩٩	..... «قليل منك يكفيني»
١٠٧	..... اليابسة الثالثة: الإهمال
١٠٩	..... الإهمال
١١٧	..... اليابسة الرابعة: أزمة الخوف
١١٩	..... «الخوف»
١٢٧	..... اليابسة الخامسة: قفص الأنانية
١٢٩	..... الأنانية
١٣٥	..... اليابسة السادسة: اليابسة الكاذبة
١٣٧	..... «لو نصارح بعض»
١٤٥	..... اليابسة السابعة: الرحيل
١٤٧	..... النهاية «كنا بنقول إن الفراق ده مستحيل»
١٥٥	..... عَامٌ فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ