

2023

ALONE

المؤلف
كريم محمد سالم



ALONE

في هذه الحياة ستواجه الكثير من المعارك اليومية ولكن معركتك
الأهم ستكون تلك التي تخوضها مع ذاتك , لتبقي فيها قلبك سليما
وسط كل الدمار الذي يحدث من حولك .

الحزن في مفهومه مش شيء وحش ، الحزن

رد فعل ونوع من انواع التأمل وبيخليك تشوف

حاجات من زوايا مختلفه وبشكل اعمق
مكنتش هتوصله بالتفكير وانت سعيد ،
وكويس انك جربت طعم الحزن علشان تفهم
اكثر وتحس وتقدر السعادة ، و اتمنى كل
الايام تكون سعيده وكفايه حزن وتأمل
والكلام ده مع الوقت اكتشفت أن أي حد
حنين قادر بسهولة جدا يكسبني و يحبني فيه
، الحنية عندي أهم من أي صفة ثانية علشان
مستحيل هتلاقي حد حنين وحش ، ومستحيل
هتلاقي حد حنين وزعلك يهون عليه ، وحرفياً

الحنية دى اكثر حاجة attractive في الانسان !

متفتكرش إنك هتلاقى حد بيشكرك على

تنازلاتك عن حقوقك او عن شيء يخصك من

اجله ، تنازلاتك بعد فترة من

الزمن هتتسبب على انها كانت اختياراتك

الشخصية ومحدث ضربك على ايدك ، ففكر

كويس قبل متقدم أي تنازل عشان أي حد .

محدث بيشوفك وانت بتقاوم خوفك من

المستقبل ، ولا حد بيشوفك وانت بتحارب

علشان عايز توصل لأحلامك ، ولا حد بيشوفك
وانت عايش متأقلم وصابر على ظروفك
علشان ما تنهارش ، ولا حد بيشوفك وانت
بتقاوم ذكرياتك السيئة ومواقف هزيمتك
علشان اليأس ما يتسلش جواك من ثاني ،
محدث بيشوفك وانت بتقاوم في حياتك
العملية ووسط الناس علشان تبان لطيف
وتعاملهم كويس ، محدش بيشوف معاناتك
وانت بتعيد روتينك اليومي في حياة مفروضه
عليك مش من اختيارك ، محدش عارف انت

مریت بأیه ولا حد هیحس بیک غیر نفسک
فہون علی نفسک دایما علشان تعدی ..
عفکرۃ احساس موجع جدا انک انت تکنون
لنفسک السند وتکنون لنفسک السر وتکنون
لنفسک الفرحة وتکنون لنفسک الامکانیات
صعب اووی اللہ عز وجل لما خلقنا وجعلنا
شعوبا خلقنا علشان تتکأ علی بعض احساس
قاتل ومینفمش حد یقبلوا ان هو یعیط علی
مخدتو وتکنون مخدتو ہی المؤمنس الوحید لیہ
تقبل ده اوعی تصدق حد کن لنفسک السند

طب وابدوا فبن واصحابى فبن واخواتى فبن ؟
اوعى تصدق حد يقولك طبطب على نفسك
انت هتبطب اول مرة وتانى مرة بعد كدا
مشاعرك هتتبلد ومش هيبقى عندك القدرة
انك انت تحكى لحد . عارف لما تبقى زعلان ع
نفسك و ع حظك و ع نفسيتك و ع ايام بتضيع
من عمرك وخلص وزعلان ع وقت المفروض
تكون مرتاح ومبسوط فيه زعلان ومتشنت
وتايه وعندك شعور غير مبرر باللهزيمة ف يارب
لملم شتات عقلى واجبر قلبى أفضل حل إنك

تسيب كل واحد على راحته لا أكثر ولا أقل وما
تتعيش نفسك مع الناس ، كل واحد عارف هو
بيعمل أيه كويس وعمل أيه كويس لا تعاتب
ولا تبرر ولا تتعب نفسك في تصحيح وجهات
النظر فيك ، اللي بيحبك مش هيفلظك ولو
حصل سوء تفاهم هييجيك يعرفك لكن اللي
شايفك غلط مستحيل تقنعه بعكس دا ، وكل
واحد رجله هتجيبه زي ما بيقولوا .. ما تتعش
نفسك ولا تستهلك نفسك في سباق خسران
اللي مرتاح في بعدك خليه على راحته واللي

مستنيك غلطه ماتبخلش عليه بيها وعيش
رايق . الاختيار الفلظ غلطتك إنت ، لا هو غلط
الدنيا ولا إنت حظك وحش أو قليل ، إنت اللي
بترضي بحاجات أقل من طموحك ، وبتدي ناس
أكبر بكتير وكثير من حجمهم الحقيقي .
وبتقرب ناس ليك مش شبهك ، كل اختيار
خاطئ نتج عن تحملك لحاجات في الطبيعي
مبتتحملهاش . وفضل جواك شك . جملة "
ملهونتش عليا " دي حنينة اوى ، تخيل تبقى
منيل الدنيا ويجي حد يقولك كده .. العلاقات

مش محتاجة نبذل فيها مجهود محتاجة
إثنين فيهم رحمة ع قلب بعض لما حد يشد
الثاني يرخي علشان الأمور تعدى ، الإنسان
مش محتاج غير إنه يحس إن خاطره هياتجبر
دايما وزعله ما يهونش ع الناس اللي بيحبهم

..

النهارة علي المستوي الشخصي كنت
هدخل لشخص ما وأقوله أنه وحشني ونبدأ
نتعاب بس بعد ما دخلت الشات أفكرت اني

هونت وأن الشخص ده أذاني نفسياً وحسني
بحاجات مكنتش استاهل اني احسها منه هو
بالذات ، أفكرت لحظات انكساري وانكسار
خاطري طلعت بسرعة وقفلت الشات ونسيت
انه وحشني إعتراف تافه : أنا بحب أوي ال voice
note ، بحب اسمع صوت الناس اللي بحبهم
أكثر ما يحب اقرأ كلامهم خصوصاً لو
بيضحكوا أو مبسوطين و بيتكلموا عن حاجة
بيحبوها . المحزن إن الناس بقوا بيتباهوا
بحدود قلوبهم وعلى الملأ ، بيتباهوا بقسوة

قلوبهم ويقولوا دا نضج ، بيتباهوا بكلامهم
الدبش ومايراعوش اللي قدامهم ويقولوا
احنا من النوع اللي في قلبه على لسانه ،
بيتباهوا بأكل حق الناس والتضييق عليهم
ويقولوا دي شطارة وجرفة ، كان زمان البخيل
والقاسي والظالم بيتداروا لكن حاليا بقوا
حوالينا وعنيهم قوية وفاكرين نفسهم على
حق ، وحقيقي يمهل ولا يهمل والدنيا دوار
وكل واحد هيشرب من نفس الكأس اللي
شربه لغيره ومسألة وقت مش اكثر . أنا محتاج

أحس إني في المكان الصح على الأقل مره
واحده ، مش عايز أفضل حاسس بالنقص طول
الوقت و إني في المكان الفلط ، مش عايز
أفضل أعافر و أحس إني بجري لواحد في
طريق مبيخلصش ، مش عايز أحس إني أنا بس
اللي ببذل مجهود مؤخرأ بقى أقصى طموحي
في الحياة اني مرجعش لنقطة الصفر من تاني
، ولا اعيش نفس الوجد مرتين ، ولا ارجع لمحنة
خرجت منها بصعوبه ، ولا اعيد نفس الايام
الصعبة اللي عشتها . انا بتمني بس اعيش ايام

هأءاءة اءون مطن ففها مش اءثر ولا أقل

والله .. . مش قادر اءءافف من فكره انف

ضفءء سنفن من عمرف عشان آآآاء آصلءف

مالفش ذنب ففها فر انفا آءر بس معرفءش

أءءفها ولا عارف اءءفها لآء ءلوقءف ومش

عارف المفرؤض اءمل افه ءانف عشان أقءر

أءفش آفاءف بآء . مففش أوحش من إن آء

ففضل فعافرك و فعاءبك إنك ءعبان طول الوقت

، فآسسك بالءآز و عنءه إقءناع إنك أنت السبب

ف آل آآآة ءعباك ، ف ءضف ء نفسك و

تمثل إنك كويس عشان ميقولكش كلمة
تحرق دمك و تدخل لوحدك تنهار من العياط
إن محدش حاسس بيك و لا مقدر اللي انت فيه
.. مفيش أوحش من إنك تشيل فوق طاقتك و
انت مش قادر حتي تشيل نفسك.تظاهر
بالاكتفاء حتى لو كنت أكثرهم احتياجاً عاوز
اتكلم عن شعور مرهق حبتين وهو الشعور
إن في حاجة ناقصة طول الوقت يعني الحياه
ماشية تمام مش واقفه بس هو فيه حاجة
واقعة ف النص فيه حته مش موجوده فيه جزء

ضايح ومهملما بحاول الاقيه بفشل ، ووسط
محاولاتي دي بيضيع مني اجزاء ثانية ف بظطر
ادور عليها وانسي الجزء الأساسي والأهم .
إحساس رخم لما تكون زهقان و مخنوق و
عارف إن مافيش شخص او حاجة ممكن
تخفف عنك ، مافيش غير انك تستنى لحد ما
الاحساس ده يخلص و يروح لوحده . عندي
اقتناع ان اللي بيحب حد وباقي عليه بجد عمره
ماهييبه ويمشي مهملما حصل ، ساعات

بنعزل وبنصرف تصرفات غريبة عشان مش
بنبقا عارفين نعبر عن اللي جوانا ، بس اللي
بيحبنا بجد هيدور علينا ، وهيلاقينا ، ويوصلنا ،
ويتكلم معنا ، وهنقمم نتخانق ونتعاتب ،
مش هيسيبني ويمشي ، ولا هيدي فرصة
للبعد اصلا . أعتقد أكثر حاجه تستاهل أن
الإنسان يسعى ليها و يبذل مجهوده عشان
يوصلها هيا إنك تكون إنسان كويس .. شخص
شوي .. معترف بأخطائك و بتسعى دائما إنك
تصلحها..إنجازك الأهم في الحياه هو إنك

تبقى بني آدم كويس . . أنا بكبر بطريقة
مخيفة جداً ، بقلل عدد صحابي ، بواجه حزني
بكل هدد ، بتجاهل ولا كأني شايف حاجه ،
بتماسك علي قد ما أقدر ، بشوف كل حاجة
حواليا بوضوح وبفضل ساكت ، بطلت انبهر
بأي شخص أو اهتمام أو أي كلام حلو ، و
مبقتش منتظر حاجة من أي حد ، اللي عايز
يعمل حاجة يعملها مبقتش فارقة يعني .كل
ما ابتدي احس ان أخيرا نفسيتي بدأت تتحسن
تحصل حاجه ترجعني لنقطه الصفر تاني مش

عارف هفوق من كل ده امتي بس يارب يكون
بسرعه علشان زهقت بصراحه من اللخبطة
الي انا عايش جواها . حالياً مفيش حد قادر
يبهرني غير الشخص اللي في حاله ، اللي قادر
يقفل بابه ويحافظ على أسرارهِ وحياتهِ ، اللي
بيحمي بيته ونفسه من العين والحسد ،
الشخص اللي حياتهِ مش مشاع للناس ولا
كتاب مفتوح للناس ولا حد عارف عنه حاجة ،
ومفيش حقيقة ثابتة في الكون قد إن الناس
بتفسد كل حاجة وبتبوظها ، بيستكثروا الرزق

على غيرهم وعيونهم وحشة وبيطلعوا

عيوبهم في غيرهم ، وحققي أنا من أنصار

الباب المقفول وبحترم كل شخص كدا



**إكتشفت حاجة حزينة اوي وهي ان الحياة كل
يوم بتكون ثقيله عن اليوم اللي قبله و
حقيقي الواحد مبقاش عنده اي فكرة هو
هيكمل كده ازاي ؟ ! لا في شفاف ولا في
طاقة وكل حاجة عماله بتدوس ع الواحد
وتدمر ف نفسيته الحياة ستحظمك عدة مرات ،
وسترى اموزا لا تريد رؤيتها ، وقد تحزن
وتفشل وتخذل من أقرب الناس لك ، ولكن
انهض ولا تفقد الأمل أبدا فيجب أن تتجاوز**

خوفك ، وندمك ، وهزيمتك ، فإن الحياة لن
تقف لتراعي حزنك ، إما أن تقف أنت وتكملها
رغم انكسارك أو أنك ستبقى طريقا للأبد . " انا
ماعرفش انا ليه زعلان على حاجات انا متأكد
اني استاهل أحسن منها ، ليه بتمسك بناس
بيأذوني نفسيا لمجرد إني بحبهم ، ليه بعاتب
نفسي على كل حاجة حتى لو مكنتش غلطان
، ليه بسامح وبدي فرص لناس بيخذلوني كل
مره ، انا متأكد اني في يوم هموت من الخنقة
بسبب الحاجات دي والله . اسوا فترات بعيشها

لما بتبقي دماغي مليانه دوشه وافكار كثير
متلفبطه وكلها داخله في بعض اللي هو
الافكار كلها بتتزاحم جوا دماغي بس انا
معنديش اي قدره إني اتكلم عن اللي
قدماغي او حتي أكتبه ، وبحس إن كل
الحاجات ثقيله علي قلبي ومش قادر اعمل اي
حاجه . مشوفتش أوحش من إختفاء مفاجئ
لشخص إنت متعود علي وجوده ، بتحتاج تموف
أون ، وبتحتاج ترد على تساؤلات عقلك إنه بعد
عنك ليه ؟ وبتتقرف من الناس كلها ، اللي هو

من سعادته مبالغ فيها لحزن ووجع دماغ

بطريقته بشعه .. اليتك قريب آليت كل ماتعبت

أحضنك أنهم goals بالنسبة ليا إن اللي قدامي

يشاركني في تفاصيل يومه كلها ، بيعت ليا

music عجبته ، ميمز تافهة ، فيلم ، كتاب ،

تتكلم في أي هبل ، ن فكر مع بعض ، نقول

حاجات لبعض ومحدث يعرفها غيرنا.. يتعامل

معايا بطبيعته مش بيتصنع ، يحاول دائما يبذل

مجهود علشان الكلام بينا

ميخلصش.. ومنزله قش من بعض مله ما حصل

. من الذوق إنك متكلمش عن تعبك وقت ما

حد تاني يكون بيتكلم معاك عن تعبته ، و بلاش

مقارنة وجمك بوجهه لئن الله اعلم بكل واحد ،

ف ياريت تراعوا أن الشخص ده بيتكلم معاك

دونا عن الباقيين و متفضليش ترد بكل حاجه

يقولها لك بحاجه عندك ، جرب تسمع و تهون

او على الاقل تسمع و متكلمش ..

**" كلما زاد استقرار الإنسان النفسي ، كلما زاد
أنسه بوحدته ورفقة نفسه ، وطابت عليه
معيشته وتوسعت مداركه ، وأصبح مدرك
لخياراته ومنتقي لعلاقاته ، فلا يتوق لبقاء أحد
ولا يحزن على غياب أحد ، وهذه فضيلة أن
تبذل جهدك في فهم نفسك أكثر من أي
شيء آخر . إحننا بنحب اللي يقولنا إستنوا ؛ اللي
يتمسك بيانا ، اللي يبين أد إيه وجودنا مهم
وغيابنا مش هين . بنحب اللي يرفض وداعنا ،
واللي ببيان عليه الزعل لما نبقى خلاص**

ماشيين ، بنحب اللي يقولنا أنا معاك وموجود
غصب عنك ، إحنا بنحب نحس إن مرغوب فينا يا
جماعة .. محتاجين ضمانات كل شوية إن
وجودنا مهم عشان نبقى مرتاحين في
التعامل وما نحشش للحظة إننا ثقا علينا .
فكرة إن الدنيا مبتقفش على حاجة ، دي فكرة
سخيفة جداً رغم واقعيتها ، انت كدا كدا
هتكمل حياتك والليل هيجي والنهار هيطلع
ودوران الأرض هيستمر ، وانت هتاكل عادي
وتشرب وتعيش حياتك رغم كل شئ وأي شئ

المشكلة الحقيقية في الأثر اللي بتتركه كم
الخيبات والخذلان اللي بتتعرض له في حياتك
بشكل عام . ربنا يهون علينا اللي جوانا
ومحدث يعرفه غيرنا ، وربنا يبعد عنا عيون
الناس اللي دايمًا فاكرين اننا مبسوطين
ومعندناش مشاكل واحنا والله مفيش قدامنا
حل غير اننا نتأقلم ، وربنا يبعد عنا اي حد
بيحقد ويحسد فينا لمجرد اننا مش بنبين كم
المشاكل اللي عندنا ومبنجبش نشيل حد
همننا . كنت دائمًا أرفض الحب خوفًا منه ،

ولكنه كان يتودد لي دائما ، يقترب ، يفريني و
حين قبلته . رفضني هو ، كأنه كان ينتقم مني
بلا سبب ، فخفت أكثر و لها الآن مصاب بالحب
و خائف منه .. " كنت أخشى أن تلمع عيني أثناء
حديثي عنك أو يبتسم وجهي عندما يثني
أحدهم عليك أو أن ترتجف يدي ويرتعش
جسدي عندما يمر صوتك على سمعي ، كنت
أخاف من براءة مشاعري وعفوية ملامحي ،
كنت أخاف أن يلمحك أحدهم في تفاصيلي :
دون أن أدري . " المكسب الحقيقي في الدنيا

اللسان الحلو والكلمة الطيبة ، القلب الطيب
اللي يعرف يسامح ويعدي للناس ذلاتها
وغلطاتها ، التعامل الحلو والمقابلة
الكويسة للناس ، الضحك في وش الناس
وجبران خاطر ، وحقيقي مفيش مكسب
للإنسان في الدنيا غير إنه يتذكر بالخير في
غيابه قبل حضوره . " تلك المحادثه التي كانت
تدوم لساعات طويلة الرسائل الصادقة التي
كانت تخرج من القلب لتصل إلى القلب دون
أي تكلف ، أن يأتيك الرد بشكل أسرع مما كنت

تتوقع كأن الآخر ينتظر تلك الرسالة بالدقيقه
والثانيه التخاطر الروحي عندما يحدث أن
تفعلان ذات الأمر في نفس الوقت دون أي
موعد مسبق ، الراحه التي كنت تشعر بها
عندما لقي كل الهموم التي أثقلت كتفيك
في و تلك المحادثه البسيطة الالهتام حتى
في أدق التفاصيل وأصفرها ، شعور المكالمه
الأولى ، رجفة القلب لنبرة الصوت . كل شيء
كان يحدث بطريقه عفويه بريئه صافيه

صادقه ، لم أكن أعلم أن كل هذه المشاعر
ست تحول إلى ندبات على وجه قلبي ، الثقوب
تهشم ملامح روحي ، هل قطعنا كل ذلك
الطريق معا لنتهي غرباء ؟ . . لسه في حاجات
معلمة جوايا مش قادر أنساها رغم إن عدى
عليها كثير بس أحياناً وأنا قاعد ممكن أفكر
حاجات تخلي نفسي تصعب عليا ، مواقف
حصلت ولسه بتيجي علي بالي من وقت للتاني
لسه بتشفل تفكيري و تأثر فيا ، وللأسف
موضوع ان الوقت بينسي طلع أكبر كذبه

اآترعها الإنسان . صدقني مش عيب لما تعيد
ترتيب أولوياتك في كل فترة من حياتك ، ومش
عيب تكتشف إنك كنت بتتصرف غلط فتنفير
وتتصرف صح ، ومش عيب تقول أنا غلطان لما
تفط ، ومش عيب تعتذر ، ومش عيب تندم ،
العيب إنك تكابر وتفضل مش معترف بفلطك ،
لین بالطريقة دي محدش هيزعل غيرك . مش
كفاية شخص يحبك علي قد ما كفاية يكون
مريح و جميل إنه يفهمك يفتقدك يحتويك
يستوعبك و يقدرك و الاله من دا كله أنه

مايخذلكش .. أنا في الأيام دي مفيش جوايا
غير هي أمنية من ربنا إنه يعوضني عن كل
حاجة خسرتها وأي حد خد من روعي ومشني ،
عن كل حلم حلمت بيه وماتحقتش لأي سبب
كان ، عن طاقه ومجهود إتبذل في تحقيق أي
شئ ، عن عشمي اللي ماكنش في محله في
ناس كتير ، الحمد لله ، ومحتاج فعلا من ربنا
إنه يريح بالي ويراضيني فكرة انك تحاول
تتخطى حاجة جواك مسيبالك حزن جامد و
تعباك نفسيا دي حاجة مش سهلة خالص

الحقيقة ان الواحد بيحافر وقت طويل وممكن
اوي يلاقى نفسه لسه واقف مكانه زي ما هو
والمجهدو والمعافرة دي كلها كانت على
الفاضي فحقيقي ربنا يعين كل واحد بيحاول
يتجاوز مرحلة معينة كانت سبب في تدميره
نفسيا مشكلتي يا صديقي هي التفاصيل ، أنا
لا أجد تجاهل التفاصيل ، كلمة واحدة في
حديث طويل تجعلني حزينا ، ذكرى قاتلة تعبر
في بالي تغير مزاجي لعدة أيام ، التفاصيل
الصغيرة تقتلني بشدة . محدش هيفهم

الإرهاق النفسي اللي وصلتله ، محدش
هيفهم انك بتتجاوز كل يوم حاجات مش
راضيه تطلع من جواك ، محدش هيفهم حزنك
وتعبك واحساس انك لوحدك دايمًا . محدش
هيفهم كميه الخذلان اللي اتعرضتله من
أقرب الناس ليك . هيشوفوك بتعامل عادي
بس انت من جواك تعبان ومخنوق ولوحدك .
الواحد لو يلاقي معاملة خاصة وحد ياخذك
على بعضك بعيوبك ويعرف يحتويك ف ظل
اللي بتعدي بيها من الحياة ، والله كانت كل

حاجة هتتحل ف وسط التراكمات والمشاكل
اللي فالعادي مش بتعرف تحكيها لحد ، ومن
المعجزات بقي لو لقيت حد يحترم سكوتك
ويفهمه . وخوفك من كل حاجه فحياتك
ويحاول يرتبها معاك

بسيب الناس ترسمني وتشكلني على مزاجهم
وواحد كل واحد على هواه ، منهم اللي

شايفني محترم ومنهم اللي شايفني عكس دا
، منهم اللي شايفني حنين ومنهم اللي
شايفني قاسي . اللي شايفني متواضع وجدع
واللي شايفني مفرور وما مبيملاش عيني غير
التراب ، لكن عمري ما حاولت أبرر ولا أجمل في
نفسي علشان أبان كويس وقبل دا أنا ما
بيهمنيش غير رأيي في نفسي وإن ربنا هو
اللي عالم بيا وبنيتي ، أنا عمر كلام الناس عني
ما زعلني ولا عمره هيكون عائق ليا في
حياتي ملهما حصل . ٤ . بعد مروري بتجربتي

الأخيرة ، بدأت أشعر أن قلبي قد توقف عن ضخ
المشاعر والمشاعر التي أعنيها هي الثقة ،
أغلق بابه علي ، وأصبحت لا ألتفت لأحد ، لا
أحد يعجبني بمعنى أصح ، وهذا ليس غرورا
-والعياذ بالله- لكنه فقد للثقة ، شعور مرير
بأن ما فعله أحدهم بك لا يفارقك ، شعور مرير
بأن لا شيء يدوم . أنا قلبي حزين جدا الفترة
دي ، حزين لدرجة اني مش قادر انبسط بأي
حاجة وكل حاجة ثقيلة على قلبي .. مش قادر
أتخطى حاجة زعلتني ، ومش قادر أقاوم اللي

أنا فيه ، ومش قادر أواجه العالم اصلا..أنا
محتاج ههدنة من كل حاجة والله . " هذه
ليست أفضل أيامي ، لكنني أعيشها يارب على
يقين تام بك أنك تراني كما لا أحد يراني ،
أسعى في سبيل أن أجد في نهاية المطاف ما
تجبر به خاطري و تعبي ، و أن تمنحني عطفك
الذي يفنيني عن العالمين أجمع . " أنا
مبعرفش انسي حد دخل حياتي وحببته ملهما
كان وحش معايا او اتسبلي في اي وجع ، ايا
كان علاقتي بيه كانت ايه ، بيفضل فيه جزء

مني مش قادر يسببهم ، جزء سايب الباب
مردود عشان يعرفوا يرجعوا ، جزء بيتوجع لو
عرف ان حصلهم حاجة وحشة ، حقيقى
معنديش فكرة الموضوع ده ممكن يتغير ازاي
. ** بصراحه انا ديما فاتح المجال لاي شخص
يبعد عني ف اي وقت بدون اي مبررات و
بالعكس يسهل عليه الموضوع تماما و
مبسالش عنه ولا حتي بعاتبه و ده مش
استبياع مني بس انا بصراحة معنديش طاقة
امسك في حد عايز يمشي و شويه الطاقه اللي

فضلو عايز اعيش بيهم في سلام و هدوء و

بس ملهما كلفني الامر بصراحه ... حاسس اني

ملهما كبرت بردو مش هعرف اتعود على حوار

أن في أشخاص بيقعوا منك في الطريق ومش

هتعرف تعمل اي حاجه عشان تحافظ عليهم

خصوصا لو هما مش بيساعدوك على ده اكثر

من شخص كان نفسي نفضل في حياه بعض

ونعمل كل الذكريات اللي خططنا ليها سوا

بس هما إللي سابوا ايدي بدري أوي .. " يجب

أن تعلم علم اليقين بأن الإنسان يصارع نفسه

كل يوم وبداخله ألف هم وألف حزن ليخرج
أمامك بكل هذا الثبات . "

لست البطل في قصة أحدهم ولا خيبة أمل
لكل الذين رفضتهم في حياتي ، أنا الباب ،
الذي يتدافع إليه القادمون ومقبضي له تاريخ
حافل بالأيدي التي رفضتها . فيه حاجات
بسيطة بتفرق معايا بشكل كبير ، زي الرسالة
اللي بتوصلي بـ " ازيك واحشني " أو " أنا قولت
اطمن عليك " أو " خلي بالك من نفسك أو

الرسالة اللي بتوصلي من حد كنت نسيته
بيقولي في آخرها " أنت عمرك ما روحت من
بالي " أو بحبك اللي بتتقال في وسط chat ..
حجات بسيطة زي دي بتفرحني جدا والله . لما
عيطت على افتقارك لشخص حبيته من قلبك
ولهو ماشي وسايك كنت في الوقت ده محتاج
تسمع كلمة تحسسك بقيمتك عنده بس لما
اكتشفت إنك في حياته ولا حاجة قلبك بيبدأ
يقسى ، بعدها بتدخل في فترة محاولات
كبيرة ، محاولة إنك تتخطى اللي حصلك

ساعتها بتبقى واحد تاني تماماً ، واحد كاره
القرب من الناس وثقته فيهم بقت معدومه
وكل ده بسبب شخص واحد دخل حياتك
شقلبها وسابك لوحدك ومشى . أي شخص
هان عليه زعلي وسابني زعلان ومفكرش
يشوف المشكله كانت بينا ايه ، فا انا اسف اني
دخلته حياتي وخذ من وقتي ومجهودي
وطاقتي ، انا اكثر شخص بيتراضي بكلمة
واحد بجد فا كونك ما صدقت يحصل مشكله
فا مش ملهم ربنا بيعوض .أي شخص هان

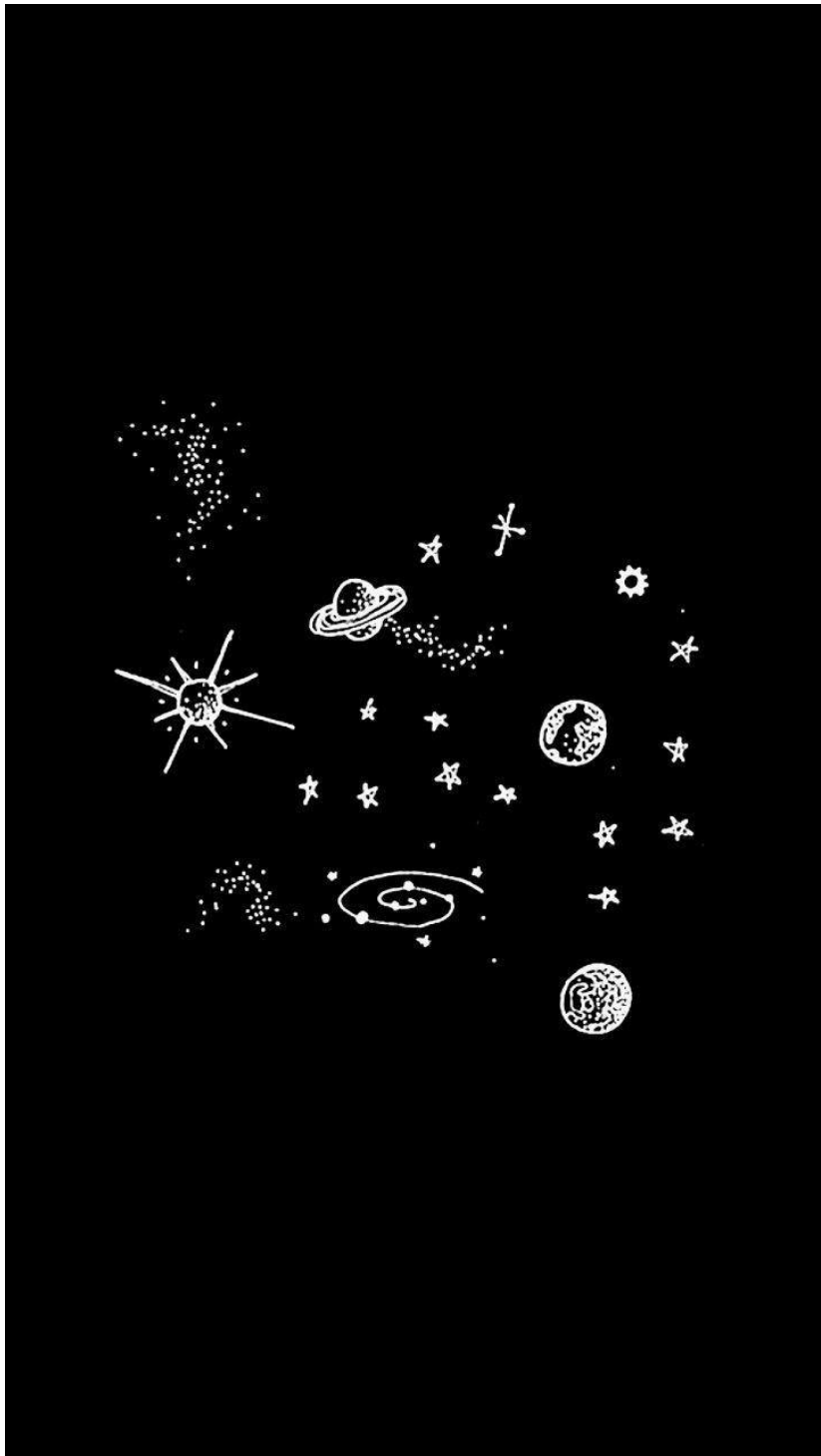
عليه زعلي وسابني زعلان ومفكرش يشوف
المشكلة كانت بينا ايه ، فا انا اسف اني دخلته
حياتي وخذ من وقتي ومجهودي وطاقتي ، انا
اكثر شخص بيتراضي بكلمة واحدة بجد فا
كونك ما صدقت يحصل مشكله فا مش مهم
ربنا بيعوض . مش قادر استوعب ازاي الواحد
نضجه بيزيد بالسرعه دي وفجأه نظرته ممكن
تتغير من ناحيه كل حاجه حرفياً ويكتشف ان
معظم قراراته وتفكيره كانت كلها غلط
وقلبه يتغير من ناحيه ناس كتير ١٨٠ درجه

ويبقى مش طايق سيرتهم حتى وحقيقي
سبحان اللي بينور بصيره الواحد وبيقلب
القلوب والله . العتاب دا حاجة كبيرة جدا يا
جماعة ومش أي حد يستحق إننا نعاتبه ؛
العتاب محبة فلما تقرر تعاتب حد يبقى
المفروض الحد دا بيبادلك نفس المشاعر
ويستحق إنك تلفت إنتباهه ، لكن ما ينفمش
خالص تعاتب شخص إنت أصلا بالنسبة له ولا
حاجة ، لإنك هتقابل أسلوب بارد ، ورد كفيل
يخليك تكره نفسك .. الله يعين كل واحد

مفلوب على أمره ، كل واحد مش قادر يبوح
باللي جواه ولا عارف يشرح . يعين كل واحد
مظلوم وسط الناس ومش قادر يتكلم ، ربنا
يعين كل واحد ببيان للناس كويس وبخير وهو
أبعد من إنه يكون كدا ، ربنا يعين الناس
الكتومة اللي بتشيل جواها لإنها عارفة إن
ملاهش سند غير ربنا . لقد هاجمني الاكثاب
مبكراً في وقت كان علي أن أقضي فيه اجمل
ايام حياتي . في حاجات لما بتتغير مبرجمش

تاني زي الأول مهما حصل ، زي إن مشاعرك

تتغير إتجاه حد



كانت روحك فيه وكسر قلبك ، أو زي صاحب
عمرك اللي فجأة أتحول لعدوك ، ولا شكك
اللي أتغير بسبب حالتك النفسية اللي بقالها
فترة كبيرة مش مضبوطة ، في حاجات كتير
للأسف لما بتتغير بتبقا أستحاله ترجع تاني
أحيانا أسباب زعلنا بتبقى مجهولة يعني
ممکن تبقى قاعد عادي وفجأة تحس إنك
مخنوق من غير اي سبب واضح لحالتك دي
والسبب إنك بتركز في التفاصيل وبتحلل
الكلام فممکن وإنت بتتكلم مع حد تلاحظ

وسط كلامه حاجة مش عجايب ؛ حقد ، كره ،
تمر ، ممكن يكون عدى على الموقف دا وقت
طويل بس لما تفتكره بتزعل بصراحه انا
معنديش خالص اى فكرة هكمل حياتي ازاي
وبأى طريقة ، انا تقريبا استهلكت كل محاولة
وفالآخر خسرت ، عملت كل حاجة تخليني
دلوقتي اكون في مكان غير مكاني بس
مفيش حاجة اتبدلت الخساره بتلاحقني
باستمرار .. كنت مستعد اني اضحي بكل حاجة
مقابل حاجة واحدة بحبها ، بس كل مره

بتبقي تضحيه من غير فايده وبخسر واكيد
هتقولي انت اتعلمت من خسارتك دي ،
هقولك متعلمتش اي حاجه والله ، كل اللي
اعرفه اني بندم ودي حاجه بتضايقني وخطاني
ف دايره ملهاش اول من آخر . أوعي تفتكر إن
التقل أو الردود المتأخرة حل ده كان زمان ،
حاليا اللي هتعمل معاه كده هيعتقد إنه
شخص غير مرغوب فيه ولو حاول مرة والثانية
مش هيحاول الثالثة وتدريبياً هينسحب ، إلي
بيستني كتير ويفقد الرغبة حتي في الحاجة

اللي استناها .. لذة النشء في توقيتته . دايم
الأيام دي بقول عنها إنها فرصة ، فرصة ترجع
علاقات راحت ، تصفي بين نفوس شايلة من
بعضها ، ترجع ود ووصال اتنسوا ، الأيام دي
أيام خير وفيها آلاف الفرص للرجوع والصلح ،
ما تستخسروش عتاب مخبيينه جواكم ، ما
تستخسروش محاولة يمكن بسببها تكسب
كثير والنفوس تصفى . التصالح مع النفس
يكمن في إن أبواب ماتفتحتش علشان مش
لينا ، وفرص ضاعت علشان ما كناش مستعدين

ليها ومش بالخبرة الكافية ، وناس خرجت من
حياتنا بالرغم من حبنا ليهم لكن برضوا مش
شبهنا ، طوق نجاتنا في الحياة هو الرضى
بالمقسوم بالرغم من وجع قلوبنا لينا مش
عارفين الخير فين شعور انك تروح تحكي لحد
حاجة وتقوله اللي انت بتمر بيه وتفضي عقلك
قدامه بكركبه وعشوائيته فيجمعها
بشويش ويرتبها بإبتسامة رقيقة ويحسسك
انه مدرك شعورك واللي بتمر بيه وانك مش

لوحدك .. شعور انك مش لوحدك دي اكثر

هتحتاج تحسها في لحظات

ضعفك للأسف محدش في حياتي يعرف إيه

اللي جوايا ، محدش يعرف مخاوفي اللي كل

يوم بتخليني مبعرفش أنا ، مفيش حد عارف

أن شكلي المتناسك الهادي ده وراه كتير

ومتأكد إن مفيش حد هيحس بيا ملهما كان

قريب مني لان اللحظة اللي بحط فيها راسي

عالمخدة مايفضلش فيها غيري أنا ،

وأفكاري ، وأوجاعي وكل الحزن اللي في
قلبي ، أنا اللي بواجهه كل ده لوحدى . مؤخرًا
بقيت اتعمد الهرب من اى دوشه بشوفها او
نقاشات كتير ملهاش لازمه وحاجات فيها
زحمه وهتوجعلى دماغى ع الفاضى ، بقيت
اشترى دماغى بأى تمن حتى لو كان عن طريق
انى ابعده او اسكت وحرفيا افضل حاجه ممكن
تقدمها لنفسك انك تعزل دماغك ونفسك
بعيد عن دوشه العالم المريب اللي بقا حواليك
دا فكرة ان الواحد رافض انه يدخل فى حاجه

لمجرد خوفه من تكرار حدث معين او ا مؤخرا
تصالحت مع فكرة اني مش لازم أبرر وانه
عادي ناس تكون شيفاني حد سيئ طالما انا
مناكد اني معملتش فعل مؤذي خلاص
مفيش داعي للتبرير أنا بواجهه كل حاجه
لوحدي ، بواجهه خزني وظروفي وتعبي لوحدي ،
مبقتش بقتنع بكلام حد لما يقولي أنا معاك
وجمبك لأن في الآخر بيمل ويبعد وأنا معرفش
أكون جمل على حد ولا هستنى لحد ما الاقيك
بتتهرب مني مع الوقت محدش هيحس باللي

جوايا غير نفسي لأن محدش بيستحمل حد .
قيمتي الحقيقية في معرفتي لنفسي وعلشان
كدا بفارق أي حاجة بتحسني بنقص وأي
حاجة مش لايقة عليا ، بسيب اللي يعني
وبقفل مليون باب وراه ، مش بتمسك باللي
ماشي ، ومش بقعد في مكان مش مرتاحله ،
بدور على راحتي وحاطط كرامتي قبل أي
حاجة علشان كدا مبسوط وراضي ملهما حصل
، واتقالي زمان اللي بيشوف نفسه قليل الناس
عمرها ما بتشوفه كبير وعلشان كدا دائماً أنا

كبير في عين نفسي وشايف نفسي استاهل .

اصعب خزن هو الحزن الداخلي اللي الواحد

بيعيشه بينه وبين نفسه من غير ميحسس اللي

حواليه بهممه أو باللي واجع قلبه ، دايمًا

بشوف إن الحزن الداخلي هو الأصعب لانه

بياكل في روحك ، بيخليك لا عارف تنام ولا

تاكل ولا تشرب ، كل حاجة في نظرك شبه

بعضها ، دايمًا عينيك حزينة وصوتك حزين ..

محظوظ اللي يقابل في حياته شخص ناضج
وعاقل ، عارف امتي يقفش وامتني يزعل
وامتني يتكلم وامتني يسكت وامتني يكون حنين
ويعدي ، يعرف امتي يهزر وامتني يكون جد
وقد المسؤولية ، يعرف ازاي يحتوي غضبك
وزعلك ، ويقدر أوقات تقلباتك المزاجية ، يعرف
امتني يغير من غير ما يخنقك ، ويقدر ببساطة
إنه يسعدك .. الفترة دي أنا أكتشفت إنني
محتاج معاملة خاصة . محتاج شخص ياخدني
زي منا ويعرف يحتويني ، يحترم زعلي

**ومشاكلي وتراكماتي اللي مبعرفش احكيها
لحد ، تشخص يحترم سكوتي وخوفي وقلقي
من كل حاجه في حياتي ، حد يتعايش مع
عقدة الالهتمام اللي عندي ، شخص ميحاولش
يفهمني قد ما يحاول يتحملني وخلص . ا
الحب حلو جدا ، بس لما تكون مع حد مقدرك و
مقدر اللي بتعمله علشانه ، حد يقدر يفرحك و
يفرحك من قلبه ، حد فاهمك من جواك من
غير م تبررله أي حاجه ، لو ملقيتش الشخص ده
متقبلش بأي شخص يبجي ف طريقك وخلص !**

، استني لحد م تقابل الشخص اللي تكون
مرتاح معاه ، حياتك هتعيشها مره واحده ..
فيه ناس في حياتك كل مهتمهم ف الحياة
انهم يتعبوك يتعبوك ازاي بقا في حاجات كثير
وفيه ناس مهتمهم في حياتك يتعبوك نفسيا
يضطوك في حياتك اكثر مانتا مش واخدين
بالهم انك متدغدغ من جواك مش واخدين
بالهم انك متلصم مش واخدين بالهم انك
علي تكة مش عايز حد يتكلم قد مانت عايز حد
يسمعك وممكن لا عايز حد يتكلم ولا عايز حد

يسمعك عايز حد يفهم سكوتك وفي نفس
الوقت حد يحس بيك الناس مش بتبقي عارف
تعمل معاها اي زي مثلا صاحبك كل ما
يشوفك يقولك انت مبتسألش عليا انت مش
عايز تشوفني انت مبتكلمنيش ليه اول ما
بيكلمك بتفرح ان هو كلمك وبعد ازيك انت
عامل اي يقولك انت مبتسألش عليا ليه سؤال
ملاهوش اي معني مبتسألش عليا ليه
مبسألش عليك عاشان انا مش عايز أسأل عليك
بس طالما رديت عليك بيقا انت ملهم عندي

يبقا انا عايز ارد عليك مش لازم اما تلاقونا
مبنتكلمش ان احنا اتفيرنا لا عادي علي فكرة
احنا مش كارهينكو بس احنا مش عايزين
نتكلم سهلة وبسيطة مش حاين نتكلم
دلوقتي مش حاين نتكلم النهاردة مش حاين
نتكلم بكرة مش حاين نتكلم اسبوع مش
حاين نتكلم لمدة شهر قدام لسة بنحبكو
مكرنهنكوش ولا حاجة العيب فينا احنا اللي
ناس مجهدين شوية ناس بميت الف حال في
نفس الوقت . في مواقف عامله زي القهوة ،

طعمها مر بس بتفوقك وتخليك تصصح ،
والحقيقه إن ملهما كانت صعوبة اللي بتمر
بيه فأكيد ربنا عنده حكمه في إنك تعيش
الشيء دا ، جايز ربنا عايز يفوقك ، يوريك حاجه
إنت مش شايفها ، ومش بعيد بعد المحنة
الصعبه دي تبدأ تعيش أحسن مراحل حياتك ،
ما تستعجلش كله بأوانه .

بعد فترة م البعد عن أحدهم هتكتشف إنه
كان سهل تعيش من غيره وسهل كمان تعيد

ترتيب يومك وما يبقاش له مكان فيه ،
وهتأكد إن الحياة ما بتقفش ع حد كل
الحكاية إننا أحياناً ينبالغ ف تقدير الأشخاص
وبسبب حبنا ليهم بنديهم قيمة أكبر بكثير من
قيمتهم الحقيقية . حاسس أن مفيش شخص
واحد ع وجه الأرض ممكن أحس انه فالهمني ،
و لو طلع مني تصرف بطريقة عفوية يفهمه
صح .. مفيش حد في العالم أقدر أقول أن لو
الدنيا كلها فلهمتني غلط هو لهيفلهمني
صح و دا شئ حزين جدا..أنك تعيش حياتك

بتدافع عن نفسك ! أنا شخص مترتي كويس :

فلما بخسر حد بخسره بعفويتي وصراحتي

وعمري ما كسبت حد بالنفاق والتصنع ، لما

بقرر أبعد عن حد ببعد من شكات لا بفضح ولا

بعاير ولا بلقح ولا بتهون عليا العشرة ولا حتى

برتي جوايا دوافع إنتقام وكره ، بسامح أي حد

وبسبب الباقي على ربنا ، حسنا ، الهدأ ، كل

شيء ما زال على ما يرام ، التقط أنفاسك .

امسك الورقة وانزعها من مذكرات حياتك ،

مزقلها ، احرقها ، وانثر رمادها في بحر لا

تستطيع أعتى الفواصات لمس قاعه ، ثم ابدأ
كتابة من جديد على السطر الأول ، في صفحة
بيضاء لا نقطة حبر فيها . مهما هربنا من
حقيقة إن كل واحد بيروح للي شبهة بترجع
في الاخر ونؤمن بيها ، مهما حاولت تغير من
شخص وتغير من مستواه وكلامه وتغير من
البيئة اللي جاي منها هتتصدم بواقع إن
الشخص دا برضوا عنده نقص وشايف إن
الوضع الجديد مش مناسبه ولا لايق عليه ،
فاختار تعيش مع اللي شبهك من البداية ما

تراهنش على تغيير حد أقل أو أعلى منك
وتقول هخليه يناسب وضعي ، ببساطة
النضيف هيفضل نضيف والي ماتعودش على
الغالي هيشوف إن دايم الرخيص لايق عليه
وهيروحه . أتمنى ينتهي بيا المطاف مع حد
فاهمني كويس و حابني زي م أنا ، و متقبل
عيوبي وحاببها ، أو على الأقل بيساعدني
أصلحها مبيعيرنيش بيها ويقول كل شويه
إنه مستحملني ، و نواجه الحياه و مشاكلها
سوا و إحنا مبسوطين . بتمني في نهاية

المطاف أقابل شخص يبقى رفيق درب فعلا ،
شخص أحس إنه شبهي ، شخص فارق معاه
خزنى قبل فرحي وغيابي قبل وجودى شخص
ملهما ساءت بيا الأمور ألقيه في كتفي
وساندني ويبقى سند ليا ، شخص وجوده دائم
مش فتره وفجأة يمشى ، شخص ميتفيرش ولا
يبقى معايا بحالات ، شخص يحسني إلى حلو
وأتحب ف كل حالاتي . أي شخص هان عليه
زعلي وسابني زعلان ومفكرش يشوف
المشكلة كانت بينا ايه ، فا انا اسف اني دخلته

حياتي وخذ من وقتي ومجهودي وطاقتي ، انا
اكثر شخص يتراضي بكلمة واحدة بجد فا
كونك ما صدقت يحصل مشكله فا مش مهم
ربنا بيعوض . مبعرفش اخرج حاجه حبيتها من
قلبي بسهوله ، بيصعب عليا انسى حد وكمان
بيبقي مطلوب مني اخرجه من تفكيري وقلبي
عشان خلاص مبقاش موجود ومش هينفع
أفكر فيه ثاني ، بحس نفسي داخل حرب نفسيه
وذهنيه ولازم اتغلب على تفكيري والحنين

**والإشتياق للشخص ده ، وللأسف انا الي
بيتسبلي أذي نفسي فالآخر.**

فكرة انك تحاول تتخطي حاجة جواك مسيبالك

حزن جامد و تعبك نفسيا دي حاجة مش

سهلة خالص ، الحقيقة ان الواحد بيعاقر وقت

طويل وممكن اوي يلاقي نفسه لسه واقف

مكانه زي ما هو والمجهود والمعافرة دي

كلها كانت على الفاضي فحقيقي ربنا يعين

كل واحد بيحاول يتجاوز مرحلة معينة كانت

سبب في تدميره نفسيا الكنز الحقيقي اللي

لقيناه في الرحلة هو إنا فهمنا ، فهمنا
الناس والحياة .. فهمنا إن العشم في غير الله
مذلة ، وإن الروح والحنية والأصل الطيب أهم
من الشكل ، فهمنا إن مش كل اللي بيضحك
في وشنا بيحبنا وإن النفوس الخبيثة بتبقا
واضحة قدامنا ومكشوفه ، فهمنا إن حرام
نتعامل مع الناس القاسية أو نضيع وقتنا
معاهم ، وحرام نعاتب ناس إحنا مش في
أولوياتهم ، فهمنا إن قيمتنا عالية وحنيتنا
وطيبتنا للي يستاهلونها وبس . " لو أنك تدري ،

**كم تسوء الأمور من ناحيتي ، كم أصلح شيئاً
فتفشد آلاف الأشياء و كم أحاول ، و كم أركض
في كل إتجاه ، في كل اتجاه و لا أصل . "**
**عشان تمشي صح في حياتك ، توقع اي حاجه
من اي حد ، متقولش ده واثق فيه ، وده
مستحيل يعمل كدا ، وده واكلين عيش و ملح
مع بعض ، كل حاجه ممكن تحصل من اي حد
أيا كان . فكرة ان الواحد رافض انه يدخل في
حاجه لمجرد خوفه من تكرار حدث معين او
استرجاع ذكريات سيئة مر بيها فكرة متعبه و**

محيرة و بتخلي الواحد مش مرتاح في أي
حاجه بيعملها . بلاش تسيب شخص عزيز عليك
لوحده في وقت حزنه ، الحزن يحرق الروح ،
الحزن كفييل إنه يطفى الشخص ويحوله
لإنسان فاقد للأمان وفاقد الثقة في كل
الناس ، عشان كدا بلاش تسيب شخص بتحبه
لخزنه حتى لو هو مطلبش منك ، خليك معاه ،
خليه يحس بوجودك ، يحس بالهتمامك ، خليه
يعرف إنه مش لوحده بجد النهايات من
الحاجات اللي عمري ماحبيتها مباحبش أعيش

نهاية أي شيء بحبه أو إتمودت عليه أيا كان
الشيء ده إيه حتى لو كان مسلسل أنا شخص
loyal أوي للحاجات اللي بيحبها و دايمًا بحب
أشوف استمرارها في حياتي انا اه مؤمنة
بجملة إن لكل شيء نهاية بس ولا مرة قدرت
أتقبل نهاية الأشياء وخسارتها . - ماذا لو أن
هنالك شخص يعرف عيوبك ويختارك ، تزعجه
وتفضبه ويختارك ، شخص يختارك كل يوم
كأنما خلت الأرض إلا منك .

بتمنى حاجات كثير الفترة دي بتمنى عقلي
يرتاح من كل الأفكار المعقدة اللي مضطر
أتعاش معاها بتمنى أبطل قلق وتوتر بتمنى
قلبي يهدى من الضيق اللي حاسس بيه
بتمنى التعب والإرهاق ميظهرش ع ملامح
وشي بتمنى أعرف أنا من غير م أفكر في
حاجة بتمنى يومي يخلص من غير أي خذلان
جديد . وحدتي لا تعتمد على وجود أو غياب
الناس بل على العكس أنا أكره من يسرق مني

وحدتي دون أن يقدم لي في المقابل رفقة
حقيقية . التعامل مع الناس بقى مرهق جدا
للأمانة ؛ نعاملهم حلو يعاملونا وحش ،
نتجاهل معاملتهم الوحشة عشان ما نشدش
مع بعض ، يتهمونا إننا مش مهتمين وما
بنسألش عليهم ، نسأل عليهم يتجاهلوا
ويردوا لما يجيلهم مزاج .. طيب في إيه بجد ؟
هو إنتوا عايزين عاركة وخلص ! دا إيه العيشة
اللي تقصر العمر دي . كل واحد فينا فيه اللي
مكفيه ، وشايل بينه وبين نفسه اللي

ما يستحمل هوش جبل .. رفقا بما تخبأه
القلوب..الكاتب " كافكا " قال : (الحياة حرب ،
حرب مع نفسك ، وحرب مع ظروفك ، وحرب مع
الحمقى الذين خلقوا هذه الظروف) .. نخف ،
ونساع بعض حبتين .. أغلي حاجة ممكن
تقدمها لفيرك في الوقت ده شوية " لطف ،
وتلهوين . ربما سنلتقي بأغنية قد سمعناها
سويا ، أو بدعوه صادقة وربما أيضا في مكان
جمعنا يوما ، وربما كما يقال بعد عام وحرب ،
ولكني لا أعلم متى تنتهي تلك الحرب ، ولا

أعرف متى سينتهي العام ، ولكن حتما
سنلتقي .

ربما في يوما ما في مكان ما ، حينما يكون
الزمان اقل بؤسا قد نلتقي ونرى بعضنا
البعض مرة اخرى . ذاكرك هي أكبر أعدائك ،
وتقريبا مفيش ساعة بتعدي من غير ما دماغك
تمكنن عليك وتفكرك بحاجة من الحاجات
الكثير اللي بتبذل مجهود كبير عشان تنساها
، والوضع دا بيأثر على نومك وممكن تفضل

في السرير بالساعات بتحاول تنام وعلى ما
دماغك تفصل وتسيبك تنام بيكون الليل قرب
يخلص ويادوب بتخطف ساعتين ثلاثة بالكثير
في اليوم كله .. فحقيقي ربنا يعين الناس اللي
دماغها ما بتبطلش تفكير " مع الوقت وبمرور
السنوات يتغير الإنسان فيصبح أكثر صالحا مع
ذاته ، ويبحث عن الهدوء وراحة البال ، وتقل
قدرته على تحمل سخافات الآخرين ، وتقل
قدرته على غفران زلاتهم ، ولا يمكنه تقبل
مبرراتهم بل وقد يصل الأمر إلى أن يصل لعدم

رغبته في الاحتفاظ بهم ، ويكتفي أن يحتفظ
بنفسه ويحافظ عليها . " هناك نصف آخر
لذلك الشخص المبتسم دائماً ، نصف لا يراه أحد
سوى هو ، ذلك الشخص الذي في الليل يعيش
لحظات إنكساره وحده ، ثم يأتي الصباح
لينهض مستقبلاً له مبتسماً وكأنه لم يحدث
شيء ، لكن دائماً ما يعلم أنه في يوم من
الأيام سيعوضه الله عن ذلك الصبر سيعوضه
خييراً مما مضى بما يتمناه قلبه حتى يرضى . "

على الأقل يجب أن يمتلك المرء منا كتفاً يميل

عليه وقتما تميل الدنيا فوق رأسه ، أن يكون
لدى كل منا شخصاً واحداً قادراً على الإختباء
فيه من سخافات أفكاره .. ألا يحارب الإنسان
منا وحده .. ألا ينتهي يوم أحدنا دون أن يجد
من يخبره كم أن قسوة الحياة كانت لتقتله
لولا وجوده أنا ديما بحاول أبين عكس اللي
جوايا ، بحاول أبين إن مفيش حاجة وإني
كويس وكل حاجه تمام مع إني من جوايا
بكون مدمر من كل حاجه ، بعمل كده علشان
مش عاوز أقرف حد معايا ، أو بكون خايف من

رد فعل اللي قدامي انه يستهين بزعلي
وبمشاكلي ، و حقيقي موضوع اني ابين
عكس اللي جوايا ده مقرف جدا .أنا مش عايز
بيجي يوم والشخص اللي إختارته بكامل
إرادتي يخذلني قدام نفسي وقدام الجميع ،
مش حابب أعيش اللحظة اللي هبقى واقف
فيها وسط الناس وباصص في الأرض
وشايفهم بيشاوروا عليا ويقولوا : (ما إحنا
حذرناك كتير ولو كنت سممت كلامنا ما كانش
حصل فيك كل دا) أنا حقيقي مش هتحمل

بشاعة اللحظة دي ولا هتقدر أصلا أعيش
الشعور دا " لا تخجل من لحظات ضعفك لأنها
صادقة ، لا أحد يمكنه أن يظل واقفا يقاوم
ويقاتل دائما . حتى الشجرة يرهقها الوقوف
في وجه الريح فتنهار ورقة ورقة ولكن يظل
قلبها أخضر ليشع من جديد ! "

النهاية