

مِنْ الحيَاةِ إلى الحيَاةِ

د. محمد زياده

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم، والصلاة والسلام على من بُعث ليتمم لنا مكارم الأخلاق، سيدنا وحبيبنا محمد، وعلى آله وصحبه وسلم.

أما بعد...

فكرة طباعة كتيّب يحتوي على محطات للتزوّد بالطاقة لم تكن فكرتي في الأصل، بل كانت رغبة دائمة من أحد المقربين منى، والذي كان يُلحّ عليّ أن أكتب كتابًا. وكانت هذه الرغبة تتجدد كلما رأى أثر الدعم الذي أقدمه لمن حولي، سواء بصورة مباشرة أو غير مباشرة.

في الحقيقة، كنت آخذ الأمر على سبيل المزاح، وربما كنت أظن أنه ليس لدي ما يستحق أن يُكتب.
ولكن قريبا، دار بيني وبين أحد من يثقون في رأيي حوار أسعدني كثيرًا. طلب مني مشورتي في خطوة قادمة تحمل الكثير من التحديات والجهد، ويسبقها سفر مرهق لا بد منه. وكان سؤاله:
هل أُقدم على هذه الخطوة رغم هذه الظروف؟
كان ردي واضحًا: **نعم**، **لا بد من الإقدام رغم التحديات**.
وسردت له تجربة سريعة مررت بها في بداية عام ٢٠٢١. وعلى غير المتوقع، لاحظت تغيّر قناعاته تمامًا، بل وتحولت إلى عزيمة وإصرار على اتخاذ القرار.
هنا توقفت قليلًا... وتذكرت ذلك الإلحاح القديم بأن أكتب.
وفكرت: **ولم لا**؟

ربما تصادف كلماتي يومًا ما قارئًا، فتُغيّر لديه فكرة، أو تصحح مفهومًا، أو تُلهمه في مسار حياته.
هذا الكتيّب مجاني تمامًا، لا أبتغي من ورائه ربحًا أو عائدًا ماديًا، وإنما أسعى إلى نشر "الطاقة" بالمجان، خاصة في زمن أصبح فيه كل شيء غاليًا.
طاقتي مستمدة من تجربة صحية صعبة مررت بها لعدة سنوات، وتجاوزتها بفضل الله أولا، ثم بدعاء ورضا والديّ عنى، ثم بشيء من العزيمة والإصرار ثم بدعم المحبين الصادقين امثالكم .

هيا بنا نبدأ رحلتنا...
هيا بنا إلى محطات التزوّد بالطاقة.
هيا بنا إلى "**الباور بانك**"


حتما باذن
الله سانتصر

حتمًا بإذن الله سأنتصر

شعارٌ كان بداية إصراري على مواجهة ومحاربة السرطان.

فمع نهاية عام ٢٠١٨م، أجريتُ جراحة لأخذ عيّنة من الورم الموجود على الأحبال الصوتية. تمت الجراحة، ثم قمنا بتحليل العينة واستلام التقرير. وقتها لم أفهم شيئًا مما كُتب فيه، فالمصطلحات الطبية كانت صعبة عليّ، كما أنني لم أكن قد تعرّفت بعد على طبيب أورام ألجأ إليه لشرح النتيجة.

وكانت هناك شخصية فاضلة وغالية على قلوبنا، فقدت ابنها بسبب السرطان ـ رحمه الله وأسكنه فسيح جناته ـ وكانت لديها علاقات بالأطباء الذين أشرفوا على علاجه، فطلبت منا التقرير لتستفسر عنه.

مرّ يومان على إرسال التقرير إليها، ثم جاءت النتيجة...

لم أُبلَّغ بها مباشرة، لكن في إحدى الليالي أخبرتني زوجتي أن الرد قد وصل، وأن الورم سرطاني في مراحله الأولى، وأنني سأحتاج إلى جلسات إشعاعية وربما كيماوي، حسب البروتوكول الذي سيحدده الطبيب المعالج.

سمعت الخبر...

أو بالأحرى، تلقيت الصدمة.
لم أرَ النوم تلك الليلة.
مشاعر مختلطة من الحزن والخوف واليأس والرعب من القادم:
كيف سأعمل وأنا رأس مالي صوتي في التدريب؟
كيف ستتعامل معي الشركة عندما يعلمون بمرضي؟
كيف سأدير بيتي ماديًا، وعملي هو مصدر الدخل الوحيد؟
وكيف... وكيف... وكيف؟
ظللت تائهًا لمدة يومين، أتظاهر بالقوة، بينما بداخلي طفل هشّ يخاف المجهول.

سيطرت عليّ حالة من العزلة، إلى أن نهضت فجأة وكأنني أفقت من غفلة، وصرخت بداخلي:

لن أستسلم... أبدًا.

ومن هنا وُلد الشعار:

"**حتمًا بإذن الله سأنتصر**"

سريعًا وضعت الشعار بدلًا من صورتي الشخصية على صفحتي في "فيسبوك"، وكتبت:

"**الحمد لله... أنا مريض سرطان.**"

كان هدفي من الشعار أن أشحن نفسي بالطاقة، وأن أساند نفسي بنفسي.

لكنني فوجئت بعد نشر الصورة مباشرة باتصالات ورسائل كثيرة من أناس لم أقابلهم يومًا، من داخل مصر وخارجها، يدعمونني ويؤكدون لي أنني سأنتصر.

وكان لهم بعد الله فضلٌ عظيم فيما قدموه لي من دعم نفسي وإنساني، سواء من لا يزالون بيننا أطال الله أعمارهم، أو من رحلوا إلى رحمة الله، أسكنهم الله فسيح جناته.

ظل هذا الشعار أمامي منذ تلك اللحظة، وحتى بعد الشفاء، إلى أن علمت أن جسدي قد تطهّر تمامًا من السرطان.

وأدركت وقتها أن:

قد تكون صورة...

أو رسمة...

أو كلمة تبتكرها بنفسك...

سببًا في تغيير حالتك بالكامل.

المهم ألا تستسلم.

ومن الأشياء التي أسعدتني كثيرًا، أن هذا الشعار موجود حاليًا في إحدى دور إقامة مرضى السرطان، وقد تم تحديثه ليصبح:

"**حتمًا بإذن الله سننتصر**"

فشكرًا للقائمين على الدار، لتبنّيهم فكرة الشعار، وجعله رسالة دعم وتحفيز لكل المقيمين بها.

من الإشعاع إلى المطار

غالبًا ما يبدأ المسافرون رحلاتهم من منازلهم متجهين إلى المطارات، استعدادًا لسفر يحمل أملاً أو عملاً أو متعة.
أما في هذه الرحلة، فقد كان الانطلاق مختلفًا تمامًا؛ إذ بدأت الطريق إلى المطار مباشرة بعد جلسة إشعاع، ومنها إلى مطار القاهرة الدولي.

كانت القصة أن الشركة التي كنت أعمل بها تلقت طلبًا من إحدى الشركات في مدينة الرياض لإقامة ورشتَي عمل، مدة كل ورشة يومان، أي أربعة أيام عمل متواصلة.

وفي ذلك الوقت، لم أكن قد أخبرت أحدًا في العمل بأنني مصاب بالسرطان وأتلقى العلاج، حفاظًا على عملي وخوفًا من أن يؤثر الأمر على مستقبلي المهني.
اتصلوا بي هاتفيًا وأبلغوني بالموعد المحدد، ثم سألوني إن كنت أستطيع القيام بالمهمة أم لا.
لم أعتذر، لكنني حاولت التعلل بظروف حجوزات الطيران، متحججًا بـ "دعوني ابحث عن رحلات متاحه عسانى أجد مقعدًا متاحًا".

غير أنني فوجئت بأن الأمر قد حُسم، فالاتفاق مع الشركة الطالبة كان يتضمن توفير تذاكر السفر ذهابًا وعودة، إضافة إلى الإقامة الكاملة.
حينها أدركت أنه لا مفر.

كان تأثير جلسات الإشعاع قد بدأ يظهر بوضوح؛ آلام حادة في الحلق، وصعوبة شديدة في البلع، وكلام يخرج متقطعًا يرافقه نهجان واضح، لكن لم يكن باليد حيلة وأرى أنى قادر على أداء جيد.
طلبت من طبيبي المعالج أن يمنحني خمسة أيام فقط، أُنجز خلالها المهمة ثم أعود لاستكمال العلاج.
وافق الطبيب، وأخبرني أن هذا الغياب ـ بإذن الله ـ لن يكون مؤثرًا على بروتوكول العلاج.
وفي صباح يوم السفر، توجهت في التاسعة صباحًا إلى مركز الجلاء لتلقي جلسة الإشعاع، وما إن انتهيت منها حتى انطلقت مباشرة إلى مطار القاهرة الدولي، حيث كانت رحلتي إلى الرياض في الواحدة ظهرًا.

وصلت إلى هناك، وأقمت ورشتَي العمل وأنا أقف على قدميّ متظاهرًا بالقوة، رغم أن التعب كان ينهش جسدي وبشدة.

كنت أعيش طوال ساعات العمل على شرب الماء والعصائر، رغم صعوبة البلع، أما الطعام فكان قصة أخرى.

أبلغت إدارة الفندق بأن لدي مشكلة صحية ـ دون الإفصاح عن حقيقتها ـ وأن الطبيب أوصى بأن تكون وجباتي عبارة عن لقيمات صغيرة تُتناول على فترات متقطعة، ولذلك لن تناسبني فكرة تناول الطعام داخل المطعم.
وكان موقفهم إنسانيًا ومقدرًا؛ إذ سمحوا لي بالحضور وقت بوفيه الغداء والعشاء أُحَضِّر لنفسي ما اشتهيه ومنسوبي خدمة الغرف سيوصلونه الى غرفتي مباشره لأتناول وجبتي داخل الغرفة على مهل.

وقد كان ذلك حلًا أنقذ الموقف، وإلا لكنت قضيت الأيام الأربعة كاملة بلا أكل تقريبًا.

كانت رحلة عمل عادية في ظاهرها، لكنها في داخلي كانت معركة صامتة بين الألم والواجب، بين المرض والرغبة في الاستمرار، وبين جسدٍ يتعب وروحٍ ترفض الانكسار.

كورس بطعم الكيماوي

هذا التحدي تحديدًا لا يمكنني نسيانه أبدًا، لأنه كان ختام رحلتي مع التدريب، وفي الوقت نفسه كان الأصعب والأقسى بين كل ما مررت به.
في بداية عام ٢٠٢١، وصلني جدول الدورات التدريبية الخاصة بالعام، ولم يكن يتضمن سوى موعدين مؤكدين فقط خلال شهر أبريل.

وفي ذلك الوقت، كنت ما أزال أخفي عن جهة عملي حقيقة إصابتي بالسرطان وتلقي العلاج، خوفًا على عملي، وتمسكًا بالأمل في أن أُشفى وأعود لمواصلة مسيرتي التدريبية بصوتي الذي كنت أرجو أن يعود كما كان.
في أول فبراير ٢٠٢١، خضعت لجراحة استئصال جزء كبير من الورم، وكانت مرحلة ما بعد الجراحة شديدة القسوة.
عانيت كثيرًا من الألم، ولشهر كامل تقريبًا لم أكن أستطيع النوم مستلقيًا؛ بل كان نومي جالسًا بسبب شدة المعاناة.

وفي شهر مارس، ذهبت لمتابعة حالتي مع طبيب الأورام، فقرر بشكل عاجل استكمال العلاج الكيماوي، لكن هذه المرة ببروتوكول مختلف.
كانت الجلسة تمتد لـ ٩٦ ساعة متصلة داخل المستشفى، وتتكرر كل ٢١ يومًا، بإجمالي ست جلسات.
سألته وقتها برجاء:
"**يا دكتور... ممكن أؤجل الجلسة لما أرجع من شغلي؟**"
لكن الرد جاء حاسمًا، بل وقاسيًا بعض الشيء، وكان الرفض قاطعًا ولن انسى كلماته "**شغل ايه اللي أهم عندك من صحتك!! طبعًا لا. مفيش تأجيل**".
تحدد موعد أول جلسة في نهاية مارس، وبالفعل تلقيت العلاج الكيماوي، ثم عدت إلى البيت محطمًا من شدة الألم والإجهاد.

كان يفصلني عن موعد الكورس خمسة ايام فقط، وبدأ الصراع داخلي:
هل أستطيع السفر والعمل؟
أم أعتذر؟
ولو اعتذرت... هل سأظل ضمن حسابات شركتي والعمل بعد ذلك؟
وفي النهاية، اتخذت قراري:

لن أعتذر.

قبل موعد الكورس بيوم واحد، سافرت وأنا أجر قدميّ كما أجر حقيبتي.

كنت أحدث نفسي طوال الطريق:

"**أنت بتعمل إيه؟**

رايح فين بالحالة دي؟

هو أنت مجنون؟"

كنت أسير داخل المطار متجهًا إلى صالة الركوب، وفي داخلي رغبة حقيقية في العودة.

التعب كان يفوق الاحتمال، حتى إنني عندما جلست داخل الطائرة شعرت وكأنها ربما تكون الساعات الأخيرة في حياتي.

لكنني وصلت.

وفي صباح اليوم التالي، توجهت إلى مقر الدورة التدريبية.

كان صوتي باهتًا وضعيفًا، وحركتي بطيئة وكأنها تخرج بصعوبة من بين الألم، لكن لم يكن هناك خيار سوى أن أبدأ.

ولأول مرة في حياتي التدريبية، قررت أن أقدم الكورس وأنا جالس، على غير عادتي تمامًا.

ومع ذلك، كان صوتي بالكاد يصل إلى الحاضرين، رغم أن عددهم لم يكن كبيرًا.

أدركت سريعًا أن الوضع لن يستمر هكذا، فاتخذت قرارًا عاجلًا بشراء سماعة وميكروفون، علّني أستطيع الحفاظ على الشكل العام للكورس وإكماله بصورة مقبولة.

لكن كل من حولي كان يرى بوضوح أن الأمر غير طبيعي، وأن التعب الظاهر على يخفي وراءه شيئًا خطيرًا.

حتى شركتي اعترضت على حضوري بهذه الحالة، وتساءلوا لماذا لم أعتذر منذ البداية.

حينها فقط أخبرتهم بالحقيقة:

أنني أتعالج من السرطان، وأنني حصلت على جلسة كيماوي قبل أقل من أسبوع.

وفي ذروة التعب يومها، تواصلت مع صديقة غالية، بل أخت عزيزة، ما زالت علاقتي بها قوية حتى اليوم.

كانت تعمل في أحد المستشفيات العسكرية بمدينة الرياض، فطلبت منها أن تستشير أحد أطباء الأورام ليصف لي أي مسكن يساعدني على الاحتمال، لأنني بالفعل لم أعد أقوى على تحمل الألم.
ولم تكتفِ ـ مشكورة ـ بإرسال اسم الدواء فقط، بل قامت بتوفيره وإرساله لي بنفسها ليصلني حيث مقر اقامة الدورة.

انتهى الكورس...
وانتهت معه رحلتي الطويلة مع التدريب.
وحتى اليوم، كلما تذكرت تلك الأيام، أشعر وكأن طعم الكيماوي ما زال حاضرًا في فمي، وكأن الألم لم يغادر الذاكرة أبدًا.
لكن **الحمد لله رب العالمين على كل شيء**.

السفر بدون كلمات

عقب انتهاء الجراحة الكبرى بعدة أشهر، كانت الحياة ما تزال تحاول أن تستعيد إيقاعها الطبيعي، ولكن ببطء شديد.

في ذلك الوقت، كانت رحلات السفر إلى السعودية قد توقفت بسبب جائحة كورونا والحظر المفروض، ثم عادت الرحلات مرة أخرى تدريجيًا، وهنا بدأت حيرتي الحقيقية:
هل أسافر وأنهي إقامتي هناك بنفسي؟
أم أبقى في بيتي حتى تُلغى تلقائيًا وينتهي الأمر؟
في داخلي كنت أعلم جيدًا أنه لا أمل في العودة للحياة هناك مرة أخرى، ولا فرصة للعودة إلى عملي كما كنت من قبل.
لقد حان وقت الرحيل.

لكن شيئًا واحدًا ظل يجذبني بقوة لاتخاذ القرار: حنيني لأن أختم رحلة اغترابي الطويلة ـ التي بدأت منذ عام ١٩٨٨ ـ بعمرة وزيارة لبيت الله الحرام والمسجد النبوي الشريف.

كان القلب قد اتخذ قراره بالفعل:
نعم... سأُسافر.
لكن السؤال الأصعب كان:
كيف أسافر وحدي وأنا لا أستطيع نطق كلمة واحدة؟
في ذلك الوقت لم يكن الجهاز الناطق قد أصبح متوفرًا معي بعد، ولم يكن يخرج مني أي صوت يمكن أن يُسمع.
ورغم ذلك، قررت السفر.

أحضرت ورقة، وطبعت منها عدة نسخ، كتبت فيها عبارة بسيطة:
"عزيزي... أنا فاقد النطق، فضلًا لا أمرًا ساعدني".
وأصبحت تلك الورقة هي رفيقة رحلتي، إلى جانب ورق وقلم أكتب بهما ما أريد قوله لمن يساعدني.
حجزت الرحلة بالفعل، وقررت أن أمكث هناك شهرًا كاملًا... بلا كلمات.
وكان أول اختبار حقيقي لنجاح فكرتي في مطار القاهرة.

حين وصلت إلى الكاونتر، لم يفهم الموظف المسؤول ما الذي أريده، فأريته الورقة.
نظر إليها ثم قال بلطف:
"انتظر قليلًا".
وبعد دقائق، جاء شخص مهذب جدًا، رحب بي بحرارة، وطلب جواز السفر والتذكرة، ثم رافقني بنفسه خطوة بخطوة؛ من وزن الأمتعة، إلى استخراج بطاقة الصعود للطائرة، وحتى إنهاء إجراءات الجوازات، إلى أن أوصلني إلى صالة الانتظار قبل الإقلاع.
كان يقوم بكل شيء... بينما كنت فقط أقف بجواره.
منذ تلك اللحظة أدركت أن لتلك الورقة أثرًا عظيمًا.
وعندما وصلت إلى مطار جدة، كررت الأمر نفسه، ولم يكن الموظف هناك أقل لطفًا وكرمًا من موظف مطار القاهرة.
لكن التحدي الأكبر كان ينتظرني خارج المطارات:
كيف سأتعامل مع الناس؟
كيف سأتنقل بين المدن؟
وقد كنت أخطط لزيارة مكة المكرمة، والمدينة المنورة، وجدة، ثم الدمام والخُبَر.
وهنا بدأ فصل جديد من التجربة...
فصل الكتابة بدل الكلام.
بدأت أتعامل مع الحياة وكأن فقدان الصوت أمر طبيعي، وكأنني لم أفقد شيئًا أصلًا.
في المطاعم كنت أكتفي بالإشارة إلى الوجبة التي أريدها، وفي الأسواق والبقالات لم تكن هناك أي معاناة؛ فأنت تختار ما تريد ثم تدفع الحساب دون حاجة للكلام.
أقمت أيامًا في مكة المكرمة، ثم أيامًا أخرى في المدينة المنورة، ولم أشعر يومًا أنني ناقص أو عاجز.
ثم جاء تحدٍ جديد:
السفر إلى الدمام.
وكان عليّ أن أتوجه إلى المطار مجددًا، وأكرر التجربة نفسها.
ورقتي الصغيرة كانت رفيقة الطريق دائمًا.

وبالفعل، قضيت أسبوعًا كاملًا هناك؛ خروجات، وزيارات، وتجمعات مع الأصدقاء، وكانت وسيلتي الوحيدة في الحوار هي الورقة والقلم.

لكن الحقيقة أن تلك الرحلة كانت أكبر من مجرد سفر.

لقد كانت نقطة تحول حقيقية في حياتي.

علمتني أن الإنسان يستطيع أن ينهض من جديد، وأن يتعايش مع إعاقته دون أن يستسلم لها، وأن ما نظنه مستحيلًا قد يصبح ممكنًا حين يمنحنا الله القوة والإرادة.

لقد خضت تجربة كنت أراها يومًا شبه مستحيلة، لكن بفضل الله نجحت في تجاوزها، وكانت تلك الرحلة بداية الانطلاق الحقيقي نحو التعايش... لا الاستسلام.

ولن ننسى برَّنا بأبنائنا

رزقني الله ثلاثة من الأبناء: بنتين وولدًا. وكانت ابنتي الكبرى قد التحقت بالعمل في إحدى الشركات، وكان لزامًا عليها حضور فترة تدريب بالقاهرة لمدة شهرٍ كامل.

لم يكن لدينا مقر إقامة في القاهرة، ولا أحد من الأقارب يمكنها الإقامة عنده. وفي ذلك الوقت، كانت جلسات العلاج الكيميائي في عامها الأول تُعقد على يومين، مرة كل ثلاثة أسابيع. وبعد أن تلقيت جرعة العلاج، توجهت برفقة ابنتي إلى القاهرة، واستأجرنا سكنًا طوال فترة تدريبها.

امتزجت داخلي مشاعر الأبوة، وروح التحدي والإصرار، مع مشقة العلاج. ولكن يشهد الله أن الأبوة كانت الغالبة على كل شيء، خاصةً أنها ابنتي الكبرى، والتي تحملت المسؤولية منذ صغرها، رغم حداثة سنها آنذاك. وكذلك إخوتها، لكنها كانت أول من بدأ رحلة الاعتماد على النفس.

كنت أوصلها كل صباح إلى مكان تجمع الحافلة التي تستقلها، وأحيانًا أنتظرها مساءً عند محطة العودة. وكنت أُعد لنا الطعام بكل حب، وأشعر أن نجاحها امتداد لنجاحي؛ فالأبناء هم امتداد لآبائهم، وإن اختلفوا عنهم في الأسلوب أو الطباع. والحقيقة التي لا يختلف عليها أب أو أم هي أننا لا نتمنى لأبنائنا إلا أن يكونوا أفضل منا في كل شيء.

رسالتي هذه المرة مختلفة؛ فهي ليست لأولياء الأمور، بل للآباء... وهي أيضًا رسالة للأبناء.

عزيزي الأب...

برُّك بأبنائك فرضٌ وواجب، وليس اختيارًا، وليس مقابلًا لما يقدمونه لك من عطاء. فلا تجعل حبك، ونفقتك، وحنانك، ووجودك بينهم وكأنه فضلٌ منك، بل هو حقٌ لهم وواجبٌ عليك. وإن قصرت فيه، فقد تدفع ثمن ذلك غاليًا في المستقبل.

أبناؤك هم ثروتك الحقيقية، وهم من يحملون اسمك، ويُبقون أثرك الطيب بعد رحيلك. فاحرص على أن تزرع فيهم الحب، والرحمة، والاهتمام؛ فما تزرعه اليوم، ستجني ثماره غدًا.

كونوا بارين بأبنائكم... يبركم أبناؤكم.

إلى أبنائي الأعزاء... **شكرًا لكم**

اكتشاف التحدي

أجريت جراحتي في أغسطس عام ٢٠٢١، وبعدها فقدت قدرتي على التواصل بالصوت مع الناس.
تقبلت الأمر، والحمد لله، ورضيت بما كتبه الله لي.
لكن قبل أن أحكي كيف اكتشفت أن بداخلي إنسانًا قادرًا على التحدي، لابد أن أعترف بحقيقة أؤمن بها يقينًا:
أن كل ما نحن فيه هو بفضل الله وحده.
فهو سبحانه من يدبر لنا الأمور، وهو الذي يمنحنا القدرة على تجاوز المحن، أما نحن فليس لنا إلا السعي والأخذ بالأسباب.

بطبيعتي كنت شخصًا حركيًا جدًا، لا أحب الجلوس الطويل في المنزل، ولا أميل إلى العزلة، لكن المرض فرض عليّ واقعًا مختلفًا.
قضيت شهورًا لا أخرج فيها إلا لضرورة، وبرفقة أحد أفراد الأسرة غالبًا.
أما تواصلي مع الناس، فقد أصبح معتمدًا بشكل شبه كامل على رسائل مواقع التواصل الاجتماعي.
كانت الكتابة تؤدي جزءًا من الغرض؛ فبدلًا من الكلام بصوت مسموع، أصبح حديثي بصوت مقروء، واعتبرته أفضل من لا شيء.

وفي إحدى المرات، كنت أتحدث كتابةً عبر الهاتف مع شخص له مكانة خاصة جدًا عندي، وكنا نناقش أمرًا مهمًا، وفجأة اقترح أن نلتقي وجهًا لوجه بدلًا من الحديث خلف شاشة الهاتف.
لكن السؤال كان واضحًا أمامي:
كيف سيتم اللقاء وأنا لا أستطيع النطق؟
في ذلك الوقت، لم أكن قد توصلت بعد إلى الجهاز الذي أستخدمه حاليًا لإيصال الكلمات، ولذلك كانت الفكرة البديلة أن يدور الحوار بطريقة مختلفة:
يتحدث هو، وأكون أنا مستمعًا أكثر الوقت، ثم أعلق على كلامه بالكتابة على الورق.
تساءلت بيني وبين نفسي:
هل ستنجح التجربة؟

تم اللقاء...
وامتد الحوار قرابة ثلاث ساعات كاملة.
ونجحت التجربة بالفعل.
نعم، استطعت أن أكون حاضرًا بورقتي وقلمي، وأن أعبر عن أفكاري رغم غياب الصوت.
لكن الأهم من ذلك كله، كان شعور الشخص الذي قابلني.

فقد أخبرني أنه استفاد من جلستنا، وربما كان يقول ذلك دعمًا وجبرًا للخاطر، لكن كلماته صنعت داخلي شيئًا مهمًا جدًا.
لقد فتحت أمامي طريقًا جديدًا.
بدأت أسأل نفسي:
لماذا لا أتواصل مع الآخرين بالورقة والقلم؟
لماذا لا أشارك الناس بخبراتي؟
لماذا أحكم على نفسي بالنهاية... **قبل أن تأتي النهاية فعلًا؟**
كانت تلك الأسئلة بداية اكتشاف حقيقي لما بداخلي من قدرة على التحدي.
نعم، فقدت صوتي...
لكنني لم أفقد فكري.
نعم، فقدت وسيلة التواصل المعتادة...
لكنني ما زلت أملك إرادة قد تجعلني أحقق شيئًا يخفف عني قسوة ما وصلت إليه.
ومن هنا جاءت أول "**استشارة مالية صامتة**".
اسم غريب، أليس كذلك؟
استشارة... بلا كلام!
لكن دعونا نكمل.
كان لدي أحد عملاء المكتب الذي اضطررت إلى إغلاقه بسبب المرض.
شخص مجتهد وطموح جدًا، مرّ بكثير من الإخفاقات والأزمات، لكنه لم يكن يعرف الاستسلام.
كنت قد عايشت معه فترات صعود وهبوط كثيرة خلال سنوات عملي.
تواصلت معه للاطمئنان عليه، وسعد كثيرًا بتواصلي، لكنني هذه المرة لم أكتفِ بالمحادثات المكتوبة، بل طلبت منه أن نلتقي على فنجان قهوة.

وفي داخلي كانت لدي نية واضحة:
أن أقدم له نصائح وأفكارًا عملية تساعده... لكن دون كلمة واحدة منطوقة، فقط بالورقة والقلم.
فهل ستنجح التجربة مرة أخرى؟

التقينا.
وبدأنا نتحدث عن العمل، والخطط، وما الذي يحتاج إلى تعديل أو تطوير أو إلغاء...
كل ذلك عبر الورقة والقلم.
ونعم... نجحت التجربة مرة أخرى.
وكانت تلك اللحظة إعلانًا داخليًا واضحًا بالنسبة لي:
لن أبقى حبيس المنزل بعد اليوم.
ومن هنا أصبحت رسالتي للمجتمع:
عذرًا أيها المجتمع...
سأتواجد بينكم كما أنا.
هذه هي قدراتي الحالية، وهذه هي إمكاناتي، ولا أملك الآن أفضل منها.
وعليكم أن تتقبلوني بحالتي هذه.
فمن حقي أن أعيش كما تعيشون،
وإن كنت قد فقدت شيئًا، فلا تحكموا عليّ بأن أفقد كل شيء.
من حقي عليكم أن تساعدوني...
وأن تتقبلوني كما أنا.

فلسفة الابتلاء

وكما أبدأ دائمًا، أتوجه بالشكر إلى الله سبحانه وتعالى،
فما أنا فيه اليوم ليس بقدراتي وحدي، ولا بقوتي فقط، وإنما هو فضل الله وإرادته وتوفيقه.
بعد أن وصلت إلى مرحلة أستطيع فيها الظهور والتواجد في المجتمع بحالتي كما هي، أدركت أن الأمر لم يعد مجرد تعايش مع المرض، بل أصبح احتياجًا داخليًا لفلسفة أؤمن بها، وطريق أسير عليه حتى أستطيع الاستمرار.
كان لابد أن أجد فكرة تُعيد شحن طاقتي كلما ضعفت، وتمنحني قدرة على تقبل ما أعيشه دون انكسار.
ومن هنا بدأت رحلتي مع فكرة بسيطة، لكنها صنعت فرقًا كبيرًا داخلي:
"**الكل مبتلى... وأنا أقلهم ابتلاءً**".

لم تكن مجرد كلمات أرددها، بل كانت قناعة أحاول أن أعيش بها كل يوم.
بدأت أُصغّر حجم ألمي ومعاناتي حين أقارنها بمعاناة غيري، وأرى حولي ابتلاءات أشد وأقسى مما أمر به.
بدأت أنظر إلى حالتي بشكل مختلف، وأحدث نفسي قائلًا:
أنت فقدت جزءًا من حياتك بعد أن تجاوزت الخمسين من عمرك، بينما هناك من وُلد فاقدًا لما تشتكي أنت من فقده.
وأنت فقدت شيئًا واحدًا، بينما غيرك فقد أشياء أكبر وأصعب.

ثم جاءت القناعة الأعمق:
إن هذا الابتلاء جاء على مقاسك أنت.
فالله سبحانه وتعالى يقول:
(**لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا**)
إذًا، فهذه المعاناة التي أعيشها يعلم الله أنني قادر على تحملها، بل ربما منحني القدرة على احتمالها قبل أن تحدث أصلًا.
وأيقنت كذلك أن وراء كل ابتلاء حكمة،
سواء أدركناها أم لم ندركها، فذلك ليس دورنا.

دورنا فقط أن نرضى بما كُتب لنا، وأن نسلم لأقدار الله، لأن إرادته نافذة في كل الأحوال، رضينا أم أبينا.
وزادت قناعتي بهذه الفكرة مع كثرة زياراتي للمستشفيات، سواء مستشفيات الأورام أو حتى المستشفيات العامة.

كان يرافقني أحيانًا بعض الأصدقاء، ليستأذنوا نيابة عني في زيارة المرضى المحجوزين.
وهناك رأيت صورًا كثيرة من المعاناة الإنسانية التي لا يراها الناس عادة.
رأيت مرضى الغسيل الكلوي ينتظرون جلساتهم الطويلة،
وزرنا من أجروا جراحات معقدة،
ودخلنا إلى أقسام العناية المركزة، وعناية القلب، وغيرها من الأقسام التي يحمل كل سرير فيها حكاية ألم مختلفة.

وهناك...
تأكدت أكثر أن عبارتي لم تكن مجرد محاولة للتخفيف عن نفسي، بل كانت حقيقة أراها أمام عيني:

فالكل مبتلى...
وأنا أقلهم ابتلاءً.

فتّش جواك على المارد

مهما كنت تشعر أنك ضعيف...
مهزوم...
مرهق...
ومهما أحسست أنك لم تعد قادرًا على المقاومة أو النهوض من جديد،
اسمح لي أن أخبرك بحقيقة مهمة:
أنت أقوى مما تتخيل.

نعم، قد تظن الآن أنك لا تستطيع المواصلة، ولا تملك طاقة للوقوف مرة أخرى بعد كل ما مررت به، لكن بداخلك قدرة هائلة لم تكتشفها بعد.
بداخلك "**مارد**" نائم...
ينتظر فقط أن تؤمن أنت بوجوده.
أنت الذي تقرأ هذه الكلمات الآن، نعم أنت...
اترك الهاتف قليلًا، وركز معي.
أريد أن أقول لك عدة أشياء ربما تحتاج أن تسمعها اليوم.
إذا كنت تشعر أنك منهك، متعب، مرهق، ساخط على كل شيء، لا تطيق نفسك ولا من حولك... فاسأل نفسك:
وماذا بعد؟
هل ستترك نفسك للانكسار؟
أم ستحاول إنقاذها؟
<u>ابدأ بخطوات بسيطة جدًا</u>:
أولًا:
خذ نفسًا عميقًا...
احبسه لثوانٍ...
ثم أخرج الزفير ببطء وهدوء.

ثانيًا:
ارفع ثقتك بنفسك.
لا تنتظر من الناس أن يمنحوك القوة، بل ذكّر نفسك أنك تجاوزت أيامًا كنت تظن أنك لن تنجو منها.

ثالثًا:
راجع نجاحاتك القديمة، حتى الصغيرة منها.
تذكر لحظات انتصارك، وافرح بها من جديد، وتذكر أيضًا إخفاقاتك، لكن لا لتتعذب بها... بل لتتعلم منها.

رابعًا:
إياك أن تسمح لسقوطاتك القديمة أن تخنقك كلما تذكرتها.
خذ الدرس... واترك الألم يرحل.

خامسًا:
ضع أمام عينيك دائمًا ذكرى جميلة، شخصًا تحبه، نجاحًا حققته، موقفًا أسعدك... واستحضره كلما ضاقت بك الدنيا.

سادسًا:
انظر إلى مشكلتك وكأنها مشكلة شخص آخر.
ابتعد قليلًا عن مشاعرك، وتأملها بعقل هادئ، ثم اسأل نفسك:
لو كان صاحب المشكلة شخصًا أحبه... ماذا كنت سأنصحه؟
ستتفاجأ أن لديك حلولًا أكثر مما كنت تعتقد.

سابعًا وأخيرًا:
أنت شخص قوي فعلًا...
لكن مشكلتك الحقيقية أنك لا تصدق نفسك بعد.
صدقني، بداخلك قدرة على الصمود أكبر بكثير مما تتخيل.
وإذا اكتشفت يومًا أنك أصبحت بالفعل "**جامد وقوي**" كما أقول لك الآن...
فُكّ الكيس واعزمني على فنجان قهوة!
ولن أطلب منك غداء... اطمئن يعني!
هههههههه.

عزيزي المدخن

الآن جاء دورك أنت...
عزيزي الغالي.

ربما لا أعرفك، وربما لا تعرفني، لكنني أحب لك الخير، ويهمني أمرك كثيرًا، ولذلك أمد يدي إليك، وأدعوك أن تنهض معي نحو حياة أنقى وأصدق.
كنت مثلك يومًا ما.
أدخن، وأقنع نفسي أنني أستمتع، بينما الحقيقة المؤلمة أنني كنت قاسيًا على نفسي، أستمتع بتعذيبي لها، وأسير بقدمي نحو مرضي دون أن أشعر.
دعني أسألك سؤالًا صريحًا:
ماذا يقدم لك الدخان حتى تنفق عليه مالك، وتهدر صحتك من أجله، وتجعل وجوده أولوية قد تسبق طعامك وملبسك وحتى احتياجات أولادك؟
سنوات طويلة من عمري ضاعت وأنا أدافع عن قضية خاسرة، أعيش داخل وهم كبير.
كنت لا أتصور نفسي بدون سيجارة أو جلسة شيشة أُغَيَّبُ فيها عقلي، وأوهم نفسي أنني سعيد ومستمتع.
أما طعامي وشرابي، فلم يكونا يشغلانني بقدر ما كانت تشغلني علبة السجائر الموجودة في جيبي.

كانت تمنحني شعورًا زائفًا بالأمان، وكأن امتلاكها يعني أن كل شيء بخير.
ومن أصعب اللحظات التي كنت أعيشها... اقتراب انتهاء علبة السجائر.

لدرجة أنني في بعض الفترات كنت أشتري كمية تكفيني لشهر كامل، وأضعها في الثلاجة مبردة، حتى أطمئن أنني سأجدها وقت الحاجة.

لقد كان صانع فكرة التدخين عبقريًا في خداع البشر؛ جعل تناول السيجارة عن طريق الفم، ليوقظ داخل الإنسان شعورًا قديمًا مرتبطًا بطفولته الأولى ومرحلة الرضاعة، فيربطها العقل الباطن بإحساس الراحة والطمأنينة... حتى يصبح تركها صعبًا.

كنت أشتري علبة السجائر، وأقرأ التحذيرات المكتوبة عليها مرورًا عابرًا، وكأن السرطان يعيش في قارة أخرى بعيدة عني، وكأن تلك الكلمات لا يمكن أن تخصني أنا.

كنت أكره الأماكن الممنوع فيها التدخين، وأشعر وكأنني سجين ينتظر لحظة الإفراج عنه للحصول على جرعة النيكوتين.

وأتذكر يومًا في أحد المطارات التي لا تحتوي على غرفة للمدخنين، ظللت أبحث بلا جدوى، حتى سألت بائعة شاي:

"**أين يمكنني التدخين؟**"

فأجابتني بهدوء:

"**المطار لا يوفر مكانًا لذلك... وإذا كنت تشعر بتعب شديد يمكنك الذهاب إلى عيادة الطوارئ، ربما يعطونك مهدئًا**".

يا للسخرية...

إلى هذه الدرجة كنت أسيرًا لسيجارة!

كثيرًا ما أتخذت قرار الإقلاع عن التدخين، وكنت أتوقف بالفعل لفترات، لكنني في كل مرة كنت أضعف وأعود إليه من جديد... حتى جاءت لحظة الحسم.

وللأسف، لم تكن لحظة انتصار إرادة...

بل كانت لحظة خذلان.

الدخان هو من تسبب لي في السرطان.

نعم... كما قرأت تمامًا.

تلك "**المتعة الزائفة**" تحولت إلى **مرض عضال**.

أقلعت عن التدخين، لكن ليس بإرادتي، بل مكرهًا، مضطرًا، بعد أن فات الأوان.

وكأن السيجارة التي أحببتها طويلًا، وفضلتها على أشياء كثيرة في حياتي، التفتت إليّ أخيرًا وقالت ساخرة:

"**مع السلامة... لقد خدعتك.**"

وتركت لي رسالة قاسية معناها:

"**أنا لم أحبك يومًا، كنت فقط أخدعك وأقتلك ببطء، بينما أنت مستمتع بهذا الخداع.**"

تخلص جسدي من النيكوتين، وتخلصت من عادة سيئة، لكن آثارها ستبقى معي إلى آخر يوم في عمري.

لقد ترك لي التدخين ذكرى لا تغيب عني أبدًا.

فقدت صوتي...

وفقدت حنجرتي...

وجزءًا من الغدة المسؤولة عن وظائف مهمة في جسدي...

وأصبحت أتنفس من رقبتي.

لقد شوهني التدخين، حتى وإن كنت أحاول ألا أُظهر هذا التشوه أمام الناس.

من يراني قد يظن أنني قوي وصلب،

لكن من يدخل إلى أعماقي سيجد إنسانًا هشًا ومتعبًا.

وكل هذا...

بسبب الدخان.

وبسبب أنني، في يوم من الأيام، **أطعت** تلك السيجارة.

من الحياة إلى الحياة

والآن، عزيزي القارئ... عزيزتي القارئة،
حان وقت الخلاصة والرسالة.
ماذا نفعل إذا تغيّرت أقدارنا؟
ما الذي نملكه حين تفرض علينا الحياة مسارًا لم نختره؟
وإن كان السقوط قدرًا... **فهل النهوض إرادة وإصرار وتحدٍّ فقط، أم أن هناك عوامل أخرى؟**

دعونا نُلقي نظرة سريعة على الحياة الأولى، ثم نقارنها بالحياة الثانية.

كان هناك شخص، منذ شبابه، عاشقًا للسفر والترحال.
أكثر مكان يجد فيه راحته النفسية كان فوق السحاب.
سعى وراء عشقه وحققه، فمنذ عام ١٩٨٨ وهو في حالة سفر دائم، تخللتها بعض سنوات قليلة من الترحال الداخلي أيضًا.
جاب كثيرًا من الدول العربية، وشاهد بعينيه حضاراتها القديمة، وعبر الأطلسي، ومرّ بالقارة العجوز.
رحلات سفره لم يعد يحصيها؛ فقد فاقت كثرتها قدرة الذاكرة على الحصر.
حقق نجاحات عملية في المجال التنفيذي والتدريبي والاستشاري، وشهد له الكثيرون بالكفاءة والإخلاص والتفاني في العمل.
كان يهوى العلاقات الاجتماعية، وله العديد من المحبين داخل بلده وخارجها، ويجيد التواصل، بل ويسعى دائمًا لتحقيق أقصى درجات التأثير الإيجابي من خلاله.

ولكن...

تغيّر كل هذا خلال سنوات قليلة جدًا.
فعاشق السفر أصبح ملازمًا لبيته.
وعاشق الطيران أصبح يكتفي بمشاهدتها في السماء فقط.
والناجح في عمله أصبح متقاعدًا بحكم إصابته.
وهاوي العلاقات والتواصل لم يعد قادرًا على التواصل إلا كتابةً.
وصاحب الصوت الجهوري... أصبح بلا صوت.

فهل يستطيع النهوض؟

كانت المهمة صعبة جدًا...

لكن محارب السرطان استطاع أن ينهض، وأن يتجاوز محنته، بل وأن يحوّلها إلى منحة حقيقية.

ودعونا نستعرض العوامل التي ساعدته على النهوض:

أولًا:

لن يتحقق شيء إلا بإرادة الله عز وجل.

"وما توفيقي إلا بالله"

فكل العزيمة والإصرار والتحدي ما هي إلا نعم أنعم الله بها عليه.

ثانيًا:

الإيمان بالله، وبقضائه وقدره، وأنه سبحانه:

(**لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا**)

ليست مجرد كلمات نرددها، بل حقائق نعيشها ونستشعرها.

ثالثًا:

هل الإرادة تُورَّث؟

أعتقد أن ذلك جائز.

فقد كنت أرى والدتي ـ رحمها الله ـ تنهض بعد كل سقوط.

كانت في سنواتها الأخيرة تعاني من جلطات متكررة بالمخ، لكنها لم تستسلم أبدًا، ولم تيأس، بل ظلت محبة للحياة حتى آخر أيامها.

ورغم كل الصعاب، تمت رحلة التجاوز... وما زالت مستمرة في التطور، بفضل الله أولًا وقبل كل شيء، ثم بدعم الأسرة والعائلة، ودعم المحبين والأصدقاء.

واستندت الرحلة إلى عدة محطات مهمة:

المحطة الأولى

اليقين الصادق بمعنى:

(**لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا**)

يقينًا واستشعارًا... لا مجرد ترديد.

المحطة الثانية

عدم الخجل من نظرات الناس، أو التفكير فيما سيقولونه عنك.

هل سيرونك معاقًا أم بطلًا؟

أنت من يختار الصورة التي يريد أن يراها الناس.

المحطة الثالثة

الرضا.

فإذا رضيت... أراح الله قلبك وبدنك.

فالرضا بما قسمه الله عبادة عظيمة.

المحطة الرابعة

أن محارب السرطان عيّن نفسه داعمًا لمرضى السرطان، وساعيًا لمساعدتهم، لأنه ذاق الألم ويعرف قسوته.

المحطة الخامسة

وهي فلسفة الابتلاء.

فالكل مبتلى... وأنا أقلهم ابتلاءً.

المحطة السادسة

تكررت على مسامع محارب السرطان عبارة:

"**أنت مصدر دعم وإلهام**"

فآمن بها، وصدقها، وأصبح يحب تطبيقها في حياته.

هل انتهت الرحلة عند هذا الحد؟

أبدًا...

فلن تتوقف المحطات.

وطالما هناك حياة... فهناك محطات جديدة، وتجارب جديدة، ودروس جديدة...

إلى أن نصل جميعًا إلى **المحطة الأخيرة**، التي تتوقف عندها الرحلة تمامًا.


٢٠٢١/١٢/١٢
حتما باذن
الله سانتصر



نبذة عن المؤلف:

- **محمد إسماعيل زيادة** (مواليد السويس، ١٩٦٥)، كاتب، ومستشار مالي وإداري يتكئ على خزانة عريضة من الخبرات العلمية والإنسانية.
- حاصل على بكالوريوس التجارة وماجستير إدارة الأعمال من بريطانيا، وعضو بالعديد من الجمعيات المهنية المتخصصة في مصر والسعودية.
- استمرت رحلته المهنية لأكثر من ثلاثين عامًا طاف خلالها بين الولايات المتحدة الأمريكية ودول أوروبية وعربية متعددة، مستشارًا ومدربًا معتمدًا في مجالات الإدارة والمالية.
- بعد رحلة عطاء حافلة بالأسفار والخبرات الإدارية، يتفرغ الكاتب اليوم لنقل عصارة تجاربه ومحطته الإنسانية، مسخرًا خبرته لبناء ودعم أجيال جديدة من المبدعين والرواد.