هناك خيمة ذات أوتاد

فاطمة الصباح

الكثير مِنَّا يُصاب بخيبة أمل، ويتخذ زاوية ينسج فيها خيوط الرحيل..
ماذا حدث؟
لماذا يُغادر البحر الشاطئ؟
ولماذا تموت المشاعر أحيانًا؟
هل نحنُ نُفرط في مشاعرنا للحد الذي نسمح للآخرين بأن يتمادوا علينا بخيبات الأمل؟! هل كُنا نعتقد أنهم يحبوننا ويسعون إلى ما نسعى إليه؟! هل كان هذا ما نسميه الوهم أم الخذلان؟

إن كان هو الخذلان فهو شعور مؤلم، وخيبة أمل، وإحباط، وربما ارتبط مع ذلك الأذى النفسي.

إنه من أصعب المواقف التي قد يمر بها الإنسان، ولن يتجاوزها إلا ذلك الشخص الذي يمتلك مهارة القدرة على التجاوز.. وإن استطعنا فالندبة لن تطيب وسيبقى أثرها.

إنها من أصعب المواقف التي يمر بها الإنسان،ولكن الحياة لن تقف عند هذه المحطة. فالسعادة نحن من نحيك تفاصيلها بعناية،لنرتديها بكل رضاء، فتلك المواقف علاجها لا يأتي مباشرة وإنما يحتاج إلى قوة إرادة واستعداد تام، فهي تقوي الشخص وترمم الجروح.

وللخروج من هذه المحطة نحتاج إلى القطار ليأخذنا إلى المسار الآخر،قد نتحدث مع صديق مُقرب ذي ثقة،وقد نتحدث إلى ورقة بيضاء، ونحاول تدوين مشاعرنا الداخلية من غضب وإحباط، وتفريغ تلك المشاعر التي أرهقتنا، فيجب أن نتأمل جيدًا ما كتبنا ونفكر في مضمونه، وكيف يمكن تجاوزها.

وفي زاوية اتجاه أخرى من رحلة القطار قد نرفضها،وقد لا نستطيع أن نطبقها،وهذا الأمر يعود إلى قدرتنا على اتخاذ القرار وهي (المقاطعة).

قد يصعب علينا هذا القرار، ولكنه قفزة نحو السلام الداخلي كي نستعيد أنفسنا، ونقف مُجددًا على أرض لا تحمل سوى المشاعر الجميلة، وإنهاء العلاقات المتسببة في المشكلة.

نحن لا نريد أن نعيش منعزلين عن العالم لا تربطنا بهم مشاعر،وإنما ذاتنا تستحق السعادة،وتستحق أن نُسعدها، ونُسعد من هم في دائرتنا لأنهم يستحقون.

لا تتمسك بالعلاقات التي ترهق مشاعرك،وتستنزف وقتك، وتحبط أحلامك.

في بعض الأحيان لا نستطيع التجاوز، ولكن هناك قوة أخرى من نوع آخر وهو (الوعي).

أي أن نتعامل مع تلك المواقف وهؤلاء الأشخاص بوعي، وهذه الخطوة لن تأتي من فراغ وإنما نتيجة معادلة ومواقف سابقة.

الفهم السليم للمشاعر + التقبل + التكيف = الوعي

في النهاية أرفع صوتي عاليًا وأقول:
إن التمسك بالأمل ومواصلة الحلم والبحث عن أهداف وأشخاص جُدد تجعل فرصتك في التعليم أوسع،كما أنها تُكسبك طاقة إيجابية عجيبة.

Fatemah_sab@

فاطمة الصباح