

صمت الحياة.. وصوت القلب!!

بدرية بنت عبدالله آل غوي



مع مرور الزمن، نجد أنفسنا نبتعد تدريجياً عن ضجيج العلاقات السطحية واللهمه للتقدير الخارجي، وأصبحنا نتجه نحو عمق الذات واكتشافها. لم نعد نبحث عن أصدقاء جدد أو نلهث خلف من يحبنا، بل أصبحنا نقدر الوحدة التي تمكنا فرصة للغوص في أعماقنا فقط. في هذا المسار، ندرك أن النضج العاطفي لا يعني كبت المشاعر، بل القدرة على التعبير عنها بأكثروعي وتوازن.

**ما كلّ نبض له حرف يذوّنه
بعض المشاعر يعيها عندها القلم**

ديناها تصبح أكثر فهماً لمشاعرنا ومشاعر الآخرين، ونتعلم كيف نُدير عواطفنا بجزم دون أن نُحمل الآخرين مسؤولية سعادتنا وإنجازاتنا أو ألمنا وحزتنا.

بدأنا نبحث ونفضل الأماكن الهادئة، مثل صوت الطبيعة، ورائحة القهوة، على صخب التجمعات ومدن الألعاب.

ونجد في هذه اللحظات الساكنة ملاداً يُعيد لنا ترتيب أفكارنا، وينعش أرواحنا ويمننا الشعور بالطمأنينة والسعادة.

توقفنا عن مجادلة الآخرين لإثبات وجهات نظرنا، حتى وإن كنا على صواب؛ وذلك مصداقاً لقول النبي محمد صلى الله عليه وسلم: "أنا زعيم بيتي في ريض الجنة لمن ترك العراء وإن كان محققاً، وببيتٍ في وسط الجنة لمن ترك الكذب وإن كان مارضاً، وببيتٍ في أعلى الجنة لمن حشّن خلقه".

نعم أصبحنا نترك للأيام مهمة الكشف عن الحقيقة، ونتجنب الدخول في صراعات كثيرة لا طائل منها.

نتعامل مع جراحاتنا بصمت، نُداويها بأنفسنا، وندرك أن البوج ليس دائماً هو الحل، ونفرح بصمت، ثم نبكي بصمت، ونضحك بايتسامه عابرة، دون الحاجة لإظهار مشاعرنا للعلن.

**بعض المشاعر تأبى أن تغادرنا
كأنما زرعت في القلب شرياناً**

**نبكي ونضحك من حزن ومن فرجٍ
وتستمر بذاك الحال دنياناً**

أصبحنا نقدر الأفعال الصادقة أكثر من الكلمات المعسولة. وندرك أن المظاهر قد تكون خداعاً، وأن الثقة تُمنح لمن يستحقها فقط. في النهاية يتضح لنا بأن النضج العاطفي هو رحلة مستمرة نحو السلام الداخلي، تعلّمنا كيف تكون في سلام مع أنفسنا ومع العالم من حولنا.