

مسافة العافية منال المعبدي



بين الجسد الذي شُفي، والنفس التي ما زالت تتعافى..

في المستشفى، تتردد عبارة «الحمد لله على السلامة» عشرات العرات يوميًا. قد تبدو بسيطة وعابرة، لكنها في الحقيقة ختام رحلة، وبداية أخرى.

تتردد هذه الكلمات بين الممرات: من طبيب لمريض، من ممرضة لأُم تبيكي، من زميل لآخر أنهكه اليوم. لكنها تأخذ معنى أعمق حين تُسمع من زاوية الأخصائية الاجتماعية، التي ترافق المرضى وعائلاتهم خلال لحظات ضعفهم وخوفهم.

عملي يضعني في صميم التجربة الإنسانية بعد أن تهدأ العاصفة الجسدية. حين يبدأ الجسد بالتعافي، تفتح رحلة مواجهة النفس الداخلية. فالمرض لا يترك أثرًا جسديًا فحسب، بل يمتد ليشكل بصماته على الحالة النفسية والعاطفية، شعورًا بالقلق الكامن، اضطرابًا في التوازن النفسي، شعورًا بالضعف أو العجز، وأحيانًا صراعًا مع مشاعر الذنب أو الفقد.

هنا يبدأ دوري: لا لأكتب تقريرًا، بل لأصغي.

أدخل الغرفة فلا أبحث عن الأعراض، بل عن القصة.

أسأل بهدوء: «كيف كان يومك؟»

فيندفق الحديث شيئًا فشيئًا: عن ليالي بلا نوم، عن قلق الأطفال، عن تعب الزوجة، عن خوف الأب من أن يكون عبئًا.

أحيانًا لا يحتاج المريض إلى إجابة، بل إلى مساحة يُسمع فيها دون مقاطعة، إلى وجه يُقرّه، وإلى نظرة تُخبره أنه ما زال إنسانًا له الحق في الضعف.

مع كل حالة، أتعلم أن «الحمد لله على السلامة» ليست نهاية القصة، بل فصلها الأصعب.

حين يغادر المريض سريره، يعود إلى حياة تغيرت: وظيفة تنتظره، أطفال اعتادوا غيابه، قلق من الانتكاسة، وإرهاق نفسي لا يُرى.

لهذا أعمل مع الأهل بقدر ما أعمل مع المريض.

أشرح لهم أن الشفاء لا يعني عودة كل شيء كما كان، وأن المريض يحتاج إلى دعم صبور لا استعجال، وتفهمًا لا محاسبة.

في جلساتي معهم، أسمع كثيرًا من الخوف المقنّع بالشجاعة.

الأم تقول: «ما أبيه يحس أنني ضعفت»، الأب يخفي قلقه خلف أسئلة متكررة، والزوجة تبتسم وهي تسمح دمعة سريعًا كي لا تفلق أحدًا.

هناك مشاعر لا تُقال، لكنها تثقل المكان.

وأنا أحاول أن أسمّيها، أن أضعها على الطاولة كي لا تبقى وجعًا صامتًا.

الإصغاء هنا يصبح نوعًا من العناية، والحديث الصادق عن الألم أول خطوة نحو التعافي.

أحيانًا لا يكون دوري أن أقدم حلولًا، بل أن أرافق، أن أكون شاهدة على إنسان يُعيد بناء نفسه بعد الخوف.

حين يُقال «الحمد لله على السلامة» أخيرًا، أسمعها بمعنى أعمق.

أعرف كم كلفت هذه السلامة من ليل طويل، دعاء، دموع، وصبر.

أراها في يد تمسك بأخرى بخفة، في ابتسامة بعد وجع، وفي نظرة امتنان تقول أكثر مما يُقال.

وحين أخرج من غرف المرضى، أحمل في قلبي قاصصهم.

أتعلم منهم أن الإنسان لا يُقاس بقوته وقت الصحة، بل بقدرته على النهوض بعد العثرة.

وأن دورنا كأخصائيين اجتماعيين ليس أن نخفي الألم، بل أن نمنحه لغة وأمانًا كي يُقال.

«الحمد لله على السلامة» لم تعد مجرد تهنئة، بل رمز لاستمرار الحياة رغم التعب، وذكرى أن العافية تُبنى يومًا بيوم، حديثًا بحديث، دعمًا بدعم.

في المستشفى، السلامة الحقيقية ليست فقط في العودة إلى المنزل، بل في عودة النفس مطمئنة، وعودة الأهل أقرب، واستمرار الرحمة لغة بيننا.

وعندما يعود المريض إلى بيته، لا تنتهي القصة؛ هناك من يعود بجسد سليم ونفس مثقلة، ولهؤلاء نمذّ الجسور، نتابع، نسأل، ونذكّر بأن العافية شاملة، وأن الحياة بعد المرض تستحق أن تُعاش بسلام داخلي لا بقلق مؤجل.

إنها مهنة تمس جوهر الإنسان، تذكركنا كل يوم أن ما نقوم به ليس مجرد مساعدة، بل مشاركة في رحلة العودة إلى الحياة. فحين ينجو الجسد وتبقى النفس في رحلة التعافي، يكون وجودنا امتدادًا للطب، وجسرًا بين الألم والأمل.