



الفصل الثاني عشر



التمساح ينام أسفل سريري

يحكى أنه كان هناك صبي لديه تمساح تحت سريره. كان التمساح يخيف الولد الصغير؛ أخبر والديه عنه ولكن: «لا أحد يراه غيره».

توصل الولد إلى حيلة ذكية، فذهب مباشرة إلى الثلاجة. ثم حصل الولد على الطعام وبدأ بوضعه في السلالم.

ثم بدأ التمساح في أكل كل الطعام، حتى وصل إلى الجراج. هنا أغلق الولد الباب عليه. بدأ الولد في وضع لافتة على باب الجراج تقول: «عزيزي أبي هناك تمساح في الداخل.»

كانت تلك قصتي المفضلة وأنا طفلة، هذا التمساح يمثل مخاوفنا في الحياة:

جلست في مرة وقررت أن أرى عدد مخاوفي، أخاف من قيادة السيارات؛ في كل مرة أرى فيها شاحنة ضخمة تمر بجواري أشعر

أنها ستصطدم بنا، أخاف من الأماكن المرتفعة حتى أنني أخشى صعود الكباري.

أخاف من المصعد، من البحر؛ استأجرت أنا وصديقتي قاربا ذات مرة وكنت في قمة رعبي!

الغريب هو أن تلك الفتاة بداخلي، تمتلك ميولا أغرب مثل: أنني أتمنى دخول أكاديمية الطيران بعد انتهائي من دراسة الصيدلة!، أن أقوم برياضة القفز من فوق طائرة!؛ أن أقوم برحلة داخل غابة: ولكن كيف وأنا إذا رأيت كلبا في هذا الطريق سأمشي من الآخر.

وجدتني أكتب هذا المنشور على موقع التواصل الاجتماعي، أردت أن أسأل أصدقائي: «ما هو أسوأ مخاوفك». الإجابة التي أثارت اهتمامي أكثر جاءت من ميركل (صاحبة الـ 18 عاماً، وعادةً ما تقرأ كتباً عن «محااربة الخوف»، في حقيبة مدرستها، يجب أن تجد كتاباً على الأقل عن هذا الموضوع).

أخبرتني أن أكبر مخاوفها هو: «أن تموت قبل تحقيق هدفها».

سألتها: «لا تخافين من المرتفعات، الحشرات، الوحوش!»، أخبرتني بثقة «لا!»

بدأت في رحلة العثور على قدوة في حياتي - الأشخاص الذين واجهوا مخاوفهم، هؤلاء الأبطال الذين استطاعوا لمس نجوم السماء بأصابعهم.



لم يكن الجميع يبحث عن العظمة، ولكنهم جميعا وصلوا لذلك بسبب مواجهة المخاوف.

ورقة وقلم، وبدأت في محاولة فهم أعماق مخاوفي:

إذا استطعت أن تغير المعطيات، فستغير معها النتائج:

أنا أخاف من المرتفعات، ربما لأنني أشعر أن المبنى سينهار بي، أحدهم سيقوم بإلقائي!: بالعودة إلى طفولتي: هذا الخبر الذي هز جميع وسائل الإعلام لفترة طويلة، إلقاء سعاد حسني من فوق مبنى مرتفع!: «ربما قد أثر هذا الخبر على منطقة «اللاوعي»، بدأت في فهم أول مخاوفي».

أمسكت ببلاب توبي الخاص، حتى وقعت تلك الرسالة أمامي:

«أنا أم تبلغ من العمر 46 عامًا ولديها ثلاثة أطفال وأرهب من المرتفعات. أميل إلى الشعور بالقلق من الخطوة الثالثة على السلم.»

«أنا أيضًا امتلك روح المغامرة، وعقدت العزم على أن أكون أفضل نسخة مني، كان القفز بالمظلات دائمًا على قائمة أحلامي الخاصة بي. بالإضافة إلى ذلك، كنا في رحلة عائلية إلى نيوزيلندا، واحدة من أجمل وأفضل الأماكن على الأرض للقيام بذلك.»



«هكذا وجدت نفسي في طائرة هشة مكونة من 12 شخصًا، يجب أن أعترف بأنني شككت بجديّة في عقلي عند فتح باب الطائرة. مربوطة إلى زاك، مؤيد القفز بالمظلات، حيث كنا على وشك أن نرمي أنفسنا باتجاه الأرض من 15000 قدم إلى سرعة نهائية تبلغ 120 م / ساعة».

أستطيع أن أصدق أنني أفعل هذا بالفعل! هذا جنون! لماذا لا أستطيع؟ اخترت فعل هذا!، ولماذا لم أرصّ بحياتي العادية؟ ماذا لو كانت على وشك الانتهاء الآن وربما الموت؟ كانت الأفكار تتسابق من خلال رأسي ونحن نسير في طريقنا إلى ظهورنا نحو الباب المفتوح.

في الواقع كان لدي ثلاثة أيام وثلاث ليال بلا نوم؛ للتفكير في هذه الأسئلة منذ أن تم إلغاء القفز بالمظلات بسبب سوء الأحوال الجوية.

كنت أرثدي ملابس كل يوم وأجهز نفسي للقفز، فقط لأخبر في اللحظة الأخيرة أن ظروف الرياح قد تغيرت ولم تعد مثالية للقفز بالمظلات.

هل هذه علامة؟ ألا يجب أن أفعل هذا؟

أراد طفلي البالغ من العمر 14 عامًا بشدة القفز بينما قال طفلي البالغ من العمر 11 عامًا بلا مبالاة: «لا أستطيع أن أصدق أنك ستفعلين هذا. سوف تقتلين نفسك.»



لن أترك طفلي البالغ من العمر 14 عامًا ليقفز، وطمأنت أخاه بأنني لن أموت وأن كل شيء سيكون على ما يرام.

لم أكن متأكدة بصراحة، مع فتح باب الطائفة، حددت نيتي أنه مع هذه القفزة، لن أتغلب فقط على خوفي من المرتفعات، بل سوف أخرج كل الخوف الذي كان يمنعني من العيش بالكامل بنسبة 100٪ - كل الخوف الذي جعلني أعيش كأبي امرأة عادية، الأمر الذي منعني من التحدث في بعض الأحيان، مما منعني من المحبة، والتعبير عن مشاعري الجنونية في كثير من الأوقات.

«لا تدع الخوف يوقفك»، «كل شيء في رأسك».

استطعت خداع عقلي، أخبرته أن الشيء الوحيد الذي سيسقط فور القفز هو الخوف!

لا يمكننا أن نعرف حقيقة ما سيكون عليه شيء ما دون أن نختبره أولاً.

قبل القفز، شاهدت مقاطع فيديو على الـ يوتيوب لأشخاص آخرين وهم يقفزون؛ شعرت أن معدتي هبطت إلى قدمي؛ ولكن التجربة تختلف تماماً عن كل ما تخيلته.

لمست تلك الرسالة مشاعري، استطعت تحديد أفكارني بسهولة.

الخوف لا مكان له إلا داخل حدود العقل، بدأت في التعرف على أصدقاء من بلدان مختلفة وكلُّ منهم لديه مغامرته الخاصة: كنت أعلم أن هذا الأمر سيغير حياتي.



فهذه «كاثرين» تعمل مع الأسود في السيرك، وهي فتاة شجاعة وجريئة؛ أما هذا «جورج» وهو بطل في سباق السيارات وقد كان يرسل لي تلك الرسالة دائما: «إسراء أيتها الفتاة، اذهبي لتعلم القيادة!»

بعد حوالي شهر أستطيع القول أنني اكتسبت مهارات جديدة، وأنت كذلك حاولي تكوين صداقات مع أناس شجعان ويعيشون روح المغامرة كل يوم: «إهزمي مخاوفك، تعلمي أشياء جديدة، التحقي بدروس القيادة، شاهدي فيديوهات على اليوتيوب لرياضتك المفضلة؛ لا تستمعي إلى كلمات الخوف».

إدخري كل يوم المال: إدخري عشرة جنيهات في اليوم؛ على مدار شهر سيكون معك مبلغ 280 جنيه؛ وهذا قد يكفي اشتراك تعلم السباحة: إذا كنتي تخافين من الماء.

