

## نعالج بعض

تفتكر ايه اللي ممكن يخلى طفل صغير يروح لدكتور نفسى -  
طيب هو أصلاً فى أطفال بيروحوا لدكاتره نفسيين يعنى  
بيجيلهم اكتاب زى الكبار عادى ... !!

طيب ايه اللي يخلى طفل عنده 7 سنين يروح للدكتور ...!!!

■ دى الأسئلة اللي جت فى دماغ " نسرين " اللي  
عندها 40 سنة ، لما كانت قاعدة مستنيه دورها عند  
الدكتور النفسى ، كانت عيونها بتبص على طفل  
قاعد مع أبوه كأنه فى وادى تانى أبوه عمال يطبب  
عليه ويلاعبه والولد كأنه مش موجود ،

سألت " نسرين " على اسمه ، أبوه قال لها : محمود  
الولد كان امور جدا لكن عيونه فيها حزن وكسره خلاها  
تنسى هيا جايه ليه وتسال نفسها ياترى ايه سبب اللي  
الطفل ده فيه ... ..

زى ما بيقولوا كده اللي بيشوف بلاوي الناس بتهون عليه  
بلوته.

لكن لما الممرضة ندهت اسمها عشان تجهز افكرت هى جت  
ليه هيا كمان عند الدكتور دخلت الأوضة ومستنيه الدكتور  
بيجى وهى بتفتكر اد ايه تعبت مع جوزها اللي وهبت  
حياتها علشانها ، فى راحتته وخدمته ووقوفها جنبه فى شغله  
، وانها اتنازلت عن نجاحها فى شغلها وعن راحتها مع  
أهلها وأنها تكون أم بسبب مرضه وكانت راضيه ، اتحملت  
سخافات الناس وخوفهم على ولادهم منها اتحملت لحد  
ماكبرت وكل يوم بيعدى بتكبر فيه وحلم الأمومة بيروح  
وهى كانت راضية ، لحد ماجوزها اتجوز عليها قعدت تقول  
لنفسها هو أنا ماليش عيل يكون جنبى لما أكبر ، وكمان  
جوزى طلع عيل ...

كان ممكن الموضوع يقف عند جرح ياخذ وقته ويخف ...

لكن " نسرين " كانت حاسه انها بقت وحيدة انسانياً ونفسياً  
، للأسف جوزها كان محدد علاقتها بكل الناس

منعها انها تشتغل فى مجالها مع انها كانت ناجحه ، كانت  
بتاخذ رايه كأنه مسلم بيه وتتنازل ، خلى بالك من بنت  
خالتك مش مرتاح لها .. ماحدش يدخل بيتنا ولا احنا ندخل  
بيت حد أنا مابحبش الزيارات، لحد مابقى جواها حاجز  
نفسى كبير بينها وبين معظم اللى حواليتها ، وطبعاً جوزها  
مشى ، وأخوتها كل واحد فى وادى وأمها مريضة  
طبعاً مافيش أسهل من كده للاكتئاب .

الدكتور دخل بابتسامه اعتذر عن تأخيره ، بدأ يسألها  
وبدأت تحكى وتجاوب ، فجأة انهارت فى العياط كأنها بتتلكك  
كلامها كله كان ندم وانها غبية وبتتصرف غلط وأن حياتها  
انتهت وانها خايفه مامتها يحصل لها حاجة وانها بتتجح فى  
الفشل بامتياز ،

الدكتور فضل يسمع وهيا طلبت منه علاج يخليها تعرف  
تتعاش مع اللى هيا فيه لحد ماتموت ، الدكتور طلب من  
الممرضة انها تاخدها الأوضة اللى جنبه علشان تهدى شويه  
ويقابلها تانى.

بعدها دخل " محمود " الولد الصغير ... بدأ يحكى والدكتور  
يسمع وأبوه ساكت قعد يعيط ويحكي انه كان بيحب كلبه جدا  
لكن مات كان بيحس انه صاحبه بيعوضه عن اهتمام اهله به  
لانهم طول الوقت في شغلهم.

بس كده

ماتستغربش ماهو الاكتاب مش بيبقى له سبب مهم عشان  
ييجى لحد ،

ممكن السبب التافه من وجه نظرك حياة غيرك تقف عليه

" محمود " وهو بيحكى ذكرياته مع الكلب انهار فى العياط  
الدكتور طلب من ابوه انه يطلعه بره شويه عشان يهدى.

وبعد شويه الدكتور طلب يقابل ، " محمود " و "  
نسرين " مع بعض قرر أنه هايعالجهم لكن من غير  
علاج هايعالجهم ببعض ... طبعاً الاتنين استغربوا  
جدا ومافهموش أى حاجة ... ..

الدكتور طلب من " نسرين " كل يوم تستنى رسالة من " محمود " فيها كلمة عن أكثر حاجة بيحبها ومش قادر يعملها بسبب حزنه على الكلب بتاعه

وأول مالرسالة توصل "نسرين" تعمل اللي مكتوب فيها من غير نقاش

وخذ عهد على الاثنين أنهم هيعملوا كده من غير كسل لمدة 10 أيام كل يوم رسالة جديدة وحاجة جديدة

تتنفذ فوراً وبعد ماتتنفذ "نسرين" تكلم " محمود " تحكي له

طبعاً

هما حسوا بحاجة غريبة لكن فى كل الأحوال أخذوا قرار تنفيذها

بدأ " محمود " بيعت الرسالة الأولى فيها كلمة واحده أرقص

طبعاً نسرين بدأت تقول ايه ده يعنى ايه أرقص ازاي واحدة فى سننى تعمل كده؟!... لكن افكرت انها وعدت الدكتور وحطت الساعات فى ودنها وفعلاً أخذت طول اليوم رقص ،

وفى آخر اليوم كلمت محمود تحكي له وهيا بتتريق على  
نفسها وبتضحك وصوتها فيه بهجه بدأت البهجة تنتقل  
لمحمود ويضحك ...

تانى يوم لقت رسالة مكتوب فيها ... حضن ... قعدت تفكر  
حضن مين ها احضن مين !؟

أنا ما عرّفت حد ما فيش ناس فى حياتى ممكن اشوفها  
واحضنها طول اليوم لكن قعدت تفكر مع نفسها وافكرت أن  
فى ناس جوزها كان باعدها عنهم بدأت ترجع علاقتها بيهم  
تانى وتروح لهم وتحضنهم وكانت مبسوطة جداً فى آخر  
اليوم كلمت محمود وحكت له وهيا بتضحك ...

عجبهم جداً طريقة العلاج بدأت ترجع " نسرين " تانى  
صغيرة وتحس انها فى العشرينات كلها بهجة وأمل وحياة

فضل كل يوم محمود يبعث رسالة مرة انها تضحك ومرة انها  
تتكلم وهيا تنفذ وتتصل بيه تحكيه وهيا فرحانة وهو  
يسمعها بفرحة كبيرة فضلوا كده شهر مش عشر أيام

بعدها راحوا للدكتور شخصين مختلفين تماماً واحد فى بداية  
عمره والثانية بيقول لها يا طنط لكن أصدقاء

ماحدث يقدر يحس بالفرق اللي بينهم ...

هى قررت تخرج من دايره جوزها وتسيبه وتحس بقمتها  
وتشوف الحياه ، والولد الصغير حب الحياه ...

• سبب الاكتئاب اللي بييجى لحد فينا ...

هو فى الأصل تصرفات شخص

وعلاجه برده بيكون تصرفات شخص سواء ببسطك أو أنت  
بتعمل حاجة بتخليه مبسوط

• أنت لما بتبسط حد بتنقل طاقه الفرحة بتاعته

ليك فبتحس بأضعاف الفرحة اللي هو خدها

جواك ...

• لما بنحب حد قلبنا بيتعلق قوى بوجوده ..بكلامه

فبنهار لما بنحس فى يوم بغدره مابستناش منه

الا كل حاجة حلوة ، وجودنا من غير حد بنحبه

بيوجعنا وبيهدنا

• ماينقدرش نفرق بين هو وحش وسابنا بمزاجه

ولا غصب عنه .

• احساس الوجد والحسره والمراره اللى بتحصل  
من فراق حد بنحبه مافيش أى حاجه تقدر  
توصفه

• هونوا على قلوب بعض ماتخنوش الذكريات ولا  
ريحة الأماكن اللى سكنت جوه روح حد حبك  
واتعلق بيك

دائماً خليك كريم فى افعالك وكلامك ...

خليك رحيم رحمتك ممكن تبني قلب أو تكسره من غير  
ماتحس

• الوجد اللى أصعب من الموت هو فراق الأحباب  
ماتخنوش ثقة حد فيك ولا كلمه طلعت منك انت  
ماتعرفش اللى قولتها له قلبه اتعلق بيها أد أيه ...

• وعموماً ماتزعلش على حد مشى بمزاجه ،

• ربنا كبير قوى وكل حاجه بترجع لصاحبها فى يوم  
حتى الوجد ...

وخليك عارف ان حتى احساسك بالوجع ده حسيت به علشان  
تتعلم تحس بالناس وتكون رحيم بيهم .  
بكره أحلى بك ...