هرتلات نسائية

بقلم

مريم هرموش

سنابل الكتاب

٥ ش صبرى أبو علم
باب اللوق - القاهرة

الإدارة:
(+٢٠٢) ٢٣ ٩٢ ٦٥ ٩٣
(+٢٠٢) ٠١٠٠١٠٩٤٣٠٢

المكتبة:
(+٢٠٢) ٢٣ ٩٣ ٥٦ ٥٦

E-mail
Sanabil_bookshop90@yahoo.com
Ahmed_mmorgan@yahoo.com
Face: sanabil bookshop

المدير العام
أحمد مرجان

اسم الكتاب:
هرتلات نسائية

المؤلفة :
مريم محمد هرموش

الغلاف:
محمد سيد حسن

رقم الإيداع : ٢١٧٣ / ٢٠١٨

الترقيم الدولى: 978 - 977 - 5255 - 33 - 4

حقوق الطبع محفوظة

مقدمة

قـد لا أكـون أخصـائي نفسـي أو أحمـل دكتـوراه في الأدب أو الفلسـفة ولكـني أملك مـن التجـارب الحياتيـة مـا يؤهلني للتعبير عـن مراحل إنسـانية قد نعجـز أحيانـا في صـياغتها أو وصـفها ببساطة تعبر عنها ....

مريم هرموش

يعني إيه أنوثة.....!!

في المفهوم السائد الراسخ في كل الأذهان تقريبا إن الأنوثة هي البنت الناعمة الدلوعة الحلوة والمثيره للشهوة عند الرجال.

والأنثى على مدار التاريخ كانت تجسد المكافأة والمنحة اللي بيكافئ بيها الرجل عند انتصاره في الحروب كغنائم حرب، واللي كان بيطلق عليهم اسم "السبايا" وفي غير الحروب كانت أسلوب حياة لمجرد المتعة، يعني تلاقي الواحد حتى لو متجوز بس في عنده يجي 12 جارية، وحتى لو رجعنا لورا أوي لعصر الإنسان البدائي

هنلاقي برده إن دور الأنثى كان بيتلخص في كونها فريسة بيفوز بيها الأقوى وكانت مجرد وعاء للإنجاب وإشباع الرغبات وفقا لقانون الطبيعة وقتها .

صحيح إن حصل تطور كبير لدور ومكانة الأنثى دلوقتي ؛ بس للأسف توارثنا المضمون والجوهر اللي فضل راسخ في بواطن عقليات كتيرة حتى لو اختلفت المسميات أو طريقة التعبير عنها .

بتبدأ الحكاية بحلم عند كل واحدة فينا من لحظة ما بتوعى على أنوثتها ، حلم حتى لو هي ما حبيتش تحلمه كل الجو المحيط بيها بمعتقداته وأفكاره وحتى بالقيم اللي بتتزرع جواها بتخليها تصدق إن ده فعلا حلمها هي ، ويبتدي يعشش في خيالها ويتوغل في كل تكوينها ، لحد ما يبقى جزء منها ، ومش بس كده ده هو الجزء المهم اللي بيكملها واللي بيدور حواليه تقريبا كل عالمها في كل مراحل حياتها ، الجزء اللي مهما حققت من نجاح في حياتها بتفضل حاسه بالنقص جواها من غيره . والإحساس ده بيكون مجرد انعكاس لنظرة المجتمع ليها أكتر ما هو احتياج حقيقي لوجود الجزء الناقص اللي المفروض إنه يكملها .

حلم بيجسد الرومانسية الحالمة لفتى الأحلام اللي كل واحدة بترسم له صورة من نسج أوهامها و تهرب معاه في خيالها من الواقع اللي يصد النفس و يجيب غممان.

وتحاول إنها تدور عليه في الوجوه اللي بتقابلها في العالم الواقعي اللي هي عايشه فيه، بس كل يوم بيزيد إحباطها من اللي بتشوفه وبتسمعه من صحباتها وتجاربهم ومن الأشكال اللي بتشوفها واللي بتنسف أي فكرة لفتى الأحلام اللي هي عايشه معاه في العالم الافتراضي بتاعها مش بس من حيث الشكل لا ده كمان من حيث المضمون...!!!

وهنا بتبتدي أول مراحل التنازل الاختياري في حياة الأنثى.

مرحلة

عدم تطابق الصورة مع الأصل

بعد كام علاقة فاشلة، والحقيقة إن عدد العلاقات بيتوقف على كل واحدة وحظها ومدى سوء اختياراتها وكمان على شخصيتها؛ يعني لو شخصية عقلانية شوية بتقلب علي طول أول ما بتحس إن الأمور حيشغل إسطوانات ومش ح يعيشها لايف، ودي ما بيتخافش عليها الحقيقة لأنها بتكون محددة هدفها بوضوح وعارفه هي عايزة إيه من العلاقة اللي هي فيها وما بتضيعش وقتها يعني هات من الآخر وتقلب على اللي بعده.

بس الخوف علي الشخصية اللي بتكون حالمة وعاطفية ومتوسمة في الحب خير...!!!! لإنها دي اللي بتكون أكتر المتضررين من الإحباط اللي بتشوفه، عشان بتكون داخله بكل تقلها في العلاقة، وتوقعاتها بتكون عالية حبتين.

ولما بتكتشف فشل الليلة اللي هي عايشهه ، بتاخد وقت كبير ، وبتستنزف مع كل فشل جزء كبير من مشاعرها ، لحد ما بتستهلك كل الرصيد المسموح بيه والباقي ليها وما بترتاحش إلا لما تسمع قلبها من كتر الوجع بيقلها " نأسف لقد نفذ رصيدكم وساعتها بس بتبتدي تشغل عقلها وتركن قلبها المستنزف على جنب .

بعد تخطي مراحل التجارب الفاشلة ، بتقرر إنها تعيد برمجة دماغها وخيالاتها من أول وجديد ، عشان تتماشى مع الواقع اللي يفتح النفس ويخليها تقبل على الحياة بكل رومانسية ....!!! أكيد دي تريقه ..!!

وتركن صورة فتى الأحلام على جنب ،وتحاول تلغيه من الذاكرة عشان تعرف تتعايش وتتقبل الواقع المرير وتقنع نفسها مع أول إنبهار وإعجاب متبادل ، وأول كلمة حب تسيب مفاصلها ،إن هو ده الحبيب المنتظر ، اللي قلبها اختاره ودق له كل سينفونيات المشاعر اللي جواها واللي حرك فيها الحب الدفين في الأعماق ، وطبعا هي ما تعرفش إن كل دي عبارة عن هرمونات مراهقة بتتحكم فيها و بمشاعرها وملهاش أيتها علاقة بالحب .

مرحلة

الكابلز اللذوذ

خروجه في التانية تعجبها فكرة ال" كابلز" وتتعود على الجو ده ، وعلى المشاعر الجديده دي ، والإحساس بالاهتمام ، وفكرة إن في حد بيغير عليها ويحسسها إنها بتاعته ، وكلام الأفلام الهابطة اللي إتهرس خلاص مليون مره بس برضه بتسيب قدامه لإنها مغيبة تماما وتحت تأثير الهرمونات و وهم الحب المسيطر على الوجدان .

وتروح بمشاعرها في اتجاه تاني خالص وتنسى حتى مواصفات فتى الأحلام اللي كان في خيالها وشخصيته اللي رسمتها سنين في بالها .

ويتحول اهتمامها لـ قد إيه شكلنا "كيوت" مع بعض قدام أصحابنا وخصوصا الـ " سينجل" منهم ...!

ويبقى أقصى طموحاتها عدد "اللايكات" اللي صورتهم سوى أخدتها ع الفيس بوك أو باقي مواقع التواصل اللي كأنها بتتنافس على تحطيم الرقم القياسي للتفاهة وإلغاء أي هامش خصوصية ممكن الواحد يتمتع بيه في حياته!!!!!

والأهم التعليقات اللي بتجيلها وخصوصا لو تعليقات إيجابيه زي : "الله شكلكم يجنن مع بعض" أو "لايقين على بعض موووت" .....إلخ

وطبعا صاحبتها اللي كاتبة التعليق ده بيكون نفسها تعلقه منها أصلا بس ما فيش فرصة مناسبة مش أكتر ، يعني مش من كرم ونبل أخلاقها لا سمح الله!

و بيكبر الموضوع في دماغها بجد وتقتنع فعلا إنهم الـ "كابلز" المنتظر واللي ما حصلش في الكون ولا (براد بيت) و(انجيلينا جولي) في أبهى أوقاتهم .

ويتحول أقصى اهتماماتها إنها تعمل "فولو" لكل البنات اللي علي صفحته عشان ترصد كل محاولاتهم لتعليقه أو العكس ، وتفضل تحاوطه بكل محاولات الإبهار المستمرة ليه ولأصحابه عشان تظهر دايما إنها البنت الجامدة موت "والكوول" اللي ما حصلتش في التاريخ

الحديث للأنثى ، ويتحول هو لكل محور اهتماماتها في الحياة وشغلها الشاغل .

وتبتدي تربط كل حاجة بوجوده وتهمش شخصيتها واهتماماتها اللي انحصرت كلها حواليه وبيه وليه! .

والأخطر من كل ده ، يا حلوة ، لما بتتحولي لشخص بيعيش حياته من خلال الشخص اللي رابط نفسه بيه ، وده أكيد ح يخليكي تفقدي التوازن كله لحياتك لو هو اختفى منها فجأة ، و بيولد الخوف جواكي من إنك تسيبيه بعد كده حتى لو مش مقتنعه بيه أو سعيدة معاه .

وبتنسى خالص في المتاهة دي تركزي إذا كان هو أصلا ده الشخص اللي إنتي عايزاه ، ورسماه في خيالك ، ومالي عينك ، ولا أهو ده وخلاص .

وأكيد مش حتغلبي إنك تلاقي لنفسك المبررات اللي تخليكي تكملي في المتاهة دي!

مرحلة

دوامة التعود

تعدي سنة في التانية وتبتدي تلمسي عيوبه والاختلافات اللي بينكم ، ومدى تفاهته ، بس تطنشي وتعديها عشان خلاص إنت دخلتي في دوامة التعود وبقه صعب تخرجي بره ال" كابل موود" ، وتشمتي فيكي صاحباتك وكل اللي حواليكي ، فتكملي في الدائره دي لحد ما تبلعك الدوامه وتسرق منك أحلى سنين عمرك ، وتبرري لنفسك إنك خلاص عرفتي كل عيوبه وبكرة يتغير لما يبقى ليكم حياتكم ،و بدل ما لسه تخشي في علاقة جديده ويا نجحت يا فشلت! والعمر يسرقك وينتهى بيكي المطاف لوحدك ؛ نفس القناعات اللي إتزرعت جواكي من المحيط اللي حواليكي والمجتمع اللي ماشي بنظرية اللي تعرفه أحسن من اللي ما تعرفوش والخوف من التغيير ،

وعدم الإصرار على التمسك بسعادتنا مهما كانت النتائج .....الخ

المهم إنك بتتجاهلي كل الأصوات اللي جواكي اللي بتنبهك وتقولك مش هو ده ، ما تضيعيش نفسك أكتر من كده ، لسه الطريق قدامك مفتوح ، تقدري تعملي" يو ترن" في أي لحظة ،بس خوفك بيكون صوتها أعلى من الأصوات دي و بتختاري بإرادتك إنك تكملي ، وتقنعي نفسك إنك بكره تغيريه ومع الوقت حيعقل ويبقى قد المسئولية ، وتنسى إن الوقت ما بيغيرش حد ، وإن مش وظيفتك أصلا إنك تغيريه لإنك لو كنت حبتيه فعلا كنت ح تحبيه زي ما هو عشان ده مش فستان حتقصريه أو تضيقيه بعد ما تشتريه! انتي كل ده كنتي بتقنعي نفسك إنك بتحبيه لحد ما صدقتي ، بس إنت عارفة جواكي إنك بتكذبي على نفسك.....!!!!!

ويكبر الخوف اللي جواكي كل يوم بيمر وتتحولي لسجينة الفكرة نفسها مش الشخص ؛ وتخلق جواكي صراعات بين كل اللي إنت عايزاه واللي اتعودتي عليه وأصبحتي اسيرته وبقه صعب إنك تسحبي نفسك بره الأسوار اللي بنيتيها بايدك وكانت كل يوم بتعلى وإنت مش حاسه لحد ما اتحبستي جواها .

عارفة التعود في حياتنا عامل زي إيه؟ بتسمعي عن الرمال المتحركة؟ أهو التعود عامل بالظبط كده، بيفضل يسحبك شوية شوية لحد ما يبلعك خالص، وشوفي إنت قد إيه صعوبة إنك تفلتي منه بالرغم من إنه مجرد رمل ناعم أوي بس للأسف مميت.

ودي بقه اسمها مرحلة

المصيدة

بعد مهاترات وخناقات ومصالحات ووجع قلب وعياط وشحتفه ودباديب وورد وإكتئاب، وبعد استنزاف كل أنواع المشاعر بيقرروا إن خلاص ما فيش مفر من الجواز بعد هدر كل السنين دي، ويعملوا زي أصحابهم اللي كانوا هم السابقين...! ويخوضوا مرحلة تأسيس حياة زوجيه، ويفتكرو إنها عبارة عن بيت جديد، واستقلالية، وخروج براحتهم ورومانسيات، وشموع وحاجات كتير؛ رسمينها في خيالاتهم، وكلها من نسيج الأوهام والأفلام طبعا.

ولو كل واحدة بتهتم بتفاصيل شخصية اللي حتتجوزه وتبني معاه حياة احتمال إنها تكمل فيها باقي عمرها قد ما بتهتم بتفاصيل ترتيبات الجواز وشكلياته وتفاهاته صدقوني مكانتش في واحدة حتتجوز...!!!!

لأنها أكيد كانت حتكتشف البلاوي كلها المستخبية واللي هي مش مركزه فيها قد ما مركزه في الفستان وإبهار المعازيم والقاعة والترتيبات وكل الجو الهنتاريش ده.....!!!! ولأن مجتمعاتنا كلها قايمه على الشكليات والمظاهر حتى مع اختلاف الطبقات والمستويات الإجتماعية، فبتلاقي مثلا اللي بتستلف عشان تجوز وتجهز بنتها أحسن جهاز عشان ما حدش يقول إن جهاز بنتها كان أقل من فلانه! ومش مهم إنها تتسجن بعدين من الديون المتلتله على دماغها!!!!!

خلصت الليلة خلاص، ودخلت عش الزوجية برجليها وباختيارها، صحيح إن في حد زقها اللي هو طبعا المجتمع وشكلياته، ومش بس كدا طبعا برضوا قناعاتها هي الشخصية ، بس المهم إنها هي قبلت تتزق وتدخل جوه المصيدة دي!

بدون ما تفك كل الطلاسم اللي جواها، وبدون ما تسأل نفسها ليه قبلت تتنازل عن صورة فتى أحلامها اللي كان في دماغها أو حتى تدور على صفاته في حد تاني!وليه

قبلت إنها تنجر ورا الأمان الاجتماعي، وتخلي خوفها هو اللي يسيطر على أهم قرار في حياتها، وهربت

من سؤال نفسها إذا كان هو ده فعلا اللي هي عايزاه أو لو حتى عنده شيء من المواصفات اللي كانت بتحلم بيها في الراجل اللي حتشاركه حياتها .! والجواب الحقيقي إنها ما آمنتش بوجود فتى أحلامها بجد ولا بنفسها وما صدقتش خيالها إنه ممكن يكون موجود في الحقيقة ، مش شرط بالشكل الأسطوري اللي هي رسماه ،بس بشخصيته وحبه ومقومات رجولته اللي أكيد كان ممكن تلاقيها لو ما اتصربعتش وإدت فرصة لعقلها وقلبها إنه يختار صح بدون أي ضعوطات لا شكلية ولا اجتماعية .

والحقيقة الأهم إنها استسلمت لمنطقة الراحة اللي إتعودت عليها ، وبقت خايفة إنها تطلع براها ، وخافت من التحديات ، ومن إنها تستنى ، وبعدين ما يجيش ويضيع عمرها على الفاضي ، مع إن فعلا هو ضاع على الفاضي وهي مش حاسه .

وفجأه بتفوق وتلاقي نفسها في مصيدة عملتها بإيدها ، وكانت فيها هي الطعم وهي الضحية .

مرحلة
الانكشاف والتكشف!

بعد الجواز بيبدأ العرض الحصري لكل واحد على حقيقته، واكتشاف إن الواقع ملوش أيتها صلة بالأحلام، ولا حتى الأفلام ما عدا الجزء المرعب اللي فيها .!

وبتبتدي تتعاملي مع شخص الرومانسية بالنسبة له أقرب إلى الخيال العلمي ، خصوصا بقى وهو نايم وصوت شخيره جايب آخر البيت، أو وهو جعان وبياكل بفجع وبكل حواسه ويختمها بتكريعه فيها تجسيد لكل أنواع الرومانسيه الضائعة...!

أو مثلا لما يكون في حاجة مش لاقيها في المكان اللي هو معتقد إنه حطها فيه! يبتدي هنا يختفي الصوت الحنين اللي كنت متعوده تسمعيه وهو بيرسم عليكي! وتكتشفي عنده قدرات صوتيه تؤهله للغناء الأوبرالي بجدارة.....!

وده طبعا غير الهرجله والفوضى اللي كان متعود عليها عند الست الوالده واللي بيطبقها زي ما بيقول الكتاب معاكي بالظبط ، بس الفرق إنك طبعا مش الست الوالدة لمؤخذة ، فتبتدي تتعصبي وتبينيله إنك مش الشغالة بتاعت اللي جابوه ،مع إضافة بعض الإرتجالات بالتاتش الحلو بتاعك! وتظهري ، إنت كمان ، الجانب اللذوذ بتاعك الخالي من أي معالم أنثوية !وهكذا وهكذا وهكذا ..... ويستمر العرض لايف بدون أي حذف ، أو حتى إمكانية وضع التيييييييييييييت مكان الألفاظ الخادشة .....

والمشهد المؤثر قوي الحقيقة لما بتكونوا في لحظة تجلي ، وتلاقيه بيقولك بعد لحظات من التأمل المفصل : إنت اتغيرتي على فكرة بعد الجواز!!! وما عدتيش بتهتمي بجسمك وشكلك زي الأول .....!!!! وفي اللحظة دي بتضربي عينك على معالم جسمه ، تلاقي فيه اختفاء قصري لعضلات الصدر والبطن اللي كان مشدود واللى اتحول لكرش قابل للانتفاخ ..! وغياب تام للمظهر المفحفح اللي ريحة برفانه كانت بتفوح منه لآخر الشارع ، واللي دلوقتي لو أخد شاور بيكون إنجاز تاريخي عظيم .!! المهم إنك بتلاقي نفسك مش قادره تردي عليه بكلمات تليق بكل

اللي جواكي وأنصحك بلاش!!!!! لإنها كلها حتكون كلمات خادشة!

والسؤال الجوهري هو احنا ملناش نفس برضو إن يكون شريك حياتنا بيفتح النفس، ويفضل محافظ هو كمان على نفسه شوية علشان ما يقفلناش من الدنيا والصنف كله! ما هي طول ما هي قرفانة، يا حضرة، من شكلك وريحتك حتتمنى إنك ما تبصلهاش أصلا فـ ليه هاتهتم لك بنفسها أو بشكلها زي الأول...؟ هو إنت نفسك لسه زي الأول حتى في أبسط الحاجات.!!

مرحلة

أفلام المهرجانات

بتبتدي في المرحلة دي ممارسة النفس الطويل، ومواجهة النفس بعيوب الآخر ،وعدم تقبلها والنفور منها ، وده بيتسبب في احتقان في المشاعر عند الطرفين ، نتيجة خيبة الأمل اللي حصلتلهم ، و بيتحولوا لبركان خامد ممكن ينفجر في وشك في أي لحظة على أتفه الأسباب.

وهنا الحقيقة بيكون السيناريو غير منصف للطرفين ، لأن الجواز زي أفلام المهرجانات كده ، قصة " بس من غير مناظر من الي بالي بالك".

قصة معقدة وكلها مشاعر متضاربة وأحداث غير مفهومه أو متوقعة ، بتاخدك في حتت ما تعودتش تتعامل

معاها في حياتك العادية ، وبتطلع منك شخص ممكن تكون أنت نفسك ما تعرفوش وما تعودتش عليه ؛ شخص بينفعل بطريقة مختلفة ، بيحس بطريقة مختلفة ، شخص يمكن يكون لأول مره في حياته بيواجه كل التراكمات والتعقيدات اللي إتجمعت جواه على مدار عمره بدون ما يحس بيها .

وبيبتدي يفرغها عند كل موقف هو بيكون غير مؤهل للتعامل معاه ، وهنا بس بيحس قد إيه إختياره لشريك حياته كان حيفرق معاه خصوصا في التعامل مع كل الترسبات دي ، يعني لو كان أساس العلاقة والإختيار غلط حتتعقد الدنيا في اي خلاف او اشتباك لانه مش هيحاول إنه يستوعب او يحتوي الشخص اللي معاه لأنه اولا : غير مؤهل لكده وثانيا :لأن ما عندوش المقدره والنضوج اللي يسمحله إنه يتعامل مع هذه المشاعر.....!

أما لو كان الإختيار مبني على أساس متين وسليم حيقدر يتغلب على المواقف دي ، لأنه حيكون قادر يوصل للي جواه ويحتويه ويحس بيه وبإنفعالاته ويعرف يتفاعل معاه بالطريقة الصح .

و أوقات كتير مجرد إحساسك إن في حد فاهمك وفاهم كل اللخبطة اللي جواك حتى بدون ما يقدملك اي حل بيحل الأزمة وبتعدي.

بس بما إن الاختيار تم من الأساس عملا بنظرية " اللي تعرفه أحسن من اللي ما تعرفوش" !!!!وعصفور في اليد ..... يبقى أكيد التعامل مع أي موقف حيكون أصعب من العادي، لأن المعايير الاساسية الي ارتكز عليها قرارهم بالجواز نفسها هشة وضعيفه ويمكن اساسا مش موجوده .....!! وفي غياب قلة النضوج والخبرة والحب الحقيقي اللي مبنى على التفاهم والوعي وإستيعاب وإحتواء الآخر بكل عيوبه ،لأن ما فيش حد فينا كامل، هيكون الفشل وغياب السعادة اكيد هم النتيجة الطبيعية.

وكل ما حتدوسي أكتر في الجواز كل ما تكتشفي أسرار وخبايا هذا العالم المجهول اللي كل مجلدات الفلاسفة ما قدرتش تشرحه شرح وافي .....

مرحلة

انقاذ ما يمكن انقاذه

المهم إنك كأنثى بتحاولي على قد ما تقدري تقللي من أضرار خسائر قرارك بالجوازه دي ،طبعا بعد ما بتفوقي من كل هرتلات الأحلام اللي جابت رجلك في الفخ ده اصلا ويبتدي عقلك هو اللي يشتغل بعد ما تعمليله" ري اكتيفيشن" وتلغي قلبك خالص ويقتصر إستعماله على الحالات الإنسانية فقط .

وبفطرة الأنثى تحاولي تصلحي حسب الإمكانيات والمعطيات المتوافرة لتركيبة الشخصية اللي معاكي علشان تكملوا الجوازه دي وتحافظوا على الحياة اللي إخترتوها .

بس بتتصدمي إنك مع نفسك وهو ولا هو هنا !! يعني في مكان ومرحلة فكرية بعيده تماما عن كل اللي بتفكري فيه ، لانه بيكون لسه واقف في مرحلة عمرية النضوج فيها عنده لسه مش واصل اوي!! في حين إنك

إنتي بتمري ب نضوج سريع ومتطور ..... بس هو حتى مش قادر يستوعبه!!!!

وهنا تبتدي تتهزي من جوه ، وتحسي إنك بتحاولي تبني لوحدك ،وإنك سابقاه في النضوج الفكري والعاطفي كمان ، وإن الشراكة اللي مفروض بينكم إتحولت لإلتزام من طرف واحد عشان الطرف التاني شاري دماغه على الآخر ومكبر .

ويا سلام لوطلبت معاكي صراحة في لحظة صفا وحاولتي تواجهيه باللي جواكي وتقوليله مثلا : هو إحنا ليه مش بنخرخ مع أصحابك ومراتاتهم ويبقى لينا حياة إجتماعيه طبيعية زي كل البشر بدل ما بتخرج انت وهمه لوحدكم كل مرة!!

حتلاقي رد فعل حقيقي غير متوقع بالنسبه ليكي وبيعكس قمة النضوج العاطفي والإحساس بالمسؤلية!

هو "بتأثر" : أنا عايز أحس إني "سينجل" تاني وأخرج مع أصحابي لوحدنا واهيص زيهم شويه عشان إتخنقت من جو الجواز ! وحاسس اني كبرت 100 سنة مرة واحدة .

خدي نفسك عميق وبلاش تولعي فيه ارجوكي ريلاكسسسس لأن الحالة اللي هو فيها دي واللي إنتي مش حتستوعبيها في الأول إسمها " عدم القدرة على تحمل المسؤلية" لعدم التحلي بالنضوج وبالصفات الرجولية المطلوبة للزوج اللي عايز يكون أسرة .

مرحلة
تصنيف فصيل الزوجات

عشان نكون منصفين هو في نوعين من الستات :

النوع الأول إسمه " الازقة" مشتقه من التلزيق وبتكون زي إسمها بالظبط حاجة خنيقة كدة! وعايزاك على طول معاها ورجلها على رجلك في كل خروجه و طبعا الفصيل ده بيكون ربنا باعتهولك عقاب و تخليص حق في الدنيا والآخرة.

وهي بتكون بتتصرف كده إوعه تفكر من منطلق الحب لا سمح الله....!!!!!! لا هي ماشية ورا عقيدة راسخة في دماغها الفاضية اللي هي : ما تخليش جوزك يغيب عن عينك لحسن واحدة تلهفه منك !! أو إن رجله تاخد ع الصرمحة والعياز بالله !فلازم تفضلي دايما كابسة

على نفسه لحد ما تجيبي أجله وده بيكون بسبب الغياب التام عندها لأيتها ثقة بالنفس.

وفي الواقع كل ده بينعكس على شخصيتك إنت بكل الخير فبتتحول لراجل بيتوتي بإمتياز، ملازم للمنزل وكاره للخروج وأقرب الى الله من اي وقت فات !!!!على أمل ان ربنا يستجيب لدعاك ويخلصك منها بلا شفقة ولا رحمة وياخدها أخذ عزيز منتقم....اللهم آمين.

أما النوع التاني اللي بنتكلم عنه هي النقيض تماما للنموذج اللي فات، شخصية بتكره الخنقة موووووت من الطرفين.....ودي بتكون شخص مستقل، طبيعي وعندها دماغ متكلف وثقة بالنفس عالية.

وبتكون مرتاحة مع نفسها ومتفهمة إحتياجات كل طرف للمساحة الخاصة بتاعته، طبعا مع وجود الشفافية، لأنها لو مكانتش موجوده الموضوع بيحتاج إعادة تقييم وبندخل في دايرة الشك وفقد الثقة اللي ممكن تكون كفيلة انها تهدم أي علاقة مهما كانت قوتها..

والغريب إن هذا النموذج من الستات أحيانا كتير بيقابل نقد كبير من الرجالة !!!يعني تلاقي الراجل متحسس جدا من إنها مش مهتمية اوي لخروجه، أو رايح

فين ، ومع مين ، وبيفترض إنها ما بتغرش عليه وما بتحبوش..!!وفي الحقيقة هي بتكون تركيبة دماغها أشبه شوية بتركيبة دماغ الراجل و بتكون بتتمتع بالإستقلالية الفكرية في حياتها ومع نفسها ، يعني ما بتبقاش مستنية الراجل عشان هو اللي يسليلها وقتها ويخرجها وكده...!!!!! على العكس تماما بتحب تكون مع نفسها وبترتاح اكتر في المساحة بتاعتها اللي بتعرف تملاها وتستمتع بيها كويس.

مرحلة

فقد الشعور بالأمان

كل يوم بيمر عليكي وإنتي حاسة إن في حاجة ناقصة جواكي مفيش حاجة تملاها لا وجوده ولا العيشة اللي إنتي عيشاها معاه، بتنطفي روحك وبتختفي منك بهجة الحياة.

و بتحسي بالخوف وعدم الإحساس بالأمان وأنك في مواجهة مسئولية حياة جديدة بكل المجهول اللي فيها لوحدك.

وهنا بيبقى في سيناريو من إثنين: يا بتكملي وإنتي عارفة اللي جاي شكله إيه لأنك مضطرة" بحسب أعراف المحيطين والمجتمع، وقلة ثقتك بقدراتك وبنفسك اللي فقدتيها بعد التجربه دي أصلا، والأهم بسبب الخوف

المتعشش جواكي من التغيير ومن الدخول في أي تحديات جديدة ، وكمان لغياب الدعم المادي والمعنوي اللي ممكن يقويكي شويه في إتخاذ قرار زي ده .....!!!!!!

وبتحاولي تمشيها يوم بيوم وتعيشي مع نفسك في دايرة كبيرة من العزلة الفكرية والعاطفية ، وتعوضيها بأصحاب او خروجات او اي حاجة ممكن تعمل دور المسكن الفعال لحالة الإحباط النفسي اللي بتعاني منه ، وترضخي للأمر الواقع زي الغالبية العظمى من حالات الجواز .

والسيناريو الآخر : إنك تضربي بكل التجربة دي عرض الحائط ،وتقفلي الصفحة أو تقطعيها مش فارقة كتير ، المهم انك تخلصي منها وتحاولي تصحي مسارك وتعملي" يو ترن" وتكملي عادي خالص كأنك دخلت في شارع غلط وتهتي شوية بس رجعت تاني على أول الطريق الصح حتى لو حيكون أطول .

والقرار ده أكيد محتاج إن يكون في عندك دعم مادي ومعنوي ويكون عندك مقومات الشخصية القوية اللي عندها ثقة في نفسها وعندها القدرة على إتخاذ

القرارات الحاسمة وتحمل كل تبعياتها مهما كانت ،وآخر همك انك تعملي حساب لمين يقول إيه وليه .

و القرار بيكون في الحقيقه مش سهل في الحالتين ، لأن إحساس الخضوع للأمر الواقع خصوصا لما بيكون في حكم المضطر بيقتل جواكي حاجات كتير وأهمها حرية الإراده اللي ربنا وهبها لينا كطوق نجاة لما الدنيا بتأزم وتضيق علينا ، ولأن كمان الفشل إحساس صعب ومواجة نفسنا قبل المجتمع بيه بيكون أصعب لأنه بيخلق جوانا نوع من الإحساس بالنقص .

الخلاصة بقى إننا بنفضل نتخبط شويتين في الحالتين دول لحد ما نقنع نفسنا اإنا نكمل في حياة إحنا مش سعدا بيها بس لأن ده الطريق الأسهل والأهون من إحساسنا بالفشل قدام نفسنا ، ومن الخوف من الدخول في رحلة المجهول .

أما الخوف الأكبر هو مواجهة فشلنا قدام المجتمع ؛ نفس المجتمع اللي إتشربنا منه السلبية وعدم الثقة في قدرتنا على التغيير والي نزع من جوانا ثقافة إن السعادة أهم من أي حاجة وأي حد ، ومش مهم إننا نغلط بس المهم

إننا ما نكملش ونصر على الغلط لمجرد إننا نحافظ على شكل الإطار الخارجي ومش مهم الصورة اللي جواه عاملة إزاي ..!!

المرحلة دي إسمها

الإصرار على الفشل

خلصنا من جو كشف الورق واللعب ع المكشوف وتعري كل واحد قدام الآخر بكل عيوبه وسيئاته والتعود على الجو وتقبل الواقع.....الخ

وندخل في مرحلة مبروك" المدام حامل".! ما هي جربت كل المراحل الحقيقة بس لسه مرحلة إنها تجيب شخص جديد ملوش أي ذنب في كل المهاترات بتاعتهم دي وتخليه يدفع التمن معاهم علي إختياراتهم وفشلهم ، وكل ذنبه في الحدوته دي إنهم محتاجين دور جديد يكملوا بيه المراحل الطبيعية لتطور الفشل التصاعدي للجواز .

وبرضه من غيرما تتعامل مع كل المشاكل اللي عمالة بتتراكم جواها واللي عايشاها مع الشخص اللي معاها .....!!

وبتكمل في حالة الإنكار بإضافة ضحية جديده للصراع ده تنشغل بيه وتجرب معاه تجربة الأمومة اللي ما تعرفش أي حاجة عنها غير إنها كانت لما بتتفرج على فيلم أو تشوف أم على البحر مثلا بتلعب مع" بيبي كيوت" يجلها حالة من الغيره أو الرغبة في التقليد وتخزن الصورة دي في خيالها عشان تستحضرها في لحظة زي اللي هي قررت فيها إنها تخلف " بيبي كيوت" .....

وأكيد كمان عشان تكمل شكلها الإجتماعي وتبقى أم زي كل حد طبيعي عشان ما يتقالش عليها ما بتخلفش لا سمح الله...!!! وكأن المشكلة كلها في القدرة على الخلفة و بس !..طيب ما هي القطط اللي في الشارع بتخلف برضه!!! بس المشكلة يا ترى عندك القدرة والمعرفة إنك تربي وإنك تطلعي شخص سوي يقدر يواجه الحياة بدون قصور ذهني وفكري وعاطفي ومعنوي زي اللي عندكوا كده!!!!

مرحلة
الساسبنس

كل اللي فات كوم والمرحلة اللطيفة دي كوم تاني خالص الحقيقة كلها تشويق وساسبنس!!!!

شكلها بيتغير ، هرموناتها بتتغير ، لا هي فاهمة هو في إيه ولا اللي معاها بيحاول يهون عليها المرحلة المجهولة المعالم دي ، لأن إحساسه بالمسؤلية اللي هو أصلا عنده فوبيا منها بيتضاعف ، ومش عارف يسيطر إزاي على كل التطورات السريعة اللي سحباه معاها !!! .

و لأنه بطبعه كائن أناني ، وأقصى مدارك مخه ما بتجيبش أبعد من تفكيره في نفسه فطبعا أسهل طريقة للتعامل مع الموقف ده هو الهروب وزيادة الخروج مع أصحابه وتجنب المواجهات المنزليه لتجنب أي خناقات مكررة .....

وبرضه يهرب من الجو العام ومن محاولة تقديم أي دعم معنوي أو حتى مشاركة وجدانية ، وكمان أهو يشوف نفسه شوية ما هي فرصة ؛ هي مشغولة ومعكوكة باللي هي فيه ومش مركزة معاه فبيبرطع براحته .

و إحساسها هي بالإهمال بيزيد في الوقت اللي هي محتاجة أي مجاملة حتى لو مش حقيقية تهون عليها المظهر العجيب اللي هي فيه حتى لو كانت من البواب أو السباك المهم حد يبقى لسه شايف فيها أي ملامح أنثى ، ويرفع معنوياتها بأي كلمة .

وعلى فكرة هو محاولة الإحساس بالآخر مش محتاجة حب جارف ولا حاجة!!!هي محتاجة بس حد يكون عنده إنسانية و يكون حسيس شوية!!مش جبله يعني!!!

ومع تزايد الشعور القاتل بالوحدة والتهميش والصراعات اللي جواها ، بيكون المخرج الوحيد للتنفيس عن كل المشاعر المكبوتة اللي حتنفجر في أي لحظة هو الهروب بالأكل والنوم لمحاولة تجنب الواقع بقدر المستطاع .

وكل ما بيقرب موعد قدوم الضحية المنتظره بيزيد

التـوتر والقلـق والخـوف وأكيـد يتبعـه النكـد في عـرض مستمر وحصري للتنفيس عن الضغط النفسي والعصبي .

وهـو في بـذمتكم جـو أحلى مـن كـده لـولادة حيـاة جديده تشاركهم الهنا ده كله!!!!!

مرحلة

اللي ما حدش قالهولك عن الأمومة

مبروك يا حبيبتي .... رجعت البيت مع كائن هلامي بلا ملامح واضحة ، ولا يملك من أمره شيء غير قوة أحباله الصوتية ، وماشاء الله عليه حنجره ذهبية ، والأحلى من كل ده أن ما لوش كتالوج آه والله ده حقيقي ..... يعني ما فيش ليه منهج محدد للتعامل معاه! و من الآخر هو وظيفته إنه يعاقبك إنك جبتيه ع الدنيا وفرضتي عليه أم وأب مش عارفين أصلا همه جابوه ليه ولا حيتعاملوا معاه ازاي .!!!!

ويفضل بقى يستعبدك كل الفترة دي ولا كأنك عبده الأسود ؛ من تغيير بامبرز ، الى تنوع حفلات العياط المستمر بدون انقطاع أحيانا ، مع تقمصك لدور البقرة الحلوب طول الوقت حتي في عز الليل وحرمانك من أحلى نومه واشربي انتي بقى عملتك السودة!! ويا ريت كان ينفع الندم يا حلوة!!!

وطبعا في الفتره دي العلاقه الزوجيه بتكون في قمة وهجها وتألقها ، يعني من الآخر محدش فيهم بيكون طايق التاني وكل الي بيجمعهم الكائن اللي لا حول له ولا قوة اللي مسؤلين عنه واللي روحه للاسف في إيديهم لو حصل أي تقصير .

وأكيد اللي بيكون شايل الشيلة دي كلها هو حضرتك لوحدك ، لأن البيه نايم وبيشخر طول الليل وإنتي شغالة مرضعة أو بتغيري للبيبي و بتحاولي تسكتيه وتترجي أمه يخليكي تنامي شويه لأنك على مشارف إنهيار عصبي وشيك ، وهو يصحالك الصبح في قمة نشاطة يلبس في ثانية وجري رايح على شغله اللي فجأة بقى ه وكل حب حياته!! وبقى ملتزم فيه باستماته ، وما عدش بياخد يوم واحد غياب ولا حتى من أجازاته ، وطبعا إنتي فاهمه كويس ليه .....!!!!!! علشان نار الشغل أهون من جنت البيت بعد ما تحول لموريستان .

وإنتي في السحلة دي مش عارفة من أين المفر ونفسك تغمضي وتفتحي تلاقي إن كل ده مجرد كابوس وصحيتي منه .....!

واوعي تصدقي اللي يقلك إن العاطفة والأمومة

بتتولد مع البيبي ده كلام هرتلات بجد ، لأن الإحساس بالخوف والمسئولية هو اللي بيكون مسيطر ، وخصوصا على الأم ، اللي بتحس إنها ادبست تدبيسة السنين ، ومافيش مجال للهروب خلاص فبتحاول إنها تحط كل قدراتها المحدودة في الاهتمام بالكائن الفضائي ده وتجرب فيه ، والله يعينه ويعينها .

مرحلة

الحب الوحيد غير المشروط

وحدة وحدة بتلاقي نفسك بتعوضي كل مشاعر الحب معاه ويتحول البيبي الملاك اللي بين إيديكي لكل محور حياتك، و بتحسي معاه بالحب الحقيقي الوحيد اللي بدون مقابل في الدنيا كلها، نفس الحب اللي إنتي بتدهوله بيرجعلك بشكل تاني؛ بتعلقه بيكي واكتفاءه بيكي عن أي شيء وأي حد، وبتخلق جواكي عاطفة ما فيش أي مشاعر ممكن تبقى شبهها أو تعوض عنها في الدنيا كلها، وبتحسي بجد مش كلام كأنك والملاك ده في بينكم حبل سري غير اللي اتقطع ساعة الولادة حبل بيوصل بين روحك وروحه وما فيش كلمة ممكن تعبر عن الإحساس اللي فجأة بيملى عليكي كل الفراغ العاطفي اللي كنتي عيشاه وبيعملك حالة تشبع لأحلى وأصدق المشاعر.

وبيزيد النضوج عندك وكمان بيزيد البعد الفكري والعاطفي بينك وبين الشريك الافتراضي اللي عايشة معاه لأنه ما بيحاولش يقرب المسافات بينكم ولو خطوة عشان يشاركك كل المشاعر دي! بس في الفترة دي بيكون آخر همك حتى التفكير فيه، وكأنك خلاص استغنيتي عن دوره في كل تفاصيل حياتك لإنك اتعودتي على عدم وجوده فيها.

في المرحلة دي، بتزيد أنانيته أكتر لأنه كمان بيحس ببعدك عنه وإهمالك ليه بعد ما بإختياره قرر إنه ما يبقاش جزء من التجربة دي ويحرم نفسه من متعة كل تفاصيلها اللّي مش حترجع تاني، وبيفضل إنه يشوف نفسه بره كالعادة وعذره إن المدام مشغولة عنه طول الوقت بالبيبي وما بقتش بتهتم بنفسها وعلى طول تعبانه، وجسمها تخن واتغير شكلها .....الخ

وبيسغرب إنها ليه بقت عصبية زيادة!!!! وما بيفكرش خالص إنها مسحولة لوحدها من قلة النوم، لضغط المسؤلية اللي لبستها لوحدها، وإحساسها بالإهمال وعدم التقدير حتى بأقل تعبير أو كلمة.

بلاش يا أخي مشاركتك معاها في البيت والمسئولية يمكن إنت ما بتعرفش ومش فاهم تتصرف ازاي في كل اللي بيحصل ده ، وما إتعودتش إن يكون ليك دور إيجابي في مشاركة تفاصيل الحياة مع المخلوقة اللي معاك !!!

طيب إيه صعوبة انك تنطق بكلمتين حلوين حتى لو إنت مش شايفها سوبر ستار أحلامك ، جاملها بكلمتين ، راعي نفسيتها شوية ، خليك كائن حسيس ، عوضها حتى لو ببوكيه ورد زي ما كنت هاريها قبل الجواز أو أي حاجة تبين لها فيها إنها كائن ملموس ومحسوس مش مجرد هوا !!

وعلى فكرة هي أكيد مش مستمتعة أوي كده بكل السحلة اللي مسحوله فيها ، ولا بشكلها ولا بتغيير حياتها وأولوياتها اللي ما عدش فيها مكان ولا وقت لنفسها ،

يعني من الآخر هي مش مشغولة عن سيادتك بالحفلات اللي مش ملاحقة عليها ولا بالخروجات مع أصحابها اللي مقطعة بعضها ، لا خالص هي بجد متبهدلة بس إحساسها بالمسؤلية تجاه هذه الحياة الجديدة اللي بين إيديها هو اللي بيخليها تستحمل فوق حتى قدراتها الطبيعية ، ولو كان في مشاركة من ناحيتك يمكن كنت

هونت عليها شوية ويكن كنت قربت المسافات الي بينكم.....

بس أنت كالعادة اخترت الهروب ورميت عليها كل الشيلة تشيلها لوحدها وإكتفيت باللوم والفرجة من بعيد .

المرحلة الأكثر تشويقا

مرحلة أنا مابقتش انا

كبر البيبي خلاص وتقريبا مرحلة الإستعباد اللا إرادي إنتهت، ودخلنا في مرحلة جديدة: مرحلة الرخامة واللماضة والحقيقه إن في المرحلة دي بتحصل حاجة تلقائية للأم، بتحس فيها بنوع من "الانفصال الالتصاقي" الكلمة قوية شويه بس مفيش ليها تعبير أدق من كده، بتشعر بلحظة معينة وكأنه لتاني مرة إنقطع الحبل السري بينها وبين البيبي اللي وعي على الدنيا خلاص وما عدش مجرد ملاك من نور لا حول له ولا قوة وهي مصدر الحياة كلها بالنسبه ليه، بقه كائن حي مستقل قادر على العيش والتكيف مع محيطه.....واحتياجه ليها ما عدش احتياج قصري.

والانفصال ده مش معناه إن مشاعرها اتغيرت!!! لا خالص بس الشعور بأن هذا الكائن معتمد عليك كليا في كل الحاجات الأساسية والبسيطة وإنك أنت بالنسبة ليه الدنيا الوحيدة الي هو بيعرفها ، واللي من خلالها بيفتح عينيه وبيشوف كل حاجة ....!!!! ده كله بيولد عندك وعند البيبي تواصل عاطفي فريد من نوعه بتختبري فيه أحلى وأنقى المشاعر اللي في الدنيا بجد واللي ما فيش حاجة بتشبهها .

بعد كده نوع الحب ده هو اللي بيتغير تلقائي وبيتحول إلى شعور الأمومة الطبيعي بيقل أو يزيد حسب قدرات الشخص العاطفية على العطاء .

في المرحلة دي بيحصل حالة وعي مفاجيء للأم ، عارف لما تصحى فجأه من البنج وتدور على كل اللي حواليك تلاقي كل حاجة اتغيرت وأولهم أنت .

وتبتدي تراودك أحلام اليقظة انا فين ...!!!!! انا إزاي .... ،انا مين!!!!!! وكل الأوهام والهلاوس دي ،وتبتدي تحن للشخص اللي كنت عليه قبل ما تتخطف الخطفة دي .

ويوحشك إحساسك إنك حد ليه لازمة في الحياة وإن خبرتك مش محدودة بس كبيبي سيتر وشغالة، والأهم من كل ده إحساسك بإنك عايزة تحسي إنك لسه أنثى في نظر المجتمع على الأقل بعد ما بدأتي تنسي من كتر الإهمال النفسي والعاطفي اللي إنتي عايشاه.

مرحلة
التقييم

بتبتدي تفكري وتقرري إنك ترجعي تشتغلي تاني عشان تستعيدي شوية من شخصيتك القديمة وتحسي بقيمتك اللي ما عدتيش عارفة هي بتتقيم أو بتتقدر بأية مقاييس....!!!! هل بإنك ست بيت ناجحة أو أم مسئولة وحنونة أو زوجة معطائة بتراعي بيتها وجوزها بضمير!!!

لأن الحقيقة إنتي مش حاسة بأي تقدير على أي حاجة من دول! وكأن ده العادي المتوقع منك، وكأنه بيتحول الي حق مكتسب عند الآخر والمتلقي، والخلاصة إن ولا حاجة من دول تستحقي عليها أي تقدير !!! عارفة ليه يا حلوة..!؟

لأن الاكتشافات والأبحاث الحديثة اللي بتهم الذكور دون الإناث، أثبتت إن كل ده مش مهم خالص وما

يمنحكيش حتى درجة مقبول في مسيرتك الزوجية لانها لا تنصب في أولويات الرجل الوحيدة و الأساسية اللي هي إيه بقى؟؟؟؟ أيوه اللي في بالك! واللي لازم يكون عندك التفاني الكافي لإنك تسخري نفسك ووقتك فقط لمتعته وإشباع غرايزه اللي المفروض إنك اتخلقتي بس عشانها كأنثى وأى شيء تاني مش محسوب ليكي!!! والشيء الهزلي في الموضوع إنه ممكن يكون فاشل أساسا حتى في هذا الشيء الوحيد اللي هو رابطه بتفسير معنى الرجولة!!!!!!!!

و كالعادة حتى دي بيحملك انتي مسئوليتها برضه! هو والمجتمع .! نفس المجتمع اللي بيطلق على الرجل اللعوب "دونجوان "وكأنه لقب فخري وشرفي وعامل جذب قوي ، ويطلق على المرأه "اللعوب" لقب عاهرة .!

السؤال المهم : هو حتى لو وجدت تلك الزوجه الخارقة أو "السكس ماشين" اللي حياتها ح تفنيها على عمود "لستريبتيز" عشان ترضي سيادته ، هل ده حيملى عينه و منعه من إنه يعط بره ؟

قطعا لأ .. عشان حيلاقي مليون مبرر تاني عشان التيييييييييييييت المتأصلة فيه وف كل جنسه من زمن الجوارى لحد زمن" الدنجوانية والشقاوة" .

والغريب في كل الموضوع ده إن الراجل مش قادر يفهم أو يمكن مش عايز يواجه نفسه إن الست بتكوينها محتاجة للمشاعر والعاطفة أكتر من الراجل بكتير .....!

وهنا المصيبة!! لأن الست لما بيكون عندها هذا الفراغ العاطفي وأكيد مش المقصود بيه الجنسي، وإحساسها بإن اللي معاها مش قادر يحتويها أو يكون الراجل اللي في دماغها، خيانتها بتكون أصعب بكل المراحل وعلى كل الأصعدة من خيانة الراجل اللي كل همه يثبت رجولته ويرضي غرايزه ويشبع غروره !!

لأن بالنسبة للست الموضوع مختلف تماما. عشان هي لما بتحب بيكون الموضوع أقوى من إرادتها على المقاومة، لأن المشاعر فجأة بتخبطك بدون ما تدري، وبدون تخطيط! فجأة بتصيبك في الوتر الحساس اللي بيشل كل إدراكك وعقلك ويسلب منك حتى إرادة التفكير وبيغيب عنك المنطق !! عشان كده خيانة المرأة بتكون أخطر مليون مرة من خيانة الرجل، لأنها بتخون بمشاعرها مش بغرايزها، وأكيد الضرر في الحالتين كبير ومدمر لكل الأطراف وبيكون من أسوأ السيناريوهات.

مرحلة

إعادة اكتشاف نفسك

بترجع الشغل وتحاول تستعيد ما تبقى منها ، ومن أول يوم بتكتشف إن في حاجات كتير أوي جواها وفيها اتغيرت ، وبتحس كأنها خرجت من عالمها الصغير والمحدود لعالم كبير ما لوش أول من آخر ، بتعيد اكتشاف نفسها فيه من أول وجديد .

والمسئولية بتتضاعف عليها بس يمكن ده بيكون القرار الوحيد الصح اللي أخدته من فترة كبيرة أوي ..... ليه .....؟؟؟؟!!

علشان هي فعلا محتاجة تستعيد توازنها وثقتها بنفسها ومحتاجه تبعد عن الجو اللي هي بقت حاسة إنه بيخنقها واللي اختفت فيه معالم شخصيتها بين الزوجة والأم وبيتحول الشغل لمخرج للهروب اليومي من الملل اللي في حياتها حتى لو لفترات محدودة .

بتحاول تعوض كل اللي فاتها ،وتوازن بين شغلها وحياتها بس بيفضل جواها فراغ كبير حتى الشغل مش عارف يملاه ، فراغ عاطفي لمشاعر إدفنت في مكان بعيد كانت متوهمه إنها نسيتها خلاص وبتحاول تصدق نفسها إن ما عادتش تفرق معاها ، بس في حاجة جواها ناقصة وفي اشتياق لمشاعر حلوه اتعودت إنها تسترجعها وتعيشها بس في أحلامها .

وبتتجمع كل الظروف وبتلاقي نفسها بدأت تقارن وتشوف نماذج أخرى معدلة لصورة الرجل الآخر غير اللي هي مستأنساه في البيت ، وتبتدي تفتكر الصورة القديمة اللي كانت في دماغها لفتى أحلامها وللأسف بتكون في حالة هشاشة عاطفية قوية ، وعدم ثقة بالنفس وعدم إحساس بالأمان العاطفي ، وكل ده بيخليها تكون فريسة سهلة لأي مشاعر ممكن تصحي كل اللي اتدفن جواها في الدوامة اللي هي مسحولة فيها .

وتدخل في متاهات ملهاش أول من آخر غير إنها بتغرقها زيادة وبتشتتها وتبعدها عن السؤال المهم ، اللي هي في كل المراحل دي ما بيخطرش على بالها تسأله لنفسها :

هـو ليـه لازم الراجـل يكـون هـو محـور حياتهـا وسعادتها وإحساسها بالأمان والثقة طالما نجاح كل حاجة مرتبط بيها هي ...! وهي ليه لسه مصدقة نظرية المجتمع وموروثات الثقافة العقيمة إن حياتها مش حتكتمل إلا بوجود الراجل فيها ..!!!!

ليه رابطة الحياة بيه! وبتعيش من خلاله! مع إنها هي أساس و محور الحياة كلها! وليه مستسلمة للشعور بالضعف اللي اتزرع من المجتمع جواها واللي ملوش أي أساس من الصحة ، غير إن هدفه الوحيد إنه يخليها دائما موهومة باحتياجها لراجل يحميها ويكون جنبها ويكون هو سندها والكلام اللي التجربة الحياتية أثبتت عكسه تماما وإن الست هي في معظم الأحيان اللي بتكون سند للراجل ..!

طيب بالعقل كده ، هو في وحده ضعيفه بتقدر تستحمل كل مراحل الألم اللي بتتحملها الواحدة من ساعة البلوغ لحد الولادة والرضاعة والسهر والتربية والشغل ومسؤلية البيت والزوج والأولاد ، والإهتمام بكل تفاصيل الحياة للكبير قبل الصغير مدى الحياة ..!!!! يعني عمل متواصل بدوام كامل وكمان بدون أي عائد مادي ولا حتى معنوي!

ده في معظم الأوقات كمان هي اللي بتكون بتقدم الدعم المادي بجانب المعنوي!!

وفوق كل ده كمان لخبطة الهرمونات اللي عاملة زي لعبة قطر الموت لما بتركبيه، بيطلعك فوق وينزلك تحت باقصى السرعات الممكنة والمفروض انك تتعايشي طبيعي ولا كأن في حاجة بتحصلك!

أوعي تصدقي أي حد يقولك مش حتقدري حتى لو كانت نفسك، عارفة ليه لأنك عارفة كويس أوي إن في واحدة تانية جواكي متأكده إنك تقدري بس خايفة تطلع إلا لما تتأكد إنك بقيتي جاهزة عشان تتحدي نفسك، وكل حاجة زرعت جواكي الإحساس بالضعف والعجز والنقص، وقتلت فيكي الإرادة الحرة اللي ربنا قدهالك، علشان إنتي اللي تختاري حياتك وسعادتك، لإنك إنسان كامل بذاته ومش محتاج حد يكمله، ولإنك أنثى بالمعنى الحقيقي اللي بيرتقي لأعلى الدرجات ربنا اختارك انتي عشان تتولد من خلالك حياة جديدة وإنتي اللي تكوني مسئولة عنها.

يعني الرجل بيجي من خلالك إنتي ومش العكس حتى لو كان ليه دورأساسي في العملية دي بس من خلالك إنتي بتخلق و تتولد للحياة .

يا ترى سألت نفسك بعد كل ده إزاي حد ضعيف ممكن ربنا يخصه بالمهمة الصعبة أوي دي!

مرحلة

أيوة بيخونك يا قطة

الحقيقة الفقرة دي مقررة في تاريخ كل جوازه تقريبا ، بس في اللي تم إكتشافها وفي اللي ربنا سترها معاه لسبب أو لآخر ، ومن ضمن الأسباب دي ، إنه يكون هو كمان متقرطس!!! وده بيكون أفضل عقاب ليه من إنه يتفضح بعملته!!!

المهم إن السيناريو الطبيعي لما بتكتشفي إن الأمووور بيخونك حتى لو كان سيناريو كان متوقع بالنسبة ليك ، بس مواجهته على أرض الواقع بيكون أمر صعب ومش بالسهولة تقبله .....

والأصعب اللي بتواجهي بيه نفسك في اللحظة دي ، اللي هو : يعني أنا مستحملاك وعصره على نفسي يجي

كيلو ليمون بكل النواقص اللي فيك، وكمان إنت اللي بتخون .!

وبما إنك كنت متأقلمة عشان بس" الكونفورت زون "بتاعتك ما تتلخبطش!!!فجأه بتبتدي تحسي بإحساس من عدم التوازن النفسي والعاطفي ويطفو على السطح إحساسك بالضعف والنقص والعجز، وأكيد بتنفجر جواكي ماسورة الكرامة والكبرياء وتبتدي تنقح عليك وتوجعك ، يعني بتختبري في اللحظات دي كوكتيل من المشاعر قدير إنه يفجر أي بركان خامد حتى من آلاف السنين ويدمر بثواني أي حياة من حواليه .

بتعيشي تقريبا أصعب قوة تحمل ممكن تمر عليكي بعد تجربة الولادة، وده بيكون على مراحل : أولها حالة الرفض وعدم تصديق الحقيقة اللي بيكون نتيجتها الإنفجار والغضب وإظهار كل طاقتك من الإنفعالات، وإستعمال كافة المصطلحات اللي وردت والمستحدثة في قاموس الشتائم، وبعد ما تفضي كل ده تخشي في مرحلة الذهول والتبلد وعدم رد الفعل!! وكأنك ضاربه علبة زانكس مره واحدة، وعلى حسب ما تاخد منك المرحلة دي بقى من وقت وطاقة، وبعدين أول ما تبتدي تفوقي تاني تروحى سايبة البيت بكل اللي فيه وقافلة الباب

وراكي عشان ترتاحي من وشه او عشان ما ترتكبيش جناية وتضيعي عمرك تاني على الفاضي عشان كائن ما يستاهلش أكتر من إنه يترش ب بيروسول .

هديتي أعصابك شويه ، والكل حواليكي بيحاول يدعمك ظاهريا!بكلمات من عينة

إزاي!! وإخص عليه والحاجات دي كلها ، بعد شوية وكل لما الوقت يمر تبتدي

النغمه تتغير : ما كل الرجاله بتخون ...!!!!

إنتي كمان لازم تكبري دماغك ، وما تهديش بيتك عشان غلطة صغيرة منه وبكره تنسي والحياة تمشي ،ما تشمتيش فيكي حد ، وارجعي بيتك ، وهو أكيد ندمان على غلطته ، أصل بنات الحرام كتير ، وأكيد هي اللي غويته ولعبة عليه عشان تخربله بيته ، هي مش عارفه إنه متجوز ولا إيه ...!!!!!

ويتحول يا حرام لضحية الإغواء الأنثوي وإنه اتغرر بيه يا قلب أمه ، ولا كأن ده بالنسب ليه أسلوب حياة بيتحمل مع "السوفت وير" بتاع كل راجل من ساعة ما بيتولد .

و في الحالة دي بيبقى عندك اختيارين :

الأول : إنك تتنازلي وتكملي في سيناريو التنازلات اللي بدأتيه من الأول علشان نفس الأسباب والمخاوف القديمة اللي جواكي والمعششة في دماغك، وعشان الحياة تمشي بالرغم من رتابتها والملل، وضيفي على كل ده إحساسك الدفين بالانتقام والحقد بسبب عملته السوده!! وبسبب شعورك إنك اتنازلتي ودوستي على كرامتك، وخلينا واقعيين بقى، مفيش أنثى بتنسى إحساسها بالخيانة، هي بس بتتناسى، وأحيانا بيكون في عندها أسبابها الخاصة اللي بتسامح عشانها، بس برضه عمرها ما بتنسى إن في حاجة جواها انكسرت.

والاختيار التاني : إن كرامتك تنقح عليكي وتثأري لكبريائك، وتقرري إنك تخلصي منه، وتتخلصي من كل وجع الدماغ اللي منغص عليكي عيشتك، والكلام هنا حيطول لو قررتي إنك تمشي في الاختيار ده.

مرحلة

خلاص جبت آخري منك "طلقني"

اخترتي الطريق الصعب، واللي كله تحدي، بس إنت عارفه إن ده اللي إنت عايزاه وده اللي هيريحك، لأن خلاص نفسك اتقطع، ومن كتر ما بتحاولي تلصمي في الجوازه دي، خلاص ما عدش فيها مكان ينفع تتلصم منه.

والسبب على فكرة مش اكتشافك لخيانته اللي أكيد كنت عاملة حسابها من زمان، السبب الحقيقي إن روحك تعبت، وإنك ما عدتيش عارفه الإنسانة اللي بتشوفيها في المرايا كل يوم، واللي بقيتي بتحاولي حتى إنك تتجنبي تبصيلها من كتر ما بقت غريبه عنك، وما فيهاش أي حاجة منك.

وبتبتدي تفوقي وتسألي ليه هانت عليكي نفسك كل ده! وهو في أي حاجة تستاهل إن الواحد يحس بغربه مع نفسه وبوحدة مع كل اللي حواليه!

أول المطبات اللي حتقابلك " التفاهم المتحضر على الطلاق" إنتي فاكره طبعا إنه بالبساطه دي! لا لا ده إنتي حتشوفي أيام سوده ولسه التقيل جاي!

أول حاجة، هو خلاص ما عدش عنده حاجة يخسرها بعد ما كل أوراقه اتكشفت، فبيبتدي الوجه الحقيقي اللي حتى الجواز ما كشفهوش ليكي يظهر، وتلاقي قدامك واحد بيتعامل معاكي ولا كإنه كان شقطك أو معلقك من شارع الهرم أو جامعة الدول حسب المستوى الاجتماعي للي بيشقط!!

المهم السفالة بتظهر وتتجلى في أبهى صورها!!! ويبتدي يساومك على كل شيء، وأي شيء حتى عالولاد، المهم إنه ما يطلعش خسران في العملية دي اللي كرامته نقحة عليه فيها طبعا، لإنك إنتي اللي عايزه تطلقي، إنما لو هو اللي كان عايز يطلق كان رماكي في ثانيه وبالتلاتة كمان ولا فرق معاه أي حاجة.

وبيتابع أسلوب الضغط عليكي لحد ما تسلمي وتتمني إنك إنشاءالله تخرجي بالبيجاما أو حتى من غير بس تخلصي منه.

وبتبتدي تسمعي تعليقات غريبة جدا من المقربين والمحيطين ، زي مثلا : خربت بيتها بإيدها ، يا حرام على الولاد اللي هيضيعوا في النص ، يعني هي مكنتش قادرة تصبر وتستحمل عشانهم!

وكأن مكتوب عليكي لوحدك تضحي طول العمر وإنت إنشلله تولعي ، مش مهم جواكي في إيه أو حاسة بإيه...

وكأن ربنا شرع الطلاق بس عشان يكون في إيد الراجل وحق ليه لوحده ، لما يزهق من مراته وقت ما تطلب معاه إنشلله بعد 30 سنة يرميها بعد كل مشوار العمر ده وبعد ما يكون استنزفها ، أصله هو لسه شايف نفسه فيه الرمق وقلبه بينبض حياة وعايز يتجوز واحدة صغيرة تحسسه إنه شباب ويخلف له بيبي حتى لو ملحقش يربيه !! بس علشان يثبت للمجتمع ولنفسه إنه لسه راجل وقادر يخلف. وعلى فكرة بتلاقي كل المجتمع واقف في صفه ومديله غطاء شرعي كمان!!! يقولك مهو ده حقه! وتعالى بقى لو الست هي اللي عملت كده واسمع أحلى الدواوين الشعرية في السفالة وقلة الأصل والانفلات الأخلاقي اللي حيتكتب في حقها!

عشـان للأسـف الأنانيـة المطلقـة متأصـلة في كـل جيناته منذ الأذل! و كل العوامل في المجتمع بتساعده إنه ينميها ويكبرها ويمارسها بجبروت ويدوس على أي حاجة تانية في سكته!

ولما تيجي تكلمه في الشرع وفي الدين وفي الحقوق والواجبات اللي عليه ، بيتحول فجأه لأبو لهب! وكإنه ما بيفتكـرش الشـرع والـدين إلا في الحقـوق اللـي ليـه هـو بس... مش بقولكم هو فاكر إن الكون اتخلق ليه لوحده ، وكـل الحاجـات التانيـة دي عشـان تخدم بـس احتياجاتـه وتشبع أنانيته فقط لا غير .

مرحلة
الصيد في الميه العكرة

وفي المرحلة دي هتلاقي فجأة أشخاص بتظهرلك، وكأنهم ملايكة بجناحين نازلين من السما، بس عشان يساعدوكي! ويعرضوا عليكي خدماتهم الجليلة من إمكانياتهم وعلاقاتهم، وأكيد كل المساعدة مش خالصة لوجه الله، أو لا سمح الله من كتر شهامتهم ونبل أخلاقهم، الحقيقية همهم الوحيد إنهم يصطادوا في الميه العكرة، لأنك بعد الطلاق هتكوني مكسورة الجناح وضعيفة ومجرومة، يعني أحلى وأسهل صيدة في الدنيا.

وبتبتدي تحذفي من ما تبقى من لستة اللي بتعرفيهم كل اللي كنت فاكراهم يوما ما رجالة محترمين وخدومين وشايلاهم لعوزة، وبتشوفي كل واحد على حقيقته من غير أي رطوش أو تجميل وكإنك عايشة في فيلم " عندما تسقط الأقنعة".

وإنتي في وسط كل الأفلام دي بيجيلك حالة قرف من الصنف كله بتاع الرجالة،

وصوت ضعيف جواكي بيبتدي يقولك طيب مش كان أحسن لك لو فضلتي متجوزه عشان ما تشوفيش كل القرف ده! بس بيفوقك صوت تاني قوي ويقولك يعني هو لازم تفضلي في كنف راجل عشان تتجنبي قرف ونقص باقي الرجالة هو استعباد يعني!

وبتتخبطي في مطبات أشكال وألوان وصراعات جواكي وبراكي بس الأخطر اللي جواكي، اللي طرف فيها بيحاول يقصقص من جناحاتك ويقلك مش حتقدري تقاومي كل ده لوحدك إنت أضعف من كده استسلمي للأمر الواقع، وطرف تاني يقولك لا إوعي تستسلمي كملي إنتي أقوي مما انتي فاكره، كل اللي حواليكي ده مجرد هموش مزعج مجرد ما حترشيه بمبيد قوي حيختفي لحد ما يزهق ويبعد ويسيبك في حالك ويدور على حد أضعف يحوم حواليه.

وأي طرف فيهم هو اللي هيكسب إنت وإرادتك ومدى قوتك وثقتك بنفسك و إصرارك اللي بتحددوه.

كملي طريقك زي ما إنت شايفاه وخلي شعارك في طريقك الجديد "اعملي بس اللي يريحك ويسعدك ، وحبي نفسك وقدريها لإنها تستحق الحب وما تفتكريش إن في حد ممكن يحبها قدك إنتي"

مرحلة
التنوير

وكأن فجأه في ضوء بسيط اتسرب جواكي ، وبدأ ينور كل شيء حواليه ،وبدأت الضلمة تختفي شويه شويه كل ما النور يزيد ، لحد ما بتقدري تشوفي كل حاجة حواليكي كويس أوي وبوضوح أكتر ، وبتحسي بروحك بترجعلك بعد غياب طويل وبتقولي لنفسك : يااااااااااااه أنا إزاي كنت عايشه في الضلمة دي كلها!

وتبتدي تشوفي حاجات جواكي أعمق بكتير من السطحيات اللي كنت عايشاها وشيفاها ،عارفه الفرق ما بين اللي بيعوم جنب الشط واللي بيعمل "دايفنج "إيه ؟

ان الأول ما بيكونش شايف غير الميه من حواليه في كل إتجاه ،

بس التاني كل ما بيغمق أكتر بيشوف عالم ساحر ، وبيعيش تجربة ولا الخيال وهو لوحده اللي بيكون مستمتع بيها .....!

نفس الشيء اللي بيحصل معاكي ، هتعيشي حاجات ممكن محدش غيرك يكون لامسها أو حاسسها ، بس تأثيرها عليكي وعلى روحك بيكون واضح لكل اللي كان يعرفك قبل كده ، لانه حيشوف التغيرات اللي فيكي من غير ما يقدر يحدد مصدرها إيه .

بيبتدي مفهوم رؤيتك للحياة والأولويات يتغير ، يعني بتلاقي نفسك بتفضلي إنك تكوني لوحدك وتستمتعي أكتر من إنك تكوني وسط ناس وأصحاب في خروجات ما عدش ليها معنى بالنسبة ليكي غير تضييع وقت ، ويا ريت حتى بتكوني مبسوطة فيها من قلبك ، أبدا .. لأن هو فعلا بيكون مجرد تضييع وقت وانتي حسبتك للوقت إتغيرت وبقيتي حاسة بقيمته اكتر من أي وقت فات ومش محتاجة تضيعيه قد ما إنت محتاجة تستمتعي بيه ، وبيختلف كتير معنى الإستمتاع ، لأن بالنسبة ليكي إنت وصلتي لقناعة مهمه أوي اللي هي إن الإستمتاع والسعاده ممكن تلاقيها في أبسط الحاجات اللي غيرك ممكن ما بيكونش حتى شايفها أو بتعنيله أي شيء .

عشان كده لما بتكوني لوحدك وقادرة تستمتعي مع نفسك، ده حقيقي بيكون قمة التصالح النفسي، لأن اللي ما بيقدرش ينفرد بنفسه ويستمتع بصحبتها بيكون أكيد عنده مشكلة معاها ومش عايز أو مش قادر يواجهها أو يتصالح معاها.

وكل ما بتتعمقي جواكي أكتر بتكتشفي حاجات حلوه فيكي، وبتتأكدي إنك مش محتاجة حد يكون سبب في سعادتك لأن سعادتك لو ما كانش مصدرها إنت عمرك ما حتحسي إنها حقيقية.....

مرحلة
هات من الآخر يا أووور .....

بتكبر ثقتك في نفسك وبتتغير مقاييس أحلامك، والأهم من كل ده إنك ما بقتيش حاسه إن في حاجة ناقصاكي وإنك محتاجة حد يكملك ،ولما هيظهر حد في حياتك في الوقت المناسب حتلاقي إن تركيزك كله اتحول يا ترى ده اللي هيملى دماغك ولا لأ ، ده اللي حيكون مقياسك لأي تجربة ممكن تفكري تخشي فيها لو انبهرتي من الأساس.

وأجمد حاجة في المرحلة دي لما تحسي إنك ما بقتيش محتاجة إنك تخلصي قرايت القصة اللي في إيدك عشان توصلي للنهاية!! لا لا لا ، ده إنت من أول كام صفحة بتجيبي آخر القصة وبتحددي شكل النهاية كمان من غير ما تضيعي وقتك كتير ،شوفتي المتعة! يعني الهري الكتير بتاع زمان ما عدش في منه دلوقتي علي طول هات من الآخر وقصر.

أكيد الحياة مش حتسيبك كده من غير ما تقلب فيك يمين وشمال لحد ما تستوي

مظبوط ، وساعتها هتمري بشوية اختبارات عشان تتأكدي إنك فعلا ثابتة على كل القناعات اللي وصلتيلها ،عارفة زي كده لما الشيطان بيحاول يغويكي من وقت للتاني ، ويحدد نقطة الضعف اللي عندك عشان يخشلك منها ، تقريبا نفس الشيء .

يظهر فجأة وإنت في جلسة صفاء نفسي مع نفسيتك ومع فنجان القهوة ، ويا ريت لو بتقري في كتاب بانسجام ؛ يتأملك من بعيد ." زي اللي بيتابع فريسته قبل الانقضاض عليها" يقرب منك بحذر خجول مفتعل ، ويقولك : أنا مش عايز أزعجك بس بجد ما قدرتش أقاوم إعجابي أصل دي أول مره أشوف حد مستمتع بوحدته بالشكل ده ؛ إنت نوع مش كل يوم الواحد بيقابله ، يعني مش بنت حلوة ودماغها فاضية زي اللي كل يوم الواحد بيشوفهم!

ويحاول يعمل "آي كونتاك " يعني يسبل بالبلدي ، عشان قوم بقه إيه يثبتك فتنبهري وتستسلمي لسحره وكده يعني ...

المشهد هنا الحقيقة بيستحق وقفة للتقييم، هو افترض بعد الفحص المجهري ليك قبل ما يقرب عشان يكلمك، إنك أنثى ناضجة، مش حد تافه يعني، وإن مفاتيحك مختلفه شوية عن غيرك من السطحيات فلجأ الى الإسطوانة دي عشان تكون الدخلة الموفقة بتاعته كطعم يعني، وطبعا هو آخر همة في الحياة النضوج الفكري اللي إنت فيه، و كل همه يوصل إزاي للنوعية اللي زيك اللي بتشكله تحدي نوعا ما، لإنها بتكون صيده صعبه شويه فمتعت إصطيادها بتكون أكبر.

اوعي تضعفي وتبلعي الطعم ده اللي بتقوليه لنفسك بما إنك بقيتي فاهمة كل الهري ده، وخصوصا إن روميو اللي قدامك أصغر سنا و أقل نضوجا منك وإنت عارفه كويس هو رايح فين بكل الحوار ده.....

جواكي هيحس بحالة من إرضاء الغرور الأنثوي، بس متعة المفاجأة ما عادتش موجوده بالنسبة ليك زي زمان، لإن زي ما قولنا قبل كده إنت بقيتي شايفه النهاية بمجرد حتى ما تتفرجي على الغلاف بتاع القصة، بس ده ما بيمنعش إنك تستمتعي ببعض المراوغة شوية لمجرد إرضاء فضولك ،وكمان عشان تبقي ملمة بآخر تتطورات

فن "الشقط الحديث" بالعامية أو "الإغواء"بالفصحة، بعد فترة بعدك الطويلة عن ساحة المعترك العاطفي .

هتكتشفي إن ما فاتكيش كتير، يمكن الأساليب والمصطلحات تطورت واتغيرت شوية وبقت أكثر تشويقا، بس الهدف واحد ما بيتغيرش.

وقد إيه في اللحظه دي بتحسي بسعادة من المرحلة اللي إنت فيها ، و باكتمال شخصيتك، واكتفائك بنفسك ، واستقلاليتك اللي مَا فيش متعة ممكن تساويها ، وفي نفس الوقت يصعب عليكي الوقت والطاقة والمشاعر اللي تستنزفت كلها على الفاضي زمان.

صحيح إنك اتعلمتي منها كتير، بس كان في حاجات كتير ممكن تتجنبيها لو بس آمنتي بنفسك وبأحلامك وصدقتيها ، وما انجرتيش ورا مخاوفك وشكليات المجتمع، على العموم آثار التجارب كلها اللي معلمة وح تفضل معلمة جواكي هي دايما هتكون الصوت القوي اللي بيفوقك، لما تقربي ناحية الخطر تاني، لإننا للأسف ما بنتعلمش إلا من الوجع اللي بيعلم علينا .

مرحلة

أنواع الفصائل الذكورية

في نوع من الرجاله حتلاقيهم منتشرين بكتره في الأيام دي و" التارجت "بتاعهم الستات اللي زي حالاتك كده : الناضجات ،المطلقات والمستقلات ، عشان بيكونوا أريح في التعامل وما بيوجعوش الدماغ زي البنات اللي لسه مقبلين على الحياة ، وتطلعاتهم بتكون لسه مش واقعية أوي ، يعني جواز و فرح وعيال والصداع الذي منه ده ، و ميزة الستات الناضجات بقى إنهم بيكونوا عدوا المرحلة دي خلاص وجابوا آخرها ودايسين في الواقع ومش عايشين في الأحلام الوردية .

والنوع دا من الرجال عنده شوية سمات لطيفة كدا زي : إنه بيمر بأزمة منتصف العمر ، شايف نفسه حبتين ،

ناجح في شغله ومرتاح ماديا .. ودول برضو بينقسموا إلى نوعين :

النوع الأول :

"المتزوج" بيكون متعطش لحد يضحك عليه ويعيشه في وهم الحب ورومانسياته .

تمام هي دي صفاته ، عرفتي كده إنت هتتعاملي مع مين؟ تمام ، فاضل تعرفي بقى إيه أشهر إسطواناته ؛ شوفي يا ستي ولو إنها مش جديدة في السوق بس في ليها كذا توزيع جديد ، مثلا : أنا متجوز صحيح بس إحنا شبه منفصلين . أو إحنا اتفقنا خلاص على الانفصال بس بنحاول نشوف الوقت المناسب عشان نراعي نفسية الأولاد . أو إحنا من زمان منفصلين "ايموشنلي" ومكملين زي الأصحاب عشان برضه نراعي نفسية الأولاد .....الخ

والحقيقة إن كل شوية بينزل توزيع جديد لنفس الأسطوانة من كتر ما ليها جمهور .

هتقابلي من النوع ده كتير واللي للأسف ستات كتير بتختار إنها تصدقهم ، يمكن لإنها شايفة إن دي

بتكون فرصتها الوحيدة أو يمكن لإنها بتتعاطف معاه وتحط كل اللوم على مراته لحد ما تكتشف بنفسها لما يسيبها ويرجع لمراته إنها هي اللي كانت البديل الرخيص لنزواته!!! وإنه هيكرر نفس الإسطوانة دي تاني وتاني لحد ما يخلصو القرشين اللي معاه أو يتقفش، ساعتها بس هيفوق من أزمة منتصف العمر على أزمة خراب بيته وعيشته كلها.

النوع التاني:

من نفس الفصيل ده، واللي بيتميز بنفس المواصفات تقريبا، إلا إنه بيكون مضرب عن الجواز لإنه شايف نفسه ومش مصدق، آه والله كده!

وبيكون عنده الأنا عالية جدا! يمكن لأنه بيملك المقومات اللي تخليه يصدق إنه فريد عصره وأوانه، والحقيقة ما نقدرش نلومه قوي، لأن غالبا بينول غرضه من نفس نوع الستات الناضجات والمستقلات، وبالطبع المطلقات، و بدون أي صعوبة، مستعينا بسحره وإمكانياته وأحيانا نفوذه اللي بيكون ليه تأثير كبير في عامل الإغراء.

والنوع ده الحقيقة بيكون واضح ، يعني غرضه عمره ما بيكون شريف وبيكون محدد بالظبط هو عايز إيه من كل واحده تعدي تحت إيده ، ونصيحة غالية لكل الستات : الراجل أول ما يقلك احنا في " كيميستري" قوية بينا بيشدني ليكي ، تعرفي على طول هو عايز منك إيه ، أيوه!!! هو ده مرادف "الكيميستري" عند الراجل إشباع غرايزه لا أكثر ولا أقل ، ومن الغباء المستحكم إنك تحاولي توهمي نفسك من باب إنه صيده كويسة ، إنه ممكن يكون بيفكر في علاقة جدية معاك ولا حاجة أو إن غرضه شريف لا سمح الله .!

ده مش وارد أساسا في دماغه ، وعارفه إيه كمان هو هيفضل يحاول ويحاول ويستخدم سحره وجاذبيته وكل أسلحته معاكي لحد ما ينول اللي في دماغه ، لأنه ما اتعودش على الرفض ، وهتلاقي إنك رميتي نفسك في مصيدة رخيصة إنت رحتلها برجليكي زي الفراشة كده لما تطير حوالين النار فتحرقها!

بس خليني أقولك حاجة : هو ليه نفس النوع ده من الذكور ما بيجرؤش إنه يستعمل أسلوبه الرخيص ده مع نوع تاني من الستات المتحفظات! عشان بيكون واصله بشكل واضح ومباشر إنها ما ينفعش يتعمل معاها كده

لإنها غير اللي متعود عليهم وده بيبان في صرامتها وتعاملها الجدي معاه وكل الإشارات اللي بتكون صادرة منها ما بيكونش فيها أي احتمال لأي التباس في دماغه، يعني أسلوبها واضح ورسايلها مبتحملش معنيين، أما إنت فبيوصله منك رسايل بتحمل أكتر من معنى، وفيها نوع من الميوعة في المواقف وده اللي بيديله إنطباع إنك ممكن تكوني النوع السهل والرخيص، وبيكون واضح جدا من أسلوب تعامله وإغوائه المستمر ليك، وبيفضل مكمل في أسلوب الشد والجذب لحد ما يوصل لهدفه معاك.

واوعي تنخدعي بالفخ إنه راجل منفتح ومتفتح والكلام الفاضي ده! لأن هو آي نعم متفتح على الآخر في ما يخدم أغراضه ومصالحه هو وبس، وأول ما يمس الإنفتاح حياته هو بيرجع لتاريخ أسلافه في الفكر المتحجر ويتحول لقفل مصدي.

يا ترى هي دي الأنوع الوحيدة اللي هتقابليها في حياتك؟ أكيد لأ. لأن في أنواع كتير تانية بس دول الأكثر انتشارا والأكثر جذبا ليكي في المرحلة اللي إنت فيها.

في نوع تاني مختلف شوية وأقل ضررا من السابقين، نوع بيطلق عليه الحبيب اللي بيحب على روحه،

وده في الواقع مبيكونش مؤذي بقدر ما بيكون سمج ولزج.

يعني من كتر ما بيعيشها رومانسيات صبح وضهر وليل: كلام حب وشعر وغزل وورد كل ده مش غلط، بس لما يكون بزيادة قوي حيكون ماسخ!!! نفسك هتميع من كتر الحب واستهلاك العواطف بدون داعي، والإحساس الخانق بالتلزيق... !!!!!

بتوصلي لمرحلة بتكرهي الحب كله وسنينه وعيشته، ويجيلك حاله نفسية تبطلي تسمعي أي أغاني عاطفية عشان ميجلكيش حالة ترجيع عاطفي، ما هي حتى المشاعر في الحب لما بتزيد عن حدها بتعمل قفله، وده علاجه ايه! ما فيش اقوى من إستمارة 6 وبالشفا إنشاءالله.

أما النوع الأخطر فهو النوع الاستغلالي اللي بيشم ريحة الفلوس عن بعد وبيعرف يختار ضحاياه بدقة شديدة، وبيكون على الأغلب سلاحه الوحيد هو شكله الحلو ومظهره ووسامته، بالإضافة إلى الكفاءة في القدرة على الإقناع لزوم التسجيد يعني الراجل عنده كل المؤهلات المطلوبة بصراحة ومش ناقصة إلا سذاجة حضرتك.

ومعظم الضحايا بيكونوا فاقدين للثقة بالنفس وعندهم نقطة ضعف قدام الراجل الوسيم والأهم إن بيكون نفسهم يحسوا تاني بمشاعر الحب والرومانسية الضائعة.

والقصة دي بالرغم انها اتهرست فعلا في كل الأفلام القديمة والجديدة إلا إنها بتتمتع بإقبال جماهيري شديد والدليل تكرار نفس السيناريو، يمكن حتي بدون أي إبداع، والضحية بتبلع الطعم ولا كأنها اتفرجت على أفلام عربي طول حياتها..!! أو يمكن لأنها بتكون فاكره إن ده مش ممكن حيحصل معاها، لأن المشاعر الصادقة بتبان وده حقيقي على فكرة بس هي بتبان للشخص اللي بكامل قواه العقلية مش اللي تحت تأثير مشاعر وسحر وشعوذة العواطف!.

والنهاية أكيد كلنا عارفينها حتى الضحية نفسها بس بتبقى مش عايزة تصدقها إلا لما بتتخبط خبطة جامدة على دماغها تفوقها وتعيد تفعيل العقل المغيب عندها تحت تاثير العاطفة.

النوع الأخير ده اللي معروف علميا بإسم" لا لون ولا طعم ولا رائحه" هوا هوا يعن، . وده الحقيقة بيكون

نوع مريح جدا في الحياة لو إخترتي إنك عايزه تعيشي حياتك بدون دراما ومشاعر ووجع قلب، بيكون ساعتها هو الخيار الأمثل، ومش بيحتاج منك مجهود كبير في التعامل، لأنه هو بطبعه بوجودك أو من غير وجودك عايش مع نفسه وملوش إهتمامات أو هوايات أو حتى أي مزاج خاص في أي شيء، بس عموما الحياة معاه بتكون سلسة لإنه ما لوش أي متطلبات وحياتك بتكون معاه ماشيه على نمط واحد، وإنت بتتعاملي مع العيشة دي كإنك واخدة بنج موضعي شايفة كل حاجة بس مش حاسة بأي حاجة .

مرحلة

هي إزاي السنين بتجري كدة!!!!

بتصحي من النوم وتشربي قهوتك عادي زي كل يوم وبتطلب معاكي تبصي في المرايا نظرة تفحصية كدة ، يمكن عشان عايزه تكدبي الصوت اللي جواكي وتثبتي إنك ما إتغيرتيش ،و إنك زي ما إنتي ، لأن ده فعلا بيكون إحساسك من جوه ، أصل السنين لما بتمر ما بتعديش على روحنا وتاخدها في سكتها في رحلة الزمن! روحنا بتفضل زي ما هي طول ما في حب للحياة جوانا .

بتتأملي في المرايا وبتسرحي في نظرة عنيكي ،و بتتصدمي بأول حقيقة! إنك فعلا إتغيرتي! وفي لمعة إختفت من عينيكي ما عدتيش شايفاه زي الاول....!!!حتى لو لسه انتي حاسه بيها جواكي....!

بتبعدي المرايا وكأنك عايزه تهربي من الحقيقة دي، ومش جاهزه إنك تواجهيها ،

و بتتهزي من جوه ، وبيجيلك حالة هلع ، لو ما لحقتيش وسيطرتي عليها حتسحبك معاها في سراديب مش لطيفه .

و ده برضه مش حيمنعك حتى لو ما إستسلمتيش للهلع اللي إتسرب جواكي إنك تسألي نفسك وتتعجبي : هو إزاي السنين دي عدت كده !!!! وليه بتجري بسرعة أوي كده ! ومش حتقدري تستوعبي !!

وحتفتكري وكأنه كان إمبارح لما كنتي بتكبري سنك لما حد يسألك عليه عشان كنت حاسه إن الوقت ما بيعديش ، وإنتي عايزة تعملي كل حاجة الكبار بيعملوها ، وبتحسديهم على سنهم الأكبر ...!!

وتفتكري كلام اللي كانوا أكبر منك لما كانوا يقولولك مجرد محتوصلي لسن 25 مش حتلاحقي تحسبي السنين إزاي حتفوت و حتغمضي وتفتحي فجأه تلاقيكي بقيتي 30 سنة وتبدأ سرعة العداد تزيد لحد ما توصلي لسن ال 40 وبعدين مش حتلاحقي حتى تقري سرعة العداد لأن مجرد ما بتقري الرقم بتتغير القراية

لرقم جديد وهكذا وهكذا .

بتعيشي في حالة شبه إنكار تام ، وتتجنبي تواجهي نفسك بالحقيقة ،وخصوصا قدام المرايا ، وتحاولي تعوضي الإحساس ده في لبس جديد وماركات عالمية يمكن قيمتها الغالية تعوض شوية قيمة السنين اللي بتروح منك !! وما بيمنعش شوية رطوش تجميل ترجع شوية نضارة مؤقته لملامحك ، والأكيد ان كل ما السنين بتعدي كل ما التكلفة عليكي بتزيد في المحاولة المستمره للسباق مع الزمن للحفاظ على ملامحك اللي كنت متعودة عليها ، لان ده الشيء الوحيد اللي بيخليكي تحسي إن لسة في تناغم بين روحك اللي ما إتغيرتش وبين شكلك اللي عمال بيتغير وخايفة إنك توصلي لوقت متعرفيش فيه نفسك لما تبصيلها في المرايا!

مرحلة
السلام الداخلي

أما التناغم الروحي والفكري، فالحقيقية بجد إن دي بتكون بداية أحلى فترة نضوج بتعيشيها على المستويين، بتحسي إن العالم في مكان وإنتي في مكان تاني خالص، وده بيخلق عندك حالة فريده من السلام الداخلي، وبتحسي بالتغيير ده جدا لما بتلاقي نفسك في مواقف كنت بتتصرفي فيها بشكل ودلوقتي ردود فعلك إنتي نفسك بتتفاجئي بيها، ومش كل حاجه بقت بتاثر فيكي زي الأول يعني دماغك بقت متكلفة أوي وصعب أي حاجة تهزها.

وكل الحاجات الكبيرة اللي كنت بتشوفيها أزمات في الحياة بتصغر في عينك وبتتحول لمجرد مطبات هوائية وبتعدي بدون ما تكلفك طاقة وجهد وإنفعالات.

وده بينعكس على قرارات كتيرة في حياتك، وقد إيه كنتي تتمني لو كان عندك الوعي ده قبل كده لإنك كنت ح تتجنبي قرارات كتير غلط و كانت نتائجها مصيرية في حياتك، بس للأسف إحنا بنكبر بسرعة أوي وبنعقل متأخر ودي سنة الحياة وأكيد لحكمة غائبة عننا!!!

بتحاولي تخلقي في المرحلة دي عالمك الخاص اللي جواه كل الحاجات اللي بترتاحي فيها بدون أي مساحة للمجاملات أو أي حاجة تتعارض أو تمس راحة بالك وسلامك الداخلي، يعني أي إستنزاف للوقت أو المشاعر خلاص بقى خارج أولوياتك والحالة اللي وصلتيلها دي هي اللي بتخلق التوازن النفسي ما بين تقبلك لكل التغيرات اللي بتمري فيها ظاهريا وشكليا وبين الوعي والإدراك والنضوج اللي اكتمل داخليا عندك وخلق منك شخص بيشوف وبيفهم الحياة بشكل أعمق.

وبتبتدي تضيقي دائرة معارفك لحد ما تقتصر على اقل القليلين اللي تركيبتهم مفيهاش أي طاقة سلبية، و تحذفي الباقي من خريطة حياتك لإنهم كانوا أصلا زي قلتهم وكمان بيضيفوا كل طاقتهم السلبية لحياتك اللي بتحاولي تشكليها بالصوره اللي تريحك وتبعدك عن كل المؤثرات السلبية اللي حواليكي.

مرحلة

رحلة الحياة

هو حقيقي ما ينفعش إننا نسمي الحياة غير رحلة، لإنها أكتر كلمة بتعبر عنها بكل دقة.

بعد ما وصلتي لمرحلة العمق النفسي بعد مشوا ر طوووووويل وبعد ما بتبتدي تاخدي نفسك وتفوقي شوية لنفسك وتركزي أكتر على جوهر البشر أكتر من مظهرهم، تلاقي نفسك بتسألي: هم راحو فين كل اللي عرفتهم في حياتي! اللي كان منهم الأصحاب قوي واللي نص نص، واللي كان ليهم مواقف حلوة أو وحشة في حياتي راحوا فين كلهم؛ طيب الأصحاب اللي كانوا عشرة عمر اختفوا فين هم كمان!!!!!

والرد بسيط قوي، كل واحد فيهم كان ليه دور وخلص واللي كمل معاكي الرحلة ده بس اللي دوره كان

أساسي في حياتك، يعني مش مجرد كومبارس وخلاص لا ده كمل معاكي لآخر الرحلة لانه بقى جزء من الرحلة مش مجرد راكب!

ودي هي العلاقات الحقيقية حتى لو كان اللي فضلوا قليلين! بس دول اللي عمرك ما تفرطي فيهم مهما حصل ومهما اتغيرت الحياة، لانه بيكون فيهم جزء من كل مرحلة عشتوها مع بعض يعني جزء منك، وأحيانا كتير بتحتاجي حد يفكرك بيكي وبتفاصيلك اللي مع الوقت بتنسيها وبتنسى حاجات كتير فيكي معاها، والأصحاب دول هم اللي بيكونوا همزة الوصل ما بينك دلوقتي وزمان واللي دايما بيفضلوا شايفينك بنفس الروح اللي جواكي اللي ما بتتغيرش مهما اتغيرت ملامح وشك وعلمت عليكي خطوط السنين .

والمرحلة دي بتخليكي تسرحي وتفتكري بعض أصناف الصديقات السلبية اللي صادفتيهم في حياتك واللي بيكونوا نموذج متكرر في الحياة.

الصنف الأول: دي اللي بتشوف فيكي الجزء اللي بيكمل النقص اللي عندها، يعني يا بتكمليه ماديا أو بريستيجيا أو معنويا، وبتكون من أبرز مميزات هذا الصنف إنها أنانية جدا وبتحب تنسب كل الإنجازات خصوصا اللي

إنتي عملتيها لنفسها ، وبتكون بتكرهلك الخير كره العمى ، وأكيد بتظهرلك عكس ده! أصل إوعي تكوني فاكرة إن اللي عنده نقص ومكمله بحد تاني بيكون شخص سوي!!!! دي بتكون على العكس كارهة الشخص اللي شايفه إنه بيملك كل الحاجات اللي ناقصة فيها!!

دي حتى بتتقمص شخصيتك في أحيان كتير بدون ما تحس! والصنف ده بيخوف لإنه مليان حقد ونفاق .

الصنف التاني : دي من الصديقات الغيورات واللي مستعدة إنها تبيعك في أي لحظة تحس إنها ممكن تبقى أحسن منك ، ودي بتظهرلك حبها واهتمامها وترمي نفسها عليكي وكأنها الصديقة الصدوق ، وتحاول على قد ما بتقرب منك انها تسرق أي فرصة أو أي حد أو أي حاجة المهم إنها تاخد حاجة منك عشان تحس إنها أفضل منك ، ودي أمرها سهل قوي لإنها ما بتقدرش تسيطر قوي على الغيرة اللي بتاكلها واللي بتفضحها في كل تصرفاتها وطبعا في الآخر مع أي خناقة بيظهر معدنها الأصيل وبتنضح بما فيها من قاذورات ، والخلاصة إنها بتتهمك إنتي بالغيرة منها! ودي الخلاص منها بيكون أكبر مكسب في الحياة لإنها لا تؤتمن على أي شيء . وغير جديرة بأي ثقة على الإطلاق .

الصنف الثالث : ده صنف الحقيقة بيحتاج الي دراسة نفسية عميقة لإنه بيكون عنده تناقضات عجيبة غريبة ، يعني الصنف ده من الصديقات بتلاقيها خدومة جدا ومحتوياكي في كل مشاكلك ودايما بتسمعلك وبتلاقيها لما تحتاجيها .... كل ده رائع اللي غريب فيها إنها طول ما إنتي محتاجاها وعندك مشاكل وبلاوي سودة هي حواليكي ، ومجرد ما حياتك تتصلح وتتعدل وظروفك و تبقي سعيدة بدون دراما تقرر انها تختفي من حياتك بدون أي سابق إنذار أو أي سبب واضح ، وتفضلي إنتي تسألي نفسك هو إيه اللي حصل !!! أنا عملت إيه!!!! وما تفهميش لحد دلوقتي هي بعدت واختفت ليه .! بس حسب علماء النفس وأهل الخبرة إن في أصناف بتحب دايما اللي يكون محتاج ليهم عشان يحسوا بأهميتهم وإن في ليهم دور مهم في حياته ،

ويفضل معتمد عليهم في حل مشاكله اللي هم بيتحولوا لجزء منها ، وغالبا ده بيكون بسبب فراغ في حياتهم بيملوه بيكي وبمشاكلك ، وبيحسوا إن معدش ليهم لازمة لما بتختفي الدراما من حياتك وتعيشي طبيعي .

مرحلة
ما تخافيش من التغيير

مش غلط إنك تختاري تعيشي في منطقة الأمان "الكونفورت زون" اللي إنتي حددتيها لنفسك ورسمتي حدودها لحياتك، وتسيبي نفسك أسيرة التعود والروتين والملل، المهم إنك تكوني مرتاحة وحاسة إنك بأمان، حتى لو كان على المدى البعيد ده حيخلق عندك حالة من الفوبيا لأي تغيير مهما كان بسيط في حياتك ويسببلك حالة مرضية إسمها الخوف من التغيير، لإنك حصرتي كل قدراتك اللي ربنا قدهالك في دايرة صغير قوي وعزلتي نفسك عن كل إمكانياتك اللي حتى ما حاولتيش إنك تكتشفيها بره الدايرة دي.....!!!

بس الغلط إنك تختاري تعيشي حياة ما فيهاش أي حياة!!!!!

طبيعي إنك تخافي من التغيير ومين ما بيخفش! بس اللي مش طبيعي إنك تخافي من الخوف نفسه وتحوليه لهاجس يتحكم فيكي وفي كل تفاصيل حياتك ويحولك للعبة في إيده يتحكم فيها براحته!!!! كل ده ممكن يكون كلام سهل كلنا بنسمعه وساعة الجد بنلاقي إن تنفيذه صعب ونكتشف إنه مجرد كلام لا بيودي ولا بيجيب لكن الحقيقة هو مش مجرد كلام، هو عقيدة اترسخت جوانا زي معظم العقائد اللي اتزرعت جوانا واحنا بنكبر في مرحلة ما قبل الإدراك وللأسف فضلت مسمعة معانا لحد دلوقتي، وبتظهر في كل تعاملاتنا في حياتنا، ومن كتر ما في جوانا تناقضات لترسخات ملناش أي يد فيها تحولنا لكائنات كلها مركبات نقص ومفاهيم مغلوطة شكلت تركيبتنا وإحنا شكلنا بيها حياتنا .....!!!

طيب هو في أمل بالتغيير؟ أيوه أكيد في أمل في التغيير والطريقة الوحيد إنك لازم تؤمني وتصدقي "إن حدودك هي السما" وأبعد من السما كمان وقدراتك إنتي بس اللي بتحدديها أو بتحجميها لإن مالهاش حدود غير جواكي، وعمرك ما هتكتشفي حدودها طول ما إنتي مكتفاها ومقيداها.

غمضي عينيكي وحاولي تتخلصي من كل المخاوف اللي جواكي حتى ولو في خيالك، وآمني بإن كل اللي يقدر خيالك يوصله ممكن يتحقق، وكل اللي محتاجاه إنك تصدقي وتثقي بقدراتك وبنفسك.

وده دور التغيير في حياتنا إنه بيعلمنا نتحدى نفسنا ونكتشف إمكانية قدراتنا عشان نوصل بأحلامنا لأبعد مدى.

وأشوف وشكم بخير وعلى خير