

سلسلة الحياة

للكاتب إبراهيم الشملان

ما وراء الخيانة

أو

الانفصال

بعد الانفصال أو الخيانة أو انتهاء علاقة ما .

يجب أن تقرأ هذه الكلمات لتتقحم الحياة بقوة

فصول الكتاب

- أ- معاناة القلب
- ب- تمرّد اللسان
- ت- تشتت النفس
- ث- تجديد الطموحات
- ج- التعزيزات

في زمن من الأزمان عاشت فئة من البشر في جزيرة ما .
كانت الجزيرة معدومة الشياطين إذ أنها أشبه بالجنة .
لم يتعلّم أهلها معنى الغدر أو الخيانة أو الحزن ، كما أنهم
لم يتعلّموا معنى الفراق والموت والفقدان .. عاشوا حياتا
طويلة دون أحزان ..
يكفي .. يكفي ..

حتى قصص الخيال لا تصدّق هذه الحكاية ..

إن المساوي في الحياة كثيرة فلا بد من نكهة الانفصال
والأحزان ونكهة أخرى تسمى الغدر ، أظن أن أحدكم قد
تذوقها يوما ما ، إنها مؤلمة جدا ...

" قرأت / ي " عنوان هذا الكتاب فأثاركم حتى احتجتم
إلى كلماته ، قرأتم كلمة (ما بعد الانفصال ، ما بعد
الخيانة) فقلتم في أنفسكم : آه .. وماذا بعدها ، لقد تألمنا
كثيرا ...

ويكفي أن تطلقوا زفرة طويلة قبل البدء بقراءة الكلمات
هذه قولوا : آآآآه ، وأخرجوا من قلوبكم ذلك الهواء
الساخن ..

في هذا الكتيب الصغير والمختصر كلمات قد تخرجكم
من هذا الضياع وهذا الحزن ، وليست هناك كلمات
سحرية أو طلاس ، أخدعكم بها كما يفعل بعضهم ، بل
هناك كلمات طيبة تدخل القلوب فتريحها ..

(ضع كأسا من الماء بجوارك ، لا تجعل الماء باردا جدا ، ثم أغلق
هاتفك وجميع اتصالاتك وابدأ قراءة هذه الكلمات ..)

الباب الأول

معاناة القلب

من الطبيعي أن يعاني قلبك من الحزن والجراح والألم ، بل من الطبيعي جدا أن تبكي حتى لو لم تعتد البكاء في السابق ، ومن الطبيعي أن تشعر بوخزة في قلبك فليس هناك شيء لا يتعب من المخلوقات ، حتى النبات يصيبه الإرهاق فينحني من العطش ومن وهج الشمس وحرّها ، فهذا كله طبيعي .

المرأة تعاني بعد الانفصال وتبكي ويزداد الضيق في صدرها وتستوحش كثيرا وكأنها وحيدة في عالم مليء بالوحوش ومع ذلك فهي تظن أن الرجل يعيش براحة بال وسلام ، حين تراه يتزوج بعد الطلاق وكأنه لم يشعر بالأسى ..

نعم هو كذلك ربما الحل الوحيد لننسى الماضي بعد الانفصال أن نتزوج .. ولننسى من أحببناه يجب ان نحب ، لكنه نسيان يتفاوت بين الناس فبعضهم ينسى حقيقة

وبعضهم يتناسى وبين هذا وهذا درجات من الناس والنسيان .

في النهاية سيعاني الجميع وهذا القلب سيتذوق مرارة الحزن سواء كان قلب رجل أو امرأة ولهذا لا يجب أن تقللوا من مواجع الآخرين حتى لو كانوا أعداءكم ..

اتفقت معكم أن القلب يعاني بعد الفراق والانفصال أو حتى انتهاء علاقة حب بين اثنين غير متزوجين ، وهل تظنون أن الدجاجة حين تذبح ستبتسم ؟ بالطبع ستعاني ثم بعدها لا تتأثر بننف الريش ، وكذلك القلوب ستعاني كثيرا في البداية حتى تشتد عضلة القلب فلا يؤثر فيها شيء من هذا ، سأحكي لكم قصة فتاة تعلقت بشاب وأحبته كثيرا ووصل بها الحب أن تتجاهل جميع الناس لأجله وكأنه يعيش في قلبها ويغتسل بدمائها ، مضت سنوات على هذا الحب وتزوجا وظل الحب بعد الزواج مستمرا حتى جاء يوم واكتشفت غدره وخيانتة ، كانت مستعدة لتقبل بزواجه من امرأة أخرى لكنها لم تقبل أن تراه مع امرأة أخرى دون زواج وتعلمون أن الخائن حين

يكشف أمره تظهر عليه فضائح متتالية خاصة إذا تتبعته زوجته ورأت بعينها كل تحرّكاته ، طلبت الطلاق وعاشت بعد الطلاق فترة طويلة من الوسوسة والتعب والارهاق في قلبها ، كانت تتألم كثيرا لكنها لم تشعر أن قلبها الضعيف صار قويا يوما بعد يوم ، بل ازداد قوة حتى صار أمر الخيانة لا يؤثر فيها ، إن المناعة المكتسبة ليست محدودة للجسد دون النفس والقلب فحتى القلوب تكتسب مناعة هي والنفوس من هذه البلايا ..

في النهاية الكثير منكم أحبتي القراء قد حدثت له نفس القصة أو أقسى منها بكثير ، لكن هناك كلمة سحرية (حلال) أرددها دائما وأعلّمها لكل من يريد راحة البال ..
أتريدون أن تتعلّموها ؟

سأذكرها في الكتاب حتما لكن ليس الآن ، لأنها تحتاج لتهيئة من قلوبكم ، أريدكم أن تصنعوا كرسيًا في قلوبكم لتجلس عليه هذه الكلمة حتى تستقر ..

خلاصة:

أنه من الطبيعي جدا أن تتألم قلوبنا لكنه خير لنا لأننا سنواجه الكثير من هذه القصص في الحياة ويجب أن تكون قلوبنا قوية ..

تخيلوا شخصا من عائلاتكم أو أقاربكم معروف بأنه لا يحتمل الصدمات وأن قلبه ضعيف تجاه صدمات الحياة ، ما هو تقييمكم لهذا الشخص ؟

ستخشون عليه كلما صارت مصيبة وتقولون : نخشى أن يصاب فلان بمكروه عندما يسمع لهذا الخبر ..

فهو في نظركم إنسان ضعيف ولهذا أن تعتادوا على الصدمات هذا شيء جميل ، ولا يعني موت القلب كما يظن بعضكم بل هو قوة قلب لهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم (إنما الصبر عند الصدمة الأولى ..) أو كما قال ..

في يوم ما :

سنواجه خبر وفاة قريب لنا وعزيز علينا

سنواجه مصائب الدنيا كالمرض أو الموت أو ..

سنواجه اتهامات باطلة

سنواجه الأعداء الذين يترصدون لنا ..

سنواجه خيانة حبيب .. أو صديق ..

سنواجه غدر أو حسدا أو حقدا ..

سنواجه اكتئابا لا نعرف مصدره ..

سنواجه فقرا ..

سنواجه جوعا وعطشا ..

سنواجه فشلا وضعفا ..

قابلت رجلا منذ سنوات وكان لديه ولد يحبه كثيرا ، لكنه

أخبرني سرا من أسراره ..

قال الرجل : أنا في كل شيء عزيز علي أقوم بالتفكير فيه طويلا ، وأقول في نفسي : ربما سأفتقده في يوم ..

قلتُ له حتى ولدك ؟

فقال لي : منذ ولادته وحتى الآن كل شيء متوقع لدي ، كنت أتمنى نجاحه لكني أضع في نفسي : ربما يفشل ، يجب أن أصبر وأنفهم .. حتى أنني أتوقع فقده رغم حبي له ، لكني أعوّد نفسي على الصدمات ..

مرت السنوات وسمعتُ أن الولد قد مات بحادثة ، فرحتُ أسعى وراء أبيه لأعرف ردّة فعله ، كان مبتسما ، ويقول : أعطاني الله ولدا ثم أخذه وجميعنا لله وإليه راجعون .

لم يسخط ولم يولول رغم أنه ولده العزيز ..

فيجب أن نتجهّز لمواجهة كل شيء صعب يعترضنا ..

وخاصة في ما يتعلق بالعواطف ..

(لا تقل أن هذا الرجل متشائم بل إنه متفائل
جدا وقد كان يعتني بأولاده بعناية بالغة لكنه
أراد أن يعيش براحة بال فقرر أن يتوقع كل
شيء ..)

الباب الثاني

تمرّد اللسان

ربما كان العنوان غريبا ، وقد يتساءل أحدكم ويقول : ما علاقة اللسان بما وراء الانفصال والخيانة ؟

بعد أن تنتهي العلاقات دائما إما أن تنتهي بكلمات طيبة وهذا نادر أو تنتهي بالفضائح والمواجهات ، سواءا كانت انفصال وطلاق أو علاقة حب بين فتاة وشاب قبل الزواج .. ولا أعني جوازها أو تحريمها فليست من اختصاصي الفتاوى لكنها واقعة بشكل كبير اليوم في زماننا وأكثر الخيانات تتعلق بعلاقات الحب ما قبل الزواج ..

لكن ما أريد التحدث عنه هو (تمرّد اللسان) ..

عندما نغضب نتحدث بما لا يليق بنا ، إلا القليل منا من يصبر ..

ستقول المرأة أو الفتاة لزوجها او حبيبها : أنت غادر ، أنت تافه ، أنت ، أنت ...

لا أريد ذكر تلك الكلمات لأنها قد تكون سيئة جدا ، لكنها قبل أيام كانت تتلفظ بأجمل الكلمات .. حبيبي .. عمري فلماذا انقلبت ؟ ستقولون هو الألم ولأنها مظلومة .

وكذلك الرجل : سيقول للمرأة أو الفتاة نفس الكلمات وربما يصل ببعضهم أن يفضح أسرار الفتاة ويسبب لها الكثير من المشاكل ..

هذا الانتقام ، لكن بعد انتهاء العلاقة بشهور أو سنوات يعود كل واحد منهما إلى حالة العقل المفكر فيتذكروا كلماتهم التي خرجت من ألسنتهم وكثير منهم يندم على التلفظ بها ..

حدثت قصة منذ فترة وقد أخبرني بها صاحب القصة ، فقال :

كنت أحب فتاة لكنني تجاوزت الحب فصرت أتحدث إلى فتاة أخرى وبسرية تامة وبعد أيام من هذه العلاقة اكتشفت حبيبي علاقتي بالفتاة ، ظلت تحقق معي حتى تلفظت بكلمات سيئة تجاهها ، وكما تحدثت معي قلت لها

بلسان الزاهد بها (لا أريدك ، لا أحبك ،...) وكنت أعلم أنها تتألم كثيرا لكني ازددت عنادا ، وكانت تريد عودتي إليها لكني ما زلت معاندا .. حتى جاء ذلك اليوم فافتقدتها لمدة يومين أو يزيد ، وقد اعتدت أن أرى رسائلها بشكل يومي وهي تريد عودتي ..

مضى النهار ولم ترسل لي شيئا ، فكلمتها ، فقالت لي :
ماذا تريد ؟

تعجبت كثيرا من كلماتها ، فقلت لها : لا شيء ،

فقالت لي : لقد أحببت رجلا غيرك ، ولست مستعدة لمحادثتك ، قال الشاب ، فأظلمت في عيني الدنيا وشعرت بأني رجل مهين ذليل ، حاولت أن أستردّها لكنها كانت ثابتة قاسية ، فخرجت من لساني كلمات سيئة لكنها لم ترد علي بسوء ، كانت مهذبة بكلماتها ، فزدت من كلام السوء حتى تعبت ، وبعد أيام من انتهاء علاقتي بها نهائيا ، تذكرت كلماتي التي تَلَفَّظت بها ، فندمت أكثر من ندمي على فقدانها ، لأنني شعرت بصغار لما تَلَفَّظ به لساني ، ولا يزال نادما حتى يومه هذا كما أخبرني ..

وكم لنا من أصدقاء في لحظة اختلاف تمرّدت ألسنتنا حتى صارت تقذف من قذارة الحروف الملوثة ثم ندمننا بعد ذلك ..

وكلكم قرأتم قصة الشاب الذي سب والدته بلسانه وأذاها بكلام بذيء ثم خرج من البيت ولما عاد وجدها ميتة والدموع على خدها قد جفّت ، وسمعتم قصة المرأة التي قالت لزوجها لست رجلا لو كنت رجلا فطلقني وقد كان جالسا أمامها واضعا يديه على خده وهي تهال عليه بالكلمات البذيئة حتى شعرت بضيق فلما اقتربت منه وجدته قد مات بصدمة قلبية ..

وإنما ذكرت لكم هذا الكلام لأجل ان تعلموا أن تمرّد اللسان يأتي بعد الاختلاف والانفصال أو انتهاء العلاقات ، لكننا سنندم كثيرا إن سمحنا لألسنتنا أن تثرثر كثيرا وتقذف أفقر الألفاظ ..

إن أراد زوجك أن يطلقك وقد كنت امرأة صالحة معه فإياك أن تتلفظي بكلمات السوء حتى لو طلقك ظلما وعدوانا ، وإن اتهمتك زوجتك بعد الطلاق بتهمة باطلة

فأهدأ ولا تلفظ إلا كلام الخير حتى لو كنت مظلوما ،
دافع عن نفسك بأخلاقك لا بالسوء من الألفاظ ..

في النهاية (شخصيتك يجب أن تبقى شخصيتك الرائعة
مهما صدمتك أهوال الدنيا .. ومتاعبها)

وإذا أردت أن تنتهي علاقتك يجب أن تكون أكثر حذرا
في ألفاظك ، لتكون دائما على حق ، وقد رأى رجل من
زوجته أمرا لا يغفر لها فقال لها بهدوء أظن أن علاقتي
معك لا تحتمل البقاء يجب أن ننفصل ، ثم أخذها بهدوء
إلى بيت أهلها ، فلم تتكلم هي بكلام سيء ولم يتكلم هو
كذلك ، وانتهت بهدوء لأنهما علما أن حياتهما جحيم لكن
لم ينهياها بجحيم بل أنهوها بهدوء ..

ولا أحتكم على الفراق أبدا بل إن أبغض الحلال عند الله
الطلاق لكن الزواج للاطمئنان وإن قمنا بكل شروطه من
عدل واحسان وكلمة خير وتقوى ثم وجدنا أن العلاقة لا
زالت سيئة لأنها لا تحمل الحب بين طياتها فليس من
الضروري أن تبقى لأنها ستكون أكثر سوءا على
المجتمع وعلى الأولاد الذين سيظهرون بينهم ..

الباب الثالث

تشئت النفس

من الطبيعي أيضا أن تشئت النفوس بعد انتهاء العلاقات أو الانفصال ، فالنفوس اعتادت على شيء وأن لها أن تعتاد على فقدان هذا الشيء وبين الاعتیاد والاعتیاد مسيرة من الشتات والضيق ، ولهذا يجب أن تهدئ نفسك بكلمات سحرية ذكرت لكم أني سأذكرها لاحقا ، لقد آن لهذه الكلمات أن تخرج إليكم لتتعلموها معي :

هما كلمتان (وماذا يعني) ..

ماذا يعني لو انتهت علاقتي بها ؟

ماذا يعني لو خسرت حبها ؟

ماذا يعني لو غدر بي وخانني ؟

ماذا يعني لو طلقني ؟

في النهاية سنجيب على كل هذه الأسئلة وغيرها بإجابة
واحدة :

لن يتغير شيء ولن أجد أسوأ من هذا ، ولن تنتهي الحياة
بفراق أحدهم أو بخيانة أحد آخر ، سأنسى مهما تذكرت
..

الكلمة السحرية (ماذا يعني) يمكنني أن أستخدمها في
كل شيء وخاصة إن أرفقتها بكلمة أخرى (ليحصل ما
يحصل) أو بلهجتنا البسيطة (اللي يصير يصير) ..
أسمح لي أن أعود إلى تاريخك ؟ لا أريدك أن تحدثني به
فقط أريدك أن تجيب على تساؤلاتي :

كم مرة أصبت بمصيبة أحسست أنها النهاية ؟

كم مرة فقدت انسان عزيز عليك سوأءا بخيانتة أو بفراقه
أو موته

كم مرة تكالبت عليك الهموم حتى كدت تموت ؟

بعد الإجابة ستري أنك لازلت على قيد الحياة وربما
جاءتك هموم أخرى وأنت تقرأ هذه الكلمات ..

فالهوم تزول لتحل محلها هموم أخرى لكن يعجبني ذلك
الشخص الذي يخرج من همه ويقول (لقد تخلصت من
هم وبقي لي هم آخر ..

ويعيش حياته بهذه الطريقة السعيدة رغم همومه ..

كلما أصابتك هموم ردد هذه العبارة :

**إنه بلاء رحيم إنها هموم يائسة
مسافرة استطيع لم شملي مؤكدا ،
لا أخاف ندامة ...**

قد لا تكون الكلمات موزونة لكن في الحقيقة لها عندي
من الوزن الكثير ..

الباب الرابع

تجديد الطموحات

ذكرت في أحد الأيام مقالا بعنوان (أنت مطلقة ؟)
انتشر المقال خلال أيام في الشبكات وتناقلوه كثيرا ،
ولقي الكثير من النشر .. كنت أتحدث فيه عن المطلقة ما
وراء الطلاق ماذا تصنع ؟ وهل ستسجن نفسها بسجن
الطلاق ام تخرج بقوة لتثبت مقدرتها على الحياة ، تتعلم
وتكمل تعليمها أو تكمل تربية أولادها أو ..

وذكرت أنها وإن كانت مطلقة لا يعني أنها صيد سهل بل
هي امرأة واعية أكثر من الفتاة الغير متزوجة بل أكثر
من المتزوجات حتى لأنها جرّبت الحياة وعرفت
أخطاءها وأخطاء الحياة الزوجية ، وإن كانت عاقلة
ستعيش بسلام بعد زواجها الثاني لأنها فهمت جميع
أسرار الزوجية ..

تجديد الطموحات :

هنا أقصد أن يكون لدينا طموحات دائما لكنها مع الألم والمعاناة سنتحقق بزمن أسرع وأقل لأن الكثير من الناجحين ازدادت قدرتهم على تحقيق الطموحات بعد أن أصابهم اعياء في الطريق (غدر حبيب ، حياة تعيسة..) زوجة أو زوج سيء ، خيانة أو استهزاء من الناس ،... كل هذه الأمور بالإضافة إلى الفقر والمرض تجعلنا أكثر قوة لتحقيق النجاحات ، لأنها تذكرنا بضعفنا وأنا يجب أن نزداد قوة ..

" الدافع الكبير للنجاح هو الألم "

المعاناة سبب من أسباب النجاح ولهذا بعد الانفصال او انتهاء العلاقة يجب ان نستغل هذه القوة لتحقيق طموحاتنا ، لأنها قوة عظيمة .. قوة الألم سأنزل كتابا جديدا قريبا إن شاء الله أتحدث فيه عن القوة وقد ذكرت بعضا من هذه القوى في كتابي (مهارات الحياة) إن أحببتم قراءته

.. وهذه القوى كثيرة ولن أذكرها هنا لأنها تحتاج لكتاب خاص ..

لكني أتحدث عن قوة الألم والمعاناة ،، لقد جعلت الكثير من الفقراء أغنياء والكثير من الفاشلين ناجحين منجزين ، والكثير من المشرّدين أناسا رائعين ..

فيجب أن نستغل قوة الألم لتحقيق نجاحاتنا لنعيد لقلوبنا هيبتها ، ولا تقول أو تقولي : لا أستطيع .. فهناك الكثير من الأعذار لدى الفاشلين سأذكر لكم بعضها لتتخلصوا منها :

لو كانت ظروفني غير هذه

لو أملك فرصة فلان لفعلت ..

لو لدي مال ..

لو لدي من يساندني ..

لو كان بإمكانني الحصول على ..

لو كنت أصغر سنا ..

لو كانت عائلتي تفهمني ..

ليت زوجي يفهمني ..

والكثير من الأعدار التي لا ينطق بها إلا الضعيف الفاشل

..

لا تقل لي الفقر عقبة لأن الكثير من الناجحين كانوا فقراء
حتى آخر لحظة من نجاحاتهم .

لا تقل لي عائلتي سبب فشلي لأن الكثير من الناجحين
نجحوا دون مساعدة عائلاتهم بل بعضهم كانوا يعانون
من عائلاتهم كثيرا ..

إذن الأعدار يجب أن نبذّها ونتخلص منها ولا نفهم إلا
كلمة (حسنا سأفعل هذا ، سأجرب هذا ..)

سأعود لأذكركم بكلماتي السحرية :

(ماذا يعني لو حصل هذا ،
ليحصل ما يحصل ، حسنا
سأفعلها ، سأجرّب هذا ،
حتما سأنجح ..)

ردد الكلمات التي تزيد من قوة نفسك لتتخلص من شتاتها

الباب الخامس

التعزيزات

المقصود هنا ، اختيار كلمات التحفيز والتشجيع ، وأول التعزيزات وقبل الكلمات أن تترك كل من يسبب احباط لك أو يشكك بمقدرتك ، اعتزلهم وابدأ حياتك من جديد ، وخاصة إذا تعرّفت على أحد عن طريق مواقع التواصل لا يجب عليك أن تذكر قصتك المؤلمة له بل عليك ان تذكر أجمل ما لديك حتى يراك أكثر شخص ناجح في الحياة ، وقلّت لكم لا تذكروا قصصكم السيئة حتى تستطيعوا أن تحصلوا على أصدقاء يزيّدون من نجاحاتكم لا يسخرون من ألامكم ، وعزّزوا أنفسكم بكلمات الخير دائما ، وتذكروا أن هناك أناس أكثر منكم مصيبة إن كان لديك بعض المال فهناك من ليس لديه إن كانت لديك عين واحدة تبصر بها فهناك من ليس لديه عينين ولا يستطيع حتى أن يقرأ هذه الكلمات كما تقرأها أنت ، تذكر دائما ان هناك من هم أقل منك نعمة ، فاحمد الله صباحا وعند المساء حتى تنام مرتاح البال وتستيقظ كذلك ..

وقاعدة أخيرة أرددها دائما لكل من انتهت علاقته مع
انسان أحبه وغدر به أو خانته أو تركه ظلما ..

لا تبني هذه النظرية على كل من تقابله فالناس ليست
تشبه بعضها البعض ، وإن كان هناك ظالم فهناك عادل .

♥ انتبهوا لقلوبكم ♥

محکم

الكاتب

إبراهيم الشملان

انتهت هذه الرسالة وقد كتبته خلال ساعة ونصف الساعة
كرسالة لكل من يحتاج لقراءتها
أسأل الله لي ولكم التوفيق ..

لمن لديه استفسار أو قصة يريد طرحها لي فهذا ايميلي الخاص :

ibrahimalshamlan@gmail.com

وهذا حسابي في انستغرام وتويتر :

@ibrahim_shamlan