



رافاييل جيوردانو

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة

رواية

مكتبة نوميديا 183

Telegram: @Numidia_Library

المركز الثقافي العربي



الكتاب الذي أسعد أكثر من مليون قارئ!

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك
أن لديك حياة واحدة

رافاييل جيوردانو

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك
أن لديك حياة واحدة

رواية

ترجمة: حسين عمر



المركز العربي للدراسات والبحوث

العنوان الأصلي للرواية:

Raphaëlle Giordano

Ta deuxième vie commence

quand tu comprends que

tu n'en as qu'une

© 2015 Groupe Eyrolles,

Paris, France

All rights reserved

الكتاب

حياتك الثانية تبدأ حين تفرك

أن لديك حياة واحدة

تأليف

رفائيل جيوردانو

ترجمة

عبدالله محمد

الطبعة

الأولى، 2017

التوزيع الدولي:

ISBN 978-9953-68-866-4

جميع الحقوق محفوظة

المرکز الثقافي العربي

الناشر

المرکز الثقافي العربي

الدار البيضاء - المغرب

ص.ب: 4006 (ميدنا)

42 شارع السديكي (الأحياس)

هاتف: 0522 307661 - 0522 303339

فاكس: 212 522 305726-

Email: markuz.casablanca@gmail.com

بيروت - لبنان

ص.ب: 5158 - 113 الحمران

شارع جاندارك - بناية الخفديسي

هاتف: 01 352826 - 01 750507

فاكس: 961 1 343701-

Email: cea.casa.bey@yahoo.com

أشكر جزيل الشكر ستيفاني ريكورديل وإيلودي دوسو،
المحررتين لدى دار إيروزل، على ثقتهما بمشروعِي ومساعدتهما لي
لكي يورى هذا المشروع النور.

كما أشكر جزيل الشكر أختي التوأم ستيفاني ووالدتي على ما
قدّماه لي من عظيم المساعدة والمساندة بأرائهما السديدة والبناءة
طيلة الفترة التي أمضيتها في كتابة هذا العمل.

كما أشكر زميلي في الإبداع ريجيس المحبوب الذي ألهمني
عنوان هذا الكتاب.

وأخيراً، أشكر ابني فاديم على ما أصبح عليه وعلى منحه لي
كلّ هذه السعادة.

أنا أحلم بأنَّ باستطاعة كل إنسان أن يحدّد مواهبه
ويحمّل مسؤولية سعادته.
لأنه ليس هناك ما هو أهمّ
من أن يعيش المرء حياةً بمسوي أحلام طفولته...
رحلة سعيدة،
رافائيل.

1

تساقطت حبات المطر، التي كانت تزداد ضخامة، وتحطمت على الزجاج الأمامي لسيارتي. كانت المساحات تُصدر صريراً وهي تسمح الزجاج بينما كنتُ، وأنا أمسك بالمقود، أرتعش ويصدر الصرير نفسه من داخلي... سرعان ما جعلتني خيوط المياه المتدفقة أن أرفع قدمي غريباً عن دواسة الوقود. كنتُ على وشك أن أتعرض لحادث! هل قررت الظروف أن تحالف ضدي؟ أهو طوفان نوح؟ ما هذا الطوفان؟

لكي أتجنب الاختناقات المرورية ل مساء الجمعة، كنتُ قد قررتُ أن أسلك الطرق الفرعية. مفضلة ذلك على المحاور المكتظة والمزدحمة وأهوال حركة المرور الصاخبة! لم أكن أُرغب في أن أكون نجمة هذا الازدحام على الطريق. كانت عيناى تحاولان عبثاً أن تلمحا اللوحات الإعلانية على الطريق، بينما كانت عصاة الآلهة، في الأعلى، تفتاني وتلهي فرحاً وهي تلقي أكبر كمية ممكنة من البخار على زجاج سيارتي، الأمر الذي زاد من قلقي وتوترتي. وكان كل ذلك لم يكن كافياً، قرّر جهاز تحديد المواقع في سيارتي (GPS) فجأةً، وسط العابة الحرجية المعتمة، أن يتعطل ولم يُعد يشير إلى الطريق الذي يجب أن أسلكه. كان ذلك طلاقاً تكنولوجياً ذا تأثير مباشر: كنتُ أسير في خطّ مستقيم بينما كان هو يتحرك دائرياً. أو بالأحرى لم يُعد يدور!

يجب القول بأن السكان الذي كنتُ أتى منه لم يكن يروق لأجهزة تحديد المواقع. أو لتُقل بأنها لم تكن دقيقة في تحديد المواقع. كان السكان الذي أتيت منه أشبه

بمنطقة منسية من الخرائط، حيث كان الوجود فيه يعني عدم الوجود في أي مكان. ومع ذلك... كان هناك هذا المجمع الصغير من الشركات، مجموعة «الشركات ذات الربحية النادرة» والتي لا بد أنها تستل بالنسبة إلى ربّ عملي قدرة تجارية كافية لتبرير تنقّلي. ربّما كان هناك أيضاً سبب أقلّ منطقية. منذ أن منحني نسبة 80%، انتابني شعور مرعب بأنّه يدفع لي هذه المكافأة لأنه يكلفني بالمهام التي لا يرغب سواي في القيام بها. وهذا ما كان يفسّر سبب ركوبي سيارة قديمة ومتهالكة وانتقالي بها في دروب الضواحي الباريسية الشاسعة، مشغولة بأشياء تافهة لا قيمة لها...

هيا، هيا يا كاميل... كفي عن اجترار هذه الأفكار وركزي على الطريق!

فجأة دوي صوت انفجار... دوي مرعب جعل قلبي يبطئ مائة وعشرين نبضة في الدقيقة وجعلني أنحرف بالسيارة وأفقد السيطرة عليها. ارتطم رأسي بالزجاج الأمامي وتأكدت بفرابة بأنّ الحكاية التي تقول بأنّ الحياة تختفي من أمام العين في غضون ثائتين ليست خرافة. بعد ذهول للحظات تحت تأثير الصدمة، استعدت أنفاسي وتحسّست جيبتي... لم يكن هناك أيّ سائل لزج. كان هناك فقط تورّم ضخم في الجيب. أجريت فحصاً دقيقاً وتأكدت من أنّ ليس هناك أيّ أضرار كبيرة. لحسن الحظّ، كان الأمر عبارة عن خوف أكثر منه ألم!

خرجت من السيارة وأنا أحتمي قدر المستطاع بمظلّتي من المطر لكي أتفحص الأضرار: كانت إحدى العجلات قد انفجرت وأحد الرفارف قد انقوى. بعد أن تجاوزت نوبة الهلع الأولى، حلّ الغضب محلّ الخوف. اللعنة على هذا المساء! هل يمكن أن يجتمع في يوم واحد كلّ هذا القدر من الضجر والمتاعب؟ ارتسيت على هاتفني كما لو أنني ارتسي على طوافة إنقاذ. بالطبع لم تكن هناك شبكة تغطية! لم أفاجأ بذلك كثيراً، فقد كنتُ مستسلمة لسوء طالعني.

مرت الدقائق. لا شيء في المكان. ولا أحد من حولي. كنتُ وحيدة، تائهة وسط تلك الغابة الحرجية الخالية من البشر. بدأ القلق يتزايد ويزيد من جفاف حلقي الجاف أصلاً.

تحرّكي، بدل الاستسلام للفرع! هناك بالتأكيد بيوت في أطراف هذه الغابة...
فقدت قمره سيارتي التي كنتُ أحمي بها لكي أواجه الظروف وأنا أرتباً جيداً بسفرة
النجاة المناسبة.

ما في اليد حيلة، وعلى أن أتدبّر أمري بما هو متاح! من ثمّ، ولكي أكون صريحة
تماماً، نظراً إلى الظروف، لم يكن مستوي ألتقي بهمني كثيراً...
بعد مرور ما يقارب عشر دقائق والتي بدت لي وكأنها دهرٌ من الزمن، صادفتُ سور
مزل. ضغطتُ على زرّ جرس الناطور.

ردّ على رجل بصوتٍ من خلف منظار الباب المخصّص للزوار اللجوجين.
- نعم؟ ماذا هناك؟

شكّنت أصابعي متمنية: حسبي أن يكون السكان المقيسون في الدار مضيقين
ويستلكون شيئاً من روح التضامن.

- مساء الخير يا سيّد... أسفة لإزعاجكم ولكنني تعرّضت لحادث سيارة في هذه
الغابة الحرجية خلف منزلكم... لقد انفجر إطار عجلة سيارتي وهاتفي المحمول لا
يلتقط شبكة التغطية... لم أتمكن من الاتصال بموظفي شركة التأمّن.

جعلني الصرير الصادر عن الباب وهو يفتح أن أجدل. تُري هل نظرتي الشبيهة بنظرة
كلب كوكر اليانيس¹ أم أن هيئتي الشبيهة بهيئة امرأة عريقة هي التي أفتعت هذا الرجل
المقيم على ضفّة النهر بأن يمنحني الملاد؟ هذا ليس مهمّاً. اندمستُ إلى الداخل من
دون تحفظ واكتشفتُ بناءً رائعاً في مظهره، محاطاً بحديقة مرتبة ترتيباً أنيقاً. إنها جوهرة
حقيقية وسط هذا الرجل الذهبي!

(1) كوكر: كلب صيد إنجليزي صوب الأذنين. - المترجم -

2

أبوت أضواء درج المدخل ومن ثمّ انفتح الباب في نهاية المسرّ. أقبلتُ شبحَ ذكوريّ ذو قوامٍ جميلٍ نحوي وهو يسير تحت مظلةٍ كبيرة. حينما بات الرجل قريباً جداً مني، لمحتُ وجهه الطويل والستاسق وذو السلامح والقسمات الواضحة. لكنّ رجحه كان كثير النجاعيد. كان أشبه بالنجم شون كوتري على الطراز الفرنسي. لاحظتُ وجود غمّازتين منفصلتين حول فمٍ متناسقٍ ذي زاويتين يشوشتين وهو ما جعله يبدو ووداً ولطيفاً في هيئته ومظهره. هيئةٌ نحتتُ على الحوار والحديث. لا بدّ أنّه قد شارف على الستين من عمره مثلما يصل أحدهم إلى الخانة (الأخيرة) في لعبة الخجلة: بقدمين مضمومتين ووجه هادئ. كانت عيانه بلون رماديّ ناحليّ جميل لتلسعان بهرق خفيف كما لو أنّهما كرتان زجاجيتان لمتعهما لطفل. كان شعره الكستنائي كثيفاً على نحوٍ مذهلٍ مقارنة بسنّه ولم يكن قد تراجع عن جبينه إلّا على نحوٍ خفيفٍ وقد ارتخت غرة ظريفة على جبينه. كانت له لحية قصيرة جداً شدّتها بأنافة الحديقة نفسها المحيطة بالدار والتي تبنى بالاعتناء الدقيق الذي يشمّل كل شخصيته.

دعاني للتحاق به إلى الداخل. وضعت ثلاث نقاط وقوف في اختياري الصامت مبديةً شيئاً من التردد.

- ادخلي! أنتِ مبلّغة حتى العظام!

- ش... شكراً! حقاً هذا لطفٌ منكم. مرةً أخرى، أكرّر اعتذاري لإزعاجكم...

- لا تنأسغي. لا مشكلة. تفضلي واجلسي، سوف أجلب لك مشمسة لكي تحمقي جسمك بعض الشيء.

في تلك اللحظة، تقدمت امرأة أنيقة نحونا، حسنت أنها زوجها. تحولت لظافة وجهها الجليل للحظة إلى عبوس حينئذ حينما رأني أدخل إلى مسكنها.

- حبيبي، هل كل شيء على ما يُرام؟

- نعم، نعم، لا بأس. هذه السيدة تعرضت لحادث سيارة ولا تستطيع الاتصال لانعدام تغطية الشبكة في الغابة. هي بحاجة فقط إلى إجراء اتصال وأن ترتاح قليلاً.

- آه نعم، بالطبع...

حينما رأني أرتعش برداً، عرضت على بلطف كوباً من الشاي الأمر الذي وافقت عليه دون تسع.

بينما كانت تتواري في المطبخ، نزل زوجها السلالم وفي يده مشمسة.

- شكراً يا سيد، هذا لطف كبير منكم.

- كلود. اسمي كلود.

- آه... أنا، أنا، أنا كاميل.

- تفضلي يا كاميل. الهاتف هناك، إذا أردت الاتصال.

- ممتاز. سوف لن أطيل.

- حذي وقتك.

تقدمت نحو الهاتف الموضوع على طاولة خشبية جميلة وأنيقة ومرتبّة بذوق رفيع ونعلوها لوحة من الفن المعاصر. كان من الواضح أنّ هؤلاء الناس يمتلكون ذوقاً رفيعاً ووضعاً مالياً جيداً... يا لها من راحة في أن تصادف أناساً كهؤلاء (لا أن تقع في وكر غولٍ مفترسٍ أكل لربات البيوت اللئيمات)!

رفعت سماعة الهاتف وأدرجت رقم شركة التأمين خاصتي. كان من غير المسكن تحديد موقع سيارتي ولذلك اقترحت على موظف الشركة أن تأتي بورشة التصليح إلى بيت مضيفي أولاً بعد أن حصلت على موافقتهم. أخبروني بأنهم سيصلون إلى المكان

في غضون ساعة واحدة. تنفست الصعداء وارتحت: كانت الأحداث تسير سيراً حسناً. اتصلت بعد ذلك بيبي. أمسك كلود بعصا ووزانة بورق لعبة البوكر وراح يشغل بالنار التي كانت تههم داخل المدفأة في الطرف الآخر من الغرفة. بعد لساني زناً طويلة، رفع زوجي ساعة الهاتف. من خلال نرة صوته، حسنت بأنه كان جالساً أمام برنامج تلفزيوني. رغم كل ما جري، لم يُبد زوجي دهشة ولا قلقاً وهو يسمع صوتي. كان قد اعتاد على أن أعود إلى البيت أحياناً في وقت متأخر جداً. شرحت له التلكسات التي تعرضت لها. قاطع جُملتي بأصوات مرعجة وبقطعات مغيظة من لسانه، ثم طرح على أسئلة تقنية. في غضون كم من الوقت ستأتي الورشة لتصليح سيارتي؟ كم ستكلف عملية التصليح؟ تارت أعصابي وأثار تصرفه رغبة لدي في أن أصرخ في سَماعة الهاتف! لم يكن بوسعهم أن يُبدي شيئاً من السودّة والعاطفة ولو لمرّة واحدة! أغلقت ساعة الهاتف، غاضبة، بعد أن أخبرته بأنني سأندبرُ أموري وأن ينام دون أن ينتظرنِي.

كانت يداي ترتعشان رغماً عني وأحسستُ بأن عينيّ تغشيان. لم أسمع كلود وهو يقترب مِنّي ولذلك حينما وضع يده على كتفي ارتعدتُ في مكاني.

سألني بصوت رقيق وعطوف، صوتٌ نسبت لو أنني سمعته من زوجي قبل قليل:

- هل أنت بخير؟ هل تشعرين بأنك على ما تُرام؟

انحني لكي يكون على مستوي وجهي ورد:

- هل أنت بخير؟ هل تشعرين بأنك على ما تُرام؟

هنا، جعلني شيء ما فيه أن أهنئ: بدأت شفتاي ترتعشان، ولم أستطع أن أتمالك دموعي التي تدافعت تحت أحفاني قبل برهة... سأل الكحل على وجهي، فأطلقتُ حينها العنان لفيض الانكسارات التي تراكمت في داخلي في هذه الساعات الأخيرة، هذه الأسابيع الأخيرة، هذه الأشهر الأخيرة، بل هذه...

3

في البداية، لم يقل شيئاً. فقط ظل كما هو، ساكناً بلا حراك، وبهذه الدافئة على كتفي، كعلامة على تعاطفه معي.

بينما كانت دموعي تنهمر، جاءت زوجته ووضعت أمامي كوب الشاي الذي كان يتصاعد منه البخار كما جلست لي أيضاً بضعة مناديل ورقية، ثم توارت في الطابق العلوي. لا شك أنها قد توقّعت بأن حضورها قد يجازف بمقاطعة حديثي واعتراضي بسرّ صحيّ.

«ع... عذرتي، هذا أمرٌ مضحك! لا أدري ما الذي جعل لي.. في هذه اللحظة، أنا محسومة، وهناك، هذا النهار المرعب، حقاً، هذا كثيرٌ جداً!»

كان كلود قد ذهب وحلّس على الأريكة المقابلة لي وكان يصغي إلي بانتباه واهتمام. كان شيء ما فيه يدعو إلى الثقة والعلمانية. ركر بصره في بصري. لم تكن نظرة منمخّصة ولا تطفلية. كانت نظرة حنونة، واسعة كذراعين مفتوحتين.

تسمّرت عيناها في عيني. شعرتُ بأنه لا ينبغي أن أعشّ وأنتي أستطيع أن أستسلم من دون فناع. كانت براغمي الصغيرة الداخلية تتراخي واحداً تلو الآخر. يا للخسارة. أم أنّ هذا أفضل؟

بحثتُ له بالحطوط العريضة لكأبتي وشرحتُ له كيف أنّ انكسارات صغيرة ومتراكمة انتهت إلى أن نهش بهجتي في الحياة في حين كان لديّ كل شيء، بدهة، لكي

أكون متبهجة...

- ها أنت تري، لست تعيسة تماماً ولكنني لست سعيدة أيضاً... وهذا الإحساس بأنّ السعادة تسفل من بين أصابعي إحساساً فظيعاً! ومع ذلك ليس لديّ أيّ رغبة في مراجعة طبيب؛ فربّما سيقول لي بأنّي أعاني من الاكتئاب ويصف لي أدوية! كلاً، إنه مجرد نكد في المزاج... لا شيء خطير في الأمر، ولكن مع ذلك... أشعر وكأنّ قلبي لم يعد موجوداً. لا أدري إن كان لكلّ هذه الحالة من معني!

بدت كلماتي وكأنّها قد أثارت مشاعره لدرجة أنني تساءلتُ في نفسي إن لم تكن قد أحالته إلى أمر شخصي جداً، ففي حين لم يكن قد مضى على تعارفنا ساعة واحدة، نوطد بيننا جوّ مذهل من التفاهم والتقارب. وبينما كنتُ غريبة عنه منذ لحظات، ها أنا ذا أتجاوز باعتبارياتي وروحي عدّة درجات من الصداقة والحميمية المفاجئة والتي رسمت خطّ ارتباط مُبكر بين حكاياتنا.

ما بحثُ به لأمس على نحوٍ واضحٍ وترأّ حساساً لديه آثار فيه دافعاً حقيقياً لكي يسعي إلى التخفيف عني.

- يؤكد القس بير: «نحتاج إلى أسباب العيش بقدر ما يكفل لنا العيش». إذاً، لا ينبغي القول بأنّ ليس لهذا الأمر أهمية. على العكس، لهذا الأمر أهمية كبيرة! لا ينبغي أن نأخذ الأمر بالروح باستخفاف. حينما أصغي اليك وأنت تتحدثين، أعتقد أنني أعرف تماماً ما تعانين منه...

سألتُ وأنا أشفق:

- صحيح، حقاً؟

- نعم...

تردّد للحظة قبل أن يتابع، وكأنّه يحاول أن يخمن إن كنتُ سأقبل آراءه أم لا... لا بدّ أنّه قد اعتقد بأنّي سأفعل ذلك لأنّه تابع حديثه بنبرة مفعمة بالثقة:

- على الأرجح أنّك تعانين من شكلٍ من أشكال داء الروتين الحادّ.

- أعاني من ماذا؟

- داء الروتين الحادّ. هذا أحد أمراض الروح والذي بات يفضى على نحو متزايد بين الناس في العالم. أعراضه تكاد تكون دالاً هي نفسها: انخفاض في درجة الحافز، نوبات دورية من الكتابة، فقدان المعالم والحواس، إيجاد صعوبة في الشعور بالسعادة على الرغم من وفرة الخيرات المادّية، حيات أمل وشعور بالإرهاق والتعب...

- ولكن... كيف تعرف كلّ هذا؟

- أنا روتينولوجي⁽¹⁾.

- روتينو ماذا؟

كان ذلك موقفاً سريالياً!

كان يبدو أنه معتاد على هذا النوع من ردود الأفعال، إذ لم يتخلّ عن برودة أعصابه وتجرّده.

فشرح لي بضع جمل ما هو الـروتينولوجيا⁽²⁾، هذا النظام المستكر وغير المعروف بعد في فرنسا، ولكنّه الشائع جدّاً في بلدان أخرى من العالم. كيف أدرك الباحثون والعلماء بأنّ أعداداً متزايدة من الناس يُصابون بهذا الداء. كيف يمكن للمرء، من دون أن يكون بالأسأ، أن يشعر رغم كلّ شيء بإحساس بالفراغ، وباضطراب حقيقي في الروح ويعانى من الشعور المرعج بأنّه يملك كل شيء لكي يكون سعيداً ولكنه لا يتوقّر على المفتاح لكي يستفيد منه.

كنتُ أصغي إليه بعيون واسعة وأنا أتلقّي كلماته التي كانت تصف جيداً ما كنتُ أشعر به، الأمر الذي جعله يواصل حديثه:

- هل تعلمين بأن داء الروتين يبدو داءً هيئاً للدولة الأولى، ولكنه يستطيع أن يُلحق

(1) روتينولوجي (Routinologue): مصطلح استحدثته المؤلّفة نضقه على الاختصاصي في معالجة ما تُضو عليه داء الروتين الحادّ. وقد آثرنا أن نترجمه بكلمة روتينولوجي. حتى لا يفقد المصطلح بينه اشكيبية. - المترجم.

(2) روتينولوجيا (Routinologie): تصبغ الكتابة هذا المصطلح نفضد به عيم أو منهج معالجة داء الروتين الحادّ. وقد آثرنا أن نترجمه بكلمة روتينولوجيا. - المترجم.

أضراراً حقيقية بالناس: يمكنه أن يتسبب بأزمة من التكاثر⁽¹⁾ ويتسبب من الاضطراب الروحي ويعوصف كارثة من المزارع السوداوي. سرعان ما تخفي الابتسامة! لا تضحكي، هذه هي الحقيقة! هذا بصرف النظر عن أثر الفراشة⁽²⁾! كلما انتشرت الظاهرة، كلما أصابت عدداً متزايداً من الناس... يمكن للفشل في وضع حدّ لداء الروتين أن يؤدّي إلى تخفيض روح الدعاية في بلدٍ بأكمله!

فيما وراء نبرته الطنّانة، كنتُ أشعر جيداً بحرصه على المبالغة لكي يُعيد إلى البسمة.

- ألا تبالي بعض الشيء، هنا؟

- قليلاً جداً! أنت لا تتخيلين عدد الأمّنين في السعادة! هذا بعضُ النظر عن الأمّية العاطفية! إنّها آفة حقيقية... ألا تعتقدين بأنّه ليس هناك ما هو أسوأ من شعور المرء بالإغراق في حياته لعدم امتلاكه الجرأة على أن يكتفيها على صورة رغباته، لعدم بقائه وقتاً لقيمه العميقة، للطفل الذي كانه، لأحلامه؟

- اممم اممم... بالتأكيد...

- لسوء الحظّ، نسبة القدرات على أن تكون سعيداً ليس شيئاً نتعلّمه في المدرسة. ومع ذلك، هناك تقنيات لهذا الأمر. يمكن لنا أن نمتلك الكثير من المال ونكون نساء كالأحجار، أو على العكس، يمكننا أن نمتلك القليل من المال ونُجيد الاستمتاع بحياتنا الشخصية... القدرة على السعادة تعتمد وتتحرك وتشدّ عضلاتها يوماً بعد آخر. يكفي المرء أن يُعيد فحص نظامه القيمي ويُعيد تهذيب نظره إلى الحياة والى الأحداث. نهض وراح يخلب من على الطاولة الكبيرة كوباً صغيراً مليئاً بالسكاكر، ثم عاد وعرضها على لكي أتناول بعضها مع الشاي. التقط بعض حبات السكاكر بشروط وقضيمها ونحن نواصل حديثنا الذي بدا واضحاً أنّه يخلب لّه. بينما كنتُ أصغي إليه وهو

(1) تكاثر: حالة ذهنية تجمع بعض طحالب الحوادث بأنهم في تصور إصابتهم. -المرجع-

(2) أثر الفراشة: مصطلح في النظريات الفيزيائية والفلسفية وغيرها، هو حدث أول بسيط لكنه يؤدّ سلسة متتابعة من النتائج والظواهر المتتالية والتي يفوق حجمها بمراحل حدث البداية وبشكل قد لا يتوقعه أحد وفي أماكن أبعد ما يكون عن اتوقع. -المرجع-

يحدثني عن أهمية أن يعود الإنسان إلى نفسه وأن يحب نفسه على نحو أفضل لكي يكون قادراً على إيجاد طريقه وسعادته وأن ينشر التألق من حول نفسه، كنت أسأله في داخلي عما استطاع أن يعيشه هو بنفسه لكي يكون على هذا القدر من العريسة...
كان كل كيانه يتأجج وهو يحاول أن يجعلني أقاسمه قناعته. توقفت فجأة لريحة وتمحّصني بنظرته الحنونة والتي بدت أنها تقرأ في داخلي بالسهولة نفسها التي يقرأ بها ضريراً بطريقة بريلى".

تابع حديثه وهو ينقر على جمجمته:

- تعلمين يا كاميل، إن معظم الأمور التي تحصل في حياتك ترتبط بما يحدث هناك في الأعلى. في رأسك. لم تنه السلطة الذهبية من مباعتنا! لا تتخيلين مدى تأثير تفكيرك على واقعك... هذا يشبه إلى حد بعيد ظاهرة «أسطورة الكهف» التي وصفها أفلاطون: إن العقيدون بسلاسل في كهف يختلفون صورة زائفة للواقع، لأنهم لا يعرفون منه سوى الظلال المشوَّعة للأشياء التي تعكسها على الجدار نار موقدة من خلفها.
كنت أتذوق في صمت الجانب المضحك في الحالة. كما يجب القول بأنني لم أكن أنتظر أن أحوض في جدال فلسفي في ركن حميم من صالون، وذلك بعد ساعة واحدة فقط من تعرضي لحادث على الطريق!

- أنت تجري مقارنة بين أسطورة أفلاطون ونمط عمل ذهننا؟ يا للهول...
ابتسم لردّ فعلى.

- أجل! أنا أرى في ذلك مقارنة مع الأفكار التي تضع مصفاة بين الواقع وذواتنا وتحول الواقع بحسب القناعات المسبقة والأحكام... ومن يمنع كل هذا؟ ذهنك! وحده ذهنك! أنا أسمّي هذا «مصنع الأفكار». إنه مصنع حقيقي! الخير السار هو أنك تستطيعين أن تعييري هذه الأفكار. إن الاستسلام للأفكار المفرحة أو الاستسلام للأفكار المحزنة ليس منفصلاً عن إرادتك... يمكنك أن تشقلي ذهنك بحيث يكفّ عن القيام بتدبير أفكار سلبية لك: يكفي لذلك أن يكون لديك شيء من المثابرة والمواظبة

(1) طريقة بريل: طريقة في الكتابة والقراءة خاصة بالمكفوفين تستخدم حروفاً نافرة. -المترجم-

والمنهج...

كنت مذهولة. كنت متددة بين أن أعتبره مجنوناً وأن أصفق له بكلتا يدي على خطابه المدهش. لم أقدم لا على الخيار الأول ولا على الثاني واكتفيت بهز رأسي كعلامة على الموافقة والرضا.

لا بد أنه قد أحس بأن سعة المعلومات في تلك اللحظة على الفهم والتمثل قد وصلت إلى حدّها.

- اعذرني، ربّما أكون قد ضايقتك بكلّ نظرياتي هذه؟

- لا أبداً، لا أبداً! لقد وجدتها في غاية الأهمية. أنا متعبه بعض الشيء، فقط، لا

ينبغي الانتباه الي...

- هذا أمرٌ جد طبيعي. مرّة أخرى، إذا راق لك ذلك، سوف أكون سعيداً بأن أشرح

لك هذا المنهج... لقد أثبت فعلاً قدرته على مساعدة أشخاص في استعادتهم لسعي حياتهم وإنجاح مشاريعهم في حياة مرهورة ومبهجة.

نهض وتوجّه نحو مكتب صغير وجميل مصنوع من خشب الكرز. أخرج من أحد

أدراجة بطاقة زيارة وأعطاني إياها.

قال مع ابتسامة لطيفة:

- مركي وقابليني إن سنحت لك الفرصة.

قرأت:

كلود دوبوتيل

روتينولوجي

15 شارع دو لا بويسي

75008 باريس

أخذت البطاقة منه من دون أن يكون لي رأي واضح بشأنها. وبدافع من المجاملة والتهديب، قلت له بأنني سوف أفكر في الموضوع. لم يلبح على وبدأ أنه لم يكن مهتماً كثيراً بجوابي. لم أستطع كمحترفة في مجال المبيعات أن أدرك ألا يفكر شخص في

موقعه أن يكتسب بأيّ سنن كان زبوناً جديداً؟ لقد أظهر انعدام نزعة التجارية العدائية نفة بالنفس نادرة الوجود. أيقننت حينذاك بأنني لو رفضتُ هذه الفرصة سأكون أنا الوحيدة التي تخسر شيئاً.

ولكن في تلك اللحظة، كنتُ لا أزال تحت وطأة انفعالات السهرة وتلك الحادثة الغبية وتلك العاصفة الهوجاء مثل بداية فيلم رعب رديء... والآن، وبتكنولوجيا! كنتُ أخلوس... في غضون خمس دقائق، قد نخرج الكاميرات ويصرخ أحدهم: «كاميرا خفية»!

ردّ جرس الباب، لم يكن هناك لا كاميرا ولا صحافي، وإنما فقط ميكانيكيّ السيارات الذي كان قد وصل إلى المكان.

سألني كلود بلطف وودّ:

- هل تريدان أن نرافقتك؟

- كلا، حقاً، أشكركم... سوف تسير الأمور على ما يُرام. لقد كنتم في غاية اللطف

معني. لا أعرف كيف أشكركم...

- ليس هناك ما يستحق الشكر. من الطبيعي أن تقدّم المساعدة في هكذا حالة!

أرسلني إلينا رسالة هاتفية قصيرة حينما تصلين إلى بيتك.

- أعدكم بذلك. إلى اللقاء. وشكراً مرة أخرى!

سرتُ أمام الميكانيكيّ لكي أدلّه على الطريق حتى مكان حدوث الحادث. أقيمتُ

نظرة أخيرة من خلال الزجاج ورأيتُ الروجين يلوّحان لي بتحية صغيرة من خلال بيت

الدرج. كان يشعّ منهما شعوراً بالحب والتفاهم!

ومع هذه الصورة للسعادة المسالمة والهادئة التي كانت تعوم في روحي استسلمتُ

للغوص في أعماق الظلام، والارتجاج داخل تلك العربة التي أعادتني إلى واقع

مشاكلي...

4

في صباح اليوم التالي، استيقظتُ مع صداعٍ نصفِيّ فقطع. وظلّت المطارق الواخرة تنقر في رأسي مثل نقّار الخشب طيلة النهار! كنتُ قد أمضيتُ ليلة مضطربة وأنا أعيد التفكير في كلسات كلود ديوبونتيل. هل كنتُ مصابة فعلاً بداء الرزوين الحاد؟ هل كان الاضطراب في الروح الذي يؤلمني ويرعجني منذ عدّة أسابيع يستحقّ أن أسلك مسيرة معالجة كهذه؟ تُري منّا كنتُ أشكو في الحقيقة؟ كان لديّ زوج وولد رائعين وعملٌ يوفّر لي وضعاً مادياً مستقرّاً... ربّما كان عليّ أن أتصرف وأكفّ عن تغليب الأمور في ذهني؟ ومع ذلك، كانت كتابتي الخفيفة المشاركة على سنّ الأربعين تفرس أسنانها الحادة في روحي. لقد حاولتُ مراراً أن أضع مندبلاً فوقها، ولكن عبثاً...

في بعض الأوقات، حاولتُ رغم كلّ شيء أن أضع الأمور في إطارها الصحيح. أن أنظر إليها «برقع»، كما يقولون في المجالات الخاصّة بعلم النفس. لقد استعرضت وراجعت جميع مستويات اليأس الشرّي. الناس تحت القمصنّ بالقنابل. أولئك المصابون بمرضٍ خطير. الذين لا مأوى لهم، الذين لا عمل لهم، الذين لا حبّ لديهم... إلى جانب تلك المأساة، كانت مشاكلني تبدو صغيرة جداً وثافية! ولكن منطماً قال كلود ديوبونتيل، لا ينبغي مقارنة ما لا يسكن مقارنته. مقياس السعادة أو مقياس التعاسة هو ليس نفسه عد جميع الناس. لم أكن أعرف ذلك الرجل، ولكنّه مع ذلك، بدا متراً جداً... رابط الجأش جداً! نعم، رابط الجأش، هذا هو التعبير الدقيق عن حالته. بكلّ

تأكيد، لم أكن أؤمن بالوصفات العجيبة التي تحوّل حياتك وتغيّرها كما لو كان ذلك بضربة من عصا سحرية. ولكن فيما يتعلق بتفسير الأمور، كان يحظي بهيئة مقنعة جداً! كان يؤكد بأن الروتين والكتابة ليسا قدرًا مكتوبًا، وبأنّ الناس يستطيعون أن يختاروا بالألّا يُخضعوا حياتهم اليومية لهما وينجحون في أن يعيشوا حياتهم بأفضل حال. أن يجعل المرء حياته عملاً فنياً... مشروعاً بدأ سابقاً غير واقعي، ولكن لساداً لا يحاول، على الأقل، أن ينحو هذا المنحى؟

من الناحية النظرية، هكذا كانت الرغبة. ولكن من الناحية العملية؟ «ذات يوم، سوف أذهب لأعيش نظرياً، لأنّ كل شيء يسير على ما يُرام من الناحية النظرية...» إذاً، كيف يمكن الانتقال إلى الممارسة والفعل وتجاوز مرحلة التردد؟ بينما كان هذا السؤال يراود ذهني، نهضتُ بصعوبة، مع شعورٍ مرعج كما لو أنني تعرّضتُ للضرب طيلة الليل. دون أيّ تدبير أو تفكير، وضعتُ قدمي اليسرى أولاً على الأرض من دون قصد. كان ترتيباً غريباً، ولكنني رأيتُ في ذلك على الفور علامة على فالٍ سيئ. كان ذلك ردّ فعل فوري من دماغي المختنق بالأمواج السلبية: كان نهاري يبدأ بداية سيئة... بالكاد قال لي سياستيان، زوجي العزيز-و-الحنون، صباح الخير. بدأ في صراخ وجدل مع ربطة عنق متمردة عليه وأدركتُ على نحوٍ غامضٍ، بين لفظتي استياءً، بأنّه كان قد تأخّر عن اجتماعه. في ذلك الصباح، لم يكن عليه هو أن يصطحب أدريان إلى المدرسة. كان يتنهّد ويتحسّر وينفخ غضباً.

ربّما يستطيع ابني أدريان، البالغ من العمر تسعة أعوام وستة أشهر واثني عشر يوماً وثمانين ساعة، أن يشرح لكم الأمر. كان استعجاله في أن يكبر بسرعة يشيرني، بل ويخيفني أحياناً؛ كان كلّ شيء يسير بسرعة! بسرعة فائقة. كما كان أدريان ينجر دائماً كلّ شيء قبل أوانه. لكي يأتي إلى الدنيا، دقّ الباب قبل أن يحين موعد ولادته. في حيوية خارجة عن نطاق المألوف والمعايير، كان يتحرّك في بطني مثل رمي كرات السكوتش في ملعبٍ مصفّر. ربّما كانت الطريقة الوحيدة لاستيقانه في مكان هو ربطه بحزامٍ على كرسي. لكنّ جهودنا كانت تذهب سدى. وفي وقت مبكر جداً، كان علينا

أن نستسلم للواقع والحقيقة: سوف يتسبي ولدنا إلى فئة (أطفال دوراسيل): الأطفال الذين لا يعرفون التعب.

ينسا لم أكن أنا كذلك. لقد أحبيته أكثر من كل شيء في العالم، وفي بعض الأيام، كنت أقول في نفسي لا بد أنه يخفي تحت قميصه الرياضي مولدة صغيرة للطاقة يستخدمها وفق إرادته وبحسب أهوائه مثل طاعية صغير.

على الرغم من أننا كنا والدين عصريين وتربينا برضاة دولتو وتم تلقينا أيضاً عقيدة فرانسواز دولتو⁽¹⁾ «الطفل موضوع مختلف تماماً»، إلا أننا أدركنا بأن نظامنا التربوي كان مفرطاً في تسامحه. تحت ذريعة المساهمة في الحوار واحترام شخصية الطفل، كنا قد أرخينا العنان كثيراً...

لم تكن أمي تكفّت عن الترداد على مسامعي:

- الضبط، الضبط، الضبط!

بكل تأكيد، كانت محقة في ذلك.

الضبط: إذ هذا هو ما حاولت إقامته منذ بضعة أشهر لكي أوقف انحرافنا التسامحي، بل شرعت في العطفة كاملة وانتقلت من تطرّب في التسامح إلى تطرّب في القسوة. كان ذلك قاسياً جداً، مما لا شك فيه... ولكننا نفعل قدر ما نستطيع، اليس كذلك؟ كنت أوتج أدريان باستمرار لكي أضع حدوداً له. كان يتأقّف ولكنه في النهاية يخضع ويطيعني. على الرغم من أنه كان «طفلاً حرّاً» إلا أنه الحسن الحظ كان في جوهره طيباً بحق.

كنت أدرك بأنني أضغط عليه كثيراً - من أجل مصلحته، مثلما كنت أعتقد - وكنت أشعر أحياناً بأنني قد تحولت إلى آلة لإصدار الرسائل الملزمة، وهو دور لم أعشه جيداً. «رتّب أغراضك، اذهب إلى الحمام لتغتسل، أطفئ الأنوار، أنجز وظائفك المدرسية، أنزل غطاء مقعد الحمام...». كنت قد وضعت ثوبي كأتم صديقة في الخزنة لأرتدي

(1) فرانسواز دولتو: ضبيّة أطفال وعالمة نفسانية فرنسية تخصصت في التحليل النفسي للأطفال.

ثوب الأم التي تربي وتنشء. وما كسبته في تعليمه أن يرقب جواربه، خسرت بوضوح في نوعية العلاقة بيننا. لقد نشأت بيننا علاقة قائمة على القوة وساذ بيننا توتر دائم. كما على خصام دائم. كما لو أننا لم نعد نستطيع أن نتفاهم بعضنا مع بعض أبداً. ولكن أيضاً، كيف استطاع أن يكتسب تصرفات وسلوك ما قبل سن المراهقة وهو لا يزال في سن العاشرة؟

كانت هذه الأفكار تجول في خاطري، حينما دخلتُ إلى غرفته قبل عشر دقائق من موعد مغادرته للبيت. كان منهكاً في لعب كرة الطاولة على الجدار، وهو لم يكمل ارتداء ثيابه بعد. كان قد ارتدى زوجاً من الجوارب بلونين مختلفين ولقّب رأسه بمسحة وترك، دون حيرة أو تردد، غرفته وهي تشبه بيروت أعوام السبعينيات من القرن العشرين خلال الحرب الأهلية...

رفع نحوى عينيه الواسعتين الكستنائيتين اللامعتين ذات الرموش الطويلة على نحو مدهش واللتين كانتا تشعان على الدوام بريق لعوب. توقفتُ للحظة على ذلك الوجه الدائري ذي السلامح الرقيقة والجميلة، على ذلك الفم المرسوم بجمال والموسوم بعوس طوعي. حتى أثناء المعركة، كان شعره يحافظ على ملمسه الحريري الذي لا يقاوم والذي كان يجذب اليد نحوه. كان الصبي حميلاً! قاومت الرغبة في الذهاب لمعاينته لكي أضع نظاماً مناسباً وسط هذا العبث الكبير. كان على أن أرتدي قبعة المساعد الأول للأيام السيئة لكي أعيد توجيهه ووسطه.

أجابني، وهو يرفق كلماته بحركة لمعني الرب زن في كليته المفضل حينذاك:

- ولكن يا أمي، لماذا تثور أعصابك؟ اهديني ولا ترهقي أعصابك!

كان الجانب التهجمي والناقد في هذا التصرف يثر غضبي على نحو دائم. كانت كلماتي التوبيخية والتأنيبية وعبارات احتجاج أخرى لا تزال تُسمع، بينما كنتُ أغلق باب الحمام لكي أستحم في عجالة. مررتُ الصابون على جسمي عشوائياً وكيفما كان، إذ كان ذهني مرهقاً بقائمة الأعمال التي ينبغي علي إنجازها في ذلك اليوم.

حينما خرجتُ من الحمام، جعلتني صورتي في المرآة أعبس. كانت التجاعيد تظهر

بوضوح في جيبيني. دبت في الحنين إلى الزمن الذي كنت فيه رشيقة كغزالة...

نظرت إلى هذا الوجه الذي كان جسيلاً فيما مضى، والذي قد يكون لا يزال كذلك، لو كانت لدي بشرة أقل شحوباً، ولو كانت الدوائر أقل إزراقاً من تحت عيني الزرقاوين اللتين لطالما كانتا تعويان فيما مضى. تماماً مثل شعري الأشقر والحريري حينما كنت أمتع وقتاً للاعتناء به وأقصدته بطريقة تناسب ووجهي المدوّر. والذي أصبح اليوم أكثر اكتنازاً، وذلك بسبب بضعة كيلوغرامات تراكمت في جسمي بعد أن سمحتُ ومن ثم بفعل مرور السنوات. أقيمت نظرة متجهمة على حسدي لأقدر مدى الأضرار. لدي ما يعكر مزاجي لهذا اليوم!

عدتُ إلى الغرفة على عجل لكي أرتدي ثيابي وأتلحّث عن غير قصد إطار الصورة الموضوع على طاولة سريرنا. التقطته لكي أعيدته إلى مكانه. كانت صورة جميلة تحممني وزوجي في الزمن الذي كنا لا نزال نُجيد فيه مناجاة القمر والضحك مع النجوم ليلاً... أين ذهب ذاك الرجل الجميل ذو النظرة المشعة والذي كان يعرف كيف يقبّلني ببراعة وهو يثر الكلمات العذبة على عنقي؟ منذ متى لم يُقدم على أدني حركة إغراء؟ ومع ذلك، كان لطيفاً. كان لطيفاً للغاية. باستحضار ذلك الحنان الفاتر وذلك الود الذي حلّ بسكر محلّ هياج بداياتنا، انتابني شعور عامص بالغبثان. بينما كانت مشاعر حبا في بداياتنا أشبه بغاية برية كثيفة، تحولت بمرور الفصول إلى حذيفة من الطراز الفرنسي: حذيفة مرتبة وأنيقة وملساء ومنسّقة.

والحال أنّ الحب يجب أن يبعث على الميعمان والفرقة والفرقان والتدقّق والانجاس، اليس كذلك؟

في كل الأحوال، هكذا كنا نرى الأمور. في أي لحظة انقلبت الأمور؟ مع مجيء أدريان؟ حينما تمّ ترقية سياسيان في الوظيفة؟ هيا اعرفوا الجواب... ومهسا يكن، كانت النتيجة هي ذاتها: وأنا عاصفة في وحل حياتنا الزوجية، طليدة في حياة مليئة بالعمل، اكتشفتُ حياة زوجية تافهة فقدت كل طعمها مثل علكة تمّ مضغها كثيراً...

طردتُ كل تلك الأفكار المرعجة من ذهني بحركة مفاجئة وأخفيتُ جسدي تحت

أول قطعة ثياب وقعت تحت يدي. إلى الجحيم، الأناقة والرشاقة! لأجل من، لأجل ماذا، في نهاية المطاف؟ منذ أن وقعت عقداً غير محدد الأجل، لم أجد اهتماماً بأحد. إذاً، راحتني قبل كل شيء... .

أرسلت ابني إلى المدرسة وأنا في عجلة من أمري ووبخته في الطريق لكي يستعمل. كانت كلمة «بسرعة» صاحبة السلطان الأكبر في حياتنا جسيماً. تُسني علينا هذه الكلمة قانونها وتعاقبنا بقسوة مثل طاعة مطلق القدرة والسلطة وتُخضعنا لسلطة عقارب الساعة الساحقة. لم يكن هناك سوى مراقبة هؤلاء الناس المستعدين لسحق آخرين تحت أقدامهم لكي يصعدوا إلى عربة مكتظة بالناس أصلاً، لأنهم لا يريدون أن ينتظروا ثلث دقائق القطار التالي أو الذين يتجاوزون الإشارة الحمراء ليكسبوا بضع نوان مع احتمال تعرضهم لحادث خطير، أو القاديين على الاتصال هاتفياً من خلال النقر على شاشة، وهم في الوقت نفسه يدخنون ويأكلون... .

لم أكن أتهرب من القانون. نظراً إلى عدم توفر السيارة، ركعت حتى المترو وكدت أن أقع على السلالم.

إنها فكرة ممتازة أن ينكسر ساق أحدهم لكي لا يتأخر عن قطاره، يا كاميل!
وأنا للهت وأتصيب عرقاً على الرغم من البرد، اندسست في مقعد وأنا أتساءل ماذا سأفعل لكي أنجو من هذا النهار.

5

وأنا أعادرت منزل كلود دوبونتيل، قبل ثمانية أيام خلت، كنتُ قد دمسستُ بطاقته في جيب معطفي. منذ ذلك اليوم، كنتُ أعبتُ بها كلَّ يوم وأقلدها في جيبي مراراً وتكراراً من دون أن أقرّر الاتصال به. في اليوم التاسع، حينما خرجتُ من اجتماعٍ عاصف في المكتب والذي وبختني فيه ربّ عملي علناً وأمام الجميع، قررتُ بأنه لم يعد من الممكن الانتظار لوقتٍ أطول: كان يجب أن تتغير الأمور! لم أكن أعلم حقاً كيف يمكن أن يحدث ذلك، ولكنني قلتُ في نفسي إن كلود ربّما يعرف ذلك...

استمرتُ فترة استراحة الغداء لكي أجري مكالمتي الهاتفية. كنتُ لا أزال مزعجة للغاية بسبب الاجتماع الصباحي.

بعد أن ربّ الهاتف لعدّة مرّات، رفع السّاعة.

- السيد دوبونتيل؟

- هو بذاته.

- أنا كاميل، هل تتذكّرني؟

- آه، نعم. صباح الخير كاميل. كيف حالك؟

- بخير، بخير، شكراً. في الحقيقة... لستُ على ما يُؤام تماماً. وهذا هو بالضبط

سبب اتصالي بك.

- ما بك؟

- كنت قد عرضت على أن تحدثني عن منهجك بتفصيل أكثر. لقد أثار ذلك اهتمامي حقاً. إذا كان لديك بعض الوقت...

- سوف أرى. لنز... الجمعة، الساعة السابعة مساءً، هل يناسبك هذا الوقت؟ فكرتُ في عجالة عمّا سأفعله بشأن أدريان... ثمّ قلتُ في نفسي بأنّه يستطيع البقاء لوحده لبعض الوقت، إلى حين أن يعود والده من العمل.

- اتفقنا، سوف أتدبّر أمري... شكراً جزيلاً! إذا، نلتقي يوم الجمعة...

- نعم، يوم الجمعة، يا كاميل. إلى أن يحين موعدنا، اعطني بنفسك جيداً! اعطني بنفسك جيداً... كان صدي تلك الكلمات يدوي في أذني، بينما كنتُ أمشي لكي أعود إلى مكتبي. كان شعوراً مريحاً أن يُبدي أحدهم بعض الاهتمام! ما زال هناك بضعة غرامات من السحابة والموّدة في هذا العالم المليء بالقسوة! عالمٌ كنتُ أعرفه جيداً، لكنني كنتُ المرأة الوحيدة بين ثمانية رجال يعملون في القطاع التجاري. كان الغمز واللمز يستمرّ من قبلهم طيلة النهار، وكانوا يطلقون لكاناً ودعابات تتحوّل أحياناً إلى سخرية لادعة. أرفقني سلوكهم ذلك وتمادبهم على مرّ الأيام. كنتُ أرغب فعلاً بمعاملة مختلفة ومغايرة... ربّما كنتُ أنسى أن تكون هناك صداقية وابتكار أكثر في علاقاتنا. بكل تأكيد، كنتُ سعيدة جداً بحصولي على هذا العمل. كان الحصول على عقد غير محدّد الأجل، في أيامنا تلك، عبارة عن بَدْخٍ مطلقاً كانت أُمي تردّد ذلك على مسامعي باستمرار.

آه، بمناسبة ذكر والدي... كان والدي قد هجرنا بعد ولادتي بفترة قصيرة، وحتى إن لم يكن قد اختفي تماماً من مشهد حياتها، حيث كان يقدّم لها من حينٍ إلى آخر معونة مالية شحيحة، إلّا أنّها تدرّبت أمرها بسفردها لكي تتحمّل أعباء الوضع وجعلتني أشعر على الدوام بأننا نعيش حياة متواضعة. وهكذا حينما حانت اللحظة لكي أختار اتجاهاً مهنيّاً، لم يكن من الوارد أن أختار طريقاً مختلفاً عن الطريق الذي كان بحسب رأيها يوفّر أفضل الفرص والحلول. الطريق الذي يُوّدي إلى مهنة مربحة مادياً حتى أستطيع أن أكون مستقلةً مالياً، مهما حصل لي في الحياة... أنا التي لطالما كان لديّ شعفٌ

بالرسم، اضطرتُّ لأن أوصِّب مشاريعي الجميلة في صناديق ورقية وأن أنخرط على مريض ومكرهة على دراسة التجارة. كنتُ أسير في الطريق الصحيح. من الناحية الظاهرية، على الأقل. لأنني كنتُ أشعر بأن شيئاً ما قد انكسر في داخلي. حلمٌ طفولي ذهب أدراج الإهمال والنسيان، إنه الانكسار الأكيد للقلب!

لا شك أن اليوم الذي نلتُ فيه شهادتي كان أجمل يوم في حياة أُمِّي بعد اليوم الذي وُلدتُ فيه. سوف أحظي بمستقبل أفضل من مستقبلها. وضعت بهجتها الكبيرة قليلاً من البلمس على جرحي غير المرئي، وفتحتُ في النهاية بأن الأمر ليس سيئاً جداً. كان شرعي بالعمل واعدأ جداً. كانت لدي وسائل وإمكانات التواصل الإنساني. فتم وضع زواجي وقدم أديان حدًا لطموحاتي. وإذا لم تكن لدي الرغبة في أن أشبه أُمِّي في كل شيء والتي كانت تعطي الأولوية لعملها على كل ما عداها، قررتُ أن ألتزم بدوام جزوي في العمل لأخصص وقتاً كافياً لكي أعني بابني وأستمتع به. اعتقدتُ بكل سذاجة بأنني قد اخترتُ الحلَّ الأمثل. لم أقدر ما لهذا الوضع من تأثيرات سلبية: عدا عن صعوبة أن أبحر في أربعة أيام ما ينجره الآخرون في خمسة أيام، كنتُ أشعر بوضوح بأنني كنتُ أفقد شيئاً من احترام زملائي ورؤسائي في العمل. نوعٌ من الانتقاص من السكينة عشتُ كنوع من الظلم.

بدأ عقد عملي غير محدّد الأجل في الوقت نفسه الذي بدأ فيه عقد حثي غير محدّد الأجل. اثنا عشر عاماً من الحياة الهادئة نوعاً ما انتابها بكل تأكيد نوبات صعود وهبوط ولكن من دون أن تتعرض لعواصف خطيرة. على مشارف الأربعين من عمري - ثمانية وثلاثون عاماً وربع لكي أكون دقيقة تماماً (يا إلهي، لماذا كانت حبات الساعة الرملية تعطيني انطباعاً بأنها تجري على نحو متزايد من السرعة بمرور السنوات؟) - لم تكن الحصيصة سيئة جداً: زوجٌ بقي إلى جانبي - يبدو أنني قد نجوتُ من لعنة المرأة المهجورة، ولكنني كنتُ أشعر بها أحياناً مثل سيف ديوقليس مسلطاً عليّ - وطفل رابع - مهتاج ومضطرب بالتأكيد، ولكن ألا يشكل ذلك علامة على حيوية جميلة؟ - وعملٌ يؤدِّي على نحو مدهش ومذهل وظليته السالية ويوفِّر أحياناً مكافأةً لي مقابل حصولي

على عقديّ مع زبون.

إذا، كان كل شيء بسير نوعاً ما على ما يرام. «نوعاً ما». ومن أجل «نوعاً ما» هذه بالضبط هرعتُ إلى كلود دوبونتيل. إن عبارة «نوعاً ما» صغيرة تخفي جملة كبيرة من كلمة «لماذا»، مع فيضٍ من الأسئلة المطروحة، مثلما سأختير التجربة عما قريب... في يوم موعداً نفسه، وصلتُ مشياً إلى عمارة جميلة ذات واجهة مهيبه من الطراز الهوسباني⁽¹⁾: حجارة مقطّعة بأناقة فائقة، شرفات مصنوعة من الحديد المشغول مع أفاريز وقوالب مزخرفة. دخلتُ من بوابة عربات إلى بهو فاخر، تحت النظرة المنحرفة لتمثال امرأة. انباني شعور خفيف من الرهبة والخجل، فاندستُ بخطي مسرعة إلى القاعة الداخلية المبأطة بطريقة جميلة والمزينة بنباتات زينة مخضوضرة تنشر أمام ناظر الزائر كل ثرائها اللوني وترتيبها الأنيق. كان بشابة مرفأ في أدغال مدينة. كان كلود دوبونتيل قد دلّني على العنوان بالتفصيل: «الباب الأول على اليسار في نهاية البهو». ما كدثُ أن أدقّ الجرس حتى فتحت امرأة قصيرة القامة ورقيقة لي الباب، كما لو أنّها كانت تنتظري خلف الباب.

سألتي من دون مقدمة، مع ابتسامة واسعة:

- أنتِ كاميل؟

أجبت وأنا حائرة ومرتبكة بعض الشيء:

- آه، نعم، أنا هي بذاتها.

طلبت مني أن أسير في إثرها عبر ممرّ طويل وبدا لي أنّها تلقي على نظرات خاطفة مشوبة بالفضول والتهو. حينما مررنا من أمام مرآة، لم أستطع أن أضع نفسي من إلقاء نظرة فيها لكي أتأكد من أن أحمر شفاهي ليس فاقماً وأنه ليس هناك شيء مبعثر في نياي. ولكن كلاً، لم يكن هناك أي شيء من هذا القبيل. رافقتني إلى قاعة انتظار كانت مفروشة بأرائك وثيرة وفاخرة، وأكدت لي بأن السيد دوبونتيل سوف يستقبلني بعد

(1) الطراز الهوسباني: طراز من العمارة منسوب إلى المعماري الفرنسي جورج لوجين هوسبان

(1809-1891). - المترجم.

لحظة. استسلستُ للنهار بالأعمال الفنية المعاصرة التي كانت ترين جدران القاعة وأشكالها التزيينية وألوانها المتناسقة والمتعاضدة على نحو دقيق. عادت المساعدة مرة أخرى بعد لحظات وأدخلت زائرة جديدة. جلست السيدة الشابة، التي لم أعطها أكثر من ثلاثين عاماً من العمر، على أريكة إلى يساري. كانت سمراء مثيرة. حسدتها على رشاقتها وأناقة مظهرها العصري. فتأجأت بتفحصي الصامت لها، فابتسمت لي.

- هل لديك موعد مع كلود؟

- نعم.

- هل هذه زيارتك الأولى؟

- نعم.

- سوف ترين، إنه فذٌ وخارق! لقد صنع المعجزات معي... بالتأكيد، هناك ما يفاحن في منهجه، في البداية، ولكن...

انحنت نحوي في لية واضحة لكي تخبرني بالمريد، حينما انفتح الباب على كلود دوبونتيل.

- أه صوفي، أنتِ هنا... صباح الخير يا كاميل. نحتاج إلى وقت قصير، لدينا ورقة فقط ستناقش فيها، ومن ثم سأكون معك.

لحقت به السيدة الشابة كما لو أنها تلحق بأحدٍ إلى نهاية العالم. سمعتُ ضحكاتها الخفيفة تتردد في الممر. بدا كما لو أنهما كانا يتواطآن على القيام بأعمالٍ دنيئة! أغلق باب الغرفة. ساد الصمت. ثم انفتح الباب بعد وقت قصير وسمعتُ من جديد الضحكة الخفيفة نفسها. سيحل دوري الآن...

مسحتُ، خفيةً، يدي بمعطفي على أمل أن أزيل آثار الليل الأثيم. يا لها من حماقة أن يشعر المرء بالفزع من موعد كهذا، في حين أنه لا يعدو كونه مجرد زيارة فضولية!

- كاميل؟ تعني، الطريق من هنا...

سرتُ في إثره حتى غرفته التي أدهشتني أيضاً بديكورها المزهرف.

قال مع ابتسامة لم تخلُ بكلماته:

- اجلسي، من فضلك. أنا سعيد برؤيتك، وطالما أنك هنا فهذا لأنك ترغيبين في تغيير أشياء في حياتك، اليس كذلك؟

- نعم، في الحقيقة، أعتقد... ما قلته لي في ذلك اليوم أثار حقاً اهتمامي وأرغب أشد الرغبة في أن أعرف المزيد عن منهجك.

- سوف أقول لك باختصار بأن هذا ليس منهجاً تقليدياً، لكونه يطرح مقارنة تجريبية أكثر مما يطرح مقارنة نظرية لمسألة التغيير. نحن نطلق من مبدأ أن الشخص الذي يرغب في التغيير سوف لن يعثر على حقيقته ولن يُدرك أي معنى يُمنح لحياته بين الجدران الأربعة لعيادة طبية! وإنما يجد الشخص ذلك في الممارسة، في الملموس، في التجربة... بالنسبة لما تبقى، يستفي هذا المنهج مصادره من تعاليم مختلف تيارات الأفكار الفلسفية والروحية وحتى العلمية ويستلهم ويستوحي التقنيات الأكثر تجربة للتنمية البشرية وتطوير الذات عبر العالم. إنه عبارة عن خلاصة أفضل ما فكر فيه البشر للتطوير نحو الأحسن.

- أفهم ذلك... تقول «يعطي معنى لحياته»... هذا الكلام يخصني، بكل تأكيد. هذا ما نريده جميعاً، اليس كذلك؟ مثل «الكأس المقدسة» إلى حد ما... في المقابل، يبدو لي أنه من الصعب العثور على ذلك وسوف لن أعرف من أين أبدأ!

- لا تقلقي! «إعطاء المرء معنى لحياته» هو الخيط الأحمر للتغيير. في الممارسة العملية، يتم التنفيذ مرحلة بمرحلة.

- مرحلة بمرحلة؟

- نعم، عني عن القول أننا لا نتحول إلى «حرام أسود للتغيير» بين ليلة وضحاها. ولهذا السبب أقوم بتطبيق نظرية الخطوات الصغيرة لكي أعمل على تقدم تلامذتي عبر مراحل وخطوات متعاقبة. حينما نتحدث عن التغيير، يتخيل الكثير من الناس شيئاً ضخماً وجديراً، لكن تغيرات الحياة الحاسمة تبدأ بتحويلات صغيرة، غير ضارة ظاهرياً... قد تبدو لك نصائح للحظات وكأنها حقائق حتمية تكاد تكون بديهية... لا تنفري بذلك: ليس الأمر هو النجاح في أن يقوم المرء لمرة واحدة بالأشياء السعقدة، وإنما هو التوصل

إلى فعل ذلك كل يوم. كان أرسطو يقول: «نحن ما نكرر فعله دون توقّف». هذا صحيح تماماً! إنّ تحوّل السوء إلى شخصي أفضل وأكثر سعادة ومتوازن يتطلب عملاً وجهوداً منتظمة. سوف ترين بأن الصعوبة لا تكمن في معرفة ما ينبغي فعله لكي تصبحين أحسن حالاً، وإنما في الالتزام على نحو صارم وفي الانتقال في النهاية من النظرية إلى الممارسة.

- وما الذي جعلك تعتقد بأنني قادرة على ذلك؟

- ليس أنا من عليه أن يعتقد، وإنما أنت عليك أن تؤمّني بذلك! ولكن بدلاً من أن تسألني نفسك إن كنت قادرة على ذلك، اسألني نفسك إن كنت ترغبين في ذلك. هل لديك الرغبة في ذلك، يا كاميل؟

- آه، نعم... أعتقد، نعم.

ابتسم لي بلطف وحلم، ثمّ دعاني لمشاهدة الوثائق المعلقة على الجدار، بالقرب من مكثي. نهضتُ واقتربت منها لأنفحصها.

كانت عبارة عن صور لأشخاص سعداء ومتهجين تمّ تصويرهم على ما يمكننا أن نخمن في عملهم الخاص المزدهر وبطاقات بريدية تحمل عبارات الشكر والتناء مرسلة من أصقاع بعيدة ومرقّة وشهادات تقدير وعرفان من كل نوع...

- هؤلاء الأشخاص أيضاً، حينما بدأوا، كانت الشكوك تتناهم. مثلك تماماً. هذا أمرٌ طبيعي في البداية. ما ينبغي توقّره هو وجود دافع وحافز قويين للانطلاق! هل تشعرين بأن لديك الحافز على التغيير، يا كاميل؟

حاول أن أجسّ بعض سريري وأن أسبر أغوار أعماقي.

- أوه، نعم، نعم، أجل! على الرغم من أن هذا يُخيفني بعض الشيء، إلا أنني أرغب حقاً في أن تتحرك الأمور! كيف... هنا، الأمر غامض جداً.

- أمرٌ عادي. لكي أساعدك على أن تزي الأمر أكثر وضوحاً، هل تريدان القيام بتسعين بسيط وسهل والذي لا يكلف شيئاً ولن يستغرق سوى لحظات؟

- نعم، لم لا...

- ممتاز. اقترح عليك إذاً أن تكتبي على ورقة كلّ ما تودين تغييره في حياتك. أقول

كل شيء، من الأشياء الأكثر تفاعلاً إلى الأشياء الأكثر جوهرية. لا تكفي في داخلك أي شيء، اتقنا؟ هل هذا يناسبك؟
- نعم، تماماً.

أجلسني على طاولة مكتب صغيرة في زاوية من الغرفة حيث كانت أوراق وأقلام من كل نوع تنتظر طالبي حياة أفضل.

قال مع ابتسامة تشجيع:

- سوف أدعك لوحديك. سوف أعود بعد قليل.

وجدت أن الثمرين بسيطاً للغاية وبدأتُ بكتابة كل ما خطر على بالي، مغرقة شريط حياتي. كنت سعيدة برؤية الأفكار وهي تندفع سريعة، واكتشفتُ بعد لحظات إلى أي درجة كانت قائمة رغباتي تعطول. كنت أدرك الآن عدد المنقّصات التي كنتُ قد راكمتها وقد صدمني ذلك.

حينما عاد كلود دوبونتيل، كان لطيفاً وحرص على ألا يُيدي اندهائه أمام طول قائمتي. قال بكل بساطة:

- هذا ممتاز.

انتابني ذلك الشعور بالانقباض الخفيف الذي يشعر به تلاميذ المدرسة حينما يتلقون مكافأة من معلمهم.

كلام لا طائل منه! ليس هناك حقاً ما يدعو للسعادة أمام هكذا قائمة طويلة من الإحباطات والانكسارات!

لا بد أنه قرأ في أفكاري، فاستطرد، مطمئناً:

- كوني فخورة بنفسك. من الصعب جداً أن يمتلك المرء الشجاعة في أن يُفرغ على الورق كل ما لا يسير سيراً حسناً في حياته! يسكتك أن تهتبي نفسك على ذلك.

- أعاني شيئاً من الصعوبة في أن أكون فخورة بنفسي، بشكل عام...

- هذا أمر يسكنه أن يتغير بسرعة.

- هذا صعب على التصديق، نظراً...

- ومع ذلك هذا أول شيء أطلبه منك، يا كاميل: أن تصدقي ذلك. هل أنت مستعدة لأن تفعلني هذا؟

- أوه... نعم... أعتقد... الحقيقة، أريد أن أقول، أنا متأكد من ذلك!

- هذا هو الوقت المناسب! «التفسير باب لا يفتح إلا من الداخل»، كما قال توم بيترز. الأمر الذي يعني، يا كاميل، بأنه ليس هناك سواك من يستطيع أن يقرر التغيير. يسكنني أن أساعد في ذلك. ولكنني أحتاج إلى التزامك الكامل. سأنته وقد استبدت بي قلق غامض:

- ما الذي تفعله بعبارة «الالتزام الكامل»؟

- بكل بساطة أن تستعدي بالكامل للعبة ما سوف أطلبه منك للقيام به. اطمئني: لن يكون هناك أي شيء خطير، أو خارج قدرتك. سوف نعمل سوياً في إطار أخلاقي، يحترم ويراعي إيفاءك في التطور والتقدم. الهدف الوحيد هو أن نحقق لديك استجابات ذهنية ونفسية إيجابية لكي تراقب التغيير في حياتك...

- وماذا لو أن المنهج لم يعجبني أبداً؟

- ليس هناك ما يلزم على اتباعه. إذا أردت أن تتوقفني، يسكتك أن تتوقفني. ولكن إذا قررت المتابعة، سوف أطلبك بأن تتحرطي في الأمر نسبة 400%. بهذه الطريقة، سوف نحصل على أفضل النتائج.

- كم من الوقت تستغرق مدة الخصم لهذا العلاج، بشكل عام؟

- الوقت الذي يحتاجه الشخص لكي يعيد رسم مشروعه حياته بما يكفل له السعادة...

- اممم. أرى أن... لدي سؤال آخر: لم تحدثني عن الكلفة ولا أدري إن كنت أتوفر على المال الكافي لهكذا متابعة...

- لدى الروتينولوجيا طريقة عمل فريدة من نوعها وخاصة جداً في هذا المجال، ولكنها أثبتت جدارتها وصحة منهجها: لن تدفعي سوى ما تقدرين بأن مدينة لمي به، فقط حينما تنجحين في العلاج. إذا ما فشل منهجي ولم تكوني راضية، لن تدفعي

شيئاً.

- ماذا؟ هذا أمرٌ جنوني تماماً! وماذا تفعل لكي تعيش؟ وكيف تكون واثقاً من أن الناس سوف يمتلكون مصداقيةً ونزاهةً أن يدعوا لك أجورك ذات يوم أو آخر؟

- هذه هي نظرتك للعالم إلى هذه اللحظة، يا كاميل. ومع ذلك يمكنك أن تؤكد لك بأنه من خلال الاعتماد على الثقة وعلى قيم أخرى مثل تقاسم المعارف والدعم غير المشروط، أظهر الأشخاص الذين ساعدتهم بأنهم أكثر من كرماء معي، حينما يبلغون هدفهم... أنا أؤمن ببطاقة النجاح لدى كل شخص لكي يحترم شخصيته وقيمه الراسخة. يكفي أن تظهر مشروع الحياة تماشياً مع جوهرنا الحقيقي. هذا يتطلب التزاماً حقيقياً بالمنهج وبذل الكثير من الجهود. ولكن يا لها من مكانة!

- هل سبق وأن صادفت حالات من الفشل؟

- لا أبداً.

- حسناً. سوف نتوقف هنا ونكتفي لهذا اليوم. سوف أدعك تفكرين بهدوء في كل هذا الأمر. يمكنك أيضاً الالتزام بالمرحلة الأولى لكي تزي نتائجها... إذا كانت النتيجة مقبولة بالنسبة إليك، تواصلين المشوار، وبخلاف ذلك، تتوقفين!

- سوف أفكر في الأمر، شكراً كلود.

رافقني إلى الباب وصافحتني مصافحة حازمة وواثقة، مصافحة رجل يعرف ما يريد في الحياة.

حسنته على ذلك.

- سوف أعود إليك بسرعة لكي أقول لك... إلى اللقاء يا كلود.

- على العكس، خذي وقتك. إلى اللقاء يا كاميل.

6

وجدت نفسي في الشارع مثل غريبة عن نفسي: كان الحديث الذي دار بيني وبين كلود قد هزني وغيرني. كانت يداي ترتعشان قليلاً ولم أكن أعلم إن كان ذلك بسبب الخوف أم بسبب الهيجان. بينما كنت أتوجه نحو المترو لكي أعود إلى بيتي، كانت الأفكار تندافع بسرعة جنونية في ذهني. مع كل خطوة، كنت أتذكر أقوال كلود، وكان عزمي يتعاضل: «لكل إنسان واجب حيال الحياة، ألا تعتقد ذلك؟ أن يتعلم كيف يعرف ذاته، أن يدرك بأن الوقت محسوب، اتخاذ القرارات التي تفرض الالتزام والتي لها معنى. وخاصة، ألا يهدر مواهبه... كاميل، من المُلحّ دائماً أن يحقق السوء ذاته!»

خلال السهرة، استعدت في ذهني ما كانت عليه حياتي في هذا اليوم: كانت بمثابة مخبأ، مخبأ عملي، مخبأ حكايات عشقي... أوراق توت... لقد آن الأوان لكي أكتف عن تغطية وجهي وأن أجزأ على أن أستعيد زمام الأمور بيدي. كان جوناكس يعني: «غيروا كل شيء، غيروا كل شيء»، في حياة تستحق الضرب. غيروا كل شيء، غيروا كل شيء، غيروا كل شيء». وكان على أن أعني بدوري أعينتي.

كانت حياتي كأه منترزة. كان التوتر بيني وبين ابنتي قد بلغ منذ فترة أقصاه. كان كل شيء يُلقى بثقله على كاهلي. بين الحياة المدرسية وأنشطة أوقات الفراغ والسواغيد الطيبة، كنت أشعر بأنه لم يقد يتعلق بي ولم يقد لديه دقيقة واحدة من الوقت ليخصصها لي. ما كنت أضع قدمي في البيت، حتى يتم تلقفي. ولعدم قدرتي على الاهتمام

بفسي قليلاً، كانت عتبة تساهلي وتسامحي قد انخفضت كثيرة. كنت أتوتر وأغضب لأدني سبب. خاصة بشأن الواجبات المدرسية التي كانت قد تضاعفت، هذه السنة، لثلاثة أضعاف تحت ضغط معلّم متحمّس للغاية. كان أدريان وقد نال منه التعب بسبب يومه المدرسي يعيش هذا التنامي في العمل كما لو أنّه عقابٌ له. لم تكن الوظائف المدرسية تنتهي وكنْتُ أشعر بأنّي أجْرَه كما لو أنّني أنسحب رسن حمامٍ ميت. كنت أصرخ به، فينفجر باكياً أو في نوبات عصبية...

بعد أن تنتهي من الواجبات المدرسية، وقد أعْياني التعب، كنْتُ أطلق له العنان فيهرع إلى الشاشات للتسلية. كنت أدرك بأنّ هذا خيار السهولة، ولكنني كنْتُ بحاجة إلى القليل من الهدوء والسلام، كنْتُ بحاجة إلى أن أتحرّر من الضغط النفسي لوضع دقائق. ولكي أهدئ نفسي، كنْتُ أقول لنفسي: هذا موقفٌ إنساني، اليس كذلك؟ غالباً ما كان يريد أن أتّي لكي أرى العالم الخيالي الذي بناه على لعبة «مينكرافت» التي كانت لعبته المفضلة آنذاك، أو لكي أشاهد مقطع الفيديو المفضل لديه على اليوتيوب.

- ليس لدي الكثير من الوقت يا عزيزي، يجب أن أعدّ العشاء... هكذا كان الحال. خلال بضعة أشهر، لم أمتلك طاقة الاهتمام بعالمه، وأنا أحفر، من دون أن أدرك حقيقة، هوةً بيننا... فكان يغادر محبطاً وحريراً للغاية.

كان يعاتبني أحياناً، قائلاً:

- أنت لا تفعلين معي أي شيء أبداً!
وكنْتُ أخوض في سوق السريرات والأعذار.
- أدريان، حاول أن تفهمني قليلاً. لقد كبرت، الآن. الأمور لا تسير من تلقائها! ثم أن كلّ الألعاب التي...

- نعم، ولكن ليس لدي أي شخصي ألعب معه... لماذا لا تجيئين لي أخاً صغيراً؟
وها هو الشعور بالذنب مرة أخرى... لماذا نكون مجبرات، كنساء أوروبا، على أن ننجب فقط 2,01 طفلاً؟ ماذا في حال أردتُ طفلاً واحداً فقط؟

الضغط الاجتماعي... هذا الضغط أيضاً كان يثير أعصابي! على مدار السنة، كانت تطرق مسامعي عبارات تقليدية وشائعة. «هذا محزن، أن يكون لك طفلٌ وحيد! لا بد أنه يتضايق...».

شعر سيباستيان بالإحباط حينما اعترفت له بأنني لا أريد أطفالاً آخرين... أياكون هذا الأمر قد ساهم أيضاً في توسيع الهوة بيننا؟ هذا الأمر والروتين. الحياة الرتيبة واليوميات السملة. على قدر ما كان متاحاً لنا ألا نظهري، لم نعد نظهري أبداً. يجتاحنا الإسهال، بل ويصبح صارخاً أمام أعيننا ولكننا لا نعود نذكره أو نلاحظه.

لقد وصلتُ إلى هذه الحالة في أفكاري، حينما أقيتُ نظرة على زوجي، وهو مستلق على أريكة، وهو يشاهد التلفاز بعين ويلعب بهاتفه الذكي بالأخرى، غير مبال بحضوري ومن دون أن يشعر خاصةً بما يعنسل في داخلي من انفعال وتوتر. كان ذلك بمثابة العامل الباعث على الانطلاق، فها أنا أريد الخروج من هذه السعادة البليدة المسطّرة كثوتة موسيقية، وأكفّ عن الاكتفاء بحياة بسيطة ولطيفة بالغث في السجامة والإرضاء فيها بحيث لم يعد لها أي معنى. قررت أن أمتلك الجرأة على رزعرة ما هو واسعٌ وما هو متوقع وما هو متفق عليه! وأن أقبض ما هو باعثٌ على الطمأنينة بما هو باعثٌ على الحساسة! باختصار: أن أضغط على زر «إعادة تشغيل» وأن أطلق على أسس جديدة. كتبتُ رسالةً هاتمية قصيرةً إلى كلود دوبونتيل وضغطت في الحال على زر «إرسال» مثل شخص يسحب السلم من تحته لكي يتأكد من أنه لن يعود باستطاعته الرجوع إلى الوراء. كان المزيد من التفكير يجازف بخطر التراجع.

لقد قرّرتُ أن أقوم بمحاولة وأن أرى ما قد يمنحه مهحك. لن أحسر شيئاً، اليس كذلك؟

بعد مضي ما يقارب نصف ساعة، جففتُ لسماع رنين هاتفي المحمول. مرحي لك على هذه الخطوة الأولى، يا كاميل. إنها الخطوة الأكثر كلفة ولكنك سوف لن تندمين، أنا واثق من ذلك. ترفي بيديك. سوف تتلقين من خلاله إرشاداتي وتعليماتي الأولى.

الي اللقاء القريب، كلود

كنت سعيدة ومنفعلة وقلقة في آن واحد.

أصبحت ليله مضطربة وأنا أحلم بأنني أتحدر على حلبة للتزلج على الجليد بوتيرة محسومة ومتشبية فرحاً إلى درجة أنني أدرك بأنه على الرغم من كل محاولاتي، لم أستطع التوقف... استبفطتُ وأنا أتصعب عرقاً وأرنجف خوفاً.

بدا لي ذلك النهار طويلاً لا ينتهي، لشدة ما كنت مستعجلة للعودة إلى بيني لكي أفتح صندوق رسائلي. ولكنني أصبّت بالإحباط حينما فتحته. كان خالياً من الرسائل. أنت لحوجة كثيراً يا كاميل المسكينة! أنت لست أولوبته. في اليوم التالي، كان الصندوق فارغاً أيضاً. وكانت خيبة أمل جديدة. باه، لم يمض حتى ثمان وأربعون ساعة...

في اليوم الثالث... الصندوق فارغ!

كطلمت عيظي. تحوّل انفعالي وحساسي إلى إحباط. متي سيبدأ العلاج؟ بعد ثمانية أيام من الانتظار المحسوم، لم أعد أحتمل الانتظار فإنبهرتُ وهانفتُ كلود. ردت على مساعدته بصوتها الساحر، السرمج على تهدئة كل حالات الهياج العصبي.

- أنا آسفة. السيد دوبونتيل لديه مواعيد طيلة هذا النهار. هل يسكنني أن أنقل إليه

رسالة؟

- آه، نعم، أشكرك. أودّ أن أعرف متي سيبدأ برنامجي.

- ماذا قال لك، في آخر مرة قابلته؟

- أن أنتظر تعليماته التي من المفترض أن تصلني عبر البريد.

- إذا كان قد قال هذا، إذا، ما عليك سوى أن تنتظري. إلى اللقاء... أتمنى للي

نهاراً مستعاً.

هذه المرة، أثار صوتها الرقيق سحطي. أغلقتُ سماعة الهاتف مزعجة وضرب الأرض برجلي وأنا على استعداد لكي أمرق أول مجلة تقع تحت يدي لكي أحولها إلى كرات من ورق.

7

بعد ذلك بثلاثة أيام، تلقّيتُ -أخيراً!- البريد الذي انتظرته طويلاً. انتظرتُ لأحد عشر يوماً. جسستُ المغلف، المحشو على نحو خفيف، وحاولتُ بعصية أن أكتشف ما بداخله.

في داخل المغلف، وجدتُ سلسالاً تعرّفتُ عليه في الحال بكونه طوقاً من ماركة شارمس. كانت تتدلّي منه قلادة صغيرة رائعة على شكل زهرة لوتس بيضاء جميلة. فتح بسرعة الكلمة الممتضية التي كان كلود قد كتبها بخط يده على ورقة مطوية في أربع ثنيات.

صباح الغير يا كاميل.

أنا سعيد بقرار في الانطلاق من جديد بروح اللبّة في هباتك! أنا أتى بك وأتسى لك منذ القرن الثّنين في بلوغ أهدائك. وكعلامة على الترهيب والتشجيع. أقدم لك هذه القادة من ماركة تارمس على شكل زهرة لوتس بيضاء. وفي كل مرة نتجاوزين فيها مرحلة حاسمة. أي درجة في التغيير. سوف نتلقين مني قلادة لوتس جديدة من ماركة تارمس بلون جديد. وكما هو الحال في فنون الدفاع عن النفس. سيكون رمز اللون متماثية مع ارتفاع المستوى اللون الأبيض للمتدفق. تمّ

اللون الأصفر والأخضر والأزرق والبني... لفتي نظريين سنوي
ذكرة المؤثر سودا اللون التي ستكون علامة على بلوغك السنوي
الأقصى من التغيير. ويكون ذلك بمثابة المؤثر على أنك قد بلغت كمر
أفرك...

قلتُ القلادة بين أصابعي، وقد أغوتني المبدأ، ثم تابعتُ قراءة رسالتي:

في هذه الأيام الأخيرة، من دون أن نعرفي ذلك، بدأت الانطلاقة
وتعلمت درس الأول: أَمَا تبقى في حالة انتظار أبداً وحليمة. لقد
أضيت وقتك في ترقب تلميذاتي. لفتي نظريين بما ينبغي عليك القيام
به. والهاهنا أنك كنت تستطويين أن تترني بالنصرف بنفسك. تذكري
جيداً يا كاميلا: أنت لوهديك وسفردك يمكنك أن تهركي هيئاتك
الخاصة. يجب أن تبدأ الحركة منك. سوف أكون دليتك ولكنني سوف
لن أقوم بأي شيء. اكتبي في دفتر ملاحظات هذه العجلة
التي يجب أن تساليريا كلاً يوم:

«أنا لوهدي المسؤولية عن هيئاتي وعن سعادتني».

الآن لها هي مسئولية الأولى: عملية «البياض العظيم». سوف تباشرين
بعملية إعادة ترتيب داخلية/خارجية كاملة. سوف أوضح الأمر: ألهدي
بإعادة ترتيب داخلية أن تتخصص في مهيتك كل ما يبدو لك مائماً
وضاراً ومسبباً للشغلب في علاقاتك وفي تنظيم هيئاتك. وأنا أسمى
لهذا بالبيئة الشغلبة! وسوف تقومين بالتوازي مع ذلك بعملية إعادة
ترتيب خارجية في منزلك. سوف ترمين على الأقل عشرة أشياء. غير
مفيدة وسوف تقومين بعملية ترتيب وفرز ونحسين داخلك بكل السبل
الممكنة. اجلسي في الصور في المرة القادمة. لديك مهلة خمسة عشر
يوماً. في أثناء هذه الفترة، يمكنك بكل تأكيد أن تغيريني بالمصاعب

التي تُعادلُك سرّاً عبر البريد الإلكتروني أو عبر الرسائل الهاتفية
مقصّرة. سوف أحرص دائماً على أن أجيّب عن تساؤلاتك. أنتى لك
التفويض. وهى التقاء. القريب!

سقطت الرسالة من بين يديّ. يا له من برنامج! لم تكن فكرة أن أتحوّل إلى «السيدة
المنظّفة» تستهويني. ونظراً إلى حالة البيت، كنتُ قد تأخّرت عليه كثيراً لكي أعيد
ترتيبه... ناهيكم عن ضيق الوقت. سوف لن يكون لديّ أبداً متسع من الوقت! كنتُ
أعود دائماً في وقت متأخّر جداً من العمل لكي أعمّوس عن ساعات عملي الجزئية؛ أما
بالنسبة إلى يوم الأربعاء، اليوم الذي من المفترض أن أكون في عطلة خلاله، فكان عبارة
عن سباق ماراتون حقيقي للأنشطة المدرسية الإضافية والطبية لابني أديان! كان كلود
قد نسي تفصيلاً صغيراً؛ لم أكن ربة منزل! لم تكن لديّ أيام كاملة من الفراغ!
أعربتُ له عن قلقي في الحال عبر رسالة هاتفية قصيرة:

صباح الخير. مهمة «البياض العظيم» صعبة للغاية. سوف لن
يكون لديّ أبداً الوقت للقيام بها! ما العمل؟ تحياتي الصادقة،
كاميل.

انتظرتُ رده. وصلني الردّ في رسالة تلقّيها بالبريد الإلكتروني في وقت متأخّر من
ذلك النهار:

عزيزتي كاميل،

الوقت، في حدّ ذاته، ليس مشكلة. وحده الدهن قد يكون
مشكلة. إذا أقنعت نفسك بأنّ الوقت مشكلة، فسوف يكون
كذلك. وإذا ما كتبت، على العكس من ذلك، مقتنعة بأنك سوف
تنجحين في التحرّر منه، فهناك فرص كبيرة لكي تنجحين في هذا
الأمر. حاولي... سوف ترين أنّ دماغك يصدّق ما تقولين له.
ولكن لا تقلقي، سوف نتناقش باستفاضة حول موضوع الدهنية

والتفكير الإيجابي في وقت قريب... أما الآن، فحاولي أن تجدي طريقة لكي تُلزمي نفسك بهمّتك لربع ساعة أو نصف ساعة، في المساء، في عطلة نهاية الأسبوع. وتذكري أن: الطاقة تستعج الطاقه. في الأيام الأولى، سوف تبدو لك هذه الجهود مضنية للغاية، ثم مع مرور الأيام، سوف تصبح أقل صعوبة بالتدرج. كلما بذلت المزيد من الجهد، سوف تزداد رغبتك في بذل المزيد! أتسنى لك التوفيق، كلود.

هل كان يريد أن أثبت إمكاناتي من خلال تحوُّلي إلى الملاك «روكي» في استخدام منافض الريش في تنظيف البيت؟ حسناً. سوف أظهر لك كفاءتي وقدراتي!

في المساء ذاته، حالما نام أديان، انخرطتُ في معركة لا هوادة فيها ضدَّ الغبار والفوضى التي كانت تعمُّ البيت. لدى العودة من السكيب، كنت قد اشتريتُ عدداً كبيراً من أكياس القمامة من سعة مائة لتر ومواد تنظيف من شتّى الأصناف. كان عرق جبيني يسيل مدراراً وأنا أعمل بطاقة هائلة، يمكنكم أن تصدقوني!

تابع سياستيان حملة التنظيف تلك بعينين دائرتين كأننا تلتصمان بهريقي ساخر كنتُ أقرأ فيهما نوعاً من الشك. كان الأمر بالمسة إلى سيان! سوف لن يوقفني أي شيء في اندفاعي وحماسي في إعصار تنظيف المنزل. أقصد، لا شيء سيقفني إلى أن أفتح خزانة المسرّ... كانت تنتظري هالك كومة من الأوراق التي تضم كراتين مهتمّمة، بل ومبقورة أحياناً وسقط متاع من الأشياء النافعة التي لا فائدة منها كان الأخرى بها أن تكون في أسواق البراغيث الخاصة بالبعثانغ المثالفة والمهترمة، بدءاً من الدمية المهجورة وحتى فانوس الحديدية في حين لم تكن لدينا حديقة وأكداش من الثياب المهملّة وأشياء صغيرة جداً وأخرى ضخمة جداً، مستعملة كثيراً وبالية، بينها بلوزات مثقوبة وأخرى أنني عليها العثّ ومتحوّلة إلى كسب من القماش ومضارب تس الريشة لم تُستخدم أبداً

وصاديق ذكريات لحفلة منسية ورسائل لم تُفتح ورسائل مفتوحة من أشخاصٍ نسينا وجوههم ورسائل من أشخاص نحتهم ولكننا نسينا أن نخبرهم بذلك وعلبة مناديل من ماركة SNIF غير عليها في متجر للأدوات في حقة بعيدة من عصرها الذهبي وصورة العشي الأزل حيث تتساءل الواحدة كيف وقعت في غرامه ودفتر مدرسي من الصف الرابع وكيس صغير مليء بحتات مليس لحفلة الزواج وقد التحقت كلها ببعضها وفسدت ومع ذلك نحفظ بها، لأنها مع ذلك...

أخرجت كل شيء من الخزانة، وأعترف لكم بأنني، أمام تلك الكومة الكبيرة من الضار، كدت أن أستسلم وأتراجع. ولكن بمواصلة عملية العزل والفرز ورمي الأشياء البالية، وكان ذلك جنونياً، استعدت المساحة الحيوية في عقلي وروحي! هذا «العلاج بالفراغ» جعلني في أحسن حال.

مساء بعد آخر، كنت أحرز بالطريقة نفسها النصر على الغوضى وأكتسب مساحات جديدة على حسابها. كنت أطارد والأحق المفاجآت السيرة التي تنتظرنني خلف الأثاث المنزلي والزوايا المنسية والأشياء التي لا نعود نجرؤ على رميها لشدة ما اعتدنا على أن نراها... وداعاً أيها الغبار المتمرد والشعر المتناقل في المغلة والطبقات المتكلسة المزعجة! عملت بلا هوادة وبلا تراجع، فحصلت في النهاية على مكافأة جميلة. في نهاية الأسبوع، كان المنزل يبدو أشبه بشقة نيقة شاهدة على ما بذلته من نشاط. أبهجني ذلك كثيراً.

علق سيامسيان بسخرية مصطنعة لاذعة تشوبها مسحة من الإعجاب:

- حسناً، لم يعد بوسعنا إيقافك.

- هذا أمرٌ يُشعرنا بالارتياح، ليس كذلك؟

- نعم، نعم، هذا يُشعرنا بالارتياح. هذا فقط... مفاجئ بعض الشيء أن يذُت

فيك هذا النشاط فجأة!

ماذا؟ هل كان ينبغي أن أرسل إليه إخطاراً بالتحول مع إشعار بالاستلام؟ هل كان

هناك أيضاً تباطؤ في الإجراءات في فنّ السعادة الزوجية؟ كان فتورهِ حيال التغيير يعطيني! لا يدُ أنني قد أردتُ أن يبدي حساسة وأن يشارك... لماذا كان يعطيني على الدوام الانطباع بأنه مشاهدٌ لحياتنا الزوجية؟ رغبتُ في أن أهره وأن أخبره بأنه من الضروري أن تغير الأمور وأن هذا الجسود يخونني ويضعف مشاعري ويفتتها والذي كان بالتأكيد يتألم منه هو أيضاً...

في عطلة نهاية الأسبوع التالي، أفتعتُ في نهاية المطاف زوجي وابني بأن نمنح لحياتنا الداخلية جرعة من التحديث.

إدارة مؤسسة ديكوراما العائلية. كنتُ أستمع ببلوغ هذه المرحلة النهائية، اللذيذة، حبة كرز على قالب الحلوى الخاص بعملية «اللباس العظيم» خاصتي. ولكنني سرعان ما أدركتُ أن هذه سوف لن تكون حفلة السعرة المستوقعة. كانت هناك اختلافات مطلقة في الدوافع بيننا. ففي حين كنتُ أحلم بالتباطؤ وإضاعة الوقت أمام كلِّ رفٍّ من رفوف البضائع لكي أثير الأفكار الجيدة، كان سيباستيان يسرع الخطي في السجور لكي ينتهي من عملية التسوق بأسرع وقت ممكن. لو كنتُ أصغي إليه، لانسته أول غلبة ظلاء يقع عليها.

ولذلك كنتُ أجزه وهو يتنهد متأففاً ويضرب رجله بالأرض وقد عيل صبره بين الرفوف بينما كنتُ أحاول بطريقة أو بأخرى أن ألقى نظرة على البضائع المعروضة، ومعطفي بتدلّي على ذراعي الأيمن وأذريان بتدلّي على الأيسر. لم يكن يجد ما هو أكثر ابتهاجاً من لمس كل شيء. وأنا أتصيب عرقاً من الحرارة والوتر، لسحتُ رفَّ الدهانات. كانت تلك اللحظة المواتية وإلا لن يعود بإمكانني أبداً أن أعيد تحفيز القوات! كنتُ أأمل أن تُبهج عُلب الطلاء بألوانها المشيرة خيالهما وأن يُبديا بعض الحساسة ويختارا لون غرنتهما. بالنسبة إلى أذريان، سار الأمر بسرعة البرق: لقد اختار لوناً أحضر «حشيشياً»، شيئاً بلون عشب السلاعب والذي يتناسب تماماً مع شغفه بكرة القدم. بدا سيباستيان أكثر تردّداً بكثير ولكن في نهاية مقارمته، انتهى به الأمر إلى أن يختار «البيبي الكاشف» ولون

«الكريما». كنت سعيدة باللونين، لأنهما كانا اللونين السابقين نفسيهما.

أرهقت مرحلة دفع الحساب أعصابي كثيراً إلى درجة أنني تساءلت في نفسي للحظة إن كنتُ سوف لن أعاود المكان وأترك كل شيء وأخرج خالية الوفاض. كان شخصٌ قد عطل سير الدور بسبب براء اشتراها بالمقرض ولم يعثر أحد على سعرها. تصوّرتُ بنوع من اللذة ذلك الرجل وهو يهملك في تناول براغيه الصغيرة واحداً تلو الآخر. ولكن مع ذلك بقي الأكثر بشاعة الخيال الميكيفيلي لقسم التسويق الذي كان يضع تلك المغريات الشيطانية الطازجة تحت أنظار الأطفال الذين يتلقفون إليها بنفاد صبر. سكاكر، بطاريات، مصابيح... بالطبع، أراد أدريان شيئاً ليس لشيء سوى لمتعة أخذ شيء ما، وقدم لي دليلاً ساطعاً على جدوى شراء شيء كهذا. كنتُ منقسمة بين غضبٍ متصاعد ونوع من الافتخار أمام قدرته على الإقناع.

وحفاظاً على السلم الأسري، استسلمتُ لطلبه غلبة من تيك تاك بنكهة الطاج.

قال وهو يقوم بالحركة المناسبة:

- يس!

أخيراً، حان دورنا. الأكياس المليئة، الخروج، الهواء المنعش، كراج السيارات، ضجيج صندوق السيارة، وأدريان الذي أراد أن ترفع الصوت وغني بصوت عالٍ كما هو دارج: I am The Voice... ساد صمتنا وسط ضجيجهم...

مضي ما تبقى من عطلة نهاية الأسبوع بين أعطية الأسرة وبكرات الورق وكيلومتر من ورق الحمام، وقمصان قديمة ملفّخة بالدهان وحفلات البيزا والتخييم وسط الصالون. ومن ثم حان وقت المكافأة: توهج بيتنا كما لو كان جديداً، وحتى نحن، وعلى الرغم من أن أنوفنا تشبعت برائحة الطلاء الطازج والمتنا أطراننا بسبب مضاعفة طبقات الدهان، ولكننا كنا سعداء. كنا بكلّ بساطة سعداء.

8

أرسلتُ خلال الأسبوعِ صورا ما قمت به من ترتيب وتنظيف للبيت إلى كلود الذي رحّب بالنسجة وأشاد بها. ثم أرسل إلى رسالة بالبريد الإلكتروني يشرح لي فيها كيفية البدء بالمرحلة التالية: عملية الترتيب والتنظيف الداخلية، المرحلة التي كان عليها أن تسمح لي بأن أقوم بتشخيص كل ما كان يلوث بيتي وعلاقتي مع الآخرين ومن ثم التخلص منه.

تعلمين يا كامل أن الحياة أشبه بمنطاد، ولكي ترتقي فيه إلى أعلى ما يكون، يجب أن نعيد التخلص من الحمولة الزائدة وأن نرمي من على متنه كل ما يعيق ارتفاعنا وارتقاءنا.

ما بعد السجاز، كان يطلب مني أن أكتب في صفحة واحدة من فياس A4 عن عصر من حياتي لم أعد أرغب فيه.

وتعالي مع كل هذا يوم الجمعة في الساعة الثانية بعد الظهر، إذا كان هذا الموعد يناسبك، إلى حديقة أندريه - سيتروين في الدائرة الخامسة عشرة. طابت أمسيك!

أي فكرة تجول في ذهنه؟ مهما يكن من أمر، كنت متأكدة من أن ذلك سيحدث تحولاً... خلال لحظات، تساءلتُ في نفسي إلى أين سيقودني كل هذا. كنت أشعر بنفسي متعجّلة كثيراً وكنت أشعر أحياناً من جراء ذلك بانقباض في معدتي. أين أندم

على حياتي الهادئة والسيطة، دون المجازفة بالفتراض لمخاطر كبيرة ولكن أيضاً من دون اضطرابات؟ كلا. قطعاً لا.

استأنفتُ قراءة رسالته الإلكترونية التي كانت تضم ملف مرفقاً وملحق حاشية:
لقد أُرقت لك مخطّطاً هاماً جداً لكي تستوحي منه حالتك
الذهنية الجديدة. المقصود هو الحلقة الفاضلة ضد الحلقة
المفرغة. ما رأيك بذلك؟

نقرتُ على الملف المرفق واكتشفتُ مكتوبين مقدّمين على نحو جميل:
الحلقة المفرغة: تفكير سلبي، هيئة جسدية خاملة، الظهر مقوّس
والعضلات مرتخية، نقص الطاقة، حزن، تشييط عريضة، مخاوف،
تسيّب، عدم القدرة على الاعتناء بالنفس، سوء تقدير للذات، «أنا
لا شيء»، سوف لن أنجح»، انطواء على الذات، قلة الانفتاح على
الأخرين، الإحساس بالوجود في مأزق، عدم وضوح في الرؤية،
تفائق غير مؤكدة، الفشل وعدم بلوغ الأهداف.

الحلقة الفاضلة: تفكير إيجابي أو «التصرف كما لو أنّ» هيئة
جسدية حيوية (الظهر مستقيم، والذقن مرفوع والابتسامة على
الشفاه)، روح الحيوية والحماسة بادية، قدرة على الاعتناء بالنفس
(حسن الطعام وممارسة التمارين الرياضية والاستمتاع بالحياة)،
حسن التقدير للذات، «لدي قيمة، أستحق أن أكون سعيدة»،
انفتاح على الآخرين، فرص، شبكة، إمكانات الانطلاق من
جديد، ابتكار، نظرة بناءة حول الأوضاع والحلول، النجاح.
الوصول إلى الأهداف المحددة.

مُطرقة في التفكير، تأملت هذا الرسم البياني للأفكار الأكثر توضيحاً. بدأتُ أستوعب
الفكرة العامة وأدركتُ بأن الكثير من تصرفاتي إلى هذه اللحظة تضمنني في جانب الحلقة
المفرغة. كانت تلك طريقة لقياس الطريق التي بقي على أن أقطعها.

يوم الأربعاء، كنتُ في انتظار وقرّب. كنتُ مستعجبة لكي أكتشف ما أعدّه لي كلود وعبرتُ حديقة أندريه-ستروين بخطوات سريعة لكي أصل إلى مكان السعد، عند قسّة العصب التدكاري. تصوروا أنني كنتُ أسكن في باريس ولا أعرف هذه الجوهرة النباتية! بينما كنتُ أسير في المسرات كنتُ ألتهم بعيني، مذهولة، الزخرفة النباتية البديعة وجمال تصاميم الوافير والمساقط المائية، ناهيك عن العديد من الأشجار الغريبة والنباتات النادرة... أدهشت تلك الزهرة حواسي وأبهجتها وكشفت لي إلى أي درجة كانت الطبيعة غائبة عن حياتي. فذكرت في الحال مقالة في غاية الأهمية للدكتور إبان ألكوك في مدرسة الطب في إكستر (المملكة المتحدة) كان قد نشرها في صحيفة إنفيرمنتال ساينس أند تكنولوجي (علم البيئة والتكنولوجيا). كان الدكتور ألكوك يدرس في مقالته العلاقة التطورية للصحة الذهنية مع ثلاثة عوامل مستقلة: الزواج (الذي يبدأ خطه البياني للرضا والارتياح من نقطة مرتفعة ويهبط تدريجياً بسرور السنوات) ولعبة اللوتو (التي يثور خطها البياني في البداية ليبقي خامدة حتى النهاية) والطبيعة التي يبدأ خطها البياني بالتصاعد بوضوح شديد منذ البداية ولا يعود يكف عن الصعود أبداً). وخلاصة مقاله هي الآتي: أكثر من الزواج واللوتو، تمنح الطبيعة راحة ذهنية يومية ومستمرة للأشخاص الذين يرئادونها. وهذا ما كان سيخّعتني على أن أذهب وأرتاح وسط الخضرة!

ترقبتُ وصول كلود وتعرّفتُ في الحال على هيئته الفارعة الطول ومشيته الواثقة وأناقته غير المتكلمة... إلّا أن ما كان يدهشني على الدوام هو اللطف البادي على وجهه وبريق عينيه الذي لا يسكن أن يظهر إلّا عند الشخص الواثق من نفسه والناضح في داخله. كان يثير إعجابي.

تصافحنا بحمارة. سألت عن أخباري وهو يقودني عبر الحديقة.

- إلى أين نذهب؟

- إلى هناك، أترين؟

- أين هناك؟ على المرج؟
- كلا، خلف المرج تماماً.
- لم أكن أرى المكان الذي أراد أن تذهب إليه. لم أكن ألمح أي شيء، عدا منطاد «جينيرالي» العساق. أدركتُ فجأة.
- ألن تذهب...؟
- أجاب وفي عينيه برقٌ خفيف:
- أجل، أجل. منذهب. هل جليت كل أوراقك التي دَوَّنت فيها الأشياء التي لم تعودني تزيديتها؟
- نعم. كلُّها جاهزة.
- أحسنت. أرتي إياها...
- قرأ كلُّ واحدة من أوراقها بعناية واتباه.

- لم أعد أريد أن أكون لطيفة جداً.
- لم أعد أريد أن أسير المظلمين كثيراً لكي أسلمهم.
- لم أعد أريد أن أنتظر بسلبية إلى أن تحدث لي أشياء.
- لم أعد أريد أن تتشاجر. أديان وأنا، شقة الوقت.
- لم أعد أريد أن يزد وتني لأدربة كيلوغرامات إضافية.
- لم أعد أريد أن أقبل صورتي.
- لم أعد أريد أن أزع حباتي نسج مع التجار.
- لم أعد أريد أن أصاب بالذهول بسبب عملي.
- لم أعد أريد أن أربط قراراتي الرهامة برأف والمدني.
- لم أعد أريد أن أترك أهلامي على الرف.

علق قائلاً:

- أرى أنك أنجوت عملاً جيداً. أحسنت... قبل أن ترتفع في الأجواء، ستقوم ببعض الأعمال العملية. سوف اريك كيف يمكننا صنع طائرات ورقية...
لا شك أن هذا الرجل كان مجنوناً. لكنه بدأ يثير إعجابي تماماً!
على الرغم من غرابة المهمة، نفذت الأمر دون أن أتفوه بكلمة واحدة.
حينما أنهيت، قال كلود:
- هذا هو! لدينا أسطولٌ جوي حقيقي. يمكننا الصعود الآن.
كنت أتابعه في حجرة المنطاد غير مطمئنة تماماً وحينما بدأ المنطاد بالارتفاع،
تشبثتُ به.

- اهذني يا كاميل، ميسير كل شيء، على ما يرام...
مملوذة في الكلام، عدلت من جلستي لكي أطرده هواجسي وخوفي وركزت نظري
على الأفق. كان الخوف يعتصر أحشائي، ولكنني مع ذلك كنت أفتح عيني واسمعتين
لكي لا أفقد شيئاً من التجربة. كنت أشعر بأن قلبي يبيض أكثر قوة في صدري وتساءلت
كيف سيكون رد فعل جسدي، إذا ما أصبت بالدوار.
- حاولي أن تركزتي انتباهك على كل ما تشعرين به لكي تتسكني من وصف
اطباعتك في الحال، اتفقنا؟

لم أتوك ذراع كلود خلال كل فترة الصعود الذي تم دون ارتجاجات أو اهتزازات
تذكر. في نهاية الأمر، فوجئت بأنني شعرت بالدوار على نحو أقل مما كنت أعتقد.
أحسست بفراغ خفيف جداً وبجفاف في الفم وارتعاش في اليدين، ولكنني كنت
متناسكة وكنت أحسن التدبير.

كانت التجربة مثيرة وكان المنظر يقطع الأنفاس. كادت الدموع تنهمر من عيني
لشدة ما كان المنظر جميلاً. فوق كل شيء، كنت أدرك أهمية ما أقوم به. كنت قادرة
على الارتفاع بعلو مائة وخمسين متراً عن الأرض وأن أتغلب على مخاوفني!
هسس لي كلود في تلك اللحظة، قائلاً:
- ألقِ مرساتك يا كاميل، ألقِ مرساتك!

وحينما رأي بأنني لم أفهم مغزاه، شرح لي مبدأ الإرساء الإيجابي، وهو عبارة عن تقنية تصيح للمرء، إذا ما أراد ذلك، أن يتماسك ويكتشف الحالة الجسدية والنفسانية التي يعيشها في أثناء لحظة من السعادة.

كان على قبل كل شيء أن أُلقي مرساتي المربوطة على لحظة قوة في حياتي. ومن ثم أن أقرن كلمة أو صورة أو حركة بتلك اللحظة من الصفاء والسعادة. اليوم، وفي هذا المنطاق، اخترت أن أقبض بقوة على خنصر يدي اليسرى.

فيما بعد، ومع التمرين، سأستطيع أن أفعل مرساتي حينما أحتاج إلى ذلك، وذلك من خلال إعادة القيام بالحركة المرتبطة بالرسو وبذلك أستعيد الحالة النفسانية الإيجابية نفسها.

ومع ذلك، كنت أسأل كلود المزيد من الأيضاحات لكي أعيد تفعيل الرسو، لكي أتأكد من أنني قد فهمت العملية. نعم، هذا هو: لكي أشعر من جديد بهذا الإحساس من الصفاء والثقة، كان على أن أذهب وأبحث عن ذكرى تلك اللحظة، ذكرى ذلك الإحساس المكثف. حينما أستقر في مكان هادئ ومريح، وحيدة وصافية الدهن ومرتاحة، مغمضة العينين، إن كان ذلك مساعداً، سوف يمكنني حينذاك أن أكون تصوراً ذهنيًا، من خلال إعادة التفكير في تلك الذكرى الخاصة، ومن خلال إعادة رؤية المشهد ومن خلال انخراطي حقاً في الأحاسيس الجسدية والنفسانية. في تلك اللحظة، يمكن للحركة المقترنة أن تتكرر (أن أقبض بقوة على خنصر يدي اليسرى، في هذه الحالة)، بغية تشديد صدور الأحاسيس والانفعالات الإيجابية.

أوضح كلود قائلاً:

- ينبغي ممارسة التمرين غالباً لكي تكون الرساة فعالة.

كنت لا أزال شكاكاة بعض الشيء ولكنني وعدته بأن أبدل جهدي.

قال أيضاً:

- لقد آن الأوان لأن ترسي من على متن المنطاق طائرناك الورقية الصغيرة وتقولني

وداعاً لكل هذه الأحمال! رمزية الحركة مهمة جداً...

تحت نظره المحرصة، ألقت طائرتي الورقية واحدة تلو الأخرى وأحسست فجأة بالارتياح. من خلال رمي كل تلك الأشياء التي لم أعد أريدها، عززت عزمي على التغيير. كنت قد شغلت رافعة عسيلة تحول لم أكن أقدر بعد كل نتائجها. ومع ذلك، كان هناك أمر واحد مؤكد: كان قد فات الأوان على التراجع. سيكون على أن أكمل المشوار في تلك اللحظة، كان يسكنني أن أرى باستمتاع وراحة قطعي الورقية الصغيرة وهي تتناثر في الهواء. هيا إلي الأمام، وداعا يا أنقالي! ارتعشي! هذه آخر لحظات عمرك. كنت أفرح وأتبع بجنون.

حينما عدنا من جديد إلى الأرض المصلبة، اقترح على كلود الذهاب لشرب فنجان من القهوة.

- والآن، يا كاميل، هل أنت فخورة بنفسك؟

- أعتقد، نعم...

- آه كلا، قللي بطريقة أفضل من هذه!

فصرخت بيقين وثقة أكبر:

- نعم! أنا فخورة بنفسي.

قال وهو يمدد في الوقت ذاته قهوته بإضافة الماء الساخن من القارورة التي جلبت

له:

- هذه هي الطريقة الفضلى. إن أفضل طريقة لتعويض نفسك هو أن تتعلمي أن

تكوني أوفى صديقة لنفسك! يجب أن تقدري نفسك وأن تكوني رحيمة ومنسامة مع

ذاتك، وعليك أن تمنحي نفسك في غالب الأحيان علامات العرفان... هل تعديني

بذلك؟

قلت مازحة:

- يسكنني دائما أن أحاول القيام بذلك! ولكن أُن أصاب بالغرور بعد ذلك؟

أجاب بالطريقة نفسها:

- معك، هناك هامش. وبهذا الخصوص، وكثيرين لبداية الأسبوع القادم، سوف

تعدين لي قائمة بكل مزاياك، بكل ما تجيدين فعله وبكل التجارب الأكثر نجاحا في حياتك... هل ستفعلين؟

- لا شيء أسهل من هذا! لاحظ، فد تكون القائمة قصيرة!

- آه يا كاميل... يا كاميل... إذا ما بدأت من جديد، سوف أضيف رهانات جيدة، انتهى! حسنا، اتفقنا... في البداية، رسا ستجدين صعوبة في العثور على مزايا، ولكن كلما تمرن دماغك على البحث عما هو إيجابي فيك، كلما عثر على ذلك بسهولة. أجل، أجل، الأمر حقاً هكذا. أوه، وأريد أن أعطيك هذه...

نبت في جيبه لكي يخرج منه علبة صغيرة. ضحك في نفسي وأنا أفكر بأنه يمكن، من بعيد، الاعتقاد بأنه سوف يطلب يدي وهو يهديني خاتما جميلا، الأمر الذي أتولتي كثيرة. لم يكن ذلك خاتما، وإنما زهرة لوتس صفراء اللون جميلة. القلادة الثانية من ماركة شارمس. هذا يعني أنه كان يعتبر أنني قد تجاوز مرحلة جديدة من التغيير. شق على أن أخفي نفحة الافتخار التي سررت في وأشاعت الحرارة في خدي. شكره وقد التصع البريق في عيني وأدخل القلادة في السلسلة حيث انصمت إلى القلادة الأولى. تلقي كلود مكالمة هاتفية أرغسته على المغادرة بسرعة. قبل أن يعادرتي، دس بين أصابعي قطعة صغيرة من الورق وانصرف دون أن يلتفت إلى الوراء. يا له من رجل غريب!

«كولوني. بنفخير، ليس لأرجو أن لا تكون. وإنما لكي نصحب ما لم تكنه

بعد» إيكينيتوس. وحينها لو نرسمين لي صورة كاميل التي نرسمين أن

نصنعهنها! بأفهي سرعة. كلود.

9

كانت كاميل التي قيد الصبرورة تعمل بلا هوادة.

كان كلود قد طلب فائمة بكل مرآياي وبكل ما أجيد فعله وبكل التجارب الأكثر نجاحا في حياتي... فأمضي أوقات فراغي، في الأيام التالية، في سبر الأشجار الدفينة، وسر تجاوبف وروحي في محاولة لكي أستخرج منها المواد الأولية التي طلبها مني كلود. بعد أن حزمته نفسي بحبل متين لكي أنزل إلى المينر الضيق لذكرياتي، تقدمت نحو الضوء المرثك لذكرتي.

تجارب إيجابية، مرآيا شخصية... في البداية، كان الثقب الأسود؟ ثم، شيئا فشيئا، طفت على السطح واتخذت شكلا أمام عيني.

لكي أساعد نفسي، أبقى تحت ناظري فائمة المرآيا التي كان كلود قد أرسلها الي. تساءل في نفسي عن المرآيا التي يمكنني أن أنسبها إلى نفسي...

مضيافة، طسوحة، جريئة، مستقلة، مغامرة، هادئة، قتالية،
تصالحية، وثيقة، مبتكرة، ودية، دبلوماسية، مباشرة، منظمة،
كثومة، لطيفة، حيوية، فاعلة، حنونة، قادرة على التحمل، مليئة
بالطاقة، تعمل بروح الفريق، منفتحة، مخلصه، مرنة، صريحة،
كريمة، زهية، ذات خيال، مستقلة، مبدعة، ذكية، تملك الحدس
والبداهة، مرحة، عادلة، قيادية، تسيطر على نفسها، منهجية،

متحفرة، محافظة، عبيدة، متفائلة، مرتبة، منتظمة، أصيلة، متفتحة
العقل، صبورة، مثابرة، مهذبة، متعددة السواحب، دقيقة السواعيد،
دقيقة الكلام، حذرة، مشاكسة، متحفظة، مقاومة، مسؤولة،
صارمة، مأكرة، رقيقة الإحساس، جديّة، خدومة، اجتماعية،
متبتهة، عفوية، مستقرة، استراتيجية، متسامكة، متسامحة، مجدة
في العمل، إرادية.

مضافة، نعم، طموحة، ليس كثيرة! نصالحية، أكثر من اللازم، مبتكرة، كنت كذلك
سابقاً... رقيقة الإحساس، نعم، لا يتغير المرء أبداً. جديّة ومجدة في العمل، تحت
ضغط الظروف! كريمة، حنونة... أجل.

فيما يخص تجاربي الحياتية الأكثر نجاحاً، عدا إنجاب ابني، بالطبع، ليس هناك
ما يريد على هذا. هذه المرة، ربما، حيث حصلت على علامة 19 من أصل 20، في
الفنون البلاستيكية وحيث هنأني أساتذتي بحرارة قائلاً بأنه على أن أستمر وأنني أمطك
الموهبة... ما رلت أتذكر ذلك بأفعال وتأثر. نعم، هنا، كنت أشعر فعلاً بأنه يتم
الاعتراف بسوهبتي. كان هناك أيضاً اليوم الذي نلت فيه شهادتي العليا في التجارة
والتصلت بوالدتي وأعلنت لها الخبر السعيد... لكن هل كانت تلك حقاً فرحتي أنا أم
فرحة أمي؟ كان على أن أتحدث عن ذلك مع كلود...

أما فيما يخص صورة كاميل التي أود أن أكون عليها، فكانت تشبه في تلك اللحظة
صورة شاحبة وباهتة. كتبت كثيراً، كل الأفكار التي راودتني وشعرت بأنه حتى لو كان
كل هذا لا يزال غامضاً، فإن العملية كانت قد نشطت وأن الأمور سوف لن تتواني عن
أن تتوضح.

بينما كنت أقوم بهذا العمل التعريفي العسيف، كان كلود يرسل إلي بشكل شبه يومي
إرشادات وتوجيهات لكي يساعدني على المضي قدماً باتجاه الحلقة الفاصلة.

وبهذه الطريقة، ذات صباح، وبينما كنت قد استيقظت منذ عشر دقائق تقريباً، لم

انتاجاً بسباع ذوي الزنين المؤلف لهاتفني، معلناً لي تلقي رسالة هاتمية قصيرة.

صباح الخير يا كاميل، اليوم، سوف تسبغين على نهارك جزءاً من
المرح والخفة. هذا أسهل بكثير من أجل مواجهة المشاحات
الصغيرة. جرّني جلسة من التلاعب بتقاسيم وجهك أمام المرأة:
هذا مفيد للحالة السعوية وكذلك ضدّ التجاعيد. اسحبي لسانك
بكل الاتجاهات، واصرخي قائلة: «واوووووو»، قلدي حركة حزن
شديد وكذلك حركة فرح شديد على طريقة ممثل التقليد مارسو.
قومي بتلاوة الأحرف الصوتية بطريقة مبالغ فيها وكاريكاتورية،
أمرحي وامتمعي! إلى اللقاء، كلود.

ابستت. كان تمرينه يفريني، ولكن في الوقت نفسه بدأ لي ذلك غريباً بعض الشيء
أن أقوم بالتهريج في الحمام. في البداية، لم أقم بالتمرين صراحة، ومن ثم، بمرور الوقت،
تحدثت في الاستسلام للتمرين إلى حد أنني بت أبتهج لسماسته. كان ابني يراقبني
من خلال فتحة الباب مذهولاً.

- ولكن ماذا تفعلين يا ماما؟

أجته بثقة بالنفس:

- أمارس جممار الوجدتين.

أدهشه الجواب للوهلة الأولى، ولكن لدى الأطفال قدرة مذهلة على التجاوب السريع
جداً حتى مع الأفكار العجيبة. أجهني بطريقة جديدة مثل ناقد لدى موقع
50 millions de consommateurs

- يبدو هذا مستعاً. هل يمكنني أن أحاول أنا أيضاً؟

دعوته للانضمام إلى في الحمام وأمام المرأة وشكلنا معاً ثانياً من الممثلين المتلاعبين
بملاح الوجه من طراز رفيع. أبدي أدريان إبداعاً رائعاً في التمرين ومنحته من دون تردد
سعة الشرف عن دوره كسهريج. مذهولاً وفرحاً بهذا اللقب الشرفي، بات في مزاج مرح
طيلة فترة تناولنا للفظور الذي تناولناه للمرة واحدة معاً ونحن ندرش، الأمر الذي لم

يحدث معنا منذ زمن طويل.

نعم، كان كلود على حق. كان من المفيد على نحو غريب أن يبدأ المرء نهاره بقليل من الضحك والمرح!

في يوم آخر، دعاني إلى لعبة آلة التصوير الخيالية: وهي عبارة عن تمرين كان قد ابتدعه لكي يساعدي على تغيير نظرتي لواقعي، من خلال تغيير مصفاتي للإدراك الحسي.

- حينما تخرجين، عوض أن تركزى على الأمور المرعبة أو الأشياء القبيحة أو المتناقضة، حاولي أن تركزى ابتهاك على الأشياء الجميلة والممتعة. يقع على عاتقك أن تلتقطي صوراً متخيلة ممتعة في الشارع وفي وسائل النقل والمواصلات في كل مكان تتجولين فيه.

بهذه الطريقة، كان على أن أمرن نفسي على أن أكون مطلعة على علم الجمال. بدت التجربة مفاجئة! بدلا من أن أجول بناظري على المتسولين والمارة الفاضلين والأطفال الباكين، فرجئت بنفسى أراقب لون السماء والعصفور الجميل المنهمك في بناء عشه وزوجين عاشقين يتعانقان وأما تحتضن بحنان ابنها ورجلا هب لمساعدة سيدة لكي يعينها في حمل حقيبتها على السلالم وأصغي إلى صوت الحفيف العذب لأوراق الأشجار...

أسعدتني وسحرتني هذه الطريقة الجديدة للنظر إلى الأمور والأشياء. كنت أتري في كل يوم إضافي مجسوعي من الصور الإيجابية وأعد ألبوما من الصور التخيلية التي راحت تتيح لي أن أكون صورة مختلفة عن العالم...

10

على مر الأيام، حينما لاحظت أن أعراض داء الروتين الحاد على تنحسر ببطء ولكن على نحوٍ مؤكد، بدأت أؤمن حقاً بالمنهج. أكثر ما كان يفريني كانت مقارنته لثنائية الأعماق/الشكل. فكرة العمل على عمق المشكلة من أنا وماذا أريد حقاً - بقدر العمل على الشكل - صورة الذات والعلاقة مع العالم ومع الآخرين.

لم تلاحظي بأن الصورة التي يصنعها المرء بنفسه عن العالم جميلة بقدر ما تكون الصورة عن الذات سليمة؟ حول هذه النقطة الأخيرة، للأسف، لا يزال هناك الكثير مما ينبغي على القيام به... بسبب سوء اهتمامي بالمظهر، وهي مسألة الاعتداد بالنفس، كنت أمارس الإسفاف. كل يوم، كانت رؤية شبحي في المرآة تلقي بظلالها على مزاجي. مثل قاض لا يعرف الشفقة، كنت أبحث عن ذاتي أفتش نفسي من كل الزوايا، في الأمام وفي الوراء وعلى الجوانب وكنت أدرك تلك الدهون الرائدة باحتقاري الأبدى... حينما كنت واقفة، كانت الأمور لا تزال لا بأس بها. ولكن حينما جلست، استبد بي شعور بالذنب. حينما كادت الخرزات الصغيرة أن تغلت تحت ضغط جسمي عليها...

آنذاك، كنت أحاول أحياناً أن أخدع نفسي وأقول في نفسي بأن الثياب قد انكمشت على بعضها بسبب الضيل أو أن قياسها صغير على... لكن الدليل كان حاضر: كان النطاق يشتد من حول خصري... ثم أقيمت تلك الطائرة الورقية الصغيرة من على منطاد

يرتفع عن الأرض بعلو خمسين متراً...

أقسمت اليمين المعظم بأنني لن أحفظ بهذه الكيلوغرامات الزائدة في وزني...
وهذا يفرض التزاماً علي، امهسوا ذلك!

فحدد موعداً مع كلود لكي أضع الموضوع على بساط البحث.

كنت أنتظر منذ خمس عشرة دقيقة حينما انفتح الباب وظهر كلود بنظرة متعجبة.

- آه يا كاميل، اتبعيني... هل أنت بخير؟ ادخلي، أنا آسف، سوف لن يكون لدي

الكثير من الوقت لكي أكرسه لي اليوم. لقد ثبت لك موعداً بين موعدين.

- هذا لطف كبير منك يا كلود. أنا أحتاج فقط إلى نصائحك لكي أحقق هدفي

في التخلص من الوزن الزائد...

كان يصغي إلى ساهياً وهو يواصل في الوقت ذاته على نحو محموم ترتيب الملفات

المتراكمة على مكتبه. نهض لكي يربتها في خزانة وانسلت ورقة من بين إحداها. نهضت

من مكاني لكي ألتقط الورقة المتساقطة. يا للفرابة... كانت عبارة عن مخطط بناء

مع الكثير من الرسومات والشروحات... ناولته الورقة. أخذها من يدي بجفاء وهو يغسم

بكلمات شكر. بدا مختلفاً عما كان عليه عادة...

- هل أنت بخير، يا كلود؟ يبدو أنك مشغول، اليوم؟ يمكنني أن أمر في يوم آخر،

إن كنت تفضل ذلك؟

طمأنني بود ولطف، قائلاً:

- كلا، كلا، كل شيء على ما يرام، يا كاميل. لدي العديد من الملفات التي

يجب أن أدرسها وأتاهاها وأنا مرهقٌ بعض الشيء، هذا كل ما في الأمر.

كدس الأضابير في خزانة قدر استطاعته، وقد أدهشني عددها الضخم. هل من

الممكن أن يكون لديه هذا العدد الكبير من الرمان؟ هل هذا يعني أن للروتيولوجيا الكثير

من الأنواع؟

عاد وجلس وداعب بعفوية لحيته الخفيفة بشعرها الأبيض والأسود، مثلما تسرر امرأة

يدها في شعرها: لكي يعيد تصفيفها.

- حسناً... إذا، تسير الأمور على ما يرام، أنت جاهرة لكي تباشري برنامجاً قصيراً
للتحفيف؟ ممتاز. إن مفتاح الوصول إلى هدفك في هذا الأمر هو أن تحسني وضع
البرنامج في إطاره الصحيح قبل البدء بتطبيقه.

هل تعرفين منهج SMART؟

- كلا، أنا...

- عليك أن تتأكدي من أن هدفك (S-Specific) أي أنه محدد يجب ألا يبقى
فضفاضاً، وأنه (M-Mesurable) أي أنه قابل للقياس (هنا، سيكون مؤشرك للنجاح،
على سبيل المثال، أربعة كيلوغرامات وأنه (A-Atteignable) أي يمكن بلوغه (أي أن
يتم تحديده بطريقة بحيث يمكن له أن يتحقق، مقسماً إلى سلسلة من الأهداف القابلة
للبلوغ، يجب ألا يكون بمثابة «النجمة التي لا يمكن بلوغها» وأنه (R-Realistic) أي
أنه واقعي (للمحافظ على حافز قوي، يجب أن يكون هدفك متناسقاً مع شخصيتك
وكفاءتك) و (T-Temps) يدل على عامل الوقت (عليك أن تحددتي مدة محددة).

بينما كان يشرح لي المنهج، كنت أتخيل أمامي تمثلاً لكامل الكلودية وفي يدي
إزميل خيالي لكي أقوم بنحته وتشذيبه ومنحه شكلاً محدداً... طردت تلك الصورة من
ذهني لكي أركز تفكيري على ما هو واقعي وحقيقي.

- هل يبدو كل هذا واضحاً لك، يا كاميل؟

- نعم، نعم، تماماً...

- سوف أتركك لبضع دقائق إذا، لكي تكتبي هدفك المتطابق مع منهج SMART.

سأعود إليك بعد قليل...

بينما كان يغادر الغرفة مستمناً، نهضتُ من مكاني لكي أمسك بورقة وقلم على
طاولة المكتب نفسها الذي تمت فيها مقابلي الأولى. عثرتُ بسهولة على ورقة ولكن
الأقلام كانت قد رفعت من على الطاولة، ففتحت على نحو تلقائي الدرج وعثرت على
إطار فيه صورة. تعرفت على سنترال بارك في نيويورك. كان رجلان يقفان أمام آلة التصوير
في وقفة أخوية. كان التناقض بين الرجلين مذهشة:

أحدهما يوحى بالثقة والقوة والنجاح، أما الآخر، وعلى الرغم من علو قامته، فقد بدا هشا إلى حد ما. كان رجلا ضخماً بقدمين من طين. كان ظل يخيم على عينيه المتشحبتين بالحرن. بدا لي أن له بعض الملامح الشبيهة بملامح كلود ولكن كان يزيد وزنه بما يقارب عشرين كيلوغراماً! أليكون أحد أخوته؟

سمعت صوت وقع أقدام في المسر وأغلقت الدرج على عجل.

- هل تسير أمورك كما يرام، يا كاميل؟

- آه، نعم، يقصني قلمٌ فقط...

قال وهو يناولني قلماً:

- حسن، يجب أن أقدم لك قلماً!

قلت متلعثمة ومتضايقة من فضولي غير المحتشم:

- شكراً.

وأنا أفكر في هدفي المتطابق مع منهج SMART، تساءلت في نفسي من عساه يكون الرجل الذي شاهدته في الصورة. قد أ طرح السؤال على كلود إذا ما سححت الفرصة...

بعد مرور ما يقارب نصف ساعة، غادرت وأنا أضرم هدفي تحت ذراعي وأربعة كيلوغرامات من الوزن الزائد الذي ينبغي التخلص منها تحت حزامي.

في تلك المرحلة، وقد تعاطف الحافر في داخلي، كنت أفكر، إذا ما جاز لي القول، بأن السبب قد تكون الحلوى. كان ذلك من دون الأخذ في الحسبان الحرب الباردة للمتطايح...

11

في الأيام التالية، تسلمت بالشجاعة لكي أضع قراراتي الحازمة قيد التنفيذ.

كان كلود قد حذرني قائلاً:

- إن الاكتفاء بعبارة النظام الغذائي يجعلك تسمنين. ولذلك عليك أن تتعلمي أن

تلتذقي الطعام بطريقة أخرى.

كان هناك الكثير من الطيبات! كما لو أننا قد نجحنا فيما مضى في التلذذ بيروكولي

الشتاء المطبوخ على البخار المضغوط أو السمك المسلوق!

- فكري بالتوابل، يا كاميل.

ولم لا، في الواقع؟ ماذا لدي لأخسره! ها أنا ذا إذا أقوم بغارة على المتجر الواقع

في الزاوية وأجلب إلى المطبخ عدداً كبيرة من مطاريف التوابل من ماركة دوكروس المعروفة

جيداً لتتبيل الأطباق وكذلك أملاً في شحذ المعنويات... نوم وكزبرة وكركم وفلفل حلو

و كاري و ماسالا وفلفل رمادي وفلفل أسود وفلفل أبيض، لا أهمية اللون طالما كان

هناك نشوة الذوق!

العدو هو ما ليس له نكهة. في خضم الحرب الباردة بين أطباقي الساخنة، تزودت

بأسلحة خفية لكي أنفذي على نحو أفضل. خديعة ورق البردة والمساهمة الاستراتيجية

لضلصة الريادي الحالية من الدسم. والمشاركة البطولية للحوم البيضاء في أطباقي

الرئيسة...

كان كل شيء مرهوناً بالمقاومة بالضبط. لأن الأعداء كانوا يكتمون في ظل أذراج ورفوف المطبخ. كانت غلبة البسكويت من ماركة بيبيتوس تترقب أن تحين لحظة مجدها. وكانت المعجنات البريطانية تنتظري بدورها وهي تدوس بنفاد صر على قوائمها الصغيرة الهشة...

تسألون عن شركائنا والمستوطنين معها؟ ابني: ابني أنا! على الرغم من ذلك، لم يكن بوسعي أن أضحي بشراة ابني على مذبح قراراني الحازمة! بالنسبة له، كان علي إذا أن أستمع في التردد بمنتجات مسنوعة كان يتلذذ بها ببراءة تحت أنظاري السعدية، بينما كنت أقضم تفاحة خضراء لا تشوبها شائبة...

لو لم يكن ذلك شيئاً من الرواقية!

لكن الفترة الزمنية الأسوأ لم تكن فترة تذوق الطعام. كلا. كانت الفترة الرممية الأسوأ هي لحظة حلول الليل. حينذاك، حينما كان نداء فاتح الشهية يصبح ضاعطاً ولا يقاوم، كان خطر هجوم بقنابل من السرعات الحرارية يبلغ ذروته. كانت عواصف من الإغراءات نحاول أن ترمي أرضاً خططي الحكيمية. وماذا أقول عن متلازمة المعكرونة التي على شكل قواقع؟ كان تأثيرها السفسد، الشبيه بمتلازمة ستوكهولم، يقودني إلى التعاطف مع العدو والي التفاوض مع ضميري: أوه، ملعقة صغيرة واحدة فقط لكي أهبني طبق ابني... ومع ذلك، انتهت شجاعتي بأن توتي ثمارها. في غضون بضعة أيام، بدأ أرى تحسناً واضحاً وحلياً. متشجعة بفعل هذه الانتصارات الأولى، تمسكت بما هو أجمل وأصبحت أرتل بصمت نشيد الجبهة على شرف الأقل دهونة والأقل سكرًا والأقل ملحاً...
للأسف، ما كادت أوقات العصر أن ترك حتى يقفز أعامي عدو كنت قلقت من قيمته: الملل.

في المكتب، كنا قد قطعنا مرحلة من الهدوء الشديد. تقاسم فريق العمل المهام التي ينبغي القيام بها وأعطيت رئيسي في العمل المهام التي تحظي بأولوية لرملائي الذين يعملون بدوام كامل. كان دوام العمل يستغرق ثلاثمائة وستين دقيقة. ربما حتى خمسمائة دقيقة. وفي بعض المرات، ألف دقيقة. كنت أترقب الاستراحة لمدة أربع ساعات مثلما

كان ماجلان يترب أرض الميعاد. باختصار، كنت أفشد.

آنذاك، بكل تأكيد، كانت فكرة الاستسلام تعذبني أخلاقياً. فقط مرة واحدة، انسي النظام الغذائي... اليوم فقط... من سيعلم بذلك؟

اقتربت من الموزع الآلي للمشروبات والأطعمة، وهو عبارة عن حانوت صغير لأهوال السرعات الحرارية. أين كان يكمن الضرر، في نهاية المطاف؟ كن سأدخل قطعتي النقدية في مأخذ الموزع الآلي، حينما ارنج هاتفني المحمول. رسالة هاتفية قصيرة من كلود. هل هذا ممكن؟ هل كانت لديه حاسة سادسة أم ماذا؟ لعنته في داخلي.

كيف حالك؟ هل أنت ثابتة على النظام الغذائي؟

أجيبه برباطة جأش وأنا أكذب عليه.

طبعاً. رائع. نهارك سعيد. كاميل.

كنت أردد في نفسي وأنا أعود إلى الآلة لكي أدخل فيها قطعتي النقدية بأنه سوف لن يعرف أي شيء عن الأمر، سوف لن يعرف أي شيء عن الأمر. لكن الأوان كان قد فات. كنت أشعر بحضوره العادر في كل مكان من حولي، كما لو أن عينيه كانتا مصويتين على شخصي. الأخ الأكبر يراقبك! كما هو في رواية جورج أورويل. كنت أعيش رواية 1984 خاصة بالنظام الغذائي.

ألقيت نظرة حريصة أخيرة على آلة التوزيع وعدت إلى مكاني بخطي بطيئة، ثم فتحت درج طاولتي حيث كانت تنتظرنني علبة من اللوز. سمحت لنفسي بخمسة حبات منها، إضافة إلى تفتاحة ملكية من نوع غاللا. وليمة نمل.

وهنا، هبت انتفاضة مفاجئة من التمرد. بدأت نصائحه «الصحة ورغد العيش» تخرج من عيني! اجترأ، مع سوء نية صارخ وواضح. «استخدمي السلالم بدل المصعد. اذهبي ومارسي رياضة المشي حينما يحين موعد الغداء. يمكن أيضاً تسمية عضلات رديك وأنت تبقين جالسة: يكفي أن تضغطي عليها ثم ترخينها ببطء وهدهوء. هل تشعرين بالسلل وأنت تنتظرين المترو؟ قومي ببعض الحركات الخفيفة على رؤوس أصابع؟ ارفعي كعبك عن الأرض ثم أرخيها! بالنسبة إلى عضلات البطن، لماذا لا تقومي

بتقليصها وتشجيعها كلما تدخلين من باب، وذلك من خلال شد البطن إلى الداخل؟
لا من رأي ولا من عرف!..».

نعم. أنا أعرف. كنت من دون أدني شك في طور من المقاومة. ولكن من لا تميظه
فكرة التحلي عن كل الإغراءات النهمة التي تقع تحت أنظارنا طيلة الوقت؟ وعلى أي
حال، كانت لي مصلحة في أن أتمالك نفسي، إن لم أكن أريد أن يتسلكني شعور
مزعج بالإحفاق في لحظة ملء دفتر التزاماتي: وهي أيضاً فكرة من كلود لكي أتورط أكثر
في قرارتي وأتجنب الوقوع في فخ التردد! على كل خط من خطوط الالتزامات، كان
علي أن أؤشر على خانة «نَفَذَ» أو خانة «لم يُنَفَذَ». ولم تكن لدي أي رغبة في أن أجد
نفسي بعد بضعة أيام أمامه وفي سجلي سلسلة من خانات «لم ينفذ».

كنت قد وصلت إلى هنا بأفكارتي حينما قاطعتي زميلي العزيز فرانك (في الواقع، هو
عدوي اللدود في المكتب)، قائلاً:

- هل أنت بخير يا كاميل؟ تدين مشغولة الفكر.
- آوه، نعم، نعم، كل شيء على ما يرام... أحاول أن أركز، هذا كل ما في الأمر...
- آه... وكان سيبطين بيضة.
- أف أف أف. مضحك جداً.

مهما يكن، ما كنت لأخبره بأنني أمرن عضلات خلفيتي! أصلاً لم يكن يفوت
فرصة لكي يغيطني.

- بخصوص البيضة، الأولى بك أن تنظر إلى ما هو موجود على جسمتك.
خذ! نقطة واحدة لكل منا. من خلال الاحمرار الذي غزا وجنتيه، رأيت بأنني قد
أصبت الهدف. لم أكن فخورة جداً بهذا الكلام الجارح، ولكنه هو من بدأ! لم يكن
يفوت أي فرصة لكي يغيطني وكنت أحشى دالماً بعض الشيء من ضرباته تحت الحزام.
ربما سيكون علي أن أتحدث عن هذا الأمر مع كلود.

وكما لو كنا على اتصال بالخاطر، تلقيت فجأة في تلك اللحظة طلباً للدردشة عبر
الإنترنت على حاسوبي.

- إذا، يا كاميل، كيف يسير برنامجك «أسنحف في وقت ما»؟
- لا بأس... أحياناً يكون من الصعب مقاومة الإغراءات...
- ولكنك فعلت ذلك؟
- نعم.

- حسن! يجب ألا تنسي أن تدوني ذلك في مفكرتك الإيجابية.
هل حدثت عن ذلك من قبل؟
- كلا، ليس بعد...

- آه! هذا هام جداً... اشتر مفكرة هاتفية صغيرة ودوني فيها،
بحسب الترتيب الأبجدي، نجاحاتك الصغيرة والكبيرة وأفراحك
الصغيرة والكبيرة، بهذه الطريقة، سيكون لديك خلال بعض الوقت
مجموعة من المراسي الإيجابية! سوف ترين، هذا أمر مستار لتقدير
واحترام الذات والرضا الشخصي.

أجبت في الحال:

هذا مثير للاهتمام! حسناً يا كلود، سوف أفكر في ذلك.

كنت أرى المؤشر الشبيه بشكل القلم يتحرك، وهي إشارة على أنه كان يكتب لي
إجابة طويلة. وقد أشعرتني رنة قصيرة بوصول الإجابة.

- أنا اعتمد عليك لكي لا تقتصر على الكلام فقط. أي قرار نتخذه
ليس نافعاً. الكثير من الناس يعرفون السمارسات الصحيحة
والمناسبة لكي يعيشوا حياة أكثر سعادة، ولكنهم لم ينتقلوا حقيقة
إلى الفعل والسمارسة... ليس من السهل دائماً أن يغي المرء
بالتزاماته. الكسل والتعب والإحباط والخمول كلها أعداء تتردى
بالمرء! ولكن فأومي: تستحق اللعبة العناء.

كنت أمتي ذلك الكلام في بالي...

12

فيما بعد، في ذلك اليوم، لدى خروجي من مقر عملي، مررت أمام مكتبة وتذكرت قصة الفهرس الذي ينبغي أن أدون فيه نجاحاتي. كانت فكرة مفكرة الإيجابيات تلك قد أعجبتني. لماذا لا أحاول القيام بذلك؟ في أسوأ الحالات، سوف يشغلني هذا الأمر عن التلفاز... دخلت إلى المكتبة واخترت مفكرة بحجم صغير يسهل دسها في أحد جيوبي أو في حقيبة يدي لكي تكون في متناولتي على الدوام. كان نهاري مضيقاً وكنت متعبة ومرهقة فاستعجلت العودة إلى البيت لكي أرتاح أخيراً.

كانت تلك محاولة الدسيان الواقع لبعض الوقت.

ما حدث أن أعبر عتبة باب بيتي حتى شعرت بعبء ثقيل على كاهلي. كان أدريان سيئ المزاج وبالكداد رد تحييتي. والفتاة التي وظفتها لكي ترافق أدريان في أثناء خروجه من المدرسة ولتساعده في القيام بواجباته المدرسية هي الأخرى لم تكن في أحسن حالاتها. حينما رأيت الدفاتر المتناثرة على الطاولة كما لو كانت في ساحة معركة، خمنت أسباب هذا البرود والجفاء. لم تتأخر شارلوت في الشكوى من قلة إنتباه ابني وانعدام الحافز لديه. فهو يتسلسل باستمرار وينهض بسبب ومن دون سبب ويريد أن يأكل ويشرب ويشمخظ ويذهب إلى الحمام ويختلق سلسلة لامتناهية من الأعذار والذرائع لكي يؤخر لحظة الشروع الفعلي بالدروس. كانت في أثناء حديثها ترمش غضباً وتبرطم اشمزازاً. شكرتها على ذلك الإيجاز التوضيحي وأنا أفتهد إعباء من إمكانية إعادة ضبط

السلوك التي ينبغي القيام بها.

بعد ذلك بربع ساعة، كان مؤشر الصبر عندي قد فقد عشر نقاط من قيمته. كان أدريان، المنغلق على منطقة المتسرد، يلقي بالعصب على عاتق شارلوت: فهي تسيء معاملته وعلاوة على ذلك، لم يكن يحبها كثيرة... وحينما رأي بأن حججه لا تقنع، عدل استراتيجيته وجرب استراتيجية الإحباط: كان كل ذلك بسبب معلمه في المدرسة والذي يعطي الكثير من الواجبات المدرسية!

رسا كان على أن أرى بأن الكيل قد طفح بالطفل، ولكن كان الكيل قد طفح بي أيضاً في تلك اللحظة، ولم أحسن القيام بأي شيء سوى معاقبته بحرمانه من استراحته على الأياد. هرع إلى غرفته مصفقاً الباب من خلفه تعبيراً عن إحباطه. فكان على أن أنشر كنوزاً من التخيل والدبلوماسية لكي أهدئ اللعبة وأجعله يعود إلى إنجاز واجباته المدرسة.

حينما عاد سياستيان إلى البيت، كنت مشغولة بإعداد العشاء بيد وأمسك بيدي الأخرى دفترًا مفتوحاً وأقرأ على مسامع أدريان الدرس الصعب على الحفظ. قبلتي سياستيان بأطراف شفوية وسألني، دون أن ينظر الي، إن كان نهاري قد مضى على ما يرام. اعتقد لو أنني أجبته: كلا، كان سيئا جداً، شكراً، لما انتبه إلى ذلك...

شعرت أنذاك بتلك اللحظة السريعة للغاية في حياتنا العائلية، ولكنني حاولت أن أتجاهل ذلك. كان أدريان يلاقي صعوبة في حفظ الدرس عن ظهر قلب - كان يفهم الدرس بسرعة، ولكنه كان يعمل بطريقة بديهية عوضاً عن الطريقة المنهجية -، وعند كل جملة يلفظها أدريان على نحو خاطئ، كنت أفقد هدوئي أكثر. كانت حالته تجرح رغبتني الجامحة في الكمال الذي قاسمت العذاب في سبيل الوصول إليه.

خرج سياستيان من الغرفة وكانت ياقته مفتوحة وقصيصه خارج بمقدار النصف من تحت بنطلونه، ثم توجه نحو الحمام.

ما أن دخل إلى حجرة الحمام، حتى صرخ:

- ولكنني أحلم! ما هذا، ما هذه الفوضى؟ من يعثر كل هذه الأشياء بهذه الطريقة؟

قال أدريان في الحال:

- لست أنا!

وهذه جملة لا إرادة للدفاع عن النفس شائعة جداً عند الأطفال.

وجدت نفسي مضطرة للتدخل.

- دعك منها... لا بد أنني أنا من فعل ذلك، يا سياستيان. أنا آسفة، ولكن بالفعل

لم يكن لدي وقت، هذا الصباح...

سمعت صوت تدمره وهو يتعد إلي عمق الشقة.

جميل!

عاد إلي الصالون وفي يده حاسوبه المحمول واستشاط غضباً من جديد.

- وهذا الفتات المتناثر على الاركة؟ يا أدريان! كم مرة أخبرتك بألا تتناول الطعام

هنا! هذا ليس صحيحاً، ليس صحيحاً!

تركت من يدي الطنجرة والدفتر وانضمت إليه مرهقة من تصرفاته المتوترة والجافة

هذه التي بدأت تصعب عادة لديه، ولكنني مع ذلك كنت عازمة على تهديته اللعب.

قلت:

- لا تبالي، أنا سوف أصلح ذلك.

أجاب بجفاء:

- حسناً. أنا سوف أصلح ذلك.

كان غضبه يتصاعد...

أزاح الفتات جانباً وهو يزفر بتهديدات عميقة صاخبة، ثم استقر على الاركة، أمام

شاشة حاسوبه.

كان قد نزع جوربيه، ولسبب ما، أغضبني أكثر رؤية أصابع قدميه العاريين وهو

يفركها ببعضها أمامي على الطاولة الخفيضة في الصالون. إلا إذا كان ذلك بسبب لا

مبالاة التامة حيال المعركة المنزلية التي سيكون علي أن أخوضها بنفسني، قبل أن أحظى

بفرصة لكي أرتاح قليلاً. كنت في غالب الأوقات أدع الأمور تسير، ولكن في تلك

الليلة، كان الأمر أقوى مني. كان على أن أقول شيئاً ما.

- لا بأس، ألم أزعجك كثيراً؟

سأل، عاضياً:

- ماذا حدث أيضاً؟

- لا أدري، أنا... ربما سأحتاج إلى مساعدة صغيرة، على سبيل المثال؟

- هذا عتاب، ماذا...؟

- أنت تعلم أن هذا يوجعني حقاً! أنا لم أعانك، وإنما طلبت منك تقليل من الانتباه!

- وتصرخين في وجهي، الآن؟ شكراً. إنه لأمر ممتع حينما نعود إلى البيت بعد نهار

من العمل! هل أعرتني انتباهاً منذ أن عدت إلى البيت؟

- إيا، هذا هو الأفضل! هل تلموني على الاهتمام بابتك؟

- آه، ها أنك ترين قد وصلنا إلى إلقاء اللوم!

أحس أدريان بأن الجو يفسد وتوارى في عرفتة، سعيداً بالتخلص من حفظ الدروس.

- حسناً إيا، هيا بنا! لقد ضقت ذرعاً بالقيام بكل شيء لوحدي!

- آه نعم، إني أرى. الأزمة الصغيرة الاعتيادية...

- ماذا، الأزمة الصغيرة الاعتيادية؟ أنت تعود إلى البيت، هادئاً، وتفترق لاشغالاتك

وإهتماماتك وتتسلى مع أصدقائك الافتراضيين الأعراء...

- ربما تعتقدن بأنني أتسلى، اليوم؟ لقد عملت اليوم مثل محتون وعقدت ثلاثة

اجتماعات، وأيضاً...

- ولأنني، بالطبع، أنا لم أعمل؟

أجاب بنبرة مشوبة بشيء من الاستخفاف:

- نعم، طبعاً، أنت تعملين...

- ما هذه النبرة؟ العمل لمدة أربعة أحماس الدوام ليس عملاً؟

- لست أنا من قال ذلك!

صرخت فاقدة الصبر:

- ولكن الأمر سيان! لقد ضفت ذرعا، قدمر أمرك من دوني، أنا تنحيث جانبا!
- هذا هو، ارحلي! ليس لنا سوى أن ننفصل أيضاً، لما نحن عليه الآن! يبدو أنك
لا تطلبين سوى هذا الأمر!
وقعت كلماته على كمخرب مخلق في الهواء.. انهمرت دموعي والتقطت معظفي
وغادرت الشقة مصفقة الباب من خلفي.

13

ما أن أصبحت في الشارع، رفعت نظاري إلى نوافذ بيتنا ورأيت ابني، بوجه حزين، يشكل صورة قلب بأصابعه ويوجهه نحوي، كما لو أنه شعر بأنه هو المسؤول عن شجارنا نحن الكبار. حركته الصغيرة تلك جعلتني أكثر من سعيدة ووجهت له بدوري ابتسامة مليئة بالحنان قبل أن أبعد عن المكان إلى حين أن يخفت ألمي الداخلي ويهدأ.

كنت أتمنى ألا أصادف أحدا في طريقي، لم تكن لدي أي رغبة في أن يراني أحد وأنا في تلك الحالة من الهيجان والعصبية. كنت أعتقد بأنه من الجنون أن يستطيع المرء أن يقلق حول صورته الاجتماعية في لحظة كهذه التي أعيشها! تجنبت أن تلقي نظرتي بنظرات المارة؛ فقد كنت أشعر بأنني مرتبكة ومضطربة ولم أشأ أن يقرأ الناس الاضطراب والارتباك على وجهي. لم أشأ أن يكون هناك شاهد على انكساري... مشيت إلى أن وصلت إلى حديقة عامة صغيرة، واتصل هاتفيا بكلود. سألت وأنا أنشئ:

- كلود؟ أنا كاميل... هل أزعجك باتصالي؟

كان من العيب بأن أخبره بأنني لست على ما يرام، فقد خمن ذلك على الفور.

- هذا بسبب سياسيان، لقد تشاجرنا... كنت غاضبة ومتأبة... كما لو كنا

على طرفي نقيض...

بينما كنت أروي له ما جري، أحسست براحة كبيرة لكونه كان يصغي إلي بكل اهتمام. يا لها من سعادة أن يكون لدى المرء شخص يصغي إليه بهذا الاهتمام في محنته!

- في هذه اللحظة من غير المسكن تماما أن أنال ما أحتاج إليه.

سأل بالطريقة نفسها:

- وما الذي تحتاجين إليه؟

- لا أدري... الحاجة إلي أن يهتم بي، أن يكون لطيفا وحنونا... ولكن بدل هذا، أشعر بأن رجلا اليا يعود إلي البيت! باستثناء انكبابه على حاسوبه الفريد من نوعه في العالم، لا يفعل أي شيء... لقد وصل بي الأمر إلي حد أنني أصبحت أغار من أصدقائه الافتراضيين! في هذه الأثناء، يمكن لما تبقى بيننا أن يبهار. أما أنا، فأنا مهياة، أنشط وأتحرك في كل اتجاه، أتابع أمور أدريان وواحباته المدرسية وأعد العشاء... هذا ليس عدلا!

- أنا أسمعك يا كاميل...

- علاوة على ذلك، يقول على الدوام بأنني لا أصغي إليه.

ولكن هذا ليس صحيحاً! هو من لا يصغي إلي! لا أستطيع أن أتحمل ذلك، إنه يسحب كل شيء نحوه...

كنت أمشي في طول الحديقة المقفرة وعرضها، وأعصابي لا تزال مشدودة ومتوترة.

- آه! إنها لعبة «هو/هي» الذي/التي...» هذا أمر سيئ للغاية! لهذا السبب لا نستطيعان أن نتفاهمان مع بعضكما: هذا حوار طرشان! إن الإصغاء بمزاج سيئ ليس إصغاء... إن الإصغاء الحقيقي، هو أن يضع المرء نفسه في موضع ما يعيشه الآخر، وأن يكون متعاطفا معه. لا تصورين إلي أي درجة هذه حالة نادرة، أي أن يجيد شخص ما الإصغاء حقا! أنا دائما أقول أن من يجيد الإصغاء هو ملك العالم. في المشاجرات والمشاحنات، من الأفضل عدم اعتبار كل شيء وكأنه أمر مفروغ منه وحاسم، يا كاميل، وإنما تعلمي قراءة ما بين السطور للتعرف على المشاعر الحقيقية والصادقة... ربما

يكس وراء المعالجة خوف، وقد يكس خلف العدوانية حزن أو جرح لم يتدمل بعد...
بينما كنت أصغي إليه، ضمنت طرفي معطفي، بعد أن تملكني إحساس بالبرد لا
بد أنه تقافم واشتد تحت تأثير الانفعال...

- من الصعب جداً أن يجيد السراء هذا الإصغاء الإيجابي الذي تصفه! لو أنك تزي
رأسه حينما ينظر الي، في تلك اللحظات! يتسلطني شعور فظيح بأنه لا يحبني!

- اممم... هذا مشير للاهتمام... وإذا استبدلتي «هو» بـ «أنا»؟

.....

- نعم، لقد سمعت جيداً.

- أنا... أنا لا أحب نفسي، هذا ما تقصده؟

- نعم، هذا ما أقصده يا كاميل. لديك ميل إلى تفسير تصرفات شريكك من خلال
المعصاة المشوهة لأفكارك السلبية. في هذه اللحظة، أنت لا تحيين نفسك كثيراً،
لأنك وضعت في ذهنك أقل جبالاً بسبب بضعة كيلوغرامات من الوزن الزائد
الذي تشعرين به وبسبب أولي التجاعيد التي بدأت تظهر عليك... بطريقة لا شعورية
ومن دون وعي، تلقين على زوجك خوفك من ألا يعود محبا لك. وبصرفك هذا، سوف
يؤدي كل شيء إلى أن يحصل هذا الأمر فعلاً! سوف تحكمن بصدق السيناريو الأسود
الذي ترسخه في ذهنك: أنت لم تعودي مرغوبة، هو لم يعد يحبك...

كانت كلماته تشق طريقها في ذهني، لكن الراحة التي أشاعتها في داخلي مثل
جرعة ماء منعش اختلت بسبب رجلين دخلا في تلك اللحظة إلى الحديقة. كانا يخفیان
رأسيهما تحت قنصوتين وتابع تنقلهما بارتياب شديد. وسط الاحتياج العصبي الذي
استد بي، وتعطشي إلى الاستماع إلى نصائح كلود، لم يخطر في بالي بأنه ربما يكون
من التهور أن أتأخر إلى حين هبوط الليل في هذه الحديقة المغالية من الناس. توجهت
إلى مخرج الحديقة بخطي سريعة ولكن من دون أن أعطي انطباعاً بالهروب حتى لا
ألفت الانتباه الي، ولكن يدا ضبطت فجأة على كفتي. صرخت واستدرت في الحال
لكي أخلص نفسي. مال أحد الرجلين نحوي. كان شاباً تفوح منه رائحة العشب.

قال لي وهو يتاولني الوشاح الذي عادة ما أعقده بحلقة حقبية يدي:

- لقد فقدت شيئاً.

اختطفت الوشاح من بين يديه بارتباك وقلت متلعمة:

- آه... شكراً.

ثم ابتعدت عن المكان دون أن ألقت إلي الوراء.

على الطرف الآخر من الخط، كان كلود يسأل بقلق:

- ألو، كاميل؟ ألو؟ هل ما زلت على الخط؟

عدت مسرعة إلى شوارع حيها المنارة بالمصاييح الطرقية. انتظرتُ أن تهدأ نبضات

قلبي لكي أكمل محادثتي مع كلود.

- أنا متأسفة يا كلود، حصل طارئٌ بسيط. ماذا كنت تقول لي؟

لكي يوضح اليه مشاجرتنا، ذكر كلود مبدأ المثلث المأساوي. شرح لي كيف أن،

في هذا السيناريو السليبي، يمكن لكل واحد أن يلعب بالتناوب دور الضحية أو المظهد

أو المتفقد.

- وبالتالي تدرकिन بأن في هكذا تصور، لا يمكن أن يكون هناك مخرج مناسب،

إلا بالخروج من اللعبة! في حكايتك، ها هو الفيلم: هو في دور المظهد حينما يحتج

في كل مناسبة؛ وأنت في دور المتفقد حينما تقترحين أن ترفعي الفئات من أجله، ثم

تكونين في دور الضحية حينما تشتكين من انعدام المساعدة، ثم دور المظهدة حينما

يتحول الحوار إلى عتاب؛ وهو بدوره يصبح في دور الضحية حينما يشتكي من نهاره

المجهد... إلخ. كل يدور بين الأدوار دون أن يجد مخرج آخر سوى التصعيد الذي لا

مفر منه في الشجار! والحال أن هناك وسائل مستأزة للخروج من هذا المثلث...

- أخبرني بسرعة!

- قبل كل شيء، أن تكوني على بينة من السيناريو لإيقاف اللعبة وانتظار لحظة

هادئة ومناسبة لاستئناف الحوار. بعد ذلك، أن تحددني جيداً حاجاتك لكي تصيغي

مطالب مباشرة من شريكك، لكي يعرف بوضوح ودون غموض ما ترغبين به. إذا كانت

عبارة عن رغبات مشروعة، ليس هناك سبب في أن لا يستجيب لها ويلبها.

- هذا مشير للاهتمام...

كنت أشد سماعاً الهاتف إلى أذني، محاولة أن أتجاهل أطراف أصابعي المتجمدة بردة. ثم نقل الهاتف أخيرة إلى يدي الأخرى لكي أدرس الأولى في دفء أعماق جيبتي.

تابع كلود، قائلاً:

- كما ينبغي عليك أن تتعلمي رسم حدودك وتوضيحها لمحيطك. إن طبيعة شخصيتك تقودك غالباً إلى المحث عن إحداث السعادة؛ وهذا شكل من أشكال الإفراط في التكيف المزمع مع رغبات الآخر على حساب رغباتك. تدفعك طبيعتك إلى أن تكوني مسايمة كثيرة، وهذا أمر جيد أن يهتم المرء بعادة الآخرين. كما يجب أن لا تخلطي بين التعاطف الجاف والتعاطف الرطب؛ في حالة التعاطف الرطب، تأخذين على عاتقك الإشفاق على الآخر، وتنشعبين بمشاعره السلبية، وتنتهين بدورك إلى سوء الحال! أما في حالة التعاطف الجاف، فإنك تنجحين في إدراك مشاكل المحيطين بك والتعاطف معهم، من دون أن تسمحني لنفسك بأن تصابي بعدوي مزاجهم السلبي. هذا النوع من الدرع الواقعي مفيد جداً لكي لا يدع المرء نفسه ينزلق إلى هذه السلبية. ثم إن بعد مضي فترة من الوقت، ولفرط ما تشعرين بأنك «كبش فداء»، تستشيطين غضباً. هذا ما حدث مع، اليس كذلك؟

أومأت برأسها موافقة.

- لا تقلقي، يجب إجراء بعض التعديلات فقط. كفي عن أن تكوني لطيفة جداً؛ كونى ببساطة أكثر واقعية في مشاعرك. ومن ثم، وهذا في غاية الأهمية، تعلمي أن تترجي طوابعك تدريجياً، بدل أن تنفجري مثل قنبر ضغط، كما فعلت اليوم.

- طوابع؟ ماذا تعني بهذا؟ سوف يكون على أن أكتب له رسائل؟

- كلا، كلا! لا أقصد هذا أبداً. نوع الطوابع، هذا تعبير بلاغي يعني أن نقول ما في قلبنا بالترديد. يجب أن نخبري زوجك بما يضايقك ويغضبك بالترديد، لا دفعة واحدة.

- أرى أن...

- إذا مررت له رسائل بلطف ومودة، لن يكون هناك سبب لكي لا يصغي إليها! ومن ثم، في المستقبل، حينما تشعرين بأن الكيل قد بدأ يطفح بك وصرك قد بدأ يتغد ويشتد بين الغضب، الرمي نفسك باتفاق معه على تحديد رمز أحمر.

- رمز أحمر؟

- نعم. اتفقا أيضا الاثنين على تحديد إشارة صغيرة تقومان بإعطائها لكي يحذر أحدهما الآخر بأن هناك خطر نشوب شجار! نحن نمارس، أنا وزوجتي، هذا القانون والأمور تسير على أحسن ما يرام! هذا يشبه إلى حد ما إشارة التحذير والفتية في السيارة. تقوم الإشارة هنا بدور ضوء يعطي ومضات لكي يحذرا بأننا نقتدم نحو أرض مملوغة! وحينما يحذر كل واحد منكما الآخر بهذه الطريقة، سوف تتجنبان التصعيد في سلسلة من المواقف العدائية.

سبع رنة من هاتفني. كانت إشارة على ورود مكالمة ثانية. كان المتصل سيباستيان. بكل تأكيد. هل أرد عليه أم لا؟ ليس في الحال. أرسل له رسالة تلقائية: لدي مكالمة أخرى.

- كاميل، هل ما زلت معي على الخط؟ لقد سمعت صوت رنين.

- نعم، نعم، وردتني مكالمة ثانية، الأمر ليس مهما، سوف أتصل به فيما بعد...

- هل كان المتصل زوجك؟

- نعم، ولكنني أرجوك أن تتابع. يهمني حقاً أن أتلقى نصائحك وإرشاداتك!

- حسناً يا كاميل. ولكن ليس لوقت طويل! يحب أن تعودني إلى بيتك الآن، وأنا

لدي صحيفة تنتظرنني أمام المدفأة!

لم أكن قد انتبه بأنني قد احتجزته لوقت طويل وأحسست بهجمل شديد.

- النقطة الأخيرة التي سأخبرك بها في غاية الأهمية، يا كاميل: تعلمي أن تصغي

انتقاداتك من دون عنف. ولتحفيق هذا الأمر، لا تبدئي جملة بكلمات «أنت» القائلة.

أنا أسمي هذا مدافع السلامات الرشاش: من المستحيل أن يسلم الآخر من رميته! لكي

تقولني ما على قوله، استخدمني بدل ذلك ح. ش. أ. ت.

- أنا لا أرى أي علاقة لهذه العبارة بالتشاجر!

- هذه عبارة عن الأحرف الأولى من كلمات: ح يذكرك بالحقائق التي أغفلتكم.

ش يعبر لك عن شعورك، أي ما تشعرين به. أو ت يقترحان عليك أرضية للتفاهم، حل يجعل الفريقين يشعران بالفوز. إذا استعدنا سيناريو مشاجرتكما، يمكن للأمر أن يكون كالاتي: «عندما اعتبرت بأنني عملت أقل منك (الحقيقة)، عانيت من ذلك، لم أشعر بأنني قد نلت ما أستحق من تقدير (الشعور الذي يتناوب)، والحال أنني أحتاج حقاً إلى تشجيعك والتي أن تكون فخورة بي، مثلك تماما بلا أدنى شك. أعتقد بأنه كان علينا أن نسمح بعضنا في غالب الأحيان بإشارات الامتنان لكي يشعر كل واحد منا بأنه يتال التقدير الذي يستحق لقاء كل ما يفعله في سبيل العائلة (مسار التحسين، البناء لكلا الطرفين). ما رأيك بهذا الكلام؟».

- آه، لا بأس به. ولكن هذا لا يجعل التصرف طبيعياً بالفعل.

- أيهما أكثر أهمية: أن يكون الوضع طبيعياً أو تجنب تصعيد النزعة العدائية؟

ابتسمت.

- حسناً، يا كلود، لقد فهمت السبدأ. ولكن كيف سأنتدرك الأمر، الآن؟ حينما

تركته، كان غاضباً جداً. حتى أنه تحدث عن الطلاق!

- به، لقد قال ذلك تحت تأثير الغضب... أنا واثق لو أنك تمدنين نحوه يد

المصالحة، سيكون سعيداً جداً ليتلقفها، سوف ترين. التقدم خطوة نحو الآخر، يبدو

عملاً سهلاً جداً، ومع ذلك هناك القليل من الناس ممن يقدمون على ذلك. ولهذا

السبب هناك الكثير من حالات الطلاق. يا لها من خسارة! كم من قصص الحب

تضيع في حين أن القليل من الجهد يسكنه أن يجعلها تنطلق من جديد وهي أكثر

جمالاً! يجب أن نقول بأنه في مجتمعاتنا، الذي يعيش نزعة استهلاكية فائقة، نفضل أن

نرمي أي شيء بدل أن نقوم بإصلاحه. يقول مثل صيني: «السعادة الكبيرة تأتي من

الساء، والسعادة الصغيرة تأتي من بذل الجهد».

- آه، يا كلود! أنا حريبة جدا، أحيانا... أشعر بأن الرداء الرمادي قد حل محل الرداء الأبيض...

- هذه أيضاً فكرة مفكرة بكل أجزائها وهي من صنع دماغك. أنت تملئين في فيلم رديء. يمكن في أي لحظة أن تقرري التغيير فيه، تذكرني ذلك!
- كيف؟

- قبل كل شيء، من خلال الاستمرار في القيام بما كنا قد بدأنا القيام به: أن تكوني على ما يرام، من خلال الاعتناء بنفسك، من خلال التركيز على مزايك ومؤهلاتك، من خلال إعادة اكتشاف احتياجاتك وقيدك العميقة. باختصار، من خلال الانطلاق من جديد من نفسك لكي تتألقي. لا ينبغي عليك أن تلقى على عاتق شركتك مسؤولية سعادتك. ليس عليه أن يكون في حياتك سوى حبة كرز على قالب الحلوى.
نخيلت رأس سياستيان مزروعة وسط قالب حلوى ضخم وهو يقطر كريمة طازجة.
مشهد مضحك.

- أنت ترى بأنني توقعت منه الكثير؟

- ليس أنا من عليه أن يجيب عن هذا السؤال. أنا أقول ببساطة بأنه على السوء أن يجيد الحب بمرونة. مثلما هو الحال مع المطاط: يجب ألا يكون مشدوداً جداً لأن ذلك يكون خائفاً، ولا أن يكون ممطوطاً جداً، لأننا سنتهي في النهاية بخسارتنا للروابط بيننا. يجب أن نجد الشدة المناسبة. كما أنه من الضروري ألا نخلط الخيوط التي تربطنا إلى الماضي.

- وما معنى هذا؟

- هذا يعني أن تفهمي كيف تؤثر العلاقات التي عشتها في طفولتك على حاضرك.
- أنا لا أرى كيف يمكن لشيء من الماضي أن يؤثر على حياتي الراهنة!
- ومع ذلك، لا تتصورين إلى أي درجة ذلك يؤثر! ألم تخبريني بأن والدك كان قد

انفصل عن والدتك قبل أن يبلغ عسك عامين؟

- نعم، هذا صحيح.

- من الممكن أن بعض الأوضاع في حياتك الراحة تعيد فتح جراح الماضي هذه وتطلق رغبا عنك حسولة شعورية غير متناسبة مع الحدث المنار. تطلق على هذا اسم رباط. منذ قليل، بطريقة لاشعورية، أغضبت شريكك إلى حد أنه قال، حانقا، بأن الأمر سوف ينتهي بينكما بالطلاق... لقد ثبت من دون أن تدري ذلك تصورا سلبيا سابقا، وهو رعب طفولتك: أن تهجري من قبل الرجل الذي تحبته...

- إنه لأمر فظيع أن يرى الأمر بهذه الطريقة! حقا أنني لم أدرك ذلك...

بعد أن تحدثت تماما بفعل البرد، دخلت إلى حانة كانت لا تزال مفتوحة الأبواب وطلبت كوبا من الشوكولاتة الساخنة من النادل الذي اقترب من طاولتي. كان الهاتف النقال قد سخن بين يدي. كان قد مضى نصف ساعة وأنا أتحدث إلى كلود ومع ذلك ظل يواصل تدريبه بالحمية نفسها التي أظهرها في السرة الأولى. كان هو الآخر قد عانى مكربا من كل هذا؛ فلم يكن يوسعه أن يكون محتفلا. كان مندمجا جدا بما كان يرويه! وأنا بدوري لم أدع أي جزئية من حديثه تفوتني.

- كان الوعي خطوة أولى ممتازة في سبيل قطع رباط الماضي. بعد ذلك، من خلال الاستمرار في عملك الشخصي بثقة بنفسك وتحويل إيجابي سوف يمكنك أن تتخطى بهائيا من شياطين الماضي هؤلاء. لم تعود الفتاة الصغيرة المعذبة التي كنتها حينما غادر والدك. أنت الآن امرأة بالغة مسؤولة ومستقلة وقادرة على مواجهة المواقف والأوضاع. والحالة هذه، من المهم جدا أن تطسني هذا الجزء منك والذي سبق له أن عانى من الخوف ومن الألم فيما مضى... وبهذه الطريقة، سوف تكونين متصالحة مع هذه القطعة من نفسك!

سألت وأنا أفتح على كوبي من الشوكولاتة الساخنة:

- وما الذي على الواحدة أن تفعله لكي تطسني الفتاة الصغيرة التي في داخلها؟
- أن تزوي في ركن، في هدوء، وأن تتحدث إليها مثلما تتحدث إلى أطفالها.
يمكن أن تقولي لها بأنك تحبها وبأنك ستكونين دائما إلى جانبها وأنه يمكنها الاعتماد عليك... ولكن للشفاء التام من هذا الجرح الطفولي، سيكون عليك المرور بمرحلة

المفكرة.

- لمن؟

- أن تسامحي والدك.

...

لا بد أن كلود قد شعر بأن هذا الأمر كان محرّجا، لأنه واصل حديثه وهو يحاول أن يسوّف الأمر:

- سوف تفعلين ذلك في اللحظة المناسبة، حينما ستكونين جاهزة لذلك... في الوقت الزامن، ركزي اهتمامك على حياتك الزوجية، كوني محرك العلاقة وأعطي أكثر! - وكأننا نعود قليلا إلى المربع الأول الذي انطلقنا منه، ألا تري ذلك؟ لماذا سيكون على أنا أن أبذل الجهود دائمة؟ لماذا ليس هو؟

- لأن التغذية الإيجابية للعلاقة سوف تنعكس عليك أضعافا مضاعفة! كان أرسطو يقول: «الإحسان إلى الآخرين أمانة مستتيرة». ثم فكري بأنك، الآن، أنت من لديك الوقت الكافي للتسمية البشرية ولتطوير الذات. وبالتالي، عليك أنت أن تبيني له الطريق. ثم ليس من الطبيعي أن تكوني الأكثر إقدام على اتخاذ المبادرات؟ بصورة غريزية، سوف تعرفين كيف تشعلين الشرارة لإعادة إيقاد النار... اتفقا على أنه من الأفضل أن تكفيا عن كونكما محبوسين في إطار الثنائية الكلاسيكية القائمة على «من فعل ماذا»، هذه المناهضة السلبية لتحديد أي من الزوجين الأكثر أهلا للتقدير... يجب التخلص من هذه الثنائية، ألا تعتقدين ذلك، يا كاميل؟

أجل، بكل تأكيد... لقد كان محقاً. لقد كان محقاً لمائة مرة.

- انطلقني من مبدأ أن الآخر يحاول أن يعطيني أفضل ما يمكنه في العلاقة في اللحظة المحددة، وحافظي على ما هو إيجابي بدلا عن أن تركز على ما يحبطك، لأن هذا لا يتوافق تماما مع رغباتك وتوقعاتك. يحصد المرء ما يزرعه... لقد صدق القول المأثور. ازرعي اللوم، سوف تحصدين الاستياء وخيبة الأمل. ازرعي حبا وعرفانا، سوف تحصدين الحنان والامتنان.

- اسم... هذا صحيح. فهم ذلك. ولكن ما يجعلني أجن أيضاً، هو هذا الفتور، هذا الجمول في مشاعر الحب! أنا التي لا أزال أحلم بأحاسيس عظيمة وبإظهار مشاعر رومانسية!

- هنا أيضاً، ينبغي سلوك طريق الوسط: لا أوهام غير قابلة للتحقق ولكن لا طموحات في الحضيض كذلك. أنت محقة في رغبتك في إيقاد الشعلة من جديد... ما دمتي لا تسعين إلى توقعات ورغبات غير متناسبة وصعبة السنال! عليك أن تحترمي وتقلمي بالشخصية العميقة لشريكك وألا تنتظري منه أشياء لا يمكنه أن يمنحك إياها. الحب مثل نبتة تتطلب الكثير من العناية وتنمو جيداً حينما نسقيها. فدري زوجك حتى قدره في كل ما يفعله من أفعال حسنة وأظهري له الامتنان، بل والإعجاب. سوف تزينه حينذاك بتغير ويزدهر يوماً بعد آخر. وعلى الأرجح سوف يصبح أكثر تقبلاً لمتطلباتك الرومانسية. الابتسامات والمساندة والحنان، هذه هي تربة هوية حبك! أطلق هانقي رنة أخرى.

- مرة أخرى، سيباستيان هو المتصل.

- حسناً، افتحي الخط يا كاميل، ماذا تنتظرين؟

- كلود؟

- نعم.

- شكراً.

تبادلنا سيباستيان وأنا بعض كلمات، كانت كافية لنزع فتيل التوتر. ولكنني نظفتي لمسة من الفكاهة على تصالحننا، عدت إلى بيتي وأنا ألوح بمنديل جيب أبيض أمام فتحة الباب. وقد طبع السلام نقلة حنونة ورقيقة في لقلنا. استغل أديان ذلك ليخرج من مخبئه وقرر إلى رقتينا. سأل وهو قلق بعض الشيء:
- لن تعودا للانفصال، أذا؟

نظرتنا، سياستيان وأنا، كل منا إلى الآخر، بحثا عن طمأنينة. فلمحت في عينيه...
نعم، كان فعلا كذلك... لمحت بريقا من الحب والتعلق أشاع في داخلي الطمأنينة.
قلت، وأنا أداعب شعره برقة وحنان:
- كلا، أبدا!

احتج على حركتي وسارع إلى إعادة ترتيب خصلات شعره، قائلا:
- هيه، ماما!

منذ فترة، كان ينشغل كثيرا بمظهره وكان يتجنب من يلمس شعره المعصفوف والمرتب
بعناية كبيرة! مستغلا جو المصالحة هذا، ترفع الطفل الساكر بدكاء عن قضيته:
- بما أنني قد أنجزت كل واجباتي المدرسية، هل يمكنني أن ألعب قليلا على
الآياد خاصتي، يا أمي العزيرة؟

لم أكن أعلم ماذا ستكون مهنته، ولكنني لم أكن فلقة كثيرة بشأنه! كان بارعا في
اقتيادك إلى حيث يشاء! كان من المستحيل أن تغضب عليه لزمّن طويل أو أن تغارم
كلماته الساحرة...

حينما جلس أديان مشدودا إلى الآياد بجديّة الملاعب المخضرم، انسحمت للحظة
مع سياستيان لوجدنا، كانت الحركات الحنونة لا تزال متحفظة بعض الشيء، حيث
كاست الروح لا تزال مخدوشة من جراء المشاجرة. وبينما كان يسكب لنا ما تبقي في
قاع الرجاجة من نبيذ أبيض، أدرك الجهد الذي ينبغي بذله لكي نسمح حيناً من جديد
كل الروعة الغابرة. لكي يستعيد حنا روعته، كان لا يزال أمامي طريق عني سفوكة إلى
النهاية...

لحسن الحظ، بدا أن كلود يعرف الشعاع المؤدي إلى ذلك الطريق.

14

من أجل درسي المقبل، حدد لي كلود موعداً في حديقة أكليماناسيون. وكان قد مر زمن طويل جداً وأنا لم أذهب إلى ذلك المكان. كانت روحي الطفولية المختلجة تلتذذ وتستمتع برؤية عروض الألعاب وقضم حلوى تقاحة الحب. ربما كنت سأصاب بلعنة حلوى كوروس بالشوكولاتة، ولكن، حسداً لله، وصل كلود في الوقت المناسب لكي يشيني عن المحاولة. دعائي، في البداية، إلى شرب كوب من الشاي في مقهي أنجيلينا، حيث لم أسمع لنفسي سوى بشي، شهبي واحد، وهو عبارة عن شريحة من الميسون - نظراً إلى درجة الرواقية الضرورية لمقاومة أكشاك الحنويات الرفيعة، كان ذلك يستحق أن يكون ترقية. ثم أدخلني إلى قاعة المرايا المشوهة.

- ماذا ترين هناك، يا كاميل؟

أجبت وأنا أنهفه:

- يا للهول! أرى نفسي أكثر بدانة ومشوهة.

- هل هذه الصورة حقيقية؟

- كلا، لحسن الحظ! لست بدنية بهذا القدر.

- أنت لست بدنية بهذا القدر في الواقع أيضاً، يا كاميل. لمعظم الوقت، ترين نفسك كما ترين نفسك الآن من خلال هذه المرأة المشوهة بسبب أفكارك السلبية التي تشوه الواقع. يلعب ذهنك أدواراً سلبية وسبئة في هذا المجال. إنه يروي لك قصصاً

وأنت تتبين بتصديقها! إنه ساحرٌ أسود، ولكنك ساحرة أكثر قوة منه أيضاً: لديك القدرة على توقيف ذهنك، بل والفلاعب به! انظري الي، يا كاميل... من هو سيد أفكارك؟ - لا أدري.

- أجل، أنت تدرين..

- أنا؟

- بالطبع. لا أحد سواك! غالباً ما يكون المرء حكماً سيئاً بالنسبة إلى نفسه. اليوم، أنت مقتنعة بأنك بديهة جداً لأن لديك ما يقارب أربعة كيلوغرامات زائدة، لكنك تضخمين المشكلة في ذهنك... أستطيع أن أؤكد لك بأن هذه ليست هي البدانة! أقيت عليه نظرة جانبية، وأنا أفكر من جديد بالرجل الذي شاهدته في الصورة، في مكتبه. تري هل يكون أحد أقاربه؟ تري هل يكون هو نفسه؟ لم أجرؤ على طرح السؤال عليه على نحو مباشر. فحاولت أن أقارب الموضوع بطريقة مختلفة.

- لدي إحساس بأنك تعرف السؤال جيداً...

رأيت العيوس يتعمق على جبينه والمفاحأة ترسم على وجهه.

تضحج، كما لو أنه كان يسعي إلى كسب الوقت، كما لو أن السؤال قد ضايقه.

ناهت نظراته في الفراغ وأجاب بتهرب:

- نعم، في الحقيقة. أعرف جيداً المشكلة...

- لأنك شاهدت ذلك بنفسك؟

قرأت في نظراته بأنني كنت أضايقه بأستلتي..

- هذا ممكن. ولكننا هنا لا لكي نتحدث عني أنا.

شعرت بخيبة أمل في داخلي. ربما كنت مهتمة جداً بمعرفة المزيد عن حياته...

ولكنني شعرت بأنه يجب على أن لا نلح عليه الآن.

افتادني إلى أول مرآة في القاعة. مرآة طبيعية.

- إذا، يا كاميل، انظري إلى نفسك جيداً، وقولي لي الآن ما هو أكثر ما يعجبك

في جسدك؟

- تبعثت في انعكاس صورتي على المرأة بحثاً عن العناصر المفضلة لدي.
- حسن، أعتقد بأنني أحب كثيراً عيني، لهما بريق ولونهما جميل جداً...
- ممتاز، تابعي...

نزلت إلى الأسفل قليلاً لكي أقيم مفاتيحي الأثوية.

- صدري ليس سيئاً كذلك... إنه يستحق جسداً جميلاً. كاحلاي يعجباني كثيراً أيضاً. لدي ساقان رفيفان حتى منطفة الركبتين!

- ممتاز، يا كاميل. سوف تفعلين إذا كل شيء، لكي تمنحي قيمة لمؤهلاتك وتركيزي انتباهك على هذه المزايا بدل التركيز على العيوب الصغيرة التي تظهر على جميع الناس. حافظي في ذهنك على الدوام بأن بعض النساء اللواتي لم يكن على هذا القدر من الجمال ومع ذلك حققن نجاحات باهرة. خذي مثلاً إديت بياف التي حظيت بأوسم الرجال أو مارلين مونرو، المعروفة بامتلاء جسمها! لكن الأهم من كل ذلك، والذي خشيته، هو ما تحرريه من داخلك. الثقة بالذات هي أجمل مجوهراتك. أظهري بريقك وستكونين على جمال لا يقاوم! حينما تملئين نفسك بالأشياء الحميلة ستكونين جذابة. صديقتي، إن الطيبة واللطيف يشعان أكثر من أجمل المجوهرات! ما تكونين في الداخل يرى في الخارج، أي أن جوهرك هو ما يظهر.

رأدتني الرغبة في أن أسأله إن كان هذا ما قد حدث معه هو... كان يلقي على حياته متاراً من العصوص لم أجزؤ بعد على رفعها. فاكتفيت بإبداء ملاحظة ترفهية.

- ما تقوله أشبه إلى حد ما بدعاية للسن، ولكنني فهمت الفكرة العامة...

- اعلمي كل يوم لكي تكوني شخصاً أفضل، حركي أمواجاً إيجابية وسوف ترين قريباً النجاح الذي سوف تحظين به!

- وإذا لم أنجح في ذلك، يا كلود؟ إذا ما بقيت، على الرغم من كل شيء، أجد نفسي قبيحة؟

- صه، صه، صه! كني عن تغذية جردائك، يا كاميل. جردائك، هم مخاوفك وعقدك ومعتقداتك الخاطئة وهذا الجزء منك الذي يحب كثيراً أن يتشكي ويلعب دور

كالبيررو⁽¹⁾. حل تهمين ما تسعين إليه، لا شعورياً، من خلال لعب هذا الدور السيئ؟
- لممم... ربما إذا بقيت فيبيحة، سوف لن أجدب الاهتمام ولن أجازف بأن أخيب
الأمل. أو أن يخيب أمني! ومن ثم، على الأقل، لن ينتظر الناس مني الكثير، وسأحظني
بالهدوء والسلام!

- وما هو خطر لفت الأنظار؟

- من يلقي المزيد من النظرات، يطلق المزيد من التعليقات والمزيد من الأحكام،
وبالتالي من المحتمل أن أنتعز من مخاطر أكثر...

- نعم، سوى أنه لا يمكن لأحد أن يتال منك إلا إذا كنت سهلة المنال. كلما
كنت أكثر ثقة بنفسك، كلما كنت أقل عرضة لأن تحرجي بإصابات من الخارج.
حينما تعززين احترام وتقدير الذات وتمتلكين مشروعاً للحياة منسجماً بالكامل مع
شخصيتك وقيمتك العميقة، سوف تتقدمين جدياً، قوية بنظرتك الإيجابية، ولن تعودي
تشعرين بالخوف. سوف تكونين «مهيأة»، وفي ونام مع ذاتك ومع العالم.

- إذا كانت الأمور كما تقول، فهذا مثير ومشجع... أتمنى أن يأتي هذا اليوم العظيم

فريباً.

- هذا يتوقف عليك وحدك، يا كاميل.

- ولكن ماذا عن كيفية تحسين صورتي عني...؟

قادني كلود إلى مرآة تجعل الصورة أكثر نقاء وشفاء.

- قبل كل شيء، كل صباح، حينما تفتحين أمام مرآتي، غيري الحوار الداخلي.
رددي التأكيدات والأحكام الإيجابية. رددي بأنك جسيمة وجذابة وبأنك تحبين قوامك
وأن لديك عينان جميلتان وصدر جميل وبأنك امرأة رائعة تتدجج فيما تبدأ به... الخ.

- أليس في هذا شيء من المبالغة؟

(1) كالبيررو: هو شخصية في مسلسل رسوم متحركة، وهو فرخ دجاج صغير لونه اسود: على
عكس الفراع الأصفر. ويرتدي نصف قشرة يرضه على رأسه وهو معروف بنديه نحفه
السيئ. - المترجم

أجاب مفتاحاً:

- كلا، لا مبالغة في ذلك. بعد ذلك، سوف تتعلمين فن النمذجة.

- وماذا يعني؟

- ما هي المرأة التي تثير إعجابك أكثر ولماذا؟

- لا أدري... أنا أعشق إيزابيل أوبير، أرى أن لديها سحرًا باهرًا!

- ممتاز. إذا، ادرسي إيزابيل أوبير بتصرفاتها وحركاتها وطريقة مشيتها وابتسامتها... .

درسي نفسك على تقليد حركاتها. أغمضي عينيك. تصوري نفسك بأنك تسييرين في

الشارع ومثلي دور إيزابيل أوبير. كيف تشعرين بنفسك؟

- جميلة، واثقة من نفسي، رصينة، هادئة... .

- كيف يتفاعل الناس من حولك؟

- ينظرون إلي ويبدون إعجابهم بي... .

- هل هذا ممتع؟

- ممتع للغاية!

- رائع! احتفظي بهذه الأحاسيس في ذهنك، ولا تترددي في أن تجعلي ذلك

حقيقة. قمصي شخصية إحدى النساء التي تعتبرها نموذجاً لك!

- حسناً. سوف أحاول... ربما يكون هذا الأمر مضحكاً وغبياً.

- وطالما أننا نتحدث عن النماذج... أود أن تبحثي لنفسك عن مرشدين. أي

الأشخاص الذين يشيرون إعجابك أكثر من سواهم؟ ما هي مزاياهم؟ ما هو نموذج

نجاحهم؟ ادرسي حياتهم، اقرأ سيرهم الذاتية... وأعددي لي كشكولاً جميلاً من كل

صورتهم. هل يمكن أن تجهزي لي كل هذا في غضون خمسة عشر يوماً؟

- اممم... سأحاول... .

في الحقيقة، شعرت إلي حد ما وكأنني تلميذة كلفت بكم هائل من الواجبات

المدرسية، ولكن كلود حذرني: الوحوش الداخلية الصغيرة تتصد: الكسل، الإحباط... .

كان على أن أتثبت، حتى وإن بدا لي إيقاع التغيير كفيفاً ولم أشعر بعد بأنني مرتاحة

جداً في ثياب شخصيتي الجديدة.

15

عدت إلى بيتي، منهكة. كانت الأفكار تندفع في رأسي. يا لكم التغييرات التي حدثت في وقت قصير جدا! كن أحتاج إلى أن أستحم لكي أرتاح. عطيت جسدي بكمية هائلة من الرغوة واستلست للانغماس في الماء الحار الذي كان يعض جسدي. يا للذة! لعبت مع الرغوة متلما كنت أفعل حينما كنت طفلة صغيرة، وكانت متعة حقيقية بأثر رجعي.

كان لدي متسع من الوقت: كنت في مساء أمس، عوضا عن مشاهدة التلفزيون، قد أعددت طبقا خفيفا وشهيا لليوم التالي. ولم يكن علينا القيام بأي شيء سوى أن نجتمع إلى السائدة.

تناولنا الطعام بشهية وتلذذ، وحظيت بحفلة من الأصوات السعيرة عن النناء والامتنان. - هذا في منتهي اللذة، يا ماما! يسكن أن تصبحي طاهية عظيمة، هذا رأيي! ضحكك من طرف خفي وأنا أرى اسي وهو يملا طبقه للمرة الثالثة من الفطيرة التي كنت قد حشوتها بجبنه التومو النباتية المصنوعة من حليب الصويا والكوسى ووضعت في وسطها بعض حبات الزيتون وشرائع من جبنة الماعز.

لقد تناول الكوسى... لقد تناول الكوسى...

من المؤكد أن هذه الأجواء كانت تغير من حالات الجمود والبرود... كان أندريان، بعد تناول العشاء، غالبا ما يقترح على أن أشاركه في لعبة ولكني لم

أكن أشعر أبدأ بالهسة والجسارة على ذلك. ثم، ألم أصبح كبيرة على هكذا ألعاب؟ حينما وافقت، هذه المرة، على مشاركته في اللعبة، دُهل للأمر ووقف فاغر الفاه. جعلني بريق الفرح الذي تالاً حينها في عينيه، تلك الفرحة الليرينة التي وحدهم الأطفال يستطيعون أن يشعروا بها، أتخلي في النهاية عن تحفظاتي.

كان كلود قد اقترح على هذا الأمر. نصحتني أن أكف عن السبالغة في إظهار الرشد والريانة وأن أنخرط أكثر في لحظات من التواطؤ والمشاركة مع ابني. كان قد قال لي مع غمرة تواطؤ وتشجيع: «السر، هو المشاركة». ها أنا ذا إذا في هيئة لاعب، وأنا أحاول أن أعيد التواصل مع الطفلة التي في داخلي، هذا الجزء من ذاتي اللعوبة والخلاقة التي في غالب الأحيان يتم لجها من قبل ذاتي الراشدة والريانة المسؤولة والسببة للكد. كان كلود قد شرح إلى هذا الأمر أيضاً. وبخلاف كل التوقعات، استمتعت بذلك. وكان الوجه البشوش والفرح لابني يضاهي كل المكافآت. بعد أن أشبع حاجته من اللعب ومن إثبات الحضور، نام من دون أي تكلف في تصرفاته. يا لها من سعادة وهناء!

حينما عدت إلى غرفة الجلوس، طلب مني سيباستيان، الجالس على الأريكة:

- تعالي واجلسي قليلاً.

أجبت بلطف:

- كلا، ليس الآن. لدي عمل.

بدأ متفاجئاً، بل ومندهلاً بعض الشيء. يجب القول بأنه في العادة أنا من كنت أتوسل الحنان. وفجأة ولمرة واحدة، انقلبت الأدوار. تري هل وجدت هنا درجة الشد المناسبة للمطاط؟

جلست إلى طاولة الصالون أمام حاسوبي المحمول، ولكن أيضاً مع ورقة وأقلام. بدأ بما هو أكثر سهولة: الصورة الصينية للشخصيات التي أردت نمذجتها.

كثبتُ كيفما كان:

وددت لو أمتلك حكمة غاندي، وصفاء بودا ولطافة وأناقة أودري

هيورن وحس روكفلر في الأعمال وإرادة وتنسك الأم تيريزا وشجاعة

مارتن لوثر كينغ وبراعة رولتايل وعمقيرة بيكاسو الخلاقة وابتكار
ستيف جوبز والخيال البصري لداغنيستي وإحساس شابلن وأخيرا،
برودة وفكاهة جدي!

سعيدة بعضفي الذهني، جلّيت صور كل تلك الشخصيات ثم طبعتها لكي أعدد
لوحتي الخاصة بالمرشدين. لم أكن أتوقع بأن الثمرين سيحسن حالتني إلى هذه الدرجة
الكبيرة: كانت كل تلك الصور تلهمني وتعيدني إلى جذوري. وأنا أنظر إليها، حاولت
أن أكتشف قليلا من سر موهبتها وأن أفاثر بنمط نجاحها. شعرت بأن هذه التجربة
الصغيرة قد أتاحت لي بأن أسلط النور على بعض قيمتي وأن أوضح وأنضح رؤية الشخص
الذي كنت أريد أن أصحبه.

كانت للوحاتي هيئة جميلة! قررت أن أعلقها في مكان جميل بالقرب من مكتبي.
ومن ثم واصلت أبحاثني في مجالتي المفضل، أقصد الموسيقى، ففتشت عن السير الذاتية
للمبدعين الكبار ومن بينهم مصمم الأزياء المفضل لدي: جان-بول غونيه.

أسرعت بشوق إلى المدخل الشخصني له على موقع ويكيبيديا:
في سن الخامسة عشرة، رسم تصاميم مجموعة ألبسة للأطفال.
وبعد أن شاهد فيلم فالبالاس للمخرج جاك بيكر، والذي كان
مارسيل روشاس قد صمم كل أزيائه، قرر أن يجعل من الخياطة
مهنته. أرسل ملف إلى دار إيف سان لوران، ولكن رفض طلبه في
العمل. فذهبت رسومات تصاميمه إلى دار سير كارديان. في اليوم
نفسه الذي بلغ فيه الثامنة عشرة من عمره، التحق بدار التصميم،
والذي سيقفي فيه لأقل من عام واحد، قبل أن ينضم إلى جاك
إيسترييل «العجيب» ومن ثم، في عام 1971، إلى فريق جان باتو.

كيف يمكن لرجل بهذه العمقيرة أن يرفض من قبل دار إيف سان لوران في بداية
مشواره؟ أمر لا يصدق!

كان ذلك بعيدني إلى قصة المثابرة والإصرار التي كان جدي يرويها لي غالبا.

- هل تعلمين من هو هذا الرجل، الذي ولد فقيراً، والذي اضطر لأن يتحمل الهزيمة طيلة حياته؟ ربما كان بوسعك أن يستسلم لسرات عديدة وأن يجد ألف سبب لكي يفعل ذلك، ولكنه لم يفعل ذلك. كان لديه موقف بطولي وقد أصبح في النهاية بطلاً. والبطل لا يستسلم أبداً. منذ طفولته المبكرة، طرد من منزله. فقد والدته. أفلس للمرة الأولى. انهزم في الانتخابات التشريعية. فقد وظيفته. أفلس مرة أخرى وأمضى سبعة عشر عاماً لكي يقوم بتسديد ديونه. ماتت خطيبته. اجتاز انهياراً عصياً شديداً وخطيراً. انهزم في انتخابات رئاسة مجلس النواب في ليتوي، بعد أن انتخب في الكونغرس، ولكن لم يعد انتخابه. لم يحصل قط على وظيفة وكيل الأراضي في ولايته الأم التي ترشح لها. تقدم بترشيحه إلى مجلس الشيوخ الأمريكي ولم ينجح في الانتخابات. قدم ترشيحه لمنصب نائب الرئيس خلال المؤتمر الوطني للحزب ونال أقل من مائة صوت. تقدم بترشيحه في انتخابات مجلس الشيوخ وانهزم مرة أخرى... هذا الرجل، يا كاميل، هو الرئيس أبراهام لينكولن!

كان يرزى لي هذه الحكاية وفي النهاية، بتسم ابتسامة خفيفة، سعيداً بالسقوط. وأنا، هل عرفت كيف أثار طيلة حياتي كلها، أم أنني تخليت سريعة جداً عن أحلامي؟ ألفت هذه الفكرة ظللاً على مزاحي. شعرت بشيء من التكد والكآبة، فتوجهت نحو الخزنة الموجودة في نهاية الممر وأخرجت منها صندوق رسومات. في صمت، تصفحت تصاميمي التي رسمتها في وقت سابق. لاحظت، مندهشة، سهولة الخطوط والقسمات. هذا لأنني كنت أمتلك ضربة ريشة مقدسة، في تلك الفترة! ربما كنت سأصبح ذات شأن في هذا المجال، لو أنني انتسبت إلى مدرسة للرسم عوضاً عن دراسة التجارة... ولكن الآن، فات الأوان. إلى جانب التصاميم الأكاديمية، كنت أنسلي بالعودة إلى ألبسة أطفال عادية. كنت أتخيل إضافات من النسيج ومن المواد ومن الزخارف التي قد تضفي عليها ابتكاراً لا يمكن إنكاره.

مازحني سياستان وهو يسر في السر:

- عجباً! تضعين رأسك في هذه الأشياء القديمة والمهجورة؟

ألقيت عليه نظرة غاضبة.

قال وهو يطبع قبلة على خدي:

- اعدرتيني! كنت أمارح! رسومات جميلة جداً وممتازة. هل ستأتين إلى النوم؟

- لا، ليس الآن... سوف أشاهد لبعض الوقت كل هذا.

لامست أوراق الرسم كما لو أنني ألامس حلماً بأطراف أصابعي. وماذا لو قررت أن

أمنح الحياة من جديد لهذا الحلم؟ هل سيغفم سياستيان ذلك؟ هل سيقف إلى جانبي

لكي أستقل قطار التغيير، أم أنه سيقتي واقفاً على رصيف المحطة؟ كان هذا السؤال

يشغل بالي ويؤرقني...

16

أخبرت كلود بقلقلي الخاصة بتطور علاقتي مع سياستيان. أفهمني بأن هذا الأمر قد يربك زوجي وهو يراني هكذا أ طرح حياتي ثانية للبحث. لا بد أن كل هذه التحولات سوف تهزه من الأعماق. كان على أن أقبل بأن وجود مرحلة انتقالية أمر في غاية الضرورة. ففي نهاية المطاف، كنت أفرض عليه ثورتي الصغيرة، في حين أنه لم يكن قد طلب مني أي شيء! كان لا بد لي أن أترك له ممسعا من الوقت لكي يتكيف مع هذه التطورات. ثم أن فترة كهذه من التحول كانت تترافق قسراً، لدي كما لدى زوجي، بحملة من المشاعر والأحاسيس: المقاومة وخطوتان إلى الأمام وثلاث خطوات إلى الوراء...

في الواقع، كان خوفي مضاعفاً ومزدوجاً: الخوف من ألا يتبعني سياستيان في مشروعي الهادف إلى إعادة توجيه عملي المهني، والخوف من أن تستمر علاقتنا في التشر...

فقال لي كلود:

- أول ما ينبغي عليك أن تعرفه هو إن كنت لا تزالين تحبيه.
- نعم، بالطبع، حتى وإن كنت أشك في ذلك في الكثير من الأحيان.
- غالباً، ليس الآخر هو ما لا نعود نحبه، وإنما ما آلت إليه العلاقة معه. والحال أن كل طرف في الحياة الزوجية يكون مسؤولاً مشتركاً عن نوعية العلاقات المتبادلة. إذا

كنت تريد أن توقدي الشعلة من جديد، أطلقني الشرارات! لا تنتظري دائماً أن تأتي المبادرة من الآخر، وقد سبق لنا أن تحدثنا عن هذا الأمر...

- ولكن كيف على أن أتصرف؟

- أن تسمي ابتكارك الغرامي على سبيل المثال...

- مستع! ولكن بأي طريقة؟

- يمكنك أن ترسلي إليه رسالة هاتفية قصيرة غرامية 3.0 كيداية.

- 3.0؟ ماذا تعني بهذا الرقم؟

- حسناً، في حين يرسل الجميع رسائل هاتفية قصيرة صوتية، اسلكي سبيلاً مختلفاً وأرسلي إليه رسائل هاتفية قصيرة مبتكرة، مكتوبة بعناية وأناقة، خالية من الأخطاء الإملائية!

- وماذا أيضاً؟

- انبعي إلهامك! أعني أن هناك بعض التقنيات. حدي اهتمامات زوجك العزيز والحنون واختاري واحدة من تلك التقنيات. ومن ثم اكتبي، بطريقة العصف الذهني، كل الكلمات والعبارات التي تراود ذهنك والتي لها علاقة بهذا الموضوع. وأخيراً، اخطي مقاربات غير ممكنة الحدوث بالكلمات وابتكري عبارات من أجل كتابة نص عذب. ما الذي يُفتنُّ زوجك؟

- يعشق الزن⁽¹⁾. يمارس اليوغا. ويحلم بأن نذهب إلى الهند.

- ممتاز. نعد قائمة بكل الكلمات المتعلقة بهذا الموضوع.

بمساعدة منه، خريش على ورقة ما يلي:

(1) زن: نفضة يابانية تُضرب على طائفة من الماهايانا البوذية اليابانية، تفرعت عن فرقة «تشان» البوذية الصينية، يضربون أيضاً على مذهب هذه الطائفة. يتميز أتباع هذا المذهب بممارسة التأمل في وضعية الجوسوس-وازن- كما يشتهرون بكثرة تدابيحهم للأقوال المأثورة والمعبر-المترجم-

زن. لوتسو. زهرة اللوتس. نوان. نفس. نسة. سلام. جمال. نموشة
ماغلية. صريقة زن. تأمل...

أنت علي، قانلا:

- اكتبني كل شيء يا قانلا، ستكون هذه هي مادتك الأولى الإبداعية. وتذكر قاعدة

EQFD.

الحرف (€) المشطوب، ويعني أن لا رقابة (Censure) ولا نقد (Critique).
والحرف (Q) للدلالة على الكمية (Quantite)، أي بث أقصى ما يمكن من الأفكار.
والحرف (F) للدلالة على الغرامة (Farclu). أهلاً وسهلاً بالقرابة! اكتبني حتى الأفكار
الأكثر غرابة والتي لا يمكن لها أن تحدث. والحرف (D) للدلالة على نوالد الأفكار
(Démultiplication). حيث فكرة تستجر أخرى، وهذا ما يسمي بالارتداد!
- سوف أتذكر ذلك. شكراً يا كلود.

- بعد ذلك، قابلني مفردة زن مع المفردة الغرامية، ثم حاولي جيداً واكتشفي اللقي
التحريرية التي نتجم عن ذلك. فكّري أيضاً بالتعبير الأسلوبية: مثل السجع -تكرار نبرة
الحرف الصوتي نفسها-، والجناس - تكرار نبرة الحرف الساكن نفسه-، والمقارنات
والتضخيم -المبالغ في النبرة-، والتضاد -الدمج بين كلمات في مقارنة لا يمكن حدوثها،
كما هو الحال في العبارة الشهيرة «نور دايس يُسقط نجوماً» التي استخدمها الشاعر
المسرحي كورناي-، والنورية، أي تخفيف التصريح، كأن يقول المرء: «هو ليس قبيحاً»،
لكي يقول بأنه جميل، والكثير من الأمور الأخرى. ولكن الأهم من كل شيء: ليكن
قلبك دليلك!

- لا ضير في المحاولة فهي لا تكلف شيئاً.

ما فعلته على الفور، كان يثبت بأن الأمر لم يكن بالسهولة التي كان يوحى بها.
مطرقة في التفكير، والقلم معلق في الهواء، بحثت عن الإلهام تاركة أنظاري نرنو إلى ما
وراء الواجهات الزجاجية...

استغرق الأمر ما يقارب عشرين دقيقة قبل أن أقدم نصي الغرامي إلى كلود:

محببي.

في الخارج، ساءت منخفضة ونغيلة، في الداخل، تسر في كبر السن.. إنه تأثير السعادة في أن أفنك هذه الساء، في بيننا النعوية، نعوية الرفق، والحرارة، نعوية العذوبة، حريقة ذن التي تتحول بقيلة إلى جنات عربن. معنى آتون زهرة اللوس لسوارك ورياح (لو) السوية للبلوك. رياح راجستان العارفة تلك، لقي نوباً على رغباتك مثلما نوب على جمرات نار مقدسة وتأخذنا نمر السواطين هبت للحب وهذه العو في السرور... هيبلك كامل التي نحبك.

رفع كلود نحوي عينين مذهشتين.

- عجباً! كمحاولة أولى، أدبت أداء قوياً! ممتاز، حقاً... بالطبع، الكتابة الغرامية ليست سوى تقنية من بين تقنيات أخرى. وأي شكل آخر من الابتكار مرحب به من أجل التغلب على رتابة الحياة اليومية! أطلقني العنان لخياالك وحدسك، ولتكن أفكارك جريئة. سوف ترين: ليس فقط مستمتعين جيداً، بل علاوة على ذلك، سوف تعيدان إيفاد الشعلة في أقرب وقت...

- هل تقول هذا لأنك جربت ذلك بنفسك؟

- من يلدي...

محبطة من هذه المحاولة الواعدة، قررت أن أطلق في الأيام التالية عملية B-L:

Big Love.

بدأت بسلاسة، عرضاً وبلا مبالاة، برسالة هاتفية قصيرة يومية. ومن ثم كشفت تدريجياً عملي من أجل استعادة الأرض الغرامية، من خلال تقييم المنزل بالكلمات اللطيفة على لصافات كان سياستانا يكتشفها بين وسادتين أو عندما كان يفتح خزانة

لم أحصل تماماً على النتائج المرجوة والمتوقعة. في واقع الأمر، بدا زوجي متفاجئاً أكثر منه منبهراً أو مغرباً. كما لو أن إظهار كل مشاعر الحب المفاجئة هذه يجعله متحفظاً. بالتأكيد، كان يتسم لي ويقبلني لكي يشكرني، بل وبدا فرحاً بعض الشيء ولكنه لم يكن فرحاً بكل معنى الكلمة مثلما كنت أتصوّر. شعرت أن شيئاً ما يكدره. ولدى التفكير في ذلك، قلت في نفسي ربما أنه يرى في تصرفي شيئاً من التناقض... من جهة، كنت أفعل كل شيء لكي أتقرب منه وأحبي جذوة العلاقة بيننا، ومن جهة أخرى، كنت أتحرر منه في كل يوم على نحو أكثر، ويمتلئ رأسي بمشاريع جديدة وأقَام له صورة امرأة وثيقة من نفسها ومن مواهبها. فلتذهب متوجهة الحب إلى سلة المهملات! كانت كاميل الجديدة مدفوعة نحو التّجّاح. ربما كانت هذه الاستقلالية الشعرية تفرّخه. والحال أنه ظل حذراً ومحترساً. كان يبدو أنه ينتظر ليري. كنت أمل في أن يتغلب التغير في موقعي حيالاً وألعابي الغرامية على تحفظاته في وقت قريب...

وبانتظار ذلك اليوم السعيد، واصلت عملي الاستبطاني المثالي والهادئ لكي أكتشف من هي كاميل الحقيقية، كاميل المبدعة والمبتكرة والجسورة التي صوّف تجيد إعادتي إلى طريق أحلامي. فأنكبت على رسم صورتها، من خلال ابتكار تشكيل مصور إبداعي: قصص صورة من المجلات وألصقت صورة رأسي على صورة جسم امرأة جميلة في الهواء، وأضفت إليها صندوق رسومات تحت ذراعها تبدو فيه لوحات رسومات تصاميم لألبسة الأطفال الصغار... قصصت الأحرف بأساليب طباعية متنوعة لكي أعيد تركيب بعض الكلمات ومن ثم ألصقتها بانسجام على لوح حياتي المثالية التي كنت أحلم بها. وهكذا وجدت الثقة والجرأة والحرم مكانها في هذه التركيبة. رست الصورة التي كنت أرتديها بكلمتي «ابتكار» و«سخاء». كما ركبت صور ابني وزوجي أيضاً على صور مجلات في وضعيات حيوية ومرحة... كان كل شيء يبدأ حقاً بأن أكون على صورة ما كنت أريد أن أصبح: حيوية ومبدعة وطموحة وفكيهة وكريمة! راضية بما أنجزته، أرسلت تلك التركيبة من الصور إلى كلود والذي لم يتأخر رده:

رائع! أرى أن عليك بدأ بتفكيرك وبتفكيرك شيئاً قديماً. سوف نواصل
تعميره وبلوغه... إن كاديل الجديدة تظهر الآن! الوصفة طريقك في
التحول. أفتتح عليك أن تأتي لفناني يوم القيوم القبيح نمو الساعة الثانية
عشره والتوقف في شارع سان سوليس في الدائرة الخامسة. البناء رقم
59. طابت ليلاً... و... على فكرة... يدل أن نمرى الخراف قبل أن
ننسى. هذا البناء فكري في ثلاثة أمتيا. متعة أو مشجعة وإيجابية
مصلحتك خلال النهار. هذه مسألة جوفية وقهالة. سوف نرى
كلود.

17

وأنا أخرج من الممترو، كنت أتساءل في نفسي عما كان كلود يحتفظ به كمفاجأة لي هذه المرة. كانت لديه طريقة خاصة به في إخراج دروسه وفي توضيح بعض نصالحه وتعاليمه بقياس طبيعي ولكن بطريقة مجازية. ضحكك لوحيد في الشارع حينما فكرت بالهينة التي كان على أن أبدؤ فيها، حينما أدرك بأنه يريد أن أصفد في منطاد! كل ذلك لكي أنتخلص، رمزياً وعلى نحو ملموس، من كل ما كان يلوث ذهني... وأن أمطك ذلك الشعور بالفراخية، ما أن أصبح في الأعلى! وهو تعبير مجازي أيضاً عن رفاخية مقبلة أكبر وعن مكافأة قوية وملموسة. وكذلك، قاعة السرايا المشوّهة... كانت حركة بليغة للغاية. واليوم، ماذا سيكون هناك من جديد؟ وجدت نفسي أسرع الخطي لذي وصولي إلى شارع سان سوليس، لكي أصل على نحو أسرع إلى البناء رقم 59، مثل فتاة صغيرة مطهفة إلى فتح علبة هدية.

وصلت إلى أمام عمارة مغطاة بالكامل بالواجهات الزجاجية وذات واجهة حديثة ومضاءة وذات أثاث داخلي مصمم بأناقة فائقة.

استغرق الأمر بعض الوقت حتى أدركت ما هي العمارة ومن ثم دفعت الباب، وأنا حائزة ولاهية في آن واحد: كان كلود قد دعاني الي... صالة لتبيض الأسنان! وهو المفهوم الذي جعلني... أتسم! بالطبع، كنت أعلم بوجود هكذا صالات، ولكن كانت هذه هي المرة الأولى التي أدخل فيها إلى هكذا صالة.

كان ينتظرنني جالساً على كرسي عالٍ بلا مساند وهو في حديثٍ ودي مع صاحبة الصالة. استقبلائي، كلود وصاحبة الصالة، بحرارة. شعرت وكأنني مرشحة في برنامج من برامج تغيير المظهر. أراد كلود أن يقدم لي وصفة «فاغمة». ضايقتني ذلك، ولكنه أفتح عليّ: بالنسبة إليه، كان هذا جزء من التدريب ومن العملية الشاملة. فأدخلتنا صاحبة الصالة في قمرة صغيرة واستغل كلود تلك الدقائق القليلة من الانتظار لكي يتكلم معي.

- كاميل، تخيلي جيداً بأنني لم أجيلك إلى هنا فقط من أجل تجميل أسنانك...
- أشك في ذلك! لقد بدأت أعرفك بعض الشيء.

تبادلنا الابتسامات. كان ذلك مناسباً!

- علاوة على أهمية اعتناء المرء بأسنانه، أنا هنا على نحوٍ خاص لكي أذكرك بأهمية ابتسامتك الاستهلاكية. لأن ابتسامتك تستطيع أن تثيرك أكثر من بطاقة الائتساب!

- ألا ترى بأنك تُبالغ بعض الشيء هنا؟

لم يول اهتماماً بملاحظتي وتابع حديثه:

- لا تكلف ابتسامة أي شيء ومع ذلك لها تأثير كبير على محيطك مثلما لها تأثير على معنوياتك وحالتك النفسية. الفائدة مزدوجة! لا شك أن تعرفين كلمات أمي يار، أم لا؟ «إن الابتسامة أقلُّ تكلفة من الكهرباء ولكنها أكثر إشراقاً»، بل أكد أن ابتسامة صادقة يتسم بها المرء لأحدهم يمكنها أن تستجّر، في رد فعل متسلسل، إلى حد خسارة ابتسامة في نهار واحد! ناهيك عن آثارها الإيجابية على الدماغ والجسد! هل تعلمين أن دراسة علمية حديثة أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية قد برهنت على صحة ذلك؟ طلب علماء من متطوعين أن يضعوا قطعة من خبز الصمون في أفواههم. كان على المتطوعين في المجموعة الأولى أن يمسكوا بقطعة الخبز من دون إظهار أي تعبير على وجعهم. وكان على متطوعي المجموعة الثانية أن يفعلوا ذلك وهم يرشمون أنفسهم على الابتسام. بينما كان على متطوعي المجموعة الثالثة أن يتسمروا على نحوٍ طبيعي. انطلاقاً من تلك الوضعية، تم إخضاع المتطوعين لتمرين مجهد مختلف من

قبيل غطس أيديهم في مياه مثلجة. وفي أثناء كل تمرين، كانوا يعاينون الاختلافات في إيقاع نبضات قلوبهم. في مجموعة المتطوعين الذين كان عليهم أن يبقوا محايدين في تعبيرهم، كان إيقاع القلب متسرعاً على نحو ملموس. وفي مجموعة المتطوعين المرغسين على الابتسام، كانت البيانات تظهر بأن الإيقاع أقل ارتفاعاً. ولكن إيقاع القلب كان في مجموعة المتطوعين المتسسين على نحو طبيعي هو الأكثر بظاً... ماذا نستخلص من هذه التجربة؟ نستنتج أن فعل الابتسام، سواء كان طبيعياً أو غير طبيعي، يخفف من آثار الإجهاد على أعضاء الجسم. في التجربة التي ذكرناها، يجري العلماء تجربة منهجية تعطي نتائج رسمية. أما تفسير ذلك فهو أن الدماغ يفسر الابتسامة، سواء كانت طبيعية أو غير ذلك، على أنها حالة من المزاج الحيد ويفرز هرمونات الصفاء والهدوء. أليس هذا شيئاً جميلاً؟

- في الحقيقة، أجل!

- كما ترى، يا كميل، الابتسامة لا تجعلك محبوبة أكثر من قبل الناس وسعيدة أكثر فحسب، بل وتجعلك تعيشين لعمر أطول وفي صحة أفضل! هذا ناهيك عن حقيقة أنك تصبحين أكثر جمالاً بكثير حينما تبسسين... يبدو وجهك أكثر إشراقاً وتبدين أكثر شباباً. المرحلة التالية، هي مرحلة أن تتعلمي كيف تحبين ابتسامتك الداخلية.

- ابتسامتي الداخلية؟

- نعم. هي ابتسامة تعكس على اللذات، ابتسامة تسبب السلام الداخلي الشهير، إنه سعي إلى السعادة، كأس مقدسة تبدو لنا صعبة المسال لنا نحن الغربيون اليوساء الذين نعاني من الناحية الروحية... لا بد من القول بأنه ليس من السهل أن نعثر اليوم على من هو قادر على منحنا هذا التعليم، ولا حتى على مقاعد كلية في الجامعة ضمن درس في علم السوق أو في مجال القضاء... في حين، في الأزمنة القديمة، كان المعلمون الطاويزون⁽¹⁾ يعلمون فن هذه الابتسامة ويشرحون بأنها ضامنة للصحة والسعادة

(1) الطاويزون: من الصارية وهي مجموعة مادي. تنقسم إلى فلسفة وعقيدة دينية مشتقة من المعتقدات الصيفية لراسخة القدم. من بين كل المدارس العقيدة التي عرفتها بلاد الصين.

وطول العسر. فالابتسام مع الذات هو كمن يفوض في بحر من الحب. الابتسامة الداخلية لا تمنح طاقة مريحة فحسب، وإنما لديها أيضاً قدرة على الشفاء لا يمكن إهمالها!

- أووووه! وعملياً، ماذا على أن أفعل لكي أنزع هذه الابتسامة؟

- يمكنك أن تمرني نفسي على ذلك ليضع دقائق، كل يوم... في كل مرة يكون لديك القليل من أوقات الفراغ، اجلسي بهدوء، اريح جيداً كل توترات وتشنجات جسمك، اريح فكرك بفتح فمك قليلاً، تينني تنفسك والاسترخاء والراحة العميقين التي سوف تشعرين بها جسدياً من جراء ذلك. قدري جيداً هذه النفحة الحيوية وتخيلي بأنها بمثابة نوع من التدليك الداخلي. وفي تلك اللحظة بالذات يمكنك الشروع بالإحساس بظك الابتسامة الداخلية: سوف تنعمين برخام عميق وباسترخاء مريح وصفاء عذب. كما يمكن أن تترأى لك زهرة تفتح قرب ضميرتك...

- بصراحة، يا كلود، لا أدري إن كنت سأستطيع أن أكون مرتاحة بما يكفي لكي أقوم بهكذا تمرين. أنا مستعجلة جداً!

- لا تتعزضي ذلك مسبقاً! قومي بهذه التجربة لبضعة أيام. قد تندهشي بالنتائج المحققة! في البداية، من الطبيعي أن تجدي بعض الصعوبة في القيام بهذه التجربة. ومن ثم سرور الأيام، سوف تجدين متعة حقيقية في بلوغ هذه الحالة. الأمر أشبه إلى حد ما بالسَّماء الزرقاء.. هل تحبين السَّماء الزرقاء الجميلة في فصل الصيف على شاطئ البحر؟

- آه، نعم بكل تأكيد! إنه منظر مدهش! ولكن هنا، نحن في جو رمادي كئيب طيلة السنة...

- حسناً، اعثري على الابتسامة الداخلية، وهذا أشبه بالعثور على فسحة من السماء

= تعتبر الضاوية اثنائية من حيث تأثيرها على المجتمع الصيني بعد الكونفوشيوسية. وتناظرها في العربية كلمة: الهدى. الطريقة أو الضرب؛ الذي يسكنه أتباع الديانة، اسمهم المنهديو أتباع الهدى، وديانتهم الهداية. -المترحم-

الرفاء، وهذا يحدث حالنا ترغيبين في ذلك. حتى حينما تكون السماء محملة بالغيوم،
تبقي جميلة على الدوام! وكذلك، عندما يكون مزاج نكدًا، تبقي هذه السماء الرفاء
الرائعة في داخلك وتنتظر على الدوام. عليك فقط أن تتعلمي كيف تستعدين الاتصال
بها... .

- اتقنا! أحسنت! هذا يمنحني الرغبة... .

دخلت امرأة شابة في تلك اللحظة إلى غرفة الانتظار الصغيرة. سوف تبدأ رحلة
علاجي. توارى كلود. حاولت بفضاضة أن أرى النتيجة. ومن ثم تمكنت من أن أبدي
إعجابي بابتسامتي الجديدة في المرأة. ابتسامة مشرقة! لقد سار العلاج فعلاً بطريقة
جيدة! مبهجة بالنتيجة، انضممت إلى كلود الذي كان قد عاد إلي مكانه وجلس على
ذلك الكرسي وهو يتحدث مع زبون ينتظر أن تشغره قهوة، كما بدأ واضحاً. صافحه
مودعاً ما أن رأني وأقبل نحوي.

- ها أنت الآن مريئة لكي تضحكي ملء أسنانك، يا كاميل! ولكن تذكري: إن
الابتسامة تكون أكثر جمالاً بكثير إذا ما نبعت من الداخل... .

18

بعد ظهيرة اليوم التالي، جرت أن أنفذ تعليمات كلود في الشارع. قررت أن أصع نفسي في هيئة إيزابيل أوبر. أقيمت للمرة الأولى ابتسامتي الجديدة تماماً على الرجال الذين كنت أصادفهم، مظهرة في الوقت ذاته البشاشة الفاتنة لامرأة واثقة من سحرها سعت إلى أن أظهر الثقة والأناقة، إكراماً لقدوتي الأنتي.

كانت النتائج مفاجئة ومذهلة: فأطعني أربعة رجال ونبادلوا معي الحديث في غضون عشرين دقيقة فقط! قال لي الرجلان الأولان بأنه لدي ابتسامه جسيمة جداً. فبسا دعاني الرجل الثالث إلى شرب فنجان من القهوة معه. أما الرابع فقد أعطاني بطاقة الزيارة خاصته على أمل أن أتفق معه على موعدٍ غرامي... ومن نافذة القول أن اعترزي بنفسني كان يتساعد كالسهم! تذوقت طعم ذلك الشعور الجديد، وثلث الشمالة من جراء تأكدي من قدرتي على الإغراء. وبهدوء ووزانة، أقيمت مرسة صغيرة. من أجل الأيام الرمادية.

في المكتب أيضاً، لم يبر سلوكي المتغير مرور الكرام ومن دون لفت انتباه زملائي. ولكي أتسلى وأستمع بالموقف، دخل في هيئة الشخصيات التي أفتدي بها وأعيرها نماذجي المفضلة وفقاً للظروف. ها، تقمصت شخصية ستيف جوبز، فأصبحت بطريقة لا تصدق أكثر ثقة بنفسني. وهناك، تمصص شخصية دانيال دريه، فأصبح فجأة مسكونة بقوة هادئة لا تقهر. لقد أصبح ذلك بمثابة لعبة ألعبها مع نفسي وذهلت بآثارها على حالتي الذهنية وعلى وسطى السهني. لقد أصبحت على درجة من الهدوء والوزانة بحيث

بدا لي أن ذلك يفرض احترامي على زملائي الذين يسيلون بسرعة إلى الفكاهة، بل وإلى السخرية اللاذعة. سيما وأن هذا التحول كان مترافق مع حساسة غير معتادة لما شكل بالنسبة الي، في هذه الأشهر الأخيرة، نشاطاً ملاً إن لم نقل مثيراً للغبان. كان هذا بالطبع وفقاً لتصبية كلود الذي أقنعني بأن أتبني مقولة «تعرف كما لو أن». وهي عبارة عن حالة نفسية للشخص تقوم على أن يتصرف الشخص كما لو أن هذا العمل هو الأكثر شغفا في العالم. كان يقول لي: «خذي كل ما هو منير للاهتمام، عيشي الحياة بنسبة 400%، بدلا من أن تعيشي بالتقدير وتتظري في حالة اجترار أن يهبط تغيير من السماء».

وبالتالي، منذ بضعة أيام، كنت أنخرط مشكل عميق مع زملائي وأنسم دون حدود وبلا تحفظ، الأمر الذي لم يخف على رئيسي في العمل.

- كاميل، لقد مضى وقت طويل جداً، لم أجدك على هذه الحال... لديك الآن الرغبة في الفوز وهذا يثير إعجابي! هل أنت متأكدة بأنني لن تتقلي إلى العمل بدوام كامل؟ فكري... قد يكون هذا الأمر جيداً بالفعل.

أصبحت بدهشة عتيقة ولم أكن أصدق! كنت أخرج من حائتي وكنت أتقلي أرفع درجات المديح والتناء على ذلك. أمر لا يصدق! كنت أتقلي المديح والإطراء وأحسست على نحو خفي بشعور بالانتصار. ألا يشبه هذا الأمر انتقاماً؟ وفي الوقت نفسه، هل هذا هو ما كنت أرغب فيه؟

أها يكن الأمر، فإن موجتي الإيجابية كانت تواصل تمددها وانتشارها في المكاتب. حتى ذو النجسمة الشبيهة بالبيضة كان ينظر إلى نظرة جديدة، وكانت فكرة أن أدهمه بسلوكي الجديد، بعد كل الملاحظات المعسولة كي لا أقول الخادعة التي كنت أعرض لها من قبله، لا تخلو من إحساسي بالبهجة والمنعة! لكن كاميل الجديدة لم يكن لديها الوقت لكي تضعه في هذا النوع من التمتع السلبية والعقيمة. كانت كاميل الجديدة قد ألزمت نفسها أمام كلود بأن تلعب لعبة كل المتارين التي اقترحها عليها، وأحد تلك المتارين، حسماً ذكرني به في إحدى رسائله القصيرة، كان يدعوني إلى الذهاب إلى

يستحق كل شخص أن نسحه فرصة أن يكون معروفاً. كذلك ينبغي التخلي عن إطلاق الأحكام المسبقة والبدهييات والتفسيرات. أنا أضعت أمام تحدي أن تقربي إلى شخص لا تحببه كثيراً للتعرف عليه أكثر...

بصراحة؟ كانت رغبتني في معرفة أفضل بفرائك تصاهي رغبتني في شق نفسي، لشدة نفوري منه! حينما فكرت من جديد في المرات العديدة الذي أذقتني فيها كل صنوف الإزعاج، كنت أميل أكثر إلى أن أبعده عني... ومع ذلك، كانت معرفته على نحو أفضل هي إحدى الخانات التي كان على أن أملاها في دفتر التزاماتي، وعبارة لم يجرز لم تكن خياراً مطروحاً!

ذات خميس، في الصباح، استجمع شجاعتي واقتربت من مكتبه.

- أخبرني يا فرائك، هل أعددت شيئاً ما للمعدة؟ منذ زمن طويل وأنا أرغب في أن أقترح عليك بأن نتناول الغداء معاً، لكي يتاح لنا الوقت لكي نتحدث قليلاً... شعرت بقشعريرة اندهاش تسري في كل الفضاء المفتوح. لم يضع الآخرون لحظة واحدة. ألقى فرائك نظرة مائلة نحو رفاقه، كما لو أنه يريد أن يستطلع آراءهم حول الجواب الذي كان عليه أن يقدمه. في لحظة من التضامن الجميل، انهمك الجميع في الانشغال بشاشات حواسيبهم.

قال أخيراً، وهو لا يزال مضطرباً تحت تأثير طلبي:

- أوه، نعم، لم لا.

فالتقينا لكي نتناول معا وجبة الغداء في الظهيرة. جلسنا هو أمام طبق من شرائح اللحم مع صلصة مايونيز بالحدردل، بينما جلست أمام طبق من سلطة ليسواز، في لعة لتبادل الأدوار. كان يتلوى في مقعده وهو غير مرتاح على نحو واضح وجلي. هو الذي كان عادة ما يظهر لي قوته ويسخر مني بريادة جأش وثبات، كان في حيرة تامة من لطفي غير المتوقع. صدمة الأتمة المتساقطة...

بدأت بتطبيب الجو من خلال بعض السبادرات من قبل ابتهامات خفيفة وبعض الإطراء لموهبته التجارية.

- لم يسبق لي أن قلت لك هذا أبداً، ولكنني معجبة بتقنيته في البيع. لا يفاجئني أن تكون الأول في الفريق!

توردت خدها تحت تأثير المجاملة. لم يسبق لي أن رأيت على هذه الحالة!
قال بصوت رزين:

- كامل، لم أكن لطيفاً معك على الدوام... أود أن أعترف عن ذلك من فضلك... أنت تعرفين ما معنى هذا، يريد المرء أن يتظاهر بالشطارة أمام زملائه ويتهي به المطاف بأن يقع هو بنفسه ضحية لعبته هذه. في الحقيقة، لطالما وجدتك مقدمة للعبارة في عمل كل شيء وأنت تهتمين في الوقت ذاته بابنك... حقاً!

حان دوري آنذاك لكي تعود خدي خجلاً. رفعنا الكلفة بيننا بابتسامة صادقة وانقضي ما بقي من وقت الغداء أكثر خفة وبساطة بكثير. كان لديه شغف بحجاسات الطائرات وأطلق طائرته الصغيرة. كانت عيناه تلمعان كطفل حينما كان يتحدث عنها. كما أسر إلى سبله وضججه من هذا العمل أحياناً وشعوره بأنه قد أدى دوره فيه واقتاره في الوقت ذاته للطموح لكي يجرؤ على تغييره. انتهى بنا المطاف إلى الحديث عن عائلتي وتفاجأت بأنه كان قد انفصل في السنة السابقة عن زوجته وعلمت كم كان ذلك قاسياً بالنسبة إليه، وخاصة انفصاله عن أطفاله...

- أنا آسفة، لم أكن أعلم...

- لم أتكلم عن الموضوع مع أحدٍ في المكتب.

الآن، أنا من أنظر إليه نظرة جديدة، خجلة بعض الشيء من حكمي المتسرع وغير الدقيق عليه. لا شك أن مزاجه المرح قد ساعده كدرع لكي يأخذ مسافة ما وأن لا يدع أي شيء يتسرب إلينا عن جرحه الشديد. ومع ذلك، كم كان يمكننا أن نخدع بشأن الناس لعدم إبداء اهتمام حقيقي بهم ولعدم قضاء وقت كافٍ لكي نعرفهم أكثر! بقليل من البحث، اكتشفت في هذا الرميل في المكتب والذي كان يترك في انطباعاً

وكأنه تنفذ جاهر على الدوام لأن يقذفني بإحدى أشواكه، اكتشفت فيه إنساناً حاسماً أو بالأحرى جذاباً.

خرجنا من المطعم مشبعين بالكلمات والأحاديث.

قال لي ببساطة:

- لقد أراحتني الحديث معك وجعلني أحسن حالاً.

- نعم، هذه لحظة سعيدة. هل سعيدها؟

- نعم، سوف نعيدها.

أفرج لي عن ابتسامة واسعة. وهذا أمر آخر اكتشفته أيضاً في ذلك اليوم: ابتسامة

فرائك.

19

لم يسبق لي أن تبلّلت يداي بهذا المقدر منذ فحوصي الشفهية النهائية في أثناء الدراسة. كان لدي موعد في عيادة كلود لإجراء عملية جرد وتقييم لأربعة أشهر. نعم، لقد مضت أربعة أشهر منذ أن بدأت بتنفيذ برنامجي الذي أسمته برنامج «الغراشة». حتى تلك اللحظة، كانت لا تزال الشرفة ملتصقة بجسدي. ولكن التحول كان جارياً وكنت قد بدأت أشعر بأنني أصبحت شخصاً مختلفاً بعض الشيء. أحسست بأنني قد عشت هذه الأشهر الأربعة على نحو أكثر كثافة من السنوات الخمس التي سبقتها! كنت أجد في نفسي تجديدًا للطاقة لا يصدق وحدة ذهنية متزايدة، ربما سوف يفسر كلود الظاهرة بزيادة الأندورفين وهرمونات أخرى والتي تزداد نسبة إفرازها مع التفكير الإيجابي والالتسامح وشعور المرء بأنه عاد وأصبح سيّد نفسه...

استقبلي بحرارة.

- هل أنت بخير؟

- نعم، أنا بخير، يا كلود. لدي انطباع بأن الأمور تتقدم إلى الأمام وتحسن!

- جيد. سوف نقوم بعملية جرد وتقييم تقدم في تحقيق أهدافك. هل توافقين على ذلك؟

ذلك؟

- نعم، نعم.

- دعينا نرى في البداية أهدافك الجديدة. هل جلمت لي دفتر التزاماتك؟

- نعم، ها هو.

ناولته بعصية الدفتر الصغير ذي نواضح حلزوية.

في المربعات التي وضعت فيها إشارة، تحققت الالتزامات:

الالتزام لمنزلة أخصاص على الألف في كل يوم.

الاعتناء. أتمت بنفسى عناية حسنة وعناية جمالية) وكذلك بظهوري

الغاهمي. واختيار مظهر مناسب لتطوير شخصيتي.

- لقد لاحظت بأنك قد طورت تماما هذه النقطة، يا كاميل، أهنتك!

فقدان أربعة كيلوغرامات من الوزن.

مربع لم توضع فيه إشارة.

- دعينا نرى هذا الأمر في الحال...

أشار لي إلى ميزان ودعاني للصعود إليه. بلغت ريفي خشية من النتيجة.

- 54.8 كيلوغرام. لقد فقدت 4.2 كيلوغرام من وزنك. أحسنت يا كاميل! يمكنك

الآن أن تضعي إشارة في المربع!

يا للهجة! لقد فقدت أخيراً وزني الزائد!

تابع كلود تفحص قائمتي.

مساحة البوغا غير المرئية في كل مكان.

مربع وضعت إشارة فيه.

اختبار الابتكار الفرسي.

- هل كتبت «جاري الاختبار»؟

تحدثت قليلا، ثم شرحت له:

- نعم، أنا الآن أجرب أشياء مختلفة. ولكن سيباستيان لا يبدو بعد مفتوحاً على هذا

الأمر مائة بالمائة...

- هذا أمر طبيعي. لا بد أن كل هذه التغييرات قد خلقت لديه شعوراً غريباً. ثابري

بلطف، أنا متأكد من أن هذا سوف يزوي ثابره...

- سوف نرى!

- ومفكرة التفكير الإيجابي، هل استطعت أن تحفظلي بها بانقطاع؟

- نعم، ها هي.

تصفح كلود الفهرس الذي كنت قد دونت فيه ذكرياتي الممتعة الجديدة:

غ: موعد غدا. ناهج مع فرانك. عدوى اللورد السابق في المكتب.

و: وليلة نكل العائلة مع وجبة طبق شوية.

إ: إنغرام. مبيت تقرب أريفة رجال مني لآزيم وجروني قاننة.

و: نمة جهامية مع أمريان. وتكنت لهقة تشارك مقبوبة!

إ: إنغرام. مبيت غنيت زهرة جديدة في نجرة اللورد خاصتي!

- كاميل، أنا حريص على أن أقول لك بأنني فخور بك! أعطفد أنك تستحقين هذا

بحدارة...

فتح درجا وناولني العلية الجميلة المغلفة والمرينة بالشريط الملون والتي باتت مألوفة

الآن. فتحتها وأنا متأثرة واكتشفت فيها قلادة شارمس جديدة: مجسم زهرة لونس خضراء

اللون هذه المرة والتي علققتها في سلسلتي التي كانت تضم القلادتين الأخريين. لقد

تجاوزنا مرحلة جديدة أيضاً! الحرام الأخضر للتغيير... كان ذلك يبدأ بأن يتسبح المرء

جادا. أهديت كلود ابتسامة هادئة وريزية -ابتسامة شخص نضج كثيرا في وقت قصير-

ولكن في داخلي، كانت عبارة عن ضحكة مجلجلة. كنت أرغب في أن أجري في

الشارع وأن أقرر إلى رفة المارة وأن أخرج أبواق القوفوزيلا⁽¹⁾، شعرت بالفرحة نفسها التي

شعر بها ابني حينما نال درجة A في الإملاء. ربما سأهرع وأشتري لنفسي كيس من

الكرات الزجاجية الصغيرة للعب أو أن أعب زجاجة شيسانيا بهذه المناسبة...

أعادني كلود إلى أرض الواقع.

- لقد بدأت بداية جميلة في هذا التدريب، ولكنك لم تبلغني بعد نهاية الطريق! إذا

أردت فعلا أن تنجحني في ذلك، اقترح عليك أن تعملني لبعض الوقت على أهدافك

(1) فوفوزيلا: عبارة عن آلة نغف تستخدم عادة في ملاعب كرة القدم في جنوب أفريقيا -المترحم-

المقبلة. اتفقتا؟

أبدت مولفتي بإسائة من رأسي. بعد ذلك بساعة، كنا نقرأ معا القائمة التي
انفردت أمامنا:

الإسراء في الغمام بسدمات مناسبة لتزيد من التأقلم والانسجام.

متابعة استعادة سيهاسيان حرمياً.

إزالة التوتر في العلاقات مع أمريكيان، فرض النظام ولكن في الوقت

نفسه تطوير علاقة منجبة.

توضيح منسوخ الجريد في العيادة المرضية. دراسة الجدوى منه وسبل

وضعه موضع التنفيذ. الانتقال إلى النهج والنتيجة.

ثم تنفست عميقاً. على الرغم من أنني كنت أفقر فرحة، قبل بضع لحظات مضت!

لاحظ كلود فتور همتي، فكر قائلاً:

- الشفة يا كاميل. تقول الحكمة القديمة بالمشاركة والصبر يصبح ورق القوت حبراً.

استمري في التركيز، التزاماً بعد التزام ومهمة بعد مهمة.

- شكراً كلود، أشكرك بحق على كل ما تفعله من أجلي!

صافحتي بحرارة وقد بدأ عليه بوضوح بأنه سعيد بتبابعة ما أحققه من تقدم. كم

من الناس كان لديهم الحافز كما هي حاله لكي يساعدوا شخصاً آخر في تلمس طريقه

والسير فيه والمراهنة على فرصة ناجحة لكي يأمل في أن يكافأ لدى عودته؟ وجده

طوباً وبها بعض الشيء، ولكن في أعماقي، وجدته رائعاً وباهراً...

20

بشجاعة وإقدام، واصلت يوماً بعد آخر تطبيق نصائح وإرشادات كلود. حفظت الآن عن ظهر قلب «الممارسات الجيدة» لكي أكون إلى جانب الحلقة الفاضلة. ولكن مثلما كان يقول لي غالباً، الأكثر أهمية ليس أن نعرف وإنما أن نفعّل! لم يسح لنفسه أبداً أن يتساهى بموائد ومزايبا الانتظام والمثابرة...

في نهاية الشهر الرابع ذاك، انتابني شعور بأنني قد عبرت عتبة مهمة وحاسمة: بدأت فعلياً أخذ طريقي الجديدة في الحياة وتناول الطعام والحركة والتفكير... لقد لمست لمس اليد ذلك التصانح الشهير بين الجسد والروح والذي تتحدث عنه بإسهاب العلوم الشرقية. كانت الدقائق القليلة التي أمضيها في ممارسة اليوغا وحركات المرونة أعادت اتصالي على نحو جيد مع جسدي. الجسد الذي، مثلما يقال، لم أكن أقيم فيه حقاً فيما معني. انتهى بي المطاف إلى أن أعجب بهذه الحركات، بل والسعي إلى الأحاسيس التي كانت تثيرها في داخلي.

حينما كنت أمشي في الشارع، كنت أتخيل للمحطات أن جسدي بمثابة صلة وصل بين السماء والأرض وأشعر بنفسني مرتبطة مع الكلّ الكبير المحيط بي ولست عنصراً معزولاً، تائهاً في الطبيعة. أدركتُ إلى أي درجة كنت قد انقطعت عن أحاسيسي ومشاعري، ولكنني عاقدة العزم من الآن وصاعداً على أن أقيم في الحاضر. لقد انتهى الزمن الضائع في تأمل الماضي أو في التألم للمستقبل. كم كان ذلك مريحاً!

كما أدركت الدور الذي يمكن للطبيعة والأكسجة أن تلعبانه في تحسين صحتي الجسدية والنفسية. أنا التي ترعرعت وسط الإسمنت والتلوث، كنت مقتنعة بأنني لم أكن أحب الطبيعة: كنت قد كوَّنت في نفسي فكرة خاطئة عن هذا الأمر، متخيلة بأن الملايين من اليهائم الصغيرة ترحفُ أو تطير في المساحات الشاسعة الخضراء والسماء، في ضجر مبيت. إن إعادة الارتباط والتواصل مع السيدة الطبيعة منحني راحة لا يرقى إليها شك. لم أكن لأفكر قط بأنني أستطيع أن أستخلص هكذا طاقةً عجيبةً تضعها الطبيعة تحت تصرفنا!

ذات يوم، قرر كلود أن يعلمني الإيكيبانا، وهو فنّ ياباني لتسيق الزهور وترتيبها وترية الزهور يوفر الاسترخاء والراحة من خلال إقامة حوار صامت مع الطبيعة. فانطلقنا في رحلة ريفية بين الحقول، وفي أيدينا مقص البستاني، لكي نقطف بعض النباتات الملهمة. ومن ثمّ انشغل، تحت إشرافه وبوجيه منه، بتأليف «قصيدة نباتية» بحثا عن توازن متقن وبارع للأشكال والألوان.

أنا التي لم أخصّص أبداً وقت لكي أجلس مسرعة، أصبحت أمضي الآن عدة دقائق في اليوم في التأمل أمام ركن الشجرة السعد للتأمل والمستوحى من توكونوما اليابانية التي هي عبارة عن ركن مزين بنقوش يابانية ويضم تشكيلة من زهور الإيكيبانا وكذلك أشياء رمزية متنوعة من قبيل الشمعدانات والشمائيل واللوحات الفنية... كنت قد وجدتُ الركن المثالي في البيت، وهي عبارة عن زاوية مينة في نهاية السمر، لم تكن نستثمرها في شيء. وضعت على الأرض مزهريّة طويلة ونظفتها لكي أضع فيها إبداعاتي في مجال زهور الإيكيبانا. وعلى الجدار، ثبت ثلاثة رفوف مكعبة الشكل ومصممة بأحجام مختلفة. وقد احتوي كل منها أشياء رمزية ملهمة: في الصندوق الأول، نشتال ضاحك لبودا بجانب بطاقة بريدية جميلة كتبت عليها مقولة: «الحرية هي أن تفعل ما تحب» والسعادة هي أن تحب ما تفعل»، في الصندوق الثاني، شجرة جميلة وكثيفة الثلاثة السفضلة آنذاك، أما في الصندوق الثالث، صورة عائلية تضمنا نحن الثلاثة وتمثال صغير للإله الهندوسي الطيب والمسجل «شيفا» والذي غالبا ما يقدم على أنه «واهب السعادة».

كانت بعض الوصائد السلونة والمصروفة على الأرضية بطريقة جميلة تدعو إلى وقفة عذبة وقأملية.

وهكذا، حينما كنت أشعر بأني متوترة وأعاني من الضغط العصبي، كنت أمتح لنفسي بضع دقائق من السلام والهدوء في ذلك المكان، وأنا أحدث في لهب شمعتي إلى أن أشعر بأني قد نمت مغناطيسياً.

كان هذا التغير في فلسفة الحياة يغذي من الداخل وكنت، أسوأ بعد آخر، أجد نفسي أقل فلقاً وتوتراً بكثير. كما أنني أدركت بأني، في السابق، كنت أميل إلى تركيز تفكيري على منفصات حياتي... ومن هنا كانت تأتي كآبة مرعبة!

كان كلود قد أعطاني ثريافاً مضافاً لهذه الكآبة: أن أعيش كل يوم لحظات من الامتنان. فكنت أستيقظ كل صباح وفي ذهني الشكر على ما أنا عليه، كما كنت أنام في كل مساء على الحالة نفسها. شكراً لأنه لدي ابن في صحة جيدة ولدي سقف يأوي ولدي وطن يعيش في سلام... شكراً لأنه لدي شريك إلى جانبي لكي يحني ويقدم لي الدعم والمساندة. كما اعتدت على تقديم الشكر على أشياء أكثر تفاعلاً: فنجان من القهوة يتساعد منه الخار في الصباح الباكر، كيككة بالتفاح أنفاسها مع أفراد عائلتي، شعاع شمس قرب بحيرة...

كما احتفظ في ذهني بفكرة أن أعنتي، كل نهار، بالأشياء كما بالناس من حولي. مثل اعتناء المرء بنبته وحيوان وبفسه وأحبابه الأعزاء، ولكن أيضاً بكل شخص يصادفه في طريقه والذي قد يكون بحاجة إلى ذلك الاعتناء. «لا يعيش المرء إلا بقدر عطائه»، هكذا همس لي كلود، ذات مرة، بجدارة. كما أنه أرسل إلي كتاباً حول أفكار اندلادي لاما لكي أقوم بتغذية تفكيري الذهني. وكان قد حرص على أن يشير إلى بعض المفاتيح بقلمه من طراز ستايلو.

تركنت بعض الجمل في أترا أكثر من سواها، ومن بينها، هذه الجملة: «من خلال تسمية الإيثار والحب والحنان والعطف، نقل من الحقد والرغبة والفخر». كانت هذه القيم تنقي بصددها في داخلي، ولكن من خلال التسيب والإهمال،

كن قد أهدمتها خلال هذه السنوات الأخيرة... وكان السر هو عدم التوقف قط عن الممارسة. وأن أفكر فيها كل يوم. من دون ذلك، يعود المرء إلى ميوله الأولى والتي طبيعته الأساسية! وكذلك هي العادات السيئة أيضاً...

كنت أحب هذه المقولة كثيرة:

«العض ينظرون إلى الطين في قاع البركة وآخرون يتأملون زهرة اللوتس على سطح الماء، يتعلق الأمر بخيار».

هذا تفسير وتوضيح جميل للرؤية التي قد يمتلكها أناس مختلفون للحياة. شيئاً فشيئاً، أدركت ماهية ما كان يني السعادة: لم يكن واقع أن يخرط المرء في علاقة غرامية أو في عائلة أو عمل ذي أهمية كبيرة!

أما فيما يتعلق بما يعطي معنى للحياة، فيبدو لي الآن بأنه هو أن يعرف المرء كيف يعطي أفضل ما لديه من خلال استخدام مزاياه العميقة، المزايا التي تؤسس هويتنا الحقيقية. أن يكون المرء نافعاً فيما يفعله وأن يكون طيباً مع الآخرين... ألم يكن ذلك مفتاح الأرزهار؟

يمكن للعض بأن يتدبروا بأنهم ليسوا نافعين في أي شيء، بل وأنهم سيئون في كل شيء. لدي الآن القناعة بأن الذين يفكرون بهذه الطريقة، لديهم كمية مفرطة من السموم في أذهانهم. الخير السعيد هو أنه من الممكن تماماً أن يزيلوا تلك السموم من عقولهم لكي تستيقظ فيهم طاقة التنمية. لدى جميع الناس مزايا خاصة، يكفي أن يتم تحديدها ومن ثم تسخيرها. يحصل المرء حينها على جوهر ما يسكه تقديم أفضل ما في نفسه، وهو كنز أكثر قيمة من كل الذهب الأسود في العالم.

كنت أفكر في هذا الأمر، حينما تلقيت رسالة من كلود ألقت بصداها في أفكاري: صباح الخير كامل!

في برنامجك للأسابيع الثلاثة المقبلة، أفكار إيجابية وإيحاء ذاتي وتأمل... لديك بعض العمل الإضافي لتقومي بإنجازه! ولكن هذا السبب وجيه، اليس كذلك؟

سألت:

لماذا ثلاثة أسابيع؟

أجابني على الفور:

هذا هو الحد الأدنى من الوقت المطلوب لكي يتم التغيير ويبدأ

يصبح عادة...

وكان قد أرسل لي مع الرسالة طرداً صغيراً. فككت بطريقة عصبية غلاف الطرد وأخرجت على عجل الشيء من شرفته الموقوفة الصفراء. كان نوعاً من علة ملابس زجاجية شفافة، جميلة جداً ولكنها تركتني في حذر! كان كلود قد دس فيها لفافة من ورق. رفعت غطاء العلة وأمسكت بالرسالة. كان النص يغطي صفحتين.

تاميل.

لما لمي مصالتيك... ستكون بمثابة مصالتيك المضادة للاجترار ولذا أفكر
السلبية. الببدأ: ضعي يور وواحد فيربا في كل مرة اثباتك أفكار أو
أفوال سلبية أو عقيمة. لا يسعني إلا أن أتسنى لك بأن لا تصبني تجربة
غير هذه الطريقة المثوية!

سوف لن أكرر لك هذا أبداً بما فيه الكفاية: إن للتفكير اليربعاني تأثير
عقبي على جسرك وتعبنتك. لقد برهنت درامات في غاية البرية
والرمزية على ذلك! اليك هذا المثال... إنزيا تجربة أهريث من قبل
علما... لقد ملأوا بالقمية نفسيا من التراب إنابن بقارب هجم كل
نفسيا هجم طيس هلوى. تم زرعوها في كل إناب. ثلاث وعشرين حبة
من بذور المشب الأخضر مع إضافة القمية نفسيا من الأسيدي البيريا.
وضموا الإنابين في بيت بلاستيكي بحيث لا يبرر أحدهما عن الآخر
لكن يتأكروا من أنوما يتلقبان القمية نفسيا من ضوء الشمس وهراشها
في اليوم ويتمعان بالظروف المناخية نفسيا خلال فترة إنتاش
البذور.

كان الاختلاف الوحيد هو الآتي: كان الباهتون. كز بدوره. وثلاث مرات في اليوم. يجلسون أمام كل إناء. أمام الإناء الأول. كان الجالس يتفرد بكلمات سلبية ويشن هجمات لفظية... «أبدا سوف لن ينبت هنا أي شيء.. سوف لن يحدث أي شيء.. أبدا سوف لن يحظى هذا عنبه. أنتك حقاً في أن تكون لهذه التربة خصبة. ثم حتى لو نبتت. أنا متأكد من أنه سينضج بالذبول والموت...». أمام الأخصب الثاني. كان تصرف الباهت. على العكس مما كان في الحالة الأولى. فأنما على الثقة وكانت كلماته لطيفة. لم يقل سوى أشياء إيجابية جداً حول الإنبات واحتمال رؤية نمو العنب الأخضر. أنا متلطف كثيراً إلى رؤية هذا العنب وهو ينمو. سوف يكون هذا مريحاً واستثنائياً! الطقس جميل والحرارة مستقرة وسوف يساعد هذا في إنشاش البذور ونموها. لدى كفاءة عالية في زراعة النباتات. كل ما أزرعه بلافي النجاح...

بعد مرور ثلاثة أسابيع، نشرت صورة للإنباتين في مجلة نايمز التسبيرة. نحى عن البيان أن أغيرك بأنه لم ينبت من الإناء الأول الذي عرض للتعليقات السلبية سوى نبتتين أو ثلاث. على العكس من الإناء الثاني الذي امتلأ بالعنب الأخضر. عنب أخضر داكن ومتجذر عميقاً في التربة ومثين وقوي وعال. لم تهبك ذلك. يا كامبل: لكلماتنا ترددات. وكذلك تصرفاتنا. إذا كان لها هذا التأثير على البذور فتخيلي مدى قدرتها على التأثير في الفئات البشرية ولديها السبب على المرء أن يستمتع بعوارده الداخلي متلقياً عليه أن يكون مريضاً على أعانيته الخارجية، لماذا لا نبدأ منذ اليوم! إلى اللقاء القريب.. كلود.

تأثرت بهذا البرهان وأصبحت مستعدة تماماً لكي أحاول أن أتغير. ولكنني كنت أحسن الصعوبة التي قد تواجهني بسبب ما تطبعت عليه منذ زمن طويل على رؤية ما هو

سلي أكثر مما هو إيجابي والتعبير عنه. كان كلود قد حذرني: تماما كما على الرياضي الذي يرفع الأثقال أن يمتن يوماً، فإن إعادة البرمجة الذهنية تتطلب متابرة وجهداً. ناهيك عن اليقظة والحذر. لأن الذهن سرعان ما يستعيد عاداته القديمة السيئة، إذا ما خففنا الحراسة عليه! فعاهدت نفسي على أن أضعف درجة اليقظة ووضعت حصالي في مكان مرني جيداً على السكتة، في الصالون، وقلت في نفسي بأنه سيكون من الممتع والمسلّي أن أقترح على رجلي أن يشاركاني في التجربة. أعجبت الفكرة أدريان كثيراً.

في صباح اليوم التالي، بعد ليلة مؤرقة، توجه سيباستيان عبوسا، نحو النافذة. ..
- أوه كلا! يا له من جو فاسد، إنه يسبب الإحباط النفسي!
لم تكن هناك حاجة حتى لكي أتدخل. فقد فعل أدريان ذلك نيابة عني. صرخ متبهجاً بساعة والده وهو في حالة تلبس بحريسة التعليق السليبي:
- بابا! يورو واحد!

بدأ سيباستيان بالتفمر، ثم توقّف على الفور، مدركة بأنه كلما احتج واعترض أكثر، كلما كان عليه أن يضع المزيد من القطع النقدية في الحصالة.
- كلا، كلا، كلا، سأتوقف! ليس لدي الرغبة في أن انتهى بالفقر المدقع!
وجاء يقبل بحنان حارس تفكيره الإيجابي.

أما أنا، فقد كنت أبدل كل يوم ما بوسعي وأفرد جهدي في ممارسة التفكير والإيحاء الذاتي الإيجابيين. وفي تغيير صياغة جملي وصياغتها بطريقة إيجابية لا سلبية. ليس في صيغة المبني للمجهول، وإنما في صيغة المبني للمعلوم. رياضة رشاقة ومرونة حقيقية للدماغ!

كنت قد طبعت حكاية أسطورية قصيرة كان كلود قد أرسلها إلي وكنت أعيد قراءتها غالباً. كانت عبارة عن حكاية رجل راح يبحث عن حكيم لكي يتعلم في كنفه.

- أخبرني، وأنت الحكيم، ماذا يوجد في عقلك؟
- في عقلي، هناك كلبان. أحدهما أسود والآخر أبيض. الأسود هو كلب الكراهية والغضب والتشاؤم. أما الأبيض فهو كلب الحب

والسخاء والتفاؤل. إنهما يتعاركان طيلة الوقت.

فوجئ التلميذ قليلاً؟

- كلبان؟ كلبان يتعاركان؟

- نعم. عسبياً، طيلة الوقت.

- وأيهما يعذب الآخر؟

- الذي أقوم بتغذيته أكثر.

كان من الواضح بأنه منذ سنوات، باتت أفكاره تشبه سريروسا⁽¹⁾ أسود أكثر منه بيشونا⁽²⁾ ماطلياً جميلاً! ولكنني كنت عاقدة العزم على أن أعير السجل الكلي لعقلي. أضاف كلود إلى قائمتي الطويلة أصلاً مبدأ آخر كان على اتباعه، وهو مستوحى من الحكمة المفضلة لدى الإمبراطور أوغست: استمع للبيط. بدا أنه كان لدي، على غرار الكثير من الأشخاص الآخرين، الهوس المرعج في الخلط بين السرعة والتسرع. في السنوات الأخيرة هذه، كنت قد أمضيت وقتي في فعل كل شيء بسرعة وعلى نحو سيئ مثل ذبابة محصورة في قمصها، وفي إثارة نفسي بلا حدود وعلى نحو مفرط، وفي طرق رأسي بواجهات الوجود، لعدم منح نفسي الوقت لكي أرتاح وأخذ استراحة صحية. فحفظت نفسي على أن أقوم بكل شيء في حياتي بسرعة أقل. وألا أستسلم بعد الآن لديكتاتور السرعة. أن أنصرف وأعمل، نعم ولكن من دون ضغوطات عيشية ومن دون استعجال لا جدوى منه. وهذا هو كل الاختلاف بين الضغط الحسي والضغط السبي.

كنت أحاول أن أتحرك بهدوء في المكتب، حينما تلقيت رسالة جديدة من كلود. أعطاني موعداً غامضاً «موعد آخر!»، يوم الأربعاء المقبل. عنوان في شاريتون لو بون. قال لي فقط أن أجلب معي لباس السباحة ومتشفة. لباس سباحة؟ ولكنني لا أرغب حقاً في أن أقطع خمس عشرة جولة في المسبح!

(1) سريروسا: حيوان أسطوري ذو ثلاثة رؤوس يحرس باب النجيم. - المترجم.

(2) بيشون: كلب أبيض اللون. كلب الشعر، قصير القوائم، يعيش عادة داخل المنازل.

21

كنت على شيء من التذمر -ولكن، التراما باللعب النظيف، كنت قد وضع يور و
واحداً في الحصالة -حينما وصلت يوم الأربعاء إلى مكار الموعد. وعلى النقيض مني،
بدأ كلود في كامل لياقته وحيويته ونشطاً جداً. ترى أي مفاجأة أخرى يخبئها لي؟
لم أتأخر في اكتشافها. لم يكن قد دعاني إلى مسبح عادي، وإنما إلى مركز
متخصص في الغوص إلى قاع البحر. حينما فهمت الأمر، أخذ قلبي يبيض بسرعة
كبيرة. أوه، إنه فخّ! ومع ذلك لم يكن يذهب...
أجل، كان يذهب!

حاولت أن أحتج وأن أتخلص من الموضوع متدرةً بأنني لم أعتد على ممارسة
التوقف عن التنفس، وبأنني لا أدري أيضاً إن كنت سأستطيع الصمود لعشر ثوان متتالية،
ولكنه أزال خوفني بحركة واحدة وأوجز لي التمرين: كان هدفه أن أعي أهمية تنفسي
لكي ارشد انفعالاتي وأبقي مسيطرة على ذاتي في كل الظروف.

حسناً... لقد رأيت الفكرة العامة، ولكن هل كان يجب حقاً أن أمر بهذه التجربة
المتطرفة؟ من الناحية الظاهرية نعم، فسرعان ما انضم إلينا مدرب ومعه جميع المعدات،
وفي أقل من الوقت الذي كنت أحتاجه لكي أقول «قف!»، وجدت نفسي محملة بجهاز
ثقيل جداً كان استخدامه يبدى أشبه باللغة الصينية في ذهني. شوّش تصاعداً للتوتر
والضغط النفسي دماغياً؛ وعانيت أكبر صعوبة في فهم وحفظ تعليمات المدرب، وخاصةً

حركات التواصل التي ينبغي استخدامها تحت الماء. إذا كان كلود قد تخیل بأنني سوف ألعب دور جنية البحر، فهو يتخدع تماماً. من ناحية الطرافة والرشاقة، فكنت أشبه بقيل البحر الذي كبر في الصحاري. أما بالنسبة إلى هيئة وجهي، فوجود السننم الذي كان يميظ فمي وشعري الأشعث مثل المجسات، كان يشبه ميدوسا (قنديل البحر) وشعرها الشبيه بالأفاعي أكثر من اربل (حورية البحر) اللطيفة في أفلام الرسوم المتحركة.

على كل حال، أضحك منظري كلود كثيراً. حاولت أن أركله ركلة خفيفة بقدمي، لكي أنتقم من كرامتي التي أهمنت، لكن المياه أبطأت كل حركاتي. لا بد أنه قد شاهد العوس يرسم على جيني من تحت القناع، ولكنه لم يبال بالأمر. سألتني بكل بساطة من خلال الإشارة إن كان كل شيء على ما يرام. هزرت كفتي لكي أبدي استنكاري. ولكن بسرعة شديدة، سحبني شاشة المراقبة إلى القناع وابتلعني التجربة بالكامل. في البداية، كان قلبي يدق بسرعة كبيرة، بسبب الحوف والرؤية. كان على أن أرفع نفسي على التنفس بهدوء لكي تستقر حالتي ولا أعرض نفسي لخطر التسارع المفرط في التنفس. ومن ثم أدركت -عرفت بالتجربة- بأن التنفس هو سيد اللعبة لكي أفود وأوجه تقدمي تحت الماء. بعد بضع محاولات غير مثمرة أو ذات نتائج غريبة، بدأت أدير السائلة على نحو أفضل، بل وانتهى بي المطاف بأن أقلد الأخطبوط: وسواء صعدت أو نزلت لا شيء سوى أن أتحكم بتنفسي، مفتونة بالإحساس بانعدام الوزن! تحققت من صحة وسلامة ما كانت شاشة المراقبة قد أجهرتني به قبل لحظة، أي أنه من خلال قيام المرء بتغيير سعة الرئتين، يعدل من درجة طفوه، وبالتالي يصبح تبعاً لذلك أثقل أو أخف وزناً. وبهذه الطريقة، استطعت أن أضحك بسهولة وضعيني تحت الماء، وذلك من خلال بذل أدنى جهد.

في نهاية الحصص التدريبية، شعرت حقاً براحة كبيرة، بل وتجرأت على القيام ببعض الوثبات بالقفز على جدران حوض العطس. هل كان ذلك بسبب الزيادة الكبيرة في الأوكسجين؟ كن مغتبطة!

حينما خرج كلود من غرفة تبديل الملابس، سألت:

- ما رأيك، هل كان ذلك جيداً؟

- رائع! ولكن كان يمكن أن تسهني!

ضربته برفقي لكي أزيل عن وجهه تلك التعابير الساخرة.

قال ضاحكاً:

- أي! ربما كانت خسارة كبيرة لو أننا فوتنا هذا الأمر! كنت ساحرة كجنية بحر

المسابع!

قطبت له وجهي لكي أعاقبه على إغاظته لي.

- لو أنني أخبرتكم بما خططت له، هل كنت ستأتين؟ كلا، أليس صحيحاً؟

- أجل، هذا صحيح...

خرجت من المنشأة أكثر افتخاراً مما كنت عليه حينما دخلت إليها. كانت لحظة

سوف تزيد عدد ذكرياتي القوية والمدونة في مفكرتي الخاصة بالنقاط الإيجابية...

بينما كنا ننتظر الحافلة لكي نعود إلى باريس، اقترح على كلود أمراً.

- لنعد لدقيقتين إلى الدرس المستخلص من هذه التجربة: حينما تكونين في لحظة

من الضغط والتوتر العصبي، ركزي على تنفسك وتذكري لحظة الغطس تحت الماء

تلك. الهدوء تحت الماء، السكينة، التحكم بالتنفس، السيطرة على الذات... حتى

خلال نهار طبيعي، كونى على بية من تنفسك. احتفظي في ذهنك بأن التنفس الجيد

لا يأتي فقط من الشهيق، وإنما بالقدر نفسه من نوعية الزفير أيضاً. إذا ما زفرت جيداً

من الأعماق، فإنك تمنحين فرصة وإمكانية لرئيتك لكي يمتلا فيما بعد بهواء جديد،

وبالتالي أكثر فائدة لأعضاء جسمك!

- في الواقع، يجب أن نعرف هذه المعلومة...

- ها أنت الآن تعرفينها!

22

مشبعة بتعاليم وإرشادات كلود، دأبت، يوماً بعد آخر، على أن أصبح أكثر حضوراً في ذاتي مع احتمال أن أباغت نفسي في حركات يومية. كان تنظيف أسناني بالفرشاة أو التعبير بصراحة تامة عن آرائني يشكّلان تجارب جديدة في عاية الأهمية ويبدان من حدة حساسيتي. والآن أصبحت أفهم على نحو أفضل معنى عبارة «العيش حالماً». صحيح أن المرء يستطيع أن يمضي وقته كما لو كان غائباً عن ذاته، مع النتيجة المؤسفة بأن لا يكون أبداً في المكان الوحيد الذي يؤخذ بالحسبان: هنا والآن. مساء ذلك اليوم، كان كلود قد أرسل لي رسالة هاتفية قصيرة مع عبارة أعجبتني كثيراً:

اليوم هو هدية. ولهذا السبب نسميه «الحاضر».

ولكن كلما كنت أصبح واعية، كلما كان يصعب على أن أرى المحيطين بي وهم يواصلون حياتهم بطريقة باتت تبدو لي من الآن فصاعداً طريقة سيئة. ولذلك، صرخت ذات مساء:

- أه، كلا، يا مياستبان! لا توضع الحاسوب المحمول على الطاولة! لم يعد هذا يحتفل! أصلاً لم نعد نراك كثيراً، حتى وإن كنت في البيت، أنت لست هنا...
- أجل، أنا هنا! اعذريني. بكل بساطة، أنا أنتظر رداً عاجلاً وهاماً بشأن العمل، لا تنزعجني.

- يكفي أن أقول بأنك بالكاد تتب إلى ما تأكله...

- هذا ليس صحيحاً! من يزرع هذه الأفكار في رأسك؟ أهو معلمك؟

- تنفسي بهدوء. لا تدخل في اللعبة... لا تنزعجي... كوني لطيفة...

- بالضبط! حتى أنني الآن أعمل بوعي كامل، تصور! وهذا يغير الحياة.

رد ساخر!:

- لا أطلب سوى أن أرى ذلك.

- حسناً، أوافق على اقتراحك. سوف أقترح عليك بالتحديد عما قريب تجربة مثيرة...

- حقاً؟ وما هي هذه التجربة؟

- سوف ترى!

لم أقل شيئاً أكثر من هذا. أردت أن تكون المفاجأة كاملة.

كنت أستلهم من منهج كلود، الذي يستند إلى التجريب وقيمه التربوية الرفيعة، وكنت قد عثرت في باريس بعد جهد على مكان خاصٍ ومميز جداً كان سيصبح لي أن أفهم سياستيان، بطريقة ملموسة وتجريبية، ما كان يعنيه الوعي الكامل وكذلك الفوائد التي يمكن للمرء أن يكسبها من ذلك. كنتُ في غاية السعادة وأستمتع مسبقاً بتأثير المفاجأة، متخيلةً رأسه وهيئته الصغيرة اللاهية التي كن أجدها مثيرة جداً.

ولكن في اليوم المحدد، حينما اكتشف مفهوم المكان الذي قدته إليه، ساوره القلق.

غضغض بعينين مليء بالتشكيك بحيث أصابني نوبة إحباط مفاجئة:

- أهذه كانت فكرتك؟

وماذا لو أن هذه الهرة التي أمضيهاها لوحدها والتي كان من المفترض أن تكون

عيداً صغيراً قد تحولت إلى فشل ذريع، حتى قبل أن تبدأ؟

كلا! هذا ليس وارداً!

اجتهدت حينها في رفع معنويات الجماعة:

- هيا، يا سياستيان، ثق بي! سوف يكون هذا رائعاً، سوف ترى! سوف نضحك

لكن الجماعة لم تتفتح! بينما كنا ننتظر النادل المخصص لنا، رأيتُه يَدُقُّ بعين شاكّة في تفاصيل المدخل الذي كنا ننتظر فيه، محاولاً اكتشاف سر تلك الستائر الثقيلة التي كانت تحجب صالة «أفراحنا» المستقبلية، ستائر كانت نُذَكِّرُنا بستائر تلك الأوقات التي تعمر فيها قطارات الشح الخاصة بالأعياد السوقية...

وأخيراً وصل فنسن الذي سوف يهتم بنا. أجلسني خلف سيباستيان ووضعت يدي على كتفيه مثل يُسروع. ثم أمسك بيدي سيباستيان وألزمه بأن يتبعه إلى ما وراء الستائر. دخلنا إلى صالة غارقة في ظلامٍ دامسٍ وثامٍ. وعندما أقول «وثامٍ» لا تزال الكلمة عاجزة عن أن تعبر عن شدة الظلام. ربما كان سولاج الرسام المعروف بتربكياته الأحادية اللون السوداء سيقول بأنها «ما فوق السوداء». قهقهة ضاحكا وأنا أشعر في الوقت ذاته بارتعاشات في ظهر سيباستيان الذي لم يخف ضيقه وتبرمه.

عثرنا تحسباً على مساند الكراسي التي كان علينا أن نجلس فيها لتناول هذا الغداء في العتمة بلا تبصر. أعترف بأنني أنا أيضاً، في اللحظات الأولى، لم أشعر بالارتياح. غارقة في تلك العتمة التامة والسواد المطلق، حيث لم يكن هناك من حيز سوى عمق الأصوات التي كانت تدري من حولنا، امتلكني بعض القلق والضمجر. هل سأقضي ساعتين على هذه الحالة، محرومة من أي صورة، متشبثة بهذه الطاولة كما لو كانت طوافة وسط هذه العتمة؟

وسط هذا السواد، بدأنا إذا بسلء باض الكلمات المرتبكة، الفاقدة لوجهتها من جراء هذا الوضع الشاذ والأرعن والأخرق مع هذه الشبكة الجديدة للقراءة بالحواس. ولكن من خلال الكلمات والضحكات المفعمة بالحياة التي كانت تصدر عن المدعوين الآخرين، استنتجتُ بأن هذا النوعك في المزاج لن يدوم من دون أدنى شك.

لحسن الحظ، أراحنا وصول الطبق الأول من الطعام. أبدي فنسن، وهو لا يري، عناية كبيرة وهو يقدم لنا طبقاً مفاجئاً من المقبلات. في هذا العالم الذي لا مثيل له، كنا نتناول بأصابعنا، التي غدت بمثابة عيوننا، وكذلك يحسبنا، اكتشفنا من جديد

الجوف الذوقي لفسا الذي كان في الحالة العادية كوحاً متواضعاً الآن وبهذه المناسبة،
قصر ألف حليلة و حليلة ذوقية ومعبداً للمذاق والنكهات غير المعروفة. كان حرماننا
من الرؤية يبدو وكأنه يضاعف لعشر مرات القدرات الاعتيادية لمستقبلاتنا الحسية.

- والآن ؟ هل ترى ما يفعله تذوق الطعام حينما تُدرك ما تأكله؟

- نقطة لصالح.

-اعترف بأن هذه فعلاً مفاجأة جميلة، اليس كذلك؟

-اعترف بذلك. لقد كسبت الرهان!

كان لأصواتنا ولكلماتنا أيضاً رنينٌ مختلف. من دون الوجه وتعبيره وإبسااته، اتخذ
اهتزاز أنفاسنا ونبرات صوتنا دلالة إضافية...

توالت الوجبة باستكشاف ذوقي تلوي آخر، تخللتها مذاقاتٌ ونكهات مختلفة من
الخمور التي كان شذاها يتفجر في فسا. كما أن حواسنا الأخرى أيضاً كشفت عن
مواهبها المخفية. يكفي أن نقول بأننا في الأوقات الاعتيادية نستخدم على الأرجح أقل
من 10% من إمكاناتها! تماماً على غرار دماغنا...

في الجولة النهائية، شعرتُ بأن سياستيان مستسلم تماماً لمتعة هذه التجربة. كان
يعلق بحماسة على ما يشعر به ويحاول أن يصف بأقصى ما يُمكن من الدقة الفوارق
بين الأطعمة والخمور وأن يخمن ما هي التوابل والبهارات المضافة إلى الصلصات. كان
هذا الوعي يؤثر فيه أكثر مما كنت أتوقعه وبدا أن جلسة إيقاظ الحواس هذه كانت قد
منحته الرغبة في معاودة هذه التجربة.

سأل بصوتٍ دافئ وهو يسك بقطعة خبزي بدل يدي ومن ثم بيدي وهو يقلب
كأسي من الخمر:

-تدريبٌ جليلٌ للغاية يا حبيبي، شكراً لك! ولكن ألا تحشين بأن يستحني كل
هذا أفكاراً أخرى عن تجارب بكامل الوعي هي الأخرى هامة جداً وينبغي تقاسمها،
اممم؟

ضحكت. كنتُ أفهم جيداً إلى ماذا كان يُلمح. وشخصياً، لم أكن أرى في ذلك
عياً!

23

كنت سعيدة بالتقدم الذي أحققه وإحساسي بأنني أخيراً أسير وأتقدم على الطريق الصحيح. ولكنني كنتُ مع ذلك أشعر في بعض اللحظات باضطرابٍ مرهقٍ، بحالة من الشوة الغربية التي كانت تجعل نومي مضطرباً وتُقلِّقُ هدوئي وطمانيتي. بعبارة أخرى، كنتُ مرهقة نفسياً؛ لم يكن طقس التأمل قد ترسَّخ بعد. كان هيجان التغييرات يوجع ذهني. كانت أعصابي المحمومة سوف لن تتراخى عن كسر المقاومات. كان علي أن أُرخي العمامات، تحت طائلة الانفجار. لم يكن بوسعي أن أبقى في هذه الحالة من التوتر وبالتالي تحدثتُ عنها مع كلود. وقد رأي في ذلك فرصة مستازة لكي يحسني بفوائد التأمل والتماسك القلبي. كانت مفاهيم مجهولة بالنسبة إلى بطارية كهربائية مثلي...

- البقاء ساكنة من دون حراك ومن دون القيام بأي شيء، يعصبي هذا الصبرين! أجد نفسي نكرة وأشعر بأنني أضيع وقتي. كلا، حقاً إن التأمل لم يوجد لأناسٍ مثلي...
- أنتِ تقولين هذا ولكن هذا مثل ما تبقى من الصابون يا كاميل، سوف نتعادين عليه. لا يزال هناك بضعة أسابيع أمامنا. كانت فكرة أن تمارسي رياضة الجمباز لعشر دقائق يومياً تبدو لك مستحيلة. وكذلك الأمر بالنسبة إلى تناول طعام مختلف!
- نعم، ولكن الأمر مختلفٌ هنا: ليس من طبيعتي أن أكون من طائفة إن البرودية!
- لا أأحد يطلب منك أن تغيري طبيعتك. وإنما فقط أن تقومي ببعض التغييرات في

حياتك اليومية لكي تنال المريد من الهناء والصفاء .

- قد يكون هذا رائعاً بالنسبة إلى أولئك الذين يستطيعون أن يفعلوا ذلك، أنا لا أقول

العكس، ولكنني لا ألزم مكاناً، لطالما كنت هكذا...

- دائماً لا يمكن أبداً، وماذا لو تخلصت من هذه الأحكام القطعية والمطلقة؟ هل

تريدين، بنعم أم لا، أن تمنحني نفسك فرصة المحاولة؟

وافقتُ بإشارة من رأسي على الفور، وأنا أشعر بشيء من الخجل، على تعقيد الأمور

إلى هذا الحد .

- لا تقلقي يا كاميل! سوف تستطعين القيام بذلك. بكل بساطة، إنها مجرد عادة

ينبغي اتخاذها. بعد ذلك، لن يكون بوسعك الإقلاع عنها أبداً. هل تعلمين أن دراسات

جادة ورسنية للغاية قد أثبتت أن الرهبان والأتباع الآخرين لمذهب التأمل يحفظون بأفضل

صحة وأفضل نظام لحصانة الجسم ومناعته؟ هذا يستحق تحمل العناء، اليس كذلك؟

- بكل تأكيد، ولكن في هذه الفترة يبدو لي من الصعب جداً أن أثبت في مكان...

- سوف أشرح عليك سؤالاً: هل تجدين أنه من المريح والمستع أن تظلي مرهقة،

تحت التوتر هكذا؟

- كلا، على الإطلاق!

- ومع ذلك، لا بد أن هذا يروق لك أكثر مما تعتقدين، بما أنك تتشبين إلى هذه

الدرجة بطريقتك في الحياة، والتي لا تتركين فيها أي مكان للهدوء وللعودة إلى نفسك .

كنتُ أرى بوضوح بأنه يسعي إلى أن يُخرجني من حصوني .

فاستسلمت، قائلة:

- حسناً، حسناً! أعدك بأنني سوف أحاول.

قال لي مع ابتسامة لطيفة:

- لدي كل الثقة بقدراتك. سوف ترين، الأمر ليس أكثر صعوبة من هذا الأمر يتعلق

فقط بتدريب الذات على الاستسلام للهدوء والصمت وتعلم النظر إلى ما يحدث في

الذات. ابديني أولاً، لمرتين أو ثلاث مرات في اليوم، بجلسة للتنفس العميق: التنفس

لسبع مرات في الدقيقة الواحدة، ولمدة خمس دقائق. وعلى هذا الإيقاع ترنح أعضاء الجسم. يمكنك القيام بذلك في أي مكان كان، حتى في السرور!

- يجب أن ترى...

- ثمة تمرين آخر في غاية الأهمية وهو الذي أسسه عامل الانسجام: إنه يمزج بين الانسجام القلبي والتصور الإيجابي .

- لا بد أن هذا معقد بعض الشيء، اليس كذلك؟

- لا على الإطلاق! المبدأ الأساسي هو نفسه... اصنعي لنفسك شرقة للهدوء من خلال انزعالك في غرفة لا يرعجك فيها أحد. اجلسي براحة، مستقيمة الظهر، وتنفسي بهدوء. ثم ضعي يدك على قلبك وتنفسي وأنت تتصورين بأن قلبك ينتفخ عند كل شهيق ويفرغ عند كل زفير. ما أن يستقر الهدوء في داخلك تماما، أضيفي تصورا إيجابيا: ذكرري «تعمت الندفء في قلبك»، وحاولي أن تعيشي على نحو مكثف الانفعالات وأحاسيس تلك الذكري من جديد. هذا أمر بسيط، اليس كذلك؟

- وماذا لو لم تراود ذهني أي صورة؟

- أنا أقر بأنه في البداية، يمكن لهذا الأمر أن يبدو لك صعباً بعض الشيء. ولكني أضحك بأن تبي تدريجياً فهرساً داخلياً للصور والذكريات الإيجابية. اليوم للتصور محفوظ في الذهن... كلما عملت عليه أكثر، كلما أصبح جاهز أكثر وأصبحت أكثر قدرة على الوصول إليه بسهولة .

- آه نعم، لا بأس!

- ولكنني أعتقد أن أكثر ما سوف يفيدك في هذه المرحلة هو أن تلتقي بمعلم حقيقي كبير لهذه المسألة...

٢٠٠

- المعلم فو. سوف أضحكك إليه. سترين. بعد هذه الزيارة، سيبدو لك كل شيء أكثر وضوحاً وجلاءً...

استغرق معنا الطريق ثلاثة أرباع الساعة قبل أن نصل إلى منزل السيد فو. كنتُ

منهفة لمعرفة هذا الخير في علم التأمل! بينما كان منظرٌ طبيعي ريفي يمر تحت
أنظاري، وكنتُ أترذب سرّاً على التنفس المنضب والتصوّر الإيجابي .

صرخ كلود فجأة:

- رأيتك يا كاميل!

- ماذا؟

أفرج عن ابتسامة ساخرة.

- منذ بضع دقائق وأنا أراقبك سرّاً وأراك تتدربين!

- و...؟

- لا شيء، لا شيء! هنا ممتاز! تابعي... لا تشغلي بي .

أخيراً، وصلنا إلى وجهتنا. أصدرت إطارات السيارة صريراً على الحصى، بينما كنا
ندخل إلى باحة المنزل. هرعت كلابٌ لفقائنا وهي تنبح بأصواتها الخشنة واللغاب يطاير
ويتناثر من أشداقها. أسكنتها صاحبة المنزل وضبطتها. استجابت الكلاب مطيعة إشارات
الأصابع والعيون. لا شك أنه كان يوسعها أن تجعل الكلاب تقضم ريلة سائقنا أو تلعق
يدنا بصرخة واحدة أو يطلقنقة من اللسان. لقد آثار هكذا ضمائرٌ طبيعي إعجابي وأثر
في. كان كلود قد أعلمها مسبقاً بوصولنا، واستقبلتنا بحفاوة .

- صاح الخير كلود. كيف حالك؟

- على أحسن ما يُرام يا جاكين، وأنت؟ حقاً إنه لطفت منك أن تستقبلنا. أقدم

لك كاميل التي حدثتك عنها...

بمعزل عن شخصيتها كمرية، اكتشفتُ في جاكين امرأة ذات وجه مدور وجسم
مسطح ومزاج مرح. الغريب أنني لم أكن أتوقع مظهراً كهذا. كنتُ أتخيل شخصاً...
شرقياً!

سألت وهي تحدد في بعينها الماكرتين:

- مسرورة بالعرف اليك يا كاميل. هل تريدان إذاً مقابلة المعلم فو؟

- آه، نعم.

- لقد فهمت! الكثير من الأشخاص يرغبون في التعرف إليه!

البعيني...

فعرنا صالوناً فسيحاً، مصصماً في نموذج جميل بمدفأته القديمة وعوارضه الخشبية الظاهرة، وطاقحاً بأشعة شمس الشتاء اللطيفة التي كانت تنسل إليه عبر كوات واسعة مرجحة.

- أحببت صالونكم كثيراً.

ردت مضيفتنا مبتسمة وقد بدا واضحاً أنها قد سُرت بالمجاملة:

- شكراً، ها هو... المعلم فو في الباحة. سوف أدعكم تذهبون إلى لقائه. سوف

أكون في المطبخ. إلى اللقاء القريب..

جعلني كلود أمر أولاً. أفرجتُ عن ابتسامة دافئة وظريفة وأنا أجول بناظري في الباحة.

ثم فترت ابتسامتي. لم أَرِ أحداً في الباحة. أصبْتُ بخيبة أمل. أليكون المعلم فو قد غادر

المكان؟

أمام هيتي الخائبة، أوضع كلود:

- ها هو...

ولكنني ظللتُ لا أرى أحداً.

دلني بإشارة من يده:

- هاك، يا كاميل!

تابعتُ اتجاه إصبعه. كان قط فارسي جميل يغفو بهدوء وراحة على وسادة مطرزة

وهو ممتدٌ بكامل طوله. كان ينبعثُ منه مزيجٌ من العظمة والسلام المطلق. تار غضبي

وأظهرتُ انزعاجي من الموقف. ثم بعد أن استعدتُ أنفاسي، التفتُ إلى المزاح السعيد

وكأنني أسأله: قطعنا مسافة ثلاثة أرباع الساعة من أجل هذا؟

قلتُ بصوت مقل بالعتاب:

- أنتِ إذاً!

بدا على وجه كلود مزيجٌ من الرضا والندم. لا شك أنه كان سعيداً ومرتبكاً في آن

واحد بسرحته.

- سامحيني على هذه الحيلة الصغيرة، يا كاميل. لكنني لم أجد مثلاً أفضل من المعلم فو لكي أظهر لك ما قد يعنيه الاسترخاء! أنت التي تشعرين بأنك سوف لن تجيدي التأمل، ابديني بتعلم تقليد القط لبيع دقائق يوماً! هو الذي لا مثيل له حينما يكون هادئاً ووديعاً، مستسلماً تماماً للحظة!

رميته بنظرة غاضبة حثته على اللجوء إلى المطبخ إلى جانب جاكلين.
حينما بقيت وحيدة مع المعلم فو، استغرق الأمر بضع دقائق لكي أنظر إليه كيف يعيش وفوجئت بأن تملكني إحساس ممتع بالسلام والهدوء. كان يكتب، بدقات ذيله الهادئة، نصاً نظرياً غير مرئي في مديح البطء والتأمل. نشيداً على غرار "Carpe diem" له وحده. لم يتذمر حينما دسست يدي في فروه الدافئ في مداعبة طوليلة.

عرفت منذ تلك اللحظة بأنه لن يعود بوسعي أن أحقد على كلود لأنه اقتادني إلى هذا المكان. بعد أن هدأت وارتحت، انضممت إليهما، جاكلين وهو، في المطبخ. كانا يثرثران بلطف وهما يشربان كوباً من الشاي بالنعناع الذي قُطف من الحديقة، على ما أوضحتهم مضيفتنا. رأيت أن كلود يرصد على وجهي حالة مزاجي. وقد قرأ فيه امتناني الكئوم وبدأ سعيداً بذلك.

انتهت فترة ما بعد الظهيرة بوليمة احتوت على فطيرة بالإجاص جعلتني لا أندم على السفر إلى هذا المكان...

(1) Carpe diem: مفضّح من فصيحة لاتينية نهوراس وتعني «انتهر الفرصة» أو «اغتنم اليوم».

-المترجم-

24

منذ الثقالي مع المعلم فوء، كنتُ أسْتَمِع كثيراً بتقليد القط كلما سححت لي الفرصة، لكي أمتع السعادة الأكبر لنهاياتي العصبية.

والغريب في الأمر، كلما كنتُ أعتنم المزيد من الصفاء، كلما كنتُ أشعر بأن طاقتي الحيوية تغدو أكثر قوة. وعلى أن أعتزف بأنه بالتوافق مع تلك الطاقة الحيوية كانت تزداد لدي الرغبة الجنسية! بصراحة، كان ذلك يشوش تفكيري بعض الشيء. حائزة في أمر هذه الرغبات الجنسية الجديدة، حاولتُ في البداية أن أتجاهلها. لم تكن لدي الحرارة في أن أتحدث عنها مع كلود... ألن يعتبرني بأنني أبالغ في الحرارة بعض الشيء؟ في النهاية، وإذ لم يُغد بوسعي التحمل، أثرتُ نقاشاً حول هذا الموضوع.

- لا أدري كيف أحدثك عن ذلك ولكن... ها هو الموضوع: منذ بضعة أيام، أشعر بوع من... التجديد والزيادة في الرغبة الجنسية، وهذا يتركني في حيرة من أمري. كنتُ أريد أن أعرف إن كان لهذا الأمر صلة ببرنامجنا للتحول.

تحتج، وبدا جلياً أنه قد فوجئ بسؤالي، ولكنه مع ذلك أجاب:

- هذا الأمر لا يقاجتني أبداً، يا كامبل. نعم، بالطبع، هذا يسير بالتوازي مع التغييرات التي قمتُ بها: إن واقع أن تنصرمي وتستعيدني زمام حياتك بيديك وأن تنشطي جسدك وذهنك يساهم بالتأكيد في توليد طاقات ممتازة. الأمر الذي يضعك بقوة في أحسن حال لكي تعيشي تماماً حياتك كامرأة. هذا خيرٌ سار في الحقيقة، أليس كذلك؟

- نعم... ولكنني لا أدري لماذا أشعر بنوع من الإرباك. ولهذا السبب أحتاج إلى الحديث معك في هذا الأمر ...

- اسمم... لقد فهمت. أليكون ذلك لأنك متدهشة من اكتشاف وجه آخر في ذلك، لم يكن قد اكتُشف حتى الآن؟ كاميل أخرى، نوعاً ما. امرأة أكثر جرأة، تهتم على نحو أفضل برغباتها وشهواتها الجنسية. احمرّ وجهي خجلاً.

- هذا لأن... لست متأكدة بعد من أنني سأحب الصورة التي قد يعكسها هذا الأمر عني...

- هذا أمرٌ طبيعي جداً. حتى إلى أيامنا هذه، لا تزال نشعر بعبء الإرث التربوي الضيق. لآلاف السنين أخصّبت الحياة الجنسية لسطحة الأخلاق والمحظورات، هذا الأمر يترك آثاره! وبالكاد بدأت النساء في التعبير العلني عن سلوك جنسي متحرّر ورغبة جنسية قوية بقوة ورغبات الرجال نفسها... لم يعد هناك سوى أن يقبل الجميع بهذا المعطى الإبروسي الجديد!

- بالضبط، أريد أن أبعث هذه الطاقات الجديدة في زوجي. أن أكون السّاقفة في المبادرة وأن أبتكر طرائق، إذا كنت ترى ما أريد قوله... هل تعتقد أنه عليّ أن أندفع وأبادر؟

ابتسم كلود وعيناه تتلألآن .

- من دون أدنى شكّ. لن يكون بوسع زوجك إلا أن يعجب بذلك ويحبّه!
لا شيء أكثر تأكيداً من هذا...

وقد بادرتُ على أيّ حال... طيلة الأسبوع التالي، كنتُ أحيك مؤامرة لكي أمدّ مفاجأتي. أديان المرسل إلى بيت أُمّي لقضاء السهرة. والفيستان الأسود ذو الأناقة الأبدية بمقرّته الكاشفة للرقبة والكشفين لإثارة شريكٍ فترّ اهتمامه منذ مدّة طويلة. والحذاء ذو الكعب العالي بعشرة سنتمترات والمحفوظ للمناسبات العظيمة. والشمانيا الجاهرة

للتقديم في أكوامٍ مثلجة وذلك لكي أخصّ زوجي الحبيب والحنون باستقبال جدير بهذا الاسم.

ألقيت نظرة أخيرة في المرأة: بالتأكيد، كنتُ جليلة! كان قد مرّ وقتٌ طويل ولم أزل في نفسي رشاقة بهذا القدر من الجمال وعينين بهذا القدر من اللعنان وبشرة بهذا القدر من الإشراق. كان سياستيان سيذوب... ما كان يوسعه إلا أن يذوب... ..
عندما عاد، استغرق الأمر بضع ثوانٍ حتى تأقلم مع الضوء الخافت قبل أن يقع نظره عليّ. فابتسمتُ له ابتسامتي الأكثر سحرًا والتي جمّدتَه كنتالٍ في مكانه. استعدتُ خفية من تلك اللحظة المعلقة حيث قرأتُ في عينيه النتيجة المرجوة.
أخيرًا!

قررتُ حينها أن أدخل مباشرة إلى مسرح غروتو وأن أمثّل له مشهداً رومانسية مبالغاً فيه، مشهد القبلة السينمائية تحت المعاييح الهالوجينية في العالون.
طلّقت ذراعي كنفية.

قلت بصوتٍ أجشٍّ وشهواني، بمقتضى لعب الدور :

- مرحباً أيّها الأسمر الوسيم.

كان امرأً مسلياً لي أن أشعر به وهو مرتبكٌ، بل ومرتعب .

قال هامساً:

- واو، يا له من استقبال! أنت راقعة !

ابتهجتُ من أعماقي. خاطبته باحترام وأنا متدمجة تماماً في دوري كإلهة الإغراء:

- ولم تزل شيئاً بعد!

أغمضنا عينينا واستسلمنا لقبلة شهوية وحرارة.

أعقبْتُ فسي بغمه، مأخوذة بلعبي الشهوانية الخاصّة. ضغطتُ جسدي المنحني على جسده، وضعتُ إحدى يديّ على أسفل كليتيه بينما دسستُ الأخرى تحت فمّيه، وقد كنتُ عرضتُ المشهد على الشاشة السوداء لليلتنا البيضاء. كنتُ ثملة ومتشعبة. كانت يدي تغامر على طول فخذه، حينما أوقفني سياستيان.

لم أفهم لماذا.

همست بصوتٍ كان قد تعدّر بفعل بواكير الرغبة والشهوة:

- هل أنت بخير، يا حبيبي؟ ما الذي حدث؟

- نعم، نعم، أنا بخير، صحيح أن...

رَبَّنْ هاتفي في تلك اللحظة. لعنت التقنيات الحديثة. تَأْ! إِنِّهَا أُمِّي... ..

كنتُ قد نسيت أن أضع مضادات الهيستامين خاصة أدريان في حقيته. عقدة صغيرة للإحساس بالذنب. طمأننتها: لليلة واحدة، لا تأثير خطير لذلك. نعم، يمكنه الاستغناء عنها لليلة واحدة. كلا، لا داعي للذهاب إلى صيدلية مناوبة. بينما كنتُ أصغي إليها، كنتُ ألقى نظرات منحرفة على سياسيتان، في محاولة مني لاستطلاع حالته المراجحة .

أندت والدتي دهشتها:

- أوف، أوف! من خلال بيرة صوتك، أستنتج بأنني أزعجك! أخبريني، لقد بدأت

سهرتك بداية ممتعة، أليس كذلك؟

امتعضت من فكرة أن تحاول أن تتصوّر ما كان يجري عندي في البيت. فقلتُ

محتجّة:

- ماما!

ثم عدتُ ولطفتُ النهجة معها. ففي نهاية المطاف، بفصلها هي كنتُ أقضي هذه المسهرة الهادئة. أقصد، كنتُ أمل ألا تكون إلا هادئة! مهما يكن من أمر، فقد شكرتها بحرارة قبل أن أغلق سماعة الهاتف.

كان سياسيتان قد نهض ووقف أمام الناقد، وقد أدار لي ظهره. اقتربتُ منه من دون

ضحيق، واحتضنته بين ذراعيّ وهمستُ في أذنيه:

- هيه! ما الذي لا يسير على ما يُرام؟

ولكي لا يضطرّ للإجابة عن سؤالي، أمطرتني بوابلٍ من القبلات على رقبي وعلى

خدي وعلى فمي.

فلتُ بلطفٍ وعذوبة:

- سياستيان، توقّف. قل لي.

كانت عيناه تهربان من عيني. وبلسة حنونة أرغمته على أن ينظر إليّ.

ارتخى وقال :

- اعذريني، يا كام، هذا عشي. لا أدري ما الذي حدث لي. أنت هنا، رائعة ومثيرة

ومبادرة وفجأة، يجعلني هذا...

- هذا يجعلك ماذا؟

- يجعلني غريباً.

أرغيتُ عنافي لكي أبتعد عنه خطوة.

- حسناً. أنت لا تحب، ماذا؟

جرحتني صمته وشعرتُ بصعود نفحة من الغضب في داخلي، وإذا أصبْتُ بالإحباط

بقدر ما شعرتُ بالارتعاج، أمسكتُ بأكوام الشبانيا الفارغة لكي أعيدها إلى السطح

وأنا أضرب بصخبٍ كهني حذائي في الأرضية في إشارة إلى احتجاجي. وقد نلّمتُ

كلّ ما وقع تحت يديّ بأكثر قدر ممكن من الضجيج.

أمّا هو، فقد اقترب في صمتٍ ووقف حامداً بلا حراك في حين كنتُ أنحرّك في

كلّ الجهات. شعرتُ بنظرته الحزينة والمرتبكة التي كان يلتقيها عنيّ. بعد مرور برهة من

الوقت، وإذا لم أعُد أحتمل، توقفتُ أمامه.

- ماذا؟ تكلم! هيا! ما الذي لا يسير عليّ ما يُرام؟

كان متردداً في أن يوح بما يجول في داخله. رأيتُ ذلك على شفاهه اللتين كانتا

تنحرّكان في فراغ.

ثم، فجأة، انفجر:

- أنا مغفّل، أنا مغفّل جداً، عفواً! منذ بعض الوقت، أنت مختلفة جداً، متغيرة

جداً... وأنا... أنا...

الآن، أصبح هو من يتحرك ويحول في الغرفة طولاً وعرضاً، ويبالغ في القيام بحركات واسعة بذراعيه كما لو أنه يريد بذلك أن يعثر على نحو أفضل على كلماته.

هذهأني حرجه وإرتباكه ولطف من تصرفي. اقتربت منه وأخذت رأسه بين يدي .
قلتُ بلطف وعذوبة:

- وأنت، ماذا؟

- أنا... أنا أخاف، على ما أعتقد.

- الخوف؟!

- نعم، الخوف. كل هذه التغييرات في حياتك... وطريقة تقدّمك نحو الأمام،
وتغيير عاداتك رأساً على عقب، والجرأة على أن تكوني نفسك بوضوح...

- وبالتالي؟ هذا أمر إيجابي بالتأكيد، أليس كذلك؟

- نعم... هذا أمر جيد، ولكن...

كان يحتفظ بسرّه على أطراف شفاهه متردداً في البوح به، وذلك من دون أدنى شك
بسبب قلقه من رأبي في ذلك.

- ولكن ماذا، يا سياستيان؟

- وماذا لو لم أتعبر بما يكفي من السرعة بحسب رغبتك؟ ماذا لو لم أكن بمستوى
كاميل الجديدة؟

إذا كان هذا هو السبب؟ ما كنتُ لأتصور ذلك. رأيتهُ مؤثراً في مخاوفه. حدّثتُ في
عينيّه بنظرة ملؤها الثقة والطمأنينة واتسمتُ له ابتسامة مشوبة بالحب.

- لن يكون ذلك أبداً في حياتي! ماذا مستصوّر؟ أحثك يا سياستيان، أحثك أكثر
من أي وقت مضى. وكلّ هذه التغييرات التي نراها إنّما أقومُ بها من أجلك، لكي تكون
فخوراً بي، ولكي تجدني مرغوبة على الدوام!

...

قرب شفاهه من شفاتي كجواب عليّ ولحم شكوكي بقبلة طويلة. وهذه المرة، لم
يقاطعها أي شيء، ولا أي شخص...

25

منذ تلك الليلة، تغير جو البيت جذرياً. كانت ريحٌ قويةٌ من التفاهم تهبت على حيناً الذي لم تكن جمراته المطفأة تطلب سوى أن يكون أكثر جمالاً. أما بالنسبة إلى ابني، فقد قررتُ أن أتبنى السبائى المتفرخة من قبل كلود بقية عدم المعاناة من التوتر والضغط العصبي بسبب ومن دون سبب: الكفت عن المبالغة وإبداء بعض المرونة من طرفي! باختصار، أن أُمح نفسي المزيد من الخفة في طريقة إنجاز المهام اليومية. «انزلي عن صليبك، نحن نحتاج إلى الخشب»، هذا ما قاله لي، ذات يوم، كلود وهو يضحك، لكي يجعلني أفهم بأنه كان يحب عليّ أن أتخلّى عن دوري كأف تقف على حافة الانهيار العصبي لكي أتعرف بطريقة مختلفة .

قبل كل شيء، خصصتُ وقتاً لكي أهتم أكثر بعالم أديان. كنتُ انكبّ خمسة على آخر أهم أخبار لاعبي كرة القدم، بل وحفظتُ عن ظهر قلب أسماء كبار اللاعبين والقواعد الأساسية للعبة. نانت السهرة على المباراة منمتة لي بدل أن تكون وقتاً كثيراً وميتاً: كان اندهاش زوجي وابني بسعاري يستحقّ عناء مواصلة السير في هذا الطريق! فجأة، بات أديان يسألني كما يسأل والده خلال المسارة. كان يصرخ عند كل فرصة وهو يبدي حركات ذكورية ويسأل: «هل رأيت هذه الحركة، ماما؟» وعند أول هدف يسجله فريقه المفضل، كان يقفز إلى حضني لكي يهتف «هدف!» بالتأكيد، كنتُ أنا بدوري، قد سجلتُ نقاطاً.

كما بدأت أتم بعالمه الموسيقي من خلال الاستماع إلى أسطواناته المغفلة. برونو مارس، آريانا غراندي، نيكي ميناج، جاكسون ديرولو، دافيد غيتا... المرة الأولى التي بدأت فيها أرتل معه كلمات واحدة من أغنياته المغفلة، أصيب بدهشة عميقة ولم يُصدق وأعتقد أنني قرأت في عينيه ما يشبه إعجاباً مشوباً بالاحترام. غيرت هذه الإمكانيات الجديدة طبيعة علاقتنا كثيراً. وانفتح باب الحوار واسعاً من جديد.

في حضم قوة الاندفاع هذه، انتقدت المنفعة السوداء للواجبات.
- هل تعلم، يا أديان، بأنني أتضايق عندما أغضب وأصرخُ فيك بعد ذلك بشأن الواجبات المدرسية وعندما نتشاجر... أشعر بأنني في حال سيئة جداً... لذي حقاً الرغبة في أن تتغير الأمور. ألا تريد أنت أيضاً ذلك؟
أجاب بالإيجاب بإيماءة من رأسه.
- هل يسكنك أن تشرح لي لماذا تجد أحياناً بأنه من الصعب جداً أن تتجر واجباتك المدرسية؟

استغرق وقتاً في التفكير ووجدتُ جدّته في اختبار أفضل الكلمات لكي يجيب عن سؤالي بطريقة مؤثرة.

- لا أعرف. أصلاً، هذا ليس غريباً، التمارين، ومن ثمّ أنّها كثيرة جداً، بشكل خاص، يعتريني شعورٌ بأنّ هذا الأمر يُعذبك كثيراً بقدر ما يوترني نفسياً. أخاف من أن أخطئ وأن توتخيني...

فجأة، لا تعود لدي حتى الرغبة في محاولة إنجازها.
أظهرتُ تأثري بالموقف وفكرت من جديد بنصيحة كلود: دعني جانباً مدفع إطلاق اللوم والتوبيخ وتكلّمي بصوت حثاس ومؤثر، فولي «أنا».
فشرحتُ له :

- حينما أغضب، فهذا لأنني أكون قلقة بشأنك. أفكر في مستقبلك وأخشى ألا تأخذ دراستك على محمل الجدّ بما فيه الكفاية. إنّه من المهمّ جداً الدراسة جيّداً في

المدرسة! ما أريده، هو أن تستطيع أن تحصل على أفضل حياة مسكنة حينما تكبر.

- أعرف يا ماما. ولكن لا تفلقي كثيراً! أنت لا تتقن بي بما فيه الكفاية.

اعترفت وأنا أبتسم:

- هذا مسكن. أنا أحاول فقط أن أكون نمأ مقبولة.

- مهلاً! أنت أم رائعة!

- هل تعتقد ذلك؟

أكد لي، وهو يسلك بيدي في يده مع ابتسامة كريمة:

- نعم بالطبع.

كثرت قلبي بالامتنان. فكثرت بتقنيات التربية الإيجابية التي كان كلود قد علمني إياها.

فاقترحت عليه:

- ما قولك في أن نغيّر طريقة إنجاز الواجبات المدرسية؟

- كيف؟

- حسناً، ربّما يمكننا أن ندرجها بطريقة بحيث تكون أكثر متعة وتسلية، على سبيل

المثال...

- هذا سيجعلني على ما يُرام!

- حسناً. اتفقنا!

ضربنا أيدينا ببعضها ثلاث طرق مختلفة قبل أن يرتمي في أحضان بعضنا في عنق

عظيم.

هسس في عنقي:

- أحبك ماما.

فضممته بقوة أكبر.

- وأنا أيضاً، أحبك، يا حبيبي.

وبهذه الطريقة أرسيت أسس منهج تربوي أفضل أرثوذكسية ولكن يا إلهي كم كان أكثر

تسليّة وممتعة. استخدمتُ على سبيل المثال مبدأ 1، 2، 3، شمس⁽¹⁾ للتفويض التي ينبغي حفظها عن ظهر قلب: تقدّم خطوة واحدة نحو الطاولة عند كلّ إجابة صحيحة وتراجع خطوتين حينما تكون إجابتك خاطئة. أو تعلّم الدروس على شكل أغاني. إنه نجاحٌ حقيقي! لم يكن أدریان يتعلّم بسرعة أكبر بمقدار ثلاثة أضعاف، بل وكان أيضاً يستمتع بذلك مثل مجنون.

طبقتُ المقاربة نفسها بالنسبة إلى الأعمال المنزلية المتعلقة بالمائدة والمطبخ. بدلاً من أن أبيع صوتي وأنا أطلب لخمسين مرة متتالية مساعدة قد تستغرق ساعات حتى تأتي، وجدتُ حيلة ذكية لتحفيز أدریان: أقعته بإقامة مطعمٍ مفتعلٍ يكون هو الشيف فيه. لقد فاجأني طريقته في الانخراط في اللعبة وأدائها. لم أكن أتوقّع أن تسير الأمور وفق هذه المقترحات.

لقد أخذتُ هذا المشروع على درجة كبيرة من الجديّة، ممّا دفعه لإعداد وصفة مبتكرة لكرات لحمٍ بسبعة بهارات، على الطريقة الهندية. قطعتُ اللحم على شكل مكعبات صغيرة بحجم الرد، ثمّ قام هو بفرمه باستخدام ماكينة الفرغ الآليّة. قمتُ بندقّ الثوم وهو قام بهرس فئات الخبز السنزلي باستخدام المدقّ. هو الذي لم يكن ينشغل عادةً إلا بالشاشات، كان يبدو الآن بأنّه ينذر نفسه بقلبٍ مليء بالفرح لهذه الأعمال اليدويّة! كانت المرحلة الأخيرة من تمرير كرات اللحم في البيض ومن ثمّ في مسحوق الخبز المخلوّط مع حبّوب السمسم بالنسبة له محلّ ابتهاجٍ صريح. لقد سبق رأيتّه، قبل خمس سنواتٍ خلت، بهذه الفرحة والبهجة نفسيهما حينما كان يلعب بقطيرة وهو في طفولته المبكّرة... لم تبادل سوى القليل من الأحاديث خلال تلك الجلسة من الإبداع المطبخي المكثّف، ولكنّ ابتساماتنا وحركاتنا المترامنة كانت تقول الكثير عن الانسجام والتناغم بيننا في تلك اللحظة. كشيّف كبير مرصّع بالنجوم، كان يستمتع بإعطائي الأوامر كما لو كنت معاونته، وهو الدور الذي وضعتُ نفسي فيه طواعية، لفرط ما كنتُ سعيدة برؤية استراتيجيتي وهي تؤتي ثمارها...

(1) نعمة ينعها الأضفال شائعة في الفصح المدرسية.

أتاحت لي هذه التعبيرات أن أخصّص وقتاً وطاقاً لكي أكرّس نفسي لمهمة شاملة
ورائدة: بناء مشروعني السهني الجديد. لأنني كنت قد حسنتُ أمرني وقررتُ بأنني لا
أريد أن أستمّر في ممارسة مهنتي في التجارة، وإنما العودة إلى حلمي الأول: العمل في
مجال تصميم الأزياء والابتكار للأطفال.

كما كان كلود يقول لي، لقد حان الوقت بالنسبة لي لكي أقيم توافقاً بين مشروعني
في الحياة وشخصيتي وقيمي العميقة.

بدأتُ بالانكباب على أبحاث استكشافية. لم تكن رغبتني الدفينة أن أحصل على
امتياز من شركة، وإنما أن أخلق ماركتي الخاصة ومفهومها الخاص. ولكن سرعان ما
كان عليّ أن أعود وأخضع الحكم الواقع: كانت سوق الألبسة الجاهزة للأطفال تبدو
مشبعة والسجلات المتطورة للعمل في هذه المهنة ضعيفة...

ثمة إثباتٌ إضافي على عدم جدوى المشروع: مع وجود الأزمة، سوف لن يصرف
الناس قط مبالغ كبيرة من أجل شراء ألبسة الأطفال والتي سوف تصبح، بعد مرور شهر،
صغيرة القياس على الطفل...

من هنا، ما الثغرة التي ينبغي العثور عليها؟

جاءني الإلهام على «العصف الجولي»⁽¹⁾. وهي تقنية في الابتكار مستوحاة من
تقنية «العصف الذهني» التي كان كلود قد حدّثني عنها والتي تسمح بالاعتور على أفكار
بفضل الأبحاث عبر الإنترنت.

وهكذا وقعتُ على ماركة هولندية كانت تقترح مبدأ تأجير الأزياء: تأجير المرء لألبسته
سنوياً، مثلما يؤجر المرء سيارته أو شقته السكنية! من خلال اشتراك شهري قيمته خمسة
يورووات، كان الربون يحصل على ضمانه أن يرتدي ألبسة من آخر وأحدث ماركة، وهو
في الوقت ذاته يساهم في التنمية المستدامة، مع احتمال، في نهاية السدة، أن يشتري
الألبسة أو يعيدها إلى الشركة لكي يستفيد من ألبسة أخرى من خلال الاستئجار!

(1) Googlestorm: تشوُّب الكتابة هنا صيغة فرنسية من كلمة brainstorming الإنجليزية

التي تأتي بمعنى «العصف الذهني». - المترجم.

نشط دماغي على الفور واحتدّ: لماذا لا أعضد هذا المبدأ نفسه الألبسة الأطفال الصغار جدّاً؟ ألبسة مصمّمة وفق أخلاقيات بيولوجية للأعمار 0-3 سنوات، والتي يمكنني أن أضفي عليها قيمة حقيقية مضافة من خلال إضافة مواد وزيخارف ستجعل كلّ قطعة منها فريدة من نوعها. سوف لن يكون عليّ سوى أن أجلس مع مرؤدي الألبسة المصمّمة وفق أخلاقيات بيولوجية، ثياب داخلية وقمصان وسراويل، لكي أقوم فيما بعد بتعديلها وتخصيصها. ألبسة جاهزة من تصميم مشاهير الخياطين في عالم الموضة تكون في متناول كل أصحاب الإمكانيات المادية المختلفة... أوه، نعم... كنتُ أريد شيئاً من هذا الأمر!

كان ذهني يردّد حماوة، مأخوذاً بالحماس. كلّ الآباء والأمّهات يحترقون كثيراً أن يوفروا مظهرًا أنيقاً لأطفالهم الرضع. فرى هل هناك من لم يقف مفتطاً وفرحاً أمام ثياب الأطفال الجميلة جدّاً؟ ثمة مشكلة وحيدة: الثمن الباهظ للأزياء الأصلية والسبتكرة التي يضطرّ الناس لتغييرها في غالب الأحيان... ولكن بفضل المفهوم الذي ابتكرته، سيكون بوسعهم أن يجتدوا محتوى خزانة ثياب أطفالهم الصغار قدر ما يشاؤون وذلك بفضل نظام التأجير! سريعاً، أعددتُ قاعدة حسابات: سوف يمكنني أن أقترح عقداً للإيجار لكلّ قطعة ثياب صغيرة مقابل خمسة يوروهاات شهرياً، وسطيّاً.

عملتُ بلا هوادة من أجل تزيين وتجميل مشروعني وبدأتُ بتصميم أولى نماذجني الخاصّة بما يكفل تأمين شركاء.

بناءً على نصيحة كلود، شرعتُ في الاتصال بحاضنة مشاريع، وهي عبارة عن هيئة تراقب وتقدّم التأهيل لكلّ حامل لمشروع إبداعي وأعددتُ ملفاً محكماً ومتناسكاً حول تقديم مشروعني والتعريف به. ومن ثَمّ، انتهلتُ إلى الله لكي أنال موافقة لجنة قبول المشاريع...

كانت الأمور تأخذ منحى مقنعاً. كنتُ أشعر برددات وإشارات إيجابية. بعد مضي خمسة عشر يوماً، حينما تلقيتُ ردّاً إيجابياً من الهيئة الحاضنة للمشاريع، كدثُ أن أسقط جائية على ركبتيّ فرحاً وسعادة! كان سياسيان، وعلى الرغم من مخاوفه التي

كانت في المحصلة مشروعة، قد قرّر أن يساندني. لم يكن قد بقي سوى ان أرفق
«الخبر السار» إلى أمي... لم تكن هذه الفكرة تسعدني كثيراً. بالنسبة إلى أمي، كان
العقد غير محدد الأجل، من الناحية المهنية، الخيار الوحيد المقبول. ولأنني كنتُ
أعرفها جيداً كما لو أنني أنا من أنجبتها -وليس العكس-، كنتُ أخشى أن أكتشف لها
تقلبات حياتي رأساً على عقب... بحق.

26

طلقتُ باب الشقة الصغيرة التي كبرت فيها بمزيجٍ من الإثارة والخوف. استقبلتني أمي بابتسامة واسعة وضمتني بين ذراعيها في عناقٍ لطيف. كنتُ متشجّة ومربوطة بفكرة ما كنتُ سأخبرها به، متسائلة عن كيفية تصرفها ورد فعلها. كنتُ أعرف بأنّ هذا الانسجام والوثام سوف يتطاير ويتناثر بعد بضع ثوانٍ...

- اجلسي يا عزيزتي. سأعود إليك. يجب فقط أن ألقى نظرة على طبختي من اللحم البقري بالصلصة البيضاء...

- ماما! ما زلتِ تكلفين نفسك الكثير من العناء! قلتُ لك أنني أريد عشاءاً خفيفاً وبسيطاً جداً.

- هذا شيء بسيط وهو يسعدني كثيراً!

استلمتُ ووضعتُ لرغبتها. كما هو الحال دائماً.

جلستُ على أريكة الصالون الصغيرة، ووضعتُ ساقي على الأخرى، وكانت دقائق قلبي المقبرض مضطربة على إيقاع دقائق الساعة الجدارية الكبيرة التي كانت تتصدّر العرفة، وهي عبارة عن تذكّار كان قد جُلِب خلال رحلة إلى نيويورك.

انضمتُ والديتي إليّ، مريحة ونشيطة بفكرة هذا اللقاء المنفرد بين البنات.

- ها أنا ذا! كلّ وقتي لك!

تنحنحت. لمحت عدم ارتياحي وحيّم ظلٌّ على وجهها في الحال.

- هل أنت بخير، يا عزيزتي؟ تبدين منشغلة البال وغير مرتاحة...

- هذا لأنه... لديّ خيرٌ هام يجب أن أخبرك به.

- أوه يا الهي! هل هجرت سياستيان؟

- لا ماما.

- هو الذي هجرك؟

قلتُ بانزعاج :

- ماما! لماذا يجب أن تلقي عليّ دائماً أسوأ توقعاتك المسمّنة؟

اكفهر وجهها أكثر من ذي قبل.

- أنا لا ألقِي، يا عزيزتي. أنا فقط واضحة حيال حقيقة وواقع الحياة... انظري ماذا

فعل والدك بنا...

- هذه الحكاية حكايتك أنت، يا ماما! هذا لا يعني أنّ الأمور سوف تسير بالطريقة

نفسها بالنسبة إليّ!

- أنت محقّة، اعذريني... إذآ، ما هو هذا الخبر العظيم؟ أوه، أنا أعلم، أنت حامل!

لمسداً كان عليها دائماً أن تعود إلى هذا الموضوع؟ ألم يكن بوسعها أن تحترم حقيقة

أنني لم أكن أرغب في إنجاب طفل آخر؟

...

أمسكت بيدي وهي تشجّعني على البوح بالخبر:

- ليس صحيحاً؟ حسناً... أخبريني، إذآ.

- سوف أترك عملي.

سحبت يدها على الفور.

- هذا ليس صحيحاً؟

- أجل ماما، هذا صحيح. أتعملون يا أمّي، منذ بعض الوقت، التقيتُ برجل رائع...

سألت بحق:

- أنت تخونين سياستيان؟

- ماما! كفتي عن مقاطعة جسلي وديعيني أروي لك! بالطبع لا، أنا لا أخون
سيامتيان...

الرجل الذي أتحدث عنه يوافقني منذ بعض الوقت لكي يساعدني على إعادة تقييم
نتائج حياتي وعلى العثور من جديد على طريق سعادتني المفقودة...

- كيف ذلك، سعادتك المفقودة؟ كنت أعتقد بأنك سعيدة! لماذا لم تحدثني عن
ذلك من قبل؟ أنا لا أفهم... لديك عمل ولديك زوج يحبك ولديك طفل رائع...

- نعم، يا أمي، لدي كل هذا وكنت أنا أيضاً أعتقد بأنني كنت سعيدة... ولكن
ذات صباح، استيقظت فارغة تماماً وبغمر روحي غموض مريع... وبفضل كلود، أنا
الآن أجد معنى لحياتي.

- كلود؟ اسمه كلود؟ وما مهنة هذا الرجل في الحياة؟

- إنه... روثبولوجي.

...

حاولت أن أبرز موقفي:

- هذه مقارنة جديدة للتسمية البشرية وتطوير الذات، مقارنة قوية جداً...

دبّ فيها القلق في الحال وسألت، مدعورة:

- ما هذا الشيء؟ تعلمين بأنه يجب أخذ الحبطة والحذر... الآن، هناك الكثير من
المشعوذين والدجالين! تحت ذريعة أنهم يبيعون لك حلماً وحياة أفضل، يجعلونك تعين
تحت تأثيرهم...

كنت أعلم بأن الأمور مستجري بهذه الطريقة...

- ماما! الأمر ليس كذلك على الإطلاق! متى سوف تكفين عن الخوف علي
ومعاملتي كفتاة صغيرة؟ أنا أعرف ما أفعله.

...

والآن، حان موعد الصمت. لقد أثارت أعصابي.

- أخيراً، سوف أحقق حلمي، يا ماما: سوف أقيم مشروعاً للعمل في عالم أزياء.

- هل أنت على علم بأن هذا القطاع يشهد ركوداً؟

كنت أشعر بأنها تتأرجح بين القلق والتشوش.

- نعم، ولكن هنا، تحيلتُ مفهومياً فريداً من نوعه ومبتكراً! هل تعرفين نظام التأجير؟

- نظام التأجير؟ كلا...

- هذا نظامٌ عملي واقتصاديٌ وينبغي إتاحة للناس أن يستأجروا منتجات، مع توفر خيار

الشراء. هذا نظامٌ شائع جداً عند تجارة السيارات وفي قطاع الألعاب. في هذه الفترة

من الأزمة، لا يشتري الناس ألبسة فاخرة لأطفالهم الصغار. فهي عالية جداً مقارنة مع

الفترة القصيرة التي يمكن خلالها استخدام هذه الألبسة. في مقابل ذلك، سوف أعرض

عليهم أن يستأجروا هذه الألبسة مقابل أجرة معدّلة الوسطي يتراوح بين خمسة وخمسة

عشر يوروهات في الشهر. أنا واثقة من أن هذا سيلقى نجاحاً!

استرسلتُ في الحديث عن المشروع. ولكن أمي كانت، بكل تأكيد، بعيدة عن أن

تفاسمني حماسي.

- وسوف تتركين عقداً لأجل غير محدد من أجل هذا؟ أنا التي طيلة حياتي، حاولتُ

أن أعلمك أهمية الاستقرار المالي... هل تدرकिन بأنك قد تعرّضين استقرارك العائلي

والراحة المادية لابنك أديان للخطر، إذا لم ينجح معك هذا المشروع أبداً؟

- لماذا يجب أن توقعي دائماً الأسوأ؟ أنا بحاجة إلى أن تضي بي، يا ماما! لا أن

تطلقني النار على مشاربي بطلقات القلق والتشاؤم!

- وما رأيي سياسيتان في ذلك؟

- إنّه يدعمني في مشروع. لقد ربّنا حساباتنا لكي نضمن في الفترات الأولى من

المشروع...

- يا لها من مخاطر! يا لها من مخاطر!

- نعم، ولكن الحياة بذاتها عبارة عن مخاطرة! يجب أن تفهمي أن هذا المشروع

يسئّل بالنسبة إلى جرعة كبيرة من الأوكسجين. لدي إحساس بالعودة إلى الحياة، بأن

أكون أخيراً أنا!

...

عبيثاً، كما لو أنني أعني في الطاحونة!

- حسناً، اعتقد بأنني سوف أذهب. أرى بأنك لسيت مستعدة بعد لتقبل هذه الفكرة.

...

لم تحاول أن تجعلني أبقى عندها. كانت تبدو مصعوقة بالخير!

ما أن أصبحت في الشارع، تملكنتي أحاسيس متناقضة. حزنٌ شعوري بأن أُمي لم تفهمني. كما انزعجتُ لكونها لا تثق بي مطلقاً بشأن قدرتي على تدبّر أموري، ولكنني أيضاً شعرتُ بالارتياح والحرية لكوني قد أصبحت ذاتي ومخلصة لأحلامي وشخصيتي العميقة. أخيراً، كنتُ قد وضعتُ حدّاً لمفهوم «الإسعاد» السهجي. تجرأتُ على أن أعيش الحياة التي تشبهني لا الحياة التي كانت أُمي قد تخيلتها لي. ولكن كنتُ لا أزال أعاني من نوعك في المزاج في قلبي الجديد؛ كنتُ أشعر بعدم الارتياح...

كنتُ أشيد بمشروعي الجديد بحماس ولكن ما الذي سيجدث، إذا ما فشلتُ في نهاية المطاف؟ كانت هذه الأفكار تفسد علمي منعتي... فأحسستُ بحاجة ملحة لكي أتحدث عن ذلك مع كلود. كنتُ مستعجلة لمعرفة رأيه حول هذا الموضوع.

27

من جديد، أعطاني كلود موعداً لرواحدة من تلك الجلسات غير المتوقعة في شكلها ومضمونها بقدر ما كانت غنية بالتعاليم والدروس. ولكن هذه المرة، كنتُ أعرف مكانها بدقة: متحف اللوفر. ومع ذلك، لم أكن أعلم لماذا دعاني إلى هناك، وبينما كنا نجوب قاعات العرض التي لا تُعدُّ ولا تُحصى، كنتُ أتساءل عما قد يُخرجه من تحت قبعة الكبيرة الشبيهة بقبعة السحرة. وانتظار أن أعرف ذلك، رويثُ له لقائي المنفرد مع أمتي. ولكنني وجدته متحفظاً، الأمر الذي قلما كان يبدو عليه. ترى بماذا كان يفكر؟ هل كان يُصغي إلي حقاً؟ كنتُ أجهد في محاولة إفهامه مشاعري وانفعالاتي، والتي أرى درجة كانت شكوك أمتي قد هزنتني، بينما هو لم يكن يرفُّ له جفنٌ حتى، مواصلاً تسكعه الهادئ بين اللوحات الفنية ...

في النهاية، عيل صبري، فقلت عازمةً للامبالاة، بينما كنتُ أعيشُ تسونامي حقيقي في داخلي :

- كلود أنت لا تصغي إليّ!

في المحصلة، هو من كان قد طلب مني الانضمام إليه في متحف اللوفر! وإذا كان ذلك فقط لكي أراه يتصرف تماماً كما لو أنه جاء إلي هناك لوحده، فما جدوى مجيبي إلي هنا؟

لم يرد عليّ ووضع إصبعه على فمه لكي يرمي إلي بأن ألتزم الصمت. كنتُ على

وشك أن انفجر غضباً وحقاً. في تلك الأثناء، أسرع خطاه قليلاً ومع ابتسامة غامضة في معبد مونا ليزا، قادني إلى قاعة المعلم العظيم ليوناردو دا فنشي. ومن دون أن ينس بيت شقة، جعلني أجلس على أحد المقاعد الصغيرة أمام تحفته الفنية الأخيرة: العذراء والطفل يسوع مع القديسة آن. ومكثنا هناك لبرهة من الوقت، قبال اللوحة الفنية. وأخيراً، سألتني:

- ماذا قرين، يا كاميل؟

في حيرة وارتباك، تركت عيني تجولان على اللوحة، وأنا أحاول أن أكتشف دلالتها. - حسناً، أرى العذراء التي يبدو أنها تريد أن تأخذ الطفل يسوع بين ذراعيها، ولكن في الوقت ذاته، أشعر بأن الطفل يُحاول التماس منها وهو مهتم أكثر بالحمل الصغير الذي يريد أن يمسكه بنفسه غير آبه بدعوة أمه... أنا بالنسبة إلى القديسة آن، فأجدها في هيئة من الانفصال والعطف. ابتسم كلود لكلماتي.

- في الحقيقة، يا كاميل، دعوتك إلى هنا لكي أبعثك تشاهدين هذه اللوحة وأشرح لك ما تعكسه من وجهة نظري بشأن علاقة بين الأم وطفلها.

علاقة الأم - الطفل... الصورة الخاطفة لأدريان وهو يهمس في عشي «أحبك ماما» عبرت ذهني وأحس في الوقت ذاته بالإحساس الجسدي لحرارته وهو في حضني. ثم رأيت نفسي في صالون والدتي، وأنا أحاول أن أتحدث إليها حول مشاريعي المهنية وهي تقاطعني باستمرار. تابع كلود حديثه:

- الحمل هنا يرمز إلى التضحية وواقع أن يسوع يُمسك به بين يديه يعني أنه يقبل بمصيره المشؤوم. مريم، كأم، تسعى إلى أن تُبعده عن هذا المصير الأليم. وهذا هو معنى حركتها الحامية. أنا القديسة آن، فهي تبقى في موقف متحفّظ؛ فهي تنظر من دون أن تتدخل، الأمر الذي يُظهر بأنها تقبل رمزياً بمصير حفيدها. أذهلني هذا التحليل التوضيحي لما لم يكن بالنسبة إليّ، حتى قبل لحظات قليلة،

سوى مشهد رعوي ساحر. مشدودة إلى كلماته وأنا أحنق في اللوحة باهتمام متجدد، انتظرت بفارغ الصبر نسة الشرح.

- كلُّ أمةٍ تتخاف على طفلها وتسعى بكلِّ السبل إلى حمايته من الألم، يا كاميل. هذا أمرٌ طبيعي وجوهري في الحبِّ الأمومي. ولكن قد يكون هذا أحياناً كبحاً للطفل الذي عليه أن يقرّر مصيره وينسج حياته. كنت حتى الآن تسعين على الدوام إلى مواقفة أمك على كل ما يتعلق بحياتك. وقد كتبتِ رغباتك لكي تُرضيها وتُسعدِها ولا نخشي آمالها المعقودة عليك. الأمر كما لو أنك كنت تسنين طفلة هذا الوقت وأنت تتعلمين زوجاً من الأحذية الضيقة جداً والآن، حينما تخبرينها بأنك سوف تسلكين طريقك الخاص، هذا يخيفها. هذا أمرٌ طبيعي. ولكن عليك أن تتعلمي أن تتركي خوفها لها، وألا تعسري هذا الخوف خوفك وعليك أن تتعلمي أن تسلكي طريقك، وأنت تثقين بنفسك كل الثقة. حينما تراك منشحة وسعيدة، صدقيني أيها سوف تفرح من أجلك!

- أمل ذلك، يا كلود، أمل ذلك...

في الوقت الذي كنت أجيبه، كنت أتناول في نفسي أي نوع من الأمهات كنت بالضبط بالنسبة إلى أدريان. هل كنت أحسن القيام بالأمر؟ هل كنت أتخذ الموقف السليم، الموقف الذي سوف يتيح له أن يزدهر بأفضل ما لديه من قدرات وإمكانات؟ كان لا يزال صغيراً ورغباته وحاجاته هي رغبات وحاجات طفل... ولكن متى سيكون متى سيكون عليه أن يحدّد نفسه خيارته ويرسم طريقه كرجل؟ هل سأحيد مراقبته من دون أن أفرض عليه رغبات قد لا تكون رغباته هو، مثلما فعلت أمي معي؟ هل سأجيد الإصغاء إليه فعلاً وأعيه على إثبات ذاته؟ نعتقد بأننا نعمل الأفضل، ولكن، في بعض الأحيان، تعميماً مخاوفنا، بل وحتى حيناً بعيننا أحياناً...

كان كلود قد سكت، كما لو أنه فضل أن يترك الحفل حرّاً وشاغراً لأفكاره. أفرحت له عن ابتسامة خفيفة لكي أشير له بأنني كلّي آذانٌ صاغية من جديد، فاستأنف حديثه:

- اليوم، يا كاميل، نخشى أمك أن يحصل لك هذا التغيير في الاتجاه الألم والشقاء. والحال أنه عليها أن تدرك بأن الألم الحقيقي بالنسبة إليك، بعد مرور فترة من الزمن،

سيكون بقاءك من دون مبادرة! الأخطر ليس الفشل وإنما هو عدم المحاولة. في كل الأحوال، لا يمكننا أبداً أن نحتمي من الآلام المحتملة، لأنها جزء من الحياة. والرغبة في الإفلات منها أمرٌ مستحيل. الحياة مصنوعة من خير أسود وخبير أبيض. على كل شخص أن يقبلها كجزء ثابتٍ من لعبة الوجود! ومقاومة هذه الحقيقة لا تفعل سوى تعيق الشعور بالوهن في الحياة. ولهذا السبب يعلمنا الحكماء أن نحكم على الأمور، لا من خلال المحررى الخارجي للأحداث وإنما من خلال طريقة إدراكها بالعقل.

كان لكلماته على تأثير حيط من الماء البارد في يوم شديد الحرارة. كانت تعزز من عزمي وإصراري على المضي قدماً في الطريق الجديد الذي اختطته لنفسي، وتمنحتني فرصة للتصبر ومادة للتفكير فيما بعد، حينما سأواجه بدوري الخيارات الأساسية التي سيأخذها ابني لبناء مستقبله عند بلوغه سن الرشد.

وكذلك، حينما عزت مجموعة كبيرة وصاخبة من السياح الأحناب الصالة، وقطعت حديثنا الشيق والسبع، لذمرت ولم أستطع منع نفسي من إصدار أصوات بلساني تعبيراً عن الاستهجان.

أما كلود، فقد ظلّ هادئاً الأعصاب وميتسماً. إذ، ألا يثير أي شيء غضبه؟

قادمي إلى صلاة أخرى، وهو يواصل في الوقت ذاته شروحاته:

- شاهدي، يا كاميل، الأثر الذي لا يزال يا كاميل، الأثر الذي لا تزال تتركه عليك عناصر خارجية مربكة ومشوشة. تتخلى عن راحتك ومعادتك بشيئتهم. الحقيقة هي أنه سوف لن يكون لك على الإطلاق أن تتحكمي بسير الأمور، وتجاوزين بأن تكوني إلى الأبد مثل سداة صغيرة من الفلين تتأرجحين على الأمواج المستقبلية. بالنسبة إلى الشخص الحكيم، يمكن للعاصفة أن تكون هانجة جداً على السطح، بينما في العمق، يسود الهدوء دائماً... المرء يكمن في أن تستعدي رمام التحكم بذهنك وأن تقرري بأنك ستعيشين على نحو جيد حتى الأمور المعرجة. وأن تري ما هو إيجابي حتى فيما هو سلبي. سوف تزين، هذه طريقة لسقاربة الوجود الذي يغير كل شيء.

- نعم ولكن مع ذلك... ليس الأمر بهذه السهولة لكي يتحكم المرء بأفكاره! لا

تكون ردود أفعالنا عقلانية على الدوام. أنا، على سبيل المثال، مضت عليّ عدّة أيام أعاني خلالها من الشكّ ومن عدم ثقتي بأيّ شيء بشأن مشروعي... أنا أخاف. أرى أن هذا المشروع جريء جداً ومحفوف بالخطر! هذا ناهيك عن أنّ أمّي ليست الوحيدة التي أبدت تحفظاتها ومخاوفها. صديقتي المقرّبة وعمّي أيضاً قالوا لي بأنّه سيكون من المجنون اقتحام مفهوم غامضٍ وغير مضمون في خصمّ الأزمة! أنساءل إن كنتُ سوف لن أوقف كلّ شيء...

وضع كلود يده على ساعدي وحدّثني كما لو أنّه يتكلّم مع فتاة صغيرة تخشى العتمة، بصوت دافئٍ ومطمئن.

- كاميل، وماذا لو استبدلت، في بداية انطلاقك، عبارة «أنا أخاف» بعبارة «أنا متحمّسة»؟ هذه الحيلة سوف تسير على نحو أفضل. كان أوسكار وايلد يقول: «الحكمة هي أن تمتلك أحلاماً كبيرة بما فيه الكفاية لكي لا نعيّبها حينما نلاحقها». أنت من لها الحقّ في أن تتجرأ. دعيني أروي لك حكاية قصيرة سوف تضع بلسماً على قلبك وتعيد إليك الثقة...

في أحد أيام السنة، كان يجري تنظيم سباق في مسلّكة الضفادع: وكان للسباق في كلّ مرة هدفٌ مختلف. في تلك السنة، كان يجب الوصول إلى قمة برج. اجتمعت كلّ ضفادع المستمع لكي تشاهد الحدث. أعطيت إشارة الانطلاق. بدأت الضفادع التي كانت تشاهد السباق يتخمين ارتفاع البرج وهي لا تُصدّق بأنّه من الممكن أن تنسكّن الضفادع المتسابقة من الوصول إلى القمة. وكانت التعليقات:

«مستحيل! لن تعمل إلى هناك أبداً!»

«أبداً لا يساعدها جسمها للوصول إلى هناك!»

«سوف تُصاب بالجفاف قبل وصولها إلى الأعلى!»

حينما سمعت الضفادع المتسابقة تعليقات الضفادع المشاهدة، بدأت همّتها تخسد، ضفدعاً بعد آخر. وهكذا تخلّت الضفادع بمعظمها عن مواصلة السباق إلاّ عدد قليل منها تابع بيسالة تسلّق البرج. ولم تكفّ الضفادع المشاهدة عن تعليقاتها

«حقاً هذا لا يستحق العناء! لا أحد يستطيع الوصول إلى القمة، انظر، لقد تحلّت جميعها تقريباً عن السباق!».

اعترفت آخر مجموعة من الضفادع السببية بهزيمتها أيضاً، إلا ضفدعاً واحداً، ظل يواصل تسلّقه بعكس الجميع. وحيداً، ولقاء جهد هائل، وصل إلى قمة المرج. أصيبت الضفادع الأخرى بالذهول وأرادت أن تعرف كيف وصل إلى القمة. اقترب ضفدعٌ من بينهم منه لكي يسأله كيف نجح في الاحتمار. واكتشف بأنّ الضفدع الفائز كان أصمّاً!

احترسي إذا واحذري جيداً، يا كاميل، بأن لا تدعي نفسك تتأثرين برأي المحيطين بك. لا تدعي همّتك تغتر ولا تستسلمي للإحباط. حتى أولئك الذين يخونوك يلتقون عليك أحياناً بعبء مخاوفهم وشكوكهم. شخصي من يلوّثون ذهنك وتعرّقي بطريقة بحيث لا يمكنهم أن ينقلوا إليك عدوى رؤيتهم السلبية واللائمة والمشكّكة...

ظلّ دويّ كلمات كلود برنّ في أذنيّ لوقت طويل وفعلت فعلها. لم يكن بوسعي، بل ولم أكن أرغب في السير إلى الوراء: تعلق قلبي كثيرة بهذا المشروع المهني وكنت أشعر كم من المهوّب جدّاً أن أسير فيه حتى النهاية. سوف يكون إنجازي الشخصي. فتسلّحت نفسياً بسدادات أذن، عاقدة العزم على المضي قدماً في طريقي.

28

ملائتي حفلة رحيلي عن الوكالة بشاعر متناقضة، كانت عبارة عن مزيج من الأرياح والابتهاج وبعض القلق. تُرى هل اتخذت الخيار الصائب؟ فاجأ فراري الجميع. كان أغلب زملائي في العمل يعتبروني بسثاية أم لطيفة لعائلة، يُقيم على هامش حياة سطحية جداً وأنا إذا أتحوّل إلى صاحبة مشروع حريئة في مشروع مهني مشكوك في نجاحه! كان من الصعب على قاعة الاجتماعات أن تسوعب جميع المدعوين، لأنّ رئيسي في العمل كان قد دعا فرق العمل الأخرى، مستفيداً من رحيلي لكي يُقيم صلة بين الأقسام. أراد أن يصفّاد عضوين بحجر واحد.

كان البعض من الحاضرين، غير المُبالين تماماً برحيلي، بل وغير المُسالين بشخصي المتواضع، يتناولون بشهية القول السوداني ويستمتعون بالشمسانيا المجانية من دون حتى أن يفكروا في إلقاء التحية عليّ. بينما جاء آخرون إلى وتحدّثوا بضع كلمات، غير قادرين على إخفاء مسحة من الغيرة لديهم.

- متعجّر في هذا الوقت؟ لدي صديق قام بهذا العمل نفسه؛ لم يستطع أن يكسب شيئاً طيلة خمس سنوات. لم يعد هذا عملاً. إنّه بات تطوُّعاً!

- صاحبة مشروع؟ اسم... لا بدّ أنّك تحبين الحياة في بؤس وشقاء...

بعد أن أهدقوا عليّ بحديثهم الممتع، غادروا بعد أن تركوا خلفهم عبارة «حفظاً سعيداً» والتي كان لها وقع أقرب إلى عبارة «بس المصير».

جعلتني جججهم وذرانهم أن أغلي وأفور. لماذا كل شيء ينصبّ دانساً على المال؟ أزعجني ذلك أشدّ الإزعاج. الحلم، وإن كان بالحدّ الأدنى، يبقى حلماً لم يسبق لي قط أن شعرتُ بنفسي نابضة بالحياة كما أنا عليه في هذه اللحظة، وهذا لا يُقدَّر بشئ! لحسن الحظ أظهرتُ بعض الأشخاص بأنهم فعلاً رائعون. خاصة ميليسا، التي كانت تعمل في قسم الاستقبال، قدّمت لي باقة زهور جميلة. بينما انشغل صاحب الحسنة الشبيهة بالبيضة بإيجاد هدية لي باسم الفريق: نغليّة من الكريستال تُستخدم كحَمّالة ورق مكتبة، وهي قطعة زخرفية رائعة من ماركة لالليك! أخفيتُ بصعوبة دهشتي .

شرح لي:

- لكي تجلب لك الحظ في مشاريعك... سوف تعمينها في متجرك، أتفقنا؟ عاقفه بحرارة. كنتُ مذهولة لما أظهره من الرقة واللفظ!

اقترب منّي رئيسي في العمل بدوره وقرأتُ في عييه ظلاً من الإعجاب والحسد.

- أتمنى لك التوفيق، يا كامل! أتمنى بصدق وإخلاص أن تتكَلَّم مشاريعك بالنجاح. أنتُ جريئة جداً بأقدامك على هكذا مغامرة، لا سيما في هذه الأوقات الراهنة... بوجود الأزمة، لم يعد يجزؤ الناس على الإقدام على أيّ شيء! عموماً، إذا لم ينجح مشروعك هذا، لا تترددى أبداً في العودة وطرق ناسا. سوف يكون هناك على الدوام مكان لك.

- شكراً سيدي. سوف لن أنسى.

حتى وإن كنتُ أنسى ألا أضطرّ أبداً للعودة إلى الوراء... لقد أصبحتُ الهدف سريعاً. عشر سنواتٍ من حياتي كعاملّة مرّت سريعاً وأصبحت من الماضي! كنتُ أشعر بأنني في حلم. ولكن كان من المستحيل أن أعرف إن كان ذلك جيّداً أم سيّئاً.

بينما كنتُ أسير في الشوارع لكي أعود إلى بيتي مع صرّكي الصغيرة كمنستقيلة من العمل، شعرتُ بأنني غريبة عن نفسي، يهزّني خليطٌ من المشاعر المتناقضة، من ارتياح وفرح وإحساس بالحرية، ولكن أيضاً من فزع وخوف وقلق ودوخة...

في الأيام التي تلت، انشغلتُ من جديد بانماء ترتيباتي المالية. كنتُ قد استعلمتُ

عن المساهمة الشخصية التي من المُعتزض أن أقدمها... كان يجب أن تُشكّل على الأقل 30% من المبلغ الإجمالي. حتى وإن كُشِمت كلّ أموالني الموجودة في الأدرج، ما كنت لأصل إلى هذا المبلغ تماماً... وبالتالي، ترى هل سيكون هذا كافياً لكي أبيع مصرفاً وأحصل على تمويل إضافي؟

بمساعدة من موظفي الهيئة الحاضنة، أعددت ملفاً مُحكماً للغاية، على الأقل، هذا ما كنت أمله. بعد أن أعددت خطة عملي بعددٍ جيداً، انطلقت في هجوم على المصارف.

في صبيحة أوّل موعد، كانت معدتي تُعقر وأمعاني تنصارع. كنت أنظر إلى الساعة كلّ ست وثلاثين ثانية. ثمّ أخيراً، حلّ وقت الموعد. وحينما ينبغي الذهاب، ينبغي الذهاب... في كلّ الأحوال، لم يعد في اليد حيلة.

كنت قد أعددت لفسي قائمة بأغاني العاطفة، أي الأغاني والموسيقى التي تمنع القوة والعاطفة. ليس عبثاً أن المقاتلين يتطلقون إلى الحرب على وقع الأغاني.

كنتُ أستمع في داخلي إلى أغنية (نو سوربرايز - لا مفاجآت) لمغني البوب البريطاني رديوييد، وهي أغنية أعتقد أنّ أيّ شخص يمكنه أن يكتب مثيره على وقعها. كنتُ أمشي في الشارع، وأنا أشعر بأنني مختلفة عن الآخرين، غارقة في فيلم قصّة نجاحي على الشاشة العملاقة. ترى هل كان ما يحدث معي يُرى على وجهي؟

كنتُ أحاول أن أقرأ الجواب على وجه السارة؛ أولئك الذين لا شكّ في أنّهم كانوا يجدون من العزاة أن أنظر إليهم بتلك الطريقة. لا بهم!

كانت يداي متعرقتين، ولكن كان لي حناجر أبيضان في ظهري: كنتُ على أنّهم الاستعداد للانطلاق.

لسوء الحظّ، كانت حماسي لمدة قصيرة.

استقبلني صاحب المصرف برود. بالكاد ألقى نظرة على الملف الذي قدّمته. ركّز على مساهماتي المالية المشيخة واختصر حديثنا الذي بالكاد استغرق لمدة عشر دقائق، ووعدني بأن يرّد على طلبي سريعاً. في الحقيقة، لقد التزم بوعده حول هذه النقطة. بعد

ثمان وأربعين ساعة، تلتقيتُ رداً سلبياً على طلبي.

كان موعدي التالي في مصرف في آخر أكثر سوءاً من سابقه، فقد تلتقيتُ الرَّد السلبى بينما كنتُ في الشارع في طريق عودتي إلى البيت وبداي محمَّسَين بالأغراضِ كنتُ قد اشتريتها. أصبغتُ إلى الانزعاج خيبة الأمل المريرة. تولتُ خيبات الأمل وبدأتُ أشعر أنَّ حلمي يتطاير هباءً منثوراً وكان الخوف وحيمة الأمل يوخزان حلقِي وعيني وأنفِي. حينما فتح أدريان الباب لي، بالكاد قلتُ له مساء الخير، وأكملتُ طريقِي إلى السطبخ حتى لا يقرأ على وجهي علامات الهزيمة الناقمة. كنتُ قد نسيتُ أنَّ للأطفال أجهزة استشعار عملاقة: إنهم يشعرون بكلِّ شيء.

- هل أنت بخير، ماما؟ هل تريد أن أساعدك في ترتيب الأغراض؟

قلتُ له وأنا أظاهر بالانشغال أمام حزن السطبخ:

- بخير، بخير، يا عزيزي، سوف أتدبر أمري...

أدركتُ له ظهري عمداً، لكي لا يرى الدموع تنهمر على وجهي.

ذهبتُ محاولاتي سدى.

انحنى نحوي لكي يرى على نحر أفضل عيني ويتبين فيهما الحزن، ثم سألني:

- ولكنك تبكين، يا أمي؟

- كلا، قلتُ لك إنني بخير! اذهب والعب في غرفتك.

- لن أغادر ما لم تحبيني ما الذي يزعجك؟

يا لها من نفقة بالنفس! كان يحدث له أحياناً أن يلعب دور رجل البيت ويهتم بي كما لو أنه أبي. حينما شعرتُ بأنه لن يتركني طالما لم أخبره بما يزعجني، شرحتُ له بأن المعترف قد رفض أن يقدم لي قرضاً.

- أنت تعلم، لا يزال ينقصني بعض المال لإقامة مشروعِي، والمصرف يرفض أن

يقرضني هذا المال، ولذلك أنا حزينة هذا المساء، ولكن لا نبالي، فانا لم أقل كلمتي

الأخيرة بعد!

جهدتُ لكي أبتسم له عبر دموعي لكي لا أفلقه أكثر.
ضمتني بين ذراعيه لكي يعانقني بشدة وقال لي بلهجة والقة كلهجة رجل يعرف
الحياة جيداً:

- لا تقلقي، يا ماما، سوف نتدبر الأمور!
ثم دار على أعقابيه وذهب ليلعب في غرفته. تصرفه ذلك جعلني أفرح عن ابتسامه.
قلتُ في نفسي بحنان: يا لها من ظاهرة!

بعد أن قستُ بترتيب الأعراس التي كنتُ قد جلبتها من السوق في خزن المطبخ،
انتقلتُ إلى جللي الأطباق واتكيتُ على الأواني التي لم أمتلك مساء اليوم الماضي
الهمّة لأقوم بتنظيفها. كنتُ أجلي الأواني بيأس وإحباط، على أمل أن تسجع هذه الحركة
اليومية الأساسية في تهدئة أعصابي التي أسيتت معاملتها.

بينما بدأتُ بوضع المائدة، داعية أدريان إلى تقديم القليل من المساعدة، وصل إلى
الصالون في هيئة متأمرٍ مذهول.

- ماما؟ تفضلي، عذري.

ناولني مغلفاً من ورق الكرافت.

حظنتي على فتح المغلف، قائلاً:

- افتحي!

نقدتُ أمره واكتشفتُ في الطرف رزمة من الأوراق النقدية وما يقارب خمسين قطعة
نقدية معدنية.

قال لي وهو يشعُ افتخاراً:

- هذا لك. لقد حسبتُ كل المبلغ: هناك مائة وثلاثة وعشرون يورو وخمسة وأربعون
سنتاً. وإذا كان هذا المبلغ لا يكفي، سوف أقوم ببيع أيادي. وهكذا، يسكنك أن
تقسي مشروعك، هل اتفقنا، يا ماما؟

تسلكتني انفعالٌ شديد. يا إلهي كم أحبته في تلك اللحظة! كم كان جميلاً بعينه
المتلاكتين واندفاعه العفوي والطبيعي، وهو يريد أن يتفاني من الهزيمة!

أخذته بين ذراعيّ لكي أقبّله وأحضنه بقوة.

- شكراً حبيبي، هذه مبادرة رائعة من قنلك. ولكن اترك لقودك معك...

- تعديني بذلك؟

أكدت له:

- نعم، أعدك بذلك.

بدأ في آن واحد سعيداً وكذلك مرتاحاً لكونه قد احتفظ بسدّخراته. حينما رأى الابتسامة وقد عادت إلى وجهي، لا بدّ أنّه اعتبر بأنّه قد نجح في مهمّته وانصرف إلى غرفته ليخبّئ كنزّه وقد ارتاح قلبه.

هذه المبادرة الرائعة جدّاً وضعت بلسماً على قلبي. ما كان عليّ أن أمتسلم للباس. بالنسبة إليّ، بالنسبة إلى ابي، بالنسبة إلى كلّ من كان يؤمن بمشروعِي، كان عليّ أن أحمّد وأثابّر!

وهي هذه الحالة المعنوية، استأنفتُ رحلة بحثي عن تمويل لمشروعِي وقدّمتُ ملفّي لمصرف ثالث...

من جديد، مضت بضعة أيام، وانتظرتُ ومعنوياتي متفتحة بهيليوام الأمل. وهو أملٌ نظائر وتبعثر مرّة أخرى.

وقع عليّ هذا الرفض الثالث مثل الصاعقة.

ثلاثة مصارف! ولم يشأّ أيّ منها أن يساهم في تمويل مشروعِي! لم ينفع أيّ شيء معها. لا ابتسامتي الرائعة على طريقة إيزابيل أوبر، ولا هيئتي الحكيمّة والواقفة على طريقة غاندي ولا أسلوبِي الترويجي على طريقة مايكل دوغلاس في فيلم وول ستريت...

استبدّ بي اليأس. وكذلك القلق. كنتُ قد تركتُ وظيفتي، وهناك الترامُ يتأمّن نفقات لتصنّع نماذجي... إذا لم يستجب أيّ معارف لطلبي، فهذا يعني أنني قد انتهيت! سوف لن يكون أمامي آنذاك، سوى أن أرتمي على قدم رئيسي السابق في العمل وأتوسّل إليه لكي يسحبني من جديد وظيفته لديه وأعتبر نفسي سعيدة باستئناف حياتي البسيطة المنظمة مثل نوتة موسيقية.

آه، كلاً، أبدأ لن أقبل هذا!

عدت إلى كلود. كنتُ أجتزّ الكلام نفسه وأقول بأنني بسببه هو أقدمتُ على الانخراط في هذه الخطّة الخرقاء! إنه هو من شجعتني على السير في هذه الطريق! والآن، سوف أسقط على وجهي... سوف لن يغفر سيامتيا ذلك أبداً... وإذا حدث ذلك، فإنّ هذه الحكاية السخيفة قد تطيح أيضاً بحياتي الزوجية وتدمّر حياتي العائلية. سوف أكون خائبة ومهانة وسوف يتركني سيامتيا ويأخذ أدريان معه. سوف أكون محطّمة ومكتئبة وانتهى بالشوارع في الشوارع لا مسكن يأويني! كانت المرحلة السيئة تنعم بأمر سحايادماغي المتوتّرة للغاية. كنتُ في قلب كارثة استراتيجيّة!

كانت أُمّي على حق، هذا ضررتُ من الجنون! سوف لن أنجح أبداً...

متوتّرة بسبب هيجاني (هناك دائماً خوفٌ في الهيجان)، نزلتُ كالإعصار إلى عبادة كلود. ثبّأ له ولسجهه اللعين... كنتُ سأخبره بما يحول في خاطري! سوف أضعه أمام مسؤولياته وأجره على أن... على أن... لم أكن أعرف بعد على ماذا، ولكنني سوف أجبره.

اجتريّ حاجز السكرتيرة من دون أن أتوقّف.

- سيّدتي، لا، لا يمكنك... -

لم أبال!

فحسبُ باب المكتب كيفما كان. علّق كلود مكالمته الهاتفية حينما رأيته أدخل إلى المكتب.

لحقتُ بي السكرتيرة وحاولت معي مرة أخرى:

- سيّدتي، من فضلك.

- دعها، يا ماريان. أنا سأهتمّ بأمرها. لحظّة من فضلك، يا كاميل.

أنهى مكالمته بهدوء. أثار هدوءه غضبي أكثر؛ كان على نقيصٍ كبير مع زوجتي الهاتجة. لماذا يجب أن يكون لهذا الرجل على الدوام مظهرًا سامياً ووقوراً جدًّا، بينما أنا أفترق إلى التنظيم والترتيب؟

- ماذا حصل؟ حصل أن هذه هزيمة تامة! وأنتي تلقيت اليوم الرذة السليبي الثالث!

وأن هذه نهاية كل شيء!

كنت أنتجتاً الكلام مثل ديك عجوز غاضب.

- اهذني، يا كاميل، لا يزال هناك حل...

- آه كلاء، إلى هنا وكفى! لقد ضقتُ ذرعاً بموقفك الإيجابي!

انظر إلى أين أوصلي موقفك الإيجابي! نعم، أنت السبب، أنت وتصائحك البلهاء!

أنا سوقية في كلامي؟ هذا أفضل! أنا صدقتك ووثقتُ بك... لقد فسختُ عقد عملي

الذي كان غير محدد الأجل، وما هي النتيجة الآن، لم يعد لدي أي شيء! إلى الشارع،

أيها السيّدة! كلاء، ولكن، بصراحة... أين رأيت بأنتي أمتلك كفاءة صاحبة مشروع؟

كان أمراً مفروغاً منه بأنتي سأفشل في هذا الأمر!

تركيني كلود أصب جام غضبي دون أن يتدخل. ماذا أتت بتأسف لرؤيتي في تلك

الحالة. لدى سماعها تويخاتي، عادت مساعدته تدق الباب .

- هل كل شيء على ما يُرام، سيد دوبونتيل؟

- نعم، كل شيء على ما يُرام، ماريان، شكراً لك.

- السيّدة تيفينو تنتظر بفارغ الصبر... لديك موعد عند منتصف الساعة.

- هل يمكنك أن تعتذري منها وتطلبي منها بأن تأتي في الأسبوع القادم؟ شكراً،

ماريان.

يلغني موعد زبونة من أجلي؟ نظراً إلى حالتي المزاجية، سررتي أن أشوش عليه عمله

الذي كان قد ربّه أحسن قريب لفترة ما بعد الظهيرة. كان قد دفعني إلى أن أتحمّل

المخاطر لكي أقدم على معامرة مهنبة مجنونة تماماً، وكنتُ أعتبر بأنه يتحمّل جزءاً من

المسؤولية في حالة الفشل.

- اهذني، يا كاميل! ثلاثة إخفاقات أيضاً لا تعني أن كل شيء قد ضاع تماماً.

مصرف، مصرفان، عشرة مصارف... يجب أن تتاري! وإذا لم يكن هذا هو الدرّج

المفيد، يجب فتح أدراج أخرى؟

- المثارة، المثارة! أنت تشرح. لست أنت من عليه أن يقرأ كل يوم الفلق أو الاستنكار في أعين أقاربك!

- «في مواجهة الصخرة، ينتصر جدول الماء دائماً، ليس بالقوة وإنما بالمثارة». هـ.
جاسون براون...

- بدأت تثير غضبي بحكمك وأمثالك! ليس بهذه الحكم والأمثال سوف أحصل على قرض مصرفي؟

- ربما لا. ولكن أيضاً لن يكون ذلك من خلال وضع نفسك في حالة كهذه...
كم الساعة؟

- كيف ذلك، كم الساعة؟ إنها السادسة والرابع مساءً، لماذا؟

- ممتاز، لدينا الوقت المناسب تماماً...

سألت وأنا غاضبة من الغازه التي لا تنتهي:

- لدينا الوقت لماذا أيضاً، يا كلود؟

- سوف ترى الآن! هيا، خذي معطيك!

- ولكن...

لم أستطع أن أعترض أكثر. أمسك كلود بكم معطلي وسحبني إلى الخارج جرياً. كانت سطوته الطبيعية لا تُجادل. علاوة على سيارته التي كنت أعرفها من قبل - بين قوسين، كانت سيارته الجاكوار مخصصة للمسافات البعيدة، كان يستلذ أيضاً دراجة سكوتر تنتظره أمام باب العيادة. وضع كيفما كان خودة ضخمة على رأسي، كاتماً بذلك آخر احتجاجاتي.

غضنا داخل باريس. كنت أتشبث بخصره وأنا متشبة وخائفة في آن واحد. مواكب السيارات في الشوارع والوجوه المجهولة والمشوشة بتأثير السرعة وجوقة منبهات السيارات وفزعرة التماثيل والذهب البراق في قمّتها وعمق نهر السين وفضائه الساحرة والأرواح اليابانيون الذين يقفون أمام آلات التصوير لكي يخلدوا ذكرياتهم والبائعون الذين يبيعون بضاعتهم على عجل والفضوليون السذج المتكلمون في الشوارع والمستعملون الذي

يسرعون في سيرهم... كل هذه التركيبة كانت تصيبي بالدوار.
وضع التوقف المفاجئ لدراجة السكوتر التي ركنها كلود على رصيف، نهاية
لاستغرافي في حلم اليقظة المديني.

أمامي، كان ينتصب مبنى حجري رمادي اللون: كنيسة سان جوليان لو بوفر.
صوّح كلود وهو راحٍ على نحو ملحوظ عن تجربته الصغيرة:
- لقد وصلنا في الوقت المناسب .

- كلود، بصراحة، لست مستعدة لأن...

ثم يدعني أكملُ جملتي. جعلني أسرع الخطى لكي ندخل إلى الكنيسة ووجدنا
لأنفسنا محلين شاعرين في الصف الثالث.
- صه! اسكتي الآن واستمعي.

كنتُ سأعترضه ولكن في تلك اللحظة، تقدمت امرأة واعملت المسرح، برفقة رجل
يرتدي بزة عامقة والذي جلس بطريقة احتفالية إلى اليمين.
بث اللحن الأولان الهدوء في. بدأت علامات المتعة، في انتقال غير مرئي،
تداعب طيلة أدني، خالقة في كل جسدي تسوّجات مهدئة.

ولكن مع اللحن الثالث أسرني الانفعال، حينما تعالي صوت معروفة «آني مازيا»
بصفاء كريستالي في جناح الكنيسة. سزت قشعريرة في كل جسدي ودبت في الحماسة
والحمية. صعدت الدموع إلى عيني...

كان كلود يلقي عليّ نظرات مواربة، سعيداً بلا شك برويته بأنّ السحر كان يأخذ
مفعوله.

سزت رعشات في كل جسدي. كنتُ أشعر كما لو أنني مرتبطة بشيء ما في
«العالم العلوي» من دون أن أملك القدرة على أن أقول ما هو هذا الشيء... ولكن
هذا الإحساس كان يجعلني أطفح بالقوة والحماسة.
أمضيتُ ما تبقى من الحفلة الموسيقية محلقة فوق الميود.

(1) Ave Maria: واحدة من المنفوعات الموسيقية الأكثر شعبية لفرانز شوبرت. - (مترجم)

عند خروجنا من الكنيسة، قررنا أن نذهب لشرب كأسٍ في حانة «كافو دي زوبليت».

- كلود، أنا آسفة جداً على ما بدر مني من هياجٍ وغضبٍ قبل قليل... كان ذلك فعلاً إجحافاً مني بحقك. أنت تفعل كل ما يوسعك لكي تساعدني وأنا أعرف ذلك جيداً... وإذا فشلت، لن يكون هذا خطأك.

- «النجاح هو أن تنتقل من فشلٍ إلى فشلٍ من دون أن تفقد حماسك»، هكذا كان وستون تشرشل يقول...

- لقد عدتُ إلى تكرار أقوالك وجملك !

- عنذراً، عنذراً! أردتُ فقط أن أقول لك مرة أخرى بأن ما تعيشه في هذه اللحظة من خلال بحثك عن تمويلٍ لمشروعك ليس فشلاً. وإنما هذا جرة من المخاطر والاحتمالات ومرارات مسيرة نجاح. لقد اصطحبك إلى هذه الكنيسة لكي أجهلك وتشعرين من جديد بالحماسة والحمية. يجب أن تحافظي على إيمانك! ثقي بنفسك. أنا من جهتي، أثق بك!

دمدمتُ وأنا ما رلتُ على بعض التحفظ:

- اممم...

سألني وهو يمدّ يده لي:

- هل أنت جاهزة للانطلاق من جديد، إذا؟ ترددتُ لثانيتين، ثمّ مددتُ له يدي،

وقلت:

- نعم، أنا جاهزة للانطلاق من جديد.

بعد مرور بضعة أيام، حصلتُ على موعدٍ مع مصرف بوبليس. قرأتُ في مجلة بأنهم مشهورون في دعم أصحاب المشاريع الصغيرة المهملين من قبل القنوات التمويلية التقليدية... لم أعقد أيّ أملٍ، هذه المرة، حتى لا أصاب بخيبة أمل.

حينما وردتني مكالمة هاتفية، بعد مرور ثمانية أيام، لتبلغني بالردّ الإيجابي على طلبي، سقطتُ جاثية على ركبتي في شقّي من جراء الانفعال والفرح. انتظرتُ أن أعلق

29

جعلني انتصاري أن أستحق قلادة رابعة من زهرة اللوتس من ماركة شارمس، وهي بنفسجية اللون، هذه المرة، والتي كنتُ أدعيها بطريقة آلية في عني، مثل أجنبية جالية للحفظ والسعادة. ما كنتُ لأصدق قط بأنني سوف أقطع بهذه الطريقة مراحل التغيير ودرجاته، ولكن الفضل في ذلك كان يعود لحقيقة أن المسهج الذي اقترحه كلود عليّ كان يفعل فعله ويحقق نتائجه. الآن وقد أصبحتُ أملك الرُسمال المطلوب، كان يوسعي أخيراً أن أضع موضع التنفيذ ما هو مطلوب لتجسيد فكرة عن تأجير الألبسة الفاتحة الجودة للأطفال الصغار، بأسعار معقولة جداً تناسب الجميع.

كان من المتوقع أن نفتح المتجر بعد ستة أشهر. ولن يكون هناك يوم واحد لنضيقه، منذ الآن وحتى تاريخ الافتتاح، حتى يكون كل شيء جاهزاً! للحظات، شعرتُ وكأنني تحولتُ إلى روبرت ذي أعضاء آلية متعدد المهام. كان عليّ أن أكون في كل مكان في آن واحد: أن أكون في الابتكار والتصميم وفي التنفيذ وفي تأمين المستلزمات...

بات لزاماً عليّ أن أستعين بشن يساعدي. لا خلاص من دون ساعدٍ أيمن! وفي هذا الخصوص، أسرفتُ في البذخ إلى درجة أنني استعنتُ بأربعة سواعد، أقصد ثمانية سواعد إذا حسينا أيضاً السواعد اليسرى. باختصار، أربعة أزواج من الأيدي التي لا مثيل لها والتي وُجدت لدى خيالات شابّات شرقتني بأن رأين في مشروعي نقطة انطلاق لحياتهنّ المهنية. فقد وافقن عليّ أن يعملن معي براتب زهيدٍ إلى أن يتمّ الانطلاق

الرسمي لأعماله وقبله المراهنة على نجاحي. استقر فرينقا السصقر في حالوت استأجرته في شارع لوغوف، قريباً جداً من لوكسمبورغ. لم يكن الحانوت كبيراً، ولكنه كان يلبي حاجتنا في بداية عملنا. وكان للسجل الكثير من السحر والجسال. كانت عوارضه الخشبية ظاهرة ويحتوي على سقيفة وحجرة خلفية مُنارة جيداً وحتى الطابق السفلي فيه، كان يمكن استخدامه كغرفة لتبديل الملابس وتخصيص ركنٍ صغيرٍ منه كمطبخ.

اصطحبتُ أديان لزيارة الحانوت.

- إنه أنيقٌ جداً، يا ماما!

أكثر ما كان يشغل ذهنه هو أن يعرف إن كنتُ سأصبح قربة. كان يطلّهي بتعداد ما سيمكننا أن نقدّمه لأنفسنا، إن أصبحتُ مشهورة بفضل حانوتي. كان يرى نفسه وقد أصبح على متن أجمل السيارات، بحيث يقتني سيارة بورش حمراء اللون في يوم، وسيارة بوغاتي سوداء اللون في اليوم التالي... كان لذيذاً وجذاباً جداً بعيني المتلالتين بالإثارة والانفعال! كنتُ أستمع وأبهج برؤيته وهو يستمع بتلك اللحظة من عدم الاكتراث والمُتّع البسيطة...

قلتُ في نفسي مع ابتسامة حنونة: «احلم، يا ولدي، احلم، ولكن الحقيقة دائماً لطيفة لك!».

كما أنني لم أفرّ جهداً ولا وسيلة لكي أجد شركاء من شأنهم أن يزودوني بأقلّ سعر الألبسة المنسوجة من القطن والقنب العضويين، بل وحتى المنسوجة من صوف الألبكة⁽¹⁾، وصوف القطاس البري⁽²⁾ ونبات الخيزران. حينما تلقيتُ أخيراً طلباتي، لمستُ وداعبتُ لوقتٍ طويل تلك المواد المدهشة، مستهجة بفكرة ما سوف أصنعه منها.

خلال هذه الفترة، كنتُ مأخوذة بفورابٍ إبداعيّ لا يمكن كبته. كنتُ أنام قليلاً

-
- (1) ألبكة: هو حيوان نديّ ذو حافر مدجر شبه مستأثر من فصيلة انجمليات يعيش في أعالي جبال الأنديز بأمريكا الجنوبية ويشبه ضويز الرقبة، ويشبه أيضاً الاماما الصغيرة. -المترجم-
 - (2) القفّاس البري: حيوان مجترّ يشبه الثور ذو صوفٍ ضويز. يعيش في ألبانيا. -المترجم-

ولكن، وعلى نحوٍ غريب، لم أكن أشعر بآثارٍ مرعبة لقلّة النوم. كنتُ أتعجب. أنا التي كنتُ في العادة أبدو مثل حلزون الوهن العصبي إذا ما عانيت من أدنى قلّة في النوم... ربما كان الممكن الاعتقاد بأنني كنتُ مخدّرة. وبمعنى من المعاني، كنتُ فعلاً كذلك، مخدّرة بالحماسة! كانت تلميذتي لرغباتي الأكثر عمقاً بهذه الطريقة تغذيني أكثر ممّا يمكن لأيّ نسجٍ آخر أن يفعله. لم يسبق لي قط أن كنتُ مسكونةً بهذه الطاقة!

30

كان كلود يتابع خطواتي وتقدمي نحو الأمام مثل أبٍ مفرط العناية بأولاده. وعلى ذكر الأب، لم يتوان عن تذكيري بأنّ في قائمة الأهداف التي بقي عليّ أن أحققها هناك هذا الهدف: أن أتصالح مع والدي.
هنا، اعترضتُ.

- كلود، حقاً هذه ليست اللحظة المناسبة لكي تطلب مني هذا الطلب. أنت ترى جيداً بأنني منهكة تماماً! ليست لدي دقيقة واحدة من الوقت لكي أهتمّ بنفسِي...
- على العكس، يا كاميل، ليست هناك لحظة أفضل من الآن. ثمّ أنّك تشعرين جيداً بأنّ هذه المسألة تلحّ عليّ تفكيرك منذ سنوات وتضايقك مثل شوكة في قدمك...
لماذا ستقوين ليوم اضافي مع هذا الألم؟ سوف ترتاحين كثيراً بالقيام بخطوة إلى الأمام لسوية هذا الوضع. كاميل الجديدة لا تترك المشاكل معلّقة، أليس كذلك؟
- حسناً، حسناً، لا بأس... سوف أرى إن كنتُ أستطيع أن أجد وقتاً لذلك...

كان يثير غضبي أن يفرض عليّ هذا الأمر في هذا الوقت بالذات... ولكن هل فعلاً كان يفرضه عليّ؟ كنتُ أعرف، في أعماقي، بأنّه كان محقاً. لم يكن يوسعي أن أترك الموضوع يطول أكثر، كان عليّ أن أواجه هذا الموقف. كنتُ قد خيّأتُ هذه الحكايات بضرورة مكنسة تحت سجّاد وعمي، معتقدةً بأنّها سوف تُنسى بمرور الوقت. ولكن هيهات! فهي لم تكفّ، طيلة هذه السنوات، عن قضم معنوياتي بسكّر. كان الإحساس

بالذنب المبرح بالحقد، الجاثم على قلبي، يؤذي عمله كسقب.

ولكن يمكن لي أن أسامح ذلك الشخص الذي لا يمكنني أن أناديه سوى «والدي»
على تركه لنا قبل أن أخطو أولى خطواتي؟

كانت قد مرت ست سنوات لم ألتق خلالها أبي. منذ ذلك المشهد الفظيع الذي
أردت خلاله أن أقوم بتصفية حسابي معه، أو انتزاع طواعي كما كان كلود ليقول. في
تلك الفترة، بصراحة، كانت بندقية إطلاق اللوم والعتاب ما أفرح به! كنت قد صيئت
عليه جام غضبي وغمرته بكمة هائل من اللوم والعتاب دون أن أترك له أدنى فرصة لكي
يشرح موقفه. كان الغضب قد غزا عروقي مثل سم الشكران. كنت أجهد لكي أسيء
إليه. غضب فتاة صغيرة يوسعها أن تقلب طاولات وتكسر كراسي. كان كل الجزء الأسود
في داخلي يتدفق مثل نوران بركان. كانت كل المشاعر والأحاسيس السلبية المخزنة
خلال فترات غيابه الطويلة تتعدد إلى السطح. كنت أريد أن أجعله يدفع ثمن ابتعاده
عنا برشقات من الكلمات القاتلة... لماذا ترك والدي؟ هل كنت طفلة صاخبة جداً
بحيث لم يستطع أن يتحملني؟ أين كان هو، حينما كنت أخاف، حينما كنت أتألم؟
لسوء الحظ، انفجر غضبي على والدي في وجهي مثل قبلة يدوية نزع منها مسبار
الأمان ووصلت إلى نتيجة لم أكن أتمناها حقاً: قطيعة نامة ونهائية.

مرت الأسابيع والأشهر والسنوات من دون أن أجزؤ على أن أخطو الخطوة الأولى
نحو المصالحة... كنت أخشى من ردة فعله والأسوأ من ذلك أن يرفضني من جديد.
بالرجوع إلى الوراء، أدركت على نحو أفضل لماذا كان قد هجر البيت. كنت بمثابة
حادثة مفاجئة في حياته، في حين كان لا يزال في مستقبل شابه. وهو في الثالثة والعشرين
من عمره، لم يكن يتوقر لا على النضج ولا على الحافز لكي يتحمل مسؤولية طفل.
ومع ذلك كان قد ساعد، والدي بقدر ما كانت وارداته تسمح له بذلك وكان يأتي لزيارتي
من وقت إلى آخر. كانت تلك اللحظات النادرة والشمسة ترك لدي ذكرى لا أنسى،
المذاق الحلو لغزل البنات.

استغرق الأمر بعض الوقت حتى عثرتُ على دليل الهاتف الصغير والشمس، المغبر

والمهتّم، والمدفون تحت كومة من الأوراق المكّدّسة في قعر درج من الخزانة.

لقد كان موجوداً... رقم هاتفه...

مكثتُ لدقائق طويلة أمام سّاعة الهاتف. كان قلبي يدقّ ويدي مليّتان بالعرق وفي جافّ خوفاً من فكرة ألا اعثر على الكلمات. ثمّ، أخيراً، انطلقت.

سمعتُ طنين الهاتف، ثمّ رفع السّاعة:

- ألو؟

...

- ألو؟؟

- بابا؟

...

كان بول بوير يقول: «الغُفران لا يُنسي الماضي، ولكنّه يوسّع درب المستقبل». وهذا صحيح.

بعد تلك المكالمة الهاتفية مع أبي، شعرتُ بأنني أكثر حفّة وراحة. كان ذلك كما لو أنني قطعْتُ الحبل الذي يربطُ إلى مؤخرة سفيتي براميل ثقيلة تسعها من التقدّم نحو الأمام. ثمّ وجدنا صوت القلب، الصادق والنزيه، لكي نُقيم جسراً للتواصل بيننا. ثمّ وجدنا صوت القلب، الصادق والنزيه، لكي نُقيم جسراً للتواصل بيننا. استبدّ التأثير بنا، فاتصفتنا على أن نتناول الغداء معاً. تلك اللحظة من الألفة أتاحت لنا الفرصة الوحيدة لكي نلقي عن كاهلنا عبء جروحنا وكدماتنا المتبادلة ومنحتنا خلاصاً جميلاً. حينئذٍ حيث يُعد هناك من حكايتنا سوى الخطوط المنقطة ونُفقط وقوف، فنحن من جديد أقواساً...

ظلّ قلبي مشدوهاً لذلك.

31

على نحو غريب، منذ أن تصالحتُ مع أبي، كنتُ أشعر بأنني مرتاحة في علاقتي الزوجية أيضاً. تُرى هل كنتُ أدرك الآن الاختلافات التي كنتُ أصطنعها منذ أمدٍ طويل بين تصرفات وسلوكيات أبي وتصرفات وسلوكيات زوجي؟ إلى أيّ درجة كان الخوف من أن أُهخر مثلما هُجرتُ أمي قد سَممني وألغى بظلاله على علاقتي مع سياستبان؟ لكنّ كلّ هذا انتهى الآن. سوف لن أذع قَط بعد الآن أن يتفاعل الماضي مع الحاضر ولا يتحكّم بعلاقتي!

بالطبع، قد لا أستطيع أن أمنع زوجي من أن يغادر مع امرأةٍ أخرى، إذا ما شاء القدر أن يقرّر ذلك. ولكنني الآن مطمئنة وهادئة ورائفة: كنتُ أعرفُ بأنني، مهما حدث، سوف أستطيع أن أعتد على مواردٍ داخليةٍ لي أواجه الموقف. وكان هذا اليقين يمنحني قوّة هائلة، قوّة لم أتصوّر قط بأنني سأمتلكها.

كنتُ إذاً، على ما يبدو، قد عقدتُ السلام مع الجنس الذكوري. كنتُ أستمتع وأستلذّ بهذه الفكرة وأنا أشرب كوباً من الشاي الأخضر اللذيذ، حينما، ذات صباح، دخل سياستبان إلى المطبخ وهو يناولني مقلّفاً.

- تفضّلي، هذه لك، رسالة من البريد.

في داخل المغلف، كانت هناك رسالة قصيرة:

موعدينا يوم الخميس حَمَام «فضاء ألف ومائة ساء» لعقد اجتماع قبة
كوفي على الموعد بدقة: الساعة الثانية من بعد الظهيرة تماماً. إلى اللقاء.
يوم الخميس. كلور

أَيّ مكيدة يُدِيرها أيضاً؟

كان سيأستبان، وهو يُدهن بالزبدة شريحة من الخبز، ينظر إلي من زاوية عينه، وهو
يمضغ في الوقت ذاته شطيرة.

- هناك عمل أيضاً؟

- أوه... نعم! ماذا تريد...

- لم يعد أحدٌ يوفئك!

شعرتُ بأنّه مرتبك بعض الشيء، مضطرب -ربّما لن أعرف ماذا أقول بالضبط-،
واقترَب مِنِّي لكي يختطف مِنِّي قبلة رقيقة.

- لا تفلت. نستحق اللعبة كلّ هذا العناء! وعمّا قريب سوف ترى النتائج!

- لا شكّ لدي في ذلك...

يوم الخميس، تركتُ الغيتار في السّجل، تاركة تعليماتي لفترة ما بعد الظهيرة
وأسرعتُ إلى موعدي، ليس من دون أن أتدي ثياباً أنيقة ومرتبة كلفتي بعض الصّغير
والكنيمات المانحة في الشارع. توّدت خدّاي خجلاً، ولكن نظراً إلى عنوان موعد اللقاء،
في الدائرة السادسة عشرة، قلتُ في نفسي بأنّه من الأفضل أنصرف حسيماً تقتضي
الظروف. ثمّ أليست هذه فرصة مناسبة لكي أرى كيف كنتُ أخرج في قالب وهينة
كاميل الجديدة؟ إذا كنتُ سأصدق نظرات الإغراء التي كنتُ أحصدها في الشارع،
فهذا يبدو أنّ الأمور تسير على أفضل ما يُرام.

حينما دفعتُ باب حَمَام «فضاء ألف ومائة ساء»، انقطعت أنفاسي دهشة. كان
اليهو لوحده يبدو وكأنّه يعني نشيد جمال القمر الشرقي. مواد رقيقة ومرهقة، أثاث

بأشكال أنيقة، أريجُ عطورٍ لطيفة، ألوانٌ زاهية وواضحة... لقد امتلكني إحساسٌ بأنني أقوم برحلة عبر الزمكان. يا لها من سعادة! ويا لجمال هذه الثريات! وهذه الفوايس القديمة! وهذه السجاجيد الوثيرة، هنا على الأرضيات الخشبية القديمة، وهناك على المنسومات الفضية اليدوية! شعرتُ في الحال بأنني مأخوذة بالجوّ الجذّاب والفئّان للضوء الخافت الذي كان يسقط على كلّ وجه ظلّلاً سحرية.

لكن السرّ الوحيد الحقيقي ظلّ: لماذا دعاني كلود إلى هنا؟ ومع هذا السؤال الذي كان يحول في خاطري، توجّهتُ بخطى وثقة نحو موظّفة الاستقبال.

- الحانة، من فضلك؟ لديّ موعد.

- في آخر الممرّ، على يسارك مباشرة.

سلكتُ الطريق التي أشارت إليه، وقلبي يدقّ في صدري بدقات أقوى. ما الغرض

من وراء هذا الإخراج؟

حينما وصلتُ إلى الحانة، التي كانت بروعة ديكور وتزيين البهو نفسها، تفحصت الأشخاص الموجودين. لم يُبهر لي أيُّ خيالٍ من بين الحاضرين إلى خيال كلود... لبعته في داخلي على تأخّره في السجىء إلى الموعد. كنتُ أخاف من التسكّع لوحدي في مكان كهذا. ومرعان ما أساء الرجال النوايا خيال امرأة لوحدها! فحاولتُ أن أمنح نفسي هيئة امرأة وقورة وأظهر ثقة بنفسي، وأنا أرّدد في ذهني تعويذتي التي باتت عادة عندي منذ بضعة أسابيع: «أنا إيزابيل أوير، أنا إيزابيل أوير...».

كان الرجل الجالس إلى الطاولة السّجّاورة لي يدير ظهره ويسنحني رؤية واسعة لبرّته بلونها الأزرق البحري، ومع ذلك بدا لي ظهره حسن التقاطيع. قلتُ في نفسي بأنّ أعلى ظهره جميل، قبل أن ألمح باضطراب بأنّ الظهر كان مُدار.

وقال لي الرجل مع ابتسامة لطيفة:

- أنت هنا!

- ولكن... ولكن... ماذا...!

- حسناً، ها أتتُك ترين، ليس هناك سوى صديقك كلود من ينسج المفاجآت!

أحاط سياستيان وجهي بيديه كما لو أنه يمسكه بصورة نفيسة وقبلتي بارتحاء.
تأججت بالإثارة أكثر مما ينبغي، مرتبكة بلذة من وقاحة وفضلاظة هذه القبلة في هكذا
مكان. لحسن الحظ، كان النادل يتظاهر بالنظر إلى مكان آخر، ابتعد سياستيان عني
وحذق بعينيه في عيني لكي يراقب الآثار المدمرة على نحو لطيف لجرأته. كان فسي
ملعبه وبذت نظرتة المتوهجة تدعو إلى ثورة حينا وغراما.
تلعثمت.

- لا يُصدّق! ولكن كيف تصرّفت لكي... -

- يتفق أن صديقك كلود لطيف أكثر مما كنتُ أتصوره! لم يردّد في التواطؤ معي
لكي يساعدني على إنجاح هذا الإخراج الصغير؛ لقد كتب الرسالة لكي يوهبك بأن
الموعد معه هو... مقلّب ممتع، أليس كذلك؟
قلتُ:

- سوف أُرهبه!

قلتُ ذلك، ولكنني في الحقيقة كنتُ منبهرة للغاية بالنتيجة بحيث لم يكن بوسعي
أن أحقد على كلود.

سألتُ سياستيان:

- والآن؟ ماذا توي أن تفعل لي أنا التي تحمّلت عناء الانقطاع لبضع ساعات عن
عملي الثمين؟

- اممم... سوف أفعل لك أمورا سوف لن تجعلك تتدمن على المسجيء إلى هنا!
ثم إن بعض الوقت من الاستراحة لن يجعلك سوى أكثر عطاء وإنتاجاً، أليس كذلك،
يا سيّدة الأعمال المفضّلة لدي؟

كان قد أعدّ لنا برنامجاً جهنمياً. حمام ساونا، مسبح، التدليك اللطيف بالصابون
الأسود بريت الأوكاليبتوس. استسلمنا كشائي للأيدي الماهرة للمسدّات الشائبات
المتنيمات إلى جزيرة بالي الإندونيسية اللواتي جعلنا نحلق قريباً من السماء السابعة.
كان كلُّ جسسي يسترخي بينما كنتُ أمسك بيد سياستيان في لمسة رقيقة كانت تريد،

إذا دعت الحاجة إلى ذلك، من اللذة الجسدية لتلك الاستراحة الحسية الحركية...
حينما غادرنا الشجرة، لم أكن ألامس الأرض.

كان العشاء على ضوء الشموع الذي علا ذلك ذروة ذلك النهار وأرسلت حليساتي
الذوقية مباشرة إلى النيرفانا⁽¹⁾. كان هذا المكان يُدغدغ الحواس كما لا يُدغدغها أي
مكان آخر. لكن أكثر ما سلب لثمي هو التأكد من أن سياستيان كان ينظر إلي من
جديد بعينه السابقين مثل شهرزاد...

وهذا الأمر بالذات كان أكثر من كونه هدفاً تم بلوغه، بل كان بمثابة أمنية وقد
تحققت!

(1) نيرفانا: في اليهودية هي حالة انخو من المعاناة؛ وانبعاد الإنسان عن كل المشاعر السلبية
من الإكتئاب والحزن والتفوق وغيرها... تُستعمل اليوم بوصف حالة من انشودة والسعادة
القصوى. -المترجم-

32

الاستراحة الغزلية والمثالية المقدّمة من قبل سيامستيان أثارت حميّي. ولحسن الحظّ، لأنّ الفترة التالية كانت مُجهّدة على نحوٍ فظيع. كان عليّ أن ألتزم بمُهَلّ مستحيلة وأن أتفاوض مع مزوّدين شرهين وأن أدير فريقاً غير خبير وأن أتقدّم مهام إدارية لا تُصدّق وأن أبتكر التصاميم في الليل وأنظّم العمل في النهار... باختصار، لم أكن بعيدة عن إمكانية الفشل والانهايار. لحسن الحظّ، كان تحت تصرّفني فريق دعم استثنائي. كان أفراد عائلتي وأصدقائي يقاطرون لزيارة مشغلي لكي يُظهروا بقوة دعمهم وتشجيعهم. وكان ذلك يدبّ الحرارة في قلبي ويسدّني بالحماس والاندفاع. كم وددتُ أن يكونوا فعّولين بي!

كلود، عزيزي كلود، هو الآخر لم يوفّر جهوده: كان قد وعدني بأن يُقيم علاقات مع الصحافة. كان يقول بأنّه يعرف الناس... وهذا أمرٌ، على الأقل، ما كان عليّ أن أنشغل به! ماذا عساي أن أفعل لكي أشكره وأردّ له جميله ذات يوم؟

في ذلك الوقت، كان طفلي الجديد يسمو ويكبر. وكانت الولادة ستتمّ عمّا قريب، وبالتالي كان قد آن أوان أن نجد له اسماً. نظمتُ جلسة عصفت ذهني في الحجرة الخلفية من الحانوت. كان كلود قد نصحتني بأن أستذكر أشخاصاً من خلفيات وأفاق مختلفة. سوف تكون المسألة أكثر نراة بهذه الطريقة وستكون المادة الأثلية السبعة أكثر منعة وإثارة للاهتمام. علاوة على الخطاطات العاملات في مشغلي، دعوتُ أيضاً مزيّنة

الشعر خاصتي وكذلك السدّلك الطّبي خاصتي وحبّتهم على المشاركة في عملية اختيار اسم الماركة التي سنعتمدها وقد قبلوا جميعاً بلطف أن يشاركوا في هذه اللعبة. أعلنتُ لهم عن القاعدة المسبّقة لكلّ جلسة ابتكار، EQFD: لا انتقاد ولا رقابة؛ أفكار وغيرة، خيال مبدع، تميّز وغمابة؛ الاقتراحات المقبّلة، تُرفض... ومع ذلك كان علينا أن نحفظ في ذهننا بالنقاط الرئيسة: الفئة المستهدفة - الأطفال من سنّ 0-3 سنوات - والعرض الخاصّ - ألبسة تزاعي الأخلاقيات البيولوجية، مقارنة فائقة الجودة بأسعار الألبسة الجاهزة بفضل نظام التّأجير.

ولكي نقوم بتنشيط خلايانا العصبية، بدأنا نلقي كيفما كان وعلى نحو عشوائي على ورقة كلّ الكلمات التي خطرت على بالنا، ثمّ قررنا أن نفكّش على نحو أكثر دقّة عن المفردة الخاصّة بطفلتنا الصّغيرة:

بو دو شو - براسيل - ميقون - كاتابودا (قلنا له رقابة) 1. أو كوم نروا
 بوم - أبراكادابرا - بلاتون - ميني - ياسان - ميو - 123 موني - بيرويت
 كاتابويت - بيبيلمان - بيرسو - يني دو...

كتبنا أيضاً بعض الكلمات المرتبطة بعالم الخياطة والموضة:

دو في فون إيغوي - بوتون دور - دوا دو في - كريبسون - له كونتين
 آله مور دور شي نو...

ساعدنا كلود في إنشاء تحديد موقع. على الخريطة التوضيحية، كان محوران يقاطعان ويشكّلان أربعة أقطاب: عالم الطفولة العملي، عالم الطفولة «السعيدة»، البيولوجيا العادلة، أزياء للإيجار. وهكذا، سوف نستطيع أن «نصنّف» اكتشافاتنا، الأمر الذي قد يسهّل خيارنا.

ثم بدأت حملة اقتراح الأسماء...

قالت مرتبة الشعر خاصتي:

- فاشيونيمو! هل الأسماء التي تنتهي بـ«يسو» مناسبة؟ نيمو، جيرونيمو، بيتوكيو؟ أو

ميينمود؟

- حسناً! لقد دوت... ..

اقترحت جيرالدين، إحدى الحياتيات العاملة لدي:

- ولماذا ليس: لي بوتيت ذوا ذؤور (Les Petits Doigts d'or) ؟

صرخت لوسي، مبتهجة باكتشافها :

- أو ماي إي مالميس (Mailles et Malices) ؟

قالت فابين:

- لي بي بي فير (Les BB verts)! ما رأيكم؟ لدينا الكثير من الأطفال الشعر! هذا

ميل.

قال المدلك الطبي خاصتي:

- بيومود!

- آه كالا! هذا اسم طيب يافراط!

- لا انتقاد، قلنا ذلك!

- تروا بوم (3 pummes)، لهذا الاسم وقع جيد، أليس كذلك؟

- رائع، سوى أن هذا الاسم موجود من قبل...

- أوه...

بعد أن استبعدنا الأسماء المأخوذة من قبل والأسماء غير الجميلة والأسماء المطلوبة

كثيراً، توصلنا إلى قائمة من أربعة احتمالات: بيبيكو (BBécot)، فير بامبان (Vert

Bambin)، لي في مود وبتي تروسو (Les Fees mode et' tit trouso) كان كل

من هذه الأسماء يحمل رسالة ويعبر عن شيء من المشروع .

بيبيكو (BBécot)... يتضمن الاسم كلمة بي بي «Bébé» كما نسمع أيضاً

إيكو «éco» للدلالة على البيئة، ييكو «Bécot» كلمة مرادفة للمقبلة الصغيرة والحنونة وهي عبارة عن تلميح إلى تلك اللحظات القصيرة والنعيسة التي تقاسمها أمُّ مع طفلها .
غير بامبان «Vert Bambin» يقصد بكلمة فير «Vert» ، أي أخضر، الجانب البيئي/الانصافي وتشير من خلال كلمة بامبان «Bambin» إلى الهدف الذي هو ألبسة الأطفال الصغار.

لي في مود «Les Fées mode» كان يفتح سريعاً على عالم السحر، الصغرى والحذاب بالنسبة إلى جمهور الطفولة المبكرة. كان حقيقة أننا نتحدث عن الموضة أمراً مهماً أيضاً، طالما أن الألبسة المبكرة يُراد لها أن تكون بادخة. كما أن لها لفظ لي في مود «L'effet mode» نفسه، وهو تلميح إلى نظام التأخير الذي يُتيح اقتناء ألبسة على الموضة ومن ثم استبدالها بسرعة كبيرة.

بي تروسو «p'tit troussou»... يشير الاسم إلى مفهوم «الضرة» ودلالته الإضافية للتقل. فيما معنى، كانت الضرة شيئاً بدائياً كان الناس يعدونها على مرّ سنوات. وهكذا، فإنّ الاسم سيمنح أهمية إلى المفهوم من خلال اقتراحه على الآباء والأمهات أن يقدموا لأطفالهم الصغار ألبسة ذات شأن وقطع فريدة من نوعها .

سارت المداولات والمراوغات على قدمٍ وساقٍ لساعتين إضافيتين. ثمّ تمّ اتخاذ القرار: سيكون الاسم لي في مود «Les Fées mode» فسيطرت نشوة على المجموعة التي انتهجت بارتخاء أعضائها بعد جلسة ابتكارٍ طويلة ومرهقة.
- شامانيا!

كنت قد وضعت زجاجة منها في التلاجة تحسباً لتلك اللحظة. بينما كنا ندقّ قدحاً بقدرج بفرح معاً، لم أستطع أن أمنع نفسي من التحديق في الاسم المكتوب بأحرف كبيرة على اللوح الورقي وقد تأتبع خيالي لكي أخلق له هوية بصرية...

33

ومن ثم... ومن ثم، حلّ اليوم العظيم. أخيراً، حان موعد الافتتاح!
كان الحانوت مستطناً عن آخره. وقف جميع المدعوين من حولي، وفي أيديهم
كؤوس الشمبانيا. بهذه المناسبة، كانت طاولة التفصيل الصغيرة خاصتي قد ارتدت
ثيابها الخاصة بالعيد: هنا، كانت توجد يوفيه مغطاة بغطاء أبيض، يقف عليها كبير
خدم يرتدي قفازات لا تقل بياضاً بهيئة رسمية صارمة، وهناك تقف مضيئة استقبال
فاتنة...

كانت أُمِّي تنو إلى بنظرة إعجاب. وبجانباها، كان والدي الذي تحمّل عناء السفر
خصيصاً لحضور المناسبة لا يستطيع أن يخفي تأثره وكان يغمزني خفية ويرفع إبهامه
لكي يهتني. أسعدتني رؤية والدي يقفان إلى جانب بعضهما وقد ساد السلام بينهما
وأخذتا يتحدثان مع بعضهما كصديقين قديمين. وكان سياستيان وأدريان، في المستوى
الأول، يقلدان حركات التصفيق المعبرة عن الانتصار ويضحكانني. كان ابني قد أخبر
جميع زملائه بأنّ والدته سوف تفتح حانوتاً لألبسة الأطفال بأخر صيحات الموضة وبأنّها
سوف تصبح مشهورة! كانت هذه الرؤية الخيالية عني، والتي يمكن لها أن تولد فقط
من تخيل طفولي، تؤثّر فيّ. لكن أكثر ما كان يؤثّر فيّ ويشير الانفعال في داخلي، هو
قراءة الافتخار في نظرتة...

كانت خيبي الوحيدة: لم يكن كلود قد حضر بعد. كان سيتخلّف عن خطابي

الذي كنت قد خططت بالطبع بأن أحييه فيه أحسن ترحيب وأن أشكوه على كل ما قدّمه لي. ماذا كان يشغله يا قري؟ لم يكن من النوع الذي يصل متأخراً، وكنت قلقة جداً. باشرت الكلام، وقلبي مقبوض بعض الشيء، وبدأت بشكر كل أربلك الذي قدّموا مساهمة حيوية، بأي صفة كانت، في تحقيق حلمي وجعله واقعاً.

فجأة، شمع هرج ومرج على باب المدخل وسادت ضجة كبيرة بين الجسوع. اندفعت عصابة من الناس إلى داخل الحانوت وأحدثت بعض الבלبلة. لم أكن أفهم ما يحدث، مرتبكة جداً بتسارع دقات قلبي. تصاعدت أصوات طلققة وحشخشة فلاشات آلات التصوير وتعالصت صحيفات... على غرار البحر الأحمر في الكتاب المقدس، انفتح فيضان الزّوار شيئاً فشيئاً حتى انفتح ممرٌ وصل إلى لاري ظهوراً مذهلاً: جان-بول غوتيه شخصياً! وخلفه مباشرة، كان كلود، ساخراً ويشغ فرحاً محترضاً، يتسم لي ابساماً عريضة، سعيداً برؤية مفاجاته وقد أحدثت كل هذا التأثير.

لم أكن أصدّق ذلك!

لمرات عديدة، كان هذا المشروع قد محي لحظات فرح ورضا كبير. حينما اتصل بي صاحب المطبعة هائفاً، لكي يبلغني، قبل كل شيء، بأن اللوحات الإعلانية وبطاقات الزيارة خاصتي قد أصبحت جاهزة. ثم حينما حضرتُ للمسات النهائية لواجهة حانوتي. كل هذا الانفعال والتأثر والابتهاج، حينما وضع الفنانون الضربة الأخيرة للمرشاة على الكلمات الثلاث التي تشكّل المفتاح السحري لحياتي الجديدة: لي في مود! ذرفت بعض الدموع خلسة في تلك اللحظة. لقد قطعتم طويلاً في غضون بضعة أشهر فقط! هل سيكون النجاح على موعدٍ معي؟ كنت أراهن على سهرة الافتتاح هذه لكي تمنحني جواباً أولياً، ولكن هنا، هنا، لقد تجاوز ما حدث كل ما كنت أتخيله.

جان - بول غوتيه! بذاته! في حانوتي أنا!

مددتُ إلى نظلي الأعلى بدأ مرتعشة والتي صافحها بحرارة. سمعته، كما لو عبر ضيابة ساحرة، يشرح لجسوع المدعويين بأنه عزاب حانوتي الذي أعزته فكرته كثيرًا. حينما أرسل كلود إليه عرض المشروع، لم يتردّد لوقت طويل لكي يقدم صورته الإعلامية،

بغية إعطاء رؤية أكبر لمشروعني لي في مود.

تابع حديثه:

- لدى كاميل موهبة كبيرة كمصممة أزياء. إن نماذجها الخاصة بالطفولة المبكرة تمتلك ابتكاراً حقيقياً. وتوفير إمكانية الوصول إلى ألبسة فريدة وراقية بأسعار زهيدة، بفضل نظام التاجر، فكرة ذكية على نحو لا يُصدق. حقاً، مرحي لك، يا كاميل!

ثم أكن أصدق لا عيني ولا أذني. جان-بول عوثيه وهو يصق لي في أكثر من مرة! شعرت بأن الدموع تجول في عيني، بينما كان يختم حديثه، قائلاً:

- سوف أكون سعيداً بأن أقدم لها مسانديتي، بل ونصائحي أيضاً، إذا ما رغبت في

ذلك!

كنتُ في قمة السعادة!

القطف الصحفيون بعد ذلك صوراً لنا نحن الاثنين معاً. ثم طرخوا عليّ الأسئلة لكي يسكّونا من كتابة مقالاتهم. بفضل خطوة كلود الرائعة، سوف يتم تغطية فكريتي إعلامياً بطريقة جميلة! كان ذلك أكثر من مجرد دفعة إلى الأمام: كان ذلك منصة انطلاق حقيقية إلى عالم النجاح...

بحو نهاية السهرة، اقترب كلود مني. لم أتردد للحظة واحتصننه بين ذراعي. كنتُ مدينة له بالكثير الكثير!

- كلود، لا أدري كيف أشكرك على كل ما فعلته من أجلي...

- أنا سعيد بنجاحك، يا كاميل، وفخور جداً بك! أعتقد بأنك استحققت ذلك

بحدارة...

ناولني حينها العلبة الصغيرة المشهورة والمحافظة، هذه مرة، بشرط ذهبي جميل. وحسنتُ في الحال ما تحويه العلبة: قلادة رهرة اللوتس السوداء. التعويذة الأخيرة.

مبللة العينين، عانقت بحرارة وأضفت قلادة شارمس إلى سلسلة القلائد التي كنتُ قد كسيتها سابقاً.

قال:

- يجب أن أنصرف، الآن. مرة أخرى، أكرر تهانتي لك.
قبل أن يغادر، دس في كفت يدي مغلماً صغيراً أبيض اللون. فتحته بعد أن غادر.
كانت الرسالة تقول:

عزيزتي كاسيل-

اسمى لي أن أهد لك آخر موعد لدى بعض الأصدقاء التي يجب أن
أكتشفها لك. تم سألني متى معك وسوف يمكنك مواصلة طريقك.
وأنت وافقة بأنك على الطريق الصحيح الموعد إذا سيكون بعد غد في
الساعة الثانية من بعد الظهر. في أعلى فوس النهر. مرة أخرى مرص
لك وليلة جميلة. المغلص لك. كلود.

أي مفاجأة يحتفظ بها لي أيضاً؟

34

إدأ، كان لديّ موعدٌ في أعلى قوس النصر... كنتُ أعرف كلود جيّداً في هذا المجال وذوقه في الاستعارات المجازية: من أجل هذا اللقاء المخصّص لسجّل نهاية مهمّته معي، أيّ مكان أفضل من هذا في الحقيقة؟ لأنّه إذا تحدّثنا عن انتصار، فإنّ «تعلّبه» كان أحد الانتصارات! ولكنني أشكُّ في ذلك، نظراً لتواضعه الذي أظهره وبرهن عليه وكذلك نظراً لحرصه على أن يضع في المقدّمة إنجازاتي ونجاحاتي لا نجاحاته هو «كمرشد»، وكذلك نظراً لرغبته في الاحتفاء بانتصاري الخاص، الانتصار الذي نجسّد في الكثير من الأمور الصغيرة في الحياة اليومية، كسا في الكثير من الأمور الكبيرة والتي يمثّل مشروعٌ لي في مود شعارها...

اقتربتُ من المغنم التاريخي، معجبةٌ برموز العصر الصارخة عنى جنباته. نعم، حقّاً يا له من مكان مثالي للاحتفاء بإنجاز مشروعِي الشخصي وتقديم الشكر والعرفان لكلود على دعمه ورعايته الزائعين لي في مشواري. كان ذقني شامخاً ونظرتي فحورة، بينما كنتُ أمرّ بجانب الجندي السجهول وشمرتُ بأنني مسكونة بشعلة كشمعلته تماماً.

حينما وصلتُ إلى أعلى المبنى، نظرتُ إلى الحياة في الأسفل، كلّ تلك النقاط الصغيرة التي كانت تتحرّك في كلّ اتجاه، تلك السيارات التي بانّت تبدو بحجم سيارات

مدينة الأعماب، أولئك البشر الضخام الذين بدو مثل بكسلات⁽¹⁾ ملونة... كانت الرياح تلاعب بشعري وكنت أتفَس ملء رئتي نسسات الحرية والطموح اللذين بدأيا أتهدما بطوفان من حول هذا السكان العابق بالتاريخ وبالانتصارات.

كان كلود يقف منتظراً هناك، واستقبلي بالأحضان.

- كلود، يا لها من متعة وسعادة أن ألتقي بك!

- وأنا أيضاً، يا كاميل. إذا، هل تستعبدين مشاعرك في ذلك المساء المتميز؟

- طبعاً، بكل تأكيد. كانت ليلة مذهلة ورائعة! شكراً مرة أخرى على كل ما فعلته.

ومحيي، جان بول غونيه، هذا جنون! ما رلتُ أنساءل في نفسي كيف نجحت في تحقيق هذه المعجزة.

- آه، آه! إنه سرّ صغير من أسرار المهنة... لكن، كما تعرفين، لو لم تُعجبه الفكرة،

لما جاء ليحضر الافتتاح. إذا، كلّ الفعسل يعود لك. هل رأيت النقوش والمنحوتات

على هذا النصب، يا كاميل؟ إنها رائعة، أليس كذلك؟ لم أجد مكاناً أفضل منه لكي

علن فيه انتهاء هذه المهمة. كلّ هذه الرمزية التي تعبّر عن الانتصار والحرية والسلام...

هذا ما نجحت في اكتسابه، بفضل جهودك، بفضل إرادتك وبفضل كلّ التغييرات

الإيجابية التي أحرقتها في حياتك...

- ما كنتُ لأنجز في ذلك قطّ من دونك!

- كلّ إنسان يحتاج إلى دليل في لحظة أو أخرى، وأنا سعيدٌ لكوبي استطعتُ أن

أساعدك...

الزمننا الضمت لبرهة، متأثرين، ونظرنا نطوف على المشهد الاستثنائي الذي كانت

توفّره لنا الشرفة التي كنا نجلس فيها.

- اتعلمين، يا كاميل، يطيب لي أن أفكّر بأننا جميعاً مواطنو هذا العالم، ولكنّ

القليل من الناس يدركون هذه الحقيقة. يستطيع كلّ امرئ أن يصبح «سفيراً للسلام»

(1) بكسل: هو أصغر عنصر منفرد في مصفوفة صور رقمية أو في عتاد تونيد الصور. وهو مصطلح

يستخدم نما يعنو بأشاشات وتقنياتها المتخففة. -المترجم-

فقط من خلال التصرف على هذا المستوى وبموجب هذه الحقيقة، وذلك من خلال العمل بعفائه الداخلي وبسعادته. تخيلي الأثر الذي يمكن أن نطلمسه لو أن عدداً متزايداً من الناس اختاروا الحلقة الفاضلة بدلاً عن الحلقة المفرغة.

- هذا صحيح. ولهذا السبب أنا سعيدة جداً بعودتي إلى الحلقة الصحيحة. لقد علمتني الكثير! حتى وإن انتهت مهنتك معي، أتمنى فعلاً أن تتمكن من الاستمرار في اللقاء ببعضنا.

...

- كلود؟

اكفهر وجهه في الحال.

- ربما في اللحظة التي سأبوح لك بأسراري، سوف لن تعودني ترغيبين في لقائتي...

- عن ماذا تحدثني؟ أي أسرار؟

- عليّ أن أخبرك بسر قد يعجبك.

- أنت تخيفيني...

- إذاً ها هو السر...

- كنت معلقة إلى شفتيه.

- أنا لست روتينولوجياً على الإطلاق.

...

نظرت إليه من دون أن أفهم شيئاً.

- في حقيقة الأمر، أنا مهندس معماري. من جهة أخرى، المنزل الذي شاهدته، أنا من صمّمته! كان حلسي... أن أصبح مهندساً معمارياً كبيراً. لو أنك تعرّفت عليّ منذ خمسة عشر عاماً، كنتُ شخصاً بانساً وضياعاً ومكتئباً تماماً وبدنياً ومن دون مستقبل... كنتُ أقيم في تلك الفترة في الولايات المتحدة الأمريكية. كنتُ أعمل نادلاً في مطعم لتقديم وجبات البيتزا، في السنوات المشرقة من مثلي العليا. وهناك، ازداد وزني بمقدار خمسة عشر كيلوغراماً... كان ذلك بمثابة هروب إلى الأمام عبر الطعام لكي أنسى

جرحاً كان لا يزال نازفاً... وكل ذلك بسبب قصة حب انتهت نهاية سيئة...
كان كلود يقطع جسمه وكنت أفراً على وجهه كم كانت تلك الفترة مؤلمة بالنسبة
إليه. كانت ملامح وجهه تتلوى وهو يتذكر تلك الذكرى الأليمة، وتابع حديثه، فأناباً :
- غادرت فرنسا في أعقاب انفصال مؤلم وفاس عن تلك الفتاة التي كنت أعتقد
بأنها ستكون امرأة حياتي. لقد رحلت مع أقرب أصدقائي... خيانة أسقطني تماماً على
الأرض. كنت سنهبي السنة الثالثة في كلية الهندسة المعمارية وكنتنا نخطط لأن نتزوج بعد
تخرجنا من الجامعة. لم أستطع مواصلة السير في إثرها. شعرت بالحاجة إلى أن أنصرف
بعيداً، وأن أدع كل شيء يسقط، بما في ذلك حلمي المهني، لكي أنساها. إن محيطاً
يفصل بيني وبينها لم يبدُ كبيراً جداً! لا بل ما أن أصبحت في الولايات المتحدة
الأميركية، حتى ازداد اكتنابي سوءاً. أهملت نفسي تماماً حتى أصبحت بديناً.

صرختُ في حركة مفاجئة:

- إذا، الرجل الذي في الصورة، هو أنت!

هذه المرة، هو من لم يفهم.

اضطرتُّ لأن أشرح له الفظاظة وعدم الأمانة التي ارتكبتها في الاطلاع على الصورة
في درج مكتبه.

- نعم، أنا من في الصورة. والرجل الآخر في الصورة هو جاك ميلر. إنه هو من اهتم
بي وأعادني إلى المسار الصحيح لكي يساعدني على أن أصبح ما أنا عليه اليوم. من
دون مساعدته ودوره، ما كنت لأعود إلى الهندسة المعمارية، لأنه آنذاك، لم أكن أتق
بنفسي أبداً. إنه مرشدي، إنه الروتينيولوجي... خاصتي!

- كيف ذلك، الروتينيولوجي خاصتك؟

كانت الرياح تتلاعب بخصلات شعره الكستنائي وكانت عيناه تزدانان بريقاً. تهتد
بحسرة وعشق، ثم قرّر أن يوح لي بكل شيء.

- كاميل، لقد حان الوقت لكي أشرح لك كل شيء... .

الروتينيولوجيا، بحد ذاتها، ابتكار. يتعلّق الأمر بسلسلة من التساند والتعاقد وبمرحلة

من النجاح: من تلقى المساعدة يصبح روتينولوجيًا وعليه بدوره أن ينقل ما تعلمه، وذلك من خلال تقديم المساعدة إلى شخصٍ آخر من اختياره هو.

- ولكن... ولكن... هذا غير ممكن... هذا... هذا لا يُصدق!

- هذه هي الحقيقة .

- وماذا عن عيادتك؟ وماذا عن مساعدتك؟ وتلك السيدة الشابة التي قالت لي بأنك

قد عالجتها؟

- عملية إخراج وتمثيل محبكة جيداً. في الحقيقة، تلك العيادة هي مكثي كمهندس معماري وماريان هي مساعدتي الاعتيادية. كان عليّ أن أطلعها على السرّ وأن أقنعها بأن تلعب دورها في اللعبة. أمّا تلك الفتاة التي وافقت على أن تشهد بأنها كانت زبونة قديمة، فهي حفيذة أخي... أما بالنسبة إلى البقية، فكان يكفي، في كل زيارة من زيارتك، أن أخفي كل ما من شأنه أن يكشف عن مهنتي الحقيقية وأن أضع بوضوح في متناول يدك بعض الملفات الزائفة الخاصة بالروتينولوجي...

- إذاً لهذا السبب، كان هناك مخطط بناء وأرقام المساحات والملفات المكذوبة؟

أجاب بالإيجاب بإبادة من رأسه في صمت، مترقباً ردّ فعلي .

- وهل هذا يعني أنك لا تمتلك حقاً لا المؤهلات ولا الشرعية في أن تلعب دور

المدرّب معي؟

سعل سعالاً خفيفاً. كانت هذه هي المرة الأولى التي أراه فيها وهو يرتبك.

- نعم ولا، يا كاميل. لأنّ كلّ «روتينولوجي» جديد يكون قد تلقى، مثلك، تعليماً،

والذي ينقله بدوره فيما بعد بدقّة وعناية. بالنسبة إليك، تم الأمر بنجاح، ليس كذلك؟

شعرتُ بأنه كان ينتظر مني شكلاً من أشكال الغفران. لم أكن بعد مهياً تماماً لكي

أمنحه ذلك الغفران. سيكون عليّ أولاً أن أهضم كلّ هذه الحكاية. لا بدّ أنّه قد قرأ

أفكاري، فقد استأنف حديثه، قائلاً:

- لا تظنيّ بأنني لا أعرف ما تشعرين به الآن، يا كاميل. بالنسبة إلى أيضاً، كان

ذلك بمثابة صدمة، حينما علمتُ بأنّ جاك ميلر لم يكن روتينولوجياً... بالتأكيد،

السهج ليس تقليدياً، ولا حتى راشداً جداً، ولكنه يستحق العناء، ألا تعتقدون ذلك؟
نظرنا إلى بعضنا بحدّة. كانت لحظة معلّقة وقويّة ومحرّضة...
استسلمت .

- نعم، هذا يستحقّ العناء.

تهدّ من جديد. انقسم ونش في حقيبة يده لكي يُخرج منها شيئاً ما.

- إذا، أنت جاهزة لكي تتلقّي هذا... .

ناولني دفترًا سيكناً. في داخله، وجدتُ كلَّ مراحل برنامجي والاختبارات والتعاليم والإرشادات التفصيلية. تصفّحتُ بانفعال تلك الصفحات السليمة بالملاحظات والرسومات البيانية والصور... يا له من مصنّب مدهش ومؤثّر!

- لقد حافظتُ عليه لكّ طيلة فترة مسيرتك. هذا دعمٌ سيكون نفيساً بالنسبة لكّ

لكي تعالجي، فيما بعد، من تختاره رجلاً كان أو امرأة. من خلال نظرة أو كلمة،

سوف تعرفين بأنّ هذا هو الشخص المناسب... .

- وهل جرى الأمر هكذا بالنسبة إليّ؟

- نعم. لقد مرّت أربع سنوات وأنا بانتظار أن أجد الشخص الذي أرغب في رعايته

ودعّمه!

بقيتُ فاعرة الفاه، وشعرتُ بالإطراء أيضاً.

ثمّ ناولني بطاقات زيارة لروتيولوجية مطبوعة باسمي - كما لو أنّه لم يشكّ للحظة

بأنّني سوف أوافق على الأمر-، وكذلك مغلّقات ملفات زائفة وصور وشهادات شكر والتي

سوف أعلّقها في عيادتي الاستشارية المستقبلية... العدة الكاملة لروتيولوجية ممتازة!

- أرجوك، خذها. لقد حان دورك هي أن تنقلي كلّ ما تعلمته. سوف تفعلين ذلك،

أليس كذلك؟ سوف لن تدعي سلسلة الروتيولوجي تنقطع، أليس كذلك؟

كان صوته يتخذ نبرة التوسّل .

كنتُ مصدومة. أظالّ النظر في عينيّ بإصرار. عاد كلّ ما عشناه إلى ذاكرتي. كان

الانفعال والتأثّر يضغطان على حلقي. مددتُ يدي وأخذتُ المود... كنتُ أدنين له

بهذا، أليس كذلك؟

35

تساقطت حبات المطر، التي كانت تزداد ضخامة، وتحطمت على الزجاج الأمامي لسيارتي. كانت الماسحات تُصدر صريراً وهي تمسح الزجاج، أما أنا فقد كان كل شيء هادئاً في داخلي. على الرغم من المطر وكفهرار السماء والاختناقات السريعة والبقعة الحمراء التي كانت تنشرها المصابيح الأمامية للسيارة وسط عتمة الليل. للمرة الأولى في حياتي، كنتُ أشعر بأنني في سلام وهدوء تامين أو «مهيأة» مثلما كان كلود يقول. لقد ولّى ذلك الزمان الذي كانت الحياة تتلاعب بي مثل غصينٍ هشّ تعصف به الرياح.

يوماً بعد آخر، لم أكتفَ عن الاندهاش بالطاقات الهائلة في داخلي وكنتُ أشعر بأنني موصولة بقوة لا أشكك حتى هذه اللحظة بوجودها. كنتُ أشعر بأنني مهيأة لأن أواجه كل الظروف والأوضاع. لقد أدركتُ أخيراً كيف أمسك برمام حياتي ولا أدعها لأي سببٍ من الأسباب أن تفلت من بين يدي.

من حولي، وأنا متوقفة على الإشارة الضوئية وسط السيارات، رأيتُ أناساً مرتبكين حائرين في قسرات سياراتهم ووجوهاً قاتمة ومنزعجة ومتعبة. تملكنتي الرغبة في أن أنزل زجاج سيارتي وأصرخ بصوت عالٍ لأشرح لهم وصفاً كلود للتصالح من جديد مع السعادة. وبدل ذلك، اكتفيتُ بالابتسام بسعادة، بانتظار أن تضيء إشارة المرور الخضراء.

الضوء الأخضر! أقلعتُ بسيارتي بسرعة، مستعجلة على فتح الطريق، ولكنَّ سيارة، متجاوزة للإشارة الحمراء. صدمتني بعنف من جهة اليمين...

سرعان ما تعالت أصوات صفارات الإنذار في سيارات الشرطة والإسعاف. بينما كانوا يسحبونني من سيارتي، قلتُ في نفسي: أوه، يا له من مسعفٍ جميل. بعد مضي بضعة دقائق، وأنا جالسة في شاحنة النجدة، أستفقتُ من صدمتي. فوثبت امرأة واقفة فوق رأسي: السانقة السيئة للسيارة التي صدمتني. أجهشتُ بالبكاء فومي وانتهالت بتقديم الاعتذار منهمة الدموع ولقنتُ نفسها ولامت نفسها ووثحت نفسها وأذلتُ نفسها....

كنتُ أصغى إليها من دون أن أقطعها. ربّما تسبّبتُ لها ما لم أستطع النجاح فيه: حينما يجب أن يُخرج المرء ما في داخله، يجب أن يُخرجه. لم يكن قد أصابنا، نحن الاثنين، أي شيء عدا بعض الكدمات والخدوش. كان قد أصابنا الخوف أكثر منه الأذى. على الرغم من كلِّ شيء، لم تُقرّ بأنّها هي من تسبّبت بالحادث.

بعد الانتهاء من إجراءات التحقيق ومختلف الإجراءات الإدارية الخاصّة بجهاز الشرطة، ركنا سيارتنا على قارعة الشارع لكي نفتح الطريق. السيارتان سوف تُرفعان من قبل شركة التأمين الخاصّة بكلِّ منا.

ولكي نتخلّص من البرد ومن آثار الصدمة، اقترحتُ على من صدمتني والتي كانت لا تزال تشعر بالحرج، أن نذهب ونشرب كوباً من الشوكولاتة الساخنة، بانتظار أن تصل رفعات سحب السيارات. بدت أنّها مستنّة وفي الوقت ذاته غير مصدّقة أن أبدي هذا الاهتمام اللطيف بها.

صبتُ عليّ أيضاً من كلمات الشكر والامتنان مثلما صبتُ عليّ قبل قليل كلمات الاعتذار. لم أتزعج من هذا الفيض الشفاهي: بدت المسكينة خائزة القوى تماماً. طلبنا كوبين من الشوكولاتة الساخنة. كان كوبي على طريقة فينا، حيث توضع فوق الشوكولاتة كمية من القشدة!

كنتُ أرى أن شفعتها السفلى ترتجف وشرعتُ بأنها على حافة موجة من الثقة السكينة

منذ زمن طويل.

وضعت يدي على ذراعها في إشارة إلى تشجيعها. قلت لها:

- لا تقلقي! الأمر ليس خطيراً جداً! ثم إن موظفي التأمين في الشركة المؤمنة على سيارتي بدأوا يعرفوني. لقد تعاملت معهم منذ بضعة أشهر. مع ما ندفع لهم من أموال، حري بهم أن يفعلوا شيئاً لنا!

بدأت دموعٌ تلسع في زاوية عينيها الزرقاوين اللقيتين، الغائرتين في وجه واسع ومدور.
- شك... شكراً! أنت... أنت لطيفة جداً! لو كنت في مكانك، أعتقد أنني كنت سأستشيط غضباً!

- ما كان لهذا أن يفيد كثيراً.

- أنا آسفة... جداً... جداً! لا أدري ما الذي يحصل لي، في هذه الفترة الأخيرة، لا شيء، يسير معي على ما يُرام! أنا على قيد الحياة ولدي رغبة في التخلي عن كل شيء... وعند ذلك، هذا اليوم الرهيب، حقاً، هذا كثير!

الهارت أمامي وانفجرت تهجش بالكاء. الأمر الذي ذكرني بالكثير من الأمور... تسارعت نبضات قلبي. ربنا حان الوقت؟ فكّرْتُ في نفسي بنوع من الانفعال: (هذه هي - She is the one).

ترى هل سأكون على مستوى المهمة؟ بطريقة لا إرادية، عدلتُ جلستي في أريكة المقهى وتنفّستُ بعشق قبل أن أدسَ يدي في حيب معطفي وأداعب قطعة الورق المقوى الصغيرة التي كانت في داخله.

سألتهَا؟

- ما اسمك؟

- إيزابيل.

ناولها بطاقتي الصغيرة.

- تفضّلي يا إيزابيل. تفضّلي. ربما يحدث أن أكون مفيدة لك...

أمسكتُ بطاقة الزيارة خاصتي بهينة شكّاعة لامرأة لا ترى كيف يمكن لأحد أن

يهب لمساعدتها.

- أنا روتينولوجية.

- روتينو... ماذا؟

قاموس صغير حول علم الروتين

الإرساء الإيجابي

هو عبارة عن تقنية سوف تتيح لكم بأن تأخذوا موقعكم في «حالة مصدرة» مناسبة، أي في ظروف جسدية وعاطفية ملائمة وإيجابية. كيف ذلك؟ من خلال تجديد نشاط المشاعر والأحاسيس نفسها التي عشتوها في لحظة سعيدة.

ولتحقيق ذلك، اخلقوا لأنفسكم مراساتكم: في مكان هادئ، تصوِّروا جيداً اللحظة السعيدة التي تودّون أن تتذكروها واشعروا مجدداً بدقّة الحالة العاطفية والشعورية التي تودّون أن تتمكّنوا من استعادتها واربطوا بها حافزاً: كلمة أو صورة أو حركة. من خلال مواصلة التمرين على ذلك، سوف تجدّدون نشاط الرساة من خلال إعادة إنتاج الحركة أو الكلمة أو من خلال استدكار الصورة المرتبطة بتلك الذكرى الجميلة، بغية استرجاع الحالة العاطفية المرغوبة.

آلة التصوير الخيالية

لتشغيل «آلة التصوير الخيالية» خاصتكم، وتعديل مصفأة تصوّر واقعكم، ينبغي عليكم أن ترصدوا كلّ ما هو جميل، أن تركزوا انتباهكم على الأشياء الجميلة والمستحبة والمتعة، في الشارع وفي وسائل النقل وفي أيّ مكان تحلّون فيه. تشكّلون بهذه الطريقة ألوماً للصور الداخلية الإيجابية: وهذا الألوام مفيد للغاية لكي تقوموا بإعادة برمجة دماغكم على نحو إيجابي!

فن النمذجة

يتعلق الأمر بأن نجدوا لأنفسكم نماذجاً من بين الشخصيات الواقعية أو الشخصيات الخيالية التي تُعجبون بصفة من صفاتها أو بمظهرٍ من مظاهر حياتها. وكما فعلت كاميل، يسكنكم أن ترسموا لهم صورة صبية في ذهنكم («أود لو أمتلك حكمة غاندي وأناقة أودري هيبورن... إلخ»)، وتركيب لوحة من صورهم ووضعها على نحوٍ واضح للعيان في مكانٍ يسكنكم أن تروها غالباً، أو حتى تخيلوا بأنكم الشخص الفلاني وتصرفوا في النتيجة بطريقة بحيث يسكنكم أن تكسبوا الثقة بأنفسكم. خذوا أفضل ما في مرشدكم -المواقف، الممارسات الحَيَرة، الفلسفة- وكوّنوا بهذه الطريقة نموذجكم الخاص للنجاح!

دفتر الالتزامات

هذا دفتر يتيح لكم أن تدوّنوا فيه الأهداف التي حدّدتموها لأنفسكم والالتزامات التي تعهدتم بها أمام أنفسكم لكي تنكبوا تماماً على تنفيذ قراراتكم. ومن ثمّ، أشيروا إلى كلّ هدفٍ من أهدافكم إن كان قد تحقّق أم لا. تدكّروا جيّداً بأنّ الأمر الأكثر أهمية ليس «معرفة ما ينبغي القيام به»، وإنّما القيام به فعلاً.

مفكرة ما هو إيجابي

يتعلق الأمر هنا بفهرس تدوّنون فيه، وذلك بحسب الترتيب الأبجدي، نجاحاتكم الصغيرة والكبيرة وكذلك أفراحكم الصغيرة والكبيرة. تسألون ما هو السهيج في ترتيب ذلك؟ لكلّ حرفٍ، فكّروا بكلمات مفتاحية نستحضر لحظات من القوة والإيجابية. مثلاً: (حاء) مثل حبّ (صِفوا أجمل لحظاتكم الغرامية)، أو (الف) مثل أرتور (اللحظات السعيدة مع طفلكم)، أو مثل أنتيب (إذا كان المكان يستحضر عظمة لا تُنسى في مكانٍ جميل مثل مدينة أنتيب)، أو (فاء) مثل فنون قتالية (إذا كانت ذكرى ميدالية تملأ قلوبكم بالفرح)... إلخ. صِفوا الذكرى بدقّة وتفصيل - البيئة المحيطة والناس- وكذلك اذكروا بالتفصيل مشاعرهم وأحاسيسكم الجسدية والعاطفية.

ألبوم داخلي للصور الإيجابية

وهذا يسير بالتوازي مع آلة التصوير الخيالية! تقومون بإعداد ألبوم صور ذهني للتحظات المستمعة والهادئة وتستحضرونها بانتظام لكي تستعيدوا تلك «الأجواء السعيدة».

كلّ هذا يساهم في تعزيز ذهنية قوية وروية إيجابية إلى العالم.

تفسير الحوار الداخلي

للوصول إلى ذلك، هناك تقنية برهنت على نجاحها وجدواها: ردّدوا كلّ صباح أمام المرآة تأكيدات إيجابية عن أنفسكم. حتى وإن كنتم غير مقتنعين بعد بذلك تماماً، فإنّ دماغكم يُعطي إليها ويُسجلها! سوف تتألون بذلك معادة وتجّدون صورة قيّمة عن أنفسكم.

الرمز الأحمر

يتعلّق الأمر هنا بعلامة صغيرة يسكنكم أن تتفقوا عليها مع شريككم (أو مع طفل) لكي تحذّروهم بأنّ هناك خطر الشحار. إنه نوعٌ من التحذير، كما هو في جهاز الإنذار في السيارة. تعمل الحركة مثل ضوء يومض ويحذّر الآخر. وبهذه الطريقة يسكن تحسّب تصعيد الذرعة العدوانية.

قطع رباط (الماضي)

رباط الماضي هي أحداثٌ أصابتكم وأنتم لا تدركون أنّها تؤثر على حاضركم. بعض ظروف حياتكم الراهنة تجدد تلك الجراح وتُطلق رغماً عنكم عينا عاطفياً غير متناسب مع الحادث المحقّر. لكي تعيشوا حياتكم اليومية على نحو أفضل، من الضروري تحديد هذه «الرباط» ومن ثمّ «قطعها»، وذلك من خلال الإدراك، أولاً وقبل كل شيء، ومن ثمّ القيام ببعض الأفعال، على سبيل المثال من خلال العمل على حالات غضب مكتوبة فيما مضى أو أحزان لم تنته (تحرير الكلام والأحاسيس سواء من خلال الكتابة، وسواء

عند معالج.

ابتكار غوامي

امتلكوا الجرأة على الابتكار! قوموا بعمليات عصف ذهني غرامية: دوتوا كل أفكاركم وفقاً لقاعدة EQFD. الحرف (E) المشطوب، ويعني أنّ لا رقابة (Censure) ولا نقد (Critique) والحرف (Q) للدلالة على الكمية (Quantité)، أي بتّ أقصى ما يمكن من الأفكار. والحرف (F) للدلالة على الغرابة (Farfelu). أهلاً وسهلاً بالغرابة! اكتبوا حتى الأفكار الأكثر غرابة والتي لا يمكن لها أن تحدث. والحرف (D) للدلالة على تولد الأفكار. (Démultiplication) حيث تجعلكم فكرة أن تفكروا بفكرة أخرى، وهذا ما يُسمى بالارتداد! سواء تخیلتم النصوص الغرامية الخلاقة، أو بحثتم عن الأماكن غير المألوفة المواعيدكم لكي تفاجئوا عشيقانكم أو عشاقكن، يبقى الابتكار حليقتكم المفضّل في مواجهة الروتين .

نزع الطوايح

يسكنكم أن «تزعوا طوايحكم» من خلال الجرأة على البوح بما في قلوبكم، من خلال التعبير عمّا تشعرون به من ضيقٍ واستياءٍ أوّلاً بأزّل سواء كان هناك انزعاجٌ أو نزاعٌ كما أنّ أم لا. وبذلك سوف تتجنّبون ما يشبه تأثير طنجرة الضغط والانفجار.

التعاطف الرطب

تمارسون التعاطف الرطب حينما تتكفّلون بأعباء مشاكل الآخر، وتمتصّون مشاعره وأحاسيسه السلبية. وبهذه الطريقة، سوف ينتهي بكم المطاف بأنّ تسوء أحوالك أنتم أيضاً.

التعاطف الجاف

تمارسون التعاطف الجاف حينما تبتون موقفاً قائماً على الإصغاء مع الاحتفاظ بمسافة، إصغاءً يتيح لكم أن تسمعوا وتعاطفوا مع مشاكل المحيطين بكم من دون أن تدعوا أنفسكم تُصاب بعدوى الأمزجة السلبية. إنه درع حماية مفيد جداً لكي لا تستسلموا لتشرب تلك الأمزجة .

التصرف «كما لو أنّ»

التقنية الذهنية «التصرف كما لو أنّ» تشتمل على التصرف كما لو أنّ الوضع الذي يضايقكم أو الأمر الذي ينبغي عليكم القيام به والذي نفرتم منه قليلاً كان الوضع أو النشاط الأكثر إثارة في العالم. عيشوا ذلك الوضع بنسبة 400%؛ لا تعيشوا بالتقدير وأنتم تأملون بأنّ تغييراً إلهياً سوف يهبط من السماء.

تقليد القطّ

سوف «تقلدون القطّ» من خلال منجّكم لأنفسكم وقتاً قصيراً يكون لكم لوحدكم. وقتٌ قصير هادئ ووديع، تخلّدون فيه إلى اللحظة الراحنة، حيث يمكنكم فيها أن تسطّوا وتشاءوا وترتكوا أفكاركم تطفو وتسبح مثل تأملٍ خفيف. إنّ تقليد القطّ هو بكل بساطة الاكتفاء بـ«الوجود» من دون الخضوع لضغط «الفعل»...

القيام بسلسلة (و. ش. أ. ت)

عوضاً عن استخدام «مدفع اللوم والعتاب»، تكلموا بمرزاة عن إحساسكم في حالة الوضع المستور أو الجارح، قدّموا طلباً واضحاً إلى محدثكم. ولتحقيق هذا، تذكّروا الوقائع (و) التي أضاقتكم. ثم عبّروا عن شعوركم (ش)، ما شعرتم به. ومن ثمّ، اقترحوا أرضية (أ) تفاهم (ت)، أي تقديم اقتراح تحسّين، بمعنى حلّاً يرضي الطرفين.

كل يوم، احتفظوا في ذهنكم بشكرٍ وامتنانٍ على كل ما قدّمه لكم نهاركم من أمور إيجابية، من ألقه الأمور إلى السعادة الكبرى (من نعمة فنانٍ من القهوة عند الاستيقاظ، إلى الفرحة غير المحدودة بتحقيق إنجازٍ شخصي).

قائمة خيراتكم الإيجابية ومزاياكم

أعدوا قائمة الأحداث التي مرّت والتي تركت أكبر الأثر بالنسبة إليكم من حيث النجاح وقائمة مزاياكم ومهاراتكم. سوف يتيح لكم هذا أن تركزوا على النقاط الإيجابية في حياتكم أو في شخصكم وبذلك تترسخ أقدامكم على مستوى احترام الذات.

منهج SMART

سوف يساعدكم هذا المنهج في تحديد الأهداف التي ترمون إلى بلوغها والحصول على أفضل الفرص للوصول إليها. عليكم أن تتأكدوا من أن هدفكم (S- Spécifique) أيّ أنّه محدّد (محدّد ومحصور بطريقة واضحة)، وأنّه (M-Mesurable) أيّ أنّه قابل للقياس (يجب أن يكون هناك مؤشر للنجاح يمكنه أن يؤكد بأن الهدف قد تحقق) وأنه (A-Atteignable) أيّ أنّه يمكن بلوغه (أي أن يتمّ تحديده بطريقة بحيث يمكن له أن يتحقق، مقتصاً إلى سلسلة من الأهداف القابلة للبلوغ، يجب ألا يكون بمثابة النجسة التي لا يمكن بلوغها) وأنه (R-Réaliste) أيّ أنّه واقعي (للحفاظ على حافز قوي، يجب أن يكون هدفكم متسقاً مع شخصيتكم وكفاءاتكم) وأن يكون (T-Temporellement défini) أيّ أن يكون محدّداً بزمن (عليكم أن تحدّدوا مدة يتحقّق الهدف خلالها).

مهمة «البياض العظيم»

والمقصود هو التنظيف والترتيب الكبيرين للداخل وللخارج.

التنظيف الداخلي: سوف تحدّدون كلّ ما يبدو لكم سائماً ومنزوّماً ومسبّباً للتصلّب في علاقتكم مع الآخرين وفي تنظيم حياتكم والبيئة المحيطة بكم. على غرار كاميل، يسكنكم أن تعدّوا قائمة للأشياء والأمور غير المرغوبة فيها، قائمة «لم أعد أريد...».

أما التنظيف الخارجي: سوف تركزون على محيط حياتكم لتحسينه بكلّ الوسائل الممكنة، وذلك من خلال التخلّص من الأشياء غير المفيدة أو الثالثة عبر إجراء عملية فرز و ترتيب وتجديد للديكور...

مدفع العلامات

إنّه «السلاح» الذي نستخدمه، حينما نقوم باستهلال جملنا بالضمير الشخصي «أنت» المستخدم للعتاب («أنت لا تفكّر أبداً في... أنت تستغرق في حاسوبك دون أن تسألني إن...»). يجب مع هذا على الإطلاق وذلك لتجنّب نداعيات البرعة العدوانية. من الأفضل للمرء أن يتعلّم التعبير عن أحاسيسه باستخدام الضمير الشخصي «أنا».

تغذية المرء لجرذانه

أنتم «تعدّون جرذانكم»، إذا كنتم تحرّضون في أنفسكم ذاك الجزء الذي يحب كثيراً أن يتشكّى ويشتر الرثاء ويتقمّص شخصيات مسلسل الرسوم المتحركة كاليميرو. وبالتالي، ما هو مأمول ومرغوب هو أن تحاولوا أن تفهموا كيف يغذي هذا الدور السيئ بعض مخاوفكم وجراحكم السرية. وبهذا سوف تصبحون أقلّ عرضة للإصابة بهذه الحالة، لأنكم أكثر ثقة بأنفسكم.

التفكير والمظهر الإيجابيين

لأقوالكم اهتزاز وتردد. ولمظهركم الجسدي أيضاً. والجانبان يؤثّران بشكل كبير على حالتكم الذهنية واستطرداً على واقعكم. ولهذا السبب بالذات، من المفيد جداً أن يتبنّى

السراء تفكيراً ومظهراً إيجابيين. أن يقف السراء منتصب القامة بدل أن يقف مقرّس الظهر، أن يتسم بدل أن يستخدم رأسه في الإشارة، أن يرى ما هو إيجابي في كلّ شيء بدل أن يتشكّى ويُخسد همته... تمرّنوا على الصياغة الإيجابية: استخدموا في جملكم الصيغة الإيجابية لا السلبية، صيغة المني للمعلوم لا المني للمجهول. إن قول «سوف لن أصل أبداً في الوقت المناسب» لا يشبه أبداً قول «أنا أواجه الصعوبات من خلال تنظيم طاقاتي وحشد إمكانياتي»... الأمر يتوقّف عليك في أن تختار!

أغاني الطاقة

أعدّوا لأنفسكم قائمة من الأغاني والمعروفات الموسيقية التي تمنحكم أحسنة في ظهوركم.

التنفّس العميق

لمرّتين أو ثلاث مرّات في اليوم، خذوا وقتكم للتنفّس بعمق لعدّة مرّات. اجلسوا بهدوء وارخوا كلّ التشنجات في جسمكم وارخوا فكّكم من خلال فتح الفم قليلاً. خذوا شهيقاً وأنتم تعدّون حتى أربعة، احبسوا الهواء وأنتم تعدّون حتى اثنين، ثمّ أطلقوا زفيراً وأنتم تعدّون حتى أربعة، ثمّ توقّفوا وأنتم تعدّون حتى اثنين. تدريجياً، سوف تحسّنون قدراتكم التنفسية وسوف تنقلون إلى إيقاعات تنفسية منتظمة ومتناسبة بين الشهيق-توقّف/الزفير-توقّف، كالآتي: 8-4/8، 12-6/12، 16-8/16.

وهذا يعني أنّ: جودة زفيركم أمرٌ جوهري لأنه كلّما زفرتم على نحو أفضل كلما ملائم رثيتكم فيما بعد بهواءٍ جديد! والحال أنّ هذا الإمداد بالأكسجين سوف يزوّد كل جسمكم، ناهيك عن دماغكم...

قدّروا هذا التنفّس الحيوي حقّ قدره وتخيّلوا بأنّه يسري مثل رسالة داخلية.

الحصالة

هذه حصّالتكم المضادة لاجترار الأفكار السلبية! لتصنعوا لأنفسكم حصالة، استخدموا جرة أو علبه ملتصق. الفكرة: في كل مرة تتفاجؤون فيها بأنكم تجتزون فكرة سلبية أو عقيمة، ضعوا يوررو واحداً في الحصالة. واجعلوا هذه الممارسة مفتوحة وتشمل كل أفراد العائلة!

الابتهامة الداخلية

كان المعلمون الطاوون يعلّسون فن الابتهامة الداخلية -أو فن استعادة الصفاء الداخلي، الضامن للصحة والسعادة وطول العمر. إنها حالة رفاه وهدوء يتم الحصول عليها من خلال التصارين المنتظمة في الاسترخاء والتنفس العميق. الابتهامة الداخلية هي أيضاً القدرة على تنمية قيم القبول والرفق والجدود وحبّ الذات وحبّ الآخرين. أن يكون المرء مسكوتاً بهذه الحالة الروحية والذهنية يجعله يحظى بحالة «السلام الداخلي» الشهيرة.

نظرية الخطوات الصغيرة

تقول لنا هذه النظرية بأنّه من الحكمة أن نرى في التغيير على أنّه تعاقب لسراجل قصيرة وتحولات صغيرة وليس جبلاً شاهقاً ينبغي اجتيازه دفعة واحدة. وهكذا يبدو التغيير أقل صعوبة ويصبح الوصول إلى تحقيق نتائجه أسهل!

المثلث المأساوي

المثلث المأساوي هو مبدأ يصف الأدوار الرمزية الثلاثة التي يسكننا أن نشغلها بالتعاقب، بوعي أقلّ أو أكثر، في سيناريو علاقة سلبية: «دور الضحية أو المضطهد أو المتخذ. في تصوّر وترسيمة كهذه، لا يمكن أن يكون هناك مخرج مناسب، سوى الخروج من اللعبة.

رافاييل جيوردانو

كاتبة ورشامة ومدربة في مجال الإبداع... الإبداع خيط أحمر في حياة رافاييل. عملت رافاييل، الشجاعة من مدرسة إستين العليا للفنون التطبيقية، على صقل شغفها بالكلمات والمفاهيم خلال بضع سنوات في شركات الاتصالات في باريس، قبل أن تقوم بتأسيس بيتها الخاصة في مجال التدريب الإبداعي (www.emotone.com). أما بالنسبة إلى علم النفس، الذي اهتمت به عندما كانت صغيرة، فقد تدرّبت فيه ونالت شهادة في العديد من أدواته وجعلت منه اختصاصها الكبير الآخر. ولهذا، فإنّ كتبها الأولى تعرض مقارنة إبداعية مطلقة للنسبة البشرية وتطوير الذات، على مستوى العمق بقدر ما على مستوى الشكل. أسرار الدكتور كولزين (مجموعة من أربعة عناوين)، مفكّرتي كمدربة 100% سعادة، قرّرتُ أن أكون زن... بصدر روایتها الأني، حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة، كرّست نفسها لموضوع يعرُّ عليها: من تحويل المرء لحياته لكي يجد الطريق إلى الرفاه والسعادة.

وماذا عن الروتينولوجيا؟

من خلال تأكدها من أن هناك عدداً متزايداً من الناس الذين يمتلكون كلّ شيء ليكونوا سعداء من دون أن ينجحوا في أن يكونوا كذلك فعلاً، بل وكانوا يجدون أنفسهم نهّب شكل من أشكال الكتابة المزمعة، خلقت رافاييل مهنة أساسية. الروتينولوجي ليس عالماً نفسياً ولا مدرب إبداع، وإنما هو خبير دعم ورعاية في فنّ العثور على السعادة المفقودة!

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة

«- على الأرجح أنك تعانين من شكلي من أشكال داء الروتين الحادّ.
- أعاني من ماذا؟»

- داء الروتين الحادّ. هذا أحد أمراض الروح والذي بات يتفشّى على نحو متزايد بين الناس في العالم. أعراضه تكاد تكون دائماً هي نفسها: انخفاض في درجة الحافز، نوبات دورية من الكآبة، فقدان المعالم والحواس، إيجاد صعوبة في الشعور بالسعادة على الرغم من وفرة الخيارات المادّية، خيبات أمل وشعور بالإرهاق والتعب...
- ولكن ... كيف تعرف كل هذا؟

مكتبة نوميديا 183

Telegram: @Numidia_Library

- أنا روتينولوجي.
- روتينو ماذا؟»



برزت هذه الرواية، المرتكزة على التنمية الذاتية وعلم النفس الإيجابي، كأحد الأعمال الأكثر نجاحاً في اللحظة الراهنة. إنها كتاب يدعو إلى التغيير وإلى تحسين المرء لحياته، في سبيل عبوره على طريق الرضى والسعادة.

من خلال حكاية كاميل التي تسعى إلى عودة الفرح والإثارة إلى حياتها، تدعونا هذه الرواية إلى أن نطرح على أنفسنا أسئلة وجودية وإلى أن نفكر في خياراتنا وتصرفاتنا وسلوكياتنا، وتدفع بنا إلى الجرأة على تغيير حياتنا وتحقيق أحلامنا.

تطمح رافيل جيوردانو، المدربة في مجالي الإبداع والتنمية الذاتية، عبر روايتها الأولى هذه، إلى السير بالقارئ نحو حياة أكثر سعادة، وتقول في هذا السياق: «لا أريد أن أطلق أحكاماً ولا أن أسقط في فتح المبالغة. ما أسعى إليه هو أن أمنح المفاتيح لقرائي لكي يصبحوا أفضل حالاً».

ISBN 978-9953-68-866-4



9 789953 688664

شراءات تلميح الذات

المركز الثقافي العربي



الدار البيضاء، ص.ب. 4006 (سيفين)
بيروت، ص.ب. 113/5158
markaz.casablanca@gmail.com
cca_casa_bey@yahoo.com