

غرفة الضياع

الإهداء إلي

صاحب الهم والذي لم يجد الفرج بعد

الي من لم يستطع الحياة فتمني

الموت كل دقيقة

إليك يا من تقرأ لتجد السبيل مهما

كان الظلام حالك

المقدمة

مهما كنت قارئ مثقف سيزيد هذا

الكتاب معلومة لك مهما كنت صاحب

علم بإستكمالك لهذا الكتاب ستعرف

مجهول كنت تجهله

اهلا بك في غرفة ضياعك التي لن

تخرج منها بمساعدة احد الا نفسك

قبل القراءة اعرف ان هذا الكتاب بلا  
عناوين

صوت ضجيج يملئ ارجاء الغرفة متي  
يتوقف لم استطع العيش اقتربت من  
أكون جثة هامدة لافائدة من وجودي  
والا فائدة من وجودك اللعنة عليك  
-اللعنة علي!

-نعم انت اسوء ما حصل أي لما  
حضرت أصلا؟

-حضرتك لاوقظك من خيبتك اللعينة

-لا داعي لهذا فانا لست بحاجة اليك

قال في صوت غليظ: اللعنة عليك انظر  
الي داخلك المريض ام أقول المكسور  
صاحب ٢٠ عام يحمل هموم رجل في  
الستين من عمره كيف تريد مني الا  
احضر انا هنا لارشذك

-ترشدني لا تجعلني اضحك.....

ها انا اتحدث مع نفسي الان اقف  
وسط

طريق له اتجاهان في الحقيقة لست  
في

الوسط بل انا اقرب الي اتجاه الضياع  
تلك

المرحلة التي بدأت تحوم حولي بدأت

اخسر كل معارفي وكل الجهد الذي قد بذلته

بدأت اشعر بفقدان هدفي و شغفي و بدأت

ألقي باللوم علي أي احد يعاتبني لم اجد

التقدير المناسب اعلم أنني إن دخلت الي هذه

المرحلة لن اعود منها ولكني أصبحت وحيداً .

-اللعنة عليهم وعلي كل من فقدت انا هنا لاجلك سأخذك الي طريق افضل

-اين؟

-لا داعي لتسأل ستعلم عندما نصل

بدأت افقد حالة الاتزان التي توجد  
داخلي

لكل شخص اتزان الا انا الآن

أنا قد أصبحت وحيداً خارجياً ولكني

شخصيات كثيرة داخل رأسي احده  
كل

يوم نعم انه انفصامي ولا اعلم هل  
يوجد

اكثر منه ولكني اسمع أصوات عديدة  
في

رأسي لا أستطيع ترجمتها اصبح  
المكان

في الخارج هادئ وفي الداخل  
صراعات

شعوب تتصارع جميعا لاجل من  
يستطيع

ان يقود هذا الجسد

هذا المرض يسبب لي وقوفي بين  
عالم

الشر و عالم الخير والظلام والنور وانا

في الوسط اشاهد كل هذا الشجار  
العنيف

صوت شديد اللهجه:انا( ايفيل )صوت  
الخراب بداخلك وانا الدمار وسيد  
انفصاماتك انتي تغلي من الداخل  
اتبعني سأجعلك تنفجر في كل من  
سخر منك صدقني

-ولكن ماذا سيحدث لهم

-الا تزال تهتم لامرهم كانوا يدمرونك  
ويعايروك بضعفك ويهدمونك دعك  
من البشر وكن معي يا نادر

يردد الحائط صوت موسيقي الحزينة  
فقد اعتاد سماعها كل يوم .

انظر اليهم أصدقائي لا أجد من  
دعوتهم بهذا الاسم لأجد نفسي وحيداً  
تحيطني الوحدة من كل مكان.

-أكنت ممن يكونون بلهاء لا طبيين؟

ايقل: احسنت ماذا فعلت طيبة قلبك ؟

نادر: لظالما ساعدهم ووقفت بجانهم  
وعندما احتجت اليهم

-اعلم خذوك لا امان لهم

ايفيل: وأين هي عائلتك الان في الخارج

يضحكون تركوك وحيداً سمو انفسهم  
عائلة

و لكنك لا تشعر بمعني هذه الكلمة  
اصلاً

بل هم لا ينفذون ما اسموا به انفسهم  
اللعنة عليهم.



نادر: لا لا تقل هذا عليهم أيها الشيطان

-حسناً سأخبرك بشيء هل تري حولك  
أي منهم اخبرني.....  
كنت اعلم بصمتك اللعين انه الإجابة  
لكل شيء

انت وحيد استفق من غيبوبتك فلا  
احد

سواك لسواك و انا طبعاً من سيهديك  
الي

طريق العز فقد استمع الي سأخرجك  
من هنا

نادر: و عائلتي

-انسهم الان

اليوم الثالث علي التوالي مصاب بهذه

الحالة اشعر بأن الثلاث أيام الذين  
مضوا

هم ثلاث شهور بل ثلاث سنين لا ادري  
لا

ادري سأكف عن عد الأيام وليمضي ما

يمضي كأنني سجين ينتظر حكم البرأة

ولكن لا فقد اصدروا حكم السجن  
مدي

الحياة هذا هو الاكتئاب من وجهة  
نظري انا

ايفيل:دعني اسألك سؤال من دافع  
الفضول

-اسأل أيها الشيطان

-ماذا حدث لجعل ماضيك وحاضرك  
ومستقبلك مجهولين؟!

انا لا أجد غير جواب واحد يدور في  
رأسي اللعنة علي الأقنعة المزيفة كيف  
يرتدونها ويجيدون التمثيل فيها هل  
اصبح العالم كله ممثلين؟

-من هم؟

-اشخاص كنت اظنهم أصدقائي و  
أخوتي و لكنهم مجرد مارين في هذه  
الحياة لا أعلم من بقي .....صوت  
تنهيده صحيح لا يوجد احد سوانا  
انظر انا من النافذة لأري الشوارع  
فارغة رغم امتلائها هادئة رغم دجيجها  
لم اكن انوي يوماً اريد الدخول في  
حالة اكتئاب ظننت القرار بيدي

أموت داخلياً كل يوم من جديد  
أصبحت

اقسي من الحجر حتي الحجر يهابني .

-كنت انوي حقاً الزواج منها؟

ايفيل:من هي؟

-حبيبتي التي كانت في نظري ألمع من  
ألمع نجمة

-دعك منها هي لا تساوي شيء الان

-لا تتحدث عنها هكذا

-استفق يا مجنون تركتك ولا تزال  
تبحث في رمادك عنها لا وجود للحب  
في هذا العالم

-لا بل هناك حب والدليل أنني أحب  
الآن نفسي

-هذا أول طريق إلي أن تحبها كثيرة  
نعم أول طريق إلي الانانية

دعني أكمل..... كانت تحبني و أحبها  
كنا

نعيش أفضل قصة حب علي الإطلاق  
حتى

ظهر هو كان صديقي المقرب عرفتهما  
إلي

بعضهما

ايفيل:اعلم ماذا حدث اخذها منك

-لا بل كان هذا هو المخطط بينه  
وبينها قبل

معرفتي بها أسمعت عن ان الولد  
يتلاعب

بالفتاة الان في هذه اللحظة حدث  
العكس

فقط تلاعبت هي بي.

-كيف؟

-كنت املك من المال الكثير و هذا ما  
جذبها

إلي او ما جعل صديقي يدفعها إلي  
لتأخذ و

تأخذ وكان كل همها المال لتعطيه  
لصديقي

الذي هو اهاها

ايفيل: اهاها؟

-اجل كان يظل يقترض مني المال  
حتي

توقفت عن إقراضه واخبرته اني قد

اعجبت بإحدي الفتيات وقال لي لا  
عليك

سأخبر صديقتي لتكلمها لك وهي في

الأصل اخته لا اعلم أيها الشيطان كيف

توسوسون لهم ليفعلوا مثل هذه

الاعمال وكيف اطاعك الاثنين وهم  
عميان

-ايڤيل: هذا هو سر عملنا نريك الجمال  
وما

تريده ولا نريك فظاعة و سوء الطريق

الذي ستسلكه نحن نعيش لنتصر  
علي بني

البشر لأننا نظن اننا افضل منكم.

-لينتهي بيا الامر اكشفهم علي  
حقيقتهم ويتم

كسر قلبي انا اهنئك علي اعمالك  
فبسببكم

كسرتم قلباً جديداً



اليوم الرابع بدأت افقد نفسي بالكامل  
بدأت

اشعر بأني اتلاشي بدأت الجيوش

بالانطلاق لاستعمار جسدي جيوش  
اسميتهم

شياطين انفصامات اعلم انه انفصام  
واحد

ولكنه بالجيش الذي يقف امام واحد  
غير

مدرك ان هذا الشخص ليس هرقل بل  
هو

قروي ضعيف لا حول له ولا قوة

-ايڤيل:لا تتظاهر بالضعف سأجعلك  
سيداً

-لا لن أكون سيداً بطباعك افضل  
الموت

علي هذا

-لكنك مت بالفعل من خذلان الجميع

معك حق يبدو انك قد بدأت تغريني  
انا

ايضاً دعني اخبرك ان اغرائك لي بدء

يعجبني.

اليوم (١٣)

بدأت افكر فيما يحدث في جامعتي  
واسأل

نفسي ما هذا الدمار الذي قد حل  
عليها كل

يوم اجد جزءاً مدمر والجزء الاخر

رسومات تسخر مني تجعل الجميع  
يسخر

مني اعلم اني غير معروف ولكن  
بوجود

هذه الرسومات يسخر الجميع مني  
ويقللون

من شأني كلما رأوني وكلامهم عن  
فشلي

يزيد همي وصراحة انا استمع لهم انا  
حقاً

انسان بائس .

-احمق لعين تركتهم يسخرون منك  
بهذه الرسومات دعني اتملكك  
وسأجلب لك ما فقدته من كرامتك

-مستحيل لن ادعك تتملكني ابداً

-حسناً حسناً فلنبدأ بالبحث عن فاعل  
الرسومات وننتقم منه ونستعيد

كرامتك

الليل

نعم انه الليل وصراعاته

عندما اقرر وضع رأسي علي الوسادة  
هذا

يعني بدء الحرب مع الممالك التي من

العالم الاخر

في هذه الحرب اما الخاسر الوحيد

لم استطع الانتصار عليه يوماً

نعم(ايفيل)يريد ان يملكني

ولكني اعافر وهذا امر مستحيل

استكمال هذه الحرب

اليوم (٢٠)

لم اعرف بعد من الذي سخر مني كنت

اسير في ساحة جامعتي كالمعتاد اري  
الكل

يحدق بي ويضحك علي ارغب في

تدميرهم جميعاً لكن اللعنة علي من  
اضحك

لا استطيع قتل نملة حتي النمل يسخر  
مني

اقتربت ايام الاختبارات ولكني لا اعلم  
ماذا

قد درست في الفترة الماضية لم  
ادرس

سوي شياطيني التي تتملكني و افضل

طريقة لاعداد القهوة العشرون يومياً  
نعم

عشرة لي وعشرة له

نتسابق كل يوم علي من سيظل  
مستيقظ

لوقت أطول كم اتمني الموت حقاً

فتاة

مضي عشرون يوماً

وانا انظر من نافذتي

لاشاهد فتاة طوال العشرون

يوماً تراقب نافذتي من تكون؟

هل هي تأتي لتسخر مني ايضاً

لا لا لن أحاول التعرف عليها ولكن

هي جميلة جداً كلما انظر اليها تخجل

وتهرب من امام نافذتي لا اعلم



وبالطبع لن اطلب المساعدة من

شيطان

اليوم الحادي و العشرون

قررت ان اخذ خطوة في موضوع تلك

الفتاة كانت تحضر دائماً في نفس

الوقت ١٢

ظهراً قررت ان اقف في احدي الشوارع

الجانبية لأنتظرها واعرف ماهي قصتها

ولماذا تظل تراقبني

الساعة ٢ ظهراً وهي لم تأتي بعد

صوت رقيق: هل تنتظر احداً؟

لأقف متصلباً وادور بجسدي رويداً  
رويداً

لاجدها نتم انها هي من كنت انتظر

قلت لها: لم تراقبيني

قالت: علمت ما حدث في الجامعة  
وعرفت انك تبحث عن الفاعل فأردت  
المساعده

قال: و لماذا لا تضحكين علي  
وتسخرين

مني مثل باقي الناس؟!!

-لا احب السخرية من الماس كما انك  
لست

كما يقولون اشعر انك افضل مما يُقال  
عنك

-انا ادعي نادر ما اسمكي انتي؟

-ادعي شذي

-حسناً يا شذي انا لدي محاضرة  
الساعة

الرابعة نلتقي هناك

-اتفقنا يا نادر

ايفيل:هل ستستمع لها وتثق بها الم  
تتعلم مما حدث معك

-اجل سأفعل ليس لك شأن بما  
سأفعل

كره وحب

يتصارعان داخلي لا اعلم ماذا حدث

اشعر ان بداخلي الماء والنار

الهدوء والدجيج

الوحدة والوحدة

الصراخ والهمس

الموت والحياة

الأسود والأبيض

لم اعد بشرياً انا شيء لا يُطاق  
اتعلمون

مقولة قد لاينام البعض من كلمة قد

قالها احدهم انا لم انم منذ أيام

يبدو اني قد امتلكت قاموساً

وبالفعل ذهبت الي الجامعة وبعد  
انتهاء

محاضرتي وجدتها تنتظرني لم تتخلي  
عني

حقاً اعتقدتها أتت لتشفق علي و لكن  
حقاً

في عيونها تريد المساعدة.

دخلت الي هناك لأجد الرسومات قد  
زادت

اكثرو مكتوب علي الحائط (انت  
شخص

جبان انت ومن معك او تأتي بفتاة  
لتحميك

من سخرية الناس لك)

شعرت بغضب شديد جداً ولكني قد  
وجدتها

امسكت ممحاة ومحت المكتوب علي

الحائط حتي لا انزعج كان الامر غريباً

لم هي مهتمة بي الي هذا الحد بدأت  
اشعر بشعور جيد ليس الكل سواء  
وليس الكل سيئين

خرجت من هناك لأسير في الشارع  
واجد

الناس تنظر الي وتسخر مني  
ويضحكون

علي منهم من يقول انه الفاشل وهناك  
من

يقول انه البائس واللعنة علي نفسي  
اسير

وكأنني عدو الجميع

لاجد اتزاني قد تدمرو بدأت اسقط  
علي

الأرض ولكنها اسرعت وساندتني و

اجلستني علي احد مقاعد الحديقة

قالت:لماذا انت مكتئب ماذا حدث  
لكل هذا؟

رأيت في عينيها الحنان الذي فقدته

-ماتت امي وكان هذا دمار شامل لي  
ثم جاءت دراستي فرسبت وبدأ  
الجميع من اساتذتي يعيبون في مما  
جعل الاخرون يسخرون مني  
وإضافه الي هذا معاملة ابي السيئة  
لي منذ ان توفيت امي وكأن باختفاء  
ملاكي أصبحت في الجحيم وايضاً  
جاءت خيانة الجميع لي



الم

كان الألم النفسي اسوء

من الألم الجسدي

ذكريات ماضي تدمر ذكريات

كان يجب لها ان تتم في الحاضر

سحبت معها ذكريات كانت

ستصنع في المستقبل

حقاً كيف لكلمة من اربع حروف

ان تدمر حياتي(ماضي)

حاولت ان تهدأني وتخبرني :كما هناك

عيوب بالطبع هناك مميزات انظر الي

نفسك شخص حساس ما زلت تتذكر  
والدتك

لا بد انها فخورة بك الان فلتنظر الي  
النجوم وحاول ان تراها انا متأكدة  
سوف تكون معك لانها في ذاتك وفي  
داخلك اشعر بهذا

نظرت اليها ورأيت شيئاً لم اره من قبل

رأيت كل من خذلني وكأنهم بدءوا  
يتبددون

هي الورقة الرابحة التي ستجعلني ادمر

جيوش تقف امامي نعم انها هي جالبة

الامل

الذي لطالما انتظرته.

كنت اود ان اعرف من هي بالتفصيل  
وما

قصتها ولكنها استأذنت للرحيل قبل  
ان اسأل

اليوم الخامس والعشرون

ذهبت الي الجامعة في الصباح الباكر  
لأتفقد

من يحاول الاستهزاء مني ومن يرسم  
هذه

الرسومات الغريبة ويضحك الجميع  
علي

ولكني كنت اشعر شعور مختلف  
بالتفأؤل

ربما شذي هي السبب اشعر بأن  
احوالي

ستتجه الي النور

ذهبت لاري جملة جديدة كُتبت  
(تحاول

اصلاح ذاتك اهي الفتاة مرة اخري  
أتجعل

الفتاة تقف امام اسوء اعدائك نفسك)

-نفسي؟ كيف هذا؟ وماذا يعني بكلمة

نفسي؟ وكيف يعلم بكل ما يحدث  
معي بكل

تفاصيلها .

ألتفت لأري مرأة خلفي انظر اليها  
لأجده

يتشكل امامي وبصوت مخيف يقول:

نعم انه انا ايفيل انا من أسخر منك  
واحاول

ان اسيطر علي جسدك بالفعل  
سيطرت

علي نصفه هذا هو الجزء الذي جعلني

اتحكم فيك واني اكتب كل هذه  
التراهات

لأحبطك اكثر واتمكن من السيطرة  
الماملة عليك

ولكن في لحظة تحاول فتاة تدمير كل  
ما

يحصل

وفي لحظة سمعت صوتها تقول:

لا تستمع إليه يا نادر تذكر من تكون  
تذكر

مميزاتك وتذكر والدتك ماذا ارادتك ان  
تكون؟

فجأة بدأت اسمع صوت في ذهني  
يقول لا

تستمع الي من خذلك وأهانك انت  
افضل

من هذا.

هذا الصوت نعم انه هو صوت  
ضميري

وصوت نفسي السابقة يعودان مجدداً

وشعرت بأني اري العالم بصورة  
مختلفة.

واصرخ قائلاً: انا المتحكم ولست من  
يتم

التحكم فيه

اغمضت عيني وفتحتها لم اجد شيئاً

لم اجد

انفصامي لم اجد الرسومات  
والسخریات

مني كان كل هذا من خيالي عشا تسوء

أيامي وكل هذا كان من عقلي

ادركت متأخراً ان غرفة ضياعي هي  
عقلي

هي السجن الحصين الذي منعني من  
رؤية

الإيجابيات واعماني بالسلبيات وهيئ  
لي

أشياء ليس موجودة

خرجت من هناك لأجد ان من يسخر  
مني

قلة وليس كما تخيلت ولكني ادركت  
معني



الا اصغي لمن يستهزء بي ومن كان

يضحك علي في الشوارع لم يكونوا

يضحكون علي

وشذي كانت هي نفسي التي سُخرت

لترشدني وتهدأني انا ساعدت نفسي  
بنفسي

وسخر عقلي لي الإيجابي شذي  
والسلبي

الشیطان وهو ما اسميته انفصام  
غريب يا عقلي انت من حاول تدميري  
حين نظرت للأمور السلبية

بعد سنة

-من فضلك هلا وقعت لي هذا الكتاب  
أيها الكتاب

نادر:اجل من دواعي سروري

-اعجبني ما كتبتة

-أي جزء؟

-جزء الانفصام نعم انه الجزء السلبي  
منا

-اجل

رأيت نجاحي امامي وتعلمت الكثير  
حقاً

من خلال ما حدث معي ادركت أمور  
كثيرة

أولها ان هناك خناجر وسهام تتطاير

من أفواه الناس ونحن نختار إما

الإصابة او التفادي

انت تختار اما الاستماع لمن يدمرك

ويستهزء بك او تقرر المضي قدماً انت

تختار هل تقف لكل شخص يضحك  
عليك ام تجعل الأيام تريه من انت  
وان اسوء عدو قد يقف امامك هو  
عقلك الباطن اذا سخرت له الأفكار  
السلبية سيقودك نحو الدمار  
عقلك قد يدمرك إن حصرت نفسك  
في ماضيك وفيما يخيفك وفي فشلك  
لا تحصر نفسك وتحدد قدراتك في  
حدود اقل من قيمتها صدقني لا حدود  
لقدراتك

وتذكر انك لنفسك كل شيء ولا تعتمد  
علي أحد ليحفزك قدر نفسك يا

صديقي

انت تختار ماذا تغذي عقلك الباطن  
بالايجابيات او السلبيات ولكن اعلم ان  
غذيته بالسلبى فأهلاً بك في غرفة  
ضياعك.....

