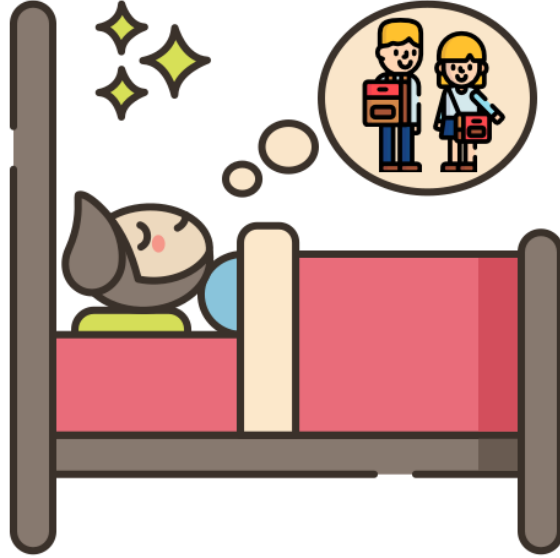


حلم

ليست قصة حقيقة بل ملايين من القصص الحقيقية!



أحمد شلبي
ماينوث، أيرلندا
18/10/2024

حلم

ليست قصة حقيقة بل ملايين من القصص الحقيقية!

في البداية وقبل أي شيء أود أن أخبركم عدة أشياء عني. **أولاً:** اسمي لا يهيم على الإطلاق لأن لي أسماء كثيرة وان بدأت بأولها الآن فلن يكفيني العمر المتبقي لهذا الكوكب البائس حتى أصل لآخرها. ولكن دعنا ننتقي اسماً عشوائياً واحداً من بين هذه الأسماء. ليكن مثلاً "أحمد"، اعتقد ان هناك الملايين ممن اسمهم "أحمد" حياتهم مثلي على كل حال.

ثانياً: عمري لا يهيم هو الآخر على ما اعتقد فكل الأعمار صالحة تماماً لما اود أن أقول. ولكن دعنا ننتقي مرة أخرى رقماً عشوائياً ولنقل مثلاً أربعين عاماً، أم خمسة وأربعين؟ لكن هنا سأواجه مشكلة كبيرة لا طاقة لي بها على الإطلاق؛ فعمري يجب الأرقام الزوجية وفاطمة تحب الأرقام الفردية، وأنا لا أود صراحةً ان اضايق أياً منهم. فلنقل اذاً ان عمري أربعون عاماً ونصف حتى يرضى عني كلاً من عمر وفاطمة.

والآن بصفتي ذلك الرجل البالغ من العمر أربعين عاماً ونصف وأدعي أحمد، أود أن اعترف لكم بشيء ما. أنا مكتئب، مكتئب للغاية، وحزين جداً من أعماقي، وقلبي لا ينزف دماً بل ينزف قلوباً تنزف بدورها قلوباً تنزف دماً، دماً غليظاً اسوداً. وروحي هي الأخرى محطة كروحي، فبكل صدق لم اجد

ما هو محطم أكثر منها حتى اشبهه روجي البائسة به. أنا باختصار رجل ميت لكنني مازالت قادراً على التنفس، لكن لا اتنفس سوى الموت.

نصحتني كثير من الحمقى ممن أعرفهم ولا أعرفهم والذين يملؤون هذا العالم الظالم في كل اركانه بأن اتعالج من الاكتئاب، وانه لا بد ان هناك حل لهذا العذاب الذي أعيش فيه. لكن يا صديقي صدقتي لا تحاول يوماً ما ان تقنع الحمقى بأنهم حمقى؛ لأنهم ببساطة مجرد حمقى.

والآن بصفتي ذلك الرجل المكتئب الحزين للغاية والبالغ من العمر اربعين عاماً ونصف وأدعى أحمد، استمعت الى كلام احد هؤلاء الحمقى؛ لأنني انا الآخر صرت أحمقاً مثلهم، واجلس الان استمع الى محاضرة علمية يلقيها طالب دكتوراة لطيف، يبدو انه امريكي من لكنته. كانت المحاضرة عن علاقة الاكتئاب بالأحلام، وكيف تسبب الأحلام الاكتئاب.

سألخص لكم ما فهمته على نحو موجز وممل. ممل ليس لان المحاضرة كانت مملة، على العكس تماماً. سألخص لكم ما قاله على نحو ممل؛ لأنني أنا شخص ممل. كنت في السابق شخصاً ممتعاً ومرحاً على ما اعتقد، على الأقل هذا ما أخبرني به مراراً عمر وفاطمة.

صنف الشاب اللطيف النوم الى صنفين، الأول وهو ما يهمننا الآن، وهو النوم الذي نحلم خلاله بتلك الأحلام التي تشبه تماماً الحياة الواقعية. وقال الشاب كما فهمت ان هناك علاقة بين الاكتئاب وهذا النوع من النوم، وانه اذا قمنا بتقليل نسبة هذا النوع من النوم سنقضي بنسبة كبيرة على الاكتئاب، هذا ما تقوله الأبحاث على كل حال، او هذا ما فهمه عقلي

المنهك من المحاضرة. ثم مسك الشاب قبعة الكترونية لعينة من تصميمه تلبس حول الرأس لتساعد في إتمام هذه المهمة البائسة.

قاربت المحاضرة على الانتهاء وأنا لا افكر الا في شيء واحد فقط، ان ذلك الشاب اللطيف قد يستطيع بواسطة قبعته اللعينة تلك التي يحملها بين يديه ان يخلصني من اكتئابي وفي المقابل سينهي تماماً على احلامي. اقصد هنا أحلام النوم بالتأكد لا أحلام الحياة فميت مثلي لم يعد يريد شيئاً من ذلك الكوكب اللعين.

انتهت المحاضرة ووقف المسؤول عن تنظيمها ليسأل الحضور ان كان لدى احد أي أسئلة تتعلق بالمحاضرة. وقفت مكاني رافعاً كلتا يداي كما اعتدت دائماً طوال حياتي ان افعل، وطلبت ان اسأل سؤالاً واحداً. منحني المسؤول الاذن بالكلام فتكلمت قائلاً

- أيها الشاب الجميل كعمر، في البداية وقبل كل شيء أنا اكره قبعتك هذه من أعماق قلبي. أسف جداً ان كنت وقتاً بعض الشيء فأنا لم اعتد النفاق، لكنني فعلاً اكره قبعتك هذه. ليس لأنها قبعة سيئة المظهر، على الاطلاق يا سيدي تبدو قبعتك جميلة للغاية، لكنني اكره القبعات كلها وخصوصاً تلك القبعات التي تحيط الرأس كله كقبعتك هذه.

كما انه ان صح ما تقول فانت بذلك ستضعني في مأزق كبير لا طاقة لي به على الاطلاق مع عمر وفاطمة. ستجعلني أبداً خائناً وعاجزاً. اعرف انني خائن وعاجز على كل حال، لكنني أحياناً انسى انني خائن وعاجز. لكنك

بما تقول ستجعلني اشعر بالخيانة والعجز كل ثانية في حياتي. واذا سألتني أخون من؟ بالتأكد اخون عمر وفاطمة.

كما انه يا رجل اذا خلصتني من اكتئابي فلن يكون لدي أي دافع لهذه الحياة. نعم يا سيدي هذا الاكتئاب الذي تتحدث عنه هو دافعي الوحيد لعيش يوم آخر لعين في تلك الحياة البائسة بكل تفاصيلها المملة مثلها. لكنني أيضاً من أعماقي التي لا قاع لها لا أريد ان اموت.

اعلم انكم جميعاً تصفونني الآن بالتناقض والجنون، لكن بصراحة رأيكم لم يعد يهمني على الاطلاق. انا حقاً لا أريد ان أموت، انا فقط أريد ان أنام الى الأبد في السماء. أعلم انكم تسألون أنفسكم الآن ما الفرق إذاً بين الموت والنوم الى الأبد في السماء. الفرق كبير يا سادة! الفرق كبير للغاية! غبي مثلي لا يستطيع توضيحه على الاطلاق، انا فقط اريد أن انام الى الابد في السماء، حقاً هذا كل ما اريد.

بالأمس الذي هو بالأمس، منذ عدة ساعات فقط اعني وليس الامس مجازاً، كنت قد قررت ان انتحر، لكن لم تكن بي أي طاقة حتى لأنتحر. هل تتخيل ذلك أيها الشاب اللطيف؟ مكتئباً لدرجة منعتني من القيام من سريري لأزهق تلك الروح المحطمة. عذراً على الاطالة أيها السادة اعلم ان وقتكم ثمين للغاية لكنني سأنهى سؤالي في الحال. قررت إذاً ان أوجل انتحاري لليوم بدلاً من الأمس.

لكنني عندما استيقظت اليوم وُلد بداخلي ذلك الدافع الغريب لخوض يوم بائس آخر في ذلك العالم، يوم واحد فقط بكل تأكيد. أزلت فكرة انتحار

اليوم من عقلي تماماً واجلتها فقط ليوم آخر، هل تعلم لماذا أيها الشاب اللطيف؟ لأنني شعرت بالخيانة مرة أخرى، وإذا سألتني أخون من هذه المرة؟ بالتأكيد اخون عُمر وفاطمة.

عُمر وفاطمة طفلاي اللذين لم يتجاوزا الستة أعوام وجاءاني في الحلم بالأمس، نعم يا سيدي ذلك الحلم الذي تريد ان تسلبه مني لتعالج به اكتئابي. ذلك الحلم هو الشيء الوحيد الذي يدفعني للعيش يوم آخر!

عُمر وفاطمة جاءاني في الحلم بالأمس وكانا سعيدين جميلين للغاية. كانوا يجرون تجاهي ليحضنوني كعادتهم عندما اذهب لآخذهم من المدرسة. لكن هذه المرة لم يخرجوا من بوابة المدرسة كما اعتادا، بل كانوا يجرون تجاهي بعدما خرجوا من تحت أنقاض المدرسة، لا فرق كبير يا سادة! فهي نفس المدرسة على كل حال باختلاف طفيف لا يُذكر في حالتها، من يهتم حقا بتلك التفاصيل الصغيرة! المهم حقاً ان عُمر وفاطمة كانا جميلين وسعيدين للغاية.

لكنني اريد ان اسألكم جميعاً سؤالاً أيها السادة لا علاقة له بما اتحدث عنه، وعذراً هذه المرة على التطرق لشيء آخر. "هل احدكم هنا طبيب عيون؟ أو هل عيني سليمة أيها السادة؟ هل يرى احدكم أي خلل بها لا الاحظه؟" لأنني أراكم الان كلكم بوضوح، بوضوح شديد. أرى وجوهكم وعيونكم واذرعكم جيداً. لكنني في الحلم بالأمس عندما اقترب مني عُمر وكان ملطخ تماماً بمادة حمراء لا اعلم ماهيتها، ربما يكون سكب على نفسه عصير الفراولة الذي يجبه بجنون، عصير الفراولة الذي اعده له كل صباح قبل المدرسة. عندما اقترب مني عُمر لم أكن قادراً على رؤية ذراعيه كما ارى اذرعكم الآن.

اعتقد ان عيني بها خلل ما، فخالتها غير مستقرة على الاطلاق، أحياناً أرى بها جيداً كما اراكم جيداً الآن، وحياناً افقد فقط رؤية بعض تفاصيل الصورة كذراعي عُمر.

كانت فاطمة هي الأخرى ملطخة بعصير الفراولة رغم انها لا تحب الفراولة بل تعشق الحليب، يبدو ان عُمر كان يمزح معها كعادته، هؤلاء الاشقياء الصغار اطفالي اعرفهم جيداً.

عندما اقتربت مني فاطمة هي الأخرى لم أكن قادرا على رؤية عينها اليمنى، لا، اعتقد انها كانت اليسرى؟ لا لا انها اليمنى! اعذروني يا سادة فأنا سيء تماماً في تمييز الاتجاهات منذ ان كنت طفلاً أجري من هؤلاء الرجال ذو الملابس الخضراء المتشابهة والذين يرتدون فوق رؤوسهم قبعات معدنية لعينة تشبه الى حد ما قبعتك هذه أيها الشاب اللطيف. وكانوا يحملون في ايديهم أدوات حديدية معقدة تحدث أصواتاً عالية كتلك التي تصدرونها هنا في الاحتفالات، ويخرج من فوهتها كرات معدنية صغيرة سريعة للغاية، اخبرني والدي يوماً ما انها ان لمستني ستجعلني انام الى الابد، لكن ليس في سريري بل سأنام الى الابد في السماء.

كنت اعتقد ان ابي يمزح معي كعادته؛ فقد كان يحب المزاح كثيراً. أخبرني بذلك وبعدها بأيام لمستته احدى هذه الكرات الصغيرة وهو الآن ينام الى الأبد، في السماء بالتأكد. ابي لم يكذب ابداً فمنذ ان نام لم يستيقظ الى الآن. كان جميلاً كإخوتي وزوجتي وامي وجدي وعمي وخالتي الذين ينامون جميعاً الآن الى الابد في السماء. عُمر وفاطمة أيضاً ينامون معهم الى الأبد! لهذا لا

أريد أن أموت انا فقط اريد ان انام الى الابد. لا أريد ان أموت وحيداً، بل اريد ان انام الى الأبد مع كل هؤلاء وخصوصاً مع عُمر وفاطمة!

لكن ما يهم حقاً الآن ان عُمر وفاطمة كانا جميلين وسعيدين للغاية، لم أرى في حياتي أطفالاً في مثل هذا الجمال. اقتربا مني وكعادتهم احتضناني بقوة. لكنني لا أتذكر ان شعرت بذراعي عُمر تحيطني. فهل هناك يا سادة أي علاقة بين ما تراه العين ويحسه الجسد؟ ربما، من يدري؟ ربما جسدي عليل هو الآخر بعض الشيء. لكن عُمر كان يحضني بروحه، يحضني بعنف، بعنف كاد يخنقني واشعرتني كم انا خائن وعاجز.

وضع شفتاه يقبلني على خدي، شفتاه التي لا يوجد الا شيء واحد فقط أنعم منها في ذلك العالم. هل تعلمون ما هو؟ شفتا اخته فاطمة. فاطمة التي كانت تقبلني هي الأخرى على خدي الآخر.

وقبل أن استيقظ من حلمي الذي تريد ان تسلبه مني أيها الشاب اللطيف رحبا بي كعادتهم، رحبا بي بصوتهم المرح وكلماتهم الرقيقة الذي لا يزال صداها يتردد في روحي الى الآن. كلماتهم التي اشعرتني بالخيانة اذا انتحرت. كلماتهم التي تدفعني للمقاومة يوماً بعد آخر في ذلك العالم البائس اللعين. أيها الشاب اللطيف، عُمر وفاطمة بعدما احتضناني بجنون وقبلاني بعنف ابتسما لي ببراءتهم المعتادة وقالوا لي

"يا أبي، مرحباً!"


إهداء لكل الأطفال الفلسطينيين واللبنانيين الذين لقوا حتفهم خلال هذه الحرب التي طالما كانت ظالمة. وبالتأكيد هناك المئات والمئات من الأطفال البريئين الجميلين للغاية ممن اسمهم عُمر وفاطمة، ينامون الآن سعيدين الى الأبد في السماء!

Dream Deprivation: A Treatment for Depression?

Jonathan Giordano

More than half a century ago, the association between Rapid Eye Movement (REM) sleep and depression was first observed. Depriving individuals of REM sleep through physical awakenings appeared to reliably alleviate depressive symptoms in certain individuals. However, subsequent studies have questioned this therapeutic approach over the ensuing decades.

The relationship between REM sleep and depression remains unclear, with more questions raised than answers provided by empirical investigations. This presentation will examine the history REM deprivation as a treatment for depression and propose the development of an open-source tool to address unanswered inquiries in this domain



Hamilton Seminar Room (317)
Wednesday 15th May @ 2:00pm

كتبت هذه القصة اليوم التالي مباشرةً لمحاضرة صديقي جوني جوردانو، طالب الدكتوراة الأمريكي اللطيف الذي كان يحمل قبعة لعينة بين يديه بهذه القصة، كجزء من سلسلة المحاضرات التي يلقيها طلبة الدكتوراة بمعهد هاميلتون.