سلسلة خدمة الطّوارئ

صديقي في صراع مع ...

وفاة شخص عزيز

جوش ماكدويل

و

إد ستيوارت

كلمة شكر

نودّ أن نشكر الأشخاص التالية أسماؤُهم:

دايفد فِرغيوسُن، مدير «خدمات الحياة الحميمة» في أوستن بتكساس، إذ أسهم إسهامًا كبيرًا في هذه السّلسلة. ويظهر تأثيره ملموسًا في كلّ كتيّب منها، ولا سيّما بمبادئ رسالة «الحياة الحميمة». وقد جسَّد دايفد أمامنا نموذجًا في كيفيَّة كون المرء واسطة لعمل اللّٰه من خلاله على تعزية الآخرين ودعمهم وتشجيعهم.

دايفد بَلْس، مُساعد جوش منذ ثلاث وعشرين سنة، وقد عمل معنا جاهدًا في صياغة كلّ كتيّب من هذه السّلسلة، شكلاً ومضمونًا. إنَّ كلّ قصَّة خياليَّة في الكتيّبات الثمانية من «سلسلة خدمة الطَّوارئ» مقتبسة من المقطوعات السَمعيَّة الدراميَّة التي كتبها دايف شخصيًّا، عن «شبيبة في أزمة» ونحن نشكر اللّٰه حقًّا من أجل مواهب دايف والتزامه.

جُوِي بول، من دار النّشر «وورد» لم يقتنع فحسب بكامل هذا المشروع، بل أيضًا واظبَ على مناصرتِهِ في هذه الدَار.

جوش ماكدويل
إد ستيوارت

قصَّة «شادي»

«إنّها غلطَة مايك، وأنا أعرف ذلكَ!» هكذا قال «شادي روجرز» لنفسِه بصوتٍ عالٍ. وكان ظلام الليل قد بدأ يهبط فيما سار هذا الفتى المفتول العضَل، تلميذُ الصفِّ العاشر، سيرًا حثيثًا على جانب الطّريق السّريع المغبَّر، والغضب مستبدٌّ به. وقد كان شادي بين حينٍ وآخر يركل حصاةً، مُصرفًا غضبَه على أخيه الصّغير. «إنّه لم يتعدَّ السّابعة من عمرِه، ولكنَّ أمَّه تعامله كأنَّه مَلِك العالم. ربّما اصطحبَت إلى محَلِّ الفيديو هذا النقَّاقَ الصَّغير حتّى ينتقي لعبة فيديو أخرى. فلا عجَب إن كانت لم تأتِ إلى المدرسَة لأخذي إلى البيت.

كانت حقيبة كُتب شادي مُدلاَّة على كتِفِه وهو يسير متثاقلاً بمُحاذاة الطّريق السَّريع. وقد صارت المدرسة الثانويَّة إلى ورائه بنحو كيلومترٍ واحد، في حين ما يزال منزل «آل روجرز» يبعد عنه نحو خمسة كيلومترات.

فتمتمَ لنفسِه: «علمتُ أنَّ الخطَّة لن تنفع. كان ينبغي أن تكون أمّي في المدرسة قبل أكثر من نصف ساعة، هكذا كانت الخطَّة. قالت إنَّها ستأخذ سامي من المدينة بحيث تصل إلى المدرسة بعد انتهاء تمرين كرة السلَّة. علينا أن نتناول طعامَنا حوالَي الخامسة والنّصف. أمّا الآن، فلن يتّسعَ الوقت للأكل، وربَّما لا نصل إلى الكنيسة في الموعد. وإن لم نكن هناك، يذهب تجمُّع الشّبيبة إلى المباراة من دوننا. سيدفع مايك ثمنَ هذا».

كانت الطّريق الريفيَّة شبه مقفرة كالعادَة. ولكنَّ شادي سمع حسَّ سيّارةٍ تقترب من بعيدٍ خلفَه. ربّما كانت فانَ أمِّه، كما تصوَّر، ولكنَّه لن يلتفتَ إلى الوراء كأنّه ينتظر قدومَها. وفي الحقيقة أنَّ شادي قرَّر تجاهل الفان عند توقّف أمِّه لإصعادِه. وسيضطرّ مايك إلى الانتظار، مثلما اضطرَّه هو إلى جعلِه ينتظر في المدرسَة. إنّه سيبقى مُتابعًا مَشيَه. وسيفهمُ صديقُه سامي الذي كان برفقة أمِّه ومايك. فإنَّ لديه هو أيضًا أخًا صغيرًا نقّاقًا.

تباطأت سرعة الفان وراءَ شادي. ولكن لمّا توقّفت بقربِه، لم تكن فانَ أمِّه الخضراء الغامقة كما توقَّع. ومن طرف عينِه، عرف أنَّها شاحنة والده الصّغيرة. وما لبث والدُه أن ناداه من

شبّاك الشّاحنة المفتوح: «شادي!». وكان «صموئيل روجرز» مُشرفًا على العمّال في معمل التّعليب المحلّي، ومنذ منتصف الصّيف وهو يشتغل كلَّ يوم، ما بينَ عشر ساعات واثنتَي عشرة ساعة.

وإذ فوجئ شادي برؤيةِ والدِه، توقّف والتفت قائلاً: «الظّاهر أنّكَ غادرتَ المَعمل باكرًا اليوم...»

فقاطعه والدُه قائلاً: «شادي إركب بسرعة!»

وسمع شادي في صوت أبيه شيئًا لم يسمعه قطّ من قبل. لم يكن والدُه غاضبًا عليه، ولكنَّه لم يكن مسرورًا أيضًا. بدا أنَّه مُضطربٌ أو قلِق، وكأنّه متوتّر. ففكَّر: «ربَّما ذُعِرَت أمّي عندما لم تجدني في المدرسة، فطلبَت من أبي أن يبحثَ عنّي».

وإذ ركب شادي في الشّاحنة، بدأ يشرح ما جرى. ولكنَّ والدَه قاطعه، إذ وضعَ يدَه على كتفِه وقال: «شادي لقد وقعَ... حادث... سيّئ جدًّا». وكان يلقى صعوبة في إخراج الكلمات: «علينا أن نذهبَ إلى المستشفى حالاً!»

وسرَت في الحال رِعدَة صدمةٍ في أوصال شادي كلِّها. فأمسكَ بيد أبيه صارخًا: «الماما؟ مايك؟ هل هما بخير؟»

فبدأت ذقنُ صموئيل ترتجف واغرورقت عيناه: «الأمر سيّئٌ جدًّا يا بُنَي. لقد أخِذوا إلى المستشفى جميعُهم في سيّارة إسعاف: أمُّكَ ومايك وسامي أيضًا». ثمَّ تهدَّجَ صوتُه إذ قال: «لقد تخطَّت شاحنة كبيرة خطَّ الوسَط...»

فولولَ شادي ملاحظًا الأسى على وجه أبيه: «ليس أمّي ولا مايك ولا سامي» أنتَ مُخطئ. لقد تأخّروا فقط في المَجيء لأخذي!». والتفتَ ليرى من النّافذة الخلفيَّة إن كانتِ الفان آتية كما تمنّى. ولكنَّ الطّريق كانت وراءَهما مُقفرة.

«شادي، هذا أمر مروّع، ولكن علينا أن نتماسك حتّى نصلَ إلى المستشفى. أمُّك ومايك يحتاجان إلينا الآن، وسامي يحتاج إليكَ أيضًا».

فأخفى شادي وجهَه بيدَيه وقال: «أمرٌ غير معقول!» مُصارعًا مشاعرَه. ثمَّ فكَّر في أختِه الكبرى التي كانت في الجامعة بعيدًا، وسألَ: «هل عرفَت لينا بالأمر؟ هل اتّصلتَ بها؟»

«لقد جئتُ من العمَل مباشرةً يا بُنَي، حتى آخذَكَ، وسوف أتلفنُ للينا حالما نصلُ إلى المستشفى ونطمئنّ على حالة الماما ومايك».

فزعقَ شادي في ما يُشبه الهستيريا: «أسرع يا بابا.. أسرع!»

وحرَّكَ صموئيل ناقلَ الحركَة، وأدارَ الشّاحنة الصّغيرَة، وأسرعَ نحو المدينة. وإذ شعرَ شادي بقبضةِ أبيه القويَّة المُطَمئنة تُمسكُ بذراعِه من جديد، سمعَه يرفع صلاةً قصيرة بصوتٍ متهدّج: «عونَكَ، يا أبانا، عونَكَ لعائلتِنا، نحن بحاجةٍ إليك الآن».

وردَّدَ شادي في أعماقِهِ صدى صلاة: رجاءً يا ربّ.. ساعدنا!».

وعند الوصول إلى غرفة الطّوارئ، علِما أنَّ أخَ شادي ابنَ السّنوات السِتّ، مايك، ماتَ فورًا، عندما انحرفَت شاحنة المحاصيل وتجاوزَت خَطَّ الوسَط وصدَمَت فانَ «آل روجرز» مواجهةً. فراحَ شادي وصموئيل وآخرون من أفراد الأسرةِ يبكون معانقينَ بعضَهم بعضًا. وكانوا مُحاطين ببعض الجيران والأصدقاء الذين لفَّهم الحزن، وقد خفّوا إلى المستشفى بسرعةٍ حالَ سماعِهم النّبأ. وكذلك كان في الحلقةِ القسّيس (أونيل) من الكنيسة التي يحضرُ خدماتِها شادي وأهلُه.

وغصَّ صالون المستشفى الرّئيسيُّ أيضًا بالاصدقاء المحزونين. وقد ألغيَت رحلة شبيبة الكنيسة إلى مباراة كرة القدَم التي ستقام في المدرسَة الثانويَّة، حالما وصلَ إلى الكنيسة نبأ

الاصطدام المروِّع. وكانَ عددٌ من أصدقاء شادي وسامي في الصّالون، يؤاسي بعضُهم بعضًا ويصلّون لأجل العائلتَين المصابتَين. وكان معهم «داغ وجانّي شو» مُرشدا الشّبيبَة.

اختلجَت مشاعر شادي كثيرًا في السّاعة الأولى في المستشفى. فالصّدمة الصّاعقة لموت مايك أعقبَتها الحقيقة المؤلمة بكون أمِّه وصديقِه ما زالا يصارعان لأجلِ حياتِهما. وانتقلَت المجموعة من غرفة الطّوارئ إلى بهو غرفة العمليّات بانتظار الأخبار التي سينقلُها الجرّاحون. وكان عندَ وصول جديد للأقرباء إلى المستشفى يُثير موجة أخرى من الأحزان والدّموع. واحمرَّت عَينا شادي وتورَّمتا. وآلمَه صدرُه. ولم يكَد يقدر أن يمنعَ يدَيه من الارتجاف.

وإذ أحاطَ به الأقرباء، لم يلاحظ شادي أنَّ «داغ وجانّي شو» قد جاءَا أيضًا إلى بهو غرفة العمليَّات. وعندما تقدَّما إليه وعانقاه، انفجرَ باكيًا من جديد. ثمَّ وقفَ الثلاثة يبكون معًا بضع دقائق. وكانَ الزَّوجان «شو» اللّذان يديران محَلاً صغيرًا للطّباعة السّريعة في المدينة، متطوّعَين لخدمةِ شبيبة الكنيسة. فكان «داغ» يُديرُ معظم حلقات درس الكتاب المقدَّس. و«جانّي» تخطّطُ للنّشاطات، وقد أحبَّ «داغ» و«جانّي» أن يمازحا شادي على اعتبارِه ابنَهما بالتبنّي. ففضلاً عن عائلته،

لم يقدر أن يفكّرَ بشَخصَين غيرهما أحبَّهما أكثر منهما وكأنَّهما «أبوان آخران».

إصطحبَ الزَّوجان شادي إلى أريكةٍ صغيرةٍ في زاوية الصّالون. وناوله «داغ» قنّينة صغيرة من العصير البارد اشتراها له من آلة بيع في آخر القاعَة. فشكرَه شادي وشربَ شربةً طويلة، ثمَّ قال مُغالبًا دموعَه:

«لا أقدر أن أصدّقَ ما يحدثُ لي!»

فأجابه «داغ» بصوتٍ هدَّجته العاطفة: «أنا أعرف كم هذا مؤلم، يا شادي، ونحن في الحقيقة نتألّم معك»

وأردفَ «جانّي»: «إنّنا نحبُّكَ يا شادي، وكنّا نتمنّى لو لم تتعرَّض لهذه المعاناة. إنّنا متأسّفان على مايك».

فقال شادي مُنتحبًا: «لقد فقدتُ مايك، وأمّي وسامي مصابان إصابة بليغة. وأنا لا أستطيع السَّيطرَة على انفعالاتي».

فربَّتَ «داغ» على ذراعِ شادي قائلاً: «لا بأس بالبكاء! هيّا فرّغ ما بداخلك، نحن هنا لنبكي معك ومع عائلتِك».

وقالت «جانّي»: «أنا أعرف أنَّ اللّٰه يشعرُ بآلامِك أيضًا، يا شادي، ولو كان الرَبُّ يسوع هنا بجسدِه الآن لبَكى أيضًا».

وجلسَ شادي صامتًا لأكثر من دقيقة، ماسحًا من حينٍ لآخرَ دمعةً عن وجهِه. وبقيَ «داغ وجانّي» بصحبتِه ساكتَين، يطمئنانِه بلمساتِهما الرّقيقة. وفي الطَّرَف الآخر للقاعة، كان القسّيس «أونيل» وبعض الإخوة والأخوات من الكنيسة يعزّون «صموئيل روجرز» ويؤاسونه. وكانت عائلة سامي هناكَ أيضًا، يحتضنُهما الأحبّاء. وقد صلَّى الجميع حتّى لا يتفاقمَ الحزن على فقدان «مايك» بفقدان أمِّه مرغريت أو سامي صديق شادي، وقد كانا كلاهما ما يزالان تحت جراحةٍ طارئة.

أخيرًا، قال شادي هازًّا رأسَه ببطء: «كم أنا متأسّف على مايك، فقد ظننت أنّه سبب تأخير أمّي في إحضاري من المدرسَة».

فواساه «داغ» برفق: «أعرف أنَّ هذا مؤلم!»

وردَّ شادي منتحبًا: «لقد لمتُ أخي الصّغير على شيءٍ لم يفعله، فالغلطة لم تكن غلطتَه. لقد ماتَ مايك، ولم تُتَح لي فرصَة الاعتذار إليه عن غضبي عليه!»

فقالت «جانّي»: «يؤسفُنا كثيرًا يا شادي، أن تضطرَّ إلى التّعامل مع هذه المشاعر. سنبقى بجانبِك وأنتَ تجتاز هذه المِحنة».

وبعد بضع ثوانٍ من الصّمت، قال شادي: «لا يمكنُ أن تموتَ

الماما، لا يمكنُ أن تموت! إنّها أمّي... ونحن متلاحمان جدًّا، وأنا أحتاجُ إليها. ولينا أيضًا تحتاج إليها. لن يأخذ اللّه أمّي منّي. هل يأخذُها؟ وسامي... لماذا وجبَ أن يحدثَ هذا لأمّي؟ ولصديقي الأعزّ، وأخي الصّغير؟ لا أظنُّ بأنَّ اللّه أنصَفَني بهذا!».

فضغطَت «جانّي» بيدِها في رفقٍ على كتِف شادي من جديد وقالت بصوتٍ مرتعش: «أنا حزينة لأجلكَ جدًّا، فرؤيتُكَ وأنتَ تتألّم تجعلُني أتألّم».

وقال «داغ»: «أعرف أنَّ أفرادًا من العائلة يودّون أن يكونوا معك، ولكن نريد أن نصلّي لأجلكَ أوّلاً، فما قولُك؟»

فأومأَ شادي برأسِه إيماءَة موافقةٍ وديعة.

واقتربَ الثلاثة بعضهم من بعض، وأمسكوا بعضهم بأيدي بعض، فيما راحَ «داغ» يصلّي قائلاً: «أبانا السّماوي، نشكرُكَ على محبَّتِكَ لشادي وعِلمِكَ بألمِهِ العميق. شكرًا لكَ على وجودِكَ معنا الآن ومشاركتِكَ لنا بتعزياتِك من خلال الآخرين. إنّنا حزانى من أعماق القلب لفقدان مايك الصّغير. ونصلّي طالبين تدخّلَكَ الإلهيّ لأجل مارغريت وسامي تحت العمليَّة الجراحيَّة في هذه اللّحظَة. ضع يدَ عنايتِكَ وبركتَكَ على شادي وعائلتِه إذ يواجهون هذه الفاجعَة والمأساة، باسم ربِّنا يسوع

نصلّي.. آمين!».

ورفعَ شادي نظرَه فرأى أخا أمِّه الأكبَر وولدَيه المُراهقَين وقد وصلوا توًّا من بيتِهم الذي يبعد ساعتَين بالسيّارَة. فأوضحَ وهو يقفُ مع الزَّوجَين «شو»: «يجب أن أذهبَ لرؤيةِ خالي وابنَي خالي».

فقال «داغ»: «طبعًا، إذهب حالاً، وسنبقى هنا معكم، إيه؟»

«أقدّرُ هذا منكما. شكرًا»، ثمّ عانقَ كلاًّ منهما وذهبَ للانضمام إلى عائلتِه.

كان انتظار خروج الأطبّاء من غرفةِ العمليَّات عذابًا. وفي تلكَ الأثناء، إنقسمَ اهتمام «صموئيل روجرز» بين المهمَّة الحزينة المنوطة بترتيب نقل الحانوتيّ بجثمانِ صغيرِه الغضّ، والأمَل الضَّئيل بنجاة زوجته من الجروح الخطِرَة. واتّصَلَ شادي وصموئيل كلاهما هاتفيًّا بـ «لينا». فقالت أختُه الكبرى أنّها ستستقلُّ طائرة تنقلُها إلى البلَد في تلكَ الليلة. وقد أدهشَ شادي ما بدَت عليه عبرَ التّلفون من هدوءٍ بالغ.

ثمَّ عادا إلى قاعةٍ مليئةٍ بالأقرباء والأصدقاء المُحبّين، حيث كان الجميع ينتظرون. وكان بعضهم بين الحين والآخر يقولون

لشادي كلامًا يبدو أنّهم يهدفون به إلى مؤاساتِه: «لا بدَّ أنَّ اللّٰه يحتاج في السَّماء إلى أخيكَ الصّغير أكثر ممّا نحتاج إليه نحن.. على الأقلّ. لم يتعذّب مايك طويلاً.. يجب أن تكون شكورًا لأنَّ اللّٰه أبقاه معكم ستَّ سنواتٍ.. سيكون كلُّ شيء بخير». وقد علمَ شادي أنَّ المتكلّمين ذوو نيَّة حسَنَة. ولكنَّ بعض تعليقاتِهم لم تجعلْه يشعر بأيّ تحسُّن. فإذا به يجدُ نفسَه راجعًا من حينٍ لآخر إلى «داغ» و«جانّي» ليسمعَهما فقط يقولان: «نحن متأسّفان» و«نحن هنا لأجلِكَ».

خرج جرّاح سامي أوّلاً، فحبس شادي أنفاسه فيما شرع يشرح الوضع للأهل والأصدقاء. وقد سرت في أوصال شادي رِعدَةُ صدمةٍ هائلة وخوفٍ شديد، إذ سمع التّفاصيل الرّهيبة عن إصابات صديقه التي تهدّد حياتَه. فسيبقى سامي في وحدة العناية الفائقة بضعة أيّام، وهو موصول بأجهزة دعم الحياة وله فرصة خمسين بالمئة من النّجاة. ثمَّ انضمَّ شادي إلى «داغ» و«جانّي» للصّلاة لأجل والِدَي سامي.

ولمّا خرجَ الطّبيب الثاني، وهو جرّاح أعصاب، إلى بهو الانتظار بعد نحو ثلث ساعة، تمنّى شادي لو يهرب ويختبئ. فإن كان لا يسمع ما سيقوله الطّبيب، فربَّما تمكّنَ من إقناع نفسِه بأنّ أمَّه بخير، وبأنَّ كابوس المستشفى الذي جثمَ على صدره إنّما

يخصُّ مايك وسامي. إلاّ أنَّ صموئيل جذبَ شادي إلى جانبِه على الأريكة وطوَّقَ كتفيه بذراعٍ مؤازرة. ثمَّ وضعَ شادي يده على ذراع «داغ».

قعد الطّبيب على طاولة القهوة وبدأ يخاطب «صموئيل روجرز» قائلاً: «لقد انتهت جراحة زوجتِك، وما تزال على قيد الحياة. ولكن أخشى ألاّ تكون الاحتمالات إيجابيَّة. فقد أصيبت بارتجاجٍ شديد في الدّماغ عند الاصطدام. وبذلنا أقصى جهودنا لإنقاذها. غير أنَّها لا تتنفّس وحدَها، ويؤسفُني القول إنَّ نشاطَ دماغِها ضعيفٌ جدًّا».

«أتعني أنَّ الاما ميّتة دماغيًّا؟» كلماتٌ خرجت من شفتَي شادي من دون أن يتمكّن من ضبطِهما. وكان قد درسَ قليلاً عن وظيفة الدّماغ في حصَّة الصحَّة خلال فصل الرَّبيع. ويومذاك بدا التّعبير «ميّت دماغيًّا» معدوم الصّلة بحياتِه الشّخصيَّة كما لو كان الكلام بلغةٍ أعجميَّة. ولكنَّ هذا التّعبير الآن حقيقة ماثلة أمامَه.

فالتفتَ إليه الطّبيب وقال: «سنراقبُ حالة والدتِكَ عن كثب الليلة. بحيث تكون لنا فكرة أفضل عمّا سنواجهُه في الصّباح. لستُ مستعدًّا للقول إنّها ميّتة دماغيًّا، ولكن لا يبدو الوضع

جيّدًا. وقد فعلنا كلَّ ما نستطيعه على الصّعيد الطِبّي. ولكنّي أؤمن أيضًا بالصّلاة والمُعجزات. فالباقي هو على اللّه الطّبيب الأعظم».

أغمضَ شادي قَسرًا عَينَيه حتّى لا يرى العالمَ القاسي منقضًّا عليه. ولو لم يكن أبوه و«داغ» يُحيطان به في تلكَ اللّحظَة، لاندفعَ خارجًا من الغرفة.

وسألَ صموئيل الطّبيبَ بصوتٍ متهدّج: «متى يمكنُنا أن نراها؟»

فقالَ الطّبيب وهو يقف: «ينبغي أن يكونوا قد نقلوها إلى غرفة العناية الفائقة. إنَّها في غيبوبة شديدة. ولكنَّ سماع أصواتكم قد يكون معزّيًا لها. فيمكن لعددٍ قليلٍ منكم أن يدخل لمشاهدتِها».

وعلِمَ شادي أنَّ عليه الذّهاب لرؤية أمِّهِ. إلاّ أنّه تردَّد حيال الفكرَة. فقد عنى له عبور كلّ تلك الأبواب أنَّ أمَّه بالحقيقة في غرفة مستشفى، موصولة بآلاتِ الإحياء. وهو أبى أن يتقبَّلَ ذلك. حوادث مروّعة حصلَت في حياة أشخاص آخرين، لا في حياتِه هو! ثمَّ بَعد لحظات وجدَ شادي نفسَه ماشيًا مع «داغ شو» في ممرّ ضعيف الإنارَة نحو العناية الفائقة، وقد

تقدّمهُما صموئيل والقسّيس «أونيل». وأمّا «جانّي» فغادرَت المستشفى بعدما تطوَّعَت لإقلال لينا من المَطار وإحضارِها إلى المستشفى.

وما إن لمحَ شادي المريضَة على السّرير، حتى شعرَ بالرّاحة. فتلكَ ليسَت أمَّه. أو على الأقلّ، هي لا تشبه أمَّه. فوجه المرأة المتورّم كان لوحةً مرسومة بالأزرق الغامق والأرجوانيّ والقرمزيّ والأبيض الفاتح. وكانَ رأسُها ملفوفًا بضمائد ما بعد الجراحَة. وزاد وجهَها تشويهًا ذانِكَ الأنبوبان البارزان من فمِها وأنفِها. وكانت عيناها مغَطّاتَين بجفنَين متورّمَين لونهما على ازرقاقٍ أرجوانيٍّ غير العَينَين الخضراوَين المتألّقتَين اللتَين عرفهما شادي. واقتربَ شادي أكثر حتّى يثبّتَ الأمَل الضَّئيل الذي جعلَه يتوهَّم أنَّ تلكَ أمَّ شخصٍ آخر، وليست أمَّه هو.

غير أنَّ ردَّةَ فعل أبيه، نبَّهته إلى الحقيقة الصَّعبَة. فقد دسَّ الأب يدَه تحت يد زوجتِه المرتخيَة الشّاحبة فوق الملاءَة، وأخذ يكلّمُها برقَّة ومحبَّة. وبعد دقيقة جاءَ دور شادي، فتقدَّمَ إلى حافّة السّرير ليقف بقرب والدِه.

وإذ حدَّقَ شادي إلى الشّكل الهامِد، استطاع أخيرًا أن يرى بعضَ الشَّبَه. فخصلةٌ صغيرة من الشَّعر برزت من تحت

ضمادة الرّأس هي بلون شعر أمِّه. وشكل أذنِها وذقنِها ذات الغمّازَة كان مألوفًا لديه أيضًا. فأقرَّ في صمت: لا أريد أن تكونَ هذه أنتِ يا أمَّاه، ولكنَّها أنتِ فعلاً.

وفي تلكَ اللّحظة، لم يذرف شادي أيّة دموع. فإنَّ عاطفةً أخرى قويَّة كانت تتأجّج في داخله وهو يُحملقُ في ذلكَ الجسَد شبه الميّت. وأطبقَ حنكَه بإحكامٍ حتّى لا تخرجَ من فمِه الكلماتُ الغاضبة المفاجئة: يا الله، لماذا سمحتَ بأن يحدثَ هذا لأُمّي؟

إستراحة للتّفكير

وكما اختبر شادي، فمن المؤلم والصَّعب على نحوٍ لا يُصدَّق أن يتقبَّلَ المرءُ وفاةَ عزيزٍ أو صديقٍ حميم. ولعلَّكَ أنت قد اختبرتَ هذا الاختبار عينَه. فالموتُ مؤلم ومحزن فعلاً، سواءٌ كان المتوفّي أبًا أو أمًّا أو جدًّا أو جدَّة أصيبوا بسرطانٍ لا شفاء له، او صديقًا أو زميل دراسة قُتِلا في حادث سير، أو أخًا طفلاً أو أختًا طفلةً ينامان ولا يستيقظان أبدًا، أو أيّ عزيز آخر نفقدُه. ويبدو الموت على الخصوص مؤلمًا وصعبَ القبول عندما يكون مفاجئًا وغير متوقَّع، كالاصطدام الذي أودى بحياة

«مايك روجرز» أو نوبة قلبيَّة مُميتة، او فعل عنف وحشيّ.

وثمَّة أمران تجدرُ ملاحظتُهما من الجزء الأوَّل في قصَّة شادي، ويمكن أن يُعيناك فيما تواجه حزنَ فقدانِ عزيز.

أوّلاً، قد تختبر مشاعر شتّى عندما يُتوفّى شخصٌ قريب لك. فمثل شادي، قد تشعر بفرط الحزن والاكتئاب وانقطاع الأمَل والتخلِّي والخوف، بل الغضب أيضًا، من جرّاء ما جرى. وقد تبكي كما لم تبكِ في حياتِك قطّ. وقد تشعر بأنّك مُرهق ومُنهَك عاطفيًّا. وقد تغضب غضبًا شديدًا على الوضع، أو على الشّخص الذي ماتَ وتركك وحيدًا، أو على مَن تعتبره مسؤولاً عن الموت (فردًا أو جماعة)، أو حتّى على الله لسماحِه بحدوث الوفاة. فمن الهامّ أن تدرك أنَّ جميع هذه المشاعر طبيعيَّة وسويَّة. إذ هكذا خلقكَ الله. فإنَّ عواطفك صِمامُ أمانٍ فِطريّ يُعينُك على احتمال الألم الدّاخليّ العميق. وبطبيعة الحال، ثمّة طرق مُفيدَة وأخرى غير مفيدة للتّعبير عن هذه المشاعر.

ولقد كانت نصيحة «داغ» و«جانّي» البسيطة لـ«شادي» في بهو المستشفى قيّمة فعلاً. فقد شجّعاه على عدَم كبت عواطفه، بل على تصريف حزنِه. وقالا إنّهما حاضران هناك ليحزنا معه ويبكيا معه. وهذه الإجابة تعكس كلمات الربّ

يسوع في متّى ٤:٥ «طوبى للحزانى لأنّهم يتعزَّون»، فالحزن إنّما هو عمليَّة تصريف الألم خارجًا. وأنت تشارك الآخرين بألمِك ليتسنّى للآخرين مشاركتُك في حزنِك ويتألّموا لألمِك بحيث لا تكون وحدَك في الميدان. هذا هو الله لأجل مباركتِك والبدء بشفاء الجرح العميق الذي يصحب الخسارة الفاجعة.

فمن الجيّد والضّروري أن تختبرَ مختلف المشاعر التي تثور في هذا الظّرف.

ثانيًا، حاجتُك العُظمى في السَّاعات الأولى بعد وفاة صديقٍ أو عزيزٍ هي إلى تعزية الآخرين لك. لهذا السّبب أسرَعا «داغ» و«جانّي» إلى المستشفى ليَكونا مع شادي وأبيه. ففي وقت الحزن العميق، تأتينا التّعزية الكبرى حين يحزن الآخرون معنا. ومن الطرُق الرّئيسيَّة التي بها يمدُّنا الله بتعزيتِه استخدامُه أشخاصًا آخرين لهذه الغاية. فقد كتبَ الرّسول بولس أنّ الله «يعزّينا في كلِّ ضيقتِنا، حتّى نستطيع أن نعزّي الذين هم في كلّ ضيقةٍ بالتّعزية التي نتعزّى نحن بها من الله» (٢كورنثوس ٤:١).

تُرى، ما هي التّعزية؟ ربّما يساعدُنا أن نعرفَ أوّلاً ما ليس هو التّعزية. فالتّعزية ليست «كلام تشديد» يحثّنا على الصّمود

والتّماسُك والتّمالك، وليست التّعزية محاولة لتفسير أسباب حصول المصائب للنّاس، وليست هي باقة من الكلمات الإيجابيَّة عن سيطرة الله على كلِّ شيء، وعن أنَّ كلّ شيء بخير. ومع كون كلّ هذه الأمور جيّدةً ونافعة في أوانِها، فإنّها لا تسدُّ حاجتَنا الأساسيَّة إلى التّعزية.

فالنّاس يعزّونَنا أساسًا إذ بألمِنا ويحزنون معنا. وقد وضَّحَ الربُّ يسوع خدمة التّعزية عندما مات لِعازَر صديقه (يوحنّا ١١). فلمّا وصل إلى بيت أختَي لِعازَر، مريم ومَرثا، بكى معهما (عدد ٣٣-٣٥). ولا شكّ أنَّ استجابتَه هذه كانت بالغة الأهميَّة في ضوء ما فعله لاحقًا. إذ أقام لِعازَر حيًّا من بين الأموات (عدد ٣٨ - ٤٤).

لماذا لم يكتفِ المسيح بأن قال لمريم ومرثا الحزينتَين: «لا داعي للبُكاء يا عزيزتَيَّ، لأنَّه بعد دقائق يقوم لعازر حيًّا؟» لأنّهما في تلك اللّحظة كانتا محتاجتَين إلى مَن يشاركُهما في حزنِهما وألمِهما بسبب الفاجعَة. فقد لبَّى المسيح حاجة الأختَين إلى التّعزية بمشاركتِه لهما في حزنِهما وبكائهما. ومن ثمَّ أجرى المعجزة التي حوَّلت حزنهما فرحًا.

ونحن نتلقّى التّعزية حين نتأكّد أنّنا لا نعاني وحدَنا. وقد حثَّنا

الرّسول بولس قائلاً: «فرحًا مع الفرحين، وبكاءً مع الباكين» (رومية ١٢:١٥). وعندما تختبر الحزن، فقد يحاول النّاس تعزيتَك بتشديدك وحثِّكَ على أن تكون قويًّا، أو يلطّفون بتفسيراتِهم حدّة الحادثة المُفجعَة. هؤلاء النّاس بلا شكّ يعنيهم أمرُك ولديهم نيَّة حسنَة بما يقولونَه. غير أنّهم ربّما لا يعرفون معنى التّعزية. ولكنَّ المرجوَّ أن يكون في جوارِكَ شخص مثل «داغ» و«جانّي» يوفّر لكَ التّعزية التي تحتاج إليها. ولسوف تلمس عناية اللّه واهتمامَه بك إذ يحزن معك ذلك الشّخص ويتألَّم لآلامِك ويبكي معك. فالحقيقة أنَّ الزَّوجَين «داغ و جانّي» كليهما مثالٌ صالح على معنى التّعزية الحقيقيَّة في ظرفٍ مأساويٍّ وفاجع مُحزن.

ولكنَّ اجتيازَ اختبار فقدان عزيزٍ ينطوي على أكثر من هذا بكثير، كما سيتبيَّنُ لـ«شادي روجرز» لاحقًا.

تتمَّة قصَّة «شادي»

أقام شادي وأبوه فعلاً في المستشفى حتّى مطلع الأسبوع الجديد، إذ كانا يذهبان في وقتٍ متأخّرٍ من اللّيل إلى البيت فقط ويستحمّان ويبدّلان ثيابَهما. وكان أفراد العائلة والجيران والمؤمنون يقدّمون كلَّ مساعدَة ومُساندَة.

وقد تولّى الجيران الاعتناء بكَلبَي آل «روجرز» الكبيرَين في أثناء النّهار. كما أحضر الاصدقاءُ طعامًا وزهورًا إلى المستشفى. وزار المستشفى كثيرون فيما ظلَّ الأب وابنُه ساهرَين في وحدة العناية الفائقة. وقد قدَّرَ شادي كثيرًا زيارات «داغ وجانّي» المتكرّرَة.

ولم ينم «شادي» ليلتَي السّبت والأحد إلاّ سوَيعاتٍ متقطّعَة. وكان يستيقظ كلَّ صباحٍ باكرًا جدًّا، فيصلّي أن تكون أهوال مساء الجمعَة مجرّد حلمٍ مزعج. وكان يستلقي في السَّرير بضع دقائق حافلة بالقلق، متخيّلاً أنَّ أمَّه وأباه ومايك بانتظاره

لتناول الفطور معه في المطبخ. ولكن حين يجد أباه في المطبَخ وحدَه كلَّ صباح منحنيًا على فنجان قهوة باكيًا، كانت الحقيقة المرَّة تخيِّمُ عليه من جديد.

وصباح الأحَد، حضرَ صموئيل وشادي الخدمة الصّباحيَّة الباكرَة في الكنيسة قبل الانطلاق إلى المستشفى بالشّاحنة الصّغيرة. وبُعَيد وصولِهما، توفّيَ سامي صديقُ شادي الأعزّ. وغادرَ شادي جانبَ سرير أمِّه وقتًا قصيرًا حتّى يشارك أبوَي سامي في حزنِهما، مع «داغ وجانّي» وشبيبة الكنيسة الذين قصدوا المستشفى بعد اجتماع العبادة. وقد افتقد شادي سامي افتقادًا رهيبًا. كما أسرَّ إلى «داغ» بأنّه يشعر بشيءٍ من المسؤوليَّة عن موت سامي: «لو لم أتوسَّل إليه أن يرافقَني مساء الجمعَة، لما كان في الفان». وقد كان اعتناءُ «داغ» به وتفهُّمُه له نافعَين حقًّا.

وعصر يوم الأحَد، بمعاونة القسّيس «أونيل»، أخذ صموئيل وشادي يتحدّثان عن ترتيباتِ جنازة مايك. ولكنَّ صموئيل فضَّلَ تأجيل الجنازَة إلى أن يعطيَه الأطبّاء توقُّعاتٍ أوضَح بشأن حالة مرغريت. أمّا لينا أخت شادي الكبرى، فرفضَت أن تتحدّثَ عن الجنازَة. وقد لبثَت بضع ساعاتٍ في المستشفى يوم السّبت، لكنَّها لم تُبدِ إلاَّ عواطفَ قليلة. وفضَّلَت البقاء مع

صديقاتِها في البلدَة فيما بقي أخوها وأبوها وعكفا على الصّلاة لأجل مرغريت التي لم تظهر عليها أيّة علامات على التحسُّن، ولو ضئيلة.

وصباح الاثنَين، بعد مشاورة جرّاح الأعصاب، تقدَّمَ صموئيل إلى ابنِه في بهو وحدَةِ العناية الفائقة حيث كان قاعدًا مع «داغ» الذي عرَّجَ على المستشفى في طريقه إلى عملِه. وتفحَّصَ شادي وجهَ أبيه، فإذا عليه غمامة الحزن التي ما تزال تظلّل وجهَيهما منذ مساء الجمعة.

قعدَ الأب بجانب ابنِه وتكلَّمَ برقّةٍ وفي صوته مسحة حزن قويَّة. قال: «عندي خبر سيّئ جدًّا، يا شادي، لقد أخبرني الدّكتور «نورفال» لتوِّهِ أنَّ الماما لن تفيقَ من الغَيبوبة. وقد تشاور مع اختصاصيّي دماغ آخرين، وهم على رأيٍ واحد. لن تستفيق أبدًا، والمسألة مسألة وقت فقط.

وأخفضَ شادي رأسَه كابتًا عواطفَه، ثمَّ قال أخيرًا: «لا أعرف ماذا أقول يا بابا!»

فقال أبوه مؤكّدًا: «لا بأس يا بُنَي! سأبحث عن لينا وأنقل إليها ما أخبرَني به الطّبيب. ويمكنُنا جميعًا أن نتلاقى في وقتٍ لاحق قبل الظّهر».

وبعد مغادرة صموئيل، تحادث شادي مع «داغ» بضع دقائق، وتشاركا في فرصة صلاة قصيرة. ثمَّ مضى «داغ» إلى عملِه، واعدًا بالرّجوع حوالي الظّهر لرؤيتِهما.

وجدَ شادي نفسَه وحيدًا في غرفة العناية مع أمِّه. وحدَّقَ بضع دقائق إلى الشّكل الهامد على السّرير فيما آلة التَنفُّس تضخُّ بالحياة إليها نفَسًا نفَسًا. وكانت الرّضوض القاتمة الكبيرة على وجه أمِّه الشّاحب مَشوبة باصفرار رهيب، فبدَت تلكَ المرأة غريبة أكثر منها والدة شادي.

ومال شادي إلى أذُنِ أمِّه عن كثب، ثمَّ همسَ: «لا أريد لكِ أن تموتي، فأنا أفتقدُكِ منذ الآن». وإذ علمَ أنَّ أمَّه لن ترُدَّ عليه، أحنَى رأسَه مُصلّيًا: «يا رَبّ، أريد منك أن تجري معجزةً وتشفي أمّي. ولكن إن شئتَ أن لا تفعل ذلك، فقُل لي الآن. فلست أحتمِل رؤيَتَها على هذه الحال». وإذ شعر بالارهاق الشّديد، ارتمى على الكرسيّ ونام حالاً.

وفي وقتٍ متأخّرٍ مبكرٍ من عصر ذلكَ النّهار، دعَت العائلة القسّيس «أونيل» والأصدقاءَ الأقرَبين للاجتماع حول مرغريت والصَّلاة لأجلِها. أمّا شادي فلم يلبِّ الدَّعوة. ولبثَ خارجًا مع الآخرين، مُلازمًا «داغ شو»، وقال له: «لن يحدثَ ذلك، يا

«داغ»، ليس في نظري أنا».

«أعرف هذا. إنّه غير واقعيٍّ، مثل كابوس ليليٍّ رهيب»

«لا يمكن أن تموت أمّي الآن! لا يمكن أبدًا. ينبغي أن تكون حاضرةً عند تخرُّجي، وذهابي إلى الجامعَة. عندنا خُطَطٌ كثيرَة جدًّا. لا يمكن أن تموت أبدًا. هذا غير منصف!».

فقال «داغ» مؤاسيًا: «يؤسفني ألاّ تكون والدتُك حاضرة لتشاركك في ذلك، يا شادي. أيُّ شعور آخر راودَك؟

وقال شادي متردّدًا: «أشعر أحيانًا بالغضَب المَجنون. فهل هذا خطأ؟»

فربَّتَ «داغ» على كتِف الفتى قائلاً: «الغضب ردّة فِعل طبيعيَّة شائعة، فأطلعني على ذلك»

«أنا غضبان على السّائق الآخر لأنّه جعلَ شاحنتَه تنحرف وتعبر خَطَّ الوسَط. ولماذا ليس في البلدة طرقات أوسع؟ ربّما كانت أمّي استطاعت أن تتفادى الاصطدام بالشّاحنة». ثمَّ توقّف ليمسح دمعة صغيرة من عينَيه. وتابعَ: «وأنا مستاء من اللّه قليلاً لسماحِه بحدوث هذا. كان يقدر أن يمنعَ الشّاحنة من تخطّي الحَدّ، فلماذا لم يفعل؟ وكان ممكنًا أن تصدمَ

الشّاحنة سيّارة شخص آخر، شخص لا يكون عنده أيُّ أولاد».

فأومأَ «داغ» برأسه قائلاً: «صعبٌ أن نفهم لماذا حدث الأمر هكذا، أليس كذلك؟»

وبعد هُنيهة سأله: «أهنالك شيءٌ آخر بعد يدور في داخِلِكَ وتودُّ أن تتكلَّمَ عنه؟».

فأشاح شادي بنظرِه قليلاً، ثمَّ أجابَ بصوتٍ تمنّى ألاّ يسمعَه الآخرون: «أعتقد أنَّ ما حصلَ لِلماما ولِمايك قد يكون جزئيًّا بسبب غلطة منّي»

«غلطة منك، ماذا تقصد؟»

فدَلَّى «شادي» برأسِه قائلاً: «لم أكن مؤخّرًا أواظبُ على قراءَة الكتاب المقدَّس والصَّلاة. فلو كنت أصلِّي لأجل عائلتي كما ينبغي لي، لربَّما لم يحصل هذا الاصطدام لأمّي».

«يا شادي»، قال له «داغ»: «أنا آسف لانزعاجِكَ بفكرةٍ كهذه».

ثمَّ أردفَ «شادي»: «البارحة اعترفت للرَبِّ بهذا، وقد قلت له بأنّي سأكون أكثر أمانة وإطاعة له إن هو جعلَ الماما تعيش». في تلكَ اللّحظة، اندفعَ القسّيس «أونيل» وصموئيل عبر الباب إلى البَهو. فدفعَ شادي نظرَه، متلمّسًا الخبَر في وجهِ

أبيه، وأضاف: «ولكن أظنُّ أنَّ صلاتي كانت متأخّرَة جدًّا».

ثمَّ ذُرفَت دموعٌ قليلة إذ نقلَ صموئيل الخبَر إلى المُحتشدين في الغرفة: «مرغريت عند الرَبّ الآن، ومع مايك». وبينما عانق أفراد الأسرَة والأصدقاء الأحبّاء بعضهم بعضًا، ثمَّ غادروا المستشفى اثنين اثنين أو ثلاثة ثلاثة، بدَوا مُنفرجين وشاكرين لأنَّ معاناة مرغريت القصيرة انتهَت. ولكنَّ ابنَها ذا الخمسة عشر عامًا كان ما يزال في صراعٍ مع عاصفة من المشاعر المتضاربة.

وقبل مغادرة المستشفى، أخذَ «داغ» بشادي جانبًا لحظةً أخيرَة، وهمس في أذنِه والحنان يفيض من نظراتِه: «لا شيءَ من هذا بسببِ غلطةٍ منك، يا شادي، ولكن لا تقلق، سأكون حاضرًا لمعاونتِك على اجتياز المِحنة».

إستراحة للتّفكير

لم تكن قد مضت ثلاثة أيّام على الحادث المُفجِع الذي هَزَّ عالم شادي روجرز، ولكنَّه كان قد بدأ العمليَّة المعتادَة التي يجتازُها معظم النّاس بعد مثل هذه الحادثة الأليمَة. فإنَّ عمليَّة الحُزن التي قد تستمرّ بضعة أسابيع أو أشهر، تمرّ في خمس

مراحل ممكنة التّحديد. وليس من شخصَين يجتازان هذه العمليَّة بالطّريقة نفسِها تمامًا، كما أنَّ المراحل قد تتداخل وتتكرَّر. ولكنَّكَ على الأرجَح ستجد نفسَك متجاوبًا مع مأساتِكَ الشّخصيَّة بمثل الطّريقة التي تجاوب بها شادي مع مأساتِه.

من ردودِ الفِعل الأولى على الفاجعَة: **الإنكار،** فقد تجد نفسَكَ أحيانًا غير راغب في أن تصدّق مثل هذا الأمر الرّهيب يحدث لك. وقد أبدى «شادي» هذه الاستجابَة لمّا قاوم الدّخول إلى غرفة أمِّه بالمستشفى. فهو في البدءِ لم يُردْ رؤية أمِّه المُصابة، لأنَّ ذلك سيؤكّد له أنّ الحادثَ قد حصل فعلاً. وبعد ذلك حاول أن يقنع نفسَه بأنَّ الأمر كان حلمًا سيّئًا. إحدى الطُرُق التي بها سيُحاول عقلُك وعواطفُك تلَقّي صدمة الفاجعَة أن تقول: «غير مُمكن أبدًا! إنَّ هذا ليس حاصلاً معي».

أمّا المرحلة الثانية في مواجهة الفاجعَة فهي **الغضب**. فعند مصارعتِكَ السّؤال الحتميّ: «لماذا حدث هذا؟»، قد تجد نفسَكَ تستشيط غيظًا لأنَّ ليس من جواب منطقيّ عن هذا السّؤال. فأنت قد فقدتَ شخصًا عزيزًا جدًّا عليك، ويبدو ذلك غير مُنصف على نحوٍ رهيب. ومثل «شادي»، قد يتوجّه غضبُك في اتّجاهاتٍ مختلفة. فربَّما تغضب على سبب الحادث (السيّارَة، مصلحة صيانة الطّريق، السّرطان، النّوبة القلبيَّة، إلخ). وقد

تغضب على الشّخص الذي تعتبرُه مسؤولاً بصورة جزئيَّة على الأقلّ (السّائق الآخر، الطّبيب، مرتكب الجريمة، إلخ). والغريب كما يبدو أنَّكَ قد تغضب على الشّخص الذي مات (لماذا ذهبَ وتركَني؟) أو على اللّه لِسَماحِه بالحادث. وقد يكون غضبُكَ أيضًا موَجّهًا نحو نفسِك. إذ ترتاب في مسؤوليّتِكَ جزئيًّا عمّا حدَث. وقد اختبرَ «شادي» مستويات الغضَب هذه كلَّها.

والمرحلة الثالثة هي **مُساومَة** اللّه للحصول على الفرَج من ضغط الحادث المُرَوِّع وعواقبِه. فقد تجد نفسَكَ تحاول في السِرّ أن تعقد صفقة مع اللّه. مثلما فعل «شادي»، ناذِرًا أن تُغيِّرَ سلوكَك إن أرجعَ اللّه عزيزَكَ، أو بدّدَ حقيقة الفراق. وقد كان الدّافعَ في مناشدة «شادي» للّه هو شعورُه المُزيَّف بالذّنب لعدم كونه مؤمنًا أفضل. الأمر الذي خشيَ أن يكون من مُسبّبات المأساة بطريقةٍ ما. فإنّك قد تندفع إلى عقد صفقة مع اللّه لتغيير الظَّرف وللتّعويض عن التّقصيرات الملموسة معًا.

ومن مراحل الحزن حيال الفاجعَة، **الاكتئاب**، ويأتي حين يتأكّد لك أنَّ عزيزَك قد رحل فعلاً. إنَّه الشّعور بالحزن الغامر أو انقطاع الرّجاء حيال الخسارَة الفادحَة. وقد يترافق الاكتئاب مع الخوف والقلَق والتوتُّر أو الشّعور بعدَم الأمان حيال الاستمرار في الحياة بلا عزيزِك. والشّعور الحادّ بالوَحشَة وجهٌ آخر من أوجه الإكتئاب.

فإذ قعدَ شادي قرب أمِّه الفاقدَة الوَعي، عبَّرَ عن مَدى افتقادِه لها وخيبَة أملِه من عدَم وجودِها بقربِه في السّنين الآتية.

أخيرًا، يُتوَّجُ حزن الفاجعة بمرحلة **القبول**. فمع مرور الوقت، وتقلُّص مراحل الحزن الأخرى، ستتمكّن من قبول حقيقة خسارتِك وتبدأ في التّعامل معها بطريقةٍ بنّاءَة. ولكن رغم سيطرة هذه المرحلة، يمكن أن تُراودَكَ نوباتٌ من الإنكار والغضب والإكتئاب.ولكنَّ هذه ستكون في حدِّها الأدنى، مقارنة بالإحساس الأكثر إيجابيَّة لكون اللّه عاملاً في كلِّ شيء، لأجل الخير من جرَّاء اختبارِكَ الأليم (رومية ٨: ٢٨).

ويتّفقُ عموم المرشدين النفسيّين والقادَة المؤمنين على أنَّ من الطّبيعي والصِحّي اختبار مراحل الحزن الخمس في أعقاب فقدان العَزيز. وفي حالاتٍ عديدةٍ يستغرق إكمال المراحل بنجاح عدَّة أسابيع أو أشهر. وبعض المشاعر والأفكار التي تختبرها خلال هذه المدَّة قد تكون جديدة عليك أو أقوى ممّا شهدتَه قبلاً في حياتِك. وربَّما تتساءَل عن وجود خطأ ما لديك في تجاوبِك بهذه الطّرُق. إنّما لا خطأ! فأنت تجتاز استجابة عامَّة إزاءَ حدَثٍ أليم جدًّا في حياتِك.

لكنَّما الخطَر الحَقيقيّ الوَحيد وأنتَ تجتاز هذه المراحل هو

أن تسمح لنفسِك بالتّعبير عن مشاعرك بطرقٍ غير مناسبة أو غير سليمة. فمثلاً، لو أغرى «شادي» غضبُه بالإنتقام من سائق الشّاحنة، أو لو أغواه اكتئابُه بالإنتحار، لكان تجاوبُه مع حزنه سلكَ طريقة غير مناسبة ولا سليمة. فمن الحكمة ألاّ تتجاوب بتهوُّر مع أيّ من المشاعر القويَّة التي تخالجُكَ وأنت تجتاز مراحل الحزن بعد الفاجعَة.

وأحد حُلفائك الأفضَلين في التّعامل مع فقدان عزيز إنَّما هو الوقت. فالمثل القديم القائل: «الزَّمَن كفيل بشفاء الجراح» ينطوي على شيءٍ من الحَقّ. فتقبُّل حقيقة كون تخطِّيكَ لخسارتِكَ الكبرى يستغرق وقتًا غير قصير. إذ إنَّكَ بحاجة إلى الوقت الكافي للتخلُّص من المشاعر والأفكار المتشابكَة. وتحتاج إلى وقتٍ للتّعبير عن مشاعرك بصراحة لأصدقاء وقادة مؤمنين ناضجين عَطوفين. وإذ تمرُّ الأسابيع يتناقص حزنُك. وتعود حياتُك إلى إيقاعٍ طبيعيّ إلى حَدٍّ لا بأسَ به. فأعطِ الوقتَ فرصة كي يعمل لخيرِك، غير متوقّع أن يتبدَّد الألم والارتباك عاجلاً.

أمّا وقد رحلت أمُّه، بدأ «شادي» الآن مرحلةً جديدةً من دورة الحزن لديه. وممّا يدعو إلى شُكر الله أنَّه غير مُضطرّ إلى القيام برحلتِه وحيدًا.

تتمَّة قصَّة «شادي»

عُيِّنَت خدمة الجنازَة لـ«مرغريت ومايك روجرز» صباح يوم الجمعَة في الكنيسة. وبتشجيعٍ من والدِه، اختار «شادي» أن يبقى في البيت ذلكَ الأسبوع فلا يذهب إلى المدرسَة. وقد وفَّرَ له وقتًا للتّشارُك في الحزن مع والدِه و«لينا» وسائر الأقرباء الذين جاءَ كثيرون منهم من خارج الولاية.

وقد دُهِشَ «شادي» حيالَ الدَّعم العمَلي الذي قدَّمَه الأصدقاء والأقرباء أمثال «داغ وجانّي شو». وقد عبَّرَ لـ«داغ» عن تخوُّفِه من تأخُّرِه في واجباتِه المدرسيَّة خلال أسبوع غيابِه. وهكذا ذهب «داغ» إلى المدرسة وقابل معلّمي شادي وأحضرَ له الدّروسَ التي يمكنه إنجازُها في البيت. فإنّه لمسَ الحاجة ولبّاها حالاً. وقد وجدَ شادي عونًا في تحويل تركيزِه إلى فروضِه الدّراسيَّة نحو ساعتَين كلَّ يوم.

وقال القسّيس «أونيل» لصموئيل وشادي ولينا ألاّ يقلقوا من

جهة إعداد طعامِهم بأنفسِهم. ففي كلِّ مساء كانت إحدى عائلات الكنيسة تُحضرُ إلى المنزل بعضَ الطّعام، حتّى توافرَ أكلٌ كثير لآل «روجرز»، وخالُ شادي أيضًا وعائلتُه الذين مكثوا هناك ذلكَ الأسبوع.

وتطوَّعَت عائلات المؤمنين والأصدقاء لإيواء باقي الأقرباء الزّائرين. فكان هناكَ دائمًا من هو مستعدّ لتأديةِ المهامّ والمُساعدَة في الشؤون المنزليَّة. وقد عُنيَ «داغ وجانّي شو» عنايةً خاصَّة بأن يتمّ الإهتمام بشادي وعائلتِه بكلّ طريقة عمليَّة ممكنة.

وفضلاً عن المساعدَة والمُساندَة شعر شادي بكثير من الإمتنان للتّشجيع والتّعزية اللذَين وفَّرهما الآخرون له ولِعائلتِه. فكانت تصل إلى البيت كلَّ يوم باقاتٌ من الزّهور أو نبتاتٌ مزروعَة في أحواضٍ صغيرَة. وحملَ البريد عشرات البطاقات والرّسائل المليئَة بالكلمات الرّقيقة المعبّرَة عن الإهتمام والمحبَّة. كما هاتفَ كثيرون مُبدين تعاطفَهم وحبَّهم وسائلين عن حال العائلة. وقد لمسَ شادي خصوصًا بَرَكة مُميَّزَة بالبطاقة العملاقة التي بعثت بها إليه شبيبة الكنيسة، إذ كتَبَ فيها كلُّ شابٍّ وشابَّة كلمة ووقّعَها وذكرَ آية من آيات الكتاب المقدَّس.

ولكن رغم كلِّ الدَّعم والتَّعزيَة والتَّشجيع، كانت لـ«شادي» أوقاتُه الحَزينة جدًّا. فقد أسرَّ إلى «داغ» مساءَ الخميس: «قبلَ أن آوي إلى الفراش تقريبًا تثور عواطفي. فغالبًا ما كانت أمّي تأتي لتُدردشَ معي وتصَلّي قبلَ إطفاء النّور. وأنا أفتقد ذلكَ الآن بالذات». وكان شادي و«داغ» يشربان مزيجَ عصير في محَلٍّ بالجوار، بعدما دعاه «داغ» خارجًا للسّؤال عن أحوالِه. وقد أحسَّ شادي أنَّ الابتعاد عن المنزل قليلاً أمرٌ حسن الأثر.

وقال «داغ» مؤاسيًا: «يُحزنُني جدًّا أن تُحرَمَ هذه الزّيارات اللّيليَّة من قبَل والدتِكَ يا شادي».

فارتشفَ شادي مشروبَه وتابع: «يبدو أنّني أجتاز دورَة تلكَ المشاعر المختلفَة التي حدَّثتَني عنها. فغالبًا ما أكون إمّا مَحزونًا وإمّا مَجنونًا من فرط الغضَب. وفي كِلا الحالَين تثور عواطفي فعلاً.

وقال «داغ»: «لا بأس في هذا، يا شادي، إنّه جزء من دورة الحزن».

فقال شادي بعبسةٍ صغيرة: «ولكن بالي مشغول على لينا. فهي لم تبكِ مرَّةً واحدَة، ولا تريد أن تتكلَّمَ عمّا جرى لِلماما أو لِمايك. وهي تقضي معظمَ ساعات اليَوم مع صديقاتِها أو في

غرفتِها وحدَها. فهل هناكَ شيء يمكن أن أفعلَه لها؟»

أجابَ «داغ»: «يخطر في البال أمران: أوّلهما عَزِّها بقدر استطاعتِكَ. فكِّر في الأوقات المميَّزَة التي تمتَّعَت بها مع أمِّك و...»

فقاطعه شادي: «لقد بقيَت لينا وأمّي على اتّصالٍ بواسطة الكمبيوتر. وكانتا تتبادلان الرّسائل الإلكترونيَّة بضع مرّات أسبوعيًّا»

«حسنًا، قد يمكنُك أن تقول لها: «يؤسفُني، يا لينا، ألاّ تتمكَّني من الدّردشَة مع أمِّكِ بـ«الإيمايل» في ما بعد. أنا أعرف أنَّ هذا كان يعني لكِ الكثير»

«تمامًا مثلما عزَّيتَني عن افتقادي زيارات والدَتي اللّيليَّة».

فقالَ «داغ» طارفًا بعَينَيه قليلاً: «تمامًا! وإن فكَّرتَ في مجالات أخرى قد تكون فيها متألّمَة لفقدان أمِّكَ وأخيك. ففي وسعِك أن تقدِّمَ لها كلامَ عزاء يتعلَّق بتلك المجالات أيضًا».

وأبدى شادي الموافقة: «يمكنني أن أفعلَ هذا، لأنّي متأكّد أنّنا أنا ولينا في صراع مع بعض النّواحي عينها في ما يتعلَّق بالماما وبِمايك»

وقالَ «داغ»: «أمّا الأمر الثاني الذي يمكنُك أن تفعلَه فهو أن تصلّي لأجلِها. فاطلب إلى اللّه أن يساعدَها على تقبُّل التّعزيَة التي تحتاج إليها. لأجل ذلك صلَّينا أنا و«جانّي» وما نزال. ونحن نصَلّي لأجلك أيضًا، يا شادي، كلَّ يوم».

وحرّكَ شادي مشروبَه المُزبد بشاروقته، قائلاً بلطف: «يعني لي الكثير أنَّ تتفقَّداني، وشكرًا على البطاقة الجميلة التي بعثتما بها. لقد كنّا أنا وأبي مُتلاصقَين فعلاً هذا الأسبوع. ولكن عظيمٌ أن أراكما بقربي أنتما أيضًا».

فأومأ «داغ» برأسه قائلاً: «هذا هو معنى كون المؤمنين عائلة واحدة، أليس كذلك؟»

وابتسمَ شادي موافقًا.

وفي صباحِ الغَد، استيقظَ شادي خائفًا من الجنازة، متوقّعًا أن تكون حزينة وكئيبة ومُحبطة. لكنَّه كان مُخطئًا. فقد ذُرفَت دموع كثيرَة في قاعة الكنيسة، ولا سيَّما حيث جلس شادي مع عائلته. ولكنَّ القسّيس «أونيل» أجرى خدمة الجنازَة كما لو كانت حمدًا للّه على حياةِ أخيه وأمّه. كما أنَّ التّرانيمَ التي رنِّمَت والكلمات التي ألقيَت طمأنَت شادي إلى أنَّ اللّه صالح وكريم حين تحلُّ الفاجعَة. حتّى الكلمَة القصيرَة عند المقبرَة

انطوَت على رسالة تشجيع إذ ذكَّرَ القسّيس العائلة بالقيامَة المَجيدَة عند مَجيء المسيح ثانية.

وبعد خدمة الجنازَة والدَّفن، أقامَت الكنيسَة عشاءً من الحواضر في قاعة الشّركة لكلّ من يرغب في الحضور. ووجدَ شادي نفسَه مُحاطًا بالمُحبّين ساعتَين من الزَّمان. ولكن لمّا أخذ النّاس يغادرون، أحسَّ شيئًا من التوتُّر، فغدًا يكون معظم الزوّار من أقربائه قد رحلوا. ويوم الأحد تعود لينا في الطّائرَة إلى الجامعَة. وسوف يكون شادي وأبوه وحدَهما للمرَّة الأولى بعدَ دَفنِ والدتِه وأخيه الصَّغير. ولم يكن شادي واثقًا من جهة قدرتِه على مواجهة الوضع الجديد.

إستراحة للتَّفكير

لقد احتاج شادي إلى ما يتعدَّى تعزية عائلته وأصدقائه المُحبِّين كي يَقوى على خسارتِه الفادحَة. وهكذا حالُك أنت؟ فهنالك عنصران هامّان آخران يُرجى أن يتوافرا لك.

أوَّلاً، **تحتاج إلى دَعم الآخرين**. وما الفرق بين التّعزية والدَّعم؟ إنَّ النّاس يوفّرون لك التّعزية التي تُعوزُك عندما يشاركونَك في حزنِك عاطفيًّا. وهم يوفّرون الدَّعم الذي تحتاج إليه عندما

يساعدونك في أثناء هذا الوقت بطرق عمليَّة مفيدة. فإنَّ مهامّ الحياة اليوميَّة تستمرّ حتّى بعد حصول فاجعَة. ولكن قد تكون لديك قلَّة اهتمام أو طاقة لتأدية مثل هذه المَهامّ. لأنّك تتولَّى أمر عبءٍ عاطفيٍّ ثقيل. فأنت وأفراد عائلتِك الآخرون تحتاجون إلى مساعدة آنيَّة لإنجاز الأمور الواجبة. إنّكم تحتاجون إلى مساعدة أشخاص ملتزمين بإطاعة غلاطية ٢:٦ «إحملوا بعضكم أثقال بعض، وهكذا تمّموا ناموس (قانون) المسيح».

فكّر في الطّرُق التي بها تلقَّى شادي وعائلتُه الدّعم من قبَل الآخرين. فقد ساعد «داغ» في إحضار واجبات شادي المَدرسيَّة، وساعدَت عائلاتُ الكنيسة في توفير وجبات الطّعام، والقيام بالمَهامّ المعتادَة، وإيواء الأقرباء الزّائرين. بل إنَّ عددًا من النّاس أكبر أبدَوا دعمَهم بحضور خدمة الجنازة. وكلَّما دعَت الحاجة إلى شيء، كان هناك مَن هو مستعدّ للقيام بالمَطلوب. لقد وضعَ النّاس أنفسَهم في متناول آل «روجرز» فيما كانت طاقاتُهم منصبَّة على حزنِهم الرَّهيب.

وقد تُغويكَ تجربة تجاهل الدَّعم الذي يقدّمُه الغير، أو رفضه. كما قد تشعر بأنّك قادر على تولّي كلّ أمورك بنفسِك. أو ربَّما لا تريد للآخرين أن ينزعجوا بتأدية الأمور التي تقوم بها أنت

عادة لنفسِك. فقاوم هذه التّجربة. لقد ضمَّن اللّٰه غلاطية ٢:٦ في الكتاب المقدَّس لأنَّه يعلم أنّه ينبغي لنا في أحيانٍ كثيرة أن نعتمدَ على مساعدة الآخرين لنا. وهذا حينٌ من تلك الأحيان. فدَعِ الآخرين يؤدّوا عنكَ بعض أعمالِك، وكن شاكرًا لمساعدتِهم. إنَّ هذه طريقة من الطّرُق التي بها يدبّرُ اللّٰه تلبية احتياجاتك في هذا الظّرف الأليم.

وماذا يكون لو ألحَّت عليكَ حاجةٌ ما ولم يُعرّج عليك أحدٌ لعرض مساعدتِه؟ ما عليك إلاّ أن تطلبَ المساعدَة! فلا خطأ في أن تُطلِعَ على حاجتِكَ صديقًا تثق به، أو مرشدَ شبيبة، أو خادمَ الرَبِّ، وتطلب المساعدة. فمثلاً، لو لم يُفكّر «داغ» في إحضار دروس شادي، لكان شادي طلبَ منه أن يساعدَه بهذه الطّريقة. ففي معظم الحالات، يكون النّاس راغبين جدًّا في مساعدتِك، غير أنَّهم لا يعرفون ماذا ينبغي أن يفعلوا. وعليه، فلا تشعر بالحرَج من مساعدة النّاس على دعمِكَ في هذا الظّرف بأن تعرّفَهم ما تحتاج إليه.

ثانيًا، **تحتاج إلى تشجيع الآخرين لك**. أنتَ تتلقّى التّشجيع عندما يقوم أحدُهم بأمر مناسب لرفع معنويّاتِك. فقد شجَّعَ شادي اتّصالُ «داغ» به تكرارًا أو تعريجُه عليه للإطمئنان إلى حاله. وقد شجَّعَته الأزهار التي أرسلها كثيرون من المُحبّين.

وقد شجَّعَته كلُّ معانقةٍ من قريبٍ أو صديق. وشجَّعته البطاقة الكبيرة التي بعثت بها شبيبة الكنيسة، ولاسيَّما بما تضمَّنَته من تعليقاتٍ شخصيَّة وآياتٍ كتابيَّة دوَّنَها كلُّ فرد. ومثل هذه الأفعال التشجيعيَّة، رغم أنَّها ربَّما لا تبدو عمليَّةً كتأمين وجبات الطّعام أو تأدية المَهامّ اليَوميّة المُعتادَة، إنّما هي أمور ضروريَّة بالمِثل تمامًا.

ونقول مرَّةً أخرى: «إن كنتَ لا تتلقَّى التّشجيع الذي يُعوزُكَ، فاطلبه، فلا بأسَ في أن تقول لشَخصٍ يعنيه أمرُك: «أحتاج إلى عناق حَنان»، أو «أريد فقط أن تبقى برفقتي وقتًا قصيرًا». حيث أنّكَ، بعد خسارتِك، ستحتاج إلى بعض الوقت لتجتازَ مراحل الحزن. سيستمرُّ احتياجُك إلى العزاء والمُساندَة والتّشجيع، سوف لا يكون هذا الاحتياج بقدر ما كان عليه في البداية. ولا تفترض أنّك ستكون قادرًا على استئناف حياتِك المعتادَة مباشرةً بعد خدمة الجنازة. وكما اكتشف شادي في الشّهر الذي تَلى الخدمَة التّذكاريَّة، عليك أن تتيحَ لأصدقائكَ وعائلتِكَ مواصلة خدمة اهتمامِهِم بك بقدر ما أنتَ مُحتاج إليها.

تتمَّة قصَّة «شادي»

إصطحبَ «داغ» شادي عند السّاعة التّاسعة والنّصف من صباح يوم السَّبت. ولم يكونا قد ذهبا في نزهةٍ بالسيَّارة منذ وفاة والدة شادي وأخيه الصَّغير قبل أكثر من شهر. وكان «داغ» قد قضى الأسبوع الفائت كلَّه في حضور مؤتمر عمل. فكان الأمر الأوَّل الذي سأله وهما يبتعدان بالسيَّارة: «كيف حالك يا شادي؟».

وقد عرف شادي انَّه سيسأل، لأنَّه اعتاد ذلك من عادته، فأجاب: «لا بأس في أحوالي. ما زلتُ أفتقد الاما كثيرًا، وتمرُّ بي لحظات من التأثّر العاطفي، ولكنّني أعرف أنَّ هذا جزء من دورة الحزن. أنا مسرور جدًّا لأنَّك أخبرتني عن مراحل الحزن المختلفَة. ولو لم أعلم أنَّها جزء من العمليَّة، لاعتقدتُ أنَّ من الخطأ أن أشعر بالغضَب، أو أن أحاول مساومة الله أحيانًا.

وبعدما أخبر شادي «داغ» قليلاً بعدُ عن أحوال الأسبوع

الفائت، سأله «داغ»: «وما حال لينا؟ أهي بخير؟»

فأجابَ شادي: «من الصَّعب أن أعرف تمامًا، لأنَّها في جامعتِها بعيدًا. إنّها تهاتفُنا كلَّ أسبوع تقريبًا. ولكنَّها لا تأتي البتة على ذِكر أمّي أو مايك أو الحادث. وطالما صلَّيت لأجلِها. وقد حاولتُ تعزيتَها كما اقترحتَ عليَّ، ولكنّني أعتقد أنّها ما تزال تُعاني الصَّدمَة المُحزنة، ولا تُدري كيف تتصدّى لها».

فأومأ «داغ» برأسه موافقًا، وقال: «بعض النّاس يجتازون أوقاتًا عصيبة وهم يُعانون الأحزان بحيث يصعب أن يتقبَّلوا أيَّ عزاء. إنَّما تابعِ الصَّلاةَ من أجلِها والبحث عن طرُق لإشراكِها في التَّعزية. وسنفعل أنا و«جانّي» هذا أيضًا»

«شكرًا جزيلاً!».

وانعطف «داغ» إلى الطّريق السَّريع المؤدّي إلى الطّرقات الجبليَّة، ثمَّ سأل: «فيمَ وجدتَ العونَ الأكبَر وأنت تجتاز أوقاتَ الإنكار والغضَب والاكتئاب هذا الشَّهر؟»

ففكّر شادي هُنيهة وقال: «في شيئَين. الأوَّل هو الرّجاء. فأنا مُتيقّن فعلاً بأنّني سأقابل الاما ومايك وسامي ذات يوم في السَّماء. فمنذ صغري وأنا أسمع آيات الكتاب المقدَّس

المتعلّقة بالسَّماء والرَّجاء. ولكن في الأسابيع القليلة الأخيرة، أصبحَت هذه الحقيقة واقعًا ملموسًا بالنّسبة إليّ. حتّى إنّي لستُ أدري كيف يواجه النّاس الموتَ بغير رجاءِ الوجود مع المسيح ورؤية أحبّائهم من جديد.

أمّا الأمرُ الثاني فهو وجود أشخاص مثلِكَ معي. فإنَّ أصدقائي الأقرَبين في الكنيسة أدَّوا خدمة عظيمة في قضائهم وقتًا معي عند افتقادي لـ«سامي». وإن عبَّرتُ عن احتياجي إلى المحادثة، فبعضهم مستعدّون للاصغاء إليّ، مثلهم مثلك. وقد عمل هذا الواقع على توطيد أواصر الصّداقة والمودَّة بيننا جميعًا».

فعلَّق «داغ» مُطريًا: «ذلك ما يحدث عندما يعزّي الأصدقاء بعضهم بعضًا بالفعل كما يوصي الكتاب المقدَّس!»

«ووالدي أيضًا كان رائعًا. ففي بعض الأيّام يقعد معي ويسألني عن أفكاري. وفي أوقاتٍ أخرى لا نتكلَّم ولو كلامًا، بل إنّما نتعانق، وأحيانًا نبكي أيضًا. ولست أدري كيف، إنّما وجودُنا معًا وبُكاؤُنا يبدو أنّهما يخفّفان ألم فقدان الماما ومايك. فنحن الآن أقربُ واحدَنا من الآخر ممَّا كنّا قبلاً»

«هذا رائع يا شادي!»

«وهل تدري ماذا يجري؟ في بعض الأحيان أفكّرُ في أمّي ومايك وسامي، وأتمتَّعُ بالذّكريات الطيّبَة عنهم من دون أن يعترضَ الألم في السَّبيل. ما زلتُ أفتقدُهم كثيرًا، ولكنَّني أيضًا أشكر اللّه على الوقت الذي قضيتُه برفقة كلٍّ منهم. فأنا واثق بأنَّ الرَّجاء الذي يغمر قلبي وتعزية الآخرين لي، فضلاً عن الزَّمَن، لا بدَّ في الأخير أن تشفيَ أعمقَ جراحي».

فقال «داغ»: «يسعدُني أن أسمعَ هذا لسبَبين على الأقلّ، الأوَّل أنّني مسرور جدًّا بأن أرى كيف يساعدُك اللّه على اجتياز هذه الفترة الصَّعبَة. والثاني أريد أن أتكلَّم معك بشأن «مارتي كَلَر».

«مارتي كَلَر»؟ إنّه تلميذ السّنة الجامعيَّة الأولى الجديد في مجموعة شبيبتِنا، صَحيح؟»

قال «داغ»: «صحيح! وقد بدأ «مارتي» ووالداه يحضرون خدَمات كنيستِنا منذ نحو شهر».

فهزَّ شادي كتفَيه قائلاً: «بالحقيقة أنّني لم أتعرَّف به جيّدًا بعد»

قال «داغ»: «وأنا مثلك. إلاّ أنَّ القسّيس «أونيل» اتّصل هذا

الصّباح ليخبرَنا أنَّ جَدَّ «مارتي» توفّيَ أمس فجأةً بسكتةٍ دماغيَّة. وهو حزين جدًّا عليه، ولا سيَّما لأنَّه متعلّق بجَدَّيه».

فقال شادي: «آه لا! أعتقد أنَّ «مارتي» بحاجة الآن إلى بعض التَّعزية»

وأبدى «داغ» موافقتَه قائلاً: «ذلك ما فكَّرت فيه!» ثمَّ عاد إلى الصَّمت.

ولم يمضِ وقتٌ طويل حتّى فهم شادي الإشارة، فالتفتَ إلى «داغ» وقال مبتسمًا: «ربَّما كان ممكنًا أن نعرّجَ على بيت «مارتي» في طريقِنا الآن، بضع دقائق فقط. فلديَّ شيء من التّعزيَة أودُّ ان أشاركَه معه».

فردَّ «داغ» الابتسامَة قائلاً: «ما أشبهَ هذا بما نجدُه في رسالة كورنثوس الثانية الإصحاح الأوَّل، الآيتَين الثالثة والرّابعَة، حيث يذكر الرّسول بولس أنَّ تعزيتَنا للآخرين هي بالتّعزية التي عزّانا اللّه بها من خلال آخرين!»

وقال شادي: «تمامًا كما كنت أفكّر. فلننطلق في مَهمَّة تعزية تدعو إليها الحاجة!»

فقال «داغ»: «ها نحن في طريقنا إلى هناك». مُديرًا السيّارَة

نحو منزل آل «كَلَر».

إستراحة للتَّفكير

لقد مرَّ شادي روجرز في اختبار أليم جدًّا الشّهرَ الماضي. فإنَّ فقدانَه لوالدتِه وأخيه وصديقِه الأعزّ في غضون أيّام قليلة كان صدمةً عاطفيَّة مؤلمة. غير أنّه يجتاز المحنة بتماسُك. فهو يفرح برجاء رؤيتِهم ثانية في السَّماء. وقد بدأ يتمتَّع بالذّكريات الطيِّبَة بدون مشاعر عميقة بالألم. حتّى إنّه بدأ يتمكّن أيضًا من التّعاطف وإبداء التّعزية لشخصٍ آخر. ولئِن لم يكن قدِ انتهى من دورة الحزن بعد، فهو يُحرزُ تقدُّمًا ملموسًا.

قد يكون ألمُ خسارتِك عظيمًا جدًّا الآنَ بالذّات حتّى تتساءَل هل تعود إلى حياتِك المعتادَة أصلاً. فأبقِ هذه الأفكار الرّئيسيَّة في ذهنِك، فيما تتّكل على اللّٰه في اجتيازِك عبرَ هذا الإختبار المُحزن:

- **عبِّرْ عن حزنِك**. لقد صمَّم اللّٰه عواطفك بحيث تساعدُك على تصريف ألم خسارتِك، فلا تحبس مشاعر حزنِك في داخلك، بل صرِّفها خارجًا بحيث يستطيع قلبُك أن يبدأ بالتّعافي والشّفاء.

- **دَعِ الآخرين يُعَزّوكَ ويدعموكَ ويُشجّعوك.** إنَّ خطّة اللّه لشفائِكَ من الحزن تشتمل على استخدام أشخاص آخرين. دَع أفراد عائلتِك والأصدقاء المُحبّين يبكون معك ويعتنوا بك بطُرُقٍ عمليَّة.

- **أعطِ نفسَكَ وقتًا للحزن.** إنَّ اجتياز مراحل الحزن الفاجع، من إنكار وغضَب ومُساومة واكتئاب وقبول، قد يستغرق أسابيع أو أشهرًا. فكن على ثقةٍ بأنَّ الأمور ستتَحَسَّن فيما يمُرُّ الزَّمَن.

- **تمسَّك بالرَّجاء واثقًا بصلاح اللّه.** إن كان فقيدك العزيز مؤمنًا بالمسيح، فسوف تراه في السَّماء ثانية. وإن لم تكن متأكّدًا من جهة إيمان فقيدِك، فكن على ثقةٍ بأنَّ اللّه مُحِبّ وعادل وأنّه يفعل ما هو حقٌّ دائمًا.

- **دَعِ اللّهَ يستخدمك لتعزيةِ الآخرين ودَعمِهم وتشجيعِهم.** إنّ اختبارَك لِتلَقّي التّعزية من الآخرين قد جهّزَكَ تجهيزًا فريدًا لمساعدَة الآخرين في أحزانِهم. قد يستغرق الأمر وقتًا. ولكن ستُتاح لك فرصة تقديم التّعزية والدَّعم والتّشجيع إلى شخص فقدَ فردًا من أفراد عائلتِه أو صديقًا من أصدقائه.

LifeAgape International

حياة المحبّة