البلاد

صوت وصدى

إلى أين يمكن لصدى الأصوات أن يصل؟

صوت وصدى

هنـاك أصـوات لا تُسـمع، كبقـع ضـوء يفترسـها الـظلام الجامـح، تائهـة في غـرف المستشـفيات، وحبيسـة جـدران العزلـة، تنطـق بهـا عيـون يسـكنها الخـوف والـحيرة، وتنبـض في ابتسـامة تتحـدى الألم وتنـتصر، وتختبـئ في دمعـة تحمـل ذلـك الحـزن والوجـع، وتحتفـظ بحكايـات لا يسـتوعبها قلـب بشر.

أصـوات ضاعـت في دهاليـز عتمـة لا تنصـت إلا للـون سـطوتها، وخاضـت معاركهـا بصمـت، ثـم وجـدت طريقهـا إلى الحيـاة مـن جديـد. وأصـوات أخـرى لا تـزال تواصـل رحلتهـا، تحمـل في داخلهـا أملا بالانتصـار والتعـافي.

في «صـوت وصـدى»، نلتقـط تلـك الأصـوات المبـعثرة، ونلملمهـا مـن شـتات اللامـكان، ونغمرهـا بسـحر الصـدى، ونمنحهـا المسـاحة التـي تسـتحقها؛ لتـكسر دوامـة الصمـت، وتتجـاوز جـدران المستشـفيات إلى صفحـات الكتـاب، ومـن حكايـات شـخصية إلى صـدى يصـل إلى الجميـع.

«صـوت وصـدى» ليـس كتابـا عـن السرطـان وحـده، بـل كتـاب عـن الإنسـان حين يواجـه أصعـب اختباراتـه، وعـن القـوة التـي قـد يكتشـفها في داخلـه حين يظـن أنـه لم يعـد يملـك شـيئا، وعـن الأمـل الـذي قـد يولـد مـن أكثر اللحظـات قسـوة.. فخلـف كل قصـة اسـم، وخلـف كل اسـم إنسـان، وخلـف كل إنسـان رحلـة مـن الألم والمقاومـة والانتظـار والأمـل.

هذه أصواتهم التي وثقناها، وهذا صداها الذي نأمل أن يصل إلى كل من يقرأه.

البلاد

إصدار مؤسسة البلاد الإعلامية
النسخة الأولى - أكتوبـر 2026

الفهرس

نبيـــل تمـــام	4
نسيم عبداللطيف	10
أبـــــرار	16
ماريـــــا	22
فضيلة المدني	28
إيمـــان عـــلي	34
مريـــم جعفـــر	40
نـورة عبدالله	46
ديـــانا الشيـــخ	52
نـــوف القـــطان	58
حســـن أحمـد	64
عـلـــي فـــردان	70
دعـــاء البـــقالي	76
حسيـــن جهاد	82
عبدالله خليفة	90
بتول سيد شبر	96
فجر المنصوري	104
غديـــر عبدالعزيز	110
عبدالله الجميري	116
ألطاف محمـد	124
ابتســـام بـــدر	130
زهـــراء سلمان	136

رس

عفاف البلوشي 142

زينب العلوانـي 150

مريـم سعيــد الصيبعي 156

محمد الحايكي 162

زينـب نصيــف 170

أحــمد عبـاس 176

زينب النشيـط 182

نادية صديقي 188

زينب أبوديــب 196

سارة العصفور 204

فاطمـة عيسى 210

حمـود جاسـم 216

ليــلى البســام 226

أميرة الحسيني 232

ربــاب العلــوي 238

محمـد صلاح 224

محمــد رضـــا 250

رقيــة أشكناني 256

نور الزهراء حسين 262

زينـــب أكبـــر 268

عدنان الصيبعي 274

لانـــا أسامــة 280

"الماراثون الذي لم أختره..
رحلـة إلى المعـنى

نبيل تمام

حياتي قبل السرطان كانت أشبه بماراثون طويل لا يتوقف، أركض فيه من تحد إلى آخر، مدفوعا بطموح لا يعرف السكون، وبإصرار على التفوق العلمي والمهني وإثبات الذات. كان الحصول على شهادة الزمالة البريطانية في تخصص جراحة الأنف والأذن والحنجرة أحد أبرز تلك التحديات، وما رافقه من تدريب مكثف في مستشفيات لندن، ثم العودة إلى البحرين ومواصلة العمل في مجمع السلمانية الطبي بوزارة الصحة، في رحلة مهنية كنت أطمح فيها دائما إلى التطور والإنجاز.

ولم تكن المهنة وحدها تشغلني، فقد كانت القضايا الإنسانية حاضرة أيضا في حياتي. ومن التجارب التي بقيت عالقة في الذاكرة زيارتنا إلى غزة ضمن لجنة فلسطين التابعة لجمعية الأطباء البحرينية، إبان العدوان الإسرائيلي على غزة بالعامين 2008 و2009، أي قبل عام تقريبا من اكتشاف إصابتي بالسرطان.

في ذلك الوقت، كان كل تركيزي منصبا على أن أقطع شوطا أكبر في مسيرتي المهنية، وأن أحقق مزيدا من الإنجاز. كنت أظن أنني أواصل ماراثونا أعرف مساره ومحطاته، ولم أكن أعلم أن الحياة كانت تستعد لتغيير السباق كله، وأنني سأنتقل من سباق الإنجاز إلى معركة من نوع آخر، عنوانها البقاء والتعافي.

كان ذلك في يناير 2010، حين اكتشفت وجود ورم في البطن حيث أجريت لي الفحوصات الإشعاعية، إلى جانب أخذ عينات من الورم ومن نخاع العظم، وأظهرت النتائج أنني مصاب بسرطان الغدد اللمفاوية من نوع (نون هودجكين) (Non-Hodgkin's lymphoma).

كان التشخيص صادما بكل ما تحمله الكلمة من معنى، وفجأة جاء التشخيص ليكسر إيقاعا كنت أظن أن الحياة ستمضي عليه طويلا، ويجبرني على التوقف وإعادة النظر في معنى الحياة وأولوياتها، التي كنت أظن أنها تمضي في مسارها الذي رسمته لها. في الأيام الثلاثة الأولى، لم أذق طعم النوم تقريبا، كان التوتر والخوف والأسئلة المتلاحقة تلازمني، وكانت الفكرة الأكثر قسوة أن السرطان ظل، في الوعي العام آنذاك، مقترنا بالموت وكأنه نهاية محتومة.

وبعد ثلاثة أيام، بدأت أستعيد توازني شيئا فشيئا. انتقلت من الصدمة إلى القبول، ومن الخوف إلى تقبل قضاء الله وقدره، مستحضرا قوله تعالى: (قُل لَّن يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا)، ومن هناك اتخذت قراري، لن أتعامل مع السرطان مونه حكما بالموت، بل معركة سأخوضها بكل ما أملك من إيمان ومعرفة وإرادة. ولذلك أعلنت إصابتي لأهلي مباشرة، ثم شاركت الخبر مع أصدقائي عبر صفحتي في «فيسبوك». لم أرَ في إخفاء المرض قوة، بل وجدت القوة في مواجهته كما هو.

وكوني طبيبا، ساعدني ذلك على فهم ما يحدث، وعلى تحويل الخوف إلى وعي، والوعي إلى استعداد للمواجهة. وبدأت المعركة الحقيقية، لم يعد السؤال بالنسبة لي «لماذا أنا؟»، وإنما «كيف سأواجه؟». قررت أن أخوض الطريق إلى نهايته، وأن أواجه المرض بكل ما أملك من وعي، مؤمنا بأن الأمل ليس مجرد شعور عابر، بل موقف نتخذه، وإرادة نتمسك بها، وفعل نمضي به إلى الأمام. منذ اللحظة الأولى التي واجهت فيها خبر إصابتي، لم أكن وحدي في الطريق. كانت أم أولادي إلى جواري، تحمل معي ثقل الخبر.

أما ولداي (هشام وإرم)، فلم تكن أعمارهما الصغيرة تسمح لهما بأن يستوعبا حقيقة ما كنت أمر به، لكن وجودهما أمامي كان كافيا لأن أستجمع ما تبقى من قوتي. أتذكر والدي في تلك الأيام، يحيطان بي بالدعاء والآيات القرآنية. وكانت والدتي تحديدا تحمل ذلك الحنان الذي لا تعرفه إلا الأمهات. حرصت على أن أعزز الجانب الإيجابي في نفسي وفي نفوس من حولي، وأن أجعل المواجهة قائمة على الإيمان والثقة، لا على الخوف والاستسلام.

منذ لحظة التشخيص، كنت أمام أكثر من خيار، وكنت أتعامل معه كوني طبيبا، وفي الوقت نفسه بصفتي مريضا يريد أن يتخذ القرار الذي يمنحه أفضل فرصة للمواجهة. في البحرين، طرح أمامي في البداية خيار المراقبة والانتظار. أما الخيار الثاني فكان البدء بالعلاج الكيميائي. وكنت، بحكم عملي في المجال الطبي واطلاعي على طبيعة العلاجات، مدركا مسبقا لكثير من آثاره الجانبية ومضاعفاته المحتملة.

سافرت إلى الولايات المتحدة، حيث أعيدت الفحوصات، وأخذت عينات، وأجريت لي أشعة وإجراءات متعددة لتأكيد التشخيص وتحديد المسار العلاجي الأنسب. وكان الخيار هو البدء

بالعلاج الكيميائي. أما فرص الشفاء، فقد كانت تقديرات الأطباء في ذلك الوقت تقارب 80 %، وهي نسبة منحتني سببا حقيقيا للتمسك بالأمل، لكنها في الوقت نفسه لم تجعل الطريق سهلا.

كانت رحلة العلاج مليئة بالتوتر والخوف والحيطة والحذر، لكنها في الوقت نفسه كانت نقطة تحول حقيقية في حياتي. فالسرطان لم يكن مرضا أصاب جسدي فحسب، بل كان طفرة في مسار حياتي، أعاد تشكيل مفهومي للحياة، وغير طريقة تفكيري، وأعاد ترتيب أولوياتي، والأهم أنه أعادني إلى نفسي وإلى ما هو أكثر نبلا في الحياة. لكن الأصعب بالنسبة لي لم يكن الألم الجسدي وحده، وإنما الخوف من الانتكاس بعد كل جلسة علاج، وبعد كل ذلك التعب والصبر على الألم. وعلى المستوى النفسي، مررت بمراحل من التوتر والقلق، ووصل الأمر في بعض اللحظات الحرجة إلى الاكتئاب. لكنني كنت أحاول في كل مرة أن أستعيد توازني، وأن أتعامل مع كل مرحلة بصفتها خطوة في طريق التعافي، لا نهاية للطريق.

قبل إصابتي بالمرض، كنت أتعامل مع المرضى من موقع الطبيب، أستمع إليهم، وأفهم أعراضهم، وأحاول أن أقدم لهم ما أستطيع من علاج ورعاية. لكن عندما أصبحت أنا المريض، تغير شيء عميق في داخلي. بدأت أرى المريض لا بكونه حالة طبية أو تشخيصا، وإنما إنسان يحمل خوفه وألمه وأسئلته وانتظاره.

أما اجتماعيا، أردت أن تتحول النجاة إلى معنى يتجاوزني شخصيا، ولذلك ساهمت في تكوين فريق من الناجين من السرطان، وانطلقنا في الاحتفاء بيوم الناجين من السرطان كل عام، كان هدفنا أن نحتفي بالحياة، وأن نبعث برسالة إلى كل من يواجه المرض بأن السرطان ليس بالضرورة نهاية الحكاية. مررت بلحظات ضعف وخوف، فالقوة لا تعني أن الإنسان لا يخاف. كان إيماني بالله، وإيماني بالقضاء والقدر، أول ما أستند إليه في تلك اللحظات، ثم جاء الصبر والثقة بالنفس وتقوية العزيمة. كنت أحاول أن أتعامل مع كل مرحلة على حدة، وألا أسمح للخوف من المستقبل بأن يسرق مني قدرتي على مواجهة الحاضر.

وساعدتني مجموعة من الممارسات التي تبنيتها أثناء الرحلة، منها التأمل والتنفس العميق واليوغا والرياضة، إلى جانب الاهتمام بالتغذية والنوم، والقراءة والكتابة والخروج إلى الطبيعة. كما وجدت في الروحانيات مساحة واسعة للسكينة وإعادة التوازن. أحيانا لا يغير المرض جسد الإنسان فقط، بل يهز داخله، ويعيد ترتيب الأشياء في عينيه، ويجعله يرى الحياة من نافذة لم يكن يعرفها من قبل. السرطان لم يعدني إلى «نبيل» الذي كنت عليه، بل عرفني على «نبيل» الذي كان يمكن أن أصبحه، ولم أكن أعرفه من قبل. رسالتي إلى مريض السرطان هي: لا تجعل التشخيص يكتب عنك ما لم يكتبه الله لك. فالسرطان مرض، لكنه ليس حكما بالموت، وليس نهاية الحكاية. أعرف أن لحظة التشخيص قد تبدو كأن الأرض انسحبت من تحت قدميك، وأن كلمة واحدة يمكن أن تغير شكل الأيام في عينيك، عشت ذلك بنفسي. لكنني تعلمت أن الصدمة، مهما كانت قاسية، لا ينبغي أن تكون المحطة

الأخيرة. تقبل المرض لا يعني الاستسلام له، بل يعني أن تنظر إلى الحقيقة بشجاعة، ثم تبدأ المواجهة بالعلم والعلاج والصبر والإيمان والعزيمة. اسأل، وتعلم، وافهم مرضك، والتزم بخطة طبيبك، وكن شريكا حقيقيا في علاجك. لا تسمح للخوف أن يهزمك من الداخل قبل أن يبدأ جسدك رحلة العلاج. وتمسك بكل ما يمنحك القوة، بإيمانك، وبمن تحب، وبالأمل الذي قد يبدو صغيرا في البداية، لكنه قادر على أن يضيء طريقا طويلا.

أما رسالتي إلى أسر المرضى، فهي أن وجودكم ليس تفصيلا في رحلة العلاج، أحيانا يكون وجودكم جزءا من العلاج نفسه. لا تبحثوا دائما عن الكلمات التي تزيل الخوف، يكفي أحيانا أن تكونوا هناك، أن تمسكوا يد المريض، أن تصغوا إليه، وأن يشعر بأنه لا يخوض هذه الرحلة وحده. كونوا له مساحة أمان، لا مرآة تعكس خوفكم إليه، فالمريض يحتاج أن يستمد منكم القوة، بقدر ما تحتاجون أنتم إلى قوته. ورسالة المجتمع أن يغير نظرته إلى السرطان وإلى الناجين منه. لا تختصروا الإنسان في مرضه، ولا تجعلوا التشخيص عنوانا دائما لحياته .

المريض ليس إنسانا انتهت حياته عند باب التشخيص، والناجي ليس شخصا يعيش على هامش الحياة. يستطيع أن يعود إلى عمله، وأسرته، وأحلامه، وأن ينتج ويبدع ويعطي، وربما يصبح بعد تجربته أكثر قدرة على العطاء مما كان عليه قبلها. انظروا إلى الإنسان الذي يقاوم وراء المرض، لا إلى المرض الذي أصاب الإنسان. أما الرسالة التي أخرج بها من تجربتي، فهي ألا نؤجل الحياة. لا تنتظر انتهاء العلاج كي تفرح، ولا تنتظر زوال الخوف كي تأمل، ولا تنتظر أن تضمن الغد كي تعيش اليوم. لقد استغرقت رحلتي مع المرض والعلاج ثلاث سنوات.

واليوم، بعد ستة عشر عاما من النجاة، أستطيع أن أقول إنني لم أخرج من التجربة كما دخلتها، خرجت وأنا أعرف قيمة الوقت، وأعرف أن الصحة نعمة، وأن وجود من نحبهم حولنا ليس أمرا عابرا.

لذلك أقول لكل من تلقى تشخيصه اليوم: لا تنظر إلى الطريق كله، خذ يومك خطوة خطوة. لا تسأل: كيف سأعبر السنوات المقبلة، بل قل سأعبر هذا اليوم، ثم يأتي الغد فنواجهه غدا. ومنذ اللحظة التي يفتح فيها باب الأمل، تبدأ رحلة أخرى، رحلة لا يكون فيها الإنسان مجرد من يقاوم المرض، بل إنسان يعيد اكتشاف قيمة وجوده.

كنت أعرف أن العلاج ليس نزهة.. وسأدفع ثمنا جسديا ونفسيا

احتفـــوا بالحيـاة من اليـوم الأول

قـد يكـون المـرض قـد دخـل حياتـك دون موعــد، لكنــه لا يملــك أن يقــرر وحــده كيـف سـتنتهي قصتـك. اتـرك للنـور مكانـا، وتمسـك بالحيـاة، فربمـا يكـون هـذا اليـوم الصعـب هـو أول صفحـة في أجمـل فصـل لم تكتبـه بعـد.

نبيـل تمـام

"حين علمني السرطان معنى الحيـــــاة

نسيم عبداللطيف

كنت أعيش بسرعة كبيرة جدا. امرأة عندها أكثر من دور وأكثر من حلم في الوقت نفسه، أمّ، مدربة، سيدة أعمال، وصاحبة مشروعات وأفكار لا تنتهي. كنت دائما أفكر.. ما الخطوة المقبلة؟ ماذا سأحقق بعد؟ وما المشروع الجديد الذي سأبدأ به؟ كنت أحب الحياة فعلا، لكنني اليوم أدرك أنني في أحيان كثيرة كنت أركض داخلها أكثر مما كنت أعيشها.

كان لدي الكثير من الأحلام، وما زالت لدي، لكن الفرق أنني سابقا كنت أقيس الحياة بما أنجزته، أما اليوم فأصبحت أقيسها أيضا بما عشته وشعرت به. السرطان لم يجعلني أتوقف عن الطموح، لكنه علمني ألا أؤجل الحياة من أجل الطموح. كان صباح السابع من سبتمبر 2025 يوما عاديا جدا، لكنه أصبح فيما بعد التاريخ الذي قسم حياتي إلى ما قبل وما بعد. كنت أستحم عندما اكتشفت كتلة في الإبط الأيمن. أتذكر اللحظة بتفاصيلها، لم أصرخ، ولم أبك، ولم أظهر أي رد فعل. لمستها، وهززت رأسي وكأنني أقول لنفسي: «حسنا... فهمت»، ثم أكملت الاستحمام. لكن عندما انتهيت ووقفت أمام المرآة، حدث شيء مختلف تماما. نظرت إلى نفسي، وفجأة دخلت في نوبة بكاء قصيرة جدا، ربما استمرت دقيقة أو أقل. كانت دقيقة واحدة فقط، لكنها من أكثر دقائق حياتي رسوخا في ذاكرتي. احتضنت نفسي بقوة، ومسحت على شعري بحنان، وقلت لنفسي إنني قوية، وإنني قادرة على مواجهة أي تحد سيأتي.

لم أكن أعرف حينها أنني مصابة بالسرطان، لكنني شعرت أنني قد أكون أمام شيء كبير، وقررت منذ تلك اللحظة ألا أهرب منه. تواصلت مباشرة لأخذ موعد مع د. رائد المرزوق، وبدأت سلسلة الفحوصات. واليوم، عندما أستعيد تلك اللحظة، أعتقد أن أول درس علمني إياه السرطان بدأ قبل أن أعرف أنني مصابة به.. الخوف لا يجب أن يمنعنا من معرفة الحقيقة. في 17 سبتمبر 2025 ظهرت النتيجة النهائية. عدت إلى الطبيب، وتعاملت معي بمنتهى المهنية والهدوء، وشرح لي أنني مصابة بسرطان ثدي «ثلاثي إيجابي»، وأن رحلة العلاج ستكون طويلة،

كنت أسمع تفاصيل رحلة طويلة تنتظرني، لكن بداخلي كان هناك صوت يقول: حسنا.. هذا هو التحدي الجديد، وسأخوضه. كنت شجاعة، ومستعدة للمواجهة، بل شعرت بشيء يشبه الحماس لخوض تحد جديد في حياتي، ليس لأنني كنت أجهل صعوبة السرطان أو أقلل منها، وإنما لأن هذه هي طريقتي في مواجهة الأزمات، فعندما يحدث شيء لا أستطيع تغييره، أنتقل سريعا إلى السؤال التالي: ماذا أستطيع أن أفعل الآن؟ وبالفعل، عندما بدأت العلاج عرفت أن الرحلة أصعب بكثير مما يمكن أن يتخيله الإنسان من الخارج. تعبت، وتألمت، وبكيت، وكانت هناك أيام ثقيلة جدا. القوة لم تكن تعني أنني لم أتعب، بل أنني في كل مرة كنت أتعب فيها كنت أعود وأكمل.

ومع مرور الوقت تحولت تجربتي الشخصية إلى رسالة. بدأت أشارك ما أتعلمه وما أمر به، ليس لأقدم صورة وردية عن السرطان، وإنما لأقول لكل امرأة بدأت رحلتها بعدي: السرطان رحلة متعبة وطويلة، نعم... لكنه ليس بالضرورة رحلة مخيفة، وبالتأكيد ليس نهاية الطريق. وهذه كانت رسالتي منذ البداية وما زالت حتى اليوم، أن ننشر الوعي بدل الخوف، وأن نمنح المصابة المعرفة بدل القصص المرعبة، والأمل بدل الشفقة.

لأنني اكتشفت أثناء رحلتي أن الأمل لا يعني أن نقول للمريض إن كل شيء سيكون سهلا، فالأمل الحقيقي أن نقول له: قد يكون الطريق صعبا.. ولكنك تستطيع أن تعبره. أول شعور اجتاحني عندما سمعت كلمة «سرطان» ليس الخوف من العلاج أو سقوط الشعر أو الألم.. لكنه الخوف من الموت. وفهمت لاحقا شيئا مهما جدا من واقع تخصصي أيضا، هناك فرق بين الحقيقة وبين الفكرة التي يصنعها، فالحقيقة كانت: لدي سرطان وهناك خطة علاج. أما الخوف فكان يريد أن يكتب نهاية القصة منذ الصفحة الأولى. كنت أرى الخوف في عيون من أحب حتى عندما يحاولون إخفاءه عني. وأحيانا كنت أنا التي أحاول أن أبدو قوية حتى لا أخيفهم، وهم يحاولون أن يبدوا أقوياء حتى لا يخيفوني.

لكنني اكتشفت أيضا أن الاتكاء لا يعني دائما أن يكون هناك شخص واحد يحمل كل شيء عنك. في مراحل مختلفة من الرحلة كنت أجد القوة في أسرتي، وفي أبنائي، وفي الأشخاص الذين أحبوني بطريقة طبيعية دون أن يحولوني إلى «مريضة». رحلتي مع العلاج كانت طويلة ومتكاملة. بدأت بست جرعات من العلاج الكيميائي، ثم الجراحة باستئصال الثديين مع إعادة بناء فورية، وبعدها 15 جلسة إشعاع، إلى جانب العلاج الموجه، ثم العلاج الهرموني الذي ما زال مستمرا.

جسديا، كل مرحلة لها تحدياتها. الكيميائي له عالم كامل من الأعراض، التعب، الغثيان، تغير الطعم، اضطرابات الجهاز الهضمي، سقوط الشعر وغيرها. ثم تأتي الجراحة بتحديات مختلفة، وبعدها الإشعاع، ثم تبدأ مرحلة أخرى لا يتحدث عنها الناس كثيرا وهي التعافي بعد انتهاء العلاج الأساسي. الجسد يتلقى العلاج، لكن العقل أيضا يعيش حالة تأهب مستمرة: نتيجة تحليل، موعد فحص، عرض جديد، ألم غريب.. وكل شيء يمكن أن يفتح باب الخوف من جديد.

ولهـذا أصبحـت مقتنعـة أن علاج السرطـان يجـب ألا يهتـم بالـورم فقـط، بـل بالإنسـان كاملا. كانـت هنـاك لحظـات كـثيرة صعبـة، لكـن ربمـا مـن أكثرهـا رسـوخا في ذاكـرتي اللحظـات التـي شـعرت فيهـا بـأن جسـدي الـذي أعرفـه لم يعـد قـادرا على فعـل الأشـياء التـي كنـت أعتبرهـا بديهيـة.

أنـا امـرأة اعتـادت العمـل والحركـة والمشروعـات والمسـؤوليات، وفجـأة أصبحـت أحتـاج أن أحسـب طاقتـي لأبسـط الأشـياء. لكننـي اكتشـفت لاحقـا أن الإنسـان لديـه قـدرة مذهلـة على التكيـف مـع مـا كان يعتقـد يومـا أنـه لـن يسـتطيع تحملـه. الخـوف والبـكاء لا ينتقصـان مـن مريـض السرطـان إحـدى الأفـكار التـي أريـد تصحيحهـا هـي أننـا نصنـع مـن مريـض السرطـان أحيانـا شـخصية خارقـة، محاربـة، قويـة، بطلـة.. ثـم يشـعر المريـض وكأنـه ممنـوع عليـه أن يخـاف أو يـبكي. أنـا كنـت قويـة، نعـم، لكننـي أيضـا خفـت، بكيـت، تعبـت، انهـرت أحيانـا، وقلـت: «خلاص، تعبـت». القـوة بالنسـبة لي لم تعـد تعنـي ألا أسـقط. أحيانـا كنـت أتجـاوز اليـوم فقـط، وليـس الشـهر المقبـل ولا نهايـة العـلاج. كنـت أقـول لنـفسي: فلننتهـي مـن هـذا اليـوم أولا. وهـذه الطريقـة أنقذتنـي كـثيرا. شـعرت أن مـن حـولي لا يفهمـون حقيقـة مـا أمـر بـه خصوصـا عندمـا يبـدأ شـكلك الخارجـي بالتحسـن.

النـاس يرونـك تضحـك، تخـرج، تعمـل أو تـنشر صـورة جميلـة، فيعتقـدون أنـك أصبحـت بـخير تمامـا. لكـن هنـاك أشـياء لا تظهـر في الصـورة: الإرهـاق، تشـوش الذهـن، الخـوف، تـغير الجسـد، اضطـراب النـوم، الألم، الهبـات السـاخنة، والآثـار المتراكمـة للعلاجـات. وأحيانـا عبـارة مثـل «الحمـد للـه خلصتـي».. تقـال بحـب، لكنهـا لا تصـف الواقـع كاملا.

وهـذه تحديـدا واحـدة مـن القضايـا التـي أصبحـت مهتمـة جـدا بالحديـث عنهـا، وهـي أن مرحلـة مـا بعـد الـعلاج تحتـاج فـهما واحتـواء بقـدر مرحلـة الـعلاج نفسـها. المـرض يعمـل كأنـه «فـلتر» للعلاقـات. هنـاك أشـخاص يفاجئونـك بحضورهـم، وأشـخاص كنـت تتوقـع وجودهـم ثـم تكتشـف أنهـم لا يعرفـون كيـف يتعاملـون مـع المـرض أو الألم. وأنـا لا أحكـم عليهـم جميعـا بقسـوة، أحيانـا النـاس يبتعـدون لأنهـم خائفـون أو لا يعرفـون مـاذا يقولـون.

وفي المقابـل، هنـاك أشـخاص قـد لا يفعلـون شـيئا ضـخما، لكـن وجودهـم البسـيط يصبـح ثمينـا جـدا. بعـد التجربـة أصبحـت أقـل اهتمامـا بعـدد الأشـخاص حـولي، وأكثر اهتمامـا بنوعيـة العلاقـة.. هـل أسـتطيع أن أكـون على طبيعتـي معـك؟ هـل أسـتطيع أن أقـول «أنـا تعبانـة» دون أن أضطـر لأن أشرح أو أعتـذر؟ هـذه العلاقـات أصبحـت بالنسـبة لي أثمـن. سرطـان الثـدي يذهـب مبـاشرة إلى منطقـة مرتبطـة في ثقافتنـا بالأنوثـة والـجمال. فقـدت شـعري مـع الكيميـائي، ثـم خضعـت لاسـتئصال الثـديين وإعـادة البنـاء، وتـغير جسـدي أكثر مـن مـرة في أشـهر قليلـة. في البدايـة تنظريـن إلى المـرآة وتحـاولين التعـرف إلى المـرأة الموجـودة أمامـك. لكننـي وصلـت إلى قناعـة مختلفـة جـدا: أنـا لم أفقـد أنوثتـي عندمـا فقـدت شـعري، ولم تسـتأصل أنوثتـي عندمـا اسـتؤصل ثديـاي. اكتشـفت أننـي طـوال سـنوات ربمـا اختزلـت جـزءا مـن الأنوثـة، مثـل كـثير مـن النسـاء،

في تفاصيل الجسد دون أن أشعر. التجربة جعلتني أرى أن الأنوثة أوسع بكثير، في حضور المرأة، روحها، طاقتها، حنانها، ذكائها، ثقتها، وفي الطريقة التي تحمل بها نفسها في الحياة. لم أحتج إلى التصالح مع التغيرات بقدر ما تعلمت أن أفتخر بها. فقدان شعري، زيادة الوزن، احتباس السوائل، ضعف الأظافر وآثار العمليات.. أراها جميعا أوسمة شرف على جسد مقاتلة خاضت تجربة شرسة وعنيفة وعبرتها بقوة. السرطان أخذ مني أشياء كثيرة. أخذ جزءا من صحتي لفترة، وأخذ شعري، وأجزاء من جسدي، وشهورا طويلة من حياتي الطبيعية، وأخذ مني ذلك الشعور القديم بأن الغد مضمون. لكنه أعطاني شيئا لا أعتقد أنني كنت سأحصل عليه بالطريقة نفسها: الوعي بقيمة الحياة. جعلني أعرف نفسي بطريقة أعمق، وأعيد ترتيب علاقاتي وأولوياتي، وأفهم الألم الإنساني بصورة لم أكن أستطيع فهمها من الكتب أو الدراسة.

لكنني لا أحب عبارة «السرطان كان هدية». فالسرطان ليس هدية، ولم أكن بحاجة إلى السرطان حتى أتعلم. هو تجربة قاسية جدا حدثت لي، وبما أنها حدثت، اخترت ألا أخرج منها خالية اليدين. بعد التجربة أصبحت الأشياء العادية غير عادية. أن تستيقظي ولديك طاقة، أن تمشي، أن تستحمي دون أن تنهكي، أن تأكلي بطعم طبيعي، أن تجلسي مع أبنائك، أن تخططي لسفر بعد أشهر دون أن تفكري في جدول العلاج.. هذه نِعم لم أكن أفكر فيها سابقا. نحن ننتظر الأشياء الكبيرة حتى نشعر بأن الحياة جميلة.

أنا أحب نسيم القديمة أيضا. لكن هناك نسخة جديدة مني أكثر وعيا بحدودها، أكثر رحمة بنفسها، وأقل استعدادا لإضاعة عمرها في أشياء لا تستحق. وأقول عن نفسي اليوم: أنا نسيم جديدة.. لكنني لم أولد لأن السرطان هزمني، ولدت لأنني عرفت نفسي أكثر وأنا أعبره. في رحلة علاجي بدأت أكتب «سنعبر»، وهو كتاب ودليل إنساني وعملي للمصاب حديثا بالسرطان ولأسرته.

كتبته من المكان الذي كنت أقف فيه أنا شخصيا، من الأسئلة التي كنت أبحث عن إجاباتها، ومن الخوف الذي شعرت به، ومن التفاصيل الصغيرة التي لا يخبرك عنها أحد قبل أن تدخل التجربة. ولا أريد أن يكون «سنعبر» كتابا تجاريا. حلمي أن يصل مجانا إلى مرضى السرطان في البحرين، ثم بإذن الله إلى أكبر عدد ممكن في الخليج. إذا كان لابد أن أضع معنى لكل ما حدث، فأنا أريده أن يكون هكذا.. دخل السرطان حياتي كتجربة تخصني، لكنني أريده أن يخرج منها كمعرفة تنفع غيري.

في رحلة العلاج، لم أحاول أن أقدم نفسي بصفتي امرأة خارقة. شاركت تعبي وأعراضي وأيامي الصعبة كما شاركت انتصاراتي.. فالقوة لا تعني ألا نبكي أو نتعب أو نخاف، القوة أن نسمح لأنفسنا بكل ذلك ثم ننهض ونكمل.

القوة بالنسبة لي لم تعد تعني ألا أسقط.. بل أن أعرف ماذا أفعل حينها

لقد تعلمت من السرطان..

أن الحياة لا تحتاج منا أن نكون أقوياء كل دقيقة، بل تحتاج منا فقط ألا نتوقف عن العبور.

نسيم عبداللطيف

"من قبضة الساركوما إلى رحاب الحياة

أبـــــرار عـادل

كنـت طفلـة هادئـة جـدا، ولا تنطـق إلا عينـاي اللتـان تـرسمان ملامـح المـكان، وتراقبـان العـالم مـن حـولي بصمـت، وتنطقـان بدهشـة الطفولـة. علاقـاتي الاجتماعيـة محـدودة، لا أحـب العزلـة بقـدر مـا كنـت أعشـق هـدوء الحيـاة، فأمتلـك إحساسـا مرهفـا لا يتقبـل الضجيـج المنفلـت. لكـن القـدر كان يخبـئ لي طريقـا آخـر، وأسـلوب حيـاة مختلفـا لم أختره. وحين بلغـت الثامنـة مـن عمـري، بـدأ كل شيء يتـغير مـن حـولي، فوجـدت نـفسي مـجبرة على التعامـل مـع واقـع جديـد لم أطلبـه، لكنـه فـرض حضـوره عليّ بقـوة.

ذبلـت ابتسـامتي المكدسـة على شـفتي، وبـدت بنيتـي ضعيفـة. وفقـدت نشـاطي الـذي يميـز الأطفـال، وأصبـح هـدوئي، الـذي كان جـزءا مـن شـخصيتي، يحمـل هـذه المـرة ملامـح مختلفـة ومـثيرة للقلـق، كانـت واضحـة في عينـي اللـتين تشـبعتا بالانكسـار، وخفـتَ فيـهما بريـق الحيـاة. أقلـق هـذا التحـول والـديّ، لكنـهما لم يمتلـكا إجابـات تـفسر مـا يحـدث لطفلتـهما، ولا سـببا واضحـا يـفسر ذلـك التـغير المفاجـئ. اسـتمر تدفـق الـحيرة ليـملأ عينـي، مـع أسـئلة معلقـة بلا إجابـات واضحـة. لكـن مسـاحة الغمـوض لم تتسـع كـثيرا، حتـى ذلـك اليـوم الـذي تعرضـت فيـه لإصابـة في قدمـي اليمنـى. كان الأمـر عاديـا، مجـرد إصابـة لا أكثر، إذ كنـت ألعـب مـع إخـوتي، فأصيبـت قدمـي. لم تظهـر عليهـا أي آثـار كالكدمـات أو الجـروح، لكـن الألم أخـذ يـزداد. ذهبـت إلى النـوم، لكننـي اسـتيقظت بسـبب الألم الـذي كان يشـتد مـع حلـول المسـاء، ولم يهـدأ حتـى بعـد إعطـائي دواء مسـكنا للأطفـال.

وبعـد يـومين، وتحديـدا في 11 نوفـمبر 2013، وعنـد انتصـاف الليـل، أخذتنـي والـدتي إلى قسـم الطـوارئ في مستشـفى قـوة الدفـاع، بعـد أن لاحظـت وجـود انتفـاخ بسـيط. وعنـد وصولنـا إلى المستشـفى، طلـب الطبيـب إجـراء أشـعة لسـاقي للتأكـد مـن عـدم وجـود كسر، لكـن الصدمـة كانـت بانتظارنـا، إذ اكتشـف الأطبـاء بـوادر ورم عظمـي مـن نـوع السـاركوما.

شعرت أن أمي تخفي عني شيئا، وأن الأمر ليس مجرد كسر. غلبت الدموع أمي عندما سألها والدي وباقي أفراد الأسرة عما قاله الأطباء. حينها أخرجوني أنا وإخوتي من الغرفة، وبعدها أصبحت أسمع صوت بكاء أمي خلف الباب. لم أكن في عمر يسمح لي بأن أعرف ما هو السرطان، ولم يكن هذا الاسم يتردد في محيطي، لكنني أتذكر جيدا تلك الليلة، عندما كنت في المستشفى برفقة الألم الذي كان يشتد. كان أسوأ احتمال يمر في ذهني هو وجود كسر في الساق، لكن في الجانب الآخر، كانت ملامح وجه أمي تخفي خلفها ألما كبيرا وحيرة واضحة. ومع خضوعي لمختلف أنواع الأشعة والتحاليل، كان هناك شيء في داخلي يخبرني بأن المشكلة كبيرة، لكنني لم أكن أعلم ما هي. ولم أعرف أنه ورم خبيث إلا بعد سفري وأخذ الخزعة التي عانيت بسببها آلاما لم أعهدها من قبل.

وأتذكر يوم أخبر الأطباء والدي بنتيجة الخزعة، إذ كنت أتظاهر بالنوم، وسمعت المكالمة التي أبلغ فيها الطبيب والدتي بنتائج التحاليل. لم أكن أعي معنى كلمتي «خبيث» أو «سرطان»، لكنني شعرت بأنه أمر مخيف. وبعد أيام عدة، أخبرها الطبيب بأنه ورم، لكنه لم يحدد ما إذا كان خبيثا أم حميدا، إلا أن مجرد سماع كلمة «ورم» كان مرعبا جدا؛ لارتباطها في ذهنها بالسرطان. ومع ذلك، ظلت متمسكة بفكرة أنه ليس سرطانا، وأنه مجرد عارض عابر. لم تكن تريد أن تسمع كلمة «سرطان»، أو حتى أن تفكر فيها. لكن بعد أسبوعين، وجدت والدتي نفسها أمام الحقيقة التي هربت منها كثيرا، وخرجت من دائرة الاحتمالات، إذ أخبرها الطبيب بأن الورم خبيث. لم تكن الكلمات عابرة، فقد أحدثت هزة عنيفة في داخلها، وأطلقت طوفانا من القلق والخوف والرعب اجتاحها وهز كيانها. وطوال تلك المدة، كانت تتمنى أن يكون التشخيص خاطئا.

مرت هذه العبارات دون أن تثير انتباهي، لكن أمي ربما استوعبت معنى العلاج الكيميائي، أما استبدال العظام فكان شيئا صادما ومرعبا. إلا أن الطبيب التقط الرعب في عيني والدتي، فطمأنها بأن استبدال أو تبديل العظام في حالات الساركوما (سرطان العظام) يتم عادة عبر جراحة إنقاذ الأطراف، التي تهدف إلى إزالة الورم والحفاظ على وظيفة الطرف دون الحاجة إلى بتره، فهو خيار يحمي من البتر. لكن هذه الكلمات التطمينية كانت تحمل رعبا أكبر، فالبتر كلمة مخيفة جدا، ومجرد التفكير فيها يثير الفزع. وكنت أراقب الحوار بهدوء، كعادتي، ولاحظت أمي ذلك، فتماسكت وحبست خوفها وقلقها لتحافظ على هدوئي، ولا تثير رعبي. وبدأت رحلتي مع العلاج، وكنت أتوقع أن تستغرق فترة قصيرة ثم أعود إلى حياتي الطبيعية، لكن رحلة العلاج كانت طويلة، ولم تخل من التحديات والصعوبات. وكان أول هذه التحديات ظروف السفر إلى الخارج لتلقي العلاج، إذ كان قرار العائلة هو العلاج في الخارج، فسافرنا إلى المملكة الأردنية الهاشمية على نفقتنا الخاصة. واضطررت إلى السفر مع والدي. فابتعادي عن والدتي حرمني من أكبر داعم ومصدر للحنان والطمأنينة والاحتواء. فالسفر دون وجود الأم كان أشبه بالسفر نحو المجهول، فهي من كانت ترتب مشاعري، وتهندس قوتي وصبري، وتلهمني ألا أضعف.

أما التحدي الآخر الذي واجهته، فكان ترك مقاعد الدراسة وأنا الطفلة المتفوقة، فكان ذلك بمثابة

التخلي عن مستقبل رسمت ملامحه بأحلام وأمنيات لا حدود لها. لكن البقاء على قيد الحياة كان المستقبل الأهم، وأن أصل إلى مرحلة التعافي كان الحلم الأكبر والأمنية التي لا يفوقها حلم أو أمنية.

ففي يوم سفري اجتمع جميع أقاربي في منزلنا ليقدموا لي الدعم. لم أرغب في الرحيل وترك الجميع خلفي، فقد تركتهم وفي عيونهم دموع ودعوات. وشعرت أن هذه الرحلة ستكون نقطة تحول في حياتي وحياة إخوتي. أما الطريق إلى المطار، فلم يكن يشبه أي طريق سلكته من قبل. كنت أجلس وحدي في المقعد الخلفي، أحدق في الشوارع من نافذة السيارة، وكأنني أراها للمرة الأخيرة. ففي العادة كنت أنشغل باللعب أو الشجار مع إخوتي، أما في ذلك اليوم فكان كل شيء مختلفا. وبعد مرور أشهر، لم تتمكن الأسرة من مواصلة العلاج بسبب تراكم التكاليف والديون، فقاموا بتقديم مناشدة إلى سمو رئيس الوزراء الراحل الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة، رحمه الله، عبر إحدى الصحف المحلية. واستجاب سموه فورا لتلك المناشدة، وقدم لنا كامل الدعم طوال الفترة المتبقية من رحلة العلاج. وكان لهذا الموقف النبيل والأبوي من سموه أثر بالغ في نفسي، إذ منحني شعورا بالأمان والاحتواء، وساهم في ترميم ذاتي المشتتة. وظل حضوره المعنوي حاضرا في مختلف مراحل العلاج وتفاصيله، يمدني بالأمل والضوء في أجواء كانت تخنقها العتمة. فقد كان له الفضل الأول في دعمي في رحلة العلاج، وتقديم كل الدعم طوال هذه الرحلة.

عندما لم يحقق العلاج الكيميائي النتائج المرجوة، اجتمع بهم الطبيب وأخبرهم بضرورة بتر الطرف المصاب. وقد أحدثت تلك الكلمات زلزالا حقيقيا في داخلي، فما إن نطق بها الطبيب حتى اجتاحني رعب هائل، وشعرت بالضعف، وكأن حياتي قد توقفت. وبدأت أحدث نفسي: كيف سأستمر بعد هذه الخسارة العظيمة؟ وكنت أرى في وجه والدي حيرة لم أرها من قبل، خصوصا أن اتخاذ هذا القرار سيغير حياتي إلى الأبد. كانت أصعب لحظة في العلاج عندما أخبرني الطبيب بأن عملية البتر لابد منها. كانت والدتي تشاركني في سريري، وتأخذني في حضنها وتضمني إلى صدرها، وكأنها لن تراني بعد هذه الليلة. كانت تبكي بصمت، ولم ننم طوال تلك الليلة، لدرجة أن والدي كان يريد أن يطلب من الطبيب التوقف عن العملية.

دار في ذهني وقتها سؤال واحد: كيف سأركض؟ كيف سأمارس قفز الحبل؟ لكن الطبيب أخبرني أنني سأتمكن من امتلاك قدم صناعية. ولم يكن في ذهني أن القدم أو الطرف الصناعي سيكون مصنوعا من مواد أخرى. وتمت عملية البتر من أسفل الركبة، وخضعت لمزيد من الجرعات العلاجية، وبعد مرور فترة، تم تركيب طرف صناعي ليساعدني على ممارسة حياتي الطبيعية بشكل أفضل.

كانت تلك المرة الأولى التي أكره فيها المطار..

فكرة فقدان ساقي لم تكن أمرا سهلا، ولا أخفي أنني، بعد يومين من عملية البتر ورؤيتي قدمي بعد العملية، انهرت وأصبحت أبكي وأطلب من الطبيب إعادة قدمي. لكن الطبيب أخبرني أنه سيقوم بصنع قدم لي لأتمكن بواسطتها من القيام بكل شيء أريده. وفي اليوم التالي، أحضر لي شخصا بترت ساقه، وتحدى الإعاقة، وأصبح يتسلق الجبال ويمارس هواياته بشكل طبيعي، بل وحقق إنجازات عالمية. وكنت أرى فيهم الأمل، وأشعر أن السرطان مرض عادي له علاج، وأن الإصابة ما هي إلا فترة وستمر بإذن الله.

كما قام الأطباء بتحقيق أمنيتي وجعلوني طبيبة ليوم واحد، وفصلوا لي معطفا أبيض يحمل اسمي، وأعطوني سماعة خاصة بي. وقمت بجولة معهم لتفقد المرضى وتوزيع الهدايا على الأطفال، وشعرت حينها أن لدي حلما سأسعى إلى تحقيقه. فكانت هذه اللفتة الرائعة منهم حافزا كبيرا لي لتغيير نظرتي إلى نفسي حينها، فبعد أن كان حلمي أن أعود، أصبح حلمي أن أعود وأسعى وراء أحلامي بكل قوة. في تلك الأيام، التي عشت فيها عزلة عن العالم، عالم لا يتجاوز حدود جدران المستشفى الاسمنتية، كنت أحن إلى كل شيء: أسرتي، منزلي، وطني، حتى نكهة الطعام كانت مختلفة. كنت أحن إلى كل شيء، حتى ذلك السرير الذي أنام عليه. كان هناك الكثير من الأشياء التي افتقدتها واشتقت إليها.. كنت أحتاج إلى دفء الوطن وجمعة العائلة، حتى العيد كان مختلفا.. أصبحت شخصا آخر. وأكثر موقف وتفصيل أتذكره إلى الآن هو عندما توفيت جدتي (رحمها الله)، حينها هم والدي بجمع أمتعتنا ليذهب ويسافر لحضور العزاء، ولكنه استدار ونظر إلي.. لم أفهم تلك النظرة، ولم أفهم لماذا أعاد أغراضه وثيابه إلى مكانها، ولكن عندما أتذكر، أشعر أنه كان يقول في تلك النظرة: أين أذهب وأنا في منتصف الطريق والعلاج لم يكتمل؟

وعند عودتي من رحلة العلاج، بعد أيام معبأة بالخوف والقلق، وجدت أن الحياة تغيرت كثيرا، ودخلت عالما جديدا لم آلفه من قبل، وكأني قادمة من كوكب آخر. فأصبحت أتلمس ملامح الحياة الجديدة، وأتذوق هواءها، وكأنني أتنفس الحياة لأول مرة، وعيناي تجولان في كل ما يصل إليه مداي بانبهار. وبعد مرور تلك الأيام بثقلها، أيقنت أن الحياة لن تتوقف عند حدث معين، وأن عجلة الأيام تدور بسرعة، حتى الحي تغيرت فيه بعض الملامح، وعند عودتي إلى المدرسة، كنت أظن أنني أعود إلى صفي مع زميلاتي، ولكن عند ذهابي إلى المدرسة وجدت أن زميلاتي قد تجاوزنني، وأصبحت في صفوف متأخرة، فلم يكن هذا صفي، وكنت مع أشخاص يصغرونني في العمر. عدت إلى المنزل وأنا أبكي، وأخبرت والدي أنني لن أعود إلى المدرسة، وبقيت في المنزل أياما عدة. وبعد جهود كثيرة من أهلي ومن حولي، قررت العودة، وقلت في نفسي: «سأعود وأتعلم وأتفوق». وبالفعل عدت، وكنت أعاني من صعوبات، ولكن بجهود والدي ومعلماتي، وبعزيمتي، عدت طالبة متفوقة. فالشفاء فرصة أخرى لنحيا حياة لم نحياها من قبل، فأقبلت على الحياة بروح جديدة، أهوى التحدي، كانت تلك مبادرة «ابتسامة»، التي ما زالت نافذة جديدة لنا على الحياة، ومبادرة ثمارها ملموسة، فقد كانت تقدم الدعم لنا ولذوينا عبر مبادراتها الجميلة والمتنوعة، وتعزز الأمل والتفاؤل في نفوسنا، وتشاركنا أهم لحظات حياتنا عند النجاح والتفوق. كما كان للدعم غير المحدود من سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة أثر كبير في نفوسنا، فقد كانت استضافته لنا بعد التعافي من المرض حافزا كبيرا للاستمرار، خصوصا بعد أن أحاطنا بعباراته الأبوية التي زادت فينا الأمل.

من المرض إلى التعافي والانطلاق..

كان هـذا المشـهد هـو مشـهد آخـر مـرة خرجـت فيهـا مـن البـاب الزجاجـي للمستشـفى، وأنـا أرى الأشـخاص مـن حـولي يدخلـون ويخرجـون مـن البـاب نفسـه، فالدخـول مـن هـذا البـاب كان مـن أصعـب اللحظـات. كنـت أرغـب في أن أصافـح جميـع العابريـن مـن خلالـه، وأخبرهـم أن هـذه الأيـام سـتزول، وأن تلـك النوافـذ التـي كانـت تشـكل لنـا فسـحة سماويـة ننظـر مـن خلالهـا إلى العابريـن، ونحسـدهم لأنهـم لا يـرون مـا بداخـل هـذا المبنـى.. صرنـا نمـر مـن جانبهـا، وننظـر إليهـا، ونتذكـر الأشـخاص خلفهـا بدعـوة صادقـة، ونسـأل اللـه لهـم العافيـة.

أبـــرار عـادل

"طفولة اختبرها السرطان ولم يهزمها.. 3 مواجهات مع السرطان ولم تنكسر

ماريا علي

لم أكن أدرك من الحياة سوى مساحة الطفولة وتضاريسها، ولم أكن أتقن غير لغة السعادة والبراءة. فطفلة لم تتجاوز الرابعة من عمرها لا تفهم مفهوم الحزن، ولا تدرك ماهية الألم أو معنى عدم الاستقرار. كانت حدود عالمي تمتد من الروضة إلى المنزل، وإلى كل مساحة تغذي طفولتي. هكذا كانت حياتي، حياة كل طفلة في عمري، تجذبني قطعة حلوى، أو ألهو بدمية وأعتني بها، أو أبكي لأنني لم أحصل على قطعة بسكويت، وكان أقصى حزني غياب والديّ عني للحظات، فأفتش عنهما حتى أجدهما، وأجد فيهما الحياة والملاذ. كان ذلك الهدوء الصامت يخفي تحته ضجيجا لا يسمع، يندس في ضحكاتي وسكناتي، وحتى في بكائي البريء. لكنه لم يدم طويلا، فما إن بلغت الرابعة من عمري حتى بدأ والداي يلاحظان تغيرات طرأت عليّ. كنت كثيرة المرض، يجتاحني التعب بسبب أو من دون سبب، حتى جاء ذلك اليوم الذي ما يزال عالقا في ذاكرتي..

فقد ظهر تورم مفاجئ في اللوزتين من الخارج، فراجعت مع أسرتي المركز الصحي، كونه عارضا بسيطا. لكن الطبيب، بنظراته، أغرق والديّ في القلق والخوف. أما أنا، فكنت أمسك بيد والدتي، ولم ألتقط من ملامح الطبيب ما يثير الريبة، كطفلة تنظر إلى الحياة ببراءة. وبعد لحظات من الصمت، قال الطبيب: «يجب مراجعة مجمع السلمانية الطبي لاستكمال الفحوصات». هنا تنهدت والدتي وسألته: «ما بها ابنتي؟». فأجاب مطمئنا: «مجرد فحوصات لا أكثر».. لا شك أن إحساس الأم لا يخطئ، أما أنا، فكنت ما أزال غارقة في عالم طفولتي، أحاول الهروب من الألم والتخلص منه لأواصل حياتي المليئة بالبراءة.

توجهت الأسرة إلى مجمع السلمانية الطبي، وبعد سلسلة من الفحوصات وأخذ عينة، تبين أنني مصابة بسرطان الدم. ومنذ أن نطق الطبيب بهذه الكلمات، دب الخوف والذعر في قلب والديّ، وبدأ الضجيج المستتر يبعثر الهدوء ويظهر صوت المرض واضحا.

كانت فترة صعبة على عائلتي، وكان الجميع أسير ذهول الصدمة والحزن، لكن تسليمنا لله وإيماننا بأقداره كانا طوق النجاة من براثن الحزن المنفلت. يمثل العام 2016 بداية رحلتي مع السرطان، فبعد تحديد هويته، كانت الخطوة التالية هي العلاج، فيما كنت أحاول عبثا أن أستعيد طفولتي، لكن الألم كان يجتاحني ويقيدني. ودخلت في مرحلة العلاج بالكيميائي والأدوية حتى التعافي، لكنني لم ألتقط أنفاسي وأرمم طفولتي، حتى عاد المرض مرة أخرى في العام 2019. ولكن هذه المرة كان عمري ثماني سنوات، وأصبحت قادرة على إدراك الأمور والتعرف على المرض.

وقرر الأطباء إجراء زراعة نخاع في الأردن، خوفا من ألا يتقبل جسمي العلاج الكيميائي، لكن جسمي تقبل العلاج الكيميائي، فألغيت زراعة النخاع، وأكملوا علاجي بالكيميائي والأدوية. وكانت تلك فترة صعبة، خصوصا أنني بدأت أدرك وأفهم ما يحدث. فكلما تحسن وضعي الصحي قليلا، عاد المرض بقسوته أكثر، وهذا ترك أثرا كبيرا في نفسيتي ونفسية عائلتي، فلم أكن قادرة على أن أعيش حياة كأي طفلة عادية، كأن أذهب إلى المدرسة أو أتنزه في المجمعات التجارية؛ بسبب انخفاض مناعتي، فأصبحت منعزلة عن العالم.

وبعد التعافي، عدت أمارس حياتي الطبيعية بحذر وقلق من عودته، فلم يغادرني، وظل ظلا يرافقني أينما أذهب، حتى عاد مجددا، يبسط سطوته وينتزع مساحات الهدوء المؤقتة. ففي العام 2024، عاد للمرة الثالثة، وبعد ثلاث سنوات من التعافي، لأعود إلى المربع الأول.

كلمات الطبيب لم تنتزع الخوف من قلب والدتي..

وحين عاد، لم أكن تلك الطفلة الضعيفة، فالتجربة جعلتني أقوى، وتعاظمت قدرتي على تحمل كل جبروت المرض. فقد يستطيع انتزاع دمعات من عيني وآهات مضطربة تحت سطوة الألم، لكنه لا يمكنه أن يهزم صبري وإيماني الراسخ بالله وأقداره، أو يسلبني حلمي بأن أكون امرأة أعمال ناجحة، وهو الحلم الذي كان دافعا لي لمقاومة المرض. فمع صغر سني، إلا أن المرض صقل شخصيتي لأكون امرأة كاملة بكل عنفوان. اكتشف الأطباء أن السرطان من النوع العنيد، فحتى مع العلاج الكيميائي، يعود بعد ثلاث سنوات. لذلك قرر الأطباء إجراء زراعة النخاع في الأردن،

وقبلها توجب أخذ برنامج علاجي في البحرين، وطلب والداي أن تكون زراعة النخاع في الرياض؛ لما تتمتع به من تطور في العلاج. رحلتي مع السرطان والعلاج لم تكن رحلة عابرة، فكان لها الأثر الكبير في حياتي، فلم أستوعب الدنيا إلا والمرض يرافقني، ولم أعش حياة طفلة عادية، خصوصا أنني كنت بعيدة عن والدي وإخواني بسبب ظروف العلاج التي تتطلب العزلة وغرفة خاصة وحماما خاصا.

وهذا ما لم تكن تستوعبه الشقة التي كنا نسكن فيها، حيث كنت أسكن أنا وإخواني في غرفة واحدة، فعشت عزلتي في بيت جدي.

أما رحلة الرياض، وما أدراك ما رحلة الرياض، فكانت من أصعب فترات حياتي، حيث بلغت المعاناة ذروتها. فقد قرر الأطباء إجراء ما يعرف بعلاج «كار تي-سيل» (CAR-T Cell) لي، وهو علاج يشبه زراعة النخاع، لكنه لا يحتاج إلى متبرع، إذ تؤخذ خلاياي وترسل إلى الولايات المتحدة الأميركية لإجراء تعديلات عليها، ثم تعاد إلي مرة أخرى. وقبل ذلك، كنت أتلقى «كورسات» من العلاج الكيميائي، وكانت صعبة عليّ، إذ فقدت شهيتي للطعام، لكنها كانت فترة ومضت. وبعدها أجريت لي زراعة نخاع، وكان المتبرع شقيقي الأكبر، وكانت نسبة التطابق بيننا 70 % فقط. وكانت تلك أصعب فترة مرت بي وبعائلتي، فنحن في غربة من أجل العلاج، وأنا كنت مرهقة من الأدوية والعلاج الكيميائي. وما زاد من المحنة وفاة جدي، إذ لم نتمكن من حضور جنازته بسبب حالتي الصحية، حيث كنت منومة في المستشفى بالرياض. وكان قد مضى علينا شهور من دون أن نراه، وكان من أقرب الناس لي وإلى أهلي.

خلال جرعات العلاج الكيميائي، كان الوجع مضاعفا، ويجتاحني غثيان شديد جدا، لدرجة أنني لم أكن قادرة على شرب أدويتي أو تناول الطعام. وكان الطعام يتغير طعمه بسبب العلاج الكيميائي، فقرر الأطباء تركيب أنبوب في الأنف ليتمكنوا من إعطائي الأدوية وتغذية جسمي، لكن جسمي استطاع المقاومة. وبعد تنويم استمر نحو شهرين إلى ثلاثة أشهر، بدأت أتجاوز تلك المرحلة الصعبة.

كنت أتلقى الكورتيزون لفترة طويلة، وهذا الدواء يسبب ضعفا في العضلات. وبعد ذلك شعرت بضعف في عضلات الساقين، خصوصا أنني كنت منومة لفترة طويلة، بل وكنت قد أمضيت قبلها شهورا في التنويم. وأدى ذلك إلى إصابتي بضعف في العضلات، فلم أكن قادرة على الجلوس على الأرض أو أداء الصلاة إلا على كرسي. كما لم أكن أستطيع المشي لمسافات طويلة، وهذا لازمني حتى الآن، لكنني تجاوزت كل ذلك بقوة وإرادة صلبة، بفضل الله ثم أهلي الذين كانوا سببا في شفائي. بدأت أتحسن بعد مرحلة صعبة وقاسية، وسمح لي الطبيب بالعودة إلى البحرين، مع مواعيد كل عشرة أيام للمتابعة، واستمر التحسن التدريجي. لكنني عانيت من فقدان الشهية والغثيان لشهور، حيث كنت أتناول أدوية للغثيان ومسكنات للألم الذي كنت أشعر به في رجلي بسبب ضعف العضلات، وكانت هذه الحالة أيضا في تحسن.

وأستذكر كل من دعمني وكان شريكا في هذا النجاح، من عائلتي والأطباء والطاقم الطبي. كما لا أنسى مبادرة «ابتسامة» والقائمين عليها، الذين لم يتركوني وحيدة بفترة العلاج في البحرين، فكانوا يجلبون لي الهدايا لترسم على وجهي ابتسامة تتحدى أجواء الكآبة. وكنت أحب الموسيقى، وكان حلمي الحصول على بيانو كبير، إذ كنت أمتلك بيانو صغيرا. وحين التقطت مبادرة «ابتسامة» هذا الحلم، بادرت سريعا إلى تحقيقه، فوفرت لي البيانو، الأمر الذي أسعدني كثيرا. كما التقطت حلما آخر لي، وهو الحصول على جهاز للألعاب الإلكترونية، أستعيد فيه اللحظات المهدرة في سنوات المرض، وأنطلق نحو الحياة بعد أن عشت عزلة إجبارية لسنوات. كنت أملأ لحظاتي بصوت الموسيقى بعيدا عن ضجيج المستشفيات المشبعة بالقلق والخوف والألم، وأعزف على البيانو نوتاتي التي تسحر المكان بألحان عذبة، بعد أن كنت أرتل مقطوعة الشجى بآهاتي وأناتي في قبضة المرض.

لقد تركت التجربة ورائي، وأصبحت أنظر إلى المستقبل باندفاع وزهو المنتصر، ولا تقف أمام طموحاتي أي حدود، وأسعى لأن أكون امرأة أعمال ناجحة. فبعد هزيمتي للمرض، أصبحت أمنياتي أهدافا قابلة للتحقيق، إذ ليس هناك ما هو أصعب من هزيمة جبروت سرطان الدم وأنت طفل.

اليـــــــــوم..

كلما جلســت أمــام البيانــو وأطلقــت أصابعــي فــوق مفاتيحــه البيضــاء والسـوداء، أتذكـر تلـك الطفلـة التـي كانـت تحـارب السرطـان بين جـدران المستشـفيات. لم يعــد المــرض هــو الصــوت الأعلى في حيــاتي، بــل الموســيقى، والحلــم، والحيــاة.

ماريــا علـي

"الفحص المبكر أعظم قرار اتخذته في حياتي

فضيلة المدني

في هذه الحياة، اعتدت أن أكون امرأة مكافحة وعصامية، أتقن مواجهة الصعوبات وخوض غمار التحديات. وبابتسامتي التي لا تفارقني، ألقن الحياة طقوس الإيجابية، وبإرادة صبري يخضع المستحيل لها. كنت أعيش حياتي بهدوء وسكينة واستقرار، وأؤدي واجباتي ومسؤولياتي تجاه أبنائي، فأمنحهم كل ذاتي ووقتي وجهدي. فكنت الملهمة والسند والمعلمة الأولى، وكان وجودي يمثل لهم القنديل الذي يضيء لهم دروب الحياة ويرسم ملامح مستقبلهم. إضافة إلى ذلك، كنت أعتني بابني صالح، المصاب بالشلل الدماغي الرباعي، والذي كان يعتمد عليّ اعتمادا كليا. وكانت لي أوقاتي الخاصة التي أستثمرها في ممارسة الرياضة ولقاء الصديقات والعمل التطوعي، فأنا ناشطة في فريق هايبوبارا بحرين التطوعي لمساعدة مرضى الهايبوباراثايرويد.

ومع أن حياتي تتسم بالهدوء، إلا أن ذلك لا يعني أنها كانت خطا مستقيما بلا تعرجات أو انتكاسات، فقد كانت حياتي ممتلئة بالأحداث الجارحة واللحظات القاسية، لكنني كنت أخرج من كل تجربة بعنفوان، وأحافظ على ذلك الهدوء الذي اجتهدت دائما ألا يمس. كنت معتادة أن أكون السند لأبنائي، ولمن حولي، وحتى لنفسي. لم أكن أتخيل أن يأتي يوم أحتاج فيه أنا إلى من يسندني، وأن يخبئ لي القدر تجربة أقسى مما قد أستوعبه. بدأت أولى العلامات حين ظهرت أعراض غريبة تمثلت في عدم انتظام الدورة الشهرية، وارتفاع حرارة الجسم، والهبات الساخنة التي كانت تعتريني بشكل كبير، إضافة إلى التعرق الليلي. هنا بدأ القلق والشك، وتساءلت عن سبب هذه الأعراض، فبدأت البحث في محرك البحث «جوجل». كنت أقلب الاحتمالات أمامي، واحدا تلو الآخر، حتى وقعت عيناي على كلمة «السرطان».

توقفت برهة في حالة ذهول، إذ إن مجرد قراءة هذه الكلمة أثارت الرعب في داخلي. لم تكن سوى كلمة على شاشة، لكنها بدت لي في تلك اللحظة أكبر من أن تحتملها عيناي. ولكن بسبب اهتمامي بالرياضة، استبعدت إصابتي بهذا المرض، فكان احتمال وجود ورم آخر من آخر الاحتمالات التي وضعتها في ذهني. غير أن وجود تاريخ عائلي مع السرطان، وفقدان عدد من أفراد العائلة بسبب هذا المرض، دفعني إلى اتخاذ قرار الفحص. ومع أن أختي كانت تنصحني بعدم إجراء الفحوصات، وتحاول طمأنتي بأن هذه الأعراض عادية وطبيعية، وأنها تحدث مع كثير من النساء، إلا أنني أصررت على إجراء الفحوصات والذهاب إلى المستشفى.

ذهبت إلى عيادة د. أمل الريس، مصطحبة معي شيئًا من القلق وحزمة من الخوف. وهناك أجرت لي فحصا يدويا لمنطقة الصدر، وأخبرتني بأنه لا يوجد ما يشير بوضوح إلى وجود مشكلة. ولكن بسبب قلقي، طلبت مني إجراء فحص الماموغرام. وبعد اطلاعها على نتيجة الماموغرام، طلبت مني إعادة الفحص، ما رفع من منسوب القلق لدي، وقلت في نفسي: لابد أن هناك أمرا ما. كنت قد اطلعت سابقا على أشكال الأورام في نتائج الأشعة فوق الصوتية، ولذلك عندما كنت في غرفة الفحص أدرت وجهي نحو الشاشة، وما إن وقع بصري عليها حتى تجمدت في مكاني، وشعرت بصدمة وخوف ورعب شديدين، إذ كان الورم واضحا كما قرأت عنه من قبل. كان الورم واضحا أمامي. وبدأ جسدي كله يرتجف، وانعقد لساني. ولاحظت الاختصاصية ذلك، وظنت أنني أشعر بالبرد، فأخذت الخزعة، ثم طلبت لي غطاء يمنحني الدفء. وأخبرتني أن د. أمل الريس ستطلعني على النتيجة بعد أسبوع.

بعد أسبوع من الانتظار، برفقة القلق والتوتر والخوف، ذهبت إلى موعدي مع د. أمل الريس، وبدأت بمعاينة النتيجة، وكنت أراقب ملامح وجهها وعينيها، اللتين تغيرتا فجأة. ثم نظرت إلي وقالت بصوت يملؤه الحزن: «مع الأسف، الورم خبيث». وقعت تلك الكلمات في مسامعي كزلزال حقيقي. لم أعرف كيف أعبر عن ذلك الشعور الذي اجتاحني، ولا يمكن لأي شخص أن يصفه. كان الخبر عنيفا إلى حد أنني بكيت. ومع أنني طوال فترة الانتظار كنت أروض نفسي بأنني مصابة بنسبة 95 % حتى لا يسيطر علي الحزن، إلا أن مجرد نطق الدكتورة بحروف التشخيص وتحول الأمر إلى واقع جعلني أبكي بحرقة. بكيت لوحدي، لقلة حيلتي، وللمصاعب التي واجهتها وسأواجهها. كما تبادر إلى ذهني إخواني وأخواتي وأولادي الذين كانوا ينتظرون النتيجة مني.

باغتني سرطان الثدي في ذروة انغماسي في الحياة وتفاصيلها. كان خبر إصابتي مرعبا ومخيفا جدا، فصدمته هزت كل كياني، وأحدثت ضجيجا هائلا في داخلي، فبكيت بحرقة لوحدي، بدموع كانت قد صمدت كثيرا مع كل صعوبات الحياة وكمية الألم فيها. لكنني تمكنت من استيعاب الصدمة، وأخذت زمام المبادرة، فقررت مواجهته بكل بأس وعزة نفس، ولم أهرب من واقع وجوده.

الأصعب من المرض نفسه هو البوح به، فكلهم ينتظرون خبرا يطمئنهم، فيعز عليّ أن

أصدمهم بالخبر. وفي غمرة الحيرة والتردد، وردني اتصال من أختي الكبرى، فقالت لي كلمة واحدة: «طمنيني يا فضيلة». فأخبرتها بصوت أغرقه الحزن: «ورم خبيث». لم تستوعب أختي تلك الكلمات، وانهارت بالبكاء الشديد، وكانت أول من أخبرته بالتشخيص. عدت إلى المنزل، وما إن دخلت حتى كانت نظرات أبنائي تلاحقني وتحمل أسئلة تنتظر الإجابة. سألوني: ما هي النتيجة؟ لكنني طمأنتهم بأن الأمور بخير، غير أن دموع عيني كانت تقول إجابة مختلفة. وأمام إصرارهم وطلبهم الملح أن أكون صريحة معهم وواضحة، أخبرتهم، وكذلك أبلغت إخوتي وأخواتي جميعا. فجاءت ردود فعلهم واحدة: البكاء والحزن والضيق. كانوا يرونه مرادفا للموت؛ لأنه خطف حياة بعض أفراد عائلتي.

احتويت أبنائي وطمأنتهم بأنني قوية، وأنه مجرد عارض سيمضي.. لقد غير التشخيص حياتي بالكامل، فأصبحت أهتم بصحتي، وبغذائي، وبالمكملات الغذائية، وممارسة الرياضة، وزاد حذري من بعض المواد أو الأطعمة التي يجب أن أتجنبها. أصبحت أدرك أن الوقت ثمين، وأنظر إلى الحياة كدار ممر، وأحاول قدر الإمكان أن أحصد لرصيدي في الآخرة وأنال رضا الله. لم أواجه أي تحديات اجتماعية أو غيرها؛ لأنني كنت أدير أموري بنفسي وأتخذ قراراتي بثبات. وكانت أصعب مرحلة تلك اللحظة التي قررت فيها إزالة الصدر بشكل كامل، حيث لم يكن أمامي سوى خيار واحد للعلاج، وهو العملية الجراحية للاستئصال.

كان القرار أن تجرى العملية بالمنظار لإزالة الورم، وقد أخبرتني الطبيبة أنها ستستأصل جزءا من الصدر فقط، لكن قبل العملية بنصف ساعة أبلغتني بضرورة إزالة الصدر بأكمله للاطمئنان والتأكد من إزالة الأورام كليا. ومع أن الطبيبة طلبت مني التروي والتفكير، إلا أنني اتخذت قراري بالموافقة الفورية وأصررت على دخول العملية في موعدها المحدد، مهما كانت النتائج، ومهما كان شكل الصدر بعدها. وبالفعل، أجريت العملية التي استغرقت خمس ساعات، وتكللت بالنجاح، وأنا حاليا أتابع العلاج الهرموني في مستشفى الملك حمد، وأؤكد أن الأمور مستقرة والحمد لله.

تصالحت مع وضعي الصحي والجسدي، ومع التغيرات التي طرأت على جسدي، وأصبحت أرى الجمال وأهتم به أكثر. ففي البداية، عندما تم استئصال الصدر، اتخذت قرارا بألا أضع شيئا تجميليا مكانه، مؤكدة أن ذلك لن يؤثر على أنوثتي ومظهري. لكن في الواقع، كانت ندوب وآثار العملية تؤثر فيّ بشكل كبير وتضايقني لفترات. ومع ذلك، تأقلمت معها لاحقا، خصوصا بعد عملية إزالة الرحم. وأحمد الله كثيرا أن هناك علاجا له. كشف لي المرض جانبا لم أكن أدركه من قبل، فاكتشفت أنني إنسانة في قمة الصبر من كل النواحي. كنت متجلدة وصابرة، فشعرت بالفخر بنفسي لكوني من الصابرين، وأدعو الله أن يمنحني الاستمرارية في أجمل فترة أعيشها الآن. المرض لم يؤثر على حياتي الأسرية مع أولادي، الذين أبدوا تعاونا كبيرا معي، لكنه على الصعيد الاجتماعي ترك أثره،

سأجتازها كما اجتزت مراحل صعبة أخرى وأنا وحدي

إذ قلصت من ظهوري في البداية بسبب ما واجهته من تعامل غير لائق كمريضة حين وجودي في المجتمع، مع بعض الأشخاص غير المتفهمين لهذا المرض أو كيفية التعامل مع مرضى السرطان. كما اضطررت إلى الابتعاد هربا من الأسئلة الفضولية التي كانت تلاحقني أينما ذهبت، كمن يسأل عن سبب عدم سقوط شعري، أو من يستغرب نضارة بشرتي ويشكك في إصابتي بالمرض، أو من يستعجل بالسؤال عن موعد بدء العلاج الكيميائي حتى قبل صدور نتائج العملية. كل ذلك سبب لي عزلة اجتماعية. لم أجد من يفهمني حقا، فانصدمت من ضحالة ثقافة البعض بشأن المرض، فأبلغت من حولي بضرورة التوقف عن طرح الأسئلة الكثيرة.

لم أشعر بلحظات ضعف أبدا طوال رحلتي، فقد كنت دائما قوية أثناء حضور المواعيد والعيادات والعمليات. وكثيرون من حولي يصفونني بالملهمة والقوية؛ لأنني أصبحت أرى المرض أمرا عاديا لا خوف منه، وأصبحت أكثر وعيا به، وينظرون إلي فعلا على أنني قوية. ولكن كانت هناك لحظات ضعف أعيشها بعيدا عمن حولي، كنت أضعف وأبكي لوحدي، ولكن أبدو أمام الجميع امرأة قوية لا تنهار. وحين نفضت غبار المرض عن جسدي وفكري، انطلقت بكل إرادة وقوة نحو الحياة. السرطان لم يأخذ مني إلا المرض ذاته، إذ أخذ نفسه حين انتزعته من أحشاء صدري. وفي المقابل، منحني أشياء يصعب شرحها أو توضيحها، فقد قربني من الله أكثر، وأبعدني عمن يؤذيني ويسبب لي الضيق، ومنحني متسعا أكبر للاهتمام بنفسي وتغذيتي، وبين لي حب من أحبني وجحود من جحدني.

اليوم، تجاوزت المحنة بالتوكل على الله، ويقيني الراسخ بقدرة الله، وتسليمي بما قدره الله لي، وعدم اعتراضي على قضائه وقدره. فالخوف من عودته وارد، ولكنني لست قلقة ما دمت أتابع علاجي في مستشفى الملك حمد بشكل دوري، متسلحة بيقيني وتوكلي على الله. فأنا متماسكة وقوية، ولا أشعر بالخوف أو القلق من عودته أبدا، ولو بمقدار ذرة. فأنا أذهب إلى الأشعة والفحوصات والتصوير فوق الصوتي، وأجري جميع تحاليلي بقلب مطمئن، مسلمة أمري كله إلى الله. كان قرار الفحص المبكر عن سرطان الثدي يمثل أعظم قرار اتخذته في حياتي، فقد جنبني العلاج الكيميائي، واحتجت فقط إلى عملية جراحية، كونه كان في مراحله الأولى. وبفضل الله، ثم دعم ومساندة أبنائي وأخواتي وإخواني، تجاوزت المحنة. وأعدت ترتيب حياتي من جديد وفق رؤيتي الجديدة للحياة، التي اكتسبتها من التجربة، فالسرطان وسع مداركي وفتح آفاقا جديدة لي لم أكن لأصل إليها لولا هذه التجربة.

تجربتي مع الفحص المبكر المنقذ جعلته رسالتي التي أحملها معي، وأجتهد في إيصالها إلى كل امرأة، فلا تكتفي بالفحص الذاتي، إذ قد يصعب في مراحله المبكرة تشخيصه بالفحص الذاتي وحده. أقول من عمق تجربتي: أتمنى من كل قلبي أن تعي المرأة ذاتها أكثر، وأن تدرك أنها تستحق أن تبادر بهذه الخطوة من أجل نفسها، وأن تمنح نفسها ما تستحقه من عناية ورعاية عبر إجراء الفحوصات، فكل واحدة منا تستحق الاهتمام بنفسها.

ولو كان لي أن أترك شيئا واحدا لكل امرأة..

فسأقول لها: لا تؤجلي فحصك. امنحي نفسك فرصة أن تعرفي، وأن تبدئي المواجهة في الوقت الذي تكون فيه الفرصة أكبر.

فضيلة المدني

”
لا تؤجلوا الفحص..
فالحياة قد تتغير
في لحظة

إيمان علي

كوني ممرضة، اعتادت مسامعي على سماع أنين الألم في أروقة المستشفى، وكانت يداي بلسما وملاذا للمرضى، ولكنني لم أتخيل يوما أنني سأواجه ألما يفوق أي ألم، وأن أكون أنا المريضة التي تبحث في وجوه الممرضات عن ابتسامة تنتشل أكوام الحزن المتراكمة في داخلي، وعن شيء يخفف هذا الألم الهائل الذي يجتاحني.

«أنت مصابة بالسرطان».. كلمات قالها الطبيب بكل بساطة. كلمات هزت كياني بقوة، وكانت كصفعة باردة بعثرت كل حياتي وملأتها بالخوف المسمم بالقلق وأصداء الصدمة. لطالما سمعت عبارة «أنا مريض سرطان»، لكنني لم أدرك معناها الحقيقي إلا حين وجدت نفسي أرددها عن ذاتي المنهكة. لم يكن أمامي سوى أن أتوكل على الله، وأستسلم لقضائه، وأتحلى بالشجاعة أمام أسرتي وأبنائي. كنت أعرف المستشفى بصفتي ممرضة، أعرف الممرات، ورائحة الأدوية، وأصوات الأجهزة، وقلق المرضى. لكنني لم أعرفه يوما من الجهة الأخرى، جهة المريض الذي ينتظر كلمة الطبيب، ويتأمل ملامحه، ويفتش في عينيه عن إجابة تطمئن قلقه المضطرب قبل أن يسمعها.

لم أنس أبدا ذلك اليوم الذي كنت فيه أجلس في عيادة الطبيبة، وعيناي تراقبان شفتيها وهما تتحركان ببطء، حتى سمعت الكلمة التي هزت كياني: «سرطان». لا أسمع شيئا سوى صوت دقات قلبي. لم أفكر في نفسي أولا، بل في أطفالي.. هل سأراهم يكبرون؟ أم سأتركهم وهم ما زالوا بحاجة إلي؟

كان أول شعور اجتاحني عند سماع كلمة «سرطان» ليس شعورا واحدا محددا، بل مزيج من المشاعر، كانت المشاعر الأولية هي الصدمة وعدم التصديق، والتشكيك في صحة الخبر، ثم انتابني شعور بالخوف والقلق من المرض، ومن العلاج، ومن المستقبل، والتأثيرات على الحياة. كما شعرت بالغضب والإحباط من المرض نفسه، ومن الظروف التي أدت إليه، وتملكني شعور عميق بالحزن واليأس لفقدان صحتي، وصاحب ذلك إحساس بالعجز والعزلة، وكأنني الوحيدة التي مرت بهذه التجربة. والغريب أن رد فعلي، بالرغم من قوة الخبر، كان مختلفا تماما عما توقعت. فعلى الرغم من أنها كانت التجربة الأولى لي، إلا أن الدعم الأسري ومعتقداتي الدينية منحاني الكثير من القوة وساعداني على تقبل الخبر.

«لا تكفي أشعة الموجات فوق الصوتية لاستبعاد الورم الخبيث، ولابد من أخذ خزعة»، هكذا تلقيت خبر إصابتي بالسرطان، عندما كشفت الخزعة عن وجود خلايا سرطانية. شعرت في تلك اللحظة بالانهيار، وكان أول ما تبادر إلى ذهني أنني سأموت قريبا.

كنت كثيرا ما أسمع عبارة «أنا مريض سرطان»، لكنني لم أكن أدرك ما تعنيه هذه العبارة. لقد صدمني ما سمعته من الطبيب الجراح، نطقها على الفور، وبنبرة تفتقر إلى أي نوع من الشفقة: أنت مصابة بالسرطان. لم يكن لدي تاريخ عائلي للإصابة بالسرطان، وطالما لا يوجد مصاب في عائلتك، فأنت تستبعد الأمر تماما من مخيلتك. تظن أن هذا الأمر يحدث للآخرين، وأنك بعيد عنه تماما، ولذا عندما يحدث لك تأتي المفاجأة، أو بمعنى أدق الصدمة.

هذا ما حدث معي تماما، لم أستطع تقبل التشخيص، ودخلت في نوبة بكاء مستمر، أبكي دون تفكير، متأثرة بكل ما أسمعه عن السرطان. كنت في حالة إنكار، أنتقل بين الأطباء والمراكز الطبية المختلفة على أمل أن أسمع تشخيصا مختلفا، ولكن دون جدوى. في النهاية، وجدت أنه يتحتم عليّ أن أتوكل على الله، وأستسلم لقضائه، وأتحلى بالشجاعة أمام أسرتي وأبنائي.

قبل التشخيص، كان هناك إحساس غامض يهمس لي بأن شيئا ما ليس على ما يرام، ألم بسيط، وتغير في شكل الثدي، لكنني كنت أسكت ذلك الصوت بحجة الانشغال، إلى أن جاء اليوم الذي لم يعد فيه مجال للهروب.

منذ أن سمعت التشخيص، تغيرت نظرتي لكل شيء، أصبح جسدي أمانة، والوقت أثمن من الذهب، والحياة صارت نعمة أعيشها بتفاصيلها الصغيرة، ككوب من الشاي مع أمي، وضحكة ابنتي، ونسمة هواء في الصباح. رحلة علاجي لم تتضمن

جلسات علاج كيميائي أو إشعاعي، لكنها كانت مليئة بالقرارات الصعبة، وكان أصعبها قرار استئصال الثدي المصاب، قرار شعرت معه وكأنني أنتزع جزءا من أنوثتي من داخلي. كانت لحظة ثقيلة على قلبي، لكنني كنت أعلم أنها خطوة لإنقاذ حياتي.

بعدها بدأت رحلة جديدة، تمثلت في عملية ترميم الثدي، والتي لم تكن سهلة جسديا ولا نفسيا، لكنها أعادت لي شعورا بالتوازن والرضا عن جسدي. لم يكن الجميع يفهم ما أمر به، فبعضهم كان يظن أن الأمر مجرد وعكة ستمر، لكنني تعلمت أن أحيط نفسي بمن يمنحني الدفء، لا بمن يطفئه. في تلك الفترة، اكتشفت حقائق عن الناس من حولي، فهناك من اقترب بقلبه قبل جسده، وهناك من ابتعد بصمت.

لم أحزن كثيرا، فقد فهمت أن الأزمات تكشف معادن البشر. الخوف من عودة المرض لم يغادرني تماما، لكنني تعلمت كيف أروضه، فكنت أدعو الله كثيرا، وألتزم بالفحص الدوري، وأختار أن أحب الحياة بدلا من أن أعيش في ظل القلق.

اكتشفت أنني أقوى مما كنت أظن، فلولا إصابتي بسرطان الثدي، لما أدركت قيمة الوقت أو تعلمت أن صحتي يجب أن تكون من أولوياتي. وأشعر وكأنني ولدت من جديد، ليس فقط بجسد مرمم، بل بروح متجددة، وعدت لأحب نفسي، وأقدرها، وأحتضن كل لحظة تمر في حياتي. شعرت في البداية أنني فقدت جزءا من أنوثتي، خصوصا بعد العملية، لكنني مع الوقت أدركت أن الأنوثة ليست شكلا أو جسدا بلا ندوب، بل هي روح قادرة على الحب والعطاء بالرغم من الألم.

تصالحت مع ندباتي، وأصبحت أراها أوسمة شرف، وبالنسبة لي، الجمال اليوم هو أن أكون أنا، حقيقية، واثقة، ومتصالحة مع نفسي. بعد عودتي إلى الحياة من تجربة مليئة بالألم والأمل، شعرت أن على عاتقي مسؤولية حمل رسالة المتعافين إلى العالم. أدركت فكرة خاطئة متداولة أن سرطان الثدي يعني النهاية، بينما

كأن الدنيا توقفت فجأة..
وشعرت أنني في فراغ كبير..

الحقيقة أن الكشف المبكر قادر على إنقاذ الحياة. لو كان لدي ميكروفون يصل إلى العالم كله، لقلت: لا تؤجلوا الحب.. ولا تؤجلوا الفحص.. فالحياة قد تتغير في لحظة. بضع دقائق قد تنقذكم، فلا تنتظروا الألم ليكون رسالتكم.

كما تمنيت أن يتوقف المجتمع عن النظر إلى المتعافيات على أنهن ضعيفات، وقلت بكل عنفوان: نحن قويات، نحتاج فقط إلى دعم حقيقي، وإيمان بقدرتنا على الاستمرار.

في رحلتي مع سرطان الثدي، مررت بلحظات ضعف كثيرة، لكنني سمحت لنفسي بالبكاء، ثم كنت أنهض من جديد. كان الدعاء ودعم أحبتي وقودي وسلاحي في المعركة.

وأستذكر موقفا ما زال عالقا في ذاكرتي، حين دخلت ابنتي غرفتي بعد العملية، وكنت أحاول أن أخبئ ذاتي عنها، حتى لا تراني، وحتى لا أرى نظرات الشفقة والصدمة في عينيها. لكنها ابتسمت وقالت: «أنت ما زلت أجمل ماما في الدنيا». كانت كلماتها كأنها غسلت كل القلق في داخلي، وأنعشت روحي المتعبة. حينها أدركت أن الجمال في العيون التي تحبك.

المرض أخذ مني أشياء كثيرة، مثل راحتي وطمأنينتي القديمة، لكنه منحني هدية أثمن، وعيا جديدا وحبا للحياة لم أعرفه من قبل. حياتي بعد التعافي أصبحت مختلفة تماما، فكل يوم يمر هو هدية من السماء. أصبحت أضحك أكثر، وأحب أكثر، وأهتم بصحتي أكثر من أي وقت مضى. وأردد دائما أن هذه ليست نهاية القصة، بل بدايتها.

الأنوثة ليست شكلا أو جسدا بلا ندوب..

مشروعي المقبل..

هو إنشاء منصة إلكترونية تجمع المريضات والمتعافيات، ليتشاركن قصصهن ويدعمن بعضهن بعضا. فبعد التعافي، أصبحت قصتي مصدر إلهام للعديد من النساء، ومنحتهن الشجاعة للفحص أو الاستمرار في العلاج.

إيمان علي

”تفك شفرات سرطان
الثدي وتنتصر

مريم جعفر

نحن محاربات سرطان الثدي مستودع هائل من الصبر والأمل، وقصصنا لا تنبض إلا بالإصرار والتسليم والتقبل. تجاربنا مختلفة عن أي تجارب أخرى؛ لأنها تمس الجانب الأعمق في كيان المرأة، ذلك الجانب المرتبط بأنوثتها، وهو أثمن ما تملكه، وعنوان هويتها ورمزها كأنثى. وأنا واحدة من هؤلاء النسوة اللواتي واجهن سرطان الثدي بشجاعة، وخضت اختبار الحياة بجدارة. فالهزة العنيفة التي اجتاحتني عند التشخيص تحولت مع الوقت إلى عنفوان وأمل وصمود وصبر، وحياة جديدة تولد من رحم الألم.

كان هناك شعور غريب في داخلي، وكأن جسدي يحاول أن يرسل لي رسائل غير طبيعية. لم أكن أعرف بالضبط ما تعنيه، لكن ذلك الإحساس دفعني إلى التفكير في الفحص المبكر. ومن هذه التجربة تعلمت درسا مهما، وهو أن الاستماع إلى جسدي والانتباه إلى إشاراته أمر بالغ الأهمية.

حين سمعت كلمة «سرطان الثدي» تتدحرج من شفتي الطبيب كأنها أنصال قادمة وجيش من الألم، شعرت كأن الأرض تهتز من تحتي، وكان الموقف أكبر من أي توقع. كان خليطا من الخوف والصدمة وعدم التصديق. ربما كنت أتصور أنني لو سمعت خبرا مثل هذا لانهرت، لكن الغريب أنني وقتها تماسكت أكثر مما تخيلت، وكأن بداخلي قوة لم أكن أعرف بوجودها. تلقيت الخبر بصعوبة شديدة، وكأن العالم توقف للحظة.

أول هاجس تسرب إلى وجداني كان عائلتي وأولادي: كيف سيكون مستقبلهم؟ ومن سيعتني بهم إن ضعفت أو غبت؟ دفعني هذا التفكير إلى التشبث بالأمل، وقررت أن أقاوم هذا المرض.

التشخيص غيّر كل شيء، فجسدي لم يعد مجرد مظهر، بل أصبح بيت أمان يجب أن أعتني به. والوقت غدا أغلى ما أملك، فلم يعد هناك مجال للتسويف. أما الحياة، فقد صارت بالنسبة لي هدية ثمينة أتعامل معها بالامتنان والاهتمام.

كانت أول جلسة علاج كيميائي مرحلة صعبة ما زالت عالقة في ذاكرتي ولا أنساها أبدا. شعرت بالخوف الشديد، لكن وجود زوجي بجانبي وأبنائي ساعدني على تجاوز تلك اللحظة، وأدركت أنني لم أكن وحدي في المعركة. في مسيرتي مع سرطان الثدي، عشت لحظات عصيبة، فهناك أيام لم أكن أستطيع فيها حتى رفع رأسي من شدة التعب والإرهاق. في تلك اللحظات، كنت أسمح لنفسي بالبكاء والشعور بالضعف، لكنني سرعان ما كنت أستعيد قوتي بفضل دعاء المؤمنين، وأولادي، وكلمة دعم صادقة. أصعب لحظة مرت بي في رحلة العلاج كانت حين بدأت أفقد شعري بسبب العلاج. قد يبدو الأمر للبعض مجرد مسألة مظهر، لكن بالنسبة لي كان الشعر رمز أنوثتي. كسرتني تلك اللحظة، لكنها في الوقت نفسه منحتني قوة، إذ جعلتني أواجه نفسي الحقيقية بعيدا عن أي مظهر خارجي.

فأحيانا يكون هناك أشخاص من حولي يعتقدون أن الأمر مجرد مرض عادي، أو يطلبون مني أن أكون قوية طوال الوقت، من دون أن يفهموا حجم الألم النفسي الذي أمر به. فتعلمت ألا أشرح للجميع، بل أكتفي بمشاركة مشاعري مع من يقدرها، وأضع نفسي ضمن دائرة صغيرة من الأشخاص الداعمين والصادقين.

لقد غير السرطان علاقاتي، فهناك أشخاص ابتعدوا، ربما خوفا أو شعورا بالعجز، لكن في المقابل ظهر آخرون لم أكن أتوقعهم ووقفوا معي بكل حب ودعم. كما أصبحت عائلتي أقرب من أي وقت مضى، وازداد الرابط بيننا قوة ودفئا مقارنة بالماضي.

غير السرطان والعلاج الكثير في جسدي، ودفعني ذلك إلى مواجهة صورتي من جديد. في البداية كان من الصعب تقبل هذه التغيرات، لكن مع الوقت أدركت أن الأنوثة ليست مرتبطة بالشكل فقط، بل بالروح، وبالثقة، وبالطريقة التي تنعكس بها قوتي على الآخرين. تصالحت مع التغيرات تدريجيا، فأصبحت أرى الجمال في القوة، وفي التجاعيد التي تحكي قصص الصبر، وفي الندوب التي تثبت أنني محاربة. وبالنسبة لي اليوم، الجمال هو أن أكون على طبيعتي، من دون تكلف،

لا أحد يفهمني أو يدرك حقيقة معاناتي..

وبكل صدق مع نفسي. لم أعد أبحث عن الكمال، بل عن السلام الداخلي الذي يجعلني أجمل في عيني نفسي قبل عيون الآخرين.

أخذ المرض مني راحتي الجسدية وبعضا من مظهري السابق، لكنه أضاف إلي قوة وصبرا ووعيا أكبر بنفسي وبالناس من حولي. علمني أن أميز بين ما يستحق الاهتمام وما لا يستحق، وأن أعيش حياتي بتركيز أكبر على الأمور الحقيقية والمهمة.

حروف السرطان التي اجتاحت مسامعي وأغرقت شعوري بالضجيج المعبأ بالرعب وفقدان المستقبل، وكدت أن أنهار، هي ذاتها من لملمت شتاتي وأبرزت قوتي المخفية، وصنعت مني امرأة لا تهزم، تتشبث بالأمل حتى آخر لحظة ولا تسمح لذاتي أن تنهار أو تستنزف دموعي في مراسم الحزن والانهزام. دموعي صارت دموع نصر في مواجهة أعتى أمراض العصر.

أتقنت فلسفة الجسد والاستماع إلى صوته الداخلي، فهزمت شعور الخوف والقلق وحولته إلى قوة وتمكين واطمئنان. وتذوقت الحياة بمفهومها الجديد، فأصبحت أستثمر كل لحظة صحة وعافية، وأعيد ترتيب أولوياتي، وأرسم صوري بألوان زاهية لا رمادية قاتمة كما كانت من قبل. لم أر ندوبي نقصا، بل علامات قوة ودليلا وبرهانا على معركة خضتها وانتصرت فيها. واعتبرت أن وجودي على قيد الحياة بحد ذاته أعظم انتصار. قبل تجربتي مع السرطان، كنت أعيش حياتي بسرعة، وكأنني أركض من يوم إلى آخر، فتمضي اللحظات سريعا من دون أن أتذوق الحياة أو أدرك قيمتها، ومن دون أن أقدر التفاصيل الصغيرة التي تجعلها جميلة. لكن السرطان علمني قيمة اللحظة، وكيف أستمتع بكل تجربة، وأقدر كل نفس أعيشه. فأدركت أن الحياة لا تقاس بطولها، بل بعمقها، وباللحظات الحقيقية التي نغمر أنفسنا فيها، وبالصغائر التي قد تبدو للآخرين بلا معنى، لكنها تصنع فرقا كبيرا في قلوبنا وأرواحنا.

شعرت فعلا أنني ولدت من جديد، لا جسديا فقط، بل نفسيا وروحيا أيضا. كانت ولادة تحمل وعيا أكبر، وحبا أعمق للحياة، وتقديرا لكل نفس أتنفسه، وكل لحظة أعيشها. اللحظات المهدورة التي كانت تدهسها عجلة الزمن السريعة وتمضي من دون أن تنتظرني، أصبحت اليوم أنتشل دقائقها وثوانيها من بين دواليب الزمن، لأوظفها في تنفس الحياة، وتذوق كل لحظة والاستمتاع بها. تعافيت، لكن الخوف من عودته يظل حاضرا دائما، مثل ظل يلاحقني أينما ذهبت. لكنه لم يعد يسيطر عليّ كما كان في البداية، بل أصبح بالنسبة لي تنبيها دائما للعناية بنفسي وعدم إهمال الفحص الدوري. بدلا من أن أغرق في القلق، تعلمت أن أعيش كل يوم

بوعي أكبر، أستمع فيه لجسدي، وأقدر كل لحظة صحة وعافية، ما منحني شعورا بالقوة والتمكين بالرغم من وجود الخوف.

حياتي بعد التعافي أصبحت مختلفة تماما، صارت أهدأ، أعمق، وأبسط. أعيش باهتمام في كل لحظة، وأعطي وقتي للأشياء التي تستحق. لا أقول إن الحياة أصبحت مثالية، لكنها غدت أثمن بكثير. كانت تجربتي مصدر إلهام للآخرين وجرعات أمل تحيي النفوس المتعبة وتجبر الانكسار الداخلي. وكنت أيضا الدافع القوي لابنتي الكبيرة فاطمة، المحاربة الجديدة، التي شعرت وكأن الله أرسل لها رسالة عظيمة لتكون مصدر قوة وأمان لها مهما كانت الصعوبات. علمتها ألا تتنازل عن الاستمرارية في محاربة السرطان حتى النهاية، وأن تظل صامدة وقوية دائما. مفتخرة بذاتي، أصبحت ملهمة لابنتي، المحاربة الجديدة مع سرطان الثدي، ألقنها دروسا من تجربتي، وأرسم لها خريطة طريق لهزيمته. كنت لها ملاذا وقنديلا يضيء دربها بالنور، ويخنق العتمة التي تحاول عبثا تضليلها وإيهامها بأن السرطان موت مقبل، ففككت لها شفرات المرض ليسهل هزيمته.

أكبر خطأ هو الاعتقاد بأن السرطان حكم بالإعدام، بينما الحقيقة أن الاكتشاف المبكر والعلاج الصحيح يصنعان فرقا هائلا. فالسرطان ليس نهاية، بل قد يكون بداية جديدة مليئة بالوعي والقوة.

وأنت وحدك من يملك القرار: أن يكون نهاية أو بداية. ويبدأ الدعم بالاستماع من دون أحكام، ونشر التوعية بشأن أهمية الفحص المبكر. كما يجب توفير مساحات آمنة للمتعافيات ليتمكن من مشاركة تجاربهن والشعور بأنهن جزء من قوة جماعية تدعم بعضها بعضا. لكل امرأة أقول: «افحصن مبكرا، وعشن حياتكن بالحب، ولا تخفن من كلمة سرطان، فهي لا تعني النهاية، بل البداية والقوة. السرطان يكشف لكن قوة لم تعرفنها في داخلكن. لا تستهيني بنفسك وبصحتك أبدا. الفحص المبكر قد ينقذ حياتك وحياة من تحبين. لا تنتظري ظهور الأعراض، ولا تؤجلي الخطوة إلى الغد، بل خذي القرار اليوم بكل جدية وصدق. اعتني بنفسك، وكوني واعية لجسدك، وإن شاء الله نعيش جميعا بعيدا عن هذه الأمراض، محاطين بالصحة والعافية». ليس لدي مشروع محدد، لكنني آمل أن تكون رحلتي ورحلة المحاربات والمتعافيات مصدر أمل ودافعا للآخرين.

والسرطـــــان..

سـأبقى أفـكك شـفراته، وسـتظل شـفراته متاحـة لي، أعيـد هندسـتها وأشـكلها كما أريـد، لا كما يريـد هـو، وأفـرض فلسـفتي على سـطوته، مـهما حـاول أن يفـرض سـطوته عليّ.

مـريم جعفـر

"السرطان أقرب مما نتوقع

نورة عبدالله

لم يخطر ببالي يوما، وأنا أجلس في محاضرة للتوعية بسرطان الثدي، أنني سأضطر في يوم من الأيام إلى إجراء هذا الفحص. وكنت أستبعد إصابتي إطلاقا، لكن القدر فاجأني بعد سنتين من التقاعد، ذلك التقاعد الذي اخترته لأتذوق طعم الحياة بعيدا عن سلطة العمل، ولأكون أقرب إلى طفليّ التوأم. وكانت تلك الدقائق البسيطة في المحاضرة طوق نجاتي، إذ مكنني الفحص من الاكتشاف المبكر.

«أنت مصابة بسرطان الثدي»، هكذا بكل بساطة نطقها الطبيب، كلمات هزت كياني، وبعثرت هدوئي، وملأتني بضجيج من الخوف والقلق، فكانت بمثابة حكم بالموت عليّ. لكنها في الوقت ذاته بعثت فيّ روحا جديدة، وجعلتني أبصر الحياة بعيون مختلفة، وأرى ما لم أره من قبل، وأكتشف الحقيقة التي كانت مخبأة في زحمة الدنيا. لم تكن تجربتي نزهة عابرة، بل واجهت جحيم المرض وظروف العلاج القاسية ببسالة، حتى وصلت إلى مرحلة التعافي، تعاف مشروط بتجاوز الخمس سنوات بأمان، فأنا أعيش بحذر إيجابي، حذر لا يسلبني طمأنينتي ولا اندفاعي في الحياة. الحكاية بدأت حين قررت التقاعد من وظيفتي في شركة بتلكو بالعام 2022، لأتفرغ لطفلي التوأم وأمنحهما كل وقتي واهتمامي، وأتيح لنفسي مساحة أكبر لممارسة أمومتي.

فقد أنهكني العمل بما يحمله من ضغوط ومسؤوليات وتوتر، فكنت أضطر إلى العمل حتى في فترات الإجازة، إذ لم يكن هناك وقت عمل محدد. استقبلت بداية التقاعد بنوبة زكام حادة مع حالة ضعف عام وخمول استمرت معي لمدة شهرين حتى تعافيت.

عشت حياتي جلها في تربية أطفالي وواجبات الأمومة، وكان قد مضى على تقاعدي من العمل في شركة بتلكو سنتان، وكانت كل أموري الصحية على ما يرام، لكن في يوم من الأيام، وحين ارتديت ملابس ضيقة، شعرت بألم شديد جدا في الثدي، فأجريت الفحص الذاتي الذي تعلمته سابقا في محاضرات التوعية بشركة بتلكو لمتعافية من سرطان الثدي. ولم أكن أشعر بأهمية تلك المحاضرات، أو أنني سأضطر يوما لإجراء هذا الفحص الذي سيحدد مستقبلي في الكشف المبكر. وأثناء الفحص شعرت بكتلة، لكنني طمأنت نفسي بأنه ما دام غير مؤلم فلن يكون سرطانا، إذ كان يشاع أنه مؤلم. فقررت الذهاب إلى المستشفى لمزيد من الفحوصات، وتم أخذ خزعة. وبعد أربعة أيام من القلق والخوف ذهبت مع زوجي لأعرف النتيجة،

وأستعد لخبر إيجابي، لكن رد الطبيب كان صادما، إذ أخبرني مباشرة ودون مقدمة: «أنت مصابة بسرطان الثدي». ما إن نطق الطبيب بكلمة سرطان وأخبرني بنتيجة التحليل، حتى انتابني شعور لا يوصف بين الصدمة والذهول، وأصبحت شاردة الذهن لا أسمع بقية كلمات الطبيب. فالسرطان في مفهومي كان مرادفا للموت، فاجتاحني ضجيج من الرعب والخوف. وأردت على الفور معرفة مرحلته، إن كان منتشرا أم لا، وكنت مصرة على إجراء الفحص دون تأجيل. فجاءت النتيجة مطمئنة: لم يكن قد انتشر. السرطان غير نظرتي للحياة ولكل شيء، وأصبح الوقت ثمينا، واللحظات مهمة ومقدسة. فنحن دائما في دوامة ونهمل الاهتمام بأنفسنا وبصحتنا. وكان التشخيص بمثابة النور الذي أضاء لي العتمة، ومنح الألوان للصور الرمادية الباهتة في حياتي، ومنحني الإشراق.

أصبحت أستمتع بكل لحظة في حياتي، فترة العلاج كانت صعبة وملازمة للسرير لفترات طويلة جدا، ما جعلني أشتاق لأبسط الأمور، كارتشاف القهوة في حديقة المنزل، أو مشاهدة العصافير والطيور فوق منزلي. كنت أنتبه لأول مرة لوجودها! وأمعن النظر وأتأمل، وأصبحت أستمتع دائما بكل ما حولي. حصدت الكثير من الإيجابيات في هذه الرحلة، فقد تواصلت معي الكثير من صديقات الجامعة ووقفن بجانبي، كما توطدت علاقتي بأمهات زملاء أطفالي وأصبحن صديقات لي. هكذا أصبحت حياتي، كل من حولي يزداد حبا ويريد مساعدتي، لكن الكل يساعد بطريقته الخاصة، فبعضهم يرى أن المساعدة تكمن في الابتعاد لتكون أكثر راحة، والبعض الآخر في إحضار ما أحب من طعام وشراب. لكنني أقول: يجب أن نطلب ما نريد نحن بالضبط حتى نحصل على الدعم المطلوب من الأصدقاء والأقارب.

عشت حالة من الاطمئنان بأنه ليس سرطانا

فنحـن نحتـاج أن يكونـوا بجانبنـا دائمـا، نحتـاج أن نتكلـم معهـم، ويشـاركوننا أفكارهـم، ويتحملـون بعـض مسـؤولياتنا لكي نتفـرغ لصحتنـا.

اكتشـفت أن ربي يحبنـي ومعـي وللـه الحمـد، واكتشـفت أننـي أقـوى بكـثير مما أظـن، وقـادرة على فعـل أشـياء كـثيرة كنـت أعتقـد أننـي أحتـاج إلى المسـاعدة لفعلهـا، سـواء لنـفسي أو لأطفـالي. أدعـو إلى التوقـف عـن جلـد الـذات، خصوصـا في التربيـة، كنـت كـغيري مـن الأمهـات دائما أشـعر بأننـي مـقصرة في حـق أولادي، مـع أن وقتـي وجهـدي كانـا مكـرسين لهـم. ولكـن بعـد هـذا المـرض الـذي كاد أن يأخـذني منهـم، اكتشـفت أن وجـودي بجانبهـم وأنـا بصحـة جيـدة هـو أهـم مـا يمكـن أن أقدمـه لهـم.

فيجـب أن أهتـم بصحتـي الجسـدية والنفسـية جيـدا كي أبقـى قويـة وبجانبهـم. شريـط مـن الذكريـات المؤلمـة واللحظـات الصعبـة لا يـزال خالـدا وعالقـا في ذهنـي. فصحيـح أن الـعلاج أزال الـورم، لكنـه لم يسـتطع اقـتلاع الذكريـات المعبـأة بالخـوف والألم والقلـق مـن عـقلي.. أصعـب موقـف في رحلتـي مـع سرطـان الثـدي كان لحظـة إخبـاري بالمـرض. كلما عـادت هـذه اللحظـة إلى ذاكـرتي، أسـتعيد شـعور الخـوف مـن جديـد، وكـم أتمنـى أن يختـار الأطبـاء كلمات لطيفـة، ويمهـدوا للمريـض عنـد إخبـاره. وأصعـب مرحلـة في الـعلاج كانـت مرحلـة الـعلاج الكيميـائي، ومـا أدراك مـا الكيميـائي! فهـو ليـس مـؤلما كما كنـت أظـن، لكنـه يقلـب الجسـد ويغرقنـي بشـعور الغثيـان الحـاد والإعيـاء الشـديد. كنـت أحيانـا أرفـض إكمال الجرعـات، فتحدثـت مـع طبيبتـي التـي وصفـت لي أدويـة للتخفيـف مـن آثـار الكيميـائي، وكان أثرهـا إيجابيـا إلى حـد مـا.

لحظـة سـقوط الشـعر كانـت محطـة أخـرى مـن صعوبـات تلـك المرحلـة. فمـع أننـي كنـت أعلـم أن هـذا سـيحدث، وكنـت مسـتعدة نفسـيا، إلا أن لحظـة وقوعـه تبقـى صعبـة. وارتـداء الباروكـة لم يسـعفني، فكانـت لافتـة وتـثير انتبـاه الجميـع، ويمطرونـني بنظراتهـم، وكان شـعورا متعبـا ومرهقـا لأبعـد حـد. عندمـا بـدأ الشـعر بالنمـو، قـررت خلـع الباروكـة بسـبب حـرارة الصيـف، وكان شـعري صـغيرا ومحـدودا كالأولاد. وظلـت تلاحقنـي نظـرات النـاس، فكنـت أضـع الأقـراط ومسـاحيق التجميـل لأخبرهـم بأننـي أنثـى.

أعيـش الآن مرحلـة التعـافي، وبالرغـم مـن أننـي اجتـزت ظـروف المـرض القاسـية وأصبحـت آلامـه ذكـرى مـن الماضي، إلا أننـي مـا زلـت أشـعر بالخـوف والتوتـر والقلـق مـن عودتـه. فقـد أخبرني الأطبـاء أن عليّ أن أجتـاز خمـس سـنوات لكي أتأكـد مـن التعـافي التـام وأصـل إلى مرحلـة الأمـان. لذلـك، أنـا حريصـة دائمـا على المراجعـات الدوريـة، وأحـاول أن أشـغل نـفسي بـكل مـا هـو جميـل، وأسـتمتع بـكل لحظـات الحيـاة، وأسـتفيد مـن كل النعـم التـي أنعـم اللـه بهـا عليّ، وأتحـرر مـن كل تبعـات وترسـبات

الماضي الأليم. عليّ أن أعيش حياتي كأي امرأة، ولكن بحذر إيجابي، حذر لا يسلبني طمأنينتي واندفاعي في الحياة. فقررت أن أخوض معركة الوعي في سبيل تثقيف المجتمع ودعم المحاربات، وأسعى إلى نشر قصتي لأكبر عدد ممكن لتكون حافزا على الاهتمام بالفحص المبكر، كما أخطط لتوثيقها في كتاب يكون رسالتي إلى العالم وبمثابة جرعات معنوية وتجربة ملهمة للآخرين. كما أسعى أيضا إلى نشر مقاطع فيديو توعوية.

وأدير حاليا صالونا نسائيا، وخصصت قسما خاصا فيه لخدمة محاربات السرطان، وذلك لحاجتهن إلى الخصوصية والتعقيم المضاعف، وليلبي احتياجاتهن، فأنا أعرف تماما ما يحتجن إليه. المرض لم يسلبني ذاتي أو ينل مني، بل أضاف إلي الكثير، إذ منحني صديقات وفيات، وحبا أكثر من زوجي وأطفالي، ودافعا أعظم لاستغلال الوقت وحب الحياة. وأشعر بالفخر والمسؤولية تجاه النساء الأخريات، فتجربتي مصدر إلهام لهن، ولذلك أرى أنه يجب أن أكون قوية دائما لأقدم لهن الدعم والمساندة والنصائح التي تعلمتها من تجربتي.

ورسالتي لهن أن الكشف المبكر ينقذ حياتكن وحياة من حولكن، فما يجعل السرطان خطيرا هو اكتشافه في مرحلة متأخرة. لن يضركن الكشف، فافعلنه بشكل دوري للحفاظ على حياتكن. والندم لا ينفع بعد تأجيل الفحص، فالسرطان منتشر بشكل كبير، وليس بالضرورة أن يكون وراثيا، وهو أقرب إلينا مما نتوقع! لكل حالة طريقة علاج مختلفة تماما، فليست كل الحالات تحتاج إلى علاج كيميائي، كما أن ليست كل أنواع الكيميائي تسبب سقوط الشعر.

أتمنى إنشاء جمعية أو ناد للدعم النفسي والمعنوي، فما مررنا به وعايشناه ليس سهلا أبدا، والعلاج صعب وطويل جدا. نحن نستحق الطبطبة والمداراة وتخفيف معاناتنا، وأشعر بالكثير من السعادة حين أجد جهة تقدم شيئا للمتعافيات والمحاربات. وبعد المرض أصبحت أراها وألمسها وأتذوقها، وأشبع كل حواسي بها. أصبحت أعيش حياة حقيقية، لا سرابا كلما اقتربت منه ابتعد عني. فلم يعد السرطان في حياتي مرادفا للنهاية، بل أصبح سببا لأن أبدأ الحياة بصورة مختلفة.

قبل المرض كنت أركض خلف الحياة..

وبعد المرض أصبحت أراها وألمسها وأتذوقها، وأشبع كل حواسي بها. أصبحت أعيش حياة حقيقية، لا سرابا كلما اقتربت منه ابتعد عني. فلم يعد السرطان في حياتي مرادفا للنهاية، بل أصبح سببا لأن أبدأ الحياة بصورة مختلفة.

نورة عبدالله

ابتسامة متمردة على فلسفة السرطان

ديانا علي

السرطان كلمة مخيفة ومرعبة، يرمز له بالخبيث لبشاعته ومكره وشراسته، ونطقها وحده قد يهز الإنسان ويزعزع توازنه. ولكن ماذا لو واجهت السرطان أربع مرات وفي أماكن مختلفة؟ هذا ما واجهته أنا، محاربة السرطان، التي هزمته أربع مرات، حيث بدأ بسرطان الثدي، ثم انتقل إلى العظام، وتبعه المخ، وعاد مرة أخرى إلى الثدي. بريشتي كرسامة، أعدت رسم اللوحة، ومنحت الألوان للصورة الرمادية وشكلتها كما أشاء. وبعدسة كاميرتي، أدير الزوايا وألتقط الصور من منظورات مختلفة، منتقية الأجمل في المشهد. هكذا تصالحت مع السرطان، وعقدت صلحا معه، أمنحه المكان ويمنحني الأمان. وهزمته بابتسامة متمردة تعيد تفسير فلسفة السرطان من عدو إلى صديق، واعتبرت كل تجربة وساما أفتخر به، لذلك أطلقت على كتابي «الأوسمة الثلاثة».

كان هناك شعور يجتاحني بأنني مصابة بالسرطان، شعور يلاحقني في كل اللحظات والأوقات دون انقطاع، وصداه يتردد في داخلي، لكنني كنت أتمنى أن أكون مخطئة. وحين أكد الطبيب إصابتي، لم أتفاجأ، إذ إن نظراته وارتباكه خلال الفحص خففا من وقع الخبر عليّ. كان خبرا مؤلما وحزينا جدا، لكنني لم أملك إلا أن أواجهه برباطة جأش وقوة عزيمة،

فالمرض يتمكن منك عند أول لحظة انهزام داخلي، ولذلك لم أسمح لهذا الشعور أن يتسلل إلى داخلي. وأبقيت على ابتسامتي متمردة، منتصرة على فلسفة السرطان في الحزن والكآبة والألم. عندما تلقيت خبر إصابتي بالمرض، لم أفكر أبدا في جرعات الألم أو طبيعة الأعراض، بل كان جل تفكيري في كيفية العلاج والخلاص منه، وفي الخطوات التالية وفترة العلاج اللازمة للتعافي.

غير أن الهاجس الأكبر كان كيفية إيصال الخبر إلى أهلي. غيّر التشخيص مجرى حياتي تماما، فأصبحت أهتم بنوعية الأكل، وأنتبه إلى أي أمر غريب يطرأ على جسدي. وأصبح معظم وقتي يمضي في الفحوصات وزيارة الأطباء، لكن الحياة لابد أن تستمر، فلا مجال لليأس أو التراجع.

لم أكن حاضرة في معظم المناسبات الأسرية والاجتماعية لانشغالي بالسفر من أجل العلاج، أو بسبب التعب ونقص المناعة الناتج عن تلقي العلاج الكيميائي. وبقدر ما عانيت، وجدت أن الناس لا يعرفون بالضبط ما الذي يمر به مريض السرطان إذا لم تكن آثار المرض ظاهرة عليه. لذلك تعاملت معهم بكل مرح ومحبة.

تجربة السرطان علمتني الصبر في كل شيء، إذ كانت رحلة العلاج طويلة ومؤلمة، ولولا مخزون الصبر لدي وإيماني بأقدار الله لما تجاوزت كثيرا من التحديات خلال هذه الرحلة. وقد أتقنت تحويل الألم إلى أمل، فعدت إلى الحياة كولادة جديدة، وأصبح كل يوم بالنسبة لي ميلادا جديدا. فقد ولدت في الحياة أربع مرات بعد أربع إصابات بالمرض. لا أشعر أبدا بالخوف من عودة المرض، فأنا مستعدة دائما لمحاربته. وهكذا تعلمت من تجاربي مع المرض، إذ أصبت بالسرطان أربع مرات في أماكن مختلفة.

تصالحت مع النفس والذات، فواجهت التغييرات التي حدثت بسبب المرض بكل رضا، مقتنعة بأن الجمال الحقيقي هو الجمال الداخلي وجمال الروح. المرض أثر على ملامحي وشكلي، لكنني كنت راضية بشكلي كما هو، وكان اهتمامي الأول هو أن أتعافى من المرض.

هناك فكرة خاطئة متداولة عن سرطان الثدي، فالإصابة بسرطان الثدي تعني لكثيرات نهاية الحياة، وأن النهاية الحتمية هي الموت. ولكن مع أن سرطان الثدي هو من أكثر أنواع السرطانات انتشارا، إلا أنه من أسهلها إذا تم علاج المصابة في الوقت المناسب. والفحوصات الدورية مهمة لاكتشاف المرض في بداياته والحماية منه.

ومن واقع تجربتي أقول لكل امرأة: رجاء، داومن على الفحوصات الدورية للكشف عن سرطان الثدي. فالساعات القليلة التي تقضيها المرأة في الفحص الدوري قد تحميها من الإصابة، وتجنبها رحلة العلاج الطويلة والمؤلمة، التي قد تمتد أحيانا لسنوات، وعدم إهدار الوقت بحجة عدم وجود فرصة مناسبة، أو بسبب عدم

القـدرة على تـرك الأطفـال الصغـار.. يجـب أن تعـرف كل امـرأة أن تخصيـص بعـض الوقـت للفحوصـات قـد يجنبهـا أن تضطـر لاحقـا لترك أطفالهـا بسـبب رحلـة علاج طويلـة وشـاقة.

أمـا المجتمـع فهـو بحاجـة إلى نشر التوعيـة بين النسـاء وكل أفـراد الأسرة، عبر عقـد جلسـات للنقـاش والحـوار، وفتـح المجـال لتبـادل التجـارب بين المريضـات.

وأكثر الفئـات حاجـة للتوعيـة بشـأن مـرض السرطـان هـم الأهـل والأسرة عمومـا، لاسـيما إذا كان هنـاك فـرد مريـض في العائلـة. تجـاربي المتعـددة مـع السرطـان، ومعركتـي الطويلـة مـع المـرض، جعلـت منـي امـرأة قويـة، قـادرة على مواجهـة المـرض بـكل رحابـة صـدر.

تعايشـت مـع المـرض، وأحـاول أن أكـون مصـدر إلهـام لباقـي النسـاء عبر نفسـيتي المرحـة، وحبـي للحيـاة، بالرغـم مـن تعـب المـرض وطـول فترة الـعلاج. حيـاتي كانـت مزدحمـة بالمواقـف المؤلمـة، لكـن أصعبهـا كان في العـام 2017، عندمـا تـم تشـخيصي بـورم في المـخ.

كانـت الصدمـة كـبيرة في البدايـة، حين أخبرني الطبيـب بالتشـخيص، وشـعرت أنهـا نهايتـي. لم أتوقـع أن يزحـف المـرض إلى هـذه المنطقـة الحساسـة، فأنـا كنـت دائمـا ملتزمـة بالـعلاج والفحوصـات الشـهرية.

لكـن إيمـاني القـوي باللـه جعلنـي أتقبـل الصدمـة سريعـا، وفي دقائـق معـدودة. مريـض السرطـان، مـهما كان قويـا، لابـد أن يعتريـه شـعور بالضعـف والانكسـار، بسـبب التعـب، والأوقـات التـي يقضيهـا بين جـدران المستشـفيات، ومواعيـد الأطبـاء، والفحوصـات الدوريـة.

أستمد قوتـي مـن جوهرتـي التـي بداخـلي..

ولكـن داخـل كل إنسـان جوهـرة تنبـع منهـا القـوة التـي يحتاجهـا لمقاومـة لحظـات اليـأس.

وثقـت تجربتـي مـع المـرض عبر صفحـات كتـابي «الأوسـمة الثلاثـة»، ليكـون رسـالتي إلى العـالم وجرعـات أمـل لمحاربـات سرطـان الثـدي، وقـد تضمـن الكتـاب صـورا التقطـت بعدسـتي أثنـاء رحلـة الـعلاج، ويـروي حكايتـي مـع مقاومـة مـرض السرطـان في ثلاث هـجمات اسـتهدفت جسـدي في أكثر مـن مـكان.

كما أقمـت معرضـا فنيـا خيريـا بعنـوان «حـروف الأمـل»، عرضـت فيـه لوحـات تحمـل كلمات تحفيزيـة لبـث الإيجابيـة في نفـس كل شـخص، وخصصـت دخـل المعـرض بالكامـل لصالـح جمعيـة خيريـة تعنـى بأطفـال مـرضى السرطـان.

وأفكـر حاليـا في إقامـة معـرض فنـي جديـد، يحتـوي على لوحـات تتضمـن عبـارات تعـزز الأمـل في نفـس كل مريـض، سـواء كان مصابـا بالسرطـان أو بـأي مـرض آخـر.

لم أتعـاف تمامـا مـن المـرض، فما زلـت أتلقـى جرعـات الـعلاج الكيميـائي، لكننـي تعايشـت مـع المـرض، واسـتطعت أن أخصـص القـدر المتـاح لأوقـات الرسـم، والعـودة إلى الإنتـاج والتصويـر، وممارسـة بعـض الأنشـطة الرياضيـة، وقضـاء الأوقـات مـع الصديقـات، وزيـارة الأهـل. وأنـا واثقـة تمامـا بأننـي سـأتجاوز رحلـة الـعلاج، بعـد أن هزمـت المـرض لأربعـة أيـام.

المرض أخذ مني وقتي مع الأسرة والصديقات وممارسة هواياتي..

ولكن تعايشي مع المرض جعلني قادرة على استرجاع هذا الوقت الثمين مع الأهل والصديقات، وممارسة الرسم والتصوير. لم أسمح للسرطان أن يرسم نهايتي، بل أخذت الريشة من يده، وأعدت رسم حكايتي بنفسي.

ديانا علي

من ممرضة حانية إلى مواجهة المرض

نوف القطان

كنت الممرضة الحانية التي احتضنت آلام مرضى سرطان الثدي، وخففت عنهن معاناتهن، ورافقتهن في رحلة العلاج داخل عيادة الثدي حيث أعمل. وكنت من أوائل المبادرين منذ افتتاح عيادة الثدي في المستشفى، وملمة بكل تفاصيل سرطان الثدي. كرست وقتي لتطمينهن، ومساندتهن، واحتواء دمعاتهن الحائرة والتائهة، لأكون بلسما لجراح وندبات لا يداويها الطب، وإلى جانب مرضى سرطان الثدي، أخفف عنهم وقع اسم المرض، إذ ينتابهم الخوف عند سماع كلمة «سرطان».

ولم يخطر ببالي يوما أنني سأجد نفسي في ذات الدائرة، لأحتضن آلامي بنفسي، وأواجه المرض ذاته، وحيدة بروح صلبة ونفس شجاعة، وأهزم شعور الخوف ورعب حروف هذا المرض، الذي ترتجف له القلوب بمجرد نطقه، وتتهاوى النفوس المتعبة وتخضع لأقداره. لكنني كنت مختلفة جدا، وعيوني تبصر ما لا تبصره عيون البشر، وترى ما لا يراه الآخرون. كنت أشعر بوجوده في داخلي قبل التشخيص، فقد لاحظت كتلة غريبة في جسدي،

وكنت مقتنعة في أعماقي بأنها ورم سرطاني، بينما كان الأطباء يطمئنونني بأنها كتلة حميدة. أول ما فكرت فيه كان والدتي (رحمها الله)، وكيف سأخبرها أنني أعاني من سرطان الثدي. كنت خائفة من إخبارها، فأخبرت بعض المقربين، وكنت مستعدة للخبر وأشعر مسبقا أنني مصابة، ولكني سأكون بحجم هذا الامتحان الإلهي.

أخبرت بعض المقربين، وهم أخواتي وإخواني وصديقتي التي كانت معي وقت أخذ العينة، والتي انهارت ولم تتحمل وقع الخبر، بينما كنت صلبة وأطمئنها.

كان كل رد فعل مختلفا عند سماع الخبر، إلا أمي التي تميزت بهدوئها، وطمأنتني بأنني على قدر المهمة والمسؤولية، وسأجتازها بنجاح. فالدوام والعمل، وأصدقائي، وطلعاتي، وسفراتي، ووناساتي، كلها كانت في المقدمة. أما بعد السرطان، فلم يعد شيء من ذلك يهمني، إذ أصبحت أولوياتي أهلي، وأصدقائي الذين وقفوا معي. وهذا ما ساعدني على تجاوزه، فأحببت الحياة أكثر، وكان اختبارا صعبا.

حالتي النفسية كانت على قدر المهمة، لكن في فترة من فترات العلاج الكيميائي كان الأمر صعبا، فالحالة النفسية شر لابد منه، وكنت مؤمنة بذلك. تجاوزتها بدعم إخوتي وأمي وصديقاتي، الذين لم يسمحوا لنفسيتي أن تهبط، كانوا يمنحونني كل ما أحب، ويحتوونني، ويفعلون كل ما يمكن أن يرسم البسمة على شفتي. كانوا يطبخون ما أحبه، بالرغم من أن الطعام وقتها كان بلا طعم ولا ملامح بسبب العلاج، لكن ذكرياته كانت تعيد إلي نفسيتي وروحي. أما فترة العلاج، فكنت بين جلسة وأخرى لمدة 21 يوما. الأسبوع الأول لا أقول إنه صعب ولا يحتمل، لكن الجسم يكون متعبا جدا، أشعر برغبة عارمة في النوم، ولا أستطيع الحركة أو المشي. ومع ذلك، الحمد لله، تعديت المرحلة.

كل من حولي كانوا يفهمونني ويستوعبون معاناتي، لكن هناك من كان يتحدث بكلمات جارحة تؤلمني. ومع ذلك، كنت أقوى من هذا الكلام، وأعتبره ابتلاء من رب العباد، فبعضهم يقول: هذه حسد، وآخر يعتبره عقابا من الله على ما فعلته في حياتي. لكنني لم أعرهم اهتماما، فأهلي وربي أمامي، ولا يؤثر كلامهم في. كشف لي المرض عن الكثير من العلاقات، فبعضهم كان يعتبر كلمة «سرطان» كأنها عدوى، فابتعدوا عني في تلك الفترة. وقد كشف لي ذلك معادن الناس، فعرفت الصديق الحقيقي ممن كان يعتبرني وسيلة للوصول. ففي الأزمات يكتشف الصديق الحق، ومن بقوا معي لم أبدلهم، بل حافظت عليهم.

عاد لي السرطان مجددا. وكنت قوية بلا خوف منه، والحمد لله، فما يكتبه الله سيكون، وأنا مؤمنة بهذا. أصبت به بالعام 2013، وعاد لي بالعام 2014، وفي العام 2022 ارتفعت نسبة أحد هرمونات السرطان، وبعد الفحوصات تبين أنني غير مصابة. أخبرني الأطباء أن نوع السرطان شرس، ويجب أن أتابع معهم باستمرار، فهو لا يكون خاملا، ولا يمكن السيطرة عليه بالأدوية فقط. وأحتاج إلى متابعات شهرية لمدة خمس سنوات، وبعدها كل ستة أشهر، وبعد عشر سنوات تصبح سنوية. لذا

يجب على الشخص أخذ احتياطاته. كان السرطان ملتويا وخبيثا، لكن الحمد لله انتهت مرحلة المتابعة، وبعد عشر سنوات أصبحت زياراتي سنوية. اكتشفت في نفسي قوة الإيمان، وأنني قوية بالرغم من لحظات الضعف التي مررت بها، وهي لابد منها في حياة الإنسان، لكنني كنت أهلا لهذه التجربة.

فتجربة السرطان أبرزت قيمة أهلي وإخوتي، وكيف دعموني في جلسات الكيميائي، وأظهرت لي الأصدقاء الحقيقيين الذين يظهرون في المحن. شعرت أنني ولدت من جديد، فعقليتي اختلفت، وأصبحت أكثر انفتاحا على الحياة، وأحببتها أكثر. فأنا أحب الطبيعة، وأحب أن أستكشف، وأرى أشياء جديدة، وأجرب أمورا لم أكن أفعلها من قبل، مثل تجربة قطار الموت، واستكشاف داخل الجبال بعدما كنت أخاف من صعودها. أصبحت أحب أن أجرب كل شيء.

لا أنفي أن سرطان الثدي أثر على أنوثتي. فقد كنت مصرة على إزالة ثدي واحد، وكان ذلك في عمر 33 سنة، ولم أكن متزوجة وقتها. عندما أصررت منذ أول مرة ظهر بها الورم على الأطباء أن يزيلوا الثدي، لم يقبلوا في ذلك الوقت، وأخبرني الطبيب: «لن تتزوجي، من سيتزوجك؟ لن تكوني امرأة كاملة وجزء منك مفقود». كان أي شيء آخر مجرد كماليات، أما الشيء الأساسي عندي فهو أن أعيش حياتي مع أمي وأخواتي.

في العام 2014 عاد لي المرض مرة أخرى، وأصررت مجددا على استئصال الثدي، لكنهم رفضوا أيضا. إلى أن ساق الله لي في العام 2016 د. أمل الريس، والرئيس د. عبدالشهيد فضل، اللذين أجريا لي العملية وأزالا الثديين معا، مع عملية ترميم لهما. وكانت البحرين حينها الدولة الخليجية الأولى الرائدة في هذا المجال. نعم، عملية الترميم التي أجريتها لم تكن كاملة، لكن بالنسبة لي كنت أرى أن لدي نقصا أعتبره جمالي الخاص. مثلما هناك أشخاص يعجبهم شكل آذانهم المميزة، أنا أعجبني جسمي بكل عيوبه، وتقبلت ذلك، واقتنعت إلى اليوم، والحمد لله أنا متصالحة مع نفسي.

سرطان الثدي لا يقتل، الناس يخافون منه، ولا ينطقون حتى اسمه، فيصفونه بـ«الخبيث» أو «الذي لا يذكر اسمه». لكن لم يخلق الله مرضا إلا وجعل له علاجا. اكتشفت المرض في المرحلة الثالثة؛ لأنني كنت مهملة ولم أفحص مبكرا، وكان والدي قد توفي للتو. والذي جعل الأمر يبدو أوضح هو عرس أخي. أتمنى من الجميع أن يفحصوا مبكرا، فأي غدة أو شيء غير طبيعي تشعر به المرأة، عليها أن تستشير طبيبا، سواء بالفحص عبر الأشعة فوق الصوتية أو الماموغرام.

وأتمنى أن تكون لدينا لقاءات خاصة بالمتعافيات، لمن لا يحببن الحديث، إذ إن كثيرا منهن لا يرغبن في استرجاع الذكريات مع المرض والعودة إلى تلك المرحلة مرة أخرى. يمكن أن تكون جلسات بسيطة للحديث والبوح والفضفضة، تفتح لهن المجال ليتمكن من التعبير. فهناك متعافيات كثيرات لا يحببن المرور بتلك المرحلة ثانية أو حتى الحديث عنها. فلتكن اجتماعات صغيرة بيننا، نجلس ونتحاور ونتشارك التجارب، حتى نعطيهن مساحة ونفتح لهن الباب ليستطعن التعبير. أتمنى أن أكون مصدر إلهام لهن، وأرفع معنوياتهن. كما أتمنى أن يدرك كل شخص يمر بهذه المرحلة أنها ابتلاء وصبر وامتحان، ونحن قادرون على تجاوزه.

أضاف لي المرض حياة جديدة، فقد كان يقال لي: «من سيتقدم لك للزواج وأنت غير كاملة وبك شيء ناقص؟». وفي الفترة التي نصحني فيها الأطباء بإزالة الرحم، تقدم لي زوجي الحالي. صارحته بوضعي، وأخبرته بعملية إزالة الرحم، وطلبت إنهاء الموضوع لأنني لن أستطيع الإنجاب، لكنه تمسك بي أكثر، وشجعني على المضي في العملية. تزوجنا، وأجريت العملية، وكان متفهما، وعوضني عن كل الفترات السابقة التي كنت فيها وحيدة. واعتبرت أبناء إخوتي وأخواتي أبناء لي.

بدأت أستشعر نعمة هذه التجربة التي غيرتني ومنحتني وعيا جديدا بالحياة، وفتحت لي طريقا جديدا، وأضافت لي أشياء كثيرة بعد المرض. فقد كانت حياتي كلها للدوام والعمل، أما الآن فأصبحت هناك مساحات للأهل والأصدقاء بين جلسات السمر واللقاءات والزيارات.

أصبت بأشرس أنواع السرطان وهزمته مرتين، لكنه انتزع جزءا من أنوثتي. ومع ذلك، تصالحت مع التغييرات الجسدية، وواجهت الكلمات الجارحة التي وصفتني بأنني امرأة غير كاملة، لأرد عليها بروح متصالحة مع الذات. وأرى أن فقدان جزء من الجسد أهون من فقدان الحياة نفسها. الأهم عندي أن أبقى قريبة من أمي وأخواتي، وقد أحببت جسدي الجديد بكل ما فيه من عيوب، معتبرة إياه جمالي الخاص.

اللّٰه يعطي من رحمته بقدر ما يأخذ من امتحاناته..

ومنحني ربي زوجا آمن بروحي قبل جسدي، ورآني أنثى مكتملة بالرغم من التغييرات. كان ذلك لطفا من الله وهدية من السماء لصبري وتسليمي. شعرت أنني ولدت من جديد، عقلي تغير، ونظرتي للحياة اتسعت، فحولت تجربتي مع السرطان من محنة إلى منحة، جعلتني أكثر وعيا ونضجا وحبا للحياة. إيماني الراسخ منحني طمأنينة داخلية وهدوءا عميقا لا يزعجه ضجيج العالم، ولو كان بحجم السرطان.

نوف القطان

"خليفة بن سلمان..
الرجل الذي أعادني إلى الحياة

حسن أحمد

كنت أقترب من عامي الرابع، طفلا جميلا بملامحه وروحه المرحة، أملأ المنزل سعادة وأنسا، وأحظى بمحبة الجميع. لم أكن أعرف أن ذلك العام سيأخذني إلى عالم لم أعرفه من قبل، عالم المرض والعلاج والخوف.

كنت أعاني من ارتفاع دائم في درجة الحرارة وألم في المفاصل والأرجل. ظن والداي أنني أعاني من مرض فيروسي، كما يحدث للأطفال، فذهبا بي إلى المركز الصحي، وأجرت الطبيبة هناك الفحوصات، وصدمت والديّ بأنها تفضل تحويلي إلى طبيب أورام، لأن نتائج الفحوصات تبين أنني مصاب بسرطان الدم، ولكن للتأكد أكثر. هزت تلك الكلمات والديّ، ولكنها لم تقنعهما، فذهبا بي إلى الطبيب المختص بالأورام على أمل أن ينفي هذا الاحتمال ويطمئنهما، ولكن الطبيب المختص أكد تشخيص حالتي بعد إجراء الفحوصات، وأخبرهما أنني مصاب بسرطان الدم اللمفاوي.

في ذلك الوقت، كان السرطان اسما مرعبا ومرادفا للموت، وكانت التوعية به قليلة، وانتشار المرض كان محدودا. كان هذا الحدث مهولا، وحول الهدوء في المنزل إلى قلق وخوف وحزن ودموع. لم أكن أدرك ما يجري، ولكنني كنت أشعر في نظرات عيونهم بالشفقة والوداع، كوني كنت صغيرا ومصابا بالمرض. السنوات الأربع الأولى من عمر أي شخص هي بداية عنفوان الطفولة، وبداية إدراكي الواقعي للحياة واستمتاعي بكل ما فيها، وبداية تعرفي الحقيقي على فلسفة الحياة، وبداية اعتمادي على ذاتي في أمور كثيرة، لكنني استقبلت هذه السنوات الأربع وأنا في قبضة السرطان، حيث الألم والمعاناة والعزلة. سلب مني المرض كل طفولتي، كانت تحاصرني نظرات الشفقة أينما ذهبت، فكان هذا يشعرني بالنقص ويضيف ألما إلى ألمي.

كنت أتأثر وأشعر بالحسرة حين أجد الأطفال من حولي بشكلهم الطبيعي ويلعبون ويمارسون طفولتهم بكل سعادة، بينما أنا غير قادر. كنت أراهم يركضون ويلعبون، وأرى شعورهم تنسدل على رؤوسهم، بينما كنت أقف بينهم وأشعر أن شيئا ما يميزني عنهم.. بدأت أستعيد طفولتي وأمارس حياتي بشكل طبيعي، متحررا من نظرات الشفقة والعطف، والتحقت بالروضة والمدرسة، وبدأت ألعب مع أقراني من الأطفال بعد أن كنت أنظر إليهم بحسرة وعجز، ولم يكن أي شيء يعوقني، كنت منطلقا في الحياة. لكن تلك الحياة التي استعدتها لم تدم طويلا.

في الجانب الآخر، كنت مواظبا على الفحوصات الدورية للتأكد من عدم عودة المرض. وبعد الانتهاء من أحد الفحوصات الدورية، وتحديدا في العام 2005، وبعد سنوات من المتابعة الدورية، اكتشف الأطباء أن المرض عاد وانتشر في الدم مرة أخرى. عشت لحظة صمت بعد سماع الخبر، وعادت لي الذكريات، وكل المشاهد المؤلمة. شعرت بحزن شديد، وشاركني أهلي ذات الشعور، ولكنني قررت النضال مجددا لهزيمته، فاستعدت المبادرة. كانت خيارات العلاج مختلفة هذه المرة، إذ كنت بحاجة إلى زراعة نخاع، وهذا العلاج غير متوافر في البحرين. ولأن تكاليف العلاج باهظة، قررت كتابة مناشدة في إحدى الصحف المحلية للمغفور له سمو الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة للعلاج، فقد كان (رحمة الله عليه) حريصا دائما على متابعة المواطنين ومشكلاتهم فيما يتعلق بالمواطن، وهذا دليل كبير على وقفاته ومساندته للمواطن، سواء في الحالات الإنسانية أو الحالات الأخرى.

كنت أنا ووالداي نعيش صدمة سرعة الاستجابة للمناشدة من قبل سمو الأمير خليفة (رحمة الله عليه)، فلم نكن نتوقع أن تكون الاستجابة بهذه السرعة، فالفاصل بين نشر الخبر والرد يوم واحد فقط. كان هناك شعور مختلط بين فرحة الاستجابة وهم المرض، ولكن في الوقت نفسه منحتنا فرحة الاستجابة دافعا كبيرا لمواصلة مشوار العلاج بفضل الله تعالى ثم فضل سمو الأمير. سافرت إلى العلاج في ألمانيا على نفقة المغفور له سمو الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة وبأمر منه. كان لهذا الموقف من سموه الأثر الكبير عليّ، ومنحني القوة لمواجهة المرض وضخ كميات هائلة من الأمل في قلبي المتعب. كنت بحاجة إلى عملية زراعة نخاع، لكن لم يوجد متبرع هناك، فلم يكن أحد من أقاربي يطابقني، فنسبة المطابقة يجب أن تكون 100 %، فتم علاجي هناك في ألمانيا بالكيميائي والإشعاع.

عدت للحياة مجددا بفضل الله، ثم بفضل سمو الأمير الراحل الذي لم يكن دعمه مجرد تكفل بالعلاج، بل كان بالنسبة إلي مصدرا للأمل والقوة. فمبادرته منحتني طاقة إيجابية وقوة لتخطي المرض. قصتي مع سموه لم تنته بتكفله بالعلاج، شعرت أنني مدين له بحياتي الجديدة، ولذلك بقي حلم لقائه وشكره يرافقني. فنعمة الصحة التي أنعم بها والعلاج الذي حصلت عليه كانا بفضل الله ثم بفضل سموه، أصبح هذا هدفا لي، فلولا مبادرته لما تمكنت من العلاج. وفي الجانب الآخر، كنت أمارس طقوس الحياة بكل سعادة، وأمارس

هوايـاتي، فقـد كنـت أحـب الرياضـة عمومـا والسـفر والقـراءة. بـدأت نشـاطي في مسـاعدة المـرضى وأهاليهـم كمبـادرة منـي، فقـد كنـت أجـري الاتصـالات مـع المـرضى وأهاليهـم وأشرح حالتـي، وأتحـدث عـن تجربتـي وأزرع الأمـل فيهـم، وأبـدد اليـأس الـذي يـتسرب إليهـم بسـبب وحشـية المـرض.

مضـت سـنة على رحلـة الـعلاج، وحلـم لقـاء سـمو الأمير الراحـل يتضخـم يومـا بعـد يـوم، وأصبـح تحديـا عنـدي. كانـت صـورة سـموه لا تفارقنـي، حتـى حانـت الفرصـة، حيـث كان سـموه عائـدا مـن تكريمـه في الأمـم المتحـدة مـن الأمين العـام السـابق بـان كي مـون بجائـزة الشرف للإنجـاز المتميـز في مجـال التنميـة الحضريـة والإسـكان، المقدمـة مـن برنامـج الأمـم المتحـدة للمسـتوطنات البشريـة، وقـد أعـد أهـالي المحـرق مراسـم اسـتقبال لسـموه في شـارع المطـار. كنـت سـعيدا بهـذا الـخبر، واعتبرتـه فرصـة لا تعـوض للقـاء سـمو الأمير. اسـتعددت للحظـة وذهبـت للاسـتقبال مـع أهـالي المحـرق، ومـا إن اقترب سـموه ورأيـت الموكـب يتوقـف، شـعرت أن اللحظـة التـي انتظرتهـا طـويلا أصبحـت أمامـي. اقتربـت مـن أحـد أفـراد الحراسـة وقلـت لـه إننـي أريـد أن أسـلم على «بابـا خليفـة». لم أكـن أعـرف مـاذا سـأقول لـه عندمـا أراه، لكننـي كنـت أعـرف شـيئا واحـدا: أريـد أن أشـكره، فاصطحبنـي شرطـي الحراسـة إلى سـيارة سـموه، وكانـت اللحظـة التـي تمنيتهـا، فأطـل عليّ سـموه مـن نافـذة السـيارة، فأخبرتـه بـكلام طفـولي: أنـا أريـد أن أسـلم عليـك وأشـكرك لأنـك عالجتنـي على حسـابك. ابتسـم سـموه ورد عليّ: «هـل أنـا عالجتـك على حسـابي؟»، فـرددت عليـه بنعـم. كان شـعورا يصعـب وصفـه، فقـد كانـت تغمرني الدمـوع، ليـس خوفـا، فقـد كان لقـاء سـموه وشـكره على مـا قدمـه إلي بالنسـبة إلي حـلما وأمنيـة، وتحقـق هـذا دون تخطيـط مسـبق، فالله اسـتجاب دعـائي. كان شـعورا جميـلا بالنسـبة إلي يضاهـي الشـعور بعـد الشـفاء.

بعدهـا تواصـل معـي ديـوان سـموه ونسـقوا لقـاء في اليـوم التـالي في قصر القضيبيـة. ذهبـت مـع والـدي وأخـي، وبمجـرد أن رآني سـموه في الـقصر، تذكـرني وابتسـم وقـال: هـذا الطفـل الـذي تحـدث معـي أمـس، نـاداني وذهـب إلي. وصفنـي بالبطـل، وكانـت لمسـاته وأسـلوبه في المعاملـة يتـسمان بلطـف كـبير، وهـذا الموقـف لا يمكـن أن يـزول مـن ذاكـرتي. وألقيـت بعدهـا قصيـدة:

يا بوعلي..

مثل المطر يا صافي الروح ذكراك — تغسل هموم النفس وتروي ضماها

جعل ربي يا أبيض الوجه يرعاك — وجعل عين ما تودك تلقى عماها

وعسى السعادة دايم الدوم وياك — وعسى الفرح يجيك من عالي سماها

عـدت لحيـاتي الطبيعيـة مـع تأخـر في الدراسـة، وقدمـت امتحانـات اجتيازيـة فقـط، حتـى أجتـزت مرحلـة الصـف الرابـع، وانتظمـت بعدهـا في مرحلـة الصـف الخامـس، وعـادت لي هوايـاتي ونشـاطاتي، وواصلـت دعـم المـرضى. ولكـن فجـأة شـعرت بصـداع مزمـن، واسـتمر طـويلا دون توقـف، فشـعرت بالقلـق، لكـن كانـت الفحوصـات سـليمة في الـدم. فتـم إجـراء فحوصـات إضافيـة، وبعـد سـحب عينـة مـن الظهـر، اكتشـفوا أن هنـاك خلايـا سرطانيـة في الـرأس بنسـبة كـبيرة، فالخلايـا السرطانيـة لم تثبـت في الـدم فقـط، لكنهـا انتقلـت إلى الـرأس. وكانـت خلايـا سرطانيـة بنسـبة 90 % في الـرأس، وهـذا هـو سـبب الصـداع المزمـن. كان الأمـل بعـد اللـه في سـمو رئيـس الـوزراء، وتمـت المناشـدة للمـرة الثانيـة، وكان الـرد سريعـا كعادتـه، وتكفـل بالـعلاج.

سـافرت إلى الـعلاج في ألمانيـا، كان شـعور أهلي في فترة الـعلاج يشـوبه الإحبـاط، وهـو لم يكـن عنوانـا لضعـف الإيمـان، فقـد كان الوضـع كلـه معبـأ بالحـزن والقلـق. كنـت أشـعر بأننـي قـد ضعفـت واستسـلمت للمـرض، فقـد كنـت أطلـب مـن أهلي الرجـوع إلى البحريـن، لأننـي شـعرت باليـأس وأن لا سـبيل للـعلاج، وأن هـذه المـرة انـتصر السرطـان على عنفـواني، فقـد أدركـت مـدى خطـورة المـرض، وكنـت أحـدث نـفسي بأننـي سـأموت، لكـن بعدهـا، في حديـث بينـي وبين نـفسي، حديـث بتفـكير وتأمـل، قلـت إن اللـه سـبحانه وتعـالى نجـاني مـن المـرض مـرة ومـرتين، وقـادر على أن ينجينـي للمـرة الثالثـة، وتذكـرت كذلـك كلمـة سـمو الأمير الراحـل إلي بـأني بطـل ونفتخـر بـك، فاسـتعدت ذاتي المتعبـة، وضخـت كميـات هائلـة مـن الأمـل والتحـدي.

بـدأ الـعلاج وانتهـت فترة الكيميـائي والإشـعاعي، وفي هـذه الـفترة كانـوا يبحثـون لي عـن مـتبرع للنخـاع، وحصلـوا على مـتبرع مطابـق 100 %، وتـم الـتبرع ومـن ثـم زراعـة النخـاع. اسـتغرق الـعلاج سـنة ونصـف السـنة، بين الـعلاج الكيميـائي والإشـعاعي وزراعـة النخـاع، وكان بعدهـا يحتـاج إلى أخـذ الأدويـة الخاصـة بعـد عمليـة الزراعـة لمـدة سـنة، كأدويـة تثبيـت المناعـة. بعـد 5 سـنوات مـن الـعلاج، تجـاوزت مرحلـة الخطـر، وكانـت المتابعـة بين الطبيـب المختـص في البحريـن وألمانيـا. وعـدت للحيـاة مجـددا مزهـوا بانتصـاري، شـعوري بعـد الـعلاج لا يوصـف، فأشـكر اللـه على الشـفاء، وأشـكره على الأشـخاص الذيـن سـخرهم لي، وكانـوا السـبب بعـده في شـفائي.

حاليـا أمـارس حيـاتي الطبيعيـة، بالرغـم مـن الأعـراض التـي تسـتمر مـع مـرضى السرطـان، مثـل ضعـف المناعـة، وأنـا حاليـا على مشـارف التخـرج مـن الجامعـة، وموظـف في إحـدى الـوزارات الحكوميـة. فلا يوجـد شيء يبعـدني عـن السـعادة والإيجابيـة. وأحـاول قـدر الإمـكان أن أكـون نموذجـا إيجابيـا وحافـزا للمحـاربين الآخريـن، فيسـتمدون منـي القـوة، وأنـا أسـتمد منهـم القـوة مـن صبرهـم وعزيمتهـم. وهـذا كان عـاملا رئيسـا في تقويـة ذاتي المتعبـة والتخفيـف مـن المصيبـة، ووقفـة أمـي وأبي لا يمكـن أن أنسـاها، فقـد عاشـا معـي لحظـات الألم وشـاركاني في كل دمعـة تسـقط مـن عينـي المجهـدة، ورافقـاني في فترة الـعلاج وتغربـا معـي وتـركا إخـوتي ليكونـا لي سـندا وعونـا في وقـت الـعلاج.

بعـد أن تماثلـت للشـفاء، كنـت أحمـل الأمـل بلقـاء صاحـب السـمو المـلكي الأمير الراحـل، فرحيلـه تـرك أثـرا في جميـع فئـات الشـعب، صغـارا وكبـارا، ومواقفـه تثبـت إنسـانيته وحبـه لشـعبه. لا أنسى وقفتـه معنـا نحـن عمومـا، ولا أنسى وقفتـه معـي أنـا شـخصيا، وسـأظل أردد بينـي وبين نـفسي ومـع العـالم: شـكرا سـمو الأمير خليفـة بـن سـلمان على مـا قدمتـه لي، شـكرا، فلـك مكانـة خاصـة في قلبـي لـن تتـغير إن شـاء اللـه مـدى الحيـاة، فموقفـك معـي لا أنسـاه، وهـذا المعـروف سـأحمله وأفتخـر بـه مـا دمـت حيـا.

قد يكون المرض قاسيا لكنه علمني..

ومـن شـخص هـزم السرطـان ثلاث مـرات، أقـول: قـد يكـون المـرض قاسـيا، لكنـه علمنـي أن في داخـل الإنسـان قـوة لا يعرفهـا إلا حين يواجـه أصعب لحظاتـه. علمنـي الـصبر والتحمـل، وجعلنـي أكثر تعلقـا باللـه وإيمانـا بقدرتـه. فالمـرض ابـتلاء، لكـن الشـفاء بيـد اللـه، ومـا بينـهما رحلـة يتعلـم فيهـا الإنسـان كيـف يتمسـك بالحيـاة. فتجربـة السرطـان أصبحـت جـزءا مـن حيـاتي، لكنهـا لم تعـد تحـدد حيـاتي.

حسـن أحمـد

"وانتصرت بالصبر..
رافقت ابني مريض السرطان
بالأمل والتفاؤل

علي فردان

والدته تروي قصته

لم أكن أتخيل أن الكدمات التي كنت أراها على جسد ابني «علي» ستكون بداية رحلة طويلة مع السرطان. كان علي طفلا طبيعيا يعيش طفولته مثل بقية الأطفال، إلى أن جاء ذلك اليوم الذي تغيرت فيه حياتنا كلها.

كانت حياة علي مستقرة قبل المرض، فلم يكن يعاني من مشكلة، فقط كان يعاني من الثلاسيميا ونقص الخميرة، لكن حياته كانت طبيعية جدا، من دون أي مشكلات، حياة تضج ببراءة الطفولة وهدوئها وجمالها. التحق علي في عمر السنتين بالروضة لتعلم اللغة الإنجليزية عن طريق الألعاب، حرصا من العائلة على أن يكتسب كل المهارات، ومن ضمنها اللغة الإنجليزية. كان طفلا طبيعيا، ويعيش طفولته كباقي الأطفال بهدوء وأمان وطمأنينة.

كنت ألاحظ وجود كدمات على أرجله، كدمات زرقاء وبنفسجية وخضراء. وكان الجميع يسألني عنها وعن سببها. كنت معهم في حالة استغراب، ولكنني كنت أرجح السبب إلى كثرة حركة علي، فكنت أتوقع أنه سقط، وأن الكدمات من آثار السقوط، لذلك أقنعت نفسي بأنه سقط بعد اللعب لكثرة حركته.

في يوم من الأيام، كنت أوقظه للذهاب إلى الروضة، يوم كسائر الأيام، ولكن هذه المرة لم يستجب ورفض النهوض. وعندما استيقظ، كان أمرا مريبا يحدث، فقد كان يمشي ويسقط مثل طفل في بداية تعلمه المشي.

ذهبت به إلى إحدى العيادات الخاصة، وأخبرت الطبيبة بالتفاصيل، فأجرت فحوصات أولية، من قياس درجة الحرارة والكشف على البلعوم والأذن، وكل الأمور كانت سليمة. عندها طلبت الطبيبة من علي الحضور إليها، فاستجاب علي ومشى قليلا وسقط، وحاول مرة أخرى وسقط، ويبدو أن الطبيبة شخصت المرض من تلك اللحظة، ولكنها لم تخبرنا، بل نصحتني بالذهاب مباشرة إلى مستشفى السلمانية، لأنه قد يعاني من هبوط في الدم وسيحتاج إلى دم، وهو باهظ الثمن في العيادات الخاصة. وما زاد قلقي أنها أعطتني رقم هاتفها الخاص للتواصل لأطمئنها عليه، فسألتها: «هل بعلي مكروه؟»، فأجابت بصوت خافت: «لا.. فقط للاطمئنان عليه». ذهبت إلى المستشفى مصطحبة معي قلقي وخوفي على ابني الوحيد، وتم إدخاله مباشرة إلى غرفة الأطفال. وبعد التحاليل، أخبروني أنه يعاني من انخفاض في نسبة الدم، إذ بلغت نسبته 6،

زارتنا الطبيبة خلود وذكرت احتمالات عدة، ومنها السرطان واللوكيميا، ولكن لم أنتبه إلى كلامها، فقد كانت تمهد وتعطينا الاحتمالات. كنت أستمع إلى الاحتمالات، ومر اسم السرطان مرورا عابرا دون اهتمام مني. بعد إخراجه من المستشفى، تم أخذ خزعة من الظهر بعد تخديره، وخرجنا من دون أن نعرف تفاصيل عن حالته، ولكن طلبوا منا انتظار اتصال منهم. لم يتأخروا كثيرا حتى وردنا اتصال من المستشفى يطلب حضورنا إلى جناح 202.

كنت أعرف أن هذا جناح خاص بمرضى السرطان، ولكن حينها لم أفكر في هذا ونسيت أو تناسيت، فلم يكن احتمال السرطان واردا عندي، وكان مستبعدا، أو ربما لم أكن أريد أن يكون من ضمن قائمة الاحتمالات.

فجناح 202 أتذكره جيدا، فكنت كثيرا ما أمر بجانبه، كون والدي دائما ما يتم إدخاله إلى المستشفى، وكنت أعرف أنه لمرضى السرطان، فأدعو لهم في نفسي بالشفاء. ولكن حين دخلت هذه المرة، لم أكن أعلم أنني في جناح مرضى السرطان.

دخلت على د. خلود، وكان من دواعي أسفي أنهم لم يخبروني بعدم اصطحاب ابني، فبدأت الطبيبة تتحدث وتتحدث وتسترسل بالحديث والمقدمات لمدة طويلة.. سألتها: «هل تريدين أن تخبريني أن ولدي علي مصاب بالسرطان؟»، فجاء ردها صادما، وقالت بصوت منخفض ومبحوح: «نعم». لم أستطع التحمل، ودخلت في نوبة بكاء هستيرية أمام علي. كنت أظن أن هذا المرض سيخطف مني ابني الوحيد، كنت أظن أن هذا المرض يخطف الأطفال، لم أكن أعلم أن هناك أملا في الحياة. فقد اعتدنا أن السرطان هو مرادف للموت، لدرجة أننا لا ننطق حروف

اسمه. وكان علي في حالة استغراب ودهشة من سبب بكائي. أخرجتني الممرضات لكي أعاين المرضى وأهاليهم، فربما يخفف هذا من وطأة الأمر، حتى أنهن ذهبن بي إلى غرفة الألعاب وظنن أن هذا سيخفف عليّ هول الصدمة، ولكن ما شاهدته كان صدمة لي: أطفال بلا شعر وبكمامات، والأجهزة الوريدية تطوق أجسامهم.

كان مشهدا يدمي القلب لطفولتهم المسروقة، وهذا ما جعلني أنهار أكثر. وطلبوا مني التحدث معهم، لأن هذا سيخفف عني، وكنت في وضع لا أحسد عليه. كنت في حالة صدمة وانهيار، ولم أتحدث. كنت أعيش صدمة الخبر والخوف على ولدي، ورفضت الحديث مع أحد. خرجت من الجناح في حال لا يعلمها إلا الله، فمنظر الأطفال على الأجهزة ومن دون شعر أتعب نفسيتي كثيرا. عدت إلى المنزل وأخبرت الأهل، وكان الخبر صادما لهم، فبعضهم انهار، وحياتنا انقلبت من الهدوء إلى البكاء والخوف.

كانت د. خلود تنتظر مني التوقيع لإدخال علي إلى المستشفى لأخذ أول جرعة كيميائي بتركيب الجهاز. سلمت أمري لله ووافقت على العلاج، وكانت نسبة الشفاء عالية (80 %)، وأخبروني أن العلاج متوافر في البحرين، وسيكون العلاج تحت إشراف الطبيبة خلود مباشرة.

بدأنا العلاج في مستشفى السلمانية، وحدة 202، مع كل الشكر والتقدير للدكتورة خلود. كانت فترة العلاج طويلة، وفيها مشقة ومتاعب وخوف وقلق وسهر، وكان هاجس أن الموت سيخطف ولدي في أي لحظة يلاحقني ولا يبارحني. وعندما يكون علي في وضع صحي مستقر، وحين يسوء وضعه ويشعر بالألم ويكون في حالة تعب، أتجه إلى الله بالدعاء وأقرأ القرآن بخشوع. كانت فترة صعبة وطويلة ومؤلمة، ولكن الحمد لله تخطيناها وأصبحنا أكثر قوة وصلابة في مواجهة التحديات.

كانت أسئلة علي تؤثر في نفسي كثيرا، وكنت مضطرة إلى أن أجيب لأعطيه أملا. كنت سندا إليه في تعبه وألمه حتى يقوى ويتغلب على المرض، فدائما ما تتكرر أسئلته: لماذا لا أستطيع اللعب مع الأطفال في الشارع؟ لماذا لا أستطيع الذهاب إلى الحدائق؟ لماذا لا أستطيع اللعب مع الأهل؟ لماذا لا يوجد لدي شعر؟ لماذا أنا دائما في المستشفى؟ أنا تعبت من الأدوية، تعبت من الإبر. كنت أصنع له وجبة مشابهة للوجبات السريعة في المنزل، وأتفق مع موظف المطعم على أن

وقعت هذه الكلمات عليّ كالصاعقة..

يغلفها مع لعبة لتبدو مثل الوجبات، كنت أختار يوما يكون فيه العدد قليلا في المجمعات، وأذهب معه وهو يرتدي الكمامة، مع الحرص على التعقيم، لكي أبعد عنه كآبة المستشفى، كونه هناك مدة طويلة.

نظرات الشفقة على ابني عند رؤيته كانت مؤلمة، وكنت أشاركه لبس الكمامة حتى لا يشعر بالفرق. والأشد إيلاما أن بعض الأمهات يبعدن أطفالهن عن علي خوفا من انتقال العدوى، بالرغم من أن المرض غير معد، ويرفضن مشاركته اللعب مع أطفالهن، ما يؤثر فينا إلى حد البكاء.

فطفل السرطان ليس مصدر عدوى، وإنما تكون مناعته منخفضة ويحتاج إلى حماية الآخرين له، وهذه مشكلة مشتركة عند أمهات أطفال السرطان. كنا نبكي وحدنا، ولكن كوني أمًا، يجب أن أتحمل مواجهات الناس مع المرض. فهناك أيام نستقبل تباشير من الطبيبة وتكون مفرحة بشأن النتائج، وأيام تكون سيئة مع أخبار سلبية عن النتائج. مرض علي أعطاني القوة وأعطاني الصبر، وأيقنت يقينا أن الله تعالى لا يبتلي عباده إلا لصلاح. الله ابتلى عليا بهذا المرض وابتلاني بالمشقة؛ لأن فيه صلاحا إلينا. استفدت أنا وعلي. فمهما نتضرر ومهما نتعذب، فهو صلاح للعبد.

أنا اليوم أفتخر بنفسي بأنني أم لمحارب السرطان علي، فقد استطعنا بتماسكنا تخطي الآلام وكل المشكلات. أقول رسالتي إلى أمهات أبطال السرطان: كوني قوية، وليكن عندك أمل، فالأمل والابتسامة والتفاؤل أكثر من نصف العلاج. كوني مرافقة لابنك بأمل وتفاؤل وابتسامة وصبر، وكأنك تصعدين درجا كبيرا وستصلين بإذن الله إلى القمة، وقولي: لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا، فالحالة تنتكس في اليأس والتشاؤم.

وشكر خاص للممرضات في الجناح، ونحن نسميهن ملائكة الرحمة، فتعاونهن معنا كان راقيا جدا، إذ كنا نشعر بأننا في المنزل وليس المستشفى، وتعاملهن مع الأطفال كان لطيفا، وكن صابرات ويحاولن رسم الابتسامة على الوجوه المتعبة، ويتفهمن صراخ وشقاوة الأطفال بكل رحابة صدر. فعلا إنهن ملائكة الرحمة.

بفضل اللّٰه، ثم بدعم كل من وقف معنا تجاوز علي هذه الرحلة..

وأصبح اليوم ينعم بالصحة. أما أنا، فما خرجت من هذه التجربة كما دخلتها، فقد علمني مرض علي الصبر، ومنحني قوة لم أكن أعرف أنها موجودة بداخلي، وجعلني اليوم أقول لكل أم تعيش ما عشته: لا تفقدي الأمل.

والدة علي فردان

”
ناضلت من أجل طفلي لأهزم
سرطان الغدد اللمفاوية

دعاء البقالي

في عامي الرابع والعشرين، وأنا في سنة التخرج من الجامعة، تلك اللحظة التي انتظرتها طويلا، ورسمت أحلامي عليها، وهندست مسيرتي في الحياة على خطواتها، لأنها كانت استحقاقا لمشوار من الاجتهاد والصبر المستميت، وجدت نفسي أمام لحظات لا يمكن شرح تفاصيلها أو مشاعرها، ففاجأني القدر بما لم يكن في الحسبان.

فرض سرطان الغدد اللمفاوية نفسه على حياتي، وأربك روزنامة أيامي، وعطل فهرس خطواتي التي كنت أرسمها للمستقبل، فزرع في نفسي الخوف والرهبة. بكيت بحرقة، وعشت الصدمة بكل ما حملته من فزع وألم ودموع وقلق ورهبة متوحشة من مستقبل مجهول قد يصل إلى فقدان الحياة. كنت مستندة إلى كل ما سمعته عن هذا المرض، الذي كان في ذهني مرتبطا بالعلاج الكيميائي وتساقط الشعر، ثم الموت الحتمي.

كنت بنتا طموحة، تخرجت من الجامعة وكنت أنتظر الوظيفة، ولم أكن أتوقع أنني في يوم من الأيام سأصاب بهذا المرض، ولا خطر ذلك على بالي. كنت أسمع عنه، وكباقي الناس الذين يخافون إذا سمعوا بهذا المرض، ولكنني لم أتوقع أبدا أن أكون إحدى ضحاياه، خصوصا في هذا العمر. في العام 2017، حين كنت في سنة التخرج وبداية الإعداد لمشروع التخرج، بدأت الأعراض الأولية تظهر عليّ، التي كانت تعبا من أي مجهود، ولو كان بسيطا، وإرهاقا شديدا.

توقعت أن ذلك بسبب نقص فيتامين د، وفعلا فحصت، وكان منخفضا جدا. كنت أستيقظ من النوم وأشعر بحرارة مع تعرق شديد. تم التشخيص بعد أن شعرت بوجود جسم أشبه بالكرة الصغيرة، بحجم (التيلة)، أسفل الرقبة جهة اليسار، مع وجود حكة بشكل مستمر. في بداية الأمر، اعتقدت أن الحكة سببها العطر، فقلت حينها: «ربما بسبب رش العطر بشكل مباشر على الجلد»،

ثم ازدادت الحكة، وكانت في الجهة نفسها التي أصبت فيها بالمرض، فأخبرت أهلي، ونصحوني بمراجعة طبيب جراح، وبعد الفحص وأخذ العينة، تبين أنه ورم خبيث من الدرجة الثانية في الغدد اللمفاوية. تلقيت خبر الإصابة بالسرطان من د. هاني الساعاتي بشكل مباشر. طبعا كان لدي شكوك بأنه ورم خبيث بنسبة 90 %، حيث كنت أستشعر وجود جسم غريب، وسألت زوجي، فأخبرني أنه ربما كيس دهني، فانتابني الخوف. بحثت في Google عن وجود كرة أسفل الرقبة مع حكة، فظهرت أمامي نتائج عن تضخم الغدد اللمفاوية وأورامها، فازداد خوفي، وأخبرت والدي، فخاف واتصل بالدكتور هاني الساعاتي، فطلب منه مباشرة أن يأخذني إلى عيادته بشكل عاجل.

ذهبنا إلى عيادته، وفحصني باللمس وطرح علي أسئلة عدة، وطلب أخذ عينة وإجراء فحوصات، وقال إن الاحتمالات هي كيس دهني أو ورم حميد أو خبيث. كانت تعابير وجهه توحي بأنه خبيث، فقلت له: «أعلم أنك تعلم أنه خبيث». ومن الأشعة تبين وجود ورم، وبعدها تم إرسال عينة الزراعة إلى ألمانيا. في الأسبوعين اللذين انتظرنا فيهما النتيجة، كانت حالتي النفسية وحالة كل العائلة يسودهما التوتر والخوف والبكاء. وبعد لحظات من الانتظار والترقب، اتصل بنا الدكتور وأخبرنا أن علينا الحضور فورا إلى المستشفى. ذهبنا على عجل، بخوف وترقب، وعندما قابلته قال لي بالحرف الواحد: «دعاء، أنت إنسانة مؤمنة بقضاء الله وقدره، ويبدو عليك أنك قوية، وأنا واثق أنك ستهزمين هذا المرض ولن يهزمك». قلت له بقلق وخوف: «دكتور، لماذا تتحدث معي هكذا؟ ماذا بي؟». قال: «الفحوصات تبين أن عندك ورما خبيثا في الغدد اللمفاوية من الدرجة الثانية»، وهنا كانت الصدمة.

لا أخفي عليكم أنني بكيت بحرقة وألم، وانصدمت وخفت، وأول ما تبادر إلى ذهني العلاج الكيميائي، وأن شعري سيسقط، وقد أموت، وطبعا كل هذا بسبب الصورة السلبية التي يتناقلها الناس عن هذا المرض. سألته: «هو خبيث، صح؟». قال: «انتظري.. السرطان خبيث، صحيح، ولكن هذا من أسهل أنواع السرطان، ونسبة الشفاء كبيرة، خصوصا للشباب. ولو سئل أي شخص سيصاب بالسرطان حتما: أي نوع من السرطان ستختار؟ سيقول: اللمفاوية». سألته عن السبب، فأجاب: «لأن

نسبة الشفاء كبيرة». أول سؤال سألته: «متى سيسقط شعري؟». فابتسم وأجاب: «من قال لك إن أي شخص يستعمل الكيميائي يتساقط شعره؟». قلت: «هذا ما تعلمناه من المسلسلات!». كنت خائفة من هذه اللحظة. قال: «أنت عندك سرطان الغدد اللمفاوية من الدرجة الثانية، وسيتم تحويلك إلى الطبيب المختص».

رب العالمين لا يعطي الإنسان شيئا إلا لصالحه

قررنا السفر إلى تركيا، ولكن الدكتور نصحنا بالبحرين، كون العلاج متطورا في البحرين، وقال «العلاج هو نفسه، لكن الأهم أن في البحرين ستكون النفسية أفضل، لأنك ستكونين بين أهلك وأصدقائك، وفي الخارج ستكون النفسية متعبة».

استقبل الأهل الخبر بالبكاء والنحيب، لكن قد تستغربون لو قلت لكم إن أمي كانت الأقوى بينهم، نعم، كانت الأقوى بين جميع أهلي. صحيح أنها انصدمت وبكت، ولكنها كانت تحمل ثقة بالله، فمنذ اللحظة الأولى التي عرفت فيها أنني مصابة بالسرطان، قالت: إنني لست خائفة عليها، وأعلم وواثقة أن رب العالمين، الذي ابتلاها، قادر على شفائها ويعيدها لي بصحة وعافية. وكان الخبر صدمة للجميع، خصوصا أنني الأولى في العائلة، عائلة الأم وعائلة الأب، التي تصاب بهذا المرض، وكان عمري 24 سنة وقتها. وعلى الرغم من أنهم كانوا يحاولون أن يكونوا أقوياء أمامي، إلا أنني كنت أشاهد عيونهم مليئة بالدموع، وأقرأ نظرات الخوف والحزن فيها. كنت أتحمل الألم لأجلهم.

بعد مراجعتي للدكتور عبدالله العجمي، أخبرني أن العلاج الكيميائي هو الحل، وأن نسبة الشفاء كبيرة بإذن الله، خصوصا أنني في عمر صغير، وأن المرض من الدرجة الثانية، ويعتبر اكتشافه في وقت مبكر إلى حد ما. ولله الحمد، كانت أمور علاجي ميسرة بفضل الله. أكملت جرعاتي بشكل منتظم خلال 8 أشهر تقريبا.

الجرعتان الأولى والثانية كانتا سهلتين، ولكن مع الجرعة الثالثة بدأت أتعب، وكنت أتقيأ دما، وبدأ الشعر بالتساقط، وكنت أشاهده يتساقط بكميات كبيرة. كنت أبكي، ولكنني بدأت أستعيد ذاتي وقلت: «توقفي عن البكاء».

أثر السرطان كثيرا في حياتي الأسرية والاجتماعية. فمن الناحية الأسرية، عرفت حجم الحب الذي تحمله لي عائلتي، والاهتمام الذي لمسته، إذ تكاتف الجميع من أجلي. ومن ناحية أخرى، صديقاتي لم يتركنني للحظة واحدة. حتى أثناء أخذ الجرعات، كن موجودات معي في المستشفى، وهذا خفف علي كثيرا. ومن الناحية الاجتماعية، عرفت كل شخص يحبني فعلا، ومن كان يسأل عني ويتفقد

أحـوالي، وعرفـت كـم يحتـاج المريـض إلى السـؤال عنـه والاهـتمام بـه. في ذروة طغيانـه وبشـاعته وعبثيتـه، كاد السرطـان بـكل وحشـيته أن ينـال مـن عزيمتـي، ولكننـي تذكـرت طـفلي الصـغير، وأنـه لابـد أن أعيـش لأجلـه، وأحـارب هـذا المـرض المتوحـش بـكل قـوتي وقـدرتي، وألا أستسـلم لجبروتـه وسـياطه التـي لا ترحـم، فقـررت أن أقاتـل بـكل جـرأة حتـى الرمـق الأخير، إلى أن أصـل إلى الشـفاء، مـن أجـل أن أبقـى لطـفلي الوحيـد. حيـاتي بعـد التعـافي، وللـه الحمـد، صـارت أفضـل بكـثير، وأنجبـت بنتـا بعـد أن أكملـت الـعلاج بـفترة. السرطـان لم يأخـذ منـي إلا الـفترة التـي كنـت أحاربـه فيهـا، وبعدهـا، على العكـس، أضـاف لي الكـثير مـن الأمـور. لكـن بعـد شـفائي أصيبـت جـدتي بالمـرض ذاتـه، فأخذهـا منـي، وأضـاف لي الـصبر والإيمـان باللـه والقضـاء والقـدر، والتحمـل عنـد الوقـوع في الابـتلاءات.

أحيانـا أشـعر بالخـوف والقلـق مـن عودتـه مجـددا، لكـن رد فـعلي اليـوم سـيكون مختلفـا عـن المـرة الماضيـة؛ لأن شـخصيتي اليـوم تختلـف عـن شـخصيتي آنـذاك. لم يعـد هاجـس الخـوف والحـزن كما كان، بـل أصبـح لـدي إيمـان باللـه وبـكل مـا يكتبـه لي، وأصبحـت أكبر مـن أخـاف مـن هـذا المـرض. وبالرغـم مـن مـرور سـنوات على شـفائي، إلا أننـي إلى اليـوم أتذكـر صـوت أمـي وهـي تدعـو وتناجـي رب العـالمين أن يـردني لهـا بالسلامـة منحنـي الطمأنينـة والأمـان. وكنـت أسـتمد القـوة مـن أمـي المحتسـبة والصابـرة والواثقـة مـن قـدرة اللـه على شـفائي، التـي زرعـت في نـفسي بـذور التحـدي، عبر صوتهـا وهـي تدعـو وتناجـي رب العـالمين أن يـردني لهـا بالسلامـة.

مـن المؤكـد أنـه مـرت عليّ لحظـات كـثيرة مـن التعـب، ولحظـات ضعـف شـعرت فيهـا أن مـا كنـت أمـر بـه هـو نهايـة الحيـاة، وأنـه لا داعـي لإكمال الـعلاج. وتغلبـت على هـذا الشـعور حين كنـت أتذكـر أن لـدي طـفلا صـغيرا، وأنـه لابـد أن أعيـش لأجلـه، وأحـارب هـذا المـرض بـكل قـوتي وقـدرتي.

والحمـــد للّٰه..

بفضـل اللـه ثـم أهلي وزوجـي وصديقـاتي ودعــوات المؤمــنين، تغلبــت على المــرض. وأســأل اللــه أن يشــفي كل مريــض يتــألم مــن هــذا المــرض أو غيره، ويمــن على الجميــع بالصحــة والعافيــة.

دعـاء البقـالـي

”

واجهت الموت..
وهذا أقصى ما يمكن أن
يواجهه الإنسان

حسين جهاد

مرض السرطان يمكن هزيمته. هذه ليست عبارة تقال للاطمئنان فقط، بل هي حقيقة عشت كل تفاصيلها. تجربتي لم تكن نزهة عابرة، ولا ينجو منها كل شخص، فهي تجربة تحتاج إلى أشخاص يحملون مواصفات خاصة وفريدة.

فقد جسدتُ إرادة الحياة في أبهى صورها، إذ كنت في صراع مع أشرس الأمراض وأكثرها وحشية، فأعلنت العصيان والتمرد على سياطه، حتى استطعت ترويضه وهزيمته، وخرجت منتصرا. كنت أجيد خوض المستحيل وغير الممكن، فتخضع لي الأقدار بمشيئة الله، وتكون طوع يدي.

كنت شابا في مقتبل العشرين، بطاقة شبابية متوقدة، وشعلة من النشاط والحيوية، ومنغمسا في الحياة بكل تفاصيلها. وكنت أخطو خطواتي باندفاع وثبات، معبأ بالحماس والشغف. كان وقتي مقسما بين دراستي الجامعية، حيث كنت أدرس المحاسبة في الجامعة الأهلية، وبين عملي موظفا في صيدلية بأحد المستشفيات. كنت أحب العمل، ففي المرحلة الثانوية كنت قد بدأت أول مشروعاتي ببيع اكسسوارات الهواتف، وكذلك حين فتح عمي محلا لتنظيف السيارات، عملت معه في مشروعه. ولأنني أعشق السيارات، كان طموحي أن أفتح مشروعا خاصا بالسيارات، وكنت أطمح أيضا للحصول على وظيفة أفضل ومواصلة دراستي الجامعية حتى الدكتوراه.

لكـن في غمـرة انشـغالي في الحيـاة، عكـر صفـوي ظهـور مجموعـة مـن الأعـراض الغريبـة التـي أقلقتنـي، إذ كنـت أنـام بشـكل كـبير، مـع شـعور بثقـل في الـرأس، وأصابنـي صـداع ودوار وحـرارة في الجسـم وتقيـؤ بشـكل يومـي، ونـزل وزني حتـى وصل إلى 40 كيلوغراما. كما واجهت مشكلات في النظر، فكنت أرى الأشياء مضاعفة، وأحيانا تكون الصورة أمامي معتمة. ذهبت إلى طبيبين، وأخبراني أن نظري سليم، ووصفت لي قطرات للعين. وكان والداي يراجعان معي أطباء الباطنية باستمرار، فقد كانا يعتقدان أن مشكلة التقيؤ بسبب مشكلات في المعدة، وكانوا يصفون لي أدوية لهذا الغرض وللارتجاع المريئي.

استمرت الأعراض، وكانت تزداد يوما بعد يوم، خصوصا مشكلة العين، وبدأت عيني اليسرى تفقد بصرها بالتدريج، وأصبحت أرى بشكل ضبابي، من دون أن أجد إجابات عن أسباب هذه الأعراض. كنت أعاني من ألم بسيط في العين، وصادف أن جدي علي رضي كان لديه موعد لدى طبيب العيون د. محمد شاكر، فأخبرته أنني أريد أن أذهب معه؛ لأنني أشعر بأن عيني ليستا على ما يرام. وافق جدي واصطحبني معه إلى العيادة.

وعندما انتهى من فحصه، طلب من الطبيب أن يفحصني لأنني أشتكي من عيني. فكشف على عيني، وأخبرني أن عيني سليمتان، لكنه طلب مني إجراء أشعة الرنين المغناطيسي على الرأس حالا. ويستذكر جدي علي رضي تلك اللحظات، فيقول: «انتابني القلق والخوف عليك، كونك لا تزال صغيرا. اتصلت مباشرة بحفيدي وابن عمك، وطلبت منه حجز موعد عاجل لأشعة رنين مغناطيسي على الرأس، وعدت بك إلى المنزل».

ذهبت معي والدتي مباشرة بعد عودتنا إلى قسم الأشعة في مستشفى ابن النفيس، وكان ابن عمي علي حسن هو من استقبلني وأجرى الفحص. وفي بداية الفحص، لاحظ وجود مشكلة في الرأس بالصور الأولى، وحين تعمق في الرأس أكثر، عرف أن هناك ورما من خلال خبرته ودراسته، فأخبر الطبيب الذي كان معه، والذي أوضح له أنني سأحتاج إلى عملية عاجلة؛ لأن لدي ورما في الرأس وقد يكون خبيثا.

وقع الخبر كان صادما.. وشعرت بخوف هائل مع نوبات بكاء

فطمأنها بأن الأمور على ما يرام، وأنني أحتاج إلى الراحة فقط لأن الأعصاب متعبة عندي، وذلك لطمأنتها. لاحظت والدتي أن علامات وجهه تغيرت وأن دموع عينيه تكاد تسقط، فبدأت تسأل بخوف شديد عن حالتي..

وفي هذا الجانب، يشير ابن عمي علي حسن إلى أنه من جانب وظيفي وإنساني لم يكن يستطيع أن يصرح لها بأن ابنها لديه ورم في الرأس، وأنه بغض النظر عن خطورة الورم، سواء كان حميدا أو خبيثا، ونوعه بالضبط، فإن وجود ورم في الرأس، الذي يعد قنبلة الجسم كما يسمى طبيا ومركز أعصاب الجسم، بحد ذاته يدعو إلى الخوف. أخذ ابن عمي التقرير وحجز موعدا مع د. نبيل حميد لليوم التالي، ثم خرج من المستشفى وتوجه إلى المنزل. وعندما دخل البيت كان منهارا، ولاحظت والدته الحزن على وجهه، فاستفسرت منه، فأخبرها وهو يبكي: «حسين ابن عمي عنده ورم في الرأس ويجب أن نتدارك الوضع أو سنفقده».

ثم اتصل بوالده حسن وأخبره، فانصدم هو الآخر بالموضوع. وذهبوا جميعا بالتقرير إلى بيت جدي، حيث كان هناك جدي وجدتي وعماتي وخالاتي وعمي. أخبرهم عمي حسن بنتيجة الأشعة وأن لدي ورما في الرأس. كان الخبر بمثابة صاعقة بعثرت كل هدوء وأمان لدى أهلي. كانوا جميعهم في حالة بكاء. لم أكن هناك، ولم أكن أعرف أن اسمي كان في تلك اللحظة مرتبطا بكلمة ستقلب حياة الجميع: ورم في الرأس. كان والدي منهارا، وكانت أمي تعيش صدمة لا تستطيع استيعابها، بينما امتدت حالة البكاء إلى الجميع. وقد أخفوا عني الأمر.

في اليوم التالي اصطحبوني إلى المستشفى برفقة والدي وابن عمي علي وعمي حسن. وحين شاهد د. نبيل الأشعة، انصدم وطلب مني عدم التحرك، وتساءل: كيف أستطيع الوقوف؟ ومن الخلف كان والدي يشير إلى الطبيب ألا يخبرني. حينها أخذني ابن عمي علي إلى الخارج ليتحدث الطبيب مع أهلي.

أخبرهم د. نبيل أنه يجب أن أدخل مستشفى السلمانية، وأن العملية ستكون يوم الخميس المقبل مباشرة، وأنها ستستغرق 12 ساعة. وأضاف أن العملية صعبة وفيها مخاطرة، فقد أصاب بجلطة، أو أفقد الذاكرة، أو عدم الإنجاب، أو عدم تحرك يدي، أو دوران الرأس، ولكن لابد من إجراء العملية.

ذهبوا بي إلى قسم الطوارئ، وتم إدخالي مستشفى السلمانية. حتى تلك اللحظة، لم أكن أعلم حقيقة مشكلتي. وكان والداي قد مهدا لي بالقول إن لدي غدة في الرأس، وأن صعوبتها تكمن في كونها في الرأس لا أكثر. ولم يخبراني بأن لدي ورما خبيثا، ولا عن حاجتي إلى العلاج الإشعاعي والكيميائي، حتى لا أنهار

وليشعراني بالاطمئنان ولا أدخل العملية بخوف.

ولصعوبة العملية، فكروا في إجرائها بالخارج، لكن أطباء مستشفى الملك حمد قرروا أنني غير قادر على السفر، وأن وضعي لا يتحمل السفر إلى الخارج. احتجت إلى عملية أولى لسحب الماء، ثم دخلت العملية الثانية، وقبل العملية أخبروني أن الغدة التي في رأسي قد تكون ورما حميدا، وأنهم سيزيلونها وينتهي الموضوع. في تلك اللحظات، كانت نفسيتي ومعنوياتي مرتفعة. كان الجميع يعلم إلا أنا، فقد كنت أظن أنها غدة بسيطة وسيتم إزالتها كما أخبرني والدي. كنت أشاهد أبي يبكي، ولم أكن أعلم السبب، بينما كنت أعيش وضعي بشكل طبيعي.

دخلت العملية، وكان أهلي في حالة ترقب وخوف، وكانوا يتناوبون على الحضور، بينما لم يفارق والداي المكان مدة 12 ساعة. بعد اثنتي عشرة ساعة، خرجت من غرفة العمليات. لم أكن أعرف كيف بدا المشهد من الخارج، لكنني عرفت لاحقا أن عائلتي لم تتعرف إلي في البداية، كان رأسي مغطى، ووجهي منتفخا. كان عمي حسن أول من عرفني وأشار إليهم: «هذا حسين». وركضوا خلفي عندها انهار والدي وجلس على الأرض، وأغمي على خالتي، وكانت أمي في حالة انهيار.

ويضيف: «كانوا يتوسلون للدخول إلي في العناية المركزة، فسمحوا لأربعة أشخاص فقط بعد إلحاح. دخل هو ووالدي، كنت أصرخ من الألم، ولكن الإيجابي أنني عرفت أبي؛ لأن الطبيب أخبرهم بأنني قد أفقد الذاكرة». ظلت حقيقة مرضي مخفية عني، ولم أعرف طبيعة مرضي إلا بعد العملية. كنت أسأل عن موعد خروجي من المستشفى، حتى جاءني د. نبيل وأخبرني بالمشكلة، وقال: «لا تخف، كل الأمور بخير، والورم تمت إزالته وكل الأمور على ما يرام».

حين نطق باسم السرطان، شعرت بالموت، فلم أكن مستوعبا، وكان أهلي يطمئنونني. يخبرني والدي عن مرحلة ما بعد العملية، فيقول إنهم لم يكتشفوا مدى الصعوبة إلا من بعد العملية، وبأنني لن أتمكن من المشي والحركة أو حتى ممارسة حياتي بشكل طبيعي. كان صعبا عليهم وعليّ أيضا استيعاب ذلك.

ولكن كانت إرادتي أقوى من ذلك، وبدأوا معي علاج التأهيل من جديد، علاجا طبيعيا ومساعدة على المشي نصف ساعة إلى ساعة. كانت تلك الفترة أصعب الفترات، كوني شابا طموحا وجامعيا ولدي وظيفتي وأصاب بهذا المرض، حتى بدأت أستعيد ذاكرتي وأتعافى.

والدتي حملت العبء الأكبر، فهي من كانت ترافقني في المستشفى ومواعيدي العلاجية ومنحتني كل وقتها. كان يفترض في البداية أن أتلقى العلاج الإشعاعي

في الولايات المتحدة؛ لأن الجهاز غير متوافر، وتم تحويلي إلى مستشفى الملك حمد، وهناك، ولحسن حظي، توافر الجهاز، وتم إعداد الخطة العلاجية التي كانت من 33 جلسة إشعاع بالكامل؛ لأنه تبقى لدي تقريبا حجم 3 سنتيمترات من الورم، وكذلك 30 جلسة علاج كيميائي.

كان العلاج الإشعاعي صعبا جدا عليّ. كنت أتبّت، ولا يخرج مني إلا الأنف، وكان وجهي مضغوطا، ويستغرق الأمر ساعة ونصف. وكانت هذه أصعب مرحلة في المرض، حيث تساقط شعري، مع الترجيع وفقدان التوازن والتهاب حاد مزمن في الصدر، وتغير صوتي، مع التوتر والعصبية. وتجاوزت هذه المرحلة. أما مرحلة الكيميائي، فكانت أخف حدة من الإشعاعي، لكنها كانت متعبة أيضا، وتساقط شعري.

حين تساقط شعري كله، ذهب جدي علي رضي إلى الحلاق وحلق رأسه تضامنا معي. لم يقل لي كلاما كثيرا، لكنه فعل شيئا لن أنساه ما حييت. رأيت في رأسه المحلوق رسالة تقول لي: أنت لست وحدك. ويستذكر جدي علي رضي تلك اللحظات، ويقول: إن المواجهة مع المرض كانت هي التحدي، وكان الشغل الشاغل لدى العائلة هو معنوياتي. ومن بعد خروجي من العملية وهم يخبرونني أنني سأتعافى وأنهض وحين تساقط شعري كله بعد العلاج الكيميائي والإشعاعي، ذهب إلى الحلاق وحلق رأسه تضامنا معي، وكان لهذا أثر كبير على معنوياتي.

أصبت بالورم في لحظة تخرجي من الجامعة الأهلية. وكان حفل التخرج قد تحدد بعد أسبوعين من انتهاء جرعات العلاج الإشعاعي والكيميائي. كان شعري كله قد تساقط، وكانت بنيتي ضعيفة، ولم أكن أستطيع المشي بشكل طبيعي.

بعد أسبوعين فقط من آخر جرعات العلاج الإشعاعي والكيميائي، كان موعد حفل تخرجي قد حان. لم أكن أشبه الشاب الذي كان يتخيل يوم تخرجه قبل أشهر. كان شعري قد سقط، وضعفت بنيتي، ولم أكن أستطيع المشي بصورة طبيعية. لكنني قررت أن أذهب. ذهبت إلى الحفل وأنا أحمل معي كل ما مررت به. ذهبت إلى حفل التخرج بحضور جدي وجدتي لأمي، وعماتي وأعمامي وخالتي وابن عمي علي وأمي.

أمي وما أدراك ما أمي..
استلهمت الصبر من صبرها

ويصف والدي المشهد قائلا: إن الموقف كان صعبا عندما خرجت وكنت برفقة أصدقائي. كان جميع الحضور من العائلة يبكون متأثرين لرؤيتي في يوم تخرجي. كان الموقف مؤثرا جدا». وعن حياتي بعد التعافي، أستطيع القول إنها أصبحت أفضل من قبل، وتعلمت الصبر. فبعد تجاوز هذه المحنة الكبيرة، أصبح كل شيء يمكن الصبر عليه. وتعلمت أنني أستطيع فعل كل ما أريد، ولا أخاف من أي شيء يعترض مسيرة حياتي. فأنا واجهت الموت، وهذا أقصى ما يمكن أن يواجهه الإنسان.

أصبحت أفكر بشكل أوسع، وعقلي صار أكبر وينفتح لأشياء وآفاق جديدة، فعرفت ما هي الحياة. واستأنفت حياتي، وعدت إلى الوظيفة، وتزوجت وأنجبت مولودا، وترقيت في وظيفتي في مكتب التأمين الصحي بصيدلية مدينة حمد. والآن أستعد لدراسة الماجستير وصولا إلى الدكتوراه. وأقول لكل مريض سرطان يخشى الذهاب إلى المستشفى ويستسلم للمرض ويراه مرادفا للموت: إنك تستطيع هزيمته والقضاء عليه. لا شيء يوقفك.

وفي ختام رحلتي، أود أن أشكر كل من وقف معي في رحلتي ومحنتي هذه، وفي مقدمتهم والداي وعائلتي وجميع الناس، سواء من تواصل معي بالسؤال عبر الهاتف أو بالحضور الشخصي. كما أوجه كلمة شكر إلى الطاقم الطبي الذي أشرف على علاجي، وفي مقدمتهم د. نبيل حميد وطاقم التمريض في جناح 66 بمستشفى السلمانية الطبي، وكذلك في مستشفى الملك حمد، الطبيب المعالج بالإشعاع د. أشيش، وطبيب العلاج الكيميائي د. زكي، مع جميع الطاقم.

كانوا متعاونين جدا إلى أبعد حد، وجسدوا عبارة «ملائكة الرحمة» بأبهى صورها. وأخص بالشكر والديّ اللذين رافقاني في كل رحلتي مع العلاج، وجدي علي رضي الذي كان له الدور الأبرز في دعمي ماديا ومعنويا، وابن عمي علي حسن الذي كان يشرف على الأمور الطبية بحكم عمله، وإلى جميع أهلي وأصدقائي.

كنت أعتقد أنني أعرف الحياة قبل المرض..

لكنني لم أعرفها حقا إلا بعد أن واجهت الموت. اليوم، حين أنظر إلى ما حدث، لا أرى السرطان نهاية مرحلة، بل أراه اللحظة التي بدأت فيها أفهم قيمة الحياة، وأعرف أن الإنسان يستطيع أن يعود من أصعب الأماكن إذا تمسك بالأمل وبمن يحبونه.

حسين جهاد

"من سرير العلاج إلى العربة العسكرية

عبدالله خليفة

بلسان والدته

لم أنس ذلك اليوم حين رأيت ابني عبدالله يجلس إلى جوار سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة في العربة العسكرية ضمن مبادرة «ابتسامة»، يومها لم أبكِ خوفا كما بكيت في المستشفيات، بل بكيت فخرا. تذكرت الطفل الذي حملته بين المواعيد الطبية وجلسات العلاج، وها هو اليوم يحقق حلما كان يردده ببراءة: «أريد أن أصبح ضابطا في الجيش».

في تلك اللحظة، عادت بي الذاكرة سنوات إلى الوراء، إلى اليوم الذي تبدلت فيه حياتنا كلها. لم أكن أعلم أن انتفاخا صغيرا في بطن طفلي سيقودنا إلى أطول رحلة في حياتنا.

كان عبدالله طفلا كأي طفل في سنه، يحب الحياة ويلعب ويستمتع بطفولته، وكان يعاني بعض المشكلات الصحية في القلب والرئة، لكنها لم تكن تؤثر في حياته. لكن ذلك الاستقرار لم يدم طويلا، إذ لاحظت وجود انتفاخ في بطنه كان يمكن تحسسه باليد، فذهبنا به إلى المركز الصحي، وأخبرني الطبيب بأنه مجرد غدة ستزول مع الأيام، ولكن وبعد مرور ثلاثة أشهر، لاحظت أن الانتفاخ ازداد وكبر، فذهبت به إلى مركز الرفاع الشرقي الصحي، وحولتني د. دربة بعد المعاينة مباشرة إلى مجمع السلمانية الطبي من دون أن توضح، وبعد فحوصات الدم، أخبروني: «ابنك لديه ورم خبيث».

وفي الأول من يناير بالعام 2013، تأكد التشخيص.. سرطان كبد في المرحلة الثالثة، بعد فحوصات الدم وأشعة الرنين المغناطيسي. ما زلت أذكر وقع تلك الكلمات على أذني. شعرت أن الزمن توقف، وأن الأصوات من حولي أصبحت بعيدة جدا، وكأنني تائهة في صحراء شاسعة. كنت وحدي حينها، ومع ذلك لم أنهر، كنت هادئة ومتماسكة، وكأن الله مسح على قلبي، فاستوعبت الخبر ومنحني القوة. أما والده، فانهار بعد سماعه الخبر.

لم تكن لدينا خلفية عن سرطان الكبد، فبدأت رحلة البحث عنه ومراحله وطرق علاجه، كان المرض غريبا عليّ، بالرغم من أن لدينا تاريخا عائليا مع السرطان، فعماتي كن مصابات بسرطان الثدي. حين سألت د. خلود السعد عن حالته، وأكدت لي أنه في المرحلة الثالثة، سألتها مباشرة: «هل هناك حالة مشابهة لحالة ولدي؟» فأخبرتني أن آخر حالة مشابهة كانت قبل 15 عاما، وأنه لا توجد حالة مشابهة لحالته.

ومنذ تلك اللحظة، وبعد أن لم أحصل على إجابات مطمئنة، قررت أن أعالجه في الخارج، فاتصلت ببرنامج «صباح الخير يا بحرين» في إذاعة البحرين، وناشدت المغفور له سمو الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة. ولم تمض خمس دقائق حتى تلقيت اتصالا من مكتب سموه، وطلبوا التقرير الطبي، وهذه المبادرة من سموه أشعرتني بالاطمئنان. بعد ذلك تم الترتيب والتنسيق للعلاج، وخيرت بين الأردن وسنغافورة، فاخترت سنغافورة. وحين وصلنا إلى سنغافورة، ذهبنا مباشرة إلى المستشفى، حيث كان الطبيب في استقبالنا وشرح لنا خطة العلاج. وفي اليوم الثاني بدأ العلاج الكيميائي. كان عبدالله صغيرا ولا يستوعب ما يدور حوله، وتلقى العلاج بهدوء، فأخذ عشر جرعات من العلاج الكيميائي، وكانت معنوياته قوية.

لكن ارتفاع انزيمات الكبد أدى إلى تكون الماء الأبيض في العين، فقبل البدء في الكيميائي أجريت له عملية إزالة الماء الأبيض وعالجوا كسل العين وزرعوا عدسة. ولأن الكيميائي يؤثر على عضلة القلب والسمع، كنا نتابع ونتأكد من عدم تضررهما، ونحذر ونحتاط عند عودتنا إلى المنزل؛ لأن مناعته كانت ضعيفة، فكنا نتجنب الخروج. واستغرق التعافي مدة سنة إلى سنتين. وبعد العلاج الكيميائي، أصابه فرط حركة، ونتابع ذلك مع اختصاصية تنشئة أطفال.

أمنيتي أن أكون ضابطا في الجيش..

ولله الحمد، أضافت لي التجربة الصبر، ومنحتني القوة والتحمل، وأصبحت أدقق في كل عارض أو مرض، وأجعل من الصحة أولوية، وأتابع مع مختص عند ظهور أي عارض ولا أتجاهله. تجاوزت المحنة بتوجهي إلى رب العالمين، وكانت علاقتنا بالله وإيماننا بأن الشفاء بيده سبحانه وتعالى، وأن الأطباء ما هم إلا سبب، الداعم الأكبر لنا في تخطي المحنة. إضافة إلى ذلك، كان الترابط الاجتماعي والتكاتف والتعاون مع عائلات المرضى مصدر دعم كبير لنا، حيث كنا كعائلة واحدة، نلتقي في المستشفى ونتبادل التجارب.

«أمنيتي أن أكون ضابطا في الجيش».. كانت هذه أمنية طفلي عبدالله خليفة، حين سئل عن أمنيته ضمن مبادرة «ابتسامة طفل». أثارت أمنيته دهشة وذهول القائمين على المبادرة، كون معظم الأطفال طلبوا أشياء شخصية، مثل جهاز لابتوب أو مشغل ألعاب فيديو منزلي. وفي لفتة إنسانية جميلة، بادر النائب الأول لرئيس المجلس الأعلى للشباب والرياضة رئيس الهيئة العامة للرياضة رئيس اللجنة الأولمبية البحرينية، سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة، في جولة بمعسكر الروضة، ليشهد معه يوما من أيام المعسكر. كانت ابتسامة عبدالله وهو يؤدي التحية ببدلته العسكرية لحظة لا تنسى بالنسبة لي، كما كانت ملهمة لكل أطفال السرطان، وباعثة على روح التحدي في مواجهة هذا المرض المتوحش. كانت ابتسامته تختصر الكثير، ابتسامة هزمت ظروفا قاسية، وتبعث على الفخر والاعتزاز.

وحين سئل عبدالله عن سبب أمنيته في أن يكون ضابطا، قال إنه يريد أن يرد الجميل للوطن الذي كان السبب في شفائه بعد الله، وقال: «مبادرة سمو الشيخ خالد بن حمد جعلتني أفتخر أنني بحريني، فأدعو له في كل صلواتي». وأنا بدوري أقدم شكري إلى مبادرة «ابتسامة»، التي كانت سببا في تحقيق أمنية عبدالله، وإدخال هذه الفرحة الكبيرة إلى قلبه.

مبادرة سمو الشيخ خالد بن حمد آل خليفة حفظه الله ورعاه كان لها الأثر العميق في قلوب أطفالنا وقلوبنا، فإن الفرحة التي رأيتها في عين ابني لا توصف، فكيف أن أمنية ذكرها ابني بعفوية وبراءة تتحقق بإذن الله. وهذه المبادرة الكريمة انعكست إيجابا في جميع النواحي، فتقدم في دراسته وارتفعت معنوياته، وأصبح ينظر دائما إلى المستقبل بتفاؤل، ما ساهم في تحسن حالته.

ونحن ندرك بأن هذا المرض ابتلاء عموما، وأن تأثيره أشد قسوة على الأطفال الذين لم يدركوا حقيقته وخطورته، والحمد لله الذي هيأ لنا في هذا البلد العزيز شخصية مباركة ومميزة، فقد كانت مبادرة سموه نبراسا وضياء لنا جميعا. صحيح أن عبدالله تخطى المرحلة الحرجة والخطرة، لكنه ما زال يحتاج إلى متابعة مستمرة

ودورية، تشمل فحوصات الدم ومتابعة العين ونمو الكبد، وما زال يتلقى العلاج في الخارج. ففي شهر يوليو الماضي، سافرنا إلى سنغافورة، وهناك علاج جديد يتلقاه بالتعاون بين سنغافورة والهند عن بعد، وسنحتاج إلى السفر مجددا إلى الطبيبة المعالجة لتقييم مدى التقدم في حالته.

وجميع تكاليف العلاج تقع على كاهلنا، ما أرهقنا ماديا، وحاليا أبحث عن وظيفة لأتمكن من مواصلة علاج ابني. عبدالله حاليا منطلق في الحياة، والمرض بالرغم من قساوته، لم يمنعه من ممارسة حياته بكل تفاصيلها، فيواصل الدراسة ويمارس هواياته، ومنها كرة القدم.

وأمنيته أن يكون لاعب كرة قدم في صفوف الفريق الأول لنادي الرفاع الشرقي الذي يعشقه، والذي احتفى به حديثا، إذ التقى لاعبي النادي، وأهدي قميص الفريق موقعا من جميع اللاعبين. من تجربتي، أرى أن على أهل مريض السرطان التحلي بالصبر والقوة، لأن الطفل سيضعف بضعفهم، ويستمد قوته منهم. ونصف العلاج هو العلاج النفسي، خصوصا في مرحلة الكيميائي، ولذلك يجب ألا نظهر ضعفنا أمامه، لأنه سيتأثر بذلك.

كما أتمنى أن يدعم المجتمع أهل محاربي السرطان؛ لأنهم يكونون متعبين، ويحتاجون إلى من يساندهم حتى يستمروا من أجل صحة أبنائهم. ولابد أيضا من زيادة الوعي، لأن هناك جهلا واعتقادا لدى البعض بأن مرض السرطان معد، فيمنعون أبناءهم من الاختلاط بالمرضى. هذه نظرة خاطئة يجب التخلص منها.

لا يفوتني أن أتوجه بالشكر والتقدير إلى منتسبي مبادرة «ابتسامة»

لما يبذلونه من جهود مباركة في دعم محاربي السرطان، فقد كانوا سببا في تحقيق أمنية ابني.

والدة
عبدالله خليفة

"مواجهة مع أشرس أنواع السرطان

بتول السيد شبر

كنت محاربة من نوع آخر، شاءت الأقدار أن أواجه أشرس أنواع السرطان وأندرها، وهو «ساركوما إيوينغ»، ذلك النوع النادر من السرطان الذي يصيب العظام أو الأنسجة الرخوة المحيطة بها.

لم أكن أعرف شيئا عن «ساركوما إيوينغ» قبل أن يدخل حياتي. لم أكن أعرف أنه مرض نادر، ولا أنه يمكن أن ينتشر إلى الرئتين وسائر العظام، ما يجعل رحلة العلاج والتعافي منه شديدة الصعوبة.

واجهت هذا المرض النادر والشرس بكل ما أملك من قوة، وتمسكت بالقدر القليل من الأمل الذي كان يراودني، وواصلت نضالي دون استسلام، بالرغم من قسوة ظروف العلاج وصعوبتها. دخلت في صراع حقيقي بين الحياة والموت، صراع لم يكن هدفي فيه سوى البقاء.

كانت حياتي منتظمة وطبيعية وصحية جدا، كنت مهتمة بقراءة الروايات والكتب، وأمارس الرياضة، ومنها كرة السلة، وكنت متفوقة في الدراسة، ولكن القدرة الإلهية تفوق كل ذلك، والحمد لله دائما وأبدا.

لم يكن الألم غريبا في البداية، ظننته مجرد إرهاق عابر لعمر السابعة عشرة، أو ضريبة لركض زائد. لكن جسدي كان يهمس لي بلغة لم أفهمها بعد، ثقل مفاجئ في الساق، ووخز يرفض الرحيل. اليوم، عندما ألتفت إلى الخلف، أرى ذلك المشهد بوضوح سينمائي: كنت واجهة لغد أجهله، أتحرك في غرفتي، أرتدي ملابسي، وأتأمل ساقي دون أن أعلم أن معركتي الكبرى قد بدأت من هنا، وأن تلك التفاصيل البسيطة ستصبح فاصلا بين حياتين.

أصبت به منذ فترة طويلة، ولكن تم تشخيصه في وقت متأخر، إلى أن وصل إلى المرحلة الرابعة في سنة 2012، على يد استشاري جراحة العظام والإصابات الرياضية، د. فريد سلوم. وكان نوعه واسمه ساركوما إيوينغ، وأصابني في عظم ركبتي اليسرى. ولقد شخص الطبيب المرض عندما كان عمري 17 سنة، ولكنه يرجح أن الإصابة قد تكون بدأت في عمر 16 سنة.

كانت الكلمات في فم الطبيب تبدو ثقيلة، كأنها تسقط على الأرض وتحدث دويا لا يسمعه أحد غيري. «المرحلة الرابعة».. جملة باردة قطعت حبل أفكاري. لم أعد أسمع ما قاله بعد ذلك، لكن ما بقي عالقا في ذاكرتي ليس صوت الطبيب، بل الصمت المفاجئ الذي حل في الغرفة، ونظرة أمي التي حاولت أن تبتلع دموعها لتمنحني قوة لا تملكها. في تلك اللحظة، شعرت أن العالم من حولي يركض، بينما تجمدت أنا في مكاني.

كنت طفلة ولا أعي ما هو السرطان، وكانت أختي الكبيرة هي من عرفتني بالمرض وشرحته لي بطريقة بسيطة جدا، لأفهم طريقة علاجه، وأنه أقوى من حبة المسكن بأضعاف المرات، وأنه سيشفيني كحال أي مرض آخر، ولكن الذي راود ذهني وعقلي المتعب هو أنني سأموت من بعد هذا المرض. كان وقع الخبر بمثابة فاجعة كبيرة بالنسبة إلى الأهل، لأنني كنت الأولى والوحيدة في العائلة التي تصاب بمرض السرطان، ولا يوجد تاريخ في عائلتي بوجود هذا المرض. والدتي، في كل صلاة، كانت تبكي كثيرا بحرقة وألم، وإخوتي وأخواتي كانوا يبكون في غيابي عندما يتجمعون، وأنا كنت أسمع هذا وأنا في غرفتي.

لم يكن لدي خيار آخر، فإن لم أتعالج فورا سينتشر المرض في جسمي عموما وأفارق الحياة، وإن أخذت جرعات الكيميائي من دون العملية أيضا، سأخسر رجلي بأكملها. كانت نسبة الشفاء ضعيفة، ومدة العلاج طويلة، والأدوية قوية على جسمي.

في سن السابعة عشرة، تكون الساقان هما وسيلتك للركض نحو الأحلام، ولاكتشاف العالم، وللوقوف بكبرياء أمام مرآة المراهقة. أن يقال لك إنك قد تفقدين جزءا منك هو شعور بالاقتلاع. لم أكن خائفة من الألم الجسدي بقدر خوفي من فقدان «الخفة»،

ومـن نظـرة العجـز في عيـون الآخريـن، ومـن فكـرة أن أكـون ناقصـة في عين نـفسي. كان أكثر مـا أخـاف فقدانـه هـو اسـتقلاليتي، وقـدرتي على الـسير نحـو مسـتقبلي دون حاجـة إلى يـد تسـندني.

بـدأت علاجـي في البحريـن بـثلاث جرعـات كيميـائي على يـد د. فريـد خليفـة، ولكـن بمجـرد وصـولي إلى الخـارج، تـم تشـخيصي مـرة أخـرى بمسـمى ثـان وعلاج آخـر، حيـث كان نـوع السـاركوما مختلفـا ويحتـاج إلى بروتوكـول علاج آخـر، واتضـح أن الـورم ازداد ووصـل إلى عظـم الفخـذ.

ازداد الأمـر سـوءا بالنسـبة إلى نفسـيتي ونفسـية أهلي، كـوني كنـت صـغيرة وعمـري لا يتجـاوز 17 سـنة، وتـم تـدارك الأمـر وتزويـدي بجرعـة كيميـائي في مستشـفى بسـنغافورة، وتحسـن الوضـع. وتـم إجـراء عمليـة اسـتبدال عظـم مـن الركبـة إلى الفخـذ، وتـم وضـع الحديـد كخيـار بديـل. كان الليـل يتحـول إلى وحـش يضخـم كل المخـاوف. كانـت الأيـام تمـر ثقيلـة جـدا، كأنهـا صخـرة جاثمـة فـوق صـدري. لم أكـن أملـك تـرف الانهيـار أمـام أمـي كي لا أكسر قلبهـا، فتعلمـت أن أخـوض معـاركي الصامتـة مـع الليـل. كنـت أخبـئ دموعـي في الوسـادة قبـل النـوم، أبتلـع غصـاتي في العتمـة، وأتسـاءل في سري والخـوف ينهشـني.

بعـد العمليـة، حين اسـتبدل عظمـي بقطـع مـن الحديـد، حانـت لحظـة الحقيقـة: الوقـوف مجـددا. كانـت تلـك الخطـوة الأولى هـي الأشـقى، والأثقـل، والأكثر رعبـا في حيـاتي. شـعرت وكأن جسـدي لم يعـد يعرفنـي، وكأن الأرض ترفـض أن تحملنـي. ولكـن، وسـط تلـك المـرارة والثقـل، أرسـل اللـه لي ملاكا أبيـض، ممرضـة أجنبيـة مـن سـنغافورة، لا أذكـر اسـمها اليـوم، لكننـي أذكـر ملامـح وجههـا وتفاصيـل لطفهـا بوضـوح. كانـت تبـذل كل مـا في وسـعها لتبهجنـي، وتـزرع الابتسـامة في غرفتـي المظلمـة، وتحـاول بـكل الطـرق أن تنسـيني ثقـل الأيـام ومـرارة الـعلاج. لم تكـن تسـند جسـدي الضعيـف فحسـب، بـل كانـت ترمـم روحـي المتعبـة في تلـك اللحظـة الحرجـة.

تعرفـت على أشـخاص كثيريـن، وكان الأهـل والمقربـون مـن المبادريـن بالسـؤال عنـي والاطمئنـان على صحتـي، وهنـاك أشـخاص أيضـا لا أعرفهـم يبتهلـون بالدعـاء لي.

في الغربة.. بعيدا عن جدران بيتي الدافئة وأصوات أصدقائي

وكسبت أصدقاء جددا، كانوا وما زالوا لطفاء جدا معي ومرحين. هذا بالطبع أثر على نفسيتي وتقبلي للعلاج بشكل أسرع وأسهل، مع حياة شبه طبيعية وسعيدة. وبعضهم انتقل إلى رحمة الله، وأستذكر هنا بشاير ومحمود ويحيى، بسبب أن السرطان أصابهم أكثر من مرة، وهم كانوا متشبثين بالحياة ولطفاء، ويحملون كمية طهارة عالية، ومنحوني القوة للتشبث بالحياة.

رحمهم الله جميعا.. بشاير، ويحيى، ومحمود. لم يكونوا مجرد أصدقاء مروا في حياتي، بل كانوا شركاء خندق واحد، ورابطة دم نسجها الألم والأمل معا في بلاد الغربة. كانت بشاير الأقرب إلى قلبي، توأمي التي تلمس جراحي فتهونها. أما يحيى ومحمود، فكانا رفيقي السفر والمنفى، ولم تقتصر الصداقة علينا، بل امتدت لتقرب بين عائلاتنا، فكان أهلهما بمثابة أهلي، يغمروني بحبهم وإحسانهم الذي لا أنساه. رحيلهم ترك في صدري غصة، وعلمني مبكرا أن الموت قريب، لكنه جعلني أيضا أنظر إلى الحياة بعين أخرى، عين تدرك قيمة كل لحظة نعيشها، وتجعلني أحمل أرواحهم الطاهرة معي في كل خطوة نجاح أخطوها، وكأنني أنجو بالنيابة عنا جميعا.

كنت أخشى العودة، وأتساءل بوجل: كيف سيراني الآخرون بعد كل ما جرى؟ هل سأبدو غريبة بينهم؟ لكنني ما إن خطوت عتبة المدرسة حتى تلاشت كل تلك المخاوف كضباب تبخر تحت أشعة الشمس. كان استقبالا حارا يفيض بالحب من معلماتي الغاليات وزميلاتي جميعا. غمرنني بمعاملة رقيقة وجميلة جدا، لم أشعر معها بمرارة الاختلاف، بل أحسست أنني ولدت من جديد. تلك اللحظات السعيدة والمبهجة انفرشت في قلبي، وانرسمت في ذاكرتي كأجمل لوحة، لتصبح الدافع الأول والوقود الذي جعلني أستعيد حياتي الدراسية بكل شغف وقوة.

حين نطق الطبيب بتلك الكلمات: «هذه هي جرعتك الأخيرة، وحان وقت العودة إلى البحرين».. شعرت وكأن روحي التي احتبست طويلا قد ردت إلي. في تلك اللحظة، لم تكن الأرض تتسع لفرحتي، خيل إلي أنني أطير ركضا نحو وطني ودون عكاز. أقام لي الطاقم الطبي في قسم الأورام حفلة وداع صغيرة، وأهدوني هدايا تذكارية ما زلت أحتفظ بها كأوسمة حرب. كانت تلك الحفلة هي إعلان انتصاري، هناك شعرت لأول مرة أن السرطان قد أصبح خلفي، وأنه لم يعد يحدد هويتي أو مستقبلي. وقلت لنفسي بملء صبري

هل سأعود يوما إلى حياتي الطبيعية.. أم أنني سأبقى عالقة في هذا المنفى؟

وفخـري: «أنـا نجـوت.. وهـا أنـا أعـود للحيـاة بكامـل كبريـائي». كنـت أنهـزم أمـام عبـارات ونظـرات الشـفقة أيـنما ذهبـت، بسـبب تـأثير العمليـة في طريقـة المشي، وكانـت نظـرات الشـفقة قاتلـة جـدا.

حيـاتي بعـد التعـافي أفضـل مـن السـابق بكـثير مـن كل النواحـي. تزوجـت وأنجبـت طفـلين ملآ حيـاتي سـعادة وفرحـا، ونسـيت كل همومـي وأحـزاني منـذ أن أنجبتـهما.

أتممـت دراسـتي الثانويـة والجامعيـة بنجـاح وتفـوق، وحصلـت على شـهادة البكالوريـوس في تخصـص المـوارد البشريـة، وأصبحـت امـرأة معتـزة بنفسـها، ولا أبـدي لأي شـخص أن لـدي عيبـا أو تشـوها بعـد العمليـة.

السرطـان أخـذ منـي، بـألم، عظـم رجلي الـيسرى واسـتبداله بالحديـد مـدى الحيـاة، ولكنـه أعطـاني أملا بـأن الحيـاة منصفـة وعادلـة للذيـن هـم باللـه مؤمنـون وبالقضـاء والقـدر صابـرون.

والحيـاة مـا هـي إلا محطـة قطـار، نتوقـف فيهـا لنستريـح ونكمـل مشـوارنا في قطـار آخـر. المـرض أضـاف لشـخصيتي النضـوج والإيمـان بقضـاء اللـه وقـدره في جميـع الأحـوال. وأضـاف أيضـا لي قـوة التحمـل. لا أشـعر بخـوف وقلـق مـن عودتـه، فما هـو مكتـوب لي ومقـدر مـن ربي، أنـا راضيـة بـه تمامـا، والحمـد للـه رب العـالمين.

تخطيـت مرحلـة المـرض بدعـوات أمـي المسـتديمة، وغـرس الإيمـان والتفـاؤل في قلبـي، ووجـود الأهـل ودعمهـم، وتعـرفي على أصدقـاء محـاربي سرطـان جـدد، منحـوني الأمـل في الحيـاة وعـدم الاسـتسلام. مـسيرتي كانـت طويلـة، فالمـرض والصراع كانـا بين الحيـاة والمـوت، فـكان نـوع السرطـان سريـع الانتشـار، وكانـت هنـاك لحظـات ضعـف كـثيرة معبـأة بيـأس لحظـي، بأننـي لـن أسـتفيد مـن الـعلاج، وأننـي سـأفارق الحيـاة في غربـة وبعيـدة عـن ديـاري. ولـولا رحمـة اللـه، ومـن ثـم دعـم والـدتي النـفسي والمعنـوي وغـرس الإيمـان والـصبر على القضـاء والقـدر، لكنـت الآن لا أعلـم مـا هـو مـصيري. فالحمـد للـه على وجـود والـديّ واحتوائـهما لي.

بعـد العمليـة كان شـعوري شـعور العجـز والاسـتسلام، إذ كنـت لا أسـتطيع الحركـة، وطريقـة المشي غير طبيعيـة، وكنـت أشـعر أنـه لا داعـي للحيـاة. وبعـد أن بـدأت الحركـة، اسـتعدت الأمـل في الحيـاة ومضيـت.

ولحظـات الضعـف الأخـرى هـي بعـد كل جرعـة كيميـائي، وكنـت أشـعر كأننـي دخلـت في فوهـة المـوت، وأخـرج مجـددا منهـا إلى الحيـاة. انضممـت في العـام 2014 إلى جمعيـة أمنيـة الطفـل، وكان لديهـا مهرجـان دعـم أمنيـات الأطفـال، وقـد أضـاف لي الفرحـة والسـعادة

والدعم المعنوي العالي، وتعلمت منها عدم الاستسلام، لأنني كنت أشاهد مستويات الأعمار وإحصاءات لأطفال مصابين بالسرطان ونجوا منه، وكان هذا يضخ كميات هائلة جدا من الأمل.

والطفل المصاب بالسرطان يشعر بسعادة بالغة لا يدركها الآخرون، فبمجرد زيارته في المستشفى وتقديم هدية بسيطة له، يكون لذلك أثر معنوي كبير. رسالتي لمرضى السرطان هي ألا يفقدوا أبدا الثقة برب العالمين، فلولا رحمة ربنا على العباد، لكان حالنا من سيئ إلى أسوأ، فالحمد لله رب العالمين دائما وأبدا.

المرض لا يقتل النفس، وإنما هي حسبة الأيام والعمر المكتوب، لربما يكون المرض سببا، ولكن تعددت الأسباب والموت واحد. المرض مجرد وسيلة وامتحان من رب العالمين، ويقيس مدى إيماننا وصبرنا، ولو كان الأمل ضئيلا جدا، تمسكوا به.

اليوم، عندما أنظر إلى ما مررت به، أدرك أنني لم أكن أخوض معركة مع المرض فقط، بل كنت أخوض معركة من أجل الحياة والأمل والمستقبل. وما أعيشه اليوم هو أجمل دليل على أن الأمل يمكن أن ينتصر، حتى في أصعب اللحظات.

عشت لحظات من اليأس العارم، وكان هاجس الفقد والموت يلاحقني باستمرار، لكنني لم أسمح له بأن ينتصر. ومع مرور الوقت، استعاد الأمل عنفوانه، وبدد أسراب اليأس التي أحاطت بي، فانتصرت إرادة الحياة في داخلي على ظروف المرض الاستثنائية، وعلى لحظات العلاج الكيميائي المرهقة، التي لا يعرف مدى صعوبتها وقسوتها إلا من عاشها. لم تكن رحلة العلاج سهلة، فقد مررت بلحظات مؤلمة وصعبة، وشعرت في أوقات كثيرة بأن الطريق طويل وشاق، لكنني تمسكت بالأمل، وواصلت السير خطوة بعد أخرى، حتى تمكنت من الانضمام إلى قافلة المتعافين من السرطان، وعدت إلى حياتي كما يعود المحارب المنتصر من معركته.

لو قدر لي أن أعود بالزمن وأن ألتقي بتـول ذات السبعـة عشـر عاما..

وهـي تجلـس خائفـة تنتظـر جرعتهـا الأولى، لجلسـت بجانبهـا، وأمسـكت يدهـا البـاردة برفـق، وهمسـت في أذنهـا: «لا تـبكي يـا بتـول، ولا تخـافي مـن وحشـة الليـل في الغربـة. هـذا الحديـد الـذي سـيضعونه في سـاقك لـن يقيـدك، بـل سـيكون أساسـا ثابتـا لتقفـي عليـه بقـوة أشـد. تلـمسي مصحـف أمـك واسـمعي صـوت ترتيلهـا، ففيـه نجاتـك. النظـرات التـي تؤذيـك اليـوم سـتتحول غـدا إلى تصفيـق حـار واحترام يملأ القلـوب. اصبري.. فـإن الفتـاة التـي تـبكي الآن في الوسـادة، سـتكتب يومـا كتابـا تـروي فيـه للعـالم كيـف هزمـت المـوت وعـادت إلى البحريـن منـتصرة.

بتـول السيد شبـر

”اكتسبت ذاتي

فجر المنصوري

ابتسامتي لا تفارق شفتي أبدا، ابتسامة تجبر من حولي على الابتسام وسط ركام الدنيا وما فيها. أما روح الدعابة التي أمتاز بها، فتقتلع كل أجواء الكآبة من حولي. ومن لا يعرفني قد لا يتوقع أنني خرجت للتو من تجربة مثقلة بكميات هائلة من الألم، لا تتسع لها حروف الأبجدية.

المرأة التي كانت تظن أنها تملك كل شيء، اكتشفت أن المرض سيمنحها شيئا لم تكن تعرف أنها تفتقده: نفسها.

أنا الشيف فجر المنصوري، المتعافية من سرطان الثدي، والمحاربة الشرسة التي غيرت مفاهيم المرض بتجربة فريدة ومختلفة، لا تشبهها أي تجربة أخرى، كل ما فيها متفرد وخاص، وعلى مقاسي وحدي. كانت حياتي، كما أصفها، مليئة بالغرور والتكبر. كنت أشعر وكأنني أملك الدنيا كلها، ولا يوجد من يستطيع إيقافي. كنت في ذروة شبابي، وكنت أستطيع أن أفعل كل ما أريده.

كرست كل وقتي للعمل، حيث كنت أملك مطاعم وأحقق نجاحا متزايدا، وكان تركيزي منصبا بالكامل على عملي. بالنسبة لي، لم تكن للحياة قيمة سوى العمل، وكان هدفي ماديا بحتا.

كنت أنظر إلى الحياة من منظور مادي ضيق، وفق معادلة بسيطة: واحد زائد واحد يساوي اثنين. كنت أبحث عن المردود المادي والمالي، وعن السفر والراحة، وكلها كانت متاحة بالفعل، لكنها لم تكن الأهم. فقد كانت جميعها مرتبطة بالعمل، حتى سفراتي كانت سفرات عمل، إذ كانت حياتي بأكملها موظفة لخدمة عملي فقط.

حين عرفت أنني مصابة بسرطان الثدي، كان شعوري هدوءا غريبا، ولم أتوقع أن يكون رد فعلي بهذه الطريقة. في الحقيقة، لم تقل لي الكلمة بشكل مباشر؛ لأنني عندما ذهبت إلى الفحص كنت متوقعة الأمر، فأنا أعرف جسدي وروحي والتغييرات التي حدثت لي. كنت أجري الفحوصات بشكل دوري، ولذلك كنت أدرك التغيرات التي يجب الانتباه إليها، والتي ظهرت بالفعل.

ذهبت إلى الموعد وأنا أضع في ذهني احتمال وجود ورم، خصوصا أن المرض وراثي في عائلتي، فقد توفيت والدتي بسببه قبل عامين، وكذلك خالتي، إذ لدينا تاريخ عائلي من الجهتين. وكانت التغيرات واضحة جدا، إذ كان يمكن تحسس الغدد باللمس، مع نزول سريع في الوزن. لذلك، كنت مستعدة لتلقي الخبر. كنت أتوقع وجود ورم لدي، لذلك بادرت بسؤال الطبيبة قبل أن تنطق: «لا أريد أن أعرف إذا كان هناك ورم أم لا، ما أريد أن أعرفه هو مدى انتشاره».

طوال الفحص ومعاينة الغدد وحديث الطبيبة معي، كنت هادئة وأحاول جاهدة ألا أظهر أي ملامح سلبية على وجهي. لكن بالرغم من ابتسامتي، قرأت في تفاصيل ملامحها خبرا تحاول إخفاءه، فرأيت ملامح القلق تتسرب من عينيها، ولم تستطع ابتسامتها أن تخفيه. وبعد لحظة صمت، قالت: «منتشر، لكن إلى أي حد لا نعلم. فلا تخافي، لن نستطيع أن نعرف مدى الانتشار إلا بعد الفحوصات الإضافية اللازمة».

في تلك اللحظة شعرت بصدمة.. فقد كنت أظن أنه مجرد غدة واحدة فقط. وتساءلت بدهشة: «كيف غاب عني ذلك وأنا كنت أفحص بشكل دوري، شهريا وسنويا، عند الطبيب؟». عندما أخبروني ببدء العلاج الكيميائي، دخلت في حالة نفسية مختلفة، حالة الناجي والمحارب من أجل البقاء.

أثناء العلاج، لم يكن شيء يؤثر في نفسيتي، ولم أعترض على آلام الإبر أو غيرها من الأوجاع، بل كنت أعتبر نفسي مناضلة للبقاء على قيد الحياة. كنت أخاطب نفسي قائلة: «تحملي كل شيء، المهم أنك ما زلت تتنفسين، ومن بين كل ما يقوله الأطباء، يبقى الأهم أنك ما زلت في منزلك».

أدركت أنني معتزة بقوتي إلى درجة الغرور.. مع أننا في الحقيقة كائنات ضعيفة بين يدي اللّه وتحت رحمته

أما الوقت أثناء فترة العلاج، فلم تكن له قيمة حقيقية بالنسبة لي، إذ كان الأمر كله مسألة صبر. لذلك شعرت أنه يجب أن أستثمر كل دقيقة وألا أضيعها بأي ثمن، فكل دقيقة كانت ألما. كان الشعور بالمجهول المسيطر طوال رحلة العلاج من أصعب اللحظات، لأنني لم أكن أعرف الخطة المقبلة إلا بعد أن أتخطى الخطوة السابقة.

فلا يمكن المضي في العلاج إلا بعد إنهاء كل خطوة بنجاح، لذلك كان المجهول هو المسيطر. وأعترف أنني أعاني فوبيا من جهاز أشعة الرنين المغناطيسي، فكنت مستعدة لتحمل كل الألم، إلا دخول هذا الجهاز.

أما سقوط الشعر، ومع أنه كان صعبا على كثيرات، إلا أن نظرتي كانت مختلفة. فإذا كان شعري يساوي حياتي، فأنا مستعدة أن أخسره طوال حياتي وأبقى مع أولادي. بالنسبة لي، كان فقدان الشعر أقل الأعراض وطأة، وأبسطها وأتفهها. ففور إخباري ببدء العلاج الكيميائي، حلقت شعري بنفسي، وبعد فترة وجيزة نما مجددا. ساعدني سقوط الشعر في تخفيف الألم، فحين يسقط الشعر، لا تحتاجين إلى تسريحه أو الاهتمام به، فتتفرغين لما هو أهم، وتتخلصين من الانشغال به.

وهذا أمر أراه نعمة، وإيجابيا وليس سلبيا. كثيرون لا يدركون حقيقة مرضهم ويسيئون فهم أبعاده وهذا أمر طبيعي؛ لأن ما يمرون به لم يمر به الآخرون، ولا يمكنهم فهم طبيعته أو إدراك معناه بالكامل. فتجربة السرطان تجربة خاصة، وتجربة العلاج كذلك تجربة فريدة لا يمكن مقارنتها بتجربة أي شخص آخر. لذلك، من الطبيعي ألا يفهموا ما يعانونه.

أصبحت أقدر العلاقات أكثر، وأفهم معنى كلمة حب بشكل أعمق. كما صرت أدرك قيمة الناس وأعي حقيقة الحب بصورة أوضح. المرض يعيد ترتيب علاقاتك الاجتماعية بنفسه، دون تدخل منك، فهو الذي يعيد تشكيلها ويرتب لك كل شيء. أشعر بالقلق والخوف من عودته، لكنني لست خائفة كثيرا، لأن جميع الأطباء الذين صادفتهم في رحلتي أصبحوا أصدقائي.

وأشعر أنني محاطة بأصدقاء محبين ومفيدين؛ لأنهم يدرسون المرض جيدا ويمكنهم ملاحظة أي تغيير. اكتشفت أنني أقوى مما توقعت، فلم أكن أتوقع أن أتحمل، وأصبر، وأحافظ على هدوئي بهذه الطريقة. فشاهدت جانبا جديدا في نفسي، ولمست الجانب الإنساني بداخلي.

أدركت حينها معنى الحديث النبوي: «احمل أخاك المؤمن على سبعين محملا». فهمت معناه بعمق، فليس من السهل أن تعرف ما مر به من حولك، سواء كان مصابا بالسرطان أو بمرض آخر أو يواجه أي مشكلة أخرى. لذلك، لا أحكم على الناس وأعذرهم دائما.

لو لم أصب بسرطان الثدي، لما تعلمت الصبر، ولما اكتشفت قوتي، ولما أتقنت استغلال الوقت بطريقة صحيحة. أيضا، لما كنت قادرة على بناء ما أنجزته في هذه الفترة من تطور وظيفي هائل جدا.

جعلني المرض أركز أكثر على الجانب الإنساني، بدلا من التركيز فقط على الطبق وطريقة تحضيره وتقديمه وطبخه. فالآن أصبحت أفكر في من هم أمامي من الناس، وكيف أرضيهم بطبق، وكيف أجعل الطبق ممتعا لهم. وعندما يتذوقون وجبة، يعبرون بدهشة وإعجاب: «تناولناها من فجر!».

بعد التعافي أحببت ما تعلمته من تجربة العلاج..

وكنت أخشى أن أخسره وأفقد مكاسب ذلك الوقت، لأنني اكتسبت روحي. فلم أرغب في خسارة التجربة التي مررت بها، بما فيها من أشخاص ومشاعر، بتناقضاتها بين الزعل والفرح، ومشاعر من حولي، فهي مشاعر لم أشعر بها من قبل، وشعرت بها وقت العلاج، لأنهم في ذلك الوقت لم يكونوا قادرين على الكذب بمشاعرهم، فكانت جميعها صادقة.

فجر المنصوري

وجه مضيء
لكل محاربات سرطان الثدي

غدير عبدالعزيز

كنت حكواتية بارعة، أعيد قراءة قصص الأطفال، فأستنطق الحروف الجامدة، وأمنحها روحا جديدة بسحر صوتي وصدق مشاعري، لتتجسد أمام الصغار كمشهد سينمائي حي. لكنني لم أتوقع يوما أن أكون أنا ذاتي الحكاية التي ستروى، وأن ألهم نساء الأرض، لأصبح جرعات من الأمل والحماس، ووجها مضيئا لكل امرأة تواجه سرطان الثدي، ذلك المرض المرعب والمخيف.

كنت أستعد لحياة أكثر استقرارا وهدوءا، فقررت التوقف عن العمل في شركة الاستشارات التي أديرها لأكون مع أبنائي، وأكرس وقتي لقراءة القصص لهم، محققة حلما طالما تمنيته، حياة مريحة ومليئة بالسعادة بعيدا عن ضغوط العمل. لكن سقوط طفلي كان بمثابة إنذار، ومفتاحا لتشخيص إصابتي بسرطان الثدي، ليقلب حياتي رأسا على عقب ويغيرها إلى الأبد.

كانت لدي كتلة شخصت على أنها دهنية، لكنها تطورت إلى ورم وأصبحت صلبة. وحين سقط ابني عليّ وشعرت بألم قوي في المكان نفسه، كان ذلك إنذارا وجرس تنبيه للذهاب إلى الفحص.

فبعد سقوطه عليّ، بدأ الألم يشتد في الموضع نفسه، وكان ذلك جرس الإنذار الحقيقي الذي دفعني إلى الفحص. ولولا سقوطه، لظللت غافلة عنها، ولكنه كان من أقدار الله.

كنت أشعر بخوف شديد في بداية مرحلة التحاليل، قبل ظهور النتائج. كان خوفي الأكبر أن يقال لي إنني مصابة بالسرطان. الكلمة لم تكن غريبة عليّ، فقد عشت التجربة مع أكثر من شخص في العائلة، لكنها كانت مرعبة.

لكن في يوم استلام النتائج مع الطبيبة، وخلال دقيقتين من الانتظار، أنزل الله عليّ سكينة واطمئنانا غريبين. تبدل شعوري، وانتهى الخوف تماما بعد أن كان مرعبا، وكأن شيئا تغير في داخلي. وحين سمعت كلمة «السرطان»، تقبلتها باطمئنان ورضا تام. كانت عائلتي وأصدقائي وزوجي دائما داعمين لي، وليست هذه المرة الأولى التي يعيشون فيها التجربة، لكنني أردت منهم أن يعاملوني بشكل طبيعي. كانت مبالغتهم في التعامل معي كمريضة تشعرني بأن لا أحد يفهمني، فالمبالغة في الخوف على صحتي ومناعتي جعلتني أشعر بالمرض، بينما لم أكن أريد أن أشعر طوال الوقت بأنني مريضة.

في البداية، عندما أصبت بالسرطان، شعرت أن العلاج الكيميائي هو الذي ينهكني أكثر من المرض نفسه. ومع سقوط شعري تأثرت نفسيا وشعرت أنني مريضة فعلا. لكن مع ذلك، لم أشعر أن أنوثتي تضررت بسبب الشعر، بقدر ما ارتبط الأمر بالمرض نفسه ومخاوفه الأخرى. أما العملية الجراحية فكان تأثيرها مختلفا. كنت خائفة: كيف سأتقبل شكلي الجديد؟ فمنذ طفولتي وحتى عمر الأربعين، لم أمر بتغيير في جسدي بهذا الشكل. كان لدي قلق وهواجس من عدم تقبل شكلي بعد العملية. لكن الحمد لله، وبفضل التطور في الإجراءات الطبية وحالتي المناسبة، وضعت لي بدائل، فأصبح الأمر أهون. وبعد العملية، تقبلت الأمر تدريجيا وتكيفت مع الوضع، وكانت حالتي أفضل من كثير من الحالات الأخرى.

ما زلت في مرحلة مصالحة. فلم يكن التأثير بسبب العملية وحدها، بل تغير جسدي ووزني أيضا بسبب العلاج الهرموني. أحاول أن أتغلب على ذلك وأتصالح معه، لكنه مشوار طويل. تغيرت نظرتي للجمال، فلم يعد كل شيء يجب أن يكون مثاليا. لم أعد أهتم بالتفاصيل الصغيرة والخدوش، وأعتبرها شكليات، فالأهم عندي هو الصحة، فهي تاج على رؤوس الأصحاء.

وأدركت أن الجمال نسبي وغير مثالي، ولا توجد له معايير محددة. قد يتحدث كثيرون عن جمال الروح، لكن يظل الأمر نسبيا. ومن يحبك سيراك جميلا في كل حالاتك.

بعد أن عشت التجربة، تغيرت نظرتي إلى السرطان، مقولة إن السرطان يؤدي بالضرورة إلى الموت غير صحيحة، فالسرطان مرض مثل أي مرض آخر، والإنسان لا يموت إلا إذا كتب الله له ذلك، وفي أي وقت ومكان. قد يأتيه الموت وهو نائم مطمئن في بيته. لذلك فالسرطان ليس شيئا مرعبا كما يظنه البعض، لأن القدر يصيب الإنسان حيثما يكون.

والـدرس الـذي تعلمتـه هـو ألا تكتفـي المـرأة بالفحـص اليـدوي، بـل عليهـا بالمتابعـة والفحوصـات الطبيـة المنتظمـة، فسرطـان الثـدي ليـس دائمـا صامتـا، وأحيانـا يظهـر على شـكل ألم. الخـوف هـو السـبب الأكبر الـذي يجعـل كثيريـن يتأخـرون عـن الفحـص. وهـذا التـأخير لا يعنـي فقـدان الحيـاة مبـاشرة، لكنـه يجعـل الطريـق أصعـب، ويدخـل المريضـة في مراحـل علاج قاسـية، بيـنما كان مـن الممكـن أن يكـون الـعلاج أبسـط وفي وقـت مبكـر. الوقايـة دائمـا خير مـن الـعلاج، والفحـص المبكـر قـد ينقـذ حيـاة. لذلـك لا تخـافي، ولا تـؤجلي. عشـت وأنـا مقتنعـة بـأن علينـا أن نعيـش حياتنـا بلا ضغـوط قـدر المسـتطاع، وأن نحـاول تخفيـف الحمـل عـن أنفسـنا، لا أن نثقـل حياتنـا بمـا يعكـر صفوهـا.

أنـا مقتنعـة بـأن الضغـوط الشـديدة التـي مـررت بهـا سـاهمت في تسريـع إصابتـي. قـد يكـون هنـاك عامـل وراثي، لكـن وفـق مـا أخبرتنـي بـه الطبيبـة، فـإن الضغـوط النفسـية سـاعدت على تطـور المـرض. لذلـك رسـالتي أن تخففـوا عـن أنفسـكم، وأن تجعلـوا حياتكـم يـسيرة وهانئـة مـا أمكنكـم. منـذ التشـخيص لم أبـك ولم أشـعر بالخـوف، لكـن لحظـة التـخلي عـن شـعري كانـت الأصعـب. لم أنتظـر حتـى يتسـاقط بالكامـل، بـل اتخـذت القـرار وذهبـت لقصـه كلـه دفعـة واحـدة، وكان ذلـك اليـوم الوحيـد الـذي بكيـت فيـه منـذ أن عرفـت بالسرطـان وحتـى الآن.

ومـا زاد الموقـف تـأثيرا أن أختـي الصـغيرة قصـت شـعرها دعما لي. عندمـا رأيتهـا تقـدم على تلـك الخطـوة المفاجئـة، بكيـت مـن جديـد، ليـس حزنـا فقـط، بـل تأثـرا بالمحبـة والدعـم الكـبير الـذي غمـرني.

أمـا بالنسـبة لي، فلـم يكـن الأمـر مـهما إلى هـذا الحـد، فعندمـا سـقط شـعري، جلبـوا لي باروكـة، لكننـي لم أكـن أرتديهـا. مـا جعـل الأمـر قاسـيا فـعلا هـو نظـرة أولادي. لم أكـن أريدهـم أن يـروني مريضـة. كانـت أصعـب لحظـة على قلبـي عندمـا يلمـس أحدهـم رأسي أثنـاء اللعـب، فيسـقط الشـعر في يـده. تلـك النظـرة في عيونهـم مـا زالـت عالقـة في ذاكـرتي.

أخـذ منـي المـرض الكـثير مـن صحتـي، فلـم أعـد كما كنـت. قـد يـراني البعـض بـخير وبكامـل قـوتي، لكننـي في داخلي أدرك أننـي تـغيرت. فقـد عشـت منـذ صغـري بصحـة مسـتقرة، وفجـأة تـغير كل شيء، وكأنـه قنبلـة بـعثرت حيـاتي. كما ظهـرت أمـراض مثـل الغـدة الدرقيـة، وكل يـوم أكتشـف شـيئا جديـدا.

لكـل امـرأة أقول بصـدق: لا تخافـي.. لا تخافـي أبـدا

كان شعورا جميلا أن أستطيع التأثير في الناس، خصوصا حين تلجأ إلي امرأة تمر بالتجربة للمرة الأولى وتسألني، فأمدها بالطمأنينة من تجربتي. وفي فترة العلاج، كان تركيزي منصبا على تجاوز المرحلة. لم يكن لدي وقت للتفكير في الضعف. لكن بعد العلاج، بدأ الشعور بالضعف يتسلل إلي. لم يعد جسدي ينصفني كما كان، فأحاطني شعور بالعجز. ذاكرتي تضاءلت، وأشعر بدوار وخوف من السقوط.

كان هذا الإحساس بأنني لم أعد أستطيع الاعتماد على نفسي كما كنت، من أصعب لحظات الضعف. لكنني كنت أحارب وأتمرد على الواقع، ما يعرضني لمتاعب لا تثنيني. فأنا أرفض أن أعيش حياتي بقيود، فتسببت في حادث عندما خرجت وحدي بالرغم من التعب، كما سقطت أمام أولادي ذات مرة. كانت لحظات صعبة، لكن إصراري على المواجهة جعلني أستمر.

منحتني التجربة شعورا بأنني إنسانة مختلفة. اكتشفت قوة لم أكن أعرفها من قبل. وفي رحلة العلاج والتعافي، تجاوزت أمورا كنت أظنها مستحيلة، ونجحت في مواجهة تحديات لم أتوقع يوما أن أتغلب عليها.

والدرس الأهم الذي اكتشفته هو أن الله أراد أن يعلمني يقينا ما كنت أردده دائما: أن كل شيء بيد الله. فلم يعد الأمر مجرد كلام، بل تجربة عشتها وأدركت معناها.

لا أفكر في احتمالية عودة المرض مجددا. المرض جاء، والله أخذه، وإذا عاد سأفكر حينها. هذه هي فلسفتي الجديدة، فأنا لا أريد أن أعود إلى تلك المرحلة الصعبة. صحتي ليست كما كانت، لكنها أفضل.

كنت أحكي القصص للأطفال..

ثم وجدت نفسي أعيش واحدة من أصعب القصص، لكنني اليوم لا أرويها بوصفها قصة مرض، بل بوصفها قصة حياة وقوة وأمل.

غدير عبدالعزيز

موسيقى بين أوتار السرطان

عبدالله الجميري

مـن بيـت كانـت الموسـيقى لغتـه الأولى، ويـحترف صنـع السـعادة التـي كانـت تسـكن كل زاويـة فيـه، تشـكلت روحـي بين أوتـار العـود وأنغـام الطـرب. امـتلأت أذنـاي بالموسـيقى حتـى لم تعـودا تألفـان الضجيـج، ولا اعتـاد قلبـي سـوى الإيقـاع الجميـل للحيـاة. عشـت حيـاة طبيعيـة بـكل مـا تحملـه الكلمـة مـن معنـى، أشـكلها بأنغـام تنسـاب مـن أوتـار عـودي، وأعـزف أغنيـاتي التـي كانـت ترسـم السـعادة على وجـوه المتعـبين، ولا تعـرف سـوى لغـة الفـرح وقـوانين الابتسـامة.

كنـت أسـتثمر لحظـاتي وأوقـاتي في ممارسـة طقـوس الحيـاة وهوايـاتي المفضلـة، فأعشـق السـفر، وأسـتمتع برياضـة المشي، وألجـأ أحيانـا إلى السـباحة. كنـت أعيـش الحيـاة بـكل تفاصيلهـا، وأتنقـل بين هوايـاتي وألحـاني كما لـو أن هـذا الإيقـاع سـيبقى على حالـه إلى الأبـد.

لكـن الحيـاة الجميلـة تخبـئ لنـا دائمـا مـا لا يـأتي في الحسـبان. وفجـأة، وجـدت نـفسي أمـام لحـن لم آلفـه، لم تعـد أوتـار عـودي هـي مـا يملأ أذني، بـل أصـوات الأجهـزة الطبيـة وإنذاراتهـا، التـي أصبحـت موسـيقى المرحلـة الأصعـب في حيـاتي.

كنت عائدا من القاهرة، في العام 2019 وأثناء استحمامي لاحظت وجود شيء يشبه الخرزة في منطقة الثدي، ثم انتبهت إلى بروز كيس دهني أسفل حلمة الثدي. أثار الأمر انتباهي ودفعني إلى إجراء الفحص الطبي.

بعد زيارتي لمركز الحد الصحي، تم تحويلي إلى مستشفى الملك حمد، حيث أجريت الفحوصات اللازمة ومن بينها الماموغرام والخزعة. وعندما نادتني الطبيبة للحديث معي، وأغلقت باب الغرفة، شعرت بقلق شديد، وراودتني أسوأ الاحتمالات. كنت أدرك أن هناك شيئا غير طبيعي، لكنني لم أتوقع ما سأسمعه.

أخبرتني الطبيبة أنني مصاب بسرطان الثدي من الدرجة الثانية. كان وقع الخبر صادما. ضحكت في البداية من شدة الدهشة، وسألتها: «معقولة؟ الرجال يصابون بسرطان الثدي؟» كنت أعتقد أن هذا المرض يقتصر على النساء، ولم أكن أعلم أنه يمكن أن يصيب الرجال أيضا. لذلك أصابني التشخيص بحالة من الذهول والاستغراب. سألت الطبيبة مباشرة: هل توجد أدوية تعالج هذه المشكلة؟

كنت أتوقع أن يقتصر الأمر على استئصال الورم، ذلك الانتفاخ الذي كان يبلغ نحو 1.5 سنتيمتر، لكن الطبيبة أوضحت لي أنني سأحتاج إلى استئصال الثدي بالكامل. وبالرغم من هول الخبر، حافظت على هدوئي، وحاولت أن أتقبل الأمر بإيمان وتسليم. تغلبت على خوفي وقررت أن أواجه ما ينتظرني بشجاعة. حتى أن الطبيبة أبدت دهشتها من هدوئي وروحي الإيجابية، بعدما توقعت أن يكون وقع الخبر عليّ أشد انفعالا.

أما أهلي والمحيطون بي، فلم يستوعبوا الأمر بسهولة. كانوا غير مصدقين للخبر، بسبب قلة الوعي والمعرفة بسرطان الثدي لدى الرجال. نحن مجتمع لم يكن يقرأ كثيرا عن هذا المرض، ولذلك لم يتصوروا أن الرجل يمكن أن يصاب بسرطان الثدي.

خضعت لعملية استئصال الثدي، ثم بدأت رحلة العلاج الكيميائي التي تضمنت أربع جلسات. ومع العلاج، بدأ شعري يتساقط في أماكن متفرقة من جسمي، لكن ما كان ينهكني أكثر من التغيرات الجسدية هو ما كان يحدث في داخلي.

وحالتي النفسية كانت متعبة، فكان الجو العام في المنزل مليئا بالحزن، وعبارات تعاطف مغلفة بحزن شديد جدا، فكان هذا يغذي الطاقة السلبية عندي، إضافة إلى الأعراض المتعددة والمزاج المتعب، فكانت رحلة صعبة، ما زاد من معاناتي النفسية ودخلت في حالة اكتئاب، فبدت رحلة العلاج أكثر قسوة مما توقعت.

كانت كل جلسة تبدأ بإعطائي محاليل عبر الوريد، ثم أدوية لتنظيف الجسم

بالكامل، وبعدها أدوية لتخفيف الغثيان، وأخيرا جرعة الكيميائي نفسها. البداية خلال الأسبوع الأول أو الثاني لم تشهد تغييرات كبيرة، لكن بعدها بدأت المعاناة الحقيقية: تساقط الشعر، الاضطرابات المعوية، الغثيان المستمر، والعصبية الدائمة. هذه التجربة القاسية ما زالت عالقة في ذاكرتي كأصعب ما مررت به.

ثم بدأت مرحلة العلاج الإشعاعي، التي كانت مرهقة أيضا، وتجاوزتها، وبعدها بدأت العلاج الدوائي، ومع مرور الوقت، استعادت حالتي الصحية توازنها وعاد شعري للنمو وتجاوزت الأعراض التي كانت مؤقتة وصاحبتني بمراحل العلاج السابقة. وفي فترات العلاج الكيميائي والإشعاعي، مررت بنوبات اكتئاب حادة، وكانت رحلة العلاج تثقل نفسي يوما بعد يوم.

ولكن، كان للمتعافين من السرطان دور كبير في خروجي من تلك النوبات، وعلى رأسهم الأخ حمود جاسم وفرح علي، وهما من المتعافين من السرطان والناشطين في مجال التوعية به. دخلت إلى حساباتهما على منصة «إنستغرام»، واطلعت على منشوراتهما وحواراتهما، كما قرأت كتاب حمود «عودتي إلى الحياة»، ووجدت فيه كلمات ألهمتني وتركت أثرا كبيرا في نفسي، ومنها: «أجمل النفوس هي التي تجرعت الألم وأرادت أن تجنبه الآخرين».

كان لهذه الكلمات أثر إيجابي كبير في نفسي، ولم يقتصر دعمهما لي على ما قرأته وشاهدته، بل تواصلا معي هاتفيا، وكان لاتصالهما ودعمهما أثر كبير في مساعدتي على تجاوز تلك المرحلة. يمكنني القول إن الاطلاع على تجارب المتعافين يمنح جرعات معنوية هائلة وأملا كبيرا، ويمنحك خريطة طريق تساعدك على تجاوز المرض. لقد غيرت تلك التجارب نظرتي إلى ما أمر به، وشعرت بأنني قادر على الخروج من هذه المرحلة، فتغيرت حياتي 180 درجة.

كما أن الفريق الطبي في مركز البحرين للأورام كان متمكنا جدا، من أطباء ومختصين، وتلقيت معاملة راقية ورعاية طبية متميزة، اتسمت بالإخلاص والتفاني.

رحلة العلاج بدت أكثر قسوة مما توقعت

فلم أشعر بوجود أي فرق في التعامل بين النساء والرجال، وكل من صادفتهم في المركز، من أطباء ومختصين واستشاريين وممرضين وباقي الموظفين، كانوا يؤدون واجباتهم باحترافية وإتقان.

وأعتبر مركز البحرين للأورام بيتي الثاني، فقد استفدت كثيرا من مستوى الاهتمام والرعاية التي تلقيتها هناك. وكان الطبيب على اتصال مباشر بي، ورقم هاتفه معي، ويتابع حالتي باستمرار، وهو ما منحني شعورا كبيرا بالاطمئنان. كان مستوى الاهتمام والرعاية متقدما وعاليا، وهذا كان محل تقدير كبير مني. في مجتمع يضج بالتناقضات، كانت أبرز التحديات التي واجهتها المفاهيم الخاطئة لدى الناس، والجهل المجتمعي بإمكان إصابة الرجال بسرطان الثدي.

كان كثيرون يضحكون ويسخرون مني، ويقولون: «كيف يصيبك سرطان الثدي وأنت رجل؟ فهو للنساء وليس للرجال». وكان ذلك يعكس تدني مستوى الوعي لدى الناس، نتيجة غياب الثقافة العامة بشأن هذا المرض.

كما أن بعض الناس، خصوصا العاطفيين منهم، كانوا يبالغون في إظهار تعاطفهم معي، من خلال عبارات تحمل دلالات سلبية، مثل: «مسكين»، «مريض»، «يا لحزننا عليه»، «تحملوا وجوده»، «اعتنوا به»، و«ساعدوه»...

هذه الكلمات، في رأيي، لا تدعم المريض كما يظن أصحابها.. بل قد تشعره بطاقة سلبية، وتزيد من أعبائه النفسية.

فالمريض لا يحتاج إلى أن يشعر بأنه شخص عاجز أو مثير للشفقة، وإنما يحتاج إلى من يمنحه الثقة والقوة، ويعامله بصورة طبيعية تساعده على تجاوز محنته. المنزل الذي كان يمتلئ بالموسيقى، أصبح يمتلئ بأجواء الحزن، بينما كان أهلي يرددون عبارات التعاطف المغلفة بمشاعر كآبة شديدة، ما جعل الأمر أكثر إرباكا بالنسبة إلي، وزاد منسوب القلق والتعاسة والاكتئاب.

علاقتي بالآخرين لم تتغير كثيرا، لكن هناك من ابتعد عني ظنا أنني لا أتحدث إلا عن السرطان، وكأن هذا أصبح موضوعي الدائم. وأنا أرى أن من حقي أن أشارك تجربتي، وأن أشرح للناس عن المرض، فهناك من يتقبل ذلك ويدعمني، لكن في المقابل، هناك من لا يتقبل الأمر. لا أحد يفهم حقا معاناة مرضى السرطان، فالأصدقاء والعائلة لم يعيشوا هذه التجربة.

لذلك، عندما كنت أشاركهم ما أمر به من ألم ومعاناة، كانوا يقللون من الأمر بعبارات مثل: «الله سيهونها عليك»، و«الأمر بسيط»، بينما في الحقيقة لم يكونوا يدركون حجم الألم الذي يعيشه المريض. وعلى المجتمع أن يكون أكثر انفتاحا ووعيا، وأن يطلع على النشرات الدورية والمصادر الموثوقة، وألا يصدق كل ما يقال لمجرد أن أحدهم قاله أو سمعه.

وفي علم النفس، هناك ثلاث حالات للذات: ذات البالغ، وذات الطفولة، وذات الوالدية. وكثير من الشباب يتعاملون أحيانا من ذات الطفولة أو الوالدية، فيتأثرون بالمقارنات والخوف، كأن يقول أحدهم: «صديقي أصيب، إذا سأصاب أنا أيضا»، أو «أحدهم مر بموقف صعب، إذن سيحدث لي مثله»، وهذا نوع من التفكير غير الواقعي؛ لأنهم لا يستحضرون ذات البالغ التي تحلل المواقف بعقلانية وموضوعية.

بقي السرطان ظلا يلاحقني، فقد عاد إلي فعلا في العام 2022، وأصابني في الضلع السادس من الجهة اليسرى. أخبرني الطبيب أن السرطان يمكن أن يصيبني مرة أخرى في المستقبل، لكنه طمأنني بأن العلاج متوافر، وأن نسبة نجاحه تصل إلى 100 %. وكان العلاج عبارة عن خمس جلسات من العلاج الإشعاعي، باستخدام جهاز وتقنية جديدة تختصر عدد الجلسات العلاجية من 20 جلسة إلى خمس جلسات فقط.

حين حل شهر أكتوبر الوردي، الشهر العالمي المخصص للتوعية بسرطان الثدي، وجدت نفسي غريبا في أيامه. فكل ما يرتبط به، من شعاره الذي اتخذ اللون الوردي لونا أنثويا، إلى الوجوه النسائية في الحملات الإعلانية، والخدمات الطبية الموجهة إلى النساء، كان يعطي انطباعا راسخا بأن هذا المرض يخص المرأة وحدها. لكن ما لا يعرفه كثيرون هو أن سرطان الثدي قد يصيب الرجال أيضا، بنسبة نادرة لا تتجاوز 1 % من الحالات.

كنت واحدا من الرجال النادرين الذين أصيبوا بسرطان الثدي..

ومع ذلك، يختبئ كثير من الرجال خلف جدار الخجل والخوف من نظرات المجتمع ووصمة العار التي تحيط بهذا المرض.

لذلك قررت أن أكسر حاجز الصمت، وأن أتحدث عن تجربتي بشجاعة، متحديا نظرة المجتمع المتنمرة أحيانا، وما يرافقها من دهشة وسخرية.

لقد خضت تجربة فريدة وشجاعة في مواجهة المرض والتغلب عليه، ولم أكتف بالصمت ولم أتوار أو أخضع لقيود المجتمع. كنت الرجل الوحيد الذي يشارك في الشهر الوردي، شهر التوعية بسرطان الثدي، ويصرح بإصابته بالمرض دون خجل أو خوف، لأغير الصورة النمطية، وأقول إن سرطان الثدي لا يفرق بين الجنسين، ويمكن أن يصيب الرجل أو المرأة.

وكان للفعاليات التي تقام في شهر أكتوبر، شهر التوعية بسرطان الثدي، أثر كبير في نفسي. فقد تم تكريمي ضمن الرجال الأكثر تأثيرا في التوعية بسرطان الثدي، وأكن لهم كل المحبة والشكر. كما منحت شهادة تقدير، وأجرت معي بعض الشركات مقابلات، ومنحتني شهادات ودروعا تكريمية، تقديرا لجهودي في نشر الوعي بشأن المرض.

أنا بطبيعتي شخص يؤمن بأهمية الكشف المبكر والفحوصات الدورية، وهذه التجربة عززت لدي هذا المبدأ أكثر. فلا يوجد شيء أهم من الكشف المبكر، فهو مفتاح العلاج. كما أن الحالة النفسية تلعب دورا كبيرا في رحلة الشفاء، لذلك لابد من التخلص من الخوف، فالسرطان ليس مرادفا للموت.

هناك موسيقى تعزف..

بين أوتار المرض، لكن عليك أن تكتشفها
وتسمعها، فقليلون هم من يدركونها.

عبدالله الجميري

”نداء للحياة..
لا حكمٌ بالموت

ألطاف محمد

لطالما وصف سرطان الثدي بأنه أحد أشرس أنواع السرطان، المرض الخبيث، والعدو الخفي، والقاتل الذي يتسلل بصمت ليخطف الأرواح ويزرع الموت في الأجساد المنهكة بلا رحمة، وكأنه قدر محتوم. هذه صورة شائعة وواقعية، لكنها ليست الحقيقة الكاملة ولا نصا مقدسا.

لكنني كسرت هذه الصورة النمطية، وأتقنت فهم فلسفة المرض وفك شفراته، لأعيد صياغته وأجعله بداية لحياة جديدة أكثر عمقا، ورحلة وعي واسعة أعادت تعريف معنى القوة والأنوثة، ومنحت حياتي مفهوما مختلفا أكثر صدقا. فأصبحت أرى الندبة التي خلفها المرض وساما لقوتي، لا عيبا أخفيه، وأرى أن جمالي الحقيقي يكمن في عيشي بسلام.

سرطان الثدي ليس حكما بالموت، بل نداء للحياة. فمنذ أن هزتني عبارة الطبيب: «أنت مصابة بالسرطان»، واستوعبت الصدمة، قاومت شعور الخوف، وبدأت أعيد رسم حياتي من جديد بروح متقبلة وراضية بقضاء الله. ومن هذه التجربة، اكتشفت ذاتي وقوة عزيمتي وإصراري الداخلي، وازداد حبي لنفسي، فصرت أحب جسدي كما هو، دون شروط.

أول مواجهة لي مع المرض، كانت كلمات الطبيب: «أنت مصابة بالسرطان».. لحظات مشبعة بالخوف والقلق أمام مستقبل غامض وطريق لا تعرف نهايته. لكنني سرعان ما استعدت المبادرة، واستقبلت الخبر بروح متقبلة وراضية بقضاء الله، وبشعور طبيعي يشبه شعور أي مريض مزمن يعلم أنه سيتعافى يوما ما.

كان الجميع يساندني، فيمنحني الدافع والقوة لتخطي العلاج، ويوفر لي بيئة من الطمأنينة والأمان. وكنت أتجاهل كل من يسبب لي أي مضايقة لفظية أو سلوكية، وأحافظ على هدوء أعصابي بعيدا عن التوتر، وأعيش بروح إيجابية. ولا أزال أتذكر ما قالته بعض الصديقات حين زرنني، فعوضا عن أن يقدمن باقة من الورود، قدمن أشواكا من الكلام المسموم، حين أخبرنني أن لديهن مرضى سرطان في عائلاتهن توفوا بسبب المرض. وبلا أي مداراة أو اعتبار، قلن لي: «اعتني بنفسك، ستموتين أنت أيضا». كانت كلمات جارحة جدا، لا تطاق، لكنني أخبرتهن أن الموت بيد الله، وإذا جاء بسبب المرض فهو من أقداره أيضا، فليأت ما دمت تحت رحمة الله.

أما بالنسبة إلى علاقاتي مع الآخرين، فقد اقتربت صديقاتي مني أكثر، مع مراعاتهن المحافظة على نفسيتي وصحتي، وتعاونهن معي في العمل. جعلتني تجربتي مع سرطان الثدي أكتشف ذاتي وقوة العزيمة والإصرار الداخلي الذي أملكه لتحمل العلاج. وازداد حبي لنفسي مع التغييرات التي صاحبت العلاج، فقد علمتني التجربة أن أضع نفسي أولا دون أي شعور بالذنب، وأن أحب جسدي كما هو وفي أي حالة، وأن أرمم ذاتي إذا انكسرت يوما ما لأكون أقوى من قبل.

فأصبحت أكثر صدقا مع ذاتي، وأقوى في مواجهة الخوف. وأحيانا يتسرب الخوف إلى داخلي من عودة المرض مجددا، وهذا خوف طبيعي بعد التجربة القاسية التي عشتها برفقة المرض. فمن الطبيعي أن أعيش القلق والخوف، لكنني أهزمهما دائما بشتلات الأمل المزروعة في داخلي وروح التحدي. فعلى الرغم من استئصال أحد ثديي، ووجهي الشاحب من آثار العلاج والأنيميا، لا أزال متصالحة مع نفسي وأحبها. وقد جعلت الآخرين يحبونني لشخصي لا لشكلي، بل لما أقدمه من مساعدة، ولما أحمله من محبة، ولحسن تعاملي معهم.

أظهرت للجميع أنني قوية ومتفائلة رغم كل ما مررت به. وتصالحت مع التغيرات الجسدية بقوة، فصرت أرى جمالي في نفسي لا في شكلي، وأرى الندبة التي خلفها المرض وساما لقوتي، لا عيبا أخفيه.

وأرى جمالي في وجهي حين أضحك من قلبي بين الناس، وأرى جمالي في عيشي بسلام.

لم أبدأ رحلتي بهدف أن أكون مصدر إلهام، بل بدافع من داخلي لأثبت لنفسي أولا أنني قادرة. ولكن مع الوقت، وعندما بدأت النساء من حولي يخبرنني أن قصتي أو مواقفي أو اختياراتي ألهمتهن، شعرت بمسؤولية جميلة وثقيلة في آن واحد.

هذا الشعور بالنسبة لي لم يكن مدعاة للغرور، بل كان دافعا للاستمرار، لأكون صادقة مع نفسي ومعهن، ولأبقي الباب مفتوحا لكل امرأة تحاول أن تجد طريقها. في زحمة المرض، تتزاحم المواقف واللحظات الفارقة، لكن هناك شيء لا يمكن أن أنساه أبدا، وهو من اللحظات التي شعرت فيها بأنني فقدت السيطرة تماما على جسدي، ومشاعري، وحتى إيماني بأنني سأكون بخير.

الذي ساعدني على تجاوز ذلك لم يكن شيئا واحدا فقط، بل مزيج من أشياء: قوة إيماني برب العالمين، وإيماني بأن هذا المرض سيمر علي كذكرى تقويني من الداخل، ودعاء أهلي وأولادي الذي كنت أسمعه بصوت مرتجف، وكلمة دعم من صديقة لم تتخل عني، وطبيب عاملني بإنسانية قبل أن يكون طبيبا، وثقتي بنفسي بأن كل شيء سيمر بسلام. تعلمت أن الشجاعة لا تعني ألا أخاف، بل أن أستمر بالرغم من الخوف.

كان أبنائي سندي الأول في رحلة التعافي، وكانوا يمنحونني القوة لكي أستمر في العلاج. كنت أتألم وأنهض، وأواصل طريقي مع كل ما أشعر به. تمنيت لو كانت أمي (رحمها الله) معي لتحمل عني كل شيء. فوقفة الأم مختلفة تماما. صحيح أن الأبناء يساندونك، وكذلك الأخوات والإخوة، لكن الأم مختلفة، فوجودها إلى جانبك له معنى آخر، وسندها لا يشبه أي سند آخر. كل جهدي وطاقتي أكرسهما لعملي في توصيل الطلبة، ولحبي للأطفال، فقد جعلني ذلك أوصل الطلبة وأحبهم كأبنائي، وأهتم بهم. وقد أمضيت 20 سنة من العطاء في مجال التوصيل، وهي مهمة ليست سهلة.

أن تكون قويا لا يعني أنك لا تمر بلحظات ضعف.. بل يعني أن الآخرين يرون فيك القدرة على النهوض

لـدي دبلـوم، وعملـت سـكرتيرة لـدى محـامٍ، لكـن الوضـع حتـم عليّ أن أتـرك العمـل وأجلـس مـع أبنـائي. وعندمـا انـتشر السرطـان قلـيلا، لم يكـن هنـاك أحـد يوصلهـم، فبـدأت وأخـذت سـيارة صـغيرة. والحمـد للـه، أنـا الآن لـدي «بـاص»، وسـأطور مـن نـفسي، وهـذا العمـل جعلنـي أنسى المـرض، لكنـه أخـذ جـزءا منـي، فنصـف العـلاج هـو العامـل النـفسي. المـرض انتـزع منـي راحتـي، وأيامـا كنـت أظـن أننـي سأعيشـها بشـكل طبيعـي، وأخـذ معـه جـزءا مـن ثقتـي بجسـدي. شـعرت أحيانـا وكأننـي فقـدت جـزءا مـن نـفسي، وكأننـي أعيـش في جسـد غريـب.

لكـن السرطـان علمنـي الـصبر الحقيقـي، لا ذلـك الـصبر الـذي نقولـه كلامـا، بـل الـصبر الـذي يبنـى مـن دمـوع الليـل وسـكون الألم. علمنـي أن القـوة لا تكـون دائمـا في الحركـة، بـل أحيانـا في السـكون والقبـول. وأضـاف لي وعيـا عميقـا بقيمـة الحيـاة، وقيمـة الصحـة، وقيمـة اللحظـة. وفي قبضـة المـرض، أسـتذكر تلـك اللحظـات التـي لم أكـن أملـك فيهـا إلا الدمـوع، حين شـعرت أن الطريـق طويـل، وأننـي مرهقـة نفسـيا وجسـديا.

لكننـي اكتشـفت أن لحظـات الضعـف لا تقلـل مـن قـوتي، بـل تذكـرني بأننـي إنسـانة. تغلبـت على ذلـك الشـعور بـالاعتراف بـه، فلـم أكابـر أو أتظاهـر بالقـوة الزائفـة، وأحطـت نـفسي بحزمـة مـن الأصدقـاء الصـادقين المخلـصين الذيـن كانـوا سـندا لي. بعـد التعـافي، أصبحـت أهتـم بالتفاصيـل الصـغيرة أكثر، فأصغـي إلى جسـدي، وأهتـم بصحتـي، وأتابـع فحوصـاتي باسـتمرار. وأعيـش حالـة مـن التقبـل، وأعقـد صلحـا دائمـا مـع ذاتي، بحيـث لا أخجـل مـن النـدوب التـي تركتهـا الجـراح على جسـدي، فاعتبرتهـا وسـام شرف نجـوت مـن خلالـه، وأصبحـت أقـوى.

اليـوم، أصبحـت أكثر امتنانـا ووعيـا، والأهـم أننـي أصبحـت أقـرب إلى نـفسي، وأشـارك قصتـي وأسـاعد غيري مـن النسـاء بـكل قـوة واندفـاع. وأطمـح إلى المسـاهمة في التوعيـة عبر إنشـاء مجموعـة في وسـائل التواصـل، وتقديـم الدعـم والمشـورة لمـن هـن في بدايـة المـرض، وتنظيـم ورش لرفـع الوعـي بأهميـة الاكتشـاف المبكـر.

كما أسـعى إلى إطلاق بودكاسـت بسـيط أشـارك فيـه قصتـي، ومـا مـررت بـه مـن ضعـف وقـوة، وألم وأمـل. هزمـت السرطـان ثلاث مـرات في المـكان نفسـه، وخضعـت لأكثر مـن خمـس عمليـات في المـكان نفسـه، وفي كل مـرة كنـت أخـرج أقـوى مـن قبـل. كنـت أتـألم، ولكـن ضحكتـي لم تفارقنـي، تلـك البسـمة التـي حافظـت عليهـا طـوال فترة نضـالي مـع السرطـان.

مد سياطه إلى كل جسدي وكل تفاصيل حياتي..

أما بسمتي، فهي لا تمس؛ لأنها سلاحي ورصيدي في الحياة، وعنواني الأبرز، ودليلي على أنني لا زلت على قيد الحياة ولم أنهزم.

ألطاف محمد

"محاربة واجهت السرطان بابتسامـــــة

ابتسام بدر

في كل تجارب سرطان الثدي، هناك دموع وحزن وألم، لكنني اخترت أن أواجه المرض بابتسامة، ابتسامة متمردة على أقداره التي لا ترحم، تفرض إرادة الحياة وسط حكايات الموت المتناثرة. كانت قوة شخصيتي أكبر من جبروت المرض، فلم أستسلم للخوف، بل حولت ألمي إلى مصدر إلهام لمن حولي.

لم يكن اكتشاف المرض صدفة، فمنذ أن دخلت عامي الأربعين كنت ملتزمة بالفحص الدوري السنوي (الماموغرام والأشعة فوق الصوتية). ففي موعد الفحص السنوي في فبراير 2023، تبين وجود خلايا غريبة الشكل والتكوين، صغيرة الحجم لا تكاد تذكر، فتمت متابعتها في الأشهر التالية دون تخويفي، فقد يكون الأمر مجرد تغير جيني أو هرموني حميد.

في تلك الأشهر الستة، وأثناء متابعة تطور الورم وتكرار الفحص، راودني شعور بوجود شيء ما، وأنني قد أكون مصابة بالمرض. وكان هذا الشعور بداية تقبلي لما هو آتٍ. في أغسطس من السنة نفسها، تمت مصارحتي، وأخذت عينة للتأكد من طبيعة هذه التغيرات التي بدأت تنمو بسرعة، فكان موعدي مع الطبيبة الاستشارية في سبتمبر، برفقة صديقتي التي أصرت على المجيء معي لمساندتي.

وفي أثناء الانتظار، بادرت مباشرة بسؤال الطبيبة وأنا أبتسم، فتفاجأت برد فعلي الهادئ. تنهدت الطبيبة وقالت: نعم، النتيجة إيجابية وتؤكد وجود ورم خبيث في الثدي، وهو من النوع الغازي المتحرك الشرس، وزيادة حجمه بصورة سريعة خلال الأشهر الماضية تتطلب منا التدخل السريع للحد من انتشاره. ستبدئين بأخذ العلاج الكيميائي للسيطرة عليه، ثم سيتم استئصاله لاحقا وفق متابعتك المستقبلية مع طبيبة الأورام لتبدأ بعدها رحلة العلاج.

كان اعتمادي بعد الله في هذه المرحلة على ابنتي لمساعدتي، ولرعاية أبي المصاب بمرض السكري والمصاب بمضاعفات مزمنة في رجليه. وقد اتسمت بالإيثار والتفاني في تلك الفترة، فعلى الرغم من أنها كانت في سنة التخرج من الجامعة، وكانت تكمل مشروع تخرجها، إلا أنها لم تبخل بوقتها ولا بجهدها، بل كانت مستودع القوة والإيجابية التي أستمد منها عزيمتي، والسند الأكبر في مواجهة الظروف الصعبة. واضطرت إلى تقديم طلب للانسحاب من السنة الدراسية بسبب ظروفي الصحية. فجاء الاعتراض الجماعي من جميع طلبة دفعتها، وأصروا على أن ترافقهم في حفل التخرج ليحتفلوا معها.

ولم يكتفوا بالدعم المعنوي، بل ساعدوها عمليا في إنجاز مشروع التخرج، وأثنى عليهم المشرف الأكاديمي على جهدهم وتفانيهم، خصوصا في الأيام الصعبة التي كنت أعاني فيها من مضاعفات العلاج الكيميائي، وغالبا ما كنت طريحة الفراش الأبيض لأيام عدة. لا أنسى يوم التخرج وفرحة الجميع بهذا اليوم المميز، حيث سلم عليّ جميع منتسبي الجامعة من إداريين وأكاديميين وطلبة. أخبروني أنني المحاربة التي ألهمتهم وعززت فيهم الصبر، وأنني أم لطالبة مثالية متميزة حصلت على درجة امتياز مع مرتبة الشرف بالرغم من صعوبة ما مررت به.

كنت متصالحة مع نفسي، وتقبلت وضعي الجديد. فمنذ أن أبلغت بالنتيجة، ذهبت إلى صالون التجميل، وقصصت شعري قصيرا، وجهزت حقيبة بجميع احتياجاتي للمستشفى، وجلست مع أبنائي لأخبرهم عن وضعي الجديد، وما يجب أن يكون، وما دور كل واحد منهم.

السرطان، حين يهاجم الجسم، يكشف كل خبايا هذا الجسد ليحميه مما هو أسوأ وأعظم. وبالنسبة لي، أرى أن الحياة في فترة المرض تظهر أرقى وأقوى وأعظم وأضعف ما في النفس، فهي تظهر الماهية الحقيقية للإنسان. فالمرض يتأثر بقوة الإنسان، فإيجابيته تقويه، وضعفه يغذيه اليأس، وتضمحل قوته بانطفاء التفاؤل.

كنت أبتسم كلما دخل أحد غرفتي.. ليس لأني قوية دائما.. بل لأني كنت أرى الخوف في أعينهم

أعرف أن ابتسامة صغيرة مني كانت كفيلة بأن تطمئنهم أكثر من أي كلمة. فالتقبل الداخلي هو ما ينشر الأمان لمن حوله، وهذا ما حدث معي، فإيجابيتي في تقبل الأمر منذ البداية، واختيار كلماتي لنفسي قبل الآخرين، كان له أثر مزدوج، إذ رأى البعض أنني، ولله الحمد، فوضت أمري لرب العالمين، بينما شعر البعض الآخر بالأسى على وضعي، ولكن لم يطل الأمر كثيرا قبل أن يغيروا انطباعهم الأول عني. لا شك أن جمال المرأة في شعرها، لكن لا ننكر أن الطفلة المولودة حديثا رائعة من دون شعر أيضا، وأنا كأم أفرح حين أزينها وألبسها ربطات الرأس الملونة، كذلك كنت أنا.

فقد كنت أنا من بادرت بقص شعري عندما بدأ يتساقط بسبب جرعات الكيميائي، مشذبة إياه بماكينة حلاقة زوجي دون علمه أو علم الأولاد، وفاجأتهم بمظهري الجديد وأنا أضحك وأقول: «عندي تدريب عسكري!» وأدركت أن الوقت الذي كنت سأقضيه في العناية بشعري أصبح كله مخصصا للاهتمام بلحظات العلاج. وأوضح أن مستشفى الملك حمد، وتحديدا مستشفى البحرين للأورام، يوفر شعرا مستعارا مجانا لكل مرضى الأورام، كنوع من الدعم النفسي.

تلك اللحظة البسيطة أمام المرآة جعلتني أدرك أن قوة الشخصية تستطيع أن تشع في الظلام، وأن الخوف يتراجع كلما واجهناه، فتبدد مآسي التخلف المجتمعي، والمعتقدات، والخزعبلات، ليحل محلها الثقة والأمل ونشر الوعي. مع الوقت توقفت عن النظر إلى السرطان بوصفه وحشا أسطوريا لا يهزم، وأصبحت أراه مرضا يحتاج إلى صبر وعلاج ومواجهة، شأنه شأن أمراض كثيرة يمر بها البشر. مثله مثل مرض القلب: صعب، لكنه قابل للإصلاح، ومثل الكسور: مؤلمة، لكنها تزول مع الوقت، ومثل الأكزيما: مزعج، لكن هناك مرطب، ومثل ضعف النظر: ما إن تلبس النظارة الطبية حتى ترى بوضوح، والحمد لله.

ولكل محاربات سرطان الثدي أقول: مرض السرطان كأي مرض آخر، كان جديدا ومخيفا، ثم توافرت له علاجات كثيرة. فاعملي ما تحبين، فالأيام تمضي كأنها ثوان، وتذكري دائما أن الفحص المبكر هو الفيصل والمنقذ. ساعة في الفحص الروتيني مرة في السنة لا تضر، لكنها قد توفر حياة جديدة.

وأؤكد أهمية تقبل الأمر إذا كانت النتيجة إيجابية، وكذلك تقبل الشكل الخارجي بتغيراته قبل التهيؤ النفسي. أما إذا كانت النتيجة سلبية، فلابد من الاستمرار في الفحص الدوري، خصوصا بعد سن الأربعين. المرض بحد ذاته يشكل تحديا، فمهما قرأنا عنه، وتثقفنا، وتعاملنا مع أشخاص مصابين به، ومهما كانت مراحل المرض متقدمة، فكل حالة تختلف عن الأخرى، حتى لو بدت متماثلة ظاهريا.

الحياة لا تقف، ودوران الأرض مستمر، ودوام الحال من المحال، إلا أن يشاء الله. حين يكون الإيمان بالله قويا، تستصغر الأمور التي تؤرقنا. بالنسبة لي، حين يكون هدفي في الحياة أسرتي ومن حولي، يتضاءل حجم المرض وما أمر به من تعب بعد كل جلسة. أنا بيتوتية من الدرجة الأولى، وأحب القراءة والتطريز والأعمال اليدوية، وهذا ما خفف عني فترة العلاج الطويلة. فلم أكن مجبرة على الذهاب إلى نادٍ رياضي أو ملعب مفتوح، فالمهم أن أجد نفسي حيث أرتاح.

في زحمة الدنيا، هناك الكثير من المصاعب، لكن كيفية تخطيها هي الأهم. يجب علينا أن نمنح أنفسنا مجالا لتجاوز الأزمة، ونتعرف على المارد الجبار النائم بداخلنا، لنوقظه ليتولى دفة القيادة فينا.

فالأمر يشبه تماما السائق الذي يسلك طريقا، ثم يفاجأ بوقوع حادث سير أمامه، عندها لابد أن يتصرف بسرعة قبل أن يعوق وصول سيارة الإسعاف. أول ما يقوم به هو إعطاء إشارة تحذيرية للسائقين خلفه، ثم يبتعد إلى أقصى الطرف ليفسح المجال لسيارات الإنقاذ.

وحين بدأت أستعيد حياتي القديمة وأستعيد ملامحي، بدأ شعري بالنمو مرة أخرى، وكنت مستعدة للعودة إلى كرسي العمل بعد سنتين من العلاج المتعب، لكن القدر كان له كلمته، فقد عاد المرض مجددا بشكل نادر ليصيب الكبد، لتصبح حالتي واحدة من ثلاث حالات فقط في البحرين، إذ إن هذه الحالة نادرة الحدوث، ونادرا ما تهاجم أجهزة الجسم البعيدة. ومع ذلك، لم تتراجع عزيمتي، وظلت ابتسامتي سلاحي وسرا من أسرار الحياة كما أصف نفسي، مواصلة دوري، ملهمة ومحفزة لكل من حولي، ومتفاءلة بهزيمته مجددا حد اليقين.

مـا زلـت أؤمـن أن الابتسامـة ليست تعبيـرا عن غـياب الألــم..

بـل عـن القـدرة على العبـور بالرغـم مـن وجـوده. لهـذا كلما واجهتنـي الحيـاة بتحـد جديـد، أسـتقبلها بالابتســامة نفســها التــي اســتقبلت بهــا أول خبر للمــرض، مؤمنــة بأنــه مــا دام في القلــب أمــل، فهنــاك دائمـا سـبب آخـر للحيـاة.

ابتســام بـدر

رحلة العـودة إلى الحيـاة

زهراء سلمان

كنت امرأة تعشق الحياة بكل تفاصيلها، وتعيشها باطمئنان وأمان. كانت أيامي مليئة بالسعادة والحيوية والنشاط، وكنت أملك روحا مرحة وقيادية، أستمتع بعملي، وأجد متعتي في الرسم والسفر. كنت مديرة قسم في أحد البنوك، وكانت حياتي تسير بشكل اعتيادي، ولم أكن أعاني من أي مشكلة صحية أو عارض صحي.

لكن سرطان الثدي دخل حياتي ليعبث بذلك الهدوء وتلك السكينة. فقد عشت لحظات مؤلمة مع إصابة والدتي، ولم يمهلني القدر ثلاثة أشهر حتى فرض الفحص المؤجل أقداره، ذلك الفحص الذي كان بصمة الحياة والومضة التي كشفت السرطان المتسلل خلسة إلى جسدي، وأنقذني قبل أن يفرض سطوته وسيطرته، على الرغم من أنه استطاع فعلا أن يطفئني ويغرقني في العتمة ويكتم أنفاسي.

ازدادت محنتي مع وفاة ابنة عمي بالمرض ذاته، لكنني قررت أن أناضل وأهزم المرض بسلاح التجاهل، وأن أنتشل ذاتي المتعبة، وأتعلق ببقايا الضوء الناجية من جحيم عتمة المرض، وأتشبث بها حتى أصل إلى آخر النفق، وأسعف ابتسامتي الجريحة وأنعشها.

في أكتوبر 2024، أرسل البنك بريدا إلكترونيا للموظفين يطلب منهم الذهاب لإجراء الفحص السنوي، ومع أنني كنت أحرص على إجراء الفحص كل عام، إلا أني لم أذهب بسبب انشغالي، حتى نهاية نوفمبر، حين اتصلوا بي ليخبروني أن ذلك اليوم هو آخر فرصة للاستفادة من الفحص المجاني. بعد انتهاء عملي، بقيت في موقف السيارات مترددة: هل أذهب أم أعود إلى البيت؟ كنت أقول لنفسي إنني بخير، وإن الأمر لا يستحق أن أغير خططي من أجله. لكنني في النهاية قررت أن أذهب، حتى لا يقال إنني لم أستجب لطلب البنك. لم أكن أعرف أن ذلك القرار البسيط سيغير حياتي.

كنت واثقة أنني بخير، لكن بعد إجراء الأشعة فوق الصوتية، تغير كل شيء. قال لي الطبيب: «هناك ورم صغير جدا في الجهة اليمنى، لا يلاحظ باللمس، ويجب أخذ خزعة للتأكد مما إذا كان حميدا أم خبيثا». شعرت حينها أن قدميّ لا تحملانني من شدة الخوف. لا أعرف كيف تمكنت من الخروج وركوب السيارة. أخبرت أختي أولا وطلبت منها ألا تتوتر، وفي اليوم التالي مباشرة أجريت الخزعة، فقد كنت مصرة على عدم الانتظار وتجنب القلق. بعد أيام قليلة، تلقيت اتصالا للحضور وأخذ النتيجة. شعرت بالخوف، وكأن الاتصال إشارة إلى خبر سيئ. ذهبت مع زوجي وأختي، وهناك قال الطبيب: «للأسف، الورم خبيث». لكنني لم أبك، فقط قلت: «الحمد لله».

لم تكن لدي طاقة للبكاء، ربما لأن صدمة مرض والدتي كانت لا تزال تثقلني. قبل ثلاثة أشهر فقط من تشخيصي، كنت قد اكتشفت إصابة والدتي بالمرض. كنت أكبر أخواتي، ولذلك كان همها يسيطر على شعوري أكثر من خبر إصابتي أنا. أخبرني الطبيب أن الورم في المرحلة الثالثة، لكنه صغير، وأنه ستجرى لي عملية لاستئصاله، وبعدها سأحول إلى قسم الأورام للمتابعة. في تلك اللحظة، كان تفكيري كله منصبا على أولادي: كيف سيتلقون الخبر؟ لدي ابنة في الجامعة، وتوأم في الصف الثالث الإعدادي، وكان يؤلمني جدا أن أراهم يتضايقون. لذلك أجريت العملية دون أن أخبرهم. وحين بدأت جلسات العلاج الكيميائي، صارحتهم. وكانت والدتي في ذلك اليوم أيضا تملك موعدا في المكان نفسه.

والمفارقة أن أمي، التي كانت منهارة بسبب مرضها وتبكي كثيرا، تغير حالها

أعترف أنني بكيت كثيرا في إحدى اللحظات التي غمرني فيها الخوف والحزن..

تماما حين علمت بإصابتي. أصبحت أقوى، وأخفت دموعها لتكون سندا لي، وتشد أزري، وكأن مرضي منحها قوة لم تكن تملكها من قبل. كان الجميع يدعمني، خصوصا أنني وأمي كنا نواجه سرطان الثدي في الوقت نفسه. وكما لم يكن الأمر سهلا علي، لم يكن سهلا عليهم أيضا. كنت أكبر أخواتي، وكان من الصعب أن نواجه هذا الوضع معا.

لكن أكثر ما كان يضايقني هو سماع عبارة: «الحمد لله، سرطان الثدي أبسط الأنواع». وكنت أردد دائما: في الحقيقة، نعم، قد يكون قابلا للعلاج، لكنه في النهاية سرطان ومرض خبيث، ورحلته شاقة بين الكيميائي والعمليات والإبر والأشعة والمواعيد المتكررة وسحب الدم. لذلك لم يكن مقبولا أن يقال لي إن الأمر سهل أو إن علاجه مضمون، فهذا يستصغر من معاناتي ولا ينصفني. فمن لم تعش هذه التجربة، ولم تمر بالكيميائي، يصعب عليها أن تفهم حجم الألم والصعوبة.

كانت أصعب لحظاتي عندما بدأ شعري يتساقط. في تلك اللحظة أمسكت بالموس وحلقته كاملا. كان قاسيا جدا عليّ أن أجلس أمام المرآة وأشاهد شكلي يتغير أمام عيني. ما زالت تلك اللحظة عالقة في ذاكرتي، ولم أتجاوزها تماما. كنت أشعر أن استعادتي لذاتي مرتبطة، بطريقة ما، بعودة شكلي كما كان من قبل. في فترة العلاج، فقدت جزءا من أنوثتي، وشعرت وكأنني جثة هامدة تمشي. فالشعر بالنسبة لي هو رقم واحد، هو زينة المرأة، وأحد أبرز مظاهر أنوثتها، لكنني وجدت نفسي في لحظة واحدة بلا شعر. حلق زوجي شعره تضامنا معي ومواساة لي، وأصر على أن يكون إلى جانبي بالرغم من محاولتي طمأنته.

تضايقت كثيرا، إذ إن والدتي عودتنا منذ الصغر على أن الشعر لا يقص، ويجب أن يكون طويلا. وبعد أربعين عاما عشتها بشعر طويل، فقدته فجأة! كانت تلك صدمة حقيقية وجرحا عميقا، إذ وجدت نفسي بلا شعر ومع وزن زائد، لأشعر بأنني امرأة مختلفة تماما. كان ذلك مؤلما للغاية، وفي فترة العلاج لم أستطع الجلوس في المنزل دون وضع قبعة أو وشاح. فإذا فقد الرجل شعره، قد يجد الأمر مختلفا، وربما يتعامل معه باعتباره «ستايلا» جديدا، ومع ذلك يتأثر. أما بالنسبة إلى المرأة، فالموضوع مختلف.

لا يمكن أن نجمل الواقع بكلمات إيجابية تغير الحقيقة، لكن يمكننا أن نتعامل معه كلحظة مؤقتة نمر بها لنصبح أقوى. الحمد لله، أصبت بالمرض، وتعالجت، وتجاوزت هذه المرحلة. مررت بجميع فصول العلاج، لكنني عدت إلى الحياة مجددا، ورافقتني في رحلتي ألطاف الله وتوفيقه.

وبعد ذلك لم أعد أرغب في الخروج أو مواجهة الناس. حتى العمل قررت أن أؤديه عن بعد، فقط لأتجنب نظرات الآخرين التي لم أكن أحتملها. الآن، وأنا في مرحلة التعافي، لا أنكر أنني ما زلت أشعر بالضعف والألم في جسدي، لكنني تجاوزت الأصعب. لذلك حين تسألني عن الشكل أو الأنوثة أو عن فكرة التصالح معها، أقول إنني ما زلت في طور إعادة بناء ذاتي، واستعادة شكلي وأنوثتي من جديد.

منذ تجربتي، أصبحت أعتبر الفحص المبكر واجبا على كل امرأة. فقد اكتشفت مرضي صدفة بواسطة الفحص المبكر، مع أن الطبيبة أخبرتني أنني لا أحتاج إلى الفحص، لأن الورم الذي أصيبت به والدتي كان من النوع غير الوراثي. لكنني، بعد ثلاثة أشهر فقط من حديث الطبيبة، أجريت الفحص الذي كشف إصابتي وأنقذ حياتي.

وأفكر أحيانا: ماذا لو لم أجر ذلك الفحص؟ ربما كان الورم سيكبر قبل أن أكتشفه. كثير من النساء يتجنبن الفحص بسبب معتقدات خاطئة، وهذا ما حدث مع والدتي أيضا. كانت تتجنب الفحص خوفا من الإصابة، وتعتقد أن التفكير في المرض قد يكون نوعا من استدعائه، أو الدعاء على النفس بما هو أسوأ. والحقيقة أن والدتي لم تكتشف الورم إلا بعد مرور ثلاث سنوات ونصف، حين كان قد كبر ووصل إلى 4 سم، بسبب رفضها إجراء الفحص. ما زالت تجربتي مع الفحص تجعلني أؤمن بأهميته، فكلما اكتشف المرض في مراحله المبكرة، قبل أن يكبر أو ينتشر، كانت فرصة التعامل معه أسهل بكثير وأقصر زمنا.

كنت أحرص طوال فترة العلاج على الجلوس مع طبيبة نفسانية كل شهر، وكان مجرد الفضفضة يساعدني كثيرا. لذلك أرى أنه من المهم أن يحاول المريض، قدر المستطاع، ألا يسمح لفكرة المرض بأن تسيطر على كل تفاصيل حياته. أحيانا يساعدك التجاهل والانشغال بأشياء أخرى على الاستمرار في العلاج دون أن تشعر بثقل المرحلة في كل لحظة. ومع ذلك، يبقى الحفاظ على التوازن النفسي أثناء العلاج أمرا صعبا.

وبعد كل ما عشته، أصبحت كلمتي لكل محاربة سرطان: إذا بكيت في لحظة ما، أو شعرت بالخوف أو الحزن، فلا تظني أن ذلك يعني أنك ضعيفة. البكاء والخوف والحزن مشاعر إنسانية طبيعية، وهي صغيرة أمام حجم الألم الذي تمرين به وتعانينه. اسمحي لنفسك أن تبكي، ولا تكبتي مشاعرك، سواء كانت حزنا أم فرحا. لكن في الوقت نفسه، لا تدعي الحزن يسيطر أو يطغى على حياتك، فهو مجرد فترة وستنقضي.

لـم أخرج من هذه التجربة كمـا دخلتهـا..

لكننـي خرجـت منهـا وأنـا أعـرف قيمـة الحيـاة أكثر، وأعـرف أن المـرض قـد يـغير شـكلنا وأيامنـا، لكنـه لا يملـك وحـده أن يحـدد مـن نحـن.

زهـراء سلمـان

”وجودي على قيد الحياة
أهم من شكل الجسد

عفاف البلوشي

لا يوجد في قاموسي معنى لليأس والانكفاء. وحين واجهت سرطان الثدي، لم أجد أمامي سوى سلاحي الذي آمنت به دائما: حالة نفسية مرنة، وتفكير إيجابي أعتبرهما من أقوى العلاجات.

دهست مشاعر الخوف والقلق، ومضيت في طريقي ألاحق بقع الضوء المتناثرة في زحمة الظلام. لم توقفني سياط المرض التي لا ترحم، ولا بشاعة آلامه، ولا ظروف العلاج الكيميائي القاسية، التي كانت من أقسى التجارب التي مررت بها. تجاوزت كل ذلك، حتى تعافيت وعدت إلى الحياة بنظرة جديدة.

تغيرت نظرتي إلى الحياة كثيرا، وأصبحت أكثر إيجابية. لم أعد أهتم بصغائر الأمور، وأصبحت أقوى من السابق، وفي داخلي مخزون هائل من الصبر والثقة بالذات، يجعلني أستصغر كثيرا من الصعاب والعقبات التي كانت تبدو لي في وقت ما كبيرة وثقيلة.

لاحظت ظهور كتلة غريبة وقاسية، مصحوبة بإحساس بالحرارة. بعد أن اكتشفتها، بدأت أبحث في صفحات الإنترنت، وأقارن ما أقرأه بما أشعر به وما لاحظته في جسدي. وجدت أن ما أقرأه يتطابق مع ما شعرت به، وكان سرطان الثدي أحد الاحتمالات التي بدأت تراودني. لذلك، قبل أن أذهب إلى المستشفى، كان لدي تصور عما يمكن أن يقوله الأطباء.

ذهبت مباشرة إلى عيادة خاصة؛ لأنه كان يوم جمعة. أجروا لي أشعة فوق صوتية، وحين ظهرت النتيجة، لم يخبروني بتفاصيلها، لكنهم طلبوا مني ضرورة إجراء خزعة للتأكد وتحديد السبب.

أخذت التقرير وتوجهت به إلى قسم الطوارئ في مستشفى الملك حمد الطبي. لم أفهم ما ورد فيه بسبب المصطلحات الطبية، وحين اطلع الطبيب عليه، قال لي مباشرة إن هناك احتمالا كبيرا للإصابة بالسرطان، وحولوني إلى طبيبة مختصة بأمراض الثدي، وحددوا لي موعدا معها.

كان وقع ذلك الخبر صادما بالنسبة إلي. صحيح أنني كنت أتوقع سماع هذا الكلام، لكنني كنت أتمنى أن يطمئنني الطبيب، وأن يعطيني رأيا آخر. لكنه قالها بطريقة لم تكن مناسبة لإبلاغ مريض بمثل هذا الخبر. كنت أفكر: ماذا لو كان الشخص لا يتوقع أنه مصاب بهذا المرض؟ من المؤكد أنه سينهار. ومن هنا أدركت أن إيصال الخبر إلى المريض لا يتعلق بالكلمات وحدها، وإنما بالطريقة التي يقال بها، واللحظة التي يتلقاه فيها، وحالته النفسية في ذلك الوقت.

كانت الطبيبة المختصة هي د. نوف الشيباني. كنت أراها طبيبة تحمل كل معاني الرقي والاحترام، وتعرف كيف تهيئ المريض لما قد يسمعه. كانت تقول لي إن الورم قد يكون حميدا وسهل العلاج، وإنني قد لا أحتاج إلى علاج كيميائي، وإن كل ذلك يتوقف على نتيجة الفحص. وحين أشارت إلى احتمال وجود خلايا سرطانية في الكتلة، كانت تقول ذلك بطريقة تمنحني انطباعا بأنها واثقة من أنني سأعالج. كان حديثها جميلا وأنيسا، ولم تحمل كلماتها أي نبرة سلبية، بل منحتني قدرا كبيرا من الاطمئنان.

بعد سلسلة من الفحوصات شملت الماموغرام والأشعة فوق الصوتية، ثم الخزعة، تأكدت إصابتي بسرطان الثدي. كان ذلك في شهر أغسطس 2020، بفترة جائحة كورونا. كنت في المرحلة الثانية من المرض، بعدما وصل إلى منطقة الإبط، وكانت بعض الغدد مصابة به أيضا. عرفت بالخبر حين سمعت الممرضات يتهامسن، فأدركت أن أمرا خطيرا قد أصابني. وكنت قد بحثت عن المرض وأنا في طريقي إلى

ذهبت وأنا أحمل معي كل ما أملك من قوة وإرادة

منقطعة النظير لمواجهة الحقيقة التي كنت أتوقعها

المستشفى، لذلك كنت مستعدة لسماع هذه الحقيقة.

كنت قد انتبهت إلى التغير الحاصل في الثدي، وحين سمعت للمرة الأولى كلمة «سرطان»، لم أكن مصدومة. فقد رأيت حالات كثيرة شفيت، ولله الحمد، ولذلك لم يتبادر إلى ذهني، كما يعتقد كثير من الناس، أن السرطان يعني نهاية الحياة. كان أول ما تبادر إلى ذهني أن الله يحبني، فإذا أحب الله عبدا ابتلاه. لذلك سلمت أمري إلى الله، وقلت إن ربي رحيم بعباده. وفوق ذلك، فإن العلم تطور كثيرا، وهناك علاج لهذا المرض، وقد شاهدت كثيرا من الناس شفوا منه، ولله الحمد.

وكانت كلمات د. نوف الشيباني مثل البلسم والمهدئ لاضطرابي الداخلي. كانت تقويني وتقول لي دائما: «نصف العلاج عليك، والباقي علينا». أما أهلي، فقد أصابهم الخبر بالذعر. لم تستطع أعينهم إخفاء الخوف، وانهمرت دموعهم؛ لأنهم كانوا يخشون أن يفقدوني. لكنني كنت أطمئنهم، وأهدئ من روعهم، وأؤكد لهم أنني سأهزم هذا المرض بإذن الله.

كان المقربون مني قد تلقوا الخبر في أيام الكورونا، ولم يتسن لهم الحضور لمؤازرتي، حتى لا أصاب بالعدوى، خصوصا أن مناعتي كانت منعدمة. ومع ذلك أصبت بالكورونا، لكن دعواتهم كانت دائما معي، وهذا ما كنت أحتاج إليه. كان الجميع حزينا، ويحاولون إخفاء حزنهم عني. وكنت أطلب دائما من كل من يصله خبر إصابة أحد المقربين منه ألا ينظر إليه بعين الشفقة، وألا يعتقد أن المرض سيقضي عليه. كنت أريده أن يستجمع قوته، وأن يقول للمريض: «إننا نعلم مدى قوتك، ونعلم أن الله اختارك لأنك تستطيع تجاوز ذلك».

كنت أؤمن بأن على المريض أن يشعر بأن الله ميزه فعلا عن غيره، حتى يرى مدى إيمانه وصبره. فمثل هذه الكلمات، وهذا التشجيع، يمكن أن يجعلا المريض أقوى، وأكثر تفاؤلا وقدرة على التغلب على ما يمر به. كنت قوية وصابرة، مسلمة أمري إلى الله. لم تنل سياط المرض مني، ولم تبعثر هدوئي. كنت أتحدى المرض وأروض جبروته وآلامه. لكن في المقابل، كانت نظرات الشفقة تلاحقني، وكان شعور القلق والعطف من محبي وأهلي يطوقني.

وبمجرد أن أنطق باسم المرض، كانوا ينهارون بالبكاء ويتأثرون. كنت أرفض ذلك كله، وأخبرهم بأنني لا أطلب منهم أن ينظروا إلي بعين الشفقة، وإنما أريد منهم أن يثقوا بأن الله معي، وأنني سأحارب هذا المرض وأنتصر عليه.

بـدأت رحلـة علاجـي ببرنامـج شـمل العمليـة واسـتئصال الخلايـا السرطانيـة، ثـم تلقيـت جرعـات الـعلاج الكيميـائي، وبعدهـا الـعلاج الإشـعاعي، ثـم جرعـات الـعلاج الهرمـوني، الـذي كان عبـارة عـن أقـراص لمـدة 5 إلى 10 سـنوات، وإبـرة كل 3 أشـهر للوقايـة مـن عـودة المـرض. تلقيـت علاجـي في مستشـفى الملـك حمـد، وكان ذلـك بـفترة جائحـة كورونـا. وأثنـاء خضوعـي للـعلاج الكيميـائي، أصبـت بالكورونـا، وتعطـل علاجـي لمـدة شـهر واحـد فقـط، ثـم أكملـت بقيـة العلاجـات.

وبعـد أن أكملـت علاجـاتي، أجريـت لي أشـعة فـوق صوتيـة، واكتشـفت جلطـة في الرئـة، وكانـت على الأرجـح مرتبطـة بكورونـا. ولله الحمـد، تـم علاجـي. كانـت تجربـة الـعلاج الكيميـائي مـن أقسى التجـارب التـي مـررت بهـا، لكننـي تجاوزتهـا بنجـاح. كانـت مشـاعري مختلطـة أثنـاء فترة الـعلاج الكيميـائي. لم أكـن أسـتطيع تحديـد مـا يؤلمنـي ومـا يضايقنـي في جسـدي. كنـت أشـعر بمشـاعر وأحاسـيس غريبـة لا أسـتطيع وصفهـا.

لم أشـعر بلحظـات ضعـف واضحـة. كنـت دائمـا أتجاهـل كـوني مريضـة وأخضـع للـعلاج. كنـت أبتسـم وأخبر نـفسي أن اللـه اختـارني، لأننـي أسـتطيع تجـاوز المـرض، وأننـي سـأتغلب عليـه وعلى الظـروف القاهـرة. ومـع ذلـك، اعترتنـي لحظـات مـن الضعـف حين تسرب الألم المتوحـش إلى جسـدي الضعيـف، ألم لا يمكننـي التعـبير عـن مـداه، ولا عـن بشـاعة سـياطه التـي لا ترحـم. لكننـي كنـت أحـاول دائمـا أن أنسى أننـي مصابـة بذلـك المـرض، وأن أشـعر بأننـي بكامـل صحتـي، ولا أعـاني مـن أي مشـكلة.

كانـت حالتـي النفسـية المرنـة وتفـكيري الإيجـابي مـن أقـوى العلاجـات التـي امتلكتهـا في تلـك الرحلـة. حلقـت شـعر رأسي بنـفسي مـرتين، مـن دون خـوف أو تـردد، وكنـت أحـدث نـفسي قائلـة: «هـو شـعر وسـيعود مـرة أخـرى». هنـاك مـن تذهـب لإجـراء عمليـات تجميـل، أمـا أنـا فكنـت أقـول لنـفسي: فقـدت جـزءا مـن جسـدي، لكننـي لم أفقـد حيـاتي، ولم أفقـد الـجمال.

الـجمال الحقيقـي هـو الـروح المرحـة، المتفائلـة، والمحبـة للحيـاة. وهـذا هـو الـجمال الدائـم. أدركـت أن الأنوثـة ليسـت بالشـكل فقـط. فالأنثـى بالأمـل تكـون أجمـل، وبالابتسـامة تكـون أزهـى. الأنوثـة ليسـت في مقاييـس الـجمال السـطحي، ولا في صفـاء البشرة وخلوهـا مـن الشـوائب، ولا في المعـايير التـي سـتزول مـع تقـدم العمـر. الأنوثـة في الإحسـاس والتعاطـف، وفي إشراقـة الوجـه التـي تنبـع مـن البهجـة.

لهـذا لم يعـد شـكل الجسـد هـو مـا يشـغلني. مـا يهمنـي أننـي مـا زلـت هنـا، أعيـش، وأبتسـم، وأمـارس حيـاتي، وأرى الـجمال في داخلي وفي كل مـا حـولي.

غير التشـخيص نظـرتي إلى الجسـد، وإلى الوقـت، وإلى الحيـاة. كان تنبيهـا واضحـا إلى

أن لبدني عليّ حقا، وأن عليّ أن أنتبه إليه. أدركت أن الحياة أكبر من أن ننغمس في صغائر الأمور ونعظمها، وأن المشكلات التي ليس لها حل ينبغي أن نتعايش معها. فلا يوجد شيء أهم من الصحة والعافية. بعد هذه التجربة، أدركت أنه مهما حدث، يجب ألا أن أفقد الأمل، وأن الشكل هو آخر همي. تعلمت قيمة الحياة، وأن الصحة لا تعوض بثمن، وأن النفسية تلعب دورا كبيرا في علاج معظم الأمراض، إن لم يكن جميعها. أدركت قيمة نفسي، ومدى قوتي وقدرتي على التحمل. كما شعرت بأن رب العالمين وهبني حياة جديدة.

أخذ المرض جزءا بسيطا من جسدي، لكنه أضاف إلى شخصيتي قوة، وتفاؤلا، ومرحا، وجرأة أكبر. بعد التعافي، أصبحت حياتي أكثر صحة ونشاطا. صرت أنتبه إلى ما أتغذى به، لأعطي جسدي ما يحتاجه، وعدت إلى نشاطي الرياضي، وطورت مهاراتي في الرياضة حتى أصبحت مدربة في أحد النوادي الرياضية.

كنت قبل الإصابة أحب الرياضة، ولدي شهادة في إحدى الرياضات، وأدرب في أحد النوادي. وبعد التعافي، عدت إلى نشاطي الرياضي، وأكملت مسيرة التدريب. كما أمارس هوايتي في التصوير، وأنا عضوة في جمعية التجديف. أشجع العضوات على الاهتمام بصحتهن، وعلى جعل الرياضة أسلوب حياة يحافظن به على صحتهن الجسدية والنفسية. تغيرت حياتي كثيرا.

أصبحت أعتمد على نفسي أكثر، وأستمتع بكل يوم جديد، وأرى كثيرا من الأمور سطحية وبسيطة مقارنة بتجربة المرض، التي جعلتني أقوى وأكثر ثقة بنفسي؛ لأنني أدركت أن الصحة النفسية مرآة للصحة الجسدية، وأن «الصحة تاج على رؤوس الأصحاء». كذلك ازداد وعيي بأهمية الغذاء الصحي، وأصبحت الحياة أجمل. أستمتع بكل لحظة، وأشكر الله على منحي يوما جديدا أعيشه. كما أصبحت أفتخر بنفسي أكثر وأقدرها، وزادت ثقتي بنفسي، وشعرت بأنني أقوى من السابق، وأكثر إقبالا على الحياة.

لم أعش هروبا من المشكلة.. بل كنت عنوانا للتحدي بكمية هائلة من العنفوان في وجه جبروت المرض

نـادرا مـا أقلـق، ولكـن إن عـاد، لا سـمح اللـه، فـكما حاربتـه مـرة، سـأقف وأحاربـه مـرارا وتكـرارا بـإذن اللـه. لا أخشى عـودة المـرض، ولا أعيـش في قبضـة القلـق والتوتـر الدائـم. لم يعـد هاجـس المـرض وعودتـه مفزعـا أو مربـكا لمـسيرة حيـاتي. اخترت ألا أفكـر فيـه كـثيرا حتـى لا أتأثـر، بـل إننـي أحيانـا أنسـاه وكأنـه لم يكـن، وكأننـي لم أصـب بـه أصلا. وأتسـلح دائمـا بالتفـاؤل والتفـكير الإيجـابي، وأسـتمتع بـكل لحظـات حيـاتي، وتركـت تجربتـي مـع السرطـان وراء ظهـري.

السرطـان ليـس نهايـة الحيـاة، فهـو كأي مـرض، يمكـن علاجـه، وهنـاك طـرق عـدة لذلـك، وقـد تطـور العلـم كـثيرا في هـذا المجـال. لا داعـي للقلـق والخـوف اللذيـن يصيبـان النـاس عنـد معرفـة إصابتهـم بالمـرض؛ ظنـا منهـم أنـه لا يوجـد علاج شـافٍ. معظـم أنـواع السرطـان يمكـن علاجهـا بـإذن اللـه، وسرطـان الثـدي يمكـن علاجـه والوقايـة منـه مثـل أي مـرض آخـر. صرت أرى كل صبـاح فرصـة جديـدة، وأتخـذ مـن الإيجابيـة والتفـاؤل والأمـل محـورا لحيـاتي، وأتمنـى مـن الجميـع أن يتخـذوا هـذا نهجـا لهـم.

ومـع كل صبـاح نسـتيقظ فيـه ونحـن على قيـد الحيـاة، يكـون اللـه قـد وهبنـا يومـا جديـدا لنعيشـه ونقـدر قيمتـه. الحيـاة جميلـة، وهـي نعمـة أنعمهـا اللـه علينـا. والصحـة والعافيـة هديـة مـن اللـه، فلنحافـظ عليهـا كما لـو كان شـخص عزيـز علينـا قـد أهدانـا إياهـا، فكـم نكـون ممتـنين حين نحافـظ عليهـا!

أريـد أن تكـون نظرتنـا إلى صحتنـا كهديـة غاليـة لا تقـدر بثمـن، وأن نحافـظ عليهـا. السرطـان ليـس نهايـة الحيـاة، بـل بـاب إلى حيـاة جديـدة. اللـه يمتحـن صبرنـا على البـلاء، ويمنحنـا فرصـة لإبـراز قوتنـا ومـدى إيماننـا بـه.

والسرطـان يمنحنـا تنبيهـا بـأن لبدننـا علينـا حقـا، وأن علينـا أن ننتبـه إليـه. والحيـاة أكبر مـن أن نغـرق في صغائـر الأمـور. والفحـص الـدوري بوابـة للنجـاة، مـهما حـدث، يجـب ألا نفقـد الأمـل، والشـكل هـو آخـر مـا يجـب أن نقلـق بشـأنه. والحالـة النفسـية تـؤدي دورا كـبيرا في علاج معظـم الأمـراض، فالنفسـية المرنـة والتفـكير الإيجـابي مـن أقـوى العلاجـات لقـد أخـذ منـي سرطـان الثـدي جـزءا مـن جسـدي، لكـن ذلـك لم يعـد يهمنـي. فوجـودي على قيـد الحيـاة، بفضـل اللـه تعـالى أولا، وبفضـل العلاجـات، أهـم مـن شـكل الجسـد.

تعلمت أنني قد أفقد جزءا من جسدي..

لكنني لا أريد أن أفقد الحياة التي بقيت لي. وهذا، بالنسبة لي، هو المعنى الحقيقي للتعافي.

عفاف البلوشي

”هزمت السرطان بالطاقة الإيجابيـة وروح التفـاؤل

زينب العلواني

عشت حياتي كلها في أجواء السرطان، ذلك المرض الذي استوطن عائلتي، فخطف أمي وأخي، وملأ حياتنا بلحظات الترقب المرهقة والخوف المستمر المشبع بالقلق.

كنت أنتظر لحظة إصابتي أنا وأختي في كل لحظة، وأستشعر ذلك مع أي عارض صحي يصيبني. كان منزلنا كله مسمما بأجواء الحزن وألم الفقد والخوف الذي عشعش في أرجائه.

رافقني السرطان حتى في أحلامي، فحلم غريب كان بمثابة إنذار للتشخيص، وهاجسا أصبح واقعا لابد منه.

لم تكن هذه تجربتي الأولى مع السرطان، فقد أصبت باللوكيميا في طفولتي، وهزمته مرتين، كان لدى عائلتي تقريبا ثلاث حالات، وكنت الرابعة. لذلك كنت متهيئة ومستعدة عندما سمعت..

كنت لا أزال أعيش صدمة فقد أخي بورم في الرأس، وكانت ابنة عمتي ملاذي، تمنحني الطاقة الإيجابية دائما، وتعلمني دروس التخلص من الحزن. وحين حلمت حلما غريبا وفسرته بأنه المرض، وبدأت تظهر الأعراض كالإفرازات، نصحتني ابنة عمي بالذهاب للفحوصات وأن أتهيأ للمرض؛ لكونه متوارثا في العائلة. ذهبت إلى المستشفى، وتم التشخيص فعلا.

كنت أفكر ليس في حزني أو الطاقة السلبية، بل في كيفية مواجهة أهلي وزوجي بعد هذا التاريخ من الألم والفقد، وكانت المسؤولية كلها عليّ لأواجه المرض.

كان تاريخ عائلتي المرضي بهذا المرض بمثابة مؤشر واقعي لاحتمال الإصابة به. كنت أنا وأخواتي نترقب إصابة أي واحدة منا بهذا المرض. فوالدتي (رحمها الله) وأختي وأخي أصيبوا بهذا المرض، فكانت كلها طاقة سلبية وانتظار وترقب للمرض، لدرجة أننا كنا نتجنب نطق اسم المرض خوفا من الإصابة به. كنت متهيئة لأبعد حد، وكنت أدرك أن التفكير والحزن قد يفاقمان الحالة، لذلك كنت أتجنبهما. وكانت الإفرازات مفتاح التشخيص والدافع للفحص والسبب في تشخيص المرض.

ومع أنني بحثت في البداية عبر محرك البحث «جوجل» ووجدت احتمالية الإصابة، إلا أنني لم أتوقع أبدا هذا، خصوصا أنني عشت تجربة العلاج الكيميائي عند إصابتي باللوكيميا عندما كنت صغيرة. لم يكن أحد يعلم بالتشخيص إلا ابنة عمي، التي كانت مستودع أسراري ومصدر قوتي، وكنت أستشيرها في كل شيء.

كنت أحارب المرض لوحدي، لكن بطاقة إيجابية، من دون حزن ومن دون تعب نفسي. وبعد التشخيص، أجريت كل الفحوصات والتحاليل الكاملة لمدة تقارب الشهر. كان تحديا أن أواجه المرض لوحدي، تحديا بإيجابية تامة. كنت أريد التأكد من كل شيء قبل أن أخبرهم بطريقة إيجابية عن وجود المرض وطبيعة حالته، وهل هو منتشر أم يحتاج إلى استئصال. والحمد لله، كانت النظرة إيجابية.

منذ أن تلقيت الخبر، هيأت نفسي لأن أكون متفائلة، ولم أسمح لأحد من العائلة أن يتذمر أو يندب الحظ بسبب تكرار الإصابات بيننا، مؤكدة أن التفاؤل هو السبيل للتجاوز. وقد أثار هذا التصرف استغراب أهلي الذين اعتادوا على الحزن والانهيار وتقديم دعم سلبي، فاستغربوا من موقفي الإيجابي والهادئ.

عندما أخبرت والدي وأخواتي، علمتهم أن تقبل الأمر والرضا به هو ما يساعد على تجاوزه. وبعد عودتي من العلاج والعملية، تحولت أجواء المنزل إلى ما يشبه العرس، مملوءة بالطاقة الإيجابية والتفاؤل والنور الذي غمر البيت كله.

فـرزت قائمـة صديقـاتي، فـاخترت مـن دعمنـي ووقـف إلى جانبـي بصـدق، أمـا مـن تـخلى عنـي ولم يتجـاوب معـي، فقـد حذفتـه مـن قائمتـي. لم أعـد أتجـاوب معهـن بالـكلام، واكتفيـت بالتحيـات؛ لأننـي تأثـرت كـثيرا بخذلانهـن، وكنـت أعيـد بنـاء روحـي المتعبـة مـن جديـد، ولا أريـد لأحـد أن يؤثـر عليّ سـلبا. في تلـك الـفترة كنـت حساسـة جـدا، وكان ذلـك في زمـن كورونـا، فتجـاوب النـاس لم يكـن كما توقعـت أو كما يناسـب الموقـف. كنـت أتـألم وأتضايـق إذا لم يسـأل عنـي أو لم يكلمنـي أحـد.

وأكثر مـا أثـر في نـفسي، هـو أني كنـت مندفعـة كـثيرا معهـن في المشـاوير والطلعـات والزيـارات، ولكـن حين أصبـت بالمـرض شـعرت أن كـثيرا منهـن تخـلين عنـي. كانـت بينهـن مـن أعزهـا كـثيرا ولم تتجـاوب معـي كما توقعـت، وكانـت ردود أفعالهـن غير متوقعـة، فانقطعـن ولم يسـألن، وكنـت بحاجـة إلى دعمهـن. ولأننـي تأذيـت منهـن، أبعدتهـن عـن حيـاتي، فلا أريـد أن يؤثـر أي شيء سـلبي على معنويـاتي. أمـا زوجـي، فلـم يـقصر معـي، ولم يجعلنـي أشـعر بأننـي بحاجـة إلى عائلـة أو صديقـات. كانـت ابنـة عمـي ملهمتـي بالطاقـة الإيجابيـة، وكانـت حريصـة على ألا أحـزن أو أتوتـر؛ لأنهـا تعلـم أن ذلـك يؤثـر على الـعلاج والمـرض. لذلـك، كان لابـد أن أكـون أنـا أول داعـم لجسـدي. كان أكثر مـا أثـر عليّ عـدم قـدرتي على تـذوق أي شيء، وكنـت أعتقـد أننـي لـن أسـتعيد حاسـة التـذوق. فلا طعـام، ولا مـاء، ولا شيء لـه طعـم، حتـى الأطعمـة التـي أحبهـا. وكل هـذا بسـبب الـعلاج الكيميـائي والإشـعاعي، لكننـي تجـاوزت هـذه المرحلـة والحمـد للـه.

كان الأثـر كـبيرا جـدا، بشـكل لا يمكـن تخيلـه، فقبـل إصابتـي، كانـت العائلـة تسـتقبل أي حالـة مـرض باكتئـاب ويـأس، وهـو مـا كان يؤثـر علينـا سـلبا. لكـن كل شيء تـغير بعـد مـرضي، فقـد كان نعمـة غيرتنـي 180 درجـة.

نظـرتي لأنوثتـي لم تـتضرر. ولا أقـول إن الـعلاج كان سـهلا، ولكـن بالنسـبة إلي لم يؤثـر كـثيرا. فصحيـح أن الشـعر مهـم بالنسـبة إلى المـرأة، ومـؤلم سـقوطه، لكننـي كنـت أراه أمـرا عاديـا. ومـع أن الحواجـب لا يمكـن تغطيتهـا، إلا أن ذلـك لم يكـن لـه تـأثير قـوي. فلـم أبـكِ؛ لأننـي كنـت قويـة مـن البدايـة، وكنـت سـعيدة بشـعري القـصير بعـد أن بـدأ ينمـو مـن جديـد.

خذلان صديقاتي كان أصعب اللحظات بالنسبة إلى حالتي المعنويـة والنفسيـة

عالجت ذاتي بالإيمان بأن هذا سيعود من جديد، وأن الطب متطور، وأن كل الأمور ستكون أفضل بفضل تقدم الطب.

لذلك، لم يؤثر الأمر على نفسيتي. ولم ينل المرض من أنوثتي التي ظلت تضج بالحياة بالرغم من التغيرات الجسدية، فجوهرها لم يمس. أما حياتي بعد التعافي فأصبحت أكثر حيوية وذات معنى عميق، وتغيرت للأفضل، سواء في تفكيري أو في نظرتي إلى جسدي أو في علاقاتي مع الناس. أفخر بذاتي وبإنجازي العظيم الذي تحقق، فأنا من هزمت أعتى وأشرس أمراض العصر بالتفاؤل والإيجابية، ولم أسمح له بأن ينتزع دمعة يأس واحدة من عيني؛ لأكون مصدر إلهام للجميع.

لو لم أمر بهذه التجربة، لما عرفت ذاتي أكثر، ولما وعيت نفسي كما أفعل الآن. أصبحت أقوى بفضل هذا المرض، واستوعبت أن عليّ أن أعتني بذاتي ونفسي وحتى بعائلتي، وأن أبحث عما يجعلني أكثر صحة ونفسيا أفضل. واعتبرت نفسي قد نجحت حين تخلصت من الطاقة السلبية.

لقد منحني المرض طاقة إيجابية غيرتني، ووهبني وعيا جديدا، وكأنني في حرب: إما الاستسلام أو التسليم للأمر وأخذه بإيجابية. لقد حولني المرض من الجانب السلبي إلى الإيجابي، ومن الأضعف إلى الأقوى. لا أشعر بالخوف ولا القلق من عودته مجددا؛ لأنني أؤمن أن التفكير السلبي والقلق يجذبان الأشياء السيئة لتحدث. أما إذا فكرت بشكل إيجابي، فلن يأتي. استشعرت طاقة فرح في هذا الأمر، وكأنني ولدت من جديد، وتغيرت تغييرا جذريا منحني الاستقرار في الحياة. فأصبحت أحدث المرضى وألهمهم بأن هناك حياة جديدة إذا تغيرنا من الداخل بإيجابية.

تعلمت أنه لابد أن أفكر دائما بإيجابية..
وتمكنت بفضل الله من السيطرة على نفسي
وتفكيري وأدركت أنه لن يعود..

لم أخضع لجبروته ولم أقبل أن أستسلم وأسلم ذاتي فريسة سهلة له..

حاربته بالطاقة الإيجابية وسلاح التفاؤل، حتى تمكنت من هزيمته والعودة إلى الحياة مجددا، لأقدم تجربتي نموذجا يحتذى به في تجربة غيرتني إلى الأبد. وبدأت أبصر الحياة بنظرة جديدة إيجابية، غير ملوثة بالطاقة السلبية وأصداء الخوف، وانعكست هذه النظرة على كل من حولي.

زينب العلواني

"الجمال هو السلام الداخلي والصحة

مريم سعيد الصيبعي

من غرفة المستشفى وأنا أخط هذه الكلمات، أخوض اليوم صراعا جديدا مع سرطان الثدي بذات الهدوء والاطمئنان، مع جرعات خوف واقعية. تتسرب إلى داخلي مع جرعات الكيميائي المحرقة لتملأ كل كياني ألما لا يطاق. ألم اعتاد تفاصيل جسدي، ويعرف كل مساراته، ويتقن كيف يؤذيني، ويجعلني وحيدة في مواجهة مع مرض السرطان الذي خطف أخي قبل سنوات، وألم فقده ما يزال حاضرا في مخيلتي.

لكنني أقرر أن أهزمه، وأستعد لجولات وجولات معه بلا يأس، فإرادة الله أقوى من جبروت هذا المرض، ومهما طغى وتعملق، يبقى صغيرا أمام سعة رحمة الله.

ولا يبدد هذه الوحدة سوى بعض أشعة الشمس المتسللة من نافذة الغرفة، لتمنحني دفء الأمل وباقة ضوء تنير دربي المعتم.

هنا، حيث لا يقاس الوقت بعقارب الساعة، بل بعدد القطرات المتساقطة من جرعة العلاج، تمضي الدقائق ببطء ثقيل، حتى يبدو الزمن وكأنه يشارك الجسد ألمه، ويمنح الوجع مساحة أطول للبقاء. وبين انتظار قطرة وأخرى، أجد نفسي وجها لوجه أمام تأملات لا تنتهي في الحياة والمرض والخسارات التي تركت آثارها في القلب قبل الجسد.

لا أزال أتلقى العلاج الكيميائي بعد عودة السرطان مرة أخرى، عودة ليست كأي عودة، أنهكتني وأعادت الوجع، وأيقظت في ذاكرتي كل تفاصيله المرعبة.

ومع ذلك، يستجيب المرض للعلاج، لأبدأ مشوارا جديدا، متسلحة بمخزون تجربتي الأولى. ففي المرة الأولى، عندما تعافيت، كنت أشعر براحة واطمئنان كبيرين، وهذا الاطمئنان امتد معي إلى التجربة الثانية، فمنحني قوة ورباطة جأش لأواجه الألم بقدرات صبر هائلة وجرعات أمل حقيقية.

لا تزال همسات الطبيب وهو يردد كلمتي «السرطان» و«الورم الخبيث» تشخيصا لحالتي، عالقة في ذاكرتي، همسات قيلت بهدوء حذر، لكنها ما زالت تمتد في داخلي كضجيج لا يهدأ. كانت تلك صدمة عنيفة لي، شعرت معها بحزن كبير، وكأن الدنيا توقفت للحظة. وكمعظم الناس، كان أول ما خطر في بالي عند سماع كلمة السرطان هو الموت.

لكن حزني لم يستمر سوى بضع ساعات؛ لأنني قبل ذهابي إلى المستشفى كنت أرجح أن يكون التشخيص سرطانا. ومع ذلك، وبفضل الله وإيماني، كنت راضية بقضاء الله. في بداية التشخيص، كنت خائفة من الكلمة نفسها، ومن العلاج، ومن تأثيره على جسدي. وكنت أرى الحياة بلا معنى. لكن إيماني بقضاء الله منحني القوة، فتقبلت كل شيء، بل ولد لدي إصرار كبير على الشفاء والاستمرار في العلاج. كما شعرت أن هذه التجربة غيرتني إلى الأفضل، من الداخل والخارج.

لم أسلم روحي المتعبة للخوف ليسيطر عليّ ويقودني إلى الانهيار واليأس، لكن سمحت له أن يتسرب من دمعة حزن لابد منها، ونبضة قلق مبررة، وشهقة صدمة إجبارية، وتركت لنفسي مساحات للتعبير عنه بالقدر المسموح. لكن هذا الخوف انهزم، وتكسرت أمواجه أمام حالة الرضا والتسليم والإيمان العميق بالله سبحانه وتعالى، فكان ذلك مصدر قوتي وعنفواني، ويعكس حالة الاطمئنان العميقة داخلي. روضت الضجيج بداخلي في حالة إيمانية جعلتني أتقبل التغيرات الجسدية والنفسية، وأرى فيها خيرا من الله وليس نقمة. كان مرضي صدمة للجميع، وكان خوفهم عليّ من كيفية تقبل المرض ومواجهته كبيرا، ولم يتوقعوا شجاعتي وهدوئي المفرط. لكنهم لم يعلموا أن مصدر قوتي هو هذا الهدوء الذي يحمل في طياته رضا وتسليما وتصالحا مع الذات.

كنت قوية وملهمة بتفكيري الإيجابي وروح العطاء، وأوظف تجربتي لأكون قدوة وملهمة لنساء أخريات مررن بالتجربة، حاملة رسالة إيجابية لهن، وخضت معركة الوعي رغم ندباتي.

استعدت توازني سريعا.. وهدوئي الذي كان عنوان شخصيتي طوال حياتي.. هدوء لا يمس ويختزل شخصيتي

الجميع كان يساندني ويتفهم معاناتي ووضعي الصحي، من عائلتي وأهلي إلى جيراني، وأنا أكن لهم كل الحب والتقدير، فهم كانوا الداعم الأول لتخطي الأزمة بنجاح.

وقد ازداد تقرب أهلي وعائلتي مني، وكانوا سندا قويا لي، وهذا منحني طاقة وقوة. وفي هذه الفترة، اكتشفت من يهتم بي فعلا ويخاف عليّ، واكتشفت معادن البشر وحقيقة العلاقات. في هذه التجربة، اكتشفت أنني أقوى مما كنت أظن، فبدأت أعتني بنفسي أكثر، وأهتم بنظامي الغذائي وصحتي، وتعلمت أن القوة الحقيقية تأتي من الله دائما.

لم يؤثر المرض سلبا على نظرتي إلى نفسي، بل أحببت كل التغيرات، ورأيتها خيرا من الله. كما تصالحت مع التغيرات الجسدية تماما، ولدي ثقة كبيرة بأن الله سيعوضني دائما بالأفضل.

فالجمال اليوم بالنسبة لي هو السلام الداخلي والصحة. كل المواقف السلبية في رحلتي مع المرض كانت مشاعر لحظية لم تدم طويلا، ولم أصطحبها معي بعد التعافي، ولم تظل عالقة في ذاكرتي، بل تلاشت بعد انتهاء التجربة. وحتى المواقف الصعبة والحزينة كانت مصدر قوة ودافعا لي للاستمرار. وفي عودته، لا أستعيد الصفحات القديمة التي خطت بدموع التجربة في قبضة السرطان، بل أستعيد ذات مريم الجديدة. فعلى الرغم من الحزن، وأحيانا البكاء، إلا أن هذا ليس استسلاما، بل حقي الطبيعي في الحزن والتعبير عن الألم والحزن، فما نعانيه يفوق قدرة البشر. في لقاءاتي مع الكثير من النساء اللواتي أصابهن المرض مثلي، وجدت أنني أصبحت ملهمة لهن، إذ أشعر بأنني أقويهن بالله وبقوة مشواري في التعافي من المرض في المرة الأولى، وهذا الأمر يمنحني شعورا كبيرا بالمسؤولية والفخر.

الخـوف مـن عـودة المـرض يبقـى هاجسـا أكبر لا أسـتطيع التخلـص منـه، خصوصـا أنـه عـاد إلي للمـرة الثانيـة، فكانـت هـذه أصعـب لحظـة، حيـث انتكسـت حالتـي للمـرة الثانيـة، وشـعرت بـحيرة وخـوف كـبير مـن تكـرار المـرض في كل مـرة.

لكننـي أؤمـن بقـدرة اللـه، ثـم بجهـود الطاقـم الطبـي، وبقـوتي الداخليـة. والحمـد للـه، هنـاك اسـتجابة جيـدة للـعلاج حاليـا، ولـن أسـمح للتفـكير السـلبي أن يسـيطر عليّ. أعترف بأننـي شـعرت بالضعـف عندمـا عـاد المـرض إلي للمـرة الثانيـة، لكننـي سرعـان مـا اسـتمددت القـوة مـن إيمـاني، وأصبحـت أقـوى.

ومـع آخـر قطـرة مـن جرعـات الكيميـائي، لا تنتهـي الحكايـة.. بـل أواصـل. فحـربي مـع السرطـان قـدر لا ينتهـي، وعودتـه تبقـى ممكنـة، وظلـه سـيبقى يلاحقنـي. صحيـح أن الظـل شيء غير محسـوس، لكـن الـروح يمكـن أن يمسـها، وأن يسـممها بالقلـق والرعـب مما هـو مقبـل.

سلبني المرض صحتي.. لكنه أضاف لي درسا مهما في الحياة وهو أنه لا شيء في الدنيا يستحـق القـلق الزائـد

تعلمت أن أعيش دون أن أسمح لهذا الظل أن يسرق مني حاضري..

وأمـام أقـدار المـرض، أتمسـك بأقـدار اللـه التـي هـي أقـوى مـن أي إرادة.

مريـم سعيـد الصيبعي

"يـد أمي كانـت دليلي إلى الشفـــاء

محمد الحايكي

لا زلت أتذكر ذلك الاتصال الذي لم يكن كأي اتصال عابر. كانت دقات الهاتف مختلفة، مزيج من ضجيج مرعب، أشبه بدقات ساعة في فيلم هوليوودي مخيف. كانت ساعة الحقيقة قد حانت.

ولا تزال تفاصيل وجه أبي عالقة في ذاكرتي، وهو يرد على الهاتف حين طلب منه الحضور حالا إلى المستشفى. كانت علامات الصدمة والخوف واضحة على ملامحه، وعيناه ممتلئتان بالقلق والفزع.

كان صوتا حمل إلى بيتنا خبرا قلب حياتنا رأسا على عقب. لم أكن أدرك أن مجرد اتصال هاتفي سيقودني إلى أصعب رحلة في حياتي. بدأ كل شيء بانتفاخ ظهَر بعد زكام عابر، زكام كنت أصاب به مرارا ويزول، لكن هذه المرة كان المرض قد بدأ معركته الصامتة داخل جسدي.

ثم جاءت التحاليل لتكشف الحقيقة.. كان ذلك الانتفاخ الصغير يخفي وراءه مرضا لم أتوقعه يوما.

قبل ذلك كله، كنت كأي طفل سليم، ألعب وأضحك مع إخوتي وأصدقائي، وأذهب إلى المدرسة، ولم أكن أعرف عن المرض سوى الأمراض العادية، التي تزول بعد مراجعة عادية للمستشفى وتلقي العلاج اللازم.

في طوارئ مستشفى الملك حمد، خضعت لفحص جديد، ولم يتبين للطبيب أيضا وجود شيء يستدعي القلق. أخبرت أمي الطبيب بأن طبيب المركز الصحي أوصى بإجراء تحليل للدم، لكنه رأى أن ذلك غير ضروري، خصوصا أن حرارتي كانت قد انخفضت ولم ترتفع لأكثر من 12 ساعة، ولم تكن هناك علامات على وجود التهاب. ومع ذلك، قرر تحويلي إلى اختصاصي الأنف والأذن والحنجرة لمعرفة سبب الانتفاخ، وحدد الموعد بعد يومين. لكن هذين اليومين لم يمرا كما توقعنا. فقد ازداد الانتفاخ بشكل مخيف في الجهة اليسرى من وجهي، حتى وصلت حالتي إلى درجة لم أعد أستطيع معها فتح عيني اليسرى، وفقدت الإحساس بالجزء الأيسر من وجهي.

في يوم الموعد، فحصني الطبيب، وطلب تحديد موعد لإجراء أشعة للوجه، كما طلب إجراء تحاليل للدم. أخبرنا بأنه بإمكاننا العودة إلى المنزل بعد إجراء التحاليل، والانتظار حتى الموعد المقبل، مع بعض الأدوية البسيطة. لكن لم تمض سوى ساعات قليلة على عودتنا إلى المنزل حتى تم الاتصال بوالدي وإخباره بضرورة العودة إلى المستشفى فورا.

عند وصولنا، توالت الأسئلة، وبدأ القلق والشك يراودان أبي وأمي. كانت كثرة الأسئلة، والمعاملة الخاصة، وإعادة تحاليل الدم من جديد، إلى جانب الفحص اليدوي لبعض مناطق جسمي، توحي بأن هناك شيئا خطيرا لم يخبرونا به بعد. كانت أمي تلح عليهم لمعرفة السبب، لكن الإجابة كانت واحدة: الاستشاري سيخبركم. فكانت شبه متأكدة من أن الأمر أكبر مما يقولون، وبدأت بالانهيار قبل أن يخبرها أحد بالحقيقة.

وعندما حضر الاستشاري، طلب التحدث مع أمي وأبي خارج الغرفة. وهناك أخبرهما بأن فحوصات الدم تؤكد إصابتي بسرطان الدم، فقد كانت التحاليل تشير إلى انخفاض حاد في كريات الدم الحمراء والصفائح الدموية، وارتفاع هائل في كريات الدم البيضاء، التي تجاوزت حينها 200 ألف، في حين أن المعدل الطبيعي يتراوح بين 7 و10 آلاف تقريبا.

بعد الخزعة، اتضح للاستشاريين أنني أعاني من سرطان الدم الليمفاوي الحاد من نوع الخلايا التائية (T-cell)، واعتبرت من الحالات المتأخرة، بسبب وصول المرض إلى

هناك.. كان الخبر الذي سيغير حياتنا

الدماغ، ما تسبب في شلل نصفي في الجهة اليسرى من الوجه.

شخصت بالمرض في 25 أبريل 2022، وكان عمري حينها تسع سنوات. أما خبر إصابتي بالمرض، فقد نزل على أهلي كصدمة توقف عندها الزمن، وساد الصمت من هول الموقف. كان من الصعب عليهم تقبل الواقع، فاعترتهم مشاعر متضاربة بين الإنكار وعدم التصديق. كان أبي خصوصا، يرفض فكرة إصابتي بالمرض، راجيا ومتأملا أن يكون هناك خطأ في تحاليل الدم، بالرغم من إجرائها مرات عدة قبل تأكيد الإصابة. كنت أرى في أعينهما خوفهما على حياة طفلهما الصغير، وخوفهما مما تحمله الأيام لي من معاناة وألم.

ورأيت أيضا تساؤلاتهما، وعلامات الاستفهام تملأ وجهيهما: هل يستطيع جسدي الصغير مواجهة هذا المرض وتبعاته؟ وعلى الرغم من ذلك، حاول والداي جاهدين إظهار القوة والتماسك أمامي، وكأنهما أرادا أن يمنحاني من قوتهما ما يكفيني لخوض رحلة علاج لم أكن أعرف إلى أين ستقودني.

في بداية الأمر، لم أكن أعرف حقيقة مرضي ولا نوعه. كنت أعرف فقط أن لدي مشكلات في الدم، فقد فضل الأطباء ووالداي، بسبب صغر سني، ألا يخبروني بالاسم الحقيقي لمرضي خوفا على حالتي النفسية. لكنني، في قرارة نفسي، كنت أدرك أن الأمر أخطر مما يقولون. كانت كثرة الفحوصات، والجرعات الكيميائية التي أتلقاها، والتغيير المفاجئ الذي طرأ على حياتي، وملازمتي المستشفى بشكل دائم، كلها تخبرني بأنني أواجه شيئا أكبر من مجرد «مشكلات في الدم».

كان من الصعب عليّ تقبل هذا الواقع. أصبحت كثير الغضب والصراخ، وأطرح الأسئلة نفسها مرارا: لماذا أنا هنا؟ ولماذا أنا بالذات أصبت بهذا المرض؟ كنت أرفض البقاء في المستشفى، وكان والداي يحاولان جاهدين إقناعي بأن الأمر ضروري لصحتي، وأن عليّ أن أتحمل هذه المرحلة، وأن حياتي ستتغير بشكل كامل.

في بداية الأمر، جلس الأطباء مع والديّ لإخبارهما بالخطة اللازمة لمواجهة المرض. سمعت من والدتي أن الاستشارية أخبرتها بأننا سنخوض حربا في محاولة للسيطرة على المرض ومواجهته.

طرحت أمي السؤال الذي كان يشغل بالها: ما الأمل، من الناحية الطبية، في نجاتي وتماثلي للشفاء، بعد الأمل والتمسك بالله سبحانه وتعالى؟ وماذا عن الحالات التي مرت عليهم وكانت مشابهة لحالتي؟

فكان الجواب أن هناك ثلاثة احتمالات. الاحتمال الأول: أن يستجيب المريض للعلاج

ويتماثل للشفاء، من دون أن يعود المرض مرة أخرى، وهذا ما كنا نتطلع إليه. أما الاحتمال الثاني، فهو أن يستجيب المريض للعلاج، لكن المرض يهاجمه من جديد بعد فترة. والاحتمال الثالث، وهو أصعب الاحتمالات، أن لا يستجيب المريض للعلاج بشكل كامل، ويعجز الأطباء عن مواجهة المرض، فيصبح المريض بين يدي الله وحده، تنزل عليه رحمته.

كانت خطة العلاج تتضمن مراحل عدة. بدأت بالمرحلة الأولى، التي تسمى العلاج المكثف، وتنقسم هي الأخرى إلى مراحل عدة، يتلقى فيها المريض جرعات عالية من العلاج الكيميائي، بأنواع وأسماء متعددة، وبطرق مختلفة، في محاولة للسيطرة على نمو الخلايا السرطانية.

ضمن الخطة العلاجية، كان هناك إمكان اللجوء إلى زراعة نخاع العظم في حال عدم استجابتي للجرعات الكيميائية. لكن الحمد لله، إذ استجاب جسمي للعلاج، وإن كانت الاستجابة بطيئة، الأمر الذي أثار قلق الأطباء. فقد كانوا أمام خيارين: الاستمرار في العلاج الكيميائي أو اللجوء إلى زراعة النخاع.

لكن مشيئة الله عز وجل أرادت أن تكون نتيجة آخر خزعة، التي كان على إثرها سيتحدد مصيري، سلبية، أي أنه لم تعد هناك خلايا سرطانية في جسمي. وجاءت هذه النتيجة بعد أن تلقى جسمي كميات هائلة من العلاج الكيميائي، وبعد مرور فترة ليست قصيرة منذ بداية العلاج. حينها قرر الأطباء الاستمرار في العلاج الكيميائي، وبعد الانتهاء من مرحلة العلاج المكثف، بدأنا مرحلة جديدة، وهي العلاج الإشعاعي.

ولم يكن هذا العلاج يعطى لكل من يعاني من اللوكيميا، بل كان مخصصا لحالات معينة، وكنت من ضمنها. وقد تقررت لي عشر جلسات من العلاج الإشعاعي على الرأس؛ للتأكد من القضاء على المرض بشكل كامل. تلقيت هذه الجلسات في مستشفى الملك حمد؛ بسبب اقتصار قسم العلاج الإشعاعي في مستشفى السلمانية الطبي على حالات محددة، ولم يكن قسم العلاج الإشعاعي في مستشفى الملك حمد مخصصا للأطفال فقط.

وعندما دخلت هذا القسم، لم أر طفلا في مثل عمري يتلقى العلاج، فشعرت بالخوف قليلا. لكن الطاقم الطبي هناك احتواني بكل حب واهتمام. وحتى المرضى الذين كانوا يتلقون العلاج، كنت أرى في أعينهم نظرات عطف ممزوجة بالخوف والاستغراب من صغر سني، وعلى الرغم من مرضهم، كانوا يمدونني بالقوة والأمل والمشاعر الإيجابية.

أخاف أن تنطفئ ابتسامتي مجددا وأخوض المعركة من جديد وأعود إلى تلك الغرفة المظلمة..

بعد ذلك، انتقلت إلى مرحلة العلاج الوقائي. وكانت هذه المرحلة الأطول من حيث المدة، لكنها كانت الأهون من الناحية العلاجية. في مرحلة العلاج الوقائي، كنت أتلقى العلاج في المستشفى فقط، ثم أعود إلى منزلي، من دون الحاجة إلى المبيت فيه، بل كنت أنام على سريري الدافئ في منزلي. ولم تخل هذه المرحلة أيضا من بعض الانتكاسات والمضاعفات، لكنها كانت أخف من تلك التي مررت بها في مرحلة العلاج المكثف.

أما ظروف رحلة العلاج، فلم تكن سهلة على الإطلاق، إذ كنت أشعر بأن جسدي الصغير يخوض ملحمة من المعارك الصامتة، وسط اختلاف الجرعات والأدوية التي كنت أتلقاها، والآلام والآثار الجانبية التي كانت تنهك صحتي وطاقتي، إلى جانب الحالة النفسية التي مررت بها بسبب عزلي عن عالمي الصغير المليء بالمرح والفرح. قلب المرض حياتي وحياة أسرتي رأسا على عقب. فبعد أن كنا أسرة هادئة وبسيطة، جل اهتمامها السعي وراء متطلبات الحياة ومحاولة تهيئة حياة آمنة ومستقرة، أصبحنا أسرة تعيش صراعا داخليا بين القلق والضغط النفسي خوفا على حياة ابنها الصغير، وبين مراعاتي وتحمل ظروف مرضي والاهتمام بتلبية متطلبات إخوتي الآخرين. أما عن حياتي، فقد حرمني المرض من أبسط أحلام الطفولة، فبدلا من اللعب والمرح والتنزه، وجدت نفسي أعيش طفولة كئيبة، مليئة بالفحوصات والأدوية والعلاجات المؤلمة. علمني المرض معنى الألم، وكيفية تحمله والتغلب عليه بالقوة والصبر على الابتلاء.

كنت معزولا عن العالم الخارجي، تركت مقاعد الدراسة، وملاعب الأصدقاء، والرحلات والتجمعات العائلية. وحتى في منزلي، كنت شبه معزول عن إخوتي، خوفا من العدوى وتدهور حالتي الصحية، ما جعل حياتي الاجتماعية تقتصر على محادثات بسيطة من خلف الشاشات.

بعد أن منّ الله عليّ بالشفاء، بدأنا نستعيد حياتنا تدريجيا، بعدما انقشعت غيمة الخوف التي أثقلت كاهلنا طوال فترة المرض، وحلت محلها طاقة إيجابية جديدة، مفعمة بالأمل والفرح والتجدد، وعادت الضحكات تملأ أرجاء منزلنا. استعدت طفولتي، وعدت إلى مقاعد الدراسة وإلى اللعب مع الأصدقاء، لكنني عدت بشخصية تختلف تماما عما كانت عليه قبل المرض.

عـدت بذاكـرة مليئـة بذكريـات قـد يراهـا البعـض أليمـة، لكننـي أراهـا مصـدر قـوتي وصمـودي، ومنهـا أبنـي حيـاة جديـدة.

أمـا أسرتي، فقـد تبدلـت نظرتهـا إلى الحيـاة بأكملهـا. لم تعـد تفاصيـل يومنـا العـادي تمـر مـرور الكـرام، بـل أصبحـت كل لحظـة تجمعنـا حـول مائـدة واحـدة سـببا للشـكر والامتنـان للـه تعـالى. زال الخـوف والتوتـر المتواصـل، وحـل محلـهما روتين حيـاة مبهـج، مليء بالخطـط المسـتقبلية والـرحلات العائليـة. لقـد خرجنـا مـن هـذه المعركـة، ليـس بطفـل متعـاف فحسـب، بـل بقلـوب أكثر إيمانـا وتماسـكا وقـوة، حامـدة وشـاكرة للـه سـبحانه وتعـالى على مـا أنعـم بـه علينـا.

لقـد سـلبني المـرض صحتـي، وابتسـامتي الجميلـة، وأيامـي البسـيطة الهادئـة. سرق منـي النـوم الهـادئ في فـراشي الدافـئ، وغير ملامـح وجهـي. وسرق مـن أمـي ابتسـامتها الصافيـة، ونومهـا الهانـئ، وراحـة بالهـا، وهـي تراقـب أدق تفاصيـل علاجـي وانتكاسـاتي العديـدة. لكـن على الرغـم مـن قسـوته، لم يـأت فـارغ اليديـن، فقـد أهـداني قلبـا أكثر إيمانـا، وأشـد صلابـة، وقـدرة على رؤيـة الفـرح في أصغـر التفاصيـل، كابتسـامة بسـيطة بين ممـرات المستشـفى، أو يـوم يمـر مـن دون ألم أو تعـب.

وأعطـى أمـي القـدرة على التحمـل والصمـود، وأحاطتنـي كالملاك بحنانهـا واهتمامهـا، مـع صعوبـة مـا كانـت تمـر بـه مـن قلـق وخـوف. وعلمنـا كيـف نتحـول إلى أبطـال لا يهزمـون.

أحيانـا، يتسـلل الخـوف إلى قلبـي مـن عـودة المـرض، خصوصـا عندمـا أتعـرض لأي عـارض صحـي، ولـو كان بسـيطا، أو عندمـا أرى الخـوف والقلـق في عينـي والـدتي وهـي تراقبنـي بصمـت، وتتفحـص أجـزاء مـن جسـدي خوفـا مـن ظهـور أي علامـة تـدل على عودتـه.

ولكـن كلما رأيـت يـد والـدتي وهـي تمسـك بيـدي، أتذكـر أننـا هزمنـاه مـرة واحـدة، وأننـا نملـك سر الشـجاعة والقـوة لهزيمتـه مـرة أخـرى، لـو أراد اللـه عودتـه مجـددا.

في نهايـة قصتـي.. أتمنى الشفاء العاجل للجميـع..

وأوجــه رســالة شــكر وامتنــان إلى كل مــن وقــف بجانبـي، ومـد لي يـد العـون في رحلـة صراعـي مـع المـرض مـن أجـل البقـاء.

محمـد الحايكـي

الرسالة التي غيرت حياتي

زينب النصيف

لم تكن مجرد رسالة من ولي أمر إلى المدرسة، تلك الرسالة التي قرأتها بدافع الفضول أو بمحض الصدفة. كانت رسالة تخبئ الحقيقة التي حاولت والدتي إخفاءها عني طوال تلك الفترة. وما إن وقعت عيناي على كلمة «السرطان» حتى اجتاحني الذهول.

أأنا مصابة بالسرطان؟ كيف؟ ولماذا؟ أسئلة كثيرة تبعثرت في رأسي قبل أن أستطيع الإمساك بأي إجابة. كانت تلك اللحظة كفيلة بأن تغير كل شيء. ومع ذلك، لم تسقط من عيني دمعة واحدة. توقفت عند الكلمات وكأنني أقرأها للمرة الأولى، وكأنني أحاول إقناع نفسي بأن ما أراه ليس حقيقيا. كنت أشك في أن هناك شيئا يخفونه عني، لكن تلك الرسالة وضعت الحقيقة أمامي بوضوح لا يقبل التأويل. ومنذ تلك اللحظة أدركت أن الطريق الذي ينتظرني لم يعد طريق طفلة تعيش حياتها المعتادة، بل طريق مواجهة طويلة.

قبل أن تقلب تلك الرسالة هدوء حياتي، كانت حياتي بسيطة وطبيعية، تشبه حياة أي فتاة بمثل عمري. كنت طالبة مجتهدة ومثابرة، أسعى دائما إلى تحقيق أفضل النتائج الدراسية، وأحمل في داخلي أحلاما كثيرة أتطلع إلى تحقيقها. لم تكن لدي هوايات محددة، لكن القراءة والكتابة كانتا الأقرب إلي، وكنت أقضي جزءا من وقتي بين الكتب والكلمات. كنت أعيش أيامي ببساطتها المعتادة، بين الدراسة والعائلة والأصدقاء، وأمضي نحو أحلامي دون أن يخطر ببالي أن شيئا ما كان يقترب مني بهدوء، وأن حياتي التي أعرفها ستتغير في لحظة واحدة.

كنت في الثالثة عشرة من عمري عندما بدأت ألاحظ ظهور كتل في رقبتي. لم ننتظر ولم نتردد طويلا، بل توجهنا مباشرة إلى المستشفى لإجراء الفحوصات اللازمة. وخضعت بعد ذلك لعملية جراحية استؤصلت خلالها إحدى الكتل، تمهيدا لتحليلها ومعرفة طبيعتها.

بعد ظهور نتائج التحليل، تلقى أهلي اتصالا من الطبيب الذي أجرى العملية، وطلب منهم الحضور إلى المستشفى بشكل عاجل. كنت جالسة، وأحتفظ حتى اليوم بتفاصيل ذلك الاتصال حين قرأت في عيني أبي الفزع والخوف وهو يتحدث في الاتصال، محاولا أن يخفي عني كلماته لكي لا أسمع ولا أفهم، وحين رأى عيني لا تفارقان عينيه ابتسم وقال: «لا تقلقي مجرد اتصال من المستشفى يخبرونا أن فحوصاتك جاهزة.. سنذهب ونعرف التفاصيل». لكن ابتسامة أبي لم تخفي القلق الواضح في عيونه، فتسرب ذلك القلق إلى داخلي. وهناك جاءت اللحظة الحاسمة، حين أبلغوا بأنني مصابة بسرطان الغدد اللمفاوية (الليمفوما)، وتم تحويلي مباشرة إلى وحدة أورام الأطفال، حيث بدأت الطبيبة تشرح لهم تفاصيل العلاج والخطة العلاجية المقبلة. في البداية لم يرغب والداي في إخباري بالحقيقة خوفا عليّ، مع أن الطبيبة كانت ترى من الأفضل أن أعرف، خصوصا أنني لم أكن طفلة صغيرة. ومع ذلك فضلت عائلتي تأجيل إخباري بالحقيقة.

لم أكن حاضرة عندما أبلغ والداي بنتيجة الفحوصات، لذلك لا أعرف كيف تلقيا الخبر. لكنني كنت أستطيع أن ألاحظ الدموع المختبئة في جفونهما، وهي تقاوم السقوط. في تلك الفترة، بدأت ألاحظ أن تصرفات الجميع من حولي مختلفة. كان أقاربي يتصلون باستمرار بوالدي، وكانت ردود أفعالهم توحي بأن الأمر أكبر من مجرد التهاب عادي، كما كانوا يخبرونني.

كنت قد بدأت العلاج فعلا، من دون أن أعرف سبب هذا العلاج، إلى أن اكتشفت الحقيقة بنفسي. كنت في المدرسة عندما قرأت رسالة كشفت لي طبيعة المرض الذي أعانيه. في تلك اللحظة، شعرت بصدمة كبيرة، خصوصا أنني كنت قد تلقيت أول جرعة من العلاج بالفعل. ومع ذلك، لم أبكِ. شعرت بالذهول فقط، وكأن الكلمات التي قرأتها وضعت أمامي الإجابة التي كنت أبحث عنها دون أن أجرؤ على السؤال. كنت أشك في الأمر من قبل، لكن تلك الرسالة أكدت كل شيء.

أتذكر أنني عندما عدت إلى المنزل، لم أخبر والديّ بأنني عرفت الحقيقة. ظللت أتصرف بشكل طبيعي، وبدأ والداي يلاحظان أنني أصبحت أفهم أكثر ما يحدث من حولي. كنت أعلم أنهما كانا يحاولان حمايتي، لذلك لم أشأ أن أحرجهما أو أزيد من معاناتهما. وبالرغم من الصدمة، كنت أبتسم وأحاول التماسك. فقد كانت والدتي

دائما تشجعني وتردد أمامي أن الله سبحانه وتعالى، كما وضع هذا الابتلاء في طريقي، فإنه قادر على رفعه عني، وأن ما أمر به ليس سوى اختبار من الله.

كان وقع الخبر مؤلما على عائلتي، لكن والديّ حاولا إخفاء حزنهما ومنحي القوة والأمل. ومن أصعب اللحظات التي ما زلت أتذكرها، رؤية أمي وأبي منهارين من البكاء، بينما لم أكن أملك سوى أن أثبت لهما أنني قوية وقادرة على تجاوز هذه المحنة.

بعد أن درس الفريق الطبي حالتي، تقرر أن يكون العلاج الكيميائي هو الخيار الأنسب. وبفضل الله، استجاب جسمي للعلاج بسرعة، ولم أكن بحاجة إلى الجراحة العلاجية أو العلاج الإشعاعي.

كما تأثرت علاقتي بصديقاتي في بداية رحلة العلاج. فقد كن في حالة صدمة بعد معرفتهن بالخبر، وحاولن الاقتراب مني ودعمي، لكنني في تلك الفترة لم أكن أرغب في التواصل مع أحد. ومع مرور الوقت، بدأت أستعيد توازني، وعدت إلى الحديث مع صديقاتي والتواصل معهن من جديد. وبعد عودتي إلى المدرسة، لم تعد علاقتنا كما كانت فحسب، بل أصبحت أقوى. غير المرض كثيرا من تفاصيل حياتي اليومية، وأصبحت أقضي وقتا أطول في المستشفى وبين مواعيد المراجعات الطبية. لكنني، في المقابل، شعرت بقرب أكبر من عائلتي، وأدركت أكثر قيمة وجودهم إلى جانبي في تلك المرحلة. بعد التعافي، أصبحت أقدر الصحة والوقت أكثر من أي وقت مضى، وأؤمن بأن الإنسان أقوى مما يتخيل. وأنظر إلى نفسي اليوم بفخر؛ لأنني تجاوزت تجربة صعبة وخرجت منها أكثر قوة ونضجا.

وبفضل الله، استطعت بعد عودتي إلى الدراسة أن أحقق المركز الثاني في لوحة الشرف على مستوى المرحلة الإعدادية في البحرين. كان هذا الإنجاز لحظة أعتز بها كثيرا، ليس بسبب المركز وحده، وإنما لأنني كنت أعرف الطريق الذي قطعته للوصول إليه. فقد عدت من تجربة أثرت في دراستي وحياتي، وتمكنت من الوقوف من جديد ومواصلة طريقي.

واليوم، وأنا في عامي الأخير من المرحلة الثانوية، أصبح لدي حلم أكثر وضوحا من أي وقت مضى، أن أدرس الطب في جامعة الخليج العربي وأن أصبح طبيبة. ربما لم أختر التجربة التي جعلتني أقترب من عالم المستشفيات والأطباء، لكنها جعلتني أرى هذا العالم بطريقة مختلفة. عشت يوما مشاعر المريضة التي تبحث عن إجابة وتحتاج إلى من يطمئنها، ولذلك أحلم أن أكون في المستقبل الطرف الآخر من هذه الحكاية، عندما أنظر إلى الطريق الذي قطعته، أرى أن رحلتي لم تكن رحلة مرض

وتعافٍ فقط، بل كانت رحلة أعادت تشكيل أحلامي. بدأت بطفلة تحاول أن تفهم ما يحدث حولها، وأصبحت اليوم فتاة تستعد لخطوة جديدة، وتحمل حلما واضحا بأن تصبح طبيبة.

وأعتقد أن أكثر ما تغير في داخلي هو طريقة تفكيري ونظرتي إلى الحياة. فمن المستحيل أن أكون اليوم الشخص نفسه الذي كنت سأكون عليه لو لم أمر بهذه التجربة. قد يراودني أحيانا القلق من عودة المرض، لكنه لا يستمر طويلا. أتعامل مع هذا الشعور بالتوكل على الله، والالتزام بالمراجعات الطبية، وعدم السماح للخوف بأن يمنعني من الاستمتاع بحياتي.

وكان إيماني بالله أكبر مصدر للقوة بالنسبة لي. وبعد الله سبحانه وتعالى، كان والداي أكثر الأشخاص الذين وقفوا إلى جانبي، فقد كانا يقدمان لي الدعم والتشجيع يوميا، ويمنحانني القوة التي أحتاجها للاستمرار. كما كان لكلمات الناس وتشجيعهم أثر كبير في تحفيزي على الاستمرار وعدم الاستسلام. مررت بلحظات ضعف كثيرة أثناء رحلة العلاج، وكان ذلك أمرا طبيعيا. لكنني كنت أستمد قوتي من الدعاء، وأتذكر دائما أن لكل ابتلاء نهاية، وأن الله سبحانه وتعالى يمنح الإنسان القدرة على مواجهة ما يمر به. كما كان لمبادرة «ابتسامة» أثر كبير في رحلتي. فقد كانت مصدرا مهما للدعم النفسي والمعنوي لنا نحن الأطفال المرضى ولأولياء أمورنا أيضا. لم أشعر يوما أنهم تركونا وحدنا، بل كانوا دائما يسألون عما نحتاج إليه، ويبذلون كل ما يستطيعون لتوفير ما نحتاجه، خصوصا في الفترات الصعبة.

رسالتي لكل مريض سرطان أن يتمسك بالأمل، ويثق برحمة الله، وألا يسمح للمرض بأن يسرق أحلامه أو إرادته. أما رسالتي للمجتمع، فهي أن يكون أكثر دعما واحتواء لمرضى السرطان، واليوم، أعود إلى تلك الرسالة التي أنبأتني بالخبر، فأستحضر من جديد ذلك الخوف الذي تملكني في لحظاته الأولى. لم تكن رسالة شؤم بقدر ما كانت رسالة رسمت أمامي عالما جديدا، وجعلتني أبصر الحياة كما هي، لا كما كنت أراها من قبل. خرجت من التجربة أقوى مما كنت، وأكثر اعتمادا على نفسي. صنعت من ألمي دافعا، ومن صعوباتي طريقا جديدا للحياة، وأدركت أن الإنسان قد يكتشف قوته الحقيقية في أكثر اللحظات التي يظن فيها أنه أضعف ما يكون.

تلك الرسالـة التـي أخافتـني يومـا..

أصبحت اليوم جزءا من الحكاية التي صنعتني..

زينـب النصيـف

ثمانية أشهر
مع اللوكيميا

أحمد عباس

كنت طفلا صغيرا لم يتجاوز الثالثة من العمر، ولم أكن في سن أستطيع فيه فهم ما يدور حولي أو تفسير الأحداث من حولي. كان عالمي يومها بسيطا، حضن أمي، ودفء أبي، وألعابي الصغيرة.

لكن ما زلت أتذكر، كطيف بعيد لا يغيب عن الذاكرة، تلك الدموع التي كانت تملأ عيني أمي وأبي. لم أكن أدرك سبب بكائهما، كما لم أكن أفهم سبب بكائي أنا أيضا من ألم مجهول لا أعرف له اسما ولا سببا.

كان هناك شيء أكبر من قدرتي على الفهم، شيء لم يستطع عقلي الصغير استيعابه آنذك. وبعد سنوات، أخبرتني والدتي باسمه: لوكيميا الدم.

لم يكن الاسم يثير في داخلي أي خوف عندما سمعته لأول مرة. تلقيته ببراءة طفل لا يعرف من الدنيا سوى اللعب وأحلامه الصغيرة، كاسم حلوى، وكأنني أسمع اسما عابرا لا يحمل أي معنى خاص.

لكنني حين كبرت، أدركت أن ذلك الاسم كان يحمل وراءه رحلة طويلة من الألم والخوف والانتظار. عرفت أن المرض الذي لم أفهمه يوما هو نفسه الذي سرق جزءا من طفولتي، وأثقل قلب أمي وأبي بالقلق، وجعل الدموع التي رأيتها في عيونهما أكثر وضوحا في ذاكرتي كلما تقدمت في العمر.

لا أملك رصيدا من الذكريات عن بداياتي الأولى مع المرض لصغر سني، لكن والدتي تحدثني بأن حياتي كانت طبيعية جدا مثل باقي الأطفال، ولم تكن تظهر علي أعراض المرض، ولم أكن أشتكي من أي عارض. كنت أعيش طفولتي بشكل طبيعي ومرح، وكانت ضحكاتي تملأ المنزل بالسعادة، إلى أن تغير كل شيء فجأة.

كان عمري سنتين و11 شهرا، أي ما يقارب ثلاثة أعوام، وكنا عائدين من السفر. لم تكن تظهر عليّ أي أعراض، لكن في اليوم الثاني من وصولنا بدأت أشكو من ألم في الفك، وكان هناك انتفاخ بسيط فيه. أخذتني أمي مباشرة إلى مستشفى السلمانية، إلى قسم الطوارئ. في البداية، عايناني طبيب أسنان، إذ كان الاعتقاد أن المشكلة مرتبطة بالتهاب في أسناني، وأخذت عينة من دمي لإجراء التحاليل.

عاد الهدوء إلى المنزل، فقد كان الأمر، في نظر والدتي، مجرد ألم في الأسنان. لكن في اليوم التالي، تواصل المستشفى مع والدي وطلب إعادة تحاليل الدم؛ بسبب احتمال وجود مشكلة معينة. شعرت أمي حينها بأن هناك أمرا خطيرا، وبدأت تبحث في محرك البحث «قوقل» عن المشكلة المتوقعة، فعرفت اسم المرض قبل أن نعود إلى المستشفى. وعندما قرأت «سرطان الدم»، لم تصدق ما قرأته، ودققت أكثر، محاولة إقناع نفسها بأن هذا الاحتمال غير وارد، فلم تكن تريد أن تصدق ذلك.

عندما وصلنا إلى المستشفى، أخبرتنا الطبيبة أنني بحاجة إلى إعادة التحاليل، وأنه سيتم إدخالي إلى قسم الأورام. لم يكن والداي يعرفان سبب إدخالي إلى هذا القسم، وفي اليوم التالي أخذت مني خزعة من الظهر. وبعد يومين، عرف والداي الحقيقة: كنت مصابا بلوكيميا الدم.

ما إن أخبرتهما الطبيبة أنني سأدخل قسم الأورام، حتى كان الخبر كالصاعقة على عائلتي. انهار الجميع بالبكاء، وخيم الحزن على أجواء العائلة، فلم يكن أحد يتوقع أن أكون مصابا بالسرطان. كانت خيارات العلاج محدودة، وكان العلاج الكيميائي فقط، وكانت نسبة الشفاء تصل إلى 80 %.

لا أتذكر شيئا من تفاصيل مركز الأورام سوى مشاهد خافتة تنعشها ذاكرة أمي. ما إن تدخل الجناح حتى تلمح وجوه الأطفال بملامح متشابهة، ورؤوسا خالية من

الشعر، ووجوها ملائكية أنهكها الكيميائي، لكنه لم ينتزع الضياء الذي كان يشع منها، ضياء لا تجده في الآخرين، وكأنه منحة إلهية لا ينالها إلا أطفال السرطان.

في ذلك الوقت، كانت أمي حاملا في شهرها الأول، وكان الوضع صعبا جدا عليها وعلى والدي. كان والدي يواجه صعوبة في التوفيق بين اصطحابي إلى المستشفى لتلقي العلاج وبين عمله، وكان قليل النوم. وأصبحت حياتنا تدور بين المستشفى والبيت.

كانت والدتي تعيش الظرف الأصعب، فعقلها وقلبها مشتتان بين طفل في بطنها ينتظر الحياة، وطفل مصاب بالسرطان يواجه الموت. لكنها كانت أمًا استثنائية، منحت كلينا مساحات من الاهتمام، فاعتنت بجنينها حتى ولد، واعتنت بي حتى نجوت من المرض والموت.

أما مناعتي فكانت منخفضة جدا، وفي بعض الأحيان كانت الزيارة ممنوعة. وكانت حرارتي ترتفع باستمرار، ما يؤدي إلى تأجيل بعض جرعات العلاج. كان من المخطط أن تستمر فترة العلاج ستة أشهر، لكنها امتدت إلى ثمانية أشهر بسبب ارتفاع درجة الحرارة وتأجيل العلاج. لم أعش طفولتي مثل باقي الأطفال. لم أكن أستطيع الذهاب إلى الملاهي أو اللعب مثلهم، ولم ألتحق بالروضة بسبب المرض وانخفاض المناعة. كانت طفولتي في تلك الفترة خالية من اللهو، وكانت معظم أيامي تمضي بين العلاج والمستشفى والبيت.

لكن ولله الحمد، تعافيت، وتغيرت حياتنا بعد شفائي. التحقت بالمدرسة مثل باقي الأطفال، وعادت حياتي إلى طبيعتها، وما زلت في فترة المتابعة مع المستشفى. أخذ السرطان جزءا من طفولتي، لكنه علم عائلتي الصبر والقوة والإيمان بالله. وكانت أمي تؤمن دائما بأنني سأشفى، ولم يكن إيمانها بالله يسمح لها بالخوف، فقد وكلت أمري إلى الله تعالى.

احتضنتني أمي بقوة وكأنها تتمسك بي وتحاول حمايتي من شيء قادم..

ونحمد الله أننا اكتشفنا المرض في بدايته، فقد ساعد ذلك على العلاج. كما كان لعمري دور أيضا، لأنني كنت طفلا ولم أكن أعرف مدى خطورة المرض، ولذلك أؤمن بأهمية الكشف المبكر؛ لأنه يساعد على سرعة التشافي. ولم تشعر أمي بلحظة ضعف، فقد كان والدي وجميع أفراد عائلتي إلى جانبها، وكانت تشعر بالطمأنينة بوجودهم.

كانت أصعب اللحظات التي مررت بها هي مراحل جرعات العلاج الكيميائي، التي استمرت على مدى ثمانية أشهر. وأعتقد أن هذه المرحلة كانت الأقسى بالنسبة إلي، وربما بالنسبة إلى كثير من المرضى.

وأتمنى من كل أم لديها ابن مصاب باللوكيميا أن تتحلى بالصبر والقوة والإيمان بالله، وألا تظهر لطفلها أنها ضعيفة بسبب المرض. فنحن الأطفال، نستمد القوة والدعم، بعد الله، من الأم. ونحمد الله ونشكره على أن أصبح هناك علاج لهذا المرض.

تلك التجربة، بكل ما حملته من ألم وأمل، لم تبق مجرد ذكرى في حياتنا. أرادت عائلتي أن تتحول إلى رسالة، وأن تصبح حكاية تمنح القوة لمن يمر بالطريق نفسه. لذلك سجلنا في جمعية سرطان البحرين، وجمعية أحلام، وجمعية ابتسامة، لنشارك تجربتنا ونكون مصدر أمل للأطفال المرضى وعائلاتهم.

حين التقطت أول قطعة حلوى بعد العلاج..

تذكـرت كيـف كنـت أظـن أن «اللوكيميـا» نـوع مـن الحلـوى. لم أكـن أعلـم أن هـذا الاسـم اللطيـف يخفـي وراءه مرضـا متوحشـا، وغـولا سـيغير حيـاتي إلى الأبـد.

أحمـد عبـاس

حين طرق السرطان بابي

زينب النشيط

وكأن السرطان كان قدرا على عائلتي، يدخل من باب، ثم يخرج من باب آخر، لكنه لم يكن يبتعد.

بدأ بأخي الأصغر، ثم جاء دور أمي، ثم خالتي. وفي كل مرة كنا نعيش الخوف نفسه، وننتظر النتيجة نفسها، ونتمسك بالأمل نفسه. كنت أراقب كل ذلك وأنا أظن أن دوري لن يأتي، وأن المرض سيكتفي بما أخذه منا.

لكن السرطان كان يقترب بصمت. حتى وجدت نفسي في يونيو 2016 أقف أمام تقرير طبي سيغير حياتي إلى الأبد.

في تلك اللحظة، أدركت أن الرحلة التي عشتها مع المرض في وجوه من أحبهم، ستبدأ هذه المرة في وجهي أنا.

قبل أن يصل السرطان إلى بابي، كنت أعيش حياة هادئة وبسيطة، متفانية في عملي اختصاصية علاج طبيعي بمجمع السلمانية الطبي، وأجد سعادتي في خدمة المرضى.

كنت مخلصة لعائلتي وزوجي وأبنائي، وأمنحهم كل وقتي، وأخدم المجتمع عبر عملي التطوعي في المراكز الشبابية. كنت أعيش حالة من الرضا التام، وكأنني أملك الدنيا كلها. وكنت أعشق البحر، وأستمد من أمواجه الهادئة الاطمئنان والسكينة.

لكن نقطة التحول في حياتي بدأت مع إصابة أخي الأصغر، في العام 2012، بسرطان الغدد اللمفاوية، وكان عمره آنذاك 16 عاما. عشت القلق والخوف معه حتى تعافى، لكن السرطان عاد إليه مجددا. تجاوز المرض مرة أخرى، إلا أنه توفي بعد عام من شفائه.

ثم عاد مرض السرطان مجددا إلى أمي، إذ أصيبت بسرطان الثدي بالعام 2014. كانت أمي قد عاشت ألم فقد ابنها بسبب السرطان، فتجدد القلق والحزن والخوف في داخلنا، لكنها تعافت ولله الحمد. انهزم السرطان أمام أمانينا ودعواتنا التي لم تنقطع، ابتهالا إلى الله أن يشفيها. وكانت أمي مستبسلة في مواجهته، وكأنها تحمل ثأرا لابنها الذي راح ضحية له، فواجهته بكل عنفوان وروح لا تصدأ، مهما اشتدت أعراضه وأوجاعه. أسقطت أمي رمزية السرطان بوصفه مرضا قاتلا حين هزمته، وكنا نظن أنه انهزم ورحل عنا، وأنه لن يعود إلى بيتنا مرة أخرى.

لكن السرطان كان وكأنه لا يريد أن يخرج من هذه العائلة، فعاد مجددا مع خالتي التي أصيبت بسرطان الثدي أيضا. عاد القلق والخوف، وبدأت حالة من الهلع تجتاح العائلة. نصحنا الأطباء بإجراء فحص جينوم، وتبين أن النتيجة إيجابية للسرطان، فزاد منسوب الخطر، وقررنا إجراء فحوصات دورية للسرطان لجميع أفراد العائلة.

منذ فحص الجينوم، كنت أتابع بشكل دوري فحوصات السرطان، وكان القلق والخوف يتجددان مع كل فحص. وبقدر ما كان يثقلني الخوف والقلق، كانت سعادتي لا توصف حين تكون النتيجة سليمة، وكأنها شهادة حياة جديدة لي.

ألم الفقد كان كبيرا.. والصدمة هزت حياتي وبعثرت الهدوء في داخلي.. فعشت فترة من الزمن في حداد على أخي

وفي شهر يونيو 2016، كان موعد الفحص الدوري في مجمع السلمانية الطبي، لكنني لم أتمكن من الحضور. وفي الوقت نفسه، كنت أعاني من ألم شديد في الصدر، فذهبت إلى قسم الجراحة في اليوم التالي.

فحصتني الطبيبة وطمأنتني في البداية، لكنها أصرت على ضرورة إجراء أشعة فوق صوتية؛ نظرا إلى وجود تاريخ عائلي للمرض. أجريت الفحص وانتظرت النتيجة. كنت أحمل في داخلي أملا بأنني غير مصابة. وعندما ذهبت إلى الموعد لمعرفة النتيجة، وأثناء انشغال الطبيبة، شاهدت ورقة النتيجة. اقتربت منها ببطء، وكأنني لا أريد أن أقرأ ما فيها. بدأ القلق يتسرب إلي، ومعه الخوف والحذر. وما إن وقعت عيناي على التقرير حتى تجمدت في مكاني. خيم صمت رهيب في داخلي، وكأن الدنيا كلها توقفت. كان التقرير يثبت إصابتي بسرطان الثدي. كانت صدمة كبيرة بالنسبة إلي، فلم أتوقع أن أكون أنا المصابة. وأول ما تبادر إلى عقلي المتعب كان: كيف سأخبر والديّ؟

كان موقفا شديد الصعوبة. وحين أبلغت والديّ بالخبر، كانت الصدمة كبيرة عليهما وعلى إخوتي وأخواتي، وتأثروا كثيرا، وخيم الحزن على المنزل.

أما زوجي، فلم يستطع استيعاب الخبر، وكان غير مصدق، ويردد: «هذه النتيجة خطأ... من المؤكد أنها خطأ». وصل الخبر إلى خالاتي وعماتي وبناتهن، وصديقاتي وزملائي في العمل، وكان الجميع متأثرا ويشاركني الصدمة. كنت أرى الحب والخوف في عيون الجميع.

بعد أن تأكدت إصابتي بسرطان الثدي، أصبح المرض واقعا لا يمكن الهروب منه. وأدركت أن أولى مراحل العلاج هي الاعتراف بوجود المرض، وليس الهروب منه بإنكاره. وهكذا بدأ أول فصل في المواجهة. كانت خيارات العلاج متعددة، والطبيبة في البحرين طمأنتني وأعطتني خيارات عدة للعلاج، من بينها جراحة الاستئصال الكلي للثدي. لم يكن القرار سهلا بالنسبة لي، ففكرة أن يجري زملائي العملية وأن يشاهدوا لحظات ضعفي كانت تثقلني نفسيا، لذلك اتجهت إلى طلب الاستشارة خارج البحرين، وكانت نسبة النجاح والبرنامج العلاجي أفضل.

تقرر أن أسافر للعلاج في ألمانيا، فسافرت برفقة والدي. وهناك أجريت لي الفحوصات اللازمة، ووضعت خطة العلاج. وأثناء وجودي هناك، وصلنا نبأ وفاة ابن خالتي بسبب السرطان. كنت قد انتهيت من جميع الفحوصات، فعدت إلى البحرين مباشرة. كان حدثا كبيرا في العائلة، وبالنسبة إلى والدي في ذلك الوقت، زاد منسوب الخوف والقلق من المرض. بدأت الاستعداد للعملية وترتيب أمور بيتي

وأولادي وعملي، ثم سافرت مجددا إلى ألمانيا. أجريت لي عملية الاستئصال، ثم بدأت العلاج الإشعاعي. وأثناء وجودي هناك، وصلنا خبر وفاة خالتي بالسرطان. فعادت والدتي إلى البحرين، وبقيت مع والدي. كان الخبر مؤلما، خصوصا أنني كنت في رحلة علاج، ما جعل الهواجس تتفاقم، والخوف يتضخم.

ظللت بعدها شهرا في ألمانيا من دون والدتي، فيما كان الوضع مرعبا ومربكا في العائلة، وسط القلق والصدمة من وفاة خالتي، والخوف على حياتي. عدت إلى البحرين لأكمل العلاج الكيميائي في قسم الأورام بمجمع السلمانية الطبي. وأصف هذا القسم بأنه منظم ومن أفضل الأقسام، كما لا أنسى لطف الممرضات. كان وجود نخبة منهن بمثابة البلسم الذي يخفف عني كل الألم. وبين العلاج الإشعاعي والكيميائي، كان العلاج الإشعاعي سهلا مقارنة بالعلاج الكيميائي.

كانت حياتي الأسرية مستقرة، والجميع يغمرني بالحب والمشاعر الصادقة. وكان زوجي الداعم الأكبر لي، يتألم لألمي، ويقوي عزيمتي لمواجهة المرض، ويذلل كل الصعاب، ويسهر معي حين أتألم. أما حياتي الاجتماعية، فقد تأثرت بالمرض كثيرا. عشت عزلة عن العالم، وحاولت ألا أخالط أحدا في ذروة التعب والألم، لكن أهلي وصديقاتي لم يتخلوا عني، وكانوا العون والسند.

تشافيت من السرطان، وهزمته كما هزمته والدتي، لكنه سلب مني الصحة، فلم أعد كما كنت، وأصبحت أشعر بالتعب مع كل جهد. كما سلب مني الطمأنينة، وأصبح هاجس الخوف يراودني من أن يخطفني الموت عن أولادي في أي لحظة.

وأعترف أن هناك لحظات ضعف لابد منها، وتشتد مع لحظات الألم الذي لا يحتمل، حين تأتي الممرضة لوضع الدواء الكيميائي، وحين يحضر الأهل وأختي وزوجي وأنا أستعد للسفر إلى ألمانيا للعلاج، وحين يتحدثون معي أثناء وجودي في ألمانيا للعلاج. كنت أقرأ خوفهم وألمهم، وينتابني شيء من الضعف لحالهم.

وكان الأمر أكثر صعوبة حين كنت أتحدث مع أولادي وأنا بعيدة عنهم أثناء رحلة العلاج. لم تكن تجربتي نزهة عابرة، بل رحلة تنزف ألما، فالسرطان حصد ثلاثة من أفراد عائلتي، وكاد أن يخطف والدتي، قبل أن يصل إلي أنا الأخرى.

تجربتي رحلة حقيقية في مواجهة السرطان والتعافي منه بكل ما حملته من حزن وألم وخوف..

واليـوم أرويهـا بـكل مـا فيهـا، لعلهـا تمنـح مـن يمـر بتجربـة مماثلـة شـيئا مـن القـوة والأمـل والتمسـك بالحيـاة.

زينـب النشيـط

"أقوى مما توقعت

نادية صديقي

لم يكن سرطان الثدي مرضا غريبا عن عائلتي. رأيته في أبي وثلاث من أخواتي، ولذلك كنت أعرف جيدا معنى الخوف منه، وأعرف في الوقت نفسه أهمية الفحص المبكر. لكنني لم أتوقع أن يأتي اليوم الذي سأسمع فيه أن المرض الذي كنت أخشاه في عائلتي أصبح يسكن جسدي أنا.

كنت أمًا لولد وبنتين، أعيش حياة طبيعية مليئة بالصحة والحيوية، وأعمل مديرة لإدارة التوظيف في ديوان الخدمة المدنية. وكنت حريصة على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، أشارك مع جمعية البحرين لمكافحة السرطان، وأساهم في حملات التبرعات، وأزور كبار السن في دار المسنين بالمناسبات، وأقدم لهم الهدايا.

وبحكم التاريخ المرضي في عائلتي، كنت حريصة على إجراء الفحص الذاتي والفحص الدوري للكشف المبكر عن سرطان الثدي، وأتعامل مع ذلك كونه جزءا من مسؤوليتي تجاه صحتي.

لم أكن أفوت فرصة للفحص، مهما كان انشغالي. كنت أذهب إليه باطمئنان وابتسامة وثقة، وفي كل مرة أخرج منه وكأنني ولدت من جديد، وبفرصة حياة جديدة. لم يكن الفحص يقلقني، على الرغم من التاريخ المرضي في عائلتي، بل كان بالنسبة لي مساحة لأثبت أنني بخير، وليس فرصة لأثبت وجود المرض.

هكذا كانت فلسفتي في مواجهة القلق من المرض، أن أعيش أيامي كما هي، وألا أسمح للقلق المخيف بأن يتسلل إليها. لم يكن ذلك نوعا من الهروب من الواقع، وإنما كان إيماني بأن نتعامل مع الأحداث بإيجابية كما هي، لا كما نتوقعها. وفي كل مرة كانت النتيجة سليمة، حتى أنني كنت أسبقهم في داخلي بتوقع النتيجة.

لكن ذلك لم يستمر.. في العام 2014، اكتشفت كتلة في الثدي الأيمن. وهنا لم يعد بالإمكان تجاهل القلق، فقد فرض نفسه بقوة. كانت هذه التفاصيل تتكرر دائما في قصص سرطان الثدي، لكنني تعاملت معها ككتلة لا أكثر، وقررت إجراء الفحص. حصلت بعدها على موعد في المركز الصحي، وأظهرت الفحوصات أن الكتلة حميدة.

حينها تنفست ببطء، وكأنني أتخلص من القلق المتراكم داخلي، وعدت إلى هدوئي وحياتي الطبيعية. لكن بعد مرور عام، وفي 2015، ظهرت تغيرات جديدة، ازدادت كثافة الثدي، وظهرت حرارة وتغير في الحجم واللون. هذه المرة، تضخم القلق وبدأ الخوف يأخذ شكله الحقيقي.

وبسبب كثافة الثدي والتليف، كان من الصعب الكشف عن المرض، وخضعت لأنواع عدة من الأشعة والخزعة للكشف عنه. ومن خلال أشعة الماموغرام، اتضح أنني مصابة بسرطان الثدي. كان تشخيص إصابتي في سبتمبر 2015 نقطة تحول كبيرة في حياتي، ليس من الناحية الصحية فحسب، بل أيضا من الناحية المهنية.

تلقيت خبر إصابتي بالسرطان بصدمة كبيرة. في البداية، شعرت بالخوف والقلق من المستقبل، وما سيعنيه هذا التشخيص لحياتي. وبما أن لدي أخوات مصابات بالمرض، كنت أتساءل عن مرحلة السرطان؛ لأن خطة العلاج تعتمد عليها. وبالرغم من الصدمة، إلا أنني لم أكن متفاجئة تماما من المرض؛ بسبب وجود حالات في عائلتي.

فالسرطان كلمة طالما رددتها في الندوات والفعاليات التطوعية، وسمعتها تتردد في عائلتي، لكن أن يكون المرض داخلي، وأن يصبح عنوانا يخصني وهويتي الجديدة، فهذا شيء مختلف. ومهما حاولنا أن نخفف من وطأة الكلمة، لا يمكننا أن نخفي الرعب الذي تثيره، فالكلمة التي كنت أرددها في الفعاليات وأسمعها من حولي أصبحت ثقيلة جدا عندما أصبحت تتحدث عني أنا، بما تحمله من معاني الموت

والوجع والألم. كنت أقول لنفسي: «القلق أمر طبيعي من إحساس الإنسان، وهذا لا يعني أن هذه نهاية حياتي، فلابد من التفكير الصحيح». وكان والدي دائما يردد أن السرطان مثل أي مرض.

خيم الحزن والصدمة على عائلتي؛ لأنهم كانوا يعرفون حقيقة المرض وما ينتظرني من معاناة، لكنهم التزموا بدعمي ومساندتي منذ البداية وحتى نهاية العلاج.

وحين أخبرت أبنائي بتشخيص إصابتي بالسرطان، كانت صدمتهم كبيرة، لكنهم لم يشعروا بالخوف كثيرا؛ لأنهم عاينوا تجربة خالاتهم من قبل. وكانوا يرددون لي: «أنت قوية وستهزمين المرض».

قدمت لي خيارات العلاج المختلفة، وتم اختيار الخطة العلاجية المناسبة بناء على نوع السرطان ومرحلته. وبدأت مشواري العلاجي بالفحوصات والأشعة والتحاليل، ثم أجريت عملية لاستئصال الورم من الثدي، وخضعت بعدها للعلاج الإشعاعي، إضافة إلى العلاج الهرموني.. كانت رحلة العلاج تحديا كبيرا بالنسبة لي.

خضت فترة علاج شاقة شملت العملية الجراحية والعلاج الإشعاعي والعلاج الهرموني. وكانت تلك المرحلة مليئة بالتحديات الجسدية والعاطفية. مررت خلالها بلحظات ضعف وأيام شعرت فيها باليأس والخوف من المجهول، لكنها كانت جزءا من الرحلة التي كان عليّ أن أخوضها حتى النهاية.

لكنني لم أواجه تلك المرحلة وحدي. فقد وجدت الدعم في زوجي وأبنائي وأهلي وأصدقائي، كما سعيت إلى الحصول على الدعم النفسي والعاطفي من خلال الاستشارة والتوجيه. وكنت أحرص على التركيز على الجوانب الإيجابية في حياتي،

كنت أعرف أن ما ينتظرني رحلة صعبة وليس نزهة عابرة.. مهما حاولنا أن نخفف من وطأتها أو نجمّل تفاصيلها

وعلى الأهـداف التـي أريـد تحقيقهـا بعـد التعـافي.

واسـتمددت القـوة والأمـل مـن هـذا الدعـم العـائلي، وأصبحـت أؤمـن أن الدعـم لا يـأتي مـن المحيـطين بالمريـض فقـط، بـل إن المريـض نفسـه يكـون مصـدرا لـه. فعندمـا يكـون شـجاعا، فإنـه يمنـح القـوة لأهلـه لمواجهـة هـذا الظـرف.

فالمريـض، وإن كان شـخصا واحـدا، فـإن الأسرة كلهـا تمـر بتجربـة المـرض معـه. تجـاوزت مرحلـة الإصابـة بالسرطـان بدعـم كـبير مـن زوجـي وأولادي وعائلتـي وأصدقـائي وفريـق الرعايـة الطبيـة. وكانـت العزيمـة والإيمـان بالشـفاء والالتـزام بالـعلاج والعنايـة الذاتيـة عوامـل أساسـية سـاعدتني على تجـاوز هـذه المحنـة وتخطـي صعوبـات المـرض.

ومـع انتهـاء رحلـة الـعلاج، شـعرت بأننـي أبـدأ فـصلا جديـدا مـن حيـاتي. تحسـنت حالتـي تدريجيـا، وعـادت إلي القـوة والنشـاط، واسـتعددت لاسـتئناف أنشـطتي اليوميـة وعـملي، وأنـا أكثر إيمانـا بـأن المقبـل أفضـل. ولا أنسى تلـك اللحظـة التـي قرعـت فيهـا الجـرس إيذانـا بانتهـاء الـعلاج.

كانـت لحظـة اختلطـت فيهـا مشـاعر الامتنـان والفـرح والانتصـار بعـد رحلـة طويلـة مـن التحديـات. شـعرت حينهـا أننـي أفتـح بابـا جديـدا في حيـاتي، أساسـه الإيمـان والشـجاعة والإرادة، ومحاطـة بدعـم عائلتـي وأهلي وأصدقـائي الذيـن رافقـوني في كل مراحـل الرحلـة.

وخلال رحلـة علاجـي في الولايـات المتحـدة، لفـت انتباهـي أسـلوبهم في تنظيـم وإدارة حـملات التوعيـة ودعـم مـرضى السرطـان. فقـد كانـت المـحلات التجاريـة تسـاهم في هـذه الحـملات مـن خلال صناديـق مخصصـة للتبرعـات، حتـى بمبلـغ دولار واحـد، أو مـن خلال إضافـة مبلـغ بسـيط إلى فاتـورة الشراء دعما للمـرضى.

لم أخرج من التجربة كما دخلتها..
فأصبحت أنظر إلى الحياة بطريقة مختلفة

وفي العـام 2016، أطلقـت صفحتـي على «الإنسـتغرام» باسـم nadia.fightcancer، بهـدف تشـجيع النسـاء وتوعيتهـن بأهميـة الكشـف المبكـر عـن سرطـان الثـدي، وتسـليط الضـوء على أهميـة الدعـم النـفسي والعـائلي خلال رحلـة التعـافي. كما كنـت أنشر فيهـا المـواد والصـور التوعويـة المتعلقـة بالسرطـان.

ولم يقـتصر نشـاطي على التوعيـة عبر وسـائل التواصـل الاجتماعـي، بـل شـاركت في تقديـم العديـد مـن المحـاضرات التوعويـة لفئـات مختلفـة مـن المجتمـع، خصوصـا للفتيـات في المـدارس والأمهـات..

كما حرصـت على التواصـل مـع مـرضى السرطـان لتقديـم الدعـم المعنـوي والنـفسي لهـم، وتشـجيعهم على التمسـك بالأمـل، لاسـيما السـيدات المصابـات بسرطـان الثـدي والأطفـال المصـابين بالسرطـان. ومـن المبـادرات التـي عملـت عليهـا أيضـا طـرح منتجـات متنوعـة ومشـغولات يدويـة، كنـت أشتري بعضهـا أو يـتبرع بهـا أشـخاص خيرون، ويتـم تخصيـص كامـل العائـد منهـا لدعـم مـرضى السرطـان.

ومـع مـرور الوقـت، لم تعـد رسـالتي مقـتصرة على سرطـان الثـدي وحـده، بـل أصبحـت معركـة كل مريـض سرطـان معركتـي أيضـا. وتوسـع نشـاطي ليشـمل مختلـف المـرضى عبر التوعيـة، والتواصـل معهـم، وتقديـم الدعـم النـفسي والمعنـوي لهـم، وزرع الأمـل في نفوسـهم. وأنـا اليـوم متحدثـة تحفيزيـة وناجيـة مـن سرطـان الثـدي، أعمـل على نقـل تجربتـي الشـخصية وتحويلهـا إلى رسـالة دعـم وأمـل لـكل مـن يمـر بتجربـة المـرض.

تـرك سرطـان الثـدي أثـرا عميقـا في حيـاتي. فقـد أخـذ منـي الكـثير، وتسـبب في تغـييرات جسـدية وعاطفيـة وإنسـانية لم تكـن سـهلة. لكنـه، في المقابـل، منحنـي أشـياء لم أكـن أتخيـل أننـي سأكتسـبها يومـا، فقـد علمنـي الـصبر، ومنحنـي قـوة أكبر، وجعلنـي أكثر تقديـرا للحيـاة ولنعمـة الصحـة. وأصبحـت أكثر قـدرة على مواجهـة التحديـات والتعامـل مـع الصعوبـات التـي قـد تـعترض طريقـي.

وبالرغـم مـن مـرور سـنوات على التعـافي، مـا يـزال هاجـس عـودة المـرض يرافقنـي بين الـحين والآخـر. فبعـض الخـوف والقلـق مـن عـودة السرطـان أمـر طبيعـي، لكننـي أحـاول ألا أسـمح لهـذا الخـوف بـأن يسـيطر على حيـاتي. أعيـش حيـاتي بإيجابيـة، وأحـرص على المتابعـة الدوريـة للحفـاظ على صحتـي.

ومـن خلال تجربتـي، أدركـت أن الفحـص الـذاتي والفحـص الـدوري مـن أهـم أسـباب اكتشـاف المـرض في مراحلـه المبكـرة. فلـولا حـرصي على الفحـص لما اكتشـفت إصابتـي في الوقـت المناسـب. كما تعلمـت أن الدعـم النـفسي مهـم جـدا للمريـض خلال رحلـة الـعلاج.

فالمريـض لا يحتـاج إلى الـدواء فقـط، بـل يحتـاج أيضـا إلى مـن يمنحـه الأمـل والقـوة ويقـف إلى جانبـه في أصعـب اللحظـات. ولهـذا أرى أهميـة زيـادة الوعـي حـول السرطـان، وتـوفير الدعـم والمـوارد اللازمـة للمصـابين بـه وعائلاتهـم.

وأؤمـن كذلـك بضرورة تحطيـم الوصمـة المحيطـة بهـذا المـرض. يجـب ألا نخجـل مـن الحديـث عنـه أو التصريـح بالإصابـة بـه، بـل علينـا أن نواجهـه بالإيمـان والأمـل والمحبـة والقـوة والشـجاعة والإرادة.

فالسرطـان مـرض يمكـن الشـفاء منـه، والإصابـة بـه لا تعنـي نهايـة الحيـاة. وأكـرر دائمـا أن الدعـم قـد يكـون مصـدره المريـض نفسـه، فعندمـا يكـون شـجاعا، فإنـه يمنـح القـوة لأهلـه لمواجهـة هـذا الظـرف. فالمريـض لا يعيـش هـذه التجربـة وحـده، بـل تعيشـها الأسرة كلهـا معـه.

واليـوم، وبعـد كل مـا مـررت بـه.. أقـول لـكل امـرأة: لا تـؤجلي الفحـص، ولا تسـمحي للخـوف بـأن يمنعـك مـن الاطمئنـان على صحتـك. تمـسكي بالأمـل، واطلبـي الدعـم ممـن يحبونـك، واتبعـي التعلـيمات الطبيـة، واهتمـي بصحتـك، واحـرصي على الفحـص الـدوري والمتابعـة الطبيـة.

في ختام رحلتي.. أوجه كلمة شكر وعرفان وتقدير لكل من ساندني وساعدني

لزوجـي وأبنـائي وأهلي وأصدقـائي وأطبـائي الذيـن كانـوا إلى جانبـي طـوال رحلـة المـرض.. كما أشـكر كل مـن وقـف إلى جانبـي بعـد التعـافي، وسـاهم في إيصـال رسـالتي لدعـم مـرضى السرطـان ونشر الوعـي بهـذا المـرض.

نادية صديقي

”

خلف ابتسامتي
كانت هناك محاربـة

زينب أبوديب

لم يكن في أيامي ما يوحي بأن حياتي تستعد لمنعطف كبير. كنت أعيش حياة طبيعية جدا، لدي عملي وطموحاتي، وأخطط لمستقبلي كأي امرأة تنظر إلى الغد بثقة. لم أكن أتخيل أن تأتي لحظة تتغير فيها كل الأولويات.

اكتشفت إصابتي بالصدفة. كان لدي موعد لفحص دوري لدى طبيبة النساء، وبعد الفحص السريري، شكت الطبيبة في وجود أمر يستدعي مزيدا من الفحوصات، ومن هناك بدأت رحلة الفحوصات. كانت لحظة التشخيص من أصعب اللحظات، لأن كلمة «سرطان» بحد ذاتها مخيفة، وفجأة تشعرين بأن حياتك انقسمت إلى ما قبل تلك اللحظة وما بعدها.

كان أول ما شعرت به هو الخوف، وأول ما فكرت فيه كان أطفالي وحياتي: ماذا سيحدث بعد ذلك؟ شعرت بالحزن والضيق والتعب الشديد، لكنني أخذت وقتي حتى أتقبل هذه المشاعر وأعيشها. في البداية، لم أخبر أهلي، واكتفيت بإخبار زوجي وأختي، وكانا يحاولان تهدئتي قائلين: «لا تتسرعي، ربما لا يكون سرطانا حتى الآن». لكن شعوري منذ البداية كان يقول لي إن الأمر سرطان.

كانت د. نوف الشيباني، في مركز البحرين للأورام، هي من أخبرتني بالخبر. قالت لي: «التشخيص هو سرطان الثدي».

تناثرت حروفها كزخات رصاص قاتلة، فأربكت ذلك الهدوء الذي كنت أعيش فيه، ونسفت ما تبقى لدي من صبر. حزنت، وانهمرت دموعي بحرارة، ولم أتمالك نفسي، نحيبا وبكاء وانهيارا.

فقالت لي: «زينب، كل مريضاتي محاربات، وأنت أيضا محاربة». ولم أنس هذه الجملة، وظللت أتذكرها طوال مرحلة العلاج.

كان زوجي وعائلتي جزءا كبيرا من قوتي، وفي هذه الفترة تعرف فعلا الأشخاص الذين يسندك وجودهم، حتى من دون كلام.

رحلة العلاج، كانت متعبة جسديا ونفسيا. أحيانا يرى الناس العلاج مرحلة طبية فقط، لكن الحقيقة أنه يغير يومك وحياتك ونفسيتك بالكامل. وفي الوقت نفسه، يمكن للإنسان أن يرتب حياته عندما تكون لديه معرفة بالعلاج، ومن الضروري أن يستمع إلى جسده في هذه المرحلة.

فلا أستطيع أن أقول إنها كانت سهلة، فقد كانت صعبة وسهلة في مراحلها، وسهل عليّ هذه المرحلة الأشخاص الموجودون حولي، والأطباء في مركز البحرين للأورام، وبالتأكيد صراعي أنا أيضا. بالنسبة إلي، لم تكن أصعب اللحظات لحظة واحدة. كانت أولها عندما بدأ شعري يتساقط بشدة، وكانت هناك لحظات أشعر فيها بأنني منهارة، وأن جسدي متعب ويخذلني.

ضعفت وخفت، ولا أرى أن القوة تعني ألا تنهار. القوة هي أن يقاوم الإنسان، لأنه ليس لديه خيار سوى أن يقاوم.. كانت أصعب مرحلة في العلاج بعد جلسة العلاج الكيميائي الثانية، عندما بدأ شعري يتساقط.

كانت مرحلة صعبة جدا، فمن المؤكد أنه ليس من السهل على امرأة أن تفقد هذه الأشياء التي تعد في النهاية من أولويات الأنوثة. ومع أن علاقتي بشعري لم تكن قوية، ولم يكن شعري طويلا، إلا أن رؤيته يتساقط كانت صعبة جدا. أتذكر أنني انهرت.

استطعت أن أتقبل الأمر، وهو شيء لا يمكن تخطيه، وكان عليّ أن أتقبل وضعي الجديد، وأن أتقبل أن شعري سيتساقط. أتذكر أن معالجة نفسانية كانت تزور مرضى السرطان الذين يتلقون العلاج الكيميائي، وتأخذ موعدا معهم، وقالت لي: «عليك أن تمسكي بزمام الأمور».

ظننت أن عليّ أن أحلق شعري. اشتريت ماكينة حلاقة وحاولت أن أحلق شعري،

لكنني لم أستطع، ولم أعرف كيف أحلقه. كان لدي من يدعمني، وكان نظام دعمي يتكون من أختي الصغيرة وابنة خالي. اتصلت بنور وقلت لها: «تصرفي، احلقيه، لا أعرف ماذا أفعل، ولا أعرف كيف أحلقه». لكننا لم نستطع، فأخذت موعدا في الصالون. وكانت الموظفة هناك محاربة للسرطان، وقد انتهت للتو من العلاج وعادت إلى عملها. اعتنت بي وحلقت لي شعري. عندها فقط شعرت بالراحة، وبدأت أرتدي الباروكة.

ولدي «سيد آدم»، وعمره 12 عاما. عندما تحدثت إليه، قلت له إن هذه مرحلة ستكون صعبة، وربما لن أكون موجودة كثيرا، لكنها مرحلة مؤقتة، وإن هذا مجرد علاج وقائي حتى لا يعود المرض ويصيبني. وعندما أنتهي، إن شاء الله، سيعود كل شيء إلى ما يرام، وسنسافر معا. قال لي: «هل أنت متأكدة من أنها مرحلة مؤقتة؟» فقلت له: «نعم، أنا متأكدة أنها مرحلة مؤقتة فقط».

أما ابنتي، فعمرها 8 سنوات، وكان الحديث معها أصعب شيء. عندما كنت أتحدث إليها، كانت تقول لي: «ماما، لا أريد أن أسمع. ماما، لا أريد أن أسمع. هل أنت بخير؟» فقلت لها: «نعم، ماما بخير». فقالت: «حسنا».

كان من أصعب الأمور بالنسبة إلي أن أهلي كانوا موجودين في المنزل، ولم أكن أحب أن أجلس أمامهم بهذا الشكل، فكنت أرتدي الباروكة معظم الوقت. لكن الباروكة كانت ضيقة ومؤلمة. وعندما كانت أمي وأبي وإخوتي يخرجون، لم يكن يبقى معي سوى نظام دعمي، أي أختي وابنة خالي، وكانت ابنتي الصغيرة معنا طوال الوقت.

وفي إحدى المرات سقطت الباروكة، فنظرت إلي ابنتي وقالت: «ماما، لا أريد أن أرى». وبعد ذلك بدأت أفكر في مشاعرها، وفي مشاعري أنا أيضا. لم أكن أريدها أن تراني بهذا الشكل مرة أخرى. لذلك كنت في معظم الوقت إما أرتدي التوربان في المنزل، أو أرتدي الباروكة، وحاولت أن أعيش بشكل طبيعي، وألا أسمح للسرطان بأن يصبح حياتي كلها.

كنت أحاول ألا أفوت نزهة يوم الجمعة، وأحاول أن أجعل جلسات العلاج الكيميائي في بداية الأسبوع، حتى لا يأتي وقت عطلة نهاية الأسبوع ويأتي أبنائي لزيارتي. ومع تحسن وضعي وتحسن صحتي، حاولنا أن نخرج معا ونقوم بأنشطة مختلفة. كنا نذهب للمشي، مثلا، في سوق البراحة، أو نذهب لتناول العشاء في مطعم، أو نفعل أي شيء، حتى أشعر بأن الحياة ما زالت طبيعية.

كنت قد وضعت لنفسي جدولا. مثلا، كان هذا الدواء يتكون من ست جلسات، وكان جسمي يحتاج من سبعة إلى عشرة أيام حتى يتعافى. وبعد مرور عشرة أيام، كنت أبدأ في القيام بالنزهات والبرامج، وأخرج مع صديقاتي، إلى أن يحين موعد الدورة الثانية من العلاج، التي كانت كل أسبوعين. فكنت أعرف أن جسمي يحتاج إلى سبعة أو عشرة أيام حتى أستعيد عافيتي، ولذلك رتبت حياتي على هذا الإيقاع.

جلست معي د. مها السندي وشرحت لي جميع مراحل العلاج، وأخبرتني باسم الدواء وتفاصيله. وأوضحت لي أن الناس عادة يبدأون بالتعافي بعد أسبوع، ويشعرون بأنهم أصبحوا أفضل، وهناك أشخاص قد يحتاجون إلى وقت أطول، لكنني سأشعر بتحسن، على الأرجح، بعد عشرة أيام تقريبا. وبالفعل، رتبت حياتي على هذا الأساس.

وعندما يكون لدي تغطية أو إعلان، كنت أضعه في أي يوم أكون فيه قد تعافيت. وعندما أذهب ليراني بقية المؤثرين، وهم زملائي، كانوا يقولون لي: «مرحبا، كيف حالك؟ كيف حالك مع العلاج؟» فأجيب: «بخير، الحمد لله». لم أحاول تغيير أي شيء في حياتي، باستثناء السفر؛ لأنني كنت أسافر كثيرا، وكان الشيء الوحيد الذي فعلته هو أنني أخذت استراحة من السفر.

وعادة لا أسافر كثيرا في الشتاء، وربما تكون لدي سفرة واحدة فقط. وبعد أن تعافيت، جاء شهر مايو، وكان من المفترض أصلا أن أسافر مع صديقتي، وكنت قد أنهيت العلاج قبل شهر مايو، فسافرنا.

بعد أن أجريت عملية الاستئصال الجزئي، قلت إنني يجب أن أتحدث عن الموضوع. وكان ذلك في شهر أكتوبر. اتصلت بابن خالتي، وكان لديه استوديو، وقلت له: «أحمد، أنا مريضة، وأريد أن أخبر الناس».

اليوم تغيرت أولوياتي.. أصبحت أختار راحتي أكثر.. وأقول «لا» أكثر.. ولا أستهلك نفسي في أشياء لا تستحق

لم يكن هدفي أن أخبرهم فقط بأنني مريضة، بل أردت أن أقول لهم إن عليهم أن يفحصوا أنفسهم. أنا لم أعرف بإصابتي إلا بالصدفة، ولذلك يجب أن يعرف الناس أهمية الفحص المبكر، حتى يتجنبوا اكتشاف المرض في مراحل متأخرة.

شجعني أحمد وقال لي: «زينب، يجب أن تفعلي ذلك». وبعد أسبوعين، قال لي: «زينب، هل تريدين أن تسجلي؟» فقلت له: «أحمد، لدي تردد». فقال لي: «زينب، افعليها، صدقيني، بعد أن تسجلي ستشعرين بشعور مختلف».

ومهما كان الشخص قريبا منك ويحبك، أحيانا يكون من الصعب عليه أن يفهم التجربة إذا لم يعشها. تعلمت أن أشرح احتياجي فقط عندما أكون مضطرة إلى الشرح، وأن أتقبل أن ليس كل شخص سيفهم.

والمرض يغير العلاقات.. فهناك أشخاص يقتربون أكثر، وهناك أشخاص يختفون، بمعنى أن الاختفاء يكون وكأنهم لم يكونوا موجودين أصلا. وأحيانا تعلمك التجربة من يستحق فعلا أن يكون موجودا في حياتك.

اكتشفت أنني أقوى مما كنت أعتقد، لكن في الوقت نفسه تعلمت أنه ليس من الضروري أن أكون قوية طوال الوقت. من الطبيعي أن ينهار الإنسان، لكن الأهم أن يعود ويقف على قدميه ويكمل.

لقد أخذ السرطان مني أشياء كثيرة، لكنه أعطاني نظرة مختلفة إلى الحياة، وإلى نفسي، وإلى الناس.

كذلك أصبحت أقدر التفاصيل البسيطة جدا، يوم عادي من دون مستشفى أو علاج أصبح بالنسبة إلي نعمة كبيرة. أشعر بأنني لم أعد الإنسانة نفسها التي كنتها قبل المرض. ليست ولادة جديدة بمعنى أنني نسيت ما حدث، لكن كأنني بدأت حياة بوعي مختلف.

أما الخوف من عودة المرض فهو موجود أحيانا، وهذا طبيعي. لكنني أحاول ألا أجعل احتمال المستقبل يسرق مني الحياة التي أعيشها اليوم.

وأكثر ما يسعدني أن تقول لي امرأة إن تجربتي ساعدتها أو شجعتها. لا أحب أن يراني الناس كإنسانة خارقة، أحب أن يعرفوا أنني خفت وتعبت، ومع ذلك أكملت. اكتشفت مجتمعا جديدا، وصرنا ندعم بعضنا بعضا طوال الوقت.

وكـوني مدونـة ومؤثـرة وشـخصية حـاضرة أمـام الجمهـور، ومعتـادة على الظهـور بصـورة مختلفـة أمـام النـاس، كنـت في البدايـة خائفـة مـن أن يتـغير شـكلي كـثيرا، خصوصـا أننـي امـرأة. لكـن الحمـد للـه، حافظـت على صـورتي قـدر اسـتطاعتي، ولم يتـغير شـكلي طـوال فترة الـعلاج. واليـوم كل شيء متطـور، فالمكيـاج وغيره متـاح.

في البدايـة، لم أكـن أريـد أن أخبر أحـدا، خصوصـا أننـي تأخـرت في إخبـار أمـي وأبي. لكـن بعـد العمليـة، وعندمـا عرفـت أن اكتشـاف المـرض في مرحلـة مبكـرة يعنـي أننـي لـن أحتـاج إلى فترة طويلـة مـن الـعلاج، قلـت إنـه يجـب أن يعـرف النـاس، وأن أشـجعهم على الذهـاب إلى الفحـص. وكان ابـن خـالي أحمـد ناجـي هـو مـن شـجعني على تسـجيل الفيديـو.

اكتشـفت أننـي لسـت وحـدي، وانصدمـت مـن وجـود مجتمـع كـبير وأشـخاص كثيريـن مصـابين بالمـرض، منهـم مـن تعـافى، ومنهـم مـن لا يـزال مسـتمرا في الـعلاج. ومـن المواقـف التـي أتذكرهـا موقـف سـارة البيـات، وهـي متعافيـة قويـة، عندمـا قالـت لي: «أنـت شـجاعة وقويـة، وسـتكملين وسـتقرعين الجـرس».

أثنـاء رحلـة الـعلاج، وفي الأيـام التـي كنـت فيهـا منهكـة أو خائفـة، لم أشـعر بـأي ثقـل، وكنـت أصنـع المحتـوى وفقـا لما يسـمح بـه وقتـي وراحتـي. وفي الأيـام التـي لم أكـن أنشر فيهـا شـيئا، كان المتابعـون يسـألون عنـي ويطمئنـون عليّ.

ومـع أننـي أنهيـت الـعلاج تقريبـا، إلا أننـي مـا أزال أنشر عـن الموضـوع؛ لأن رحلـة المحاربـة مسـتمرة، والتعـافي قـد يسـتغرق وقتـا طـويلا، وأنـا ملتزمـة بدعـم المحاربـات وتوعيـة النسـاء. لـو كانـت هنـاك فتـاة تتابعنـي اليـوم، لـرأت في صـوري وحيـاتي على مواقـع التواصـل امـرأة قويـة وناجحـة، لكنهـا تخفـي خلـف ابتسـامتها خوفـا أو مرضـا أو أزمـة لا يعرفهـا أحـد.

لا تقارني حياتك بالصورة التي ترينها عند غيرك.. لأن خلف كل ابتسامة قد تكون هناك معركة لا نعرفها..

القوة ليست ألا تخافي، بل أن تكملي على الرغم من الخوف، وأن تؤمني بأن المرحلة الصعبة ليست كل قصتك.

زينب أبوديب

”
السرطان أخذ مني الكثيـر..
لكنه علمني قيمة الحيـاة

سارة علي

لم أكن أعلم أن القفزة التي صفقت لها زميلاتي في حصة الرياضة لن تكون أطول قفزة، بل ستكون بداية أطول رحلة في حياتي. كان يوما دراسيا عاديا، وفي حصة الرياضة خضعنا لاختبار يعتمد على القفز لأبعد مسافة ممكنة.

قفزت عاليا ووصلت إلى مسافة بعيدة، ففرحت كثيرا وسط تصفيق الطالبات وابتسامة المعلمة التي أشادت بقفزتي. لكنني شعرت بألم خفيف في الركبة وتجاهلته، إذ كان ألما لا يذكر. ومع مرور الوقت، بدأ يظهر انتفاخ بسيط في منطقة الركبة.

ذهبنا إلى المستشفى، وأخبرونا أنها كدمة عادية تحتاج إلى وضع الثلج فقط، لكنهم لم يجروا أشعة. وبعد مرور أسبوعين، ذهبنا إلى المستشفى مرة أخرى. هذه المرة أجروا الأشعة ولاحظوا وجود شيء غريب، وقالوا إنه كسر. وحولوني إلى قسم الطوارئ في مستشفى آخر، حيث أخبرونا أن الكسر قد التأم بصورة خاطئة، وأنه يجب إجراء عملية يتم فيها كسر الرجل وتجبيرها من جديد حتى تلتئم بصورة صحيحة. تم تحويلي إلى طبيب عظام، وتم تجبير الرجل. وبعد فترة، أزالوا الجبيرة. وفي تلك الفترة، أصبحت مرتبطة بمواعيد كثيرة، وأجريت لي فحوصات وأشعة عدة، لكن الألم في رجلي كان يزداد، وكذلك الانتفاخ. لم أكن قادرة على المشي، وكنت أعرج، ولم أعد أستطيع النوم من شدة الألم.

استمر الأمر أربعة أشهر، إلى أن أخبروني بأنه ورم. ما زلت أتذكر تفاصيل ذلك اليوم، فقد أخبر الطبيب والدتي أمامي، فانصدمت، وكنت أراقب ملامح وجه أمي الممتلئة بالخوف والصدمة. لم أكن أعرف ماذا يعني ذلك، فسألتها: ماذا يعني هذا؟ لكنها كانت في ذروة صدمتها، فلم تجبني، وكانت تتحدث مع الطبيب.

ومباشرة، بحثت عن معنى كلمة «ورم». وما إن قرأت معناها حتى شعرت بصدمة لم أكن مستعدة لها. عندها فهمت لماذا كان وجه أمي خائفا إلى ذلك الحد. أخبرت والدتي والدي، الذي لم يقتنع بالتشخيص ولم يصدقه، فأخذني إلى مستشفى خاص آخر. أجريت لي الأشعة وجميع الفحوصات، وأكدوا وجود الورم، ثم حولني طبيب العظام إلى طبيب أورام، بعدما تبين أن الورم في العظام.

كان العلاج غير متوافر في البحرين بذلك الوقت، فقرروا أن أتلقى العلاج في الخارج، واختاروا الأردن، في مستشفى خاص لعلاج السرطان. أخبرتني عائلتي أن السفر سيكون بعد أسبوعين، فبدأنا تجهيز كل الأمور اللازمة، حتى جاء موعد السفر.

وحين وصلنا إلى المستشفى، أخذت مني خزعة، وتم تجبير رجلي. وبعد استكمال الفحوصات، أخبرونا أن الورم خبيث، وأن العلاج قد يستغرق ثلاثة أشهر.

شرح الطبيب جميع تفاصيل خطة العلاج والأعراض المتوقعة، وأخبرني أن شعري سيتساقط. حين سمعت ذلك، لم أهتم كثيرا ولم أشعر بالضيق، بل ضحكت. ربما لأنني لم أكن قد استوعبت الأمر.

كل ما يشغلني وقتها كان التخلص من الألم وبدء العلاج..

وبدأت أول جرعة من العلاج الكيميائي، وكانت الأعراض خفيفة في البداية، وكان يفصل بين كل جرعة وأخرى أسبوعان. وبعد مرور الأسبوعين، بدأ شعري بالتساقط، فكلما استحممت أو سرحت شعري، تساقط المزيد منه، وكان الأمر مزعجا ومؤلما جدا.

وعندما ذهبت إلى المستشفى لتلقي الجرعة الثانية، أخبرتهم بما يحدث، فأعطوني ماكينة حلاقة، وحلقت شعري بالكامل. ومع كل شعرة كانت تسقط، كنت أشعر وكأن ذكرى تسقط معها، وكأن الأيام نفسها تتساقط واحدة تلو الأخرى. ومع ذلك، كنت أضحك مع كل شعرة تسقط. ربما لم أكن أريد الاعتراف بذلك الواقع الذي تجسد أمامي، فكانت الضحكات أقوى ما أملك في تلك اللحظة.

وفي الجرعة الثانية، أعتقد أنهم لم يضعوا سوائل كافية بعد الجرعة، فأصبحت أتقيأ كثيرا. وبعد فحوصات الدم، تبين أن هناك مشكلة في الكبد أو الكلية، ولا أتذكر بالضبط أيهما، فحولوني إلى العناية المركزة، حيث أصبت بفيروس بسبب ضعف مناعتي الشديد.

كنت أقضي معظم وقتي في العناية المركزة نائمة؛ لأنني كنت أخاف أن أستيقظ ويبدأ بطني يؤلمني. لم أكن آكل إلا قليلا، وحتى ما كنت أتناوله كنت أتقيأه، إلى أن توقفت عن الأكل والشرب تماما. ومكثت في العناية المركزة تسعة أيام، حتى تعافيت.

أصبت بسوء تغذية، وأعطوني حليبا، لكنني لم أكن أحبه ولا أشربه. حتى رائحة الطعام والكيميائي لم أكن أتحملها، وكنت أستفرغ بسببها. ومجرد رؤية الكيميائي كانت تجعل بطني يؤلمني. لذلك، لم أكن آكل إلا أكلا خفيفا. كانت الأعراض التي تأتيني بعد الجرعة شديدة جدا؛ لأن جسمي كان حساسا للغاية، فتأخر علاجي كثيرا، وأصبحت المدة بين الجرعات تتجاوز الأسبوعين.

وبصراحة، عندما كان يحين موعد الجرعة، كنت أهرب إلى النوم. كان بطني يؤلمني، وكنت أحاول أن آكل ولو شيئا خفيفا، لكنني كنت أعرف أن الأعراض ستشتد بعد الجرعة. وأحيانا لم أكن أنام فعلا، بل كنت أغمض عيني فقط حتى لا أشعر بالكيميائي، وينتهي بسرعة وأرتاح منه.

وعندما جاء موعد العملية التي سيزيلون فيها الورم، كنت متحمسة جدا، وكنت آمل أن أتخلص من كل هذا الألم والجحيم، وأن تتحسن أموري بعدها. وكانت العملية عبارة عن تبديل مفصل، وصادف موعدها يوم عيد ميلادي نفسه، وكأن ميلادي هذه المرة لم يكن ليحتفل بعام جديد من عمري، بل ليعلن بداية حياة جديدة.

وأنا في العناية المركزة، جاء اختصاصي العلاج الطبيعي مباشرة، وبدأ معي تمارين خفيفة للكاحل. وكانت العملية ناجحة، ومكثت أسبوعا في العناية المركزة، ثم نقلت إلى غرفة عادية. وكان اختصاصي العلاج الطبيعي يزورني يوميا، وكان من الضروري أن أمشي. كنت أبكي من شدة الألم، لكنني واصلت، حتى بدأت رجلي تلتئم.

وبعد ذلك حان موعد إزالة الغرز، فأزالوها، ثم أصبحت لدي مواعيد منتظمة للعلاج الطبيعي، وكنت أكرهه كرها شديدا. كنت أعتقد أنني انتهيت من العلاج وأننا سنعود إلى البحرين، لكنهم صدموني عندما أخبروني بأنه يجب أن آخذ جرعات وقائية أخف. أخذت هذه الجرعات وأنهيت علاجي بالكامل، وأصبح بإمكاننا العودة إلى البحرين. وقد استغرقت فترة العلاج سنة ونصف السنة. كانت أمي أكثر من تحمل عناء هذه المرحلة معي، لأنني كنت آخذ الأدوية بصعوبة، وكنت أرفضها باستمرار.

وطوال الطريق كنت متعبة، حتى وصلنا إلى المنزل. وفي اليوم التالي، أخذوني إلى قسم الطوارئ في المستشفى، وتبين أن لدي تمزقا في أربطة الكاحل، فتم تجبيره حتى تعافيت. ثم عدت إلى العلاج الطبيعي، وبدأت أتعافى بعد رحلة العلاج من السرطان، مع ضرورة المتابعة وإجراء الأشعة بشكل دوري للتأكد من أن الأمور على ما يرام، وأن المرض لم يعد. حين علمت بتمزق أربطة الكاحل، انتابني شعور غريب، مزيج من الخوف والقلق، وكأن هذه الساق من ذهب، أخشى عليها حتى من خدش بسيط، وكل ما أريده ألا تعيدني إصابتها إلى بداية الرحلة. فقد اجتزت هذه الرحلة بصعوبة، وعشت خلالها لحظات أغرقتها الدموع في قبضة حزن هائل وقلق شديد.

أصبحت حياتي أفضل من قبل بمراحل، وأستطيع القول إنني عدت إلى حياتي الطبيعية، مع وجود بعض الصعوبات، إذ لا أستطيع ثني ركبتي بشكل كامل، وأتعب عندما أمشي، وما زالت رجلي تؤلمني. لكن بعد كل ما مررت به، استوعبت أشياء كثيرة، وأدركت أنني تغيرت إلى الأفضل.

أحيانا أخاف من عودة المرض، لكنني في الوقت نفسه أقول إن أي شيء سيحدث سيكون خيرا لي؛ لأنه من أقدار الله. وقد قربني المرض من أسرتي أكثر، فعندما سافرت للعلاج في الخارج، وفي دولة أخرى، شعرت بقيمتهم أكثر، وأدركت كم كان وجودهم إلى جانبي مهما. لم أعرف قيمة قربهم كما عرفتها حين ابتعدت عنهم للعلاج.

لم تكن تلك القفزة التي بدأت بها قصتي مجرد قفزة في حصة الرياضة..

كانت قفزة إلى حياة لم أكن أعرفها. أخذ السرطان مني الكثير، لكنه علمني أن أرى ما لدي من نعم، وأن أقدر الحياة أكثر.

سارة علي

”
حين انتهت رحلة ابنتي سارة..
بدأت رحلتـــي

فاطمة عيسى

كنا نستعد للعودة إلى البحرين بعد أشهر طويلة من العلاج. كانت ابنتي سارة تقترب من التعافي من سرطان العظام، وكنت أظن أن رحلتنا مع السرطان شارفت على النهاية. في تلك الأيام، وقبل أيام من العودة، بدأت أشعر بوخزات صغيرة في صدري. لم أكن أعلم أن نهاية رحلة سارة ستكون بداية رحلتي أنا.

كانت حياتي تسير كأي ربة منزل ترعى أسرتها وتؤدي مسؤولياتها على أكمل وجه، وما زالت كذلك حتى اليوم. كان كل طموحي أن أربي بناتي وابني على أحسن صورة، فهم مشروع حياتي والخط الأحمر الذي لا أرضى بتجاوزه. ست بنات وابن واحد هم كل ما أملك في هذه الدنيا، وهم العين التي أبصر بها، أمنحهم كل وقتي واهتمامي. لذلك كان مرض ابنتي الصغرى سارة من أصعب ما مررت به في حياتي.

فليس هناك أقسى من أن ترى ابنتك تتألم في قبضة مرض متوحش يرمز له دائما بالموت. السرطان اسم مرعب، وأول ما ينطق به ترتسم أمامك ملامح الموت والفقد. كانت لحظات قاسية وأنا أشاهد ابنتي تعاني من أحد أعتى أمراض العصر. خضت معها تجربة السرطان، وشاركتها الألم والدمعات، وسهرت معها، وكانت هي من تمدني بالقوة والصبر، لا أنا. وكنت شاهدة على بشاعة المرض، فقد كانت تعاني من سرطان العظام.

كنت أهتم بصحتي، ودائما ما أجري الفحص الذاتي للثدي، فقد تلقيت تدريبا عليه من قبل. ومع فعاليات الشهر الوردي سنويا، كنت أستثمر الفعاليات المصاحبة لها، لذلك كنت ملمة بتفاصيل سرطان الثدي. وعلى الرغم من أن هذه الفحوصات دورية، إلا أنها كانت تذكرني دائما بإمكان إصابتي به يوما ما، لذلك لم أكن أتوانى عن إجراء الفحص. ظل هذا الشعور يلاحقني، ويتضخم القلق مع كل فحص. كنت قريبة من السرطان من خلال تجربة ابنتي، وعشت تفاصيله معها، وكنت شاهدة على بشاعته.

وفي الوقت الذي كنت أرافق فيه ابنتي سارة أثناء رحلتها العلاجية مع سرطان العظام في الأردن، وتحديدا في آخر شهر من علاجها، كنا نستعد للعودة بعد رحلة قاسية مع السرطان، وكانت سارة تقترب من التعافي وتنهي قصتها مع المرض.. عندها بدأت أشعر بوخزات في صدري.

كانت وخزات أيقظت القلق والخوف بداخلي، فلم أستبعد أن يكون لدي ورم، ولم أتفاجأ أو أصدم، فقد كانت صدمتي مع مرض ابنتي أكبر وأشد. وعندما أجريت الفحص الذاتي، وجدت كتلة خشنة ومؤلمة. في البداية ظننت أنها قد تكون كيسا دهنيا أو ورما، فحبست ذلك القلق في داخلي وأخفيته حتى عودتي إلى البحرين من رحلة علاج ابنتي. وعندما عدت، توجهت إلى المركز الصحي وطلبت إجراء فحوصات مستعجلة.

كانت ابنة أخ زوجي طبيبة، وكانت تتابع نتائجي أولا بأول، وكنت أترقب منها الخبر. ومع كل اتصال منها، كانت تسبقها دقات قلبي، وتحبس الأنفاس، وأنا أترقب نتيجة الفحوصات، حتى جاء ذلك الاتصال الذي أخبرتني فيه بصوت هادئ جدا: «فاطمة، إن الله يحبك ويختبر صبرك وقوة إرادتك. النتيجة تبين وجود ورم، ولكن لا أعلم إن كان حميدا أو خبيثا، وهذا الورم له علاج ناجح في البحرين، وقد تعافى منه كثيرون»، وحرصت على طمأنتي.

عرفت النتيجة قبل ذهابي إلى الطبيبة المشرفة على علاجي، لكنني لم أخبر عائلتي بذلك، ولم أتفاجأ بالأمر؛ لأنني كنت أتوقعه. وبالرغم من الاستعداد النفسي، إلا أن أول شعور اجتاحني عندما سمعت كلمة «سرطان» كان شعورا مضطربا بقرب الرحيل عن الدنيا، ومفارقة الأحباب، وملاقاة الله. لم يكن خوفي على نفسي وحدها، بل على أبنائي وبناتي أيضا. كنت أفكر: ماذا لو رحلت قبل أن أطمئن عليهم جميعا؟

وبالرغم من الطمأنينة التي رافقتني والتسليم، فإن كل ذلك انهزم أمام كلمة «سرطان». لم يكن ذلك استسلاما، بل كان شعورا حقيقيا وعفويا، فأنت تواجه

السرطان، لا مرضا آخر، ومن حقي أن أخاف وأقلق، وأنا للتو خارجة من تجربة ابنتي. بدأت رحلة العلاج باستئصال الورم جراحيا، ثم خضعت للعلاج الكيميائي، وبعده للعلاج الإشعاعي. أما الآن، فأنا في مرحلة العلاج الهرموني الوقائي، الذي سيستمر لمدة خمس سنوات. من الناحية الجسدية، ما زالت بعض الآلام موجودة، وأتعايش معها. أما من الناحية النفسية، فإن التوكل على الله والثقة به يمداننني بالقوة.

لم أكن خائفة من إجراء العملية، بل كنت مستبشرة خيرا بالتخلص من الورم. لكن أكثر ما أتعبني كان العلاج الكيميائي، فقد أنهك جسدي وأبعدني عن المجتمع الخارجي بسبب ضعف المناعة. ومع ذلك، لم أستسلم، بل واصلت ممارسة أعمالي المنزلية والطبخ كعادتي، خصوصا أنني كنت ممنوعة من تناول الطعام من المطاعم. كانت أصعب اللحظات هي العزلة عن المجتمع بسبب ضعف المناعة بعد العلاج الكيميائي. فقد أتعبني العلاج كثيرا، وبقي ذلك الشعور عالقا في ذاكرتي؛ لأنني أحسست وكأنني أعيش في وحدة جبرية. كانت الأيام تتشابه، والزيارات تقل، والصمت يطول، حتى شعرت أحيانا أن الزمن نفسه يتحرك ببطء.

مررت بلحظات شعرت فيها بالضعف والخوف والرغبة في الاستسلام، فالحالة النفسية للمريض تتغير من يوم إلى آخر، لكن توكلي على الله وإيماني بأنه معي دائما دفعاني إلى تجاوز كل ما مررت به. وفي مرحلة من المراحل، شعرت أن بعض من حولي لا يفهمون حقيقة ما أمر به. نعم، شعرت بذلك عندما واجهت مشكلة معينة، ولم أجد الاهتمام الذي كنت أحتاج إليه، مما زادني تعبا. لكنني تعاملت مع الأمر بتفويض أمري إلى الله.

في المقابل، كان ابتعاد بعض الأشخاص الذين كنت أعتز بهم من أكثر ما أحزنني في تلك الفترة. لم أجد منهم القرب الذي كنت أحتاج إليه، بل شعرت بجفاء في تعاملهم، وكأنهم يخشون أن يصيبهم ما أصابني. كنت أحتاج إلى أبسط الأشياء، كلمة طيبة، سؤال عن حالي، أو حضور يشعرني بأنني لست وحدي في هذه الرحلة. لكن بعضهم اختار الابتعاد، وتركني أواجه إلى جانب المرض شعورا آخر لم أكن أتوقعه: أن تخسر قرب أشخاص كنت تظن أنهم سيكونون إلى جانبك حين تحتاج إليهم. سرطان الثدي لا يمس الجسد فقط، بل قد يمس صورة المرأة عن أنوثتها أيضا.

في بداية الأمر، شعرت بشيء من النقص كامرأة، فالمريض في تلك المرحلة قد ينفر من أشياء كثيرة، لكنني تجاوزت ذلك ولله الحمد. واحتجت إلى وقت لأتصالح مع التغيرات الجسدية التي خلفها المرض والعلاج، فليس من السهل على أي

مريـض أن يتقبـل شـكلا مختلفـا عـن الشـكل الـذي اعتـاد عليـه. فـحين يتـغير شـكل الإنسـان فجـأة، لا يـخسر جـزءا مـن ملامحـه فقـط، بـل يحتـاج إلى وقـت ليعيـد اكتشـاف نفسـه مـن جديـد.

الـجمال نعمـة ربانيـة يهبهـا اللـه لمـن يشـاء، فهـو جميـل يحـب الـجمال. وربمـا كانـت تجربـة سـارة هـي مـا خفـف عنـي كـثيرا. فبعـد أن كنـت أرافقهـا في رحلـة الـعلاج وأشـد مـن أزرهـا، أصبحـت هـي مـن تمـدني بالقـوة. كانـت تذكـرني دائمـا بـأن الأيـام الصعبـة تمضي، وأن الألم مـهما طـال لا يبقـى إلى الأبـد. مـا اكتشـفته في نـفسي خلال هـذه التجربـة هـو أننـي أسـتطيع مواجهـة هـذا المـرض والانتصـار عليـه. لقـد أخـذ منـي السرطـان الغـرور الـذي كنـت أظنـه في قـوة الجسـد والصحـة، وأضـاف إلي القـوة والتـوكل على اللـه.

كما غيرت التجربـة نظـرتي إلى الجسـد والوقـت والحيـاة. فكلهـا هبـات تسـتحق شـكر اللـه عليهـا والتمتـع بهـا بمـا يرضيـه. شـعرت أننـي ولـدت مـن جديـد بعـد التعـافي، فتعـافي الإنسـان مـن أي مـرض هـو ولادة جديـدة. وكل يـوم يسـتيقظ فيـه الإنسـان وهـو يتمتـع بصحتـه هـو هبـة جديـدة مـن اللـه. بعـد التجربـة أصبحـت أرى التفاصيـل الصـغيرة بنظـرة مختلفـة، صباحـا هادئـا، وضحكـة أحـد أبنـائي، ويومـا يمـر دون ألم... كلهـا نعـم لا تقـدر بثمـن. التعـافي هـو هبـة ربانيـة يمنحهـا اللـه لمـن يشـاء.

حيـاتي مسـتقرة بعـد التعـافي، ولعـل أبـرز مـا تـغير فيهـا أننـي لم أعـد أشـكو أمـري لأحـد غير اللـه، ولا أبـث حـزني لسـواه. أمـا حيـاتي اليوميـة، فأعيشـها بشـكل طبيعـي كما كنـت في السـابق، وكأن شـيئا لم يكـن. ولا أكـذب إذا قلـت إننـي مـا زلـت أخـاف مـن عـودة المـرض، فالتقـدم في العمـر يـغير قـدرة الإنسـان على تحمـل المـرض، وتضعـف المناعـة مـع مـرور السـنوات، خصوصـا أننـي رأيـت كـثيرات عـاد إليهـن المـرض مـرة أخـرى.

لو أعطيت ميكروفونا لمرة واحدة لأتحدث إلى العالم عن تجربتي لقلت: عيشوا حياتكم بصحة.. فهي أغلى ما تملكون.. ولا تهملوا أنفسكم

خطوتي المقبلة هي كتابة قصتي..

ليس لأنني أبحث عن استعادة ما مررت به، بل لأنني أؤمن أن كل تجربة نجاة تحمل في داخلها نورا قد يضيء طريق امرأة أخرى. وأتمنى أن تصل رسالتي لكل امرأة تمر بالخوف نفسه؛ لتعرف أن ما يبدو مستحيلا اليوم قد يصبح غدا قصة تعافٍ تروى.

فاطمة عيسى

عودتـي
إلى الحيـاة

حمود جاسم

حين عدت من شهر العسل، وكان لم يمضي على زواجي أربعة أشهر، كنت أعتقد حينها أنني أبدأ أجمل مراحل حياتي، ولم أكن أعلم أن رحلة أخرى كانت بانتظاري، رحلة ستقودني بين المستشفيات وغرف الفحوصات، وتنتهي بمواجهة لم أتخيل يوما أن أخوضها، مواجهة ستغير حياتي إلى الأبد.

قبل ذلك، كانت حياتي مليئة بالأنشطة الثقافية والتطوعية. وكنت شخصا رياضيا أمارس الرياضة بانتظام، وأسعى إلى تطوير نفسي علميا ومهنيا بالحصول على الشهادات الاحترافية في مجال تخصصي. كنت شابا في بداية حياتي العملية والجامعية، منخرطا في الفعاليات الشبابية والأنشطة الطلابية والأعمال التطوعية، وممتلئا بالأحلام والخطط للمستقبل.

بعد سنتين من العمل قررت الزواج، وكنت أرى أن حياتي تمضي في الاتجاه الذي رسمته لها. لكن بعد عودتي من شهر العسل بدأت حكايتي مع السرطان، في الوقت الذي كنت أفتح فيه صفحة جديدة من حياتي.

وجدت نفسي أمام تحد غامض لم أفهمه في البداية، وكانت معلوماتي عن السرطان لا تتجاوز ما أسمعه أو أقرأه في وسائل الإعلام. كان عالما جديدا تماما بالنسبة لي، ولم أكن أعرف شخصا مقربا سبق أن خاض هذه التجربة.

ومنذ تلك اللحظة بدأت رحلة استمرت ستة أشهر بين المستشفيات، في محاولة للوصول إلى تشخيص واضح لحالتي. في يوم عادي شعرت بأعراض الإنفلونزا، فاستأذنت من العمل وذهبت إلى المستشفى. أخبروني بأنها إنفلونزا موسمية، ولكن عندما وضعت يدي على رقبتي شعرت بشيء جديد، انتفاخ يمكن تحسسه باليد ولا يرى بالعين.

ابتسم الطبيب وقال إن التهاب الغدد اللمفاوية أمر شائع، وطلب مني ألا أقلق، مؤكدا أن الأمر سيختفي بغضون أسبوعين.

مر الأسبوعان، لكن الأعراض لم تخف، بل ازدادت. استمرت الحرارة والزكام والشعور بالتكسر، وعدت إلى العمل، إلا أن الأعراض بدأت تتغير. كما أن الانتفاخ الذي كنت أتحسسه بيدي أصبح بارزا ويمكن ملاحظته، وبدأت العائلة تشعر بالقلق، على الرغم من استبعاد فكرة السرطان في ذلك الوقت.

ومع مرور الأيام كانت الأعراض تزداد، وأصبحت الغدة أكبر حجما حتى وصلت إلى نحو 7 أونصات، فيما دخلت الأعراض مرحلة متقدمة، مع استمرار الحمى والتعرق الغزير.

استشرت سبعة أطباء، وكان لكل طبيب رأي مختلف، فدخلت في متاهة من الغموض. وبحكم كوني شخصا مثقفا، بدأت أبحث في «غوغل» وأقرأ الدلالات والمؤشرات المختلفة. وبعد خمسة أشهر من استمرار الأعراض وتزايدها بشكل متصاعد، منذ شهر سبتمبر حتى نوفمبر، بدأت مرحلة الإرهاق.

بدأ وزني ينخفض، وضعفت صحتي، واستمرت الأعراض في التفاقم، وأصبحت أضطر إلى الاستئذان من العمل بشكل متكرر. عندها بدأ الأمر يثير قلقي أكثر، وشعرت بأن الموضوع أصبح جادا وخطيرا. استشرت عددا من الأطباء، إلى أن أخبرني بعضهم بأن حالتي تستدعي اهتماما أكبر.

دخلت في سلسلة طويلة من الفحوصات، كل فحص يقودني إلى فحص آخر، حتى وصلت إلى أخذ خزعة. وأظهرت النتائج وجود أمر خطير، لكن لم يتم تشخيصه بدقة. كنت أراجع قسم الطوارئ بصورة شبه يومية، وكانت حرارتي مرتفعة إلى درجة أن من حولي كانوا يسمعون رجفتي وأنا جالس على الكرسي. وعلى الرغم من الفحوصات المتكررة، إلا أن الأطباء لم يتمكنوا من تحديد المشكلة.

ومع استمرار الأعراض وتفاقمها، نومت في المستشفى لمدة أسبوعين، وكانت

الأعـراض مخيفـة. كما أن الربـو الـذي أعـاني منـه منـذ الصغـر عـاد بصـورة أشـد. ومـر عليّ أكثر مـن طبيـب، وكانـت توصيـة الجميـع أن أسـافر إلى الخـارج؛ لأن كل القـراءات والفحوصـات كانـت تعطـي مـؤشرات مختلفـة.

اخترت الولايـات المتحـدة الأميركيـة، وبـدأت إجـراءات السـفر، وجهـزت التـأشيرة وأنـا على سريـر المستشـفى، حتـى أن صـورة التـأشيرة التقطـت لي داخـل جنـاح المستشـفى، وكانـت تلـك أول رحلـة لي خـارج البحريـن بحثـا عـن إجابـة.

خرجـت مـن المستشـفى لمـدة يـوم واحـد فقـط لأخـذ حاجيـاتي وترتيـب أمـوري، وخلال يـومين تـم التنسـيق بين وزارة الصحـة والسـفارة، ثـم سـافرت إلى الولايـات المتحـدة الأميركيـة، ومـن المطـار نقلـت مبـاشرة إلى المستشـفى، ودخلـت الجنـاح فـورا.

لم يكـن بين المـرضى أحـد في مثـل عمـري، فجميعهـم كانـوا مـن كبـار السـن. وعندمـا بـدأ الفريـق الطبـي إجـراء الفحوصـات، كانـت عروقـي منهكـة مـن كثرة سـحب الـدم، حتـى لم تعـد هنـاك عـروق مناسـبة لذلـك.

وبعـد نحـو ثلـث سـاعة مـن المحـاولات، تمكنـوا مـن سـحب عينـة الـدم. وكان برفقتـي والـدي وزوجتـي. وبعـد سلسـلة مـن الفحوصـات، وعندمـا اطلعـت على ملـف الفحوصـات، وجـدت مـن بينهـا صـورة أشـعة سـينية (X-ray)، فاسـتغربت؛ لأننـي أجريـت هـذا الفحـص مـرات عديـدة في البحريـن. وفي اليـوم الثالـث، دخـل عليّ الفريـق الطبـي، وكان يضـم أكثر مـن أربعـة أطبـاء يتناقشـون بشـأن حالتـي.

وبعـد أربعـة أيـام، أخبروني بالتشـخيص: سرطـان البلعـوم الأنفـي في المرحلـة الرابعـة.

كانـوا يسـتخدمون مصطلحـا طبيـا غريبـا، وكنـت مـا أزال متفـائلا، وظننـت أنـه نـوع بسـيط مـن السرطـان، وأننـي سـأعود إلى البحريـن بعـد أسـبوعين. فسـألت الطبيبـة: «هـل تقصديـن سرطانـا؟»، فأجابـت: «نعـم، للأسـف».

ومـع أننـي كنـت مهيـأ نفسـيا إلى حـد مـا نتيجـة البحـث الـذي قمـت بـه، فإننـي كنـت أتوقـع نوعـا آخـر مـن السرطـان، هـو «هودجـكين». وبعـد خـروج الطبيبـة، بـدأت رحلـة جديـدة مـن البحـث عبر جهـاز الحاسـوب المحمـول، وكانـت معظـم المـؤشرات والعلامـات تـدل على التشـخيص الـذي أخبروني بـه.

لا أخفيكـم أننـي حاولـت أن أبـدو هادئـا أمـام زوجتـي ووالـدي؛ لأننـي كنـت أعلـم أن انهيـاري سـيجعل مـن حـولي ينهـارون أضعـاف مـا أشـعر بـه. فقـد كنـت أحمـل في

داخلي صورة ثقافية سائدة عن السرطان، ارتبطت في ذهني بمشهد النهاية والموت.

كان تلقي الخبر صدمة. وهو شعور طبيعي لأي إنسان يتلقى خبر إصابته بمرض كهذا، خصوصا أننا نحمل صورة ثقافية سلبية عن السرطان. كنا نسمع عنه، لكن عندما أصبت به، وجدت نفسي أمام مجموعة من الأفكار المتداخلة، بين السلبية والإيجابية، وكانت السلبية هي الغالبة.

كنت أنظر إلى زوجتي، التي لم يمض على زواجنا سوى أسابيع، وأحاول أن أتخيل كيف سأخبرها أنني مصاب بالسرطان. وتبادرت إلى ذهني أسئلة كثيرة: كيف ستكون حياتنا؟ ماذا عن العمل والأهل؟ وماذا عن أمنياتي وتطلعاتي التي كنت أخطط لها؟

كان سرطان البلعوم الأنفي في المرحلة الرابعة، وكان قد انتشر إلى الغدد اللمفاوية والصدر. وكانت الخطة العلاجية تعتمد على العلاج الكيميائي والإشعاعي، وكانت الأدوية قوية في محاولة لكبح المرض، لذلك كانت الآثار الجانبية صعبة وجديدة عليّ.

دائما ما كنت أستعين بالله رب العالمين، عز وجل، أولا وأخيرا، وأدعو ربي أن يقويني ويصبرني ويعينني على تجاوز هذه المرحلة، وهو نعم المولى ونعم المعين.

أما تساقط الشعر، فلم يؤثر فيّ كثيرا، إذ بدا أمرا بسيطا مقارنة بالآثار الجانبية الأخرى التي كنت أعيشها. وربما يكون لتساقط الشعر أثر مختلف على المرأة، لأنه قد يرتبط لديها بجانب من أنوثتها. كنت شخصا رياضيا أستطيع الجري لمسافة عشرة كيلومترات، لكنني مع المرض أصبحت أعجز عن تجاوز عشرة أمتار دون أن أشعر بالتعب.

قلت حركتي كثيرا، وأصبحت أتعب من أقل مجهود، وكنت أشعر وكأنني ورقة تحركها الرياح. أما الغثيان، فكان شعورا يصعب وصفه بالكلمات، إلى جانب الطعم الغريب الذي كان يلازمني في فمي. ومع ذلك، كنت أحرص على التمسك بالمشاعر الإيجابية والتفاؤل لمواجهة هذه المرحلة.

ومع كل جرعة علاج، كانت الأعراض تزداد، لكنني كنت أتعلم التكيف معها تدريجيا. اختل توازن جسدي، وظهرت أعراض جديدة باستمرار، حتى أنني كنت أشعر أحيانا وكأن جلدي يحترق ويتساقط، كما تأثرت الغدد اللعابية. كنت أتلقى العلاج

الكيميائي والإشعاعي، واستمرت رحلة العلاج تسعة أشهر، وكان أهلي يذكروني بالله دائما.

كنت أحرص على التغلب على شعور الانهزامية والتكيف مع الظروف، مهما كانت صعوبتها. حدث اختلال في حاسة التذوق، فأصبحت أجد المالح حامضا، والحلو مرا. كنت آكل الدجاج وكأنني آكل البرتقال، وأجد طعم الشوكولاتة كالملح.

ومع ذلك، تعاملت مع هذه التغيرات بروح مرحة، حتى اختفت حاسة التذوق تماما.

عندما أرى الخوف والحزن في عيون زوجتي وأهلي، أشعر بمسؤولية كبيرة تجاههم، وأحرص على ألا أضعف أمامهم. وكان التحدي يزداد يوما بعد يوم، فكلما حاولت التعايش مع مرحلة معينة، وجدت نفسي أمام مرحلة أصعب منها، حتى وصلت إلى عدم القدرة على البلع بسبب تأثير العلاج الإشعاعي، وانخفض وزني إلى مستويات مخيفة.

كانت التحديات تأتي بأشكال لم أتوقع يوما أن أمر بها أو أستوعبها. وأخبرني الأطباء أنه إذا لم أتمكن من تناول الطعام، فسيضطرون إلى تركيب أنبوب للتغذية. ووصلت إلى مرحلة أصبحت فيها أتغذى عن طريق أنبوب.

كنت أحاول أن أنهي العلاج بسرعة وأعود إلى البحرين، لكن كلما ظننت أنني اقتربت من النهاية، وجدت نفسي أمام تحد جديد، ولم أكن أعرف كيف سأتعامل مع كل مرحلة.

وقبل انتهاء الجرعات العلاجية، بدأت مناعتي تنخفض، وأصبحت نتائج الفحوصات مقلقة، واشتبه الأطباء في أنني أصبت بنوع آخر من السرطان. أعطوني مدة أسبوعين للراحة من دون علاج، ثم عدت إلى الفحوصات، لكن النتائج لم تتغير.

كنت دائما أستعين بالله عز وجل أولا وأخيرا.. وأدعوه أن يقويني ويصبرني ويعينني على تجاوز هذه المرحلة وهو نعم المولى ونعم المعين

أرسلوني إلى طبيب متخصص في أمراض الدم، وكنت أطمح إلى العودة إلى البحرين، لكنه طلب أخذ عينة من نخاع العظم دون تخدير، وكان ذلك مؤلما. كان هناك اشتباه في أن السرطان انتقل إلى الدم، وربما إلى اللوكيميا، وكانت فحوصات الدم تشير إلى ذلك.

وبعد شهر، وبعد إجراء الفحوصات للتأكد من خلو الخلايا السرطانية، أجريت فحص PET Scan. وأعطتني الطبيبة بريدها الإلكتروني ووسيلة للتواصل معها، فتواصلت معها وسألتها عن النتيجة. كنت أترقب الإجابة بشدة.

وعندما دخلت موعدي مع الطبيبة، لم تكن قد اطلعت على النتيجة بعد. وبعد أن شاهدتها، أدارت وجهها وقالت إنهم كانوا يتوقعون أن يقولوا لي: «خذ استراحة لنبدأ الخطة ب»، لكن الله سبحانه وتعالى شفاني.

كان شعورا لا يوصف. لم أكن أعرف ماذا أفعل، وشعرت برغبة في القفز من شدة الفرح. ورزقنا الله الشفاء، لكنني أدركت أن ذلك لا يعني أن الرحلة انتهت، فالعلاج رحلة طويلة، ولم أكن أعتبر نفسي شفيت تماما إلا بعد سنوات من المتابعة والفحوصات.

كانت السنوات الخمس التالية مرحلة من الانتظار والمتابعة، وكنت خلالها أمر بأعراض غريبة وعجيبة، مثل انخفاض الوزن وغيرها. وكنت أعيش على أمل أن تمر هذه السنوات بسلام، وأن تؤكد المتابعة الطبية استمراري في التعافي.

لكن مرحلة ما بعد العلاج كانت رحلة أخرى. كنت مرهقا نفسيا، وما مررت به كان كبيرا جدا. فمنذ مرحلة التشخيص وحتى انتهاء العلاج، كنت أعيش بين دهاليز المستشفيات، وهذا لم يكن أمرا سهلا.

كنت أسمع كلاما جديدا لم أعتد عليه، وأواجه احتمالات كانت تهزني. ومع ذلك، كنت أستمد قوتي من الله، ومن إيماني بالقضاء والقدر.

شعرت وكأنني رأيت العلم الأسود والأبيض في نهاية السباق..

بعد ذلك، بدأت أنشط في مجال التوعية، واكتشفت أن هناك عالما كبيرا لا يحظى بالتغطية والاهتمام الكافيين، عالم يمتد من مرحلة ما قبل المرض، إلى فترة المرض والعلاج، ثم إلى ما بعد العلاج، إضافة إلى دور المجتمع في كل هذه المراحل.

ما اكتشفته هو أن السرطان يمنح كل شخص تجربة خاصة، ويترك فيه أثرا لا يجعله يعود كما كان قبل المرض. وقد منحتني تجربتي منظورا جديدا إلى ذاتي وإلى الحياة وقودا لانطلاقي.

أتذكر أنني استيقظت ذات صباح وفتحت المصحف، فوجدت قوله تعالى: {وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا}. كانت هذه الآية أول ما وقعت عليه عيناي، فاقشعر لها جسدي، وشعرت بدهشة ممزوجة بالاستبشار.

بدت لي وكأنها رسالة مباشرة موجهة إلي، في لحظة أنهكتني فيها أعراض المرض وكادت تزلزل يقيني.

يومها لم أكن أعلم أن تلك الكلمات القليلة سترسم ملامح الطريق الذي سأمضي فيه، وأنها سترافقني في رحلة طويلة بين الخوف والألم والرجاء.

كانت هذه الآية سببا في خروجي من عمق الأفكار والبركان الذي كان بداخلي إلى مساحة من الطمأنينة، وأصبحت منهجي في رحلتي. كانت الآية بالنسبة إلي أشبه بمعادلة، إذا طبقتها وجدت فيها الفوز ووسيلة للنجاة.

كانت رحلة تجرد من معاني الحياة التي اعتدناها، بين حيرة الأطباء وانكسار من حولك من الأهل، في وقت لا يملك فيه من حولك حيلة ولا قوة. وكانت الرحلة بالنسبة إلي تأكيدا لتوحيد الله، وأن ما تقوله ينبغي أن تعيشه، فلا حول ولا قوة إلا بالله.

أنا ممتن لهذه التجربة، وأشكر ربي عليها. أصبحت أرى الحياة بطريقة مختلفة، وخرجت منها بشخصية جديدة، وبهمة وعزم وإصرار. كان المرض يجعلني أقاتل حتى عندما تكون الفرص ضئيلة، ولم يمنعني ذلك من السعي إلى تحقيق أمنياتي.

السرطان أخذ مني بعض الأمور بسبب الآثار الجانبية للأدوية والعلاج، لكنه أضاف إلي الكثير. واليوم أنظر إلى الحياة بجدية أكبر، وأتعامل مع التحديات على أنها ظروف مؤقتة سنتجاوزها بإذن الله. فقد تجاوزنا الكثير، ولذلك أصبحت أرى أن الأمور الصغيرة لن تكون قادرة على التأثير في حياتنا كما كانت تفعل من قبل.

تجربة المرض كانت وقودا لانطلاقي..

وهذا ما جعلني إنسانا أكثر طموحا ومثابرة واجتهادا، وانعكس ذلك على حياتي بالإيجاب. بعد التعافي من السرطان، شعرت بمسؤولية وأمانة تجاه المجتمع والمصابين بالسرطان. فعندما أسمع عن شخص أصيب بالسرطان، أحرص دائما على مساعدته وإعانته على اتخاذ الإجراءات الصحيحة؛ حتى يتجاوز هذه المرحلة من حياته. وأرى أن من أهم الأمور الوصول إلى التشخيص الصحيح للمرض، حتى يتم اختيار العلاج المناسب.

على المستوى الأسري أثر السرطان إيجابا..

والحمد لله، إذ قربني المرض من أسرتي، وأصبحت علاقتنا أكثر قربا وترابطا. وهذا من الجوانب الإيجابية التي خرجت بها من هذه التجربة.

حمود جاسم

أقـوى من الخـوف..
رحلة بين السرطان والفـن

ليلى البسام

كانت حياتي طبيعية.. أعمل، وأمارس الرياضة، وأهتم بتناول طعام صحي، وعلاقتي ببناتي وزوجي من أجمل ما يكون.

وكان آخر منصب شغلته هو مديرة مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري التابع لجمعية نهضة فتاة البحرين. وأنا عضوة في جمعية نهضة فتاة البحرين منذ العام 1975، منذ أن كنت طالبة. وكنت مستمرة في العمل التطوعي، وأسست عددا من المبادرات داخل الجمعية، فقد أسست لجنة البيئة، وشاركت في تأسيس لجنة بيئة مشتركة بين جمعيات المجتمع المدني، كما شاركت مع عضوات من جمعية النهضة في تأسيس مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري بالعام 2007. كما أسست لجنة للمتطوعات ولجنة للشابات، واستقطبت عضوات من خارج الجمعية للعمل في المركز.

في العام 2011، وكنت في ذلك الوقت مديرة لمركز عائشة يتيم، كنت ذاهبة لإجراء فحص عادي. لكن الطبيبة اكتشفت أمرا استدعى تحويلي إلى جراح. فأخذت عينة، وبعد ظهور نتائجها أخبرني الطبيب بإصابتي بسرطان الثدي.

كان أول ردود فعلي الصدمة، وهذا أمر طبيعي. وتبادر إلى ذهني كثير من التساؤلات والحيرة. فهناك أشخاص قد يصابون بهذه الأمراض بسبب التوتر أو المشكلات أو غيرها من الأسباب، أما أنا فكانت حياتي، ولله الحمد، طبيعية جدا. كنت أتناول طعاما صحيا، وكان وزني مناسبا، بل كنت أنحف مما أنا عليه الآن، وأمارس الرياضة، وكانت حياتي مليئة بالنشاط، ولم أكن أعاني من القلق أو التوتر. لذلك استغربت الأمر كثيرا.

واجهت الأمر بشجاعة وتقبلته. وبفضل وقفة عائلتي إلى جانبي، من زوجي وبناتي وأهلي وصديقاتي، استطعت مواجهة هذه المرحلة، وأهم حافز كان القوة الداخلية. أما بناتي فكن أصغر سنا في ذلك الوقت. في البداية لم أرغب في إخبارهن مباشرة، وكنت أود تهيئتهن تدريجيا. لكن بعد أن أجريت العملية أخبرنني بأن من حقهن أن يعرفن. وبعد إجراء العملية، التي كانت ناجحة بفضل الله وأجراها د. عبدالوهاب محمد، بدأت مرحلة العلاج.

أما أهلي فقد تقبلوا الأمر، وكانوا يدعون لي ويقفون إلى جانبي ويوفرون لي كل ما أحتاج إليه، وهذا أمر طبيعي من العائلة. وكذلك كانت الصديقات داعمات ومساندات. في ذلك الوقت كانت بروتوكولات العلاج تختلف عما هي عليه الآن. فاليوم قد يبدأ العلاج بالإشعاع أو العلاج الكيميائي أو الأدوية قبل الجراحة، بحسب الحالة، أما في ذلك الوقت فكانت الجراحة تتم أولا، ثم ننتظر نحو شهرين قبل بدء العلاج الكيميائي.

كان الورم الذي لدي من النوع الشرس، لذلك أخبرني الأطباء بأن العلاج الكيميائي ضروري. فتقبلت الأمر أيضا، وبدأت رحلة العلاج. وكانت الجرعات تعطى كل ثلاثة أسابيع، مع متابعة فحوصات الدم ومستوى الهيموغلوبين، إذ كان من الممكن أن ينخفض بسبب العلاج. فإذا كانت النتائج مناسبة، تعطى الجرعة، وإذا انخفضت المؤشرات، يتم تأجيلها قليلا حتى تتحسن الحالة. واستمرت رحلة العلاج نحو سنة كاملة، حتى انتهت جميع مراحلها. وفي هذه الفترة استقلت من عملي؛ لأنني كنت في مرحلة علاج تحتاج إلى وقت وجهد وراحة.

ومع ذلك، كانت معنوياتي مرتفعة جدا. وعندما بدأ شعري يتساقط، ذهبت إلى الصالون وحلقته بالكامل. وكنت أذهب إلى ممارسة الرياضة بالرغم من فقدان شعري، ولم أكن أحرص على تغطية رأسي عند ممارسة الرياضة. وكانت بعض صديقاتي يتأثرن كثيرا، حتى تدمع أعينهن، ويطلبن مني تغطية رأسي، لكنني كنت أقول لهن: «لماذا أفعل ذلك؟ أنا أمارس الرياضة، والطبيب نصحني

بـألا أغطـي رأسي طـوال الوقـت.. لم أسـمح للمـرض بـأن يسـيطر عليّ، بـل كنـت أنـا المسـيطرة على الوضـع. وبعـد انتهـاء الـعلاج، سـافرت إلى بريطانيـا لإجـراء مراجعـة إضافيـة والاطمئنـان على حالتـي، وأخـذت معـي جميـع التقاريـر الطبيـة. وعندمـا اطلعـت الطبيبـة المتخصصـة هنـاك على ملفـي، أكـدت لي أن البروتوكـول العلاجـي الـذي اتبـع في البحريـن مطابـق للبروتوكـولات العالميـة المعتمـدة، وأن جميـع الإجـراءات كانـت صحيحـة، وأن حالتـي كانـت جيـدة، وللـه الحمـد.

واصلـت إجـراء الفحوصـات الدوريـة لسـنوات طويلـة. وبعـد نحـو ثمـاني سـنوات، وفي إحـدى المتابعـات، اكتشـفت تـغيرات في الثـدي الأيسر لم تكـن سرطانـا، لكنهـا كانـت مـؤشرات أوليـة تسـتدعي التدخـل الجراحـي.

وعندمـا أخبرني الطبيـب بضرورة إجـراء العمليـة، وافقـت على ذلـك، وتـم تحـويلي إلى الجراحـة المختصـة. لكـن مـا جعلنـي أتـردد هـو أنهـا أخبرتنـي بإمـكان اسـتئصال الثـدي بالكامـل. لم يكـن تـرددي نابعـا مـن الخـوف، وإنمـا مـن أن إعـادة البنـاء كانـت سـتتطلب اسـتخدام السـيليكون، ومـا قـد يترتـب على ذلـك مـن إجـراءات ومتابعـات مسـتقبلية، وهـو أمـر لم أكـن مرتاحـة لـه.

لذلـك طلبـت استشـارة مـن طبيـب التجميـل، لكننـي لم أشـعر بالارتيـاح الكامـل، فقـررت الحصـول على رأي طبـي خـارج البحريـن. سـافرت إلى ألمانيـا، وهنـاك عـرض عليّ خيـاران: اسـتئصال الثـدي بالكامـل، أو اسـتئصال المنطقـة التـي تحتـوي على الخلايـا المتـغيرة فقـط. فـاخترت اسـتئصال الخلايـا الموجـودة دون اسـتئصال الثـدي بالكامـل. أجريـت عمليـتين جراحيـتين؛ لأن العمليـة الأولى لم تتمكـن مـن إزالـة جميـع الخلايـا المطلوبـة. والحمـد للـه، كانـت النتائـج ناجحـة.

وبعـد ذلـك، أخبرني الأطبـاء أننـي لا أحتـاج إلى علاج كيميـائي أو هرمـوني، وإنمـا أحتـاج إلى الـعلاج الإشـعاعي فقـط. وعندمـا عـدت إلى البحريـن، عرضـت التقريـر على الطبيـب المعالـج، وخضعـت للـعلاج الإشـعاعي هنـا، ثـم واصلـت الفحوصـات الدوريـة بانتظـام.

لم يترك المـرض أثـرا سـلبيا كـبيرا عليّ، بـل على العكـس. فقـد شـعرت بمـدى محبـة عائلتـي واهتمامهـم وتقديرهـم لي، وكذلـك محبـة صديقـاتي وكل مـن كان حـولي. وكان كـثيرون يقولـون لي إننـي واجهـت الأمـر بشـجاعة، وإننـي لم أكـن كـثيرة الشـكوى. وربمـا يعـود ذلـك إلى أننـي بطبعـي إنسـانة صبـورة، ولسـت ممـن يشـتكي لأبسـط الأمـور.

بعد التعافي، كان الفن من أهم المجالات التي انخرطت فيها، كان لدي اهتمام بالفن منذ فترة طويلة، فقد كنت أزور المتاحف والمعارض الفنية وصالات العرض، وكل ما له علاقة بالفن كان يستهويني، وكنت أحب الاطلاع عليه. لكنني لم أبدأ بممارسته فعليا إلا في فترة النقاهة.

كنت أقضي وقتي في المنزل، فأمارس الرياضة صباحا وأمارس اليوغا، ثم أذهب لتلقي جلسات العلاج الإشعاعي وأعود لأرتاح. وفي تلك الفترة، بدأت أرتب مقتنيات المنزل، فوجدت اكسسوارات وكتبا ومخطوطات قديمة وأشياء متنوعة، وبدأت أوظفها في تشكيل لوحات الكولاج. واستمررت في العمل على هذه التجربة نحو سنتين ونصف تقريبا.

وأقمت معرضي الأول في 22 يناير 2022 بجمعية نهضة فتاة البحرين، وافتتحته الشيخة هلا آل خليفة، مديرة إدارة الثقافة بهيئة الثقافة والآثار سابقا. ومنذ ذلك الوقت، واصلت العمل والتدريب والتعلم. والتحقت بدورة في الكولاج، وكذلك بدورات عن الألوان المائية والأكريليك، ودرست الخط العربي. ومع مرور الوقت، واصلت التدريب، وازداد اهتمامي بالفن أكثر فأكثر. كما شاركت في معرض «المصيف» الذي نظمته جمعية البحرين للفنون التشكيلية بالتعاون مع هيئة البحرين للثقافة والآثار، وأقمت كذلك معرضا صغيرا عن غزة بالتعاون مع الاتحاد النسائي البحريني، ومن هنا بدأت رحلتي الحقيقية مع الفن.

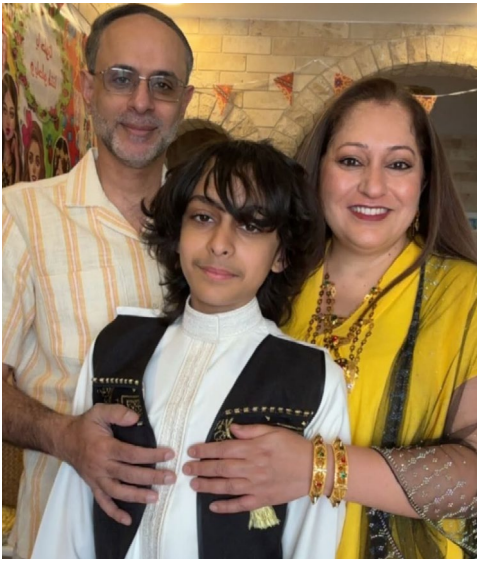
وأقيم معرضي الجديد في مركز الفنون في 29 سبتمبر، وتمحور حول الشعر العربي، وقد قادني اهتمامي بالفن إلى إنتاج مجموعة من أعمال الكولاج، وحمل المعرض عنوان «عندما يتلون كل عصر بشعره»، ليشكل تجربة فنية جمعت بين شغفي بالفن واهتمامي بالشعر العربي. لقد تعلمت في هذه المرحلة أشياء كثيرة، وفي مقدمتها الصبر. كما أصبحت أمتلك قدرة أكبر على مواجهة التحديات؛ لأنني واجهت المرض أكثر من مرة، ولذلك أشعر بأنني أصبحت أقوى وأكثر قدرة على التعامل مع الظروف المختلفة.

الحزن والضعف مشاعر طبيعية يمر بها كل إنسان.. لكن المهم أنني لم أسمح لهذه المشاعر بأن تتغلب عليّ أو تتحكم في حياتي..

بعض الناس ما زالوا يتعاملون مع السرطان وكأنه أمر يدعو إلى الخجل أو الإخفاء..

فالشخص قد يصرح بسهولة بأنه مصاب بالسكري أو ضغط الدم أو غير ذلك من الأمراض، لكنه يتردد في الحديث عن السرطان. أعتقد أن هذا الأمر يحتاج إلى مزيد من التوعية والثقافة المجتمعية؛ لأن السرطان مرض مثل غيره من الأمراض، ويمكن علاجه والتعامل معه طبيا. فلا مبرر للخجل منه، فهو مرض يصيب الإنسان، وليس شيئا اختاره أو تسبب فيه بنفسه.

ليلى البسام



”

اخترت الحيـــــاة

أميـرة الحسيـني

لم يكـن في حيـاتي مـا يوحـي بـأن رحلـة مختلفـة كانـت تنتظـرني. كانـت الحيـاة تمضي بإيقاعهـا المعتـاد، بهـدوء، كما رسـمت لهـا أن تمضي. كنـت أمًـا، ولـدي طفـل صـغير، وبيتـي وعـملي، كما كان لـدي مشروعـي الخـاص. كنـت أخـرج مـع أصدقـائي، وأسـافر، وأتنقـل، وكانـت حيـاتي تـسير بصـورة طبيعيـة.

كانـت حيـاتي مليئـة بالحركـة والنشـاط. لـدي مشروع اسـمه «فسـتق»، أرسـم فيـه على الـدلال والفنـاجين، ونصنـع الهدايـا. كنـت مشـغولة طـوال الوقـت، إمـا أن أبحـث عـن مسـتلزماتي، أو أشتري احتياجـات المشروع، أو أرسـم، أو أشـارك في المعـارض.

قبـل ذلـك، عملـت صحافيـة في صحيفـة «جلـف ديلي نيـوز»، وشـغلت منصـب مديـرة قسـم الأخبـار لسـنوات طويلـة. وأثنـاء عـملي اقتربـت مـن النـاس أكثر، فلـم أكـن أتعامـل مـع قضاياهـم على أنهـا أخبـار صحافيـة فحسـب، بـل كنـت أسـتمع إلى حكاياتهـم وآلامهـم، وأشـاركهم الدمـوع والأوجـاع، وأسـعى إلى إيصـال أصواتهـم. وكان مـن بين هـؤلاء كـثير مـن مـرضى السرطـان. مـرت عليّ ضمـن مـسيرتي الصحافيـة تجـارب إنسـانية عديـدة، اسـتمعت فيهـا إلى قصـص المـرضى ومعاناتهـم، وكنـت أظـن أننـي أدرك حجـم مـا يمـرون بـه. لكننـي لم أتوقـع يومـا أن أعيـش التجربـة نفسـها، لا بصفتـي صحافيـة تنقـل الحكايـة، بـل بصفتـي مريضـة تخوضهـا بنفسـها وتوثـق تفاصيلهـا لذاتهـا.

لاحظت وجود شيء في جسمي بدا مختلفا بعض الشيء من حيث اللون. كان الورم ظاهرا من الخارج، والحمد لله أن لطف بي في كل مرحلة من هذه الرحلة. رأيته في البداية وكأنه كدمة، ولم أكن أعلم ما الذي قد يكون أو ما الذي ينتظرني. ذهبت إلى زوجي، د. عامر الدرازي، وهو استشاري جراحة عامة ومناظير وسمنة، وسألته: «ما هذا؟». فرأى أن الأمر يحتاج إلى متابعة. توجهنا إلى المستشفى، وبدأنا بالإجراءات والفحوصات والأشعة، وأجريت فحص الموجات فوق الصوتية (الألتراساوند). وهناك رأت د. لمياء إبراهيم الحالة وعرفت. وما إن انتهت من الفحص حتى قالت لي: «بما أنك موجودة هنا، وبدلا من أن تذهبي وتعودي مرة أخرى، دعينا نجري خزعة».

وكان ذلك كله أثناء فترة جائحة كورونا، حين كانت الحياة شبه متوقفة. في البداية قلت: «لا». لكنها أوضحت لي أن وجودي في المستشفى فرصة مناسبة لإجراء الخزعة دون تأخير. فوافقت في النهاية، وأخذت الخزعة، ثم انتظرت شهرا كاملا. في أبريل 2021، وبعد أن انتظرت شهرا كاملا، عاد د. عامر إلى المنزل وأخبرني بأن النتيجة أظهرت إصابتي بالسرطان. في الأيام الأولى كنت منهارة تماما، ولم أكن أعرف ماذا أفعل. بعد ذلك التقيت د. أمل الريس، وهي جراحة وصديقة لنا، وقد درست مع د. عامر في كندا. قالت لي: «يا أميرة، ما بك؟ لماذا كل هذا الخوف؟ أنا من سيجري لك العملية». ثم بدأت تطمئنني، وقالت لي: «أنت بمثابة أخت لي».

عندما عرفت أنني مصابة بالسرطان، انهرت. بكيت لمدة يومين متواصلين، ولم أبك في حياتي كما بكيت في تلك الفترة، ثم أدركت أن عليّ أن أكون واقعية وأن أتعامل مع الموضوع مباشرة. أنا بطبيعتي لا أحب أن تبقى المشكلات معلقة في حياتي، فإذا واجهت مشكلة، أسعى إلى حلها فورا ولا أنتظر حتى تتفاقم. وبالفلسفة نفسها تعاملت مع هذا المرض. أجريت العملية، ثم خضعت للعلاج الإشعاعي، ولم أحتج إلى العلاج الكيميائي لأن المرض كان ما يزال في مراحله المبكرة. بعد ذلك بدأت العلاج الهرموني الذي استمر خمس سنوات، وقد انتهيت منه حديثا.

ومنذ اليوم الأول بعد العملية، كنت أقول لنفسي إن هذه المرحلة انتهت، وإن عليّ أن أواصل حياتي. كنت أشجع نفسي بنفسي كل يوم. أستيقظ صباحا بإيجابية، وأحاول أن أكون ممتلئة بالأمل. أضحك، وأغني، وأستمتع بيومي من الصباح حتى المساء. ولم أبق يوما واحدا طريحة الفراش. حتى في الأيام التي كنت أشعر فيها بالتعب أو الإنهاك، كنت أرتدي ملابسي وأخرج وأتنقل وأمارس حياتي بشكل طبيعي. لم أسمح لهذا المرض أن يوقفني أو أن يمنعني من

الاستمرار في حياتي. وشعرت بهذا الأمر بوضوح يوم دخلت غرفة العمليات. عندما كنت مستلقية على السرير ويتم نقلي إلى غرفة العمليات، أدركت أن هذه الرحلة في النهاية رحلتي أنا. في تلك اللحظة فهمت أن الأمر يعتمد على كيفية مواجهتي له. إذا اخترت أن أكون قوية فسأكون قوية، وإذا استسلمت للضعف فسأكون ضعيفة. أما الحياة والموت فهما بيد الله سبحانه وتعالى، وليسا بيدي..

زوجي، بطبيعة الحال، لم يبالغ في تدليلي، ولم يهول الموضوع أو يزيد من مخاوفي، فهو سندي وداعمي الأول. كان إلى جانبي طوال الوقت، ولم يتركني لحظة واحدة. أتذكر أنه في يوم العملية أمسك بيدي وقال لي: «أنا معك». وكان هو الشخص الذي يهدئ من روعي ويطمئنني دائما، ويؤكد لي أن هذا المرض يمكن علاجه، وأنه لا داعي للارتباك أو القلق. أما ابني دانيال، فلم يكن يعرف في ذلك الوقت معنى السرطان، لكنه اليوم أصبح أكبر سنا وأكثر وعيا بما يحدث حوله. وهو ممتن لوجودي في حياته، وأصبح أكثر حنانا وعطفا علي. دائما يسألني: «هل أنت بخير يا أمي؟ هل تحتاجين إلى شيء؟». وأحمد الله دائما على وجود هذين الرجلين الرائعين في حياتي، زوجي وابني، فقد كانا مصدر قوة وسند ومحبة طوال هذه الرحلة.

كنت أعلم أن العلاج صعب ومرهق، لكنني كنت أحاول أن أساعد نفسي بقدر ما أستطيع. فبدلا من الاستسلام للتعب، كنت أحرص على الحركة. كانت صديقاتي يأتين لاصطحابي إلى المجمعات التجارية، حيث الأجواء المكيفة والمريحة، وكن يمسكن بيدي ويمشين معي. لم أبق يوما واحدا مستسلمة أو منقطعة عن الحياة. كما كان لأخواتي ودعوات الناس أثر كبير في دعمي ومساندتي خلال تلك المرحلة.

وحتى اليوم، وبعد أن انتهيت من العلاج، لا أستطيع أن أقول إنني تخلصت تماما من هذا القلق. اخترت ألا أخبر أحدا بإصابتي بالسرطان إلا بعد أن انتهيت من جميع مراحل العلاج. لم يكن يعلم بالأمر سوى زوجي وإحدى أخواتي، وأخبرت ثلاثا من صديقاتي فقط، ثم بدأت أتدرج في إخبار الآخرين. فكلما شعرت براحة أكبر، وكلما أنهيت مرحلة من العلاج ورأيت أنني ما زلت بخير، كنت أخبر شخصا إضافيا. كان الأمر تدريجيا، لأنني لم أرد أن أثير حول نفسي حالة من الهلع. كنت في كل مرحلة أحدد عدد الأشخاص الذين يعرفون بالأمر.

وبحكم عملي في المجال الإعلامي، أعرف كيف أتلقى الخبر وكيف أنقله للآخرين. لدي خبرة في إدارة المعلومات والتعامل معها، ولذلك استفدت من هذه المهارة في حياتي الشخصية أيضا.

ورسالتي لكل مصابة بالسرطان هي أن لا أحد سيعرف ما تمرين به سواك. أنت من تقررين لمن تخبرين، وكمية المعلومات التي تعطينها لكل شخص، فهذا الأمر يعود إليك. أما التفاصيل الدقيقة وما حدث، فلا يخص الآخرين. فأقصى ما يمكن أن يفعله لك الآخرون أن يخبرونك بقصص وتجارب لأشخاص لا تمت حالاتهم إلى حالتك بصلة.

لم أسمح للمرض بأن يوقف حياتي. ما زلت أقوم بأموري بنفسي، وأحرص على أن أكون مصدر سعادتي ودافعي للاستمرار. أمارس أنشطتي، وأخرج وأتنقل وأشغل وقتي بما أحب، ولا أسمح لنفسي بالاستسلام أو البقاء أسيرة للخوف. كنت وما زلت أؤمن بأن الاستمرار في الحياة، رغم كل الظروف، هو جزء مهم من رحلة التعافي. لم يؤثر المرض أو العلاج على حياتي الأسرية أو الاجتماعية. فحياتي بقيت كما هي، لأنني منذ صغري أحرص على اختيار الأشخاص الذين يكونون قريبين مني. أعرف عددا كبيرا من الناس، وأحبهم وأحترمهم، لكن علاقاتي مع معظمهم تقوم على الاحترام المتبادل وتبقى في إطارها الطبيعي. أما دائرتي الصغيرة والمقربة فما زالت تضم الأشخاص أنفسهم. ولم يؤثر المرض على أنوثتي. فأنا امرأة، وسأظل امرأة، وأعيش كامرأة وأفتخر بأنوثتي، ولم يغير المرض هذا الشعور في داخلي.

لدي مشروعي الخاص في الرسم على المنتجات المختلفة، وأحرص على المشاركة في الأنشطة التي تبعث الفرح في النفس. نخرج معا، ونجتمع للرسم والإبداع والاستمتاع بالوقت، ولذلك لا أسمح لنفسي بالجلوس دون عمل أو هدف.

وفي تجربتي، عرفت كثيرا من الأشخاص الذين بادروا إلى إجراء الفحوصات بعد أن سمعوا قصتي. بعضهم اكتشف أوراما حميدة، و البعض كان خبيثا.

كنت في السابق أعطي بعض الأمور أهمية أكبر مما تستحق، أما اليوم فلم تعد تشغلني كما كانت. وإذا أساء إلي أحد في الماضي، كنت أفكر في الرد بالمثل، أما الآن فأفضل أن أمضي في طريقي وأترك الأمر. أدركت أن الإنسان لا يشعر بحقيقة هذه الأمور إلا عندما يمر بتجربة المرض بنفسه. فأنت لا تعرف متى قد تواجه مرضا أو ظرفا صعبا، ولا تعرف ما الذي قد يحدث في المستقبل. بالنسبة لي، كان الأمر أشبه بمعركة داخلية يخوضها الجسد مع نفسه.

لا أشعر أنني نمـوذج للقوة أو مثال استثنائي..

أنـا فقـط إنسـانة خاضـت تجربـة، وحاولـت التعامـل معهـا بأفضـل مـا تسـتطيع.

أمـيرة الحسيـني

”

ربـــــاب..
ذاكرة طفلة نجـت

رباب العلوي

أبلغ اليوم السابعة عشرة من عمري، لكنني حين أعود بذاكرتي إلى تلك السنوات، أجدني طفلة في العاشرة، أواجه ألما لم أكن أعرف له تفسيرا.

كنت في العاشرة من عمري عندما بدأ شيء غامض يتسلل إلى حياتي ويعبث بإيقاعها، ألم مفاجئ لم أعرف له تفسيرا. كان يظهر بقوة ويقتحم يومي من دون سابق إنذار، حتى أصبح جزءا من تفاصيل حياتي ورفيقا ثقيلا لا يفارقني. لم تكن الآلام متدرجة في حدتها، بل بدأت شديدة منذ اللحظة الأولى واستمرت شهرا كاملا. وكانت تظهر نحو ثلاث مرات يوميا، ولم يكن أي دواء ينجح في تخفيفها.

كان الألم يضايقني كثيرا ويرهقني، فأجد صعوبة في النوم، وأحيانا أستيقظ من شدته. وفي المدرسة، كان يباغتني وأنا جالسة في الصف، فتلاحظ الطالبات ما أمر به. ومع مرور الأيام، تأقلمن مع وضعي، لكن التعب والإرهاق الشديدين كانا يثقلان عليّ ويعوقاني عن الدراسة، لاسيما في أيام الامتحانات. استمر ذلك نحو شهرين، شهرين عشتهما في قبضة الألم والحيرة، من دون أن أعرف السبب الحقيقي وراء ما يحدث لي، حتى جاء ذلك اليوم الذي كشف الحقيقة.

بدأ الألم يبطش أكثر، وترك بصماته على جسدي، وبدت آثاره واضحة على ملامحي، حتى لاحظ أهلي الشحوب الذي غزا وجهي وأطرافي. عندها ذهبت مع والدتي إلى قسم الطوارئ؛ بحثًا عن إجابات للأسئلة التي ظلت عالقة في ذهني.

أتذكر أنني كنت متعبة أكثر من أي وقت مضى. كان الألم يزداد قسوة وتوحشا، ويمعن في إنهاكي وإيذائي، ألم لم أكن أعرف هويته ولا سببا لكل ما يفعله بجسدي. وأدركت أن الأمر مختلف عندما دخل بعض الأطباء إلي في الطوارئ، وأخبروني بأنه سيتم نقلي إلى جناح 202. كنت صغيرة، وحاولت أمي أن تخبرني بالموضوع بطريقة مبسطة وخفيفة، وألا تشعرني بالخوف. وفي النهاية، وبعد مقدمة طويلة مليئة بجرعات من الطمأنينة، أخبرتني أنني مصابة بسرطان الدم الحاد. ولا أذكر أنني شعرت بالخوف حينها، أو أن أفكارا كثيرة راودتني. فقد كنت أستمد قوتي من والدي وأهلي. وكانت كلمة «السرطان» جديدة عليّ، كنت أسمع أحيانا أن شخصا ما توفي بالسرطان، لكنني لم أكن أعرف ما هو، ولا ماذا يعني أن يكون المرض في جسدي. لكن حروفه كانت مرعبة جدا لي.

كان الخبر صادما. كنت أرى الخوف والحزن في عيني والدي، لكنني كنت أرى فيهما أيضا يقينا قويا بالله، وثقة بأنني سأتخطى هذا المرض بإذن الله. تعاملنا مع الأمر بالصبر والقوة والتحمل واليقين بالله، وتمسكنا بالدعاء. كان وجودهما إلى جانبي بلسما يخفف عني، ويمنحني الهدوء والأمان وسط فوضى المرض وضجيج الألم. في أول يوم لي في الجناح، شعرت بالاستغراب. كان كل شيء من حولي جديدا عليّ، حتى الأطفال الذين رأيتهم في الغرفة، وجوه وملامح لم أعتد رؤيتها، وبعضهم بلا شعر. كنت أنظر إليهم وأحاول أن أفهم ما الذي يحدث من حولي. كنا مخيرين بين تلقي العلاج في مستشفى السلمانية الطبي أو السفر إلى الخارج، لكن الطبيبة نصحتنا بتلقي العلاج في السلمانية، مؤكدة أن العلاج المتوافر فيه يتمتع بكفاءة تضاهي ما هو متوافر في الدول المتقدمة. كما أوضحت لنا أهمية وجود الأهل إلى جانب المريض، وعدم ابتعاده عنهم؛ لما لذلك من أثر كبير في دعمه نفسيا، فالحالة النفسية تشكل جزءا مهما من رحلة العلاج.

كانت فترة العلاج مقسمة إلى قسمين، وكان القسم الأول مكثفا. وكانت صعوبته تكمن في بقائنا شبه الدائم في المستشفى، إلى جانب قوة الأدوية وكثرتها.

ومن أبرز التحديات التي واجهتها أن فترة علاجي تزامنت مع جائحة كورونا، وكان عليّ أن أحمي نفسي من أي عدوى بسبب ضعف مناعتي. كما أصبت بالحزام الناري مرة واحدة، وأي مرض أو وعكة صحية بفترة العلاج قد يؤدي إلى إيقافه

أول مـا شعرت بأنه تغيـر في حياتـي هو ابتعـادي عن أهلي ومدرستـي..

مؤقتـا، وبالتـالي تـأخير الـعلاج. ومـن أصعـب المواقـف التـي أتذكرهـا في بدايـات الـعلاج حضـور الممرضـات لوضـع المغـذي، فقـد كنـت أشـعر بالخـوف والتوتـر مـن الإبـر. كما كان الدخـول إلى غرفـة العمليـات مـن اللحظـات الصعبـة التـي مـررت بهـا في رحلـة الـعلاج.

كنـت أشـعر بالخجـل مـن ارتـداء الـكمام قبـل جائحـة كورونـا، كما كان تسـاقط شـعري مـن أكثر التـغيرات التـي أثـرت في نـفسي. لم يكـن مـن السـهل عليّ أن أتقبـل مظهـري الجديـد، وكنـت أشـعر بحـرج شـديد كلما نظـرت إلى شـكلي. وأتذكـر أننـي اقتنيـت بعـض الشـعر المسـتعار الـذي تبرع بـه أحـد الصالونـات، فسـاعدني على تقبـل مظهـري أكثر. ومـع مـرور الوقـت، وبعـد أن بـدأ شـعري يطـول قلـيلا، أصبحـت أكثر تقـبلا لشـكلي الجديـد. بعـد التعـافي، شـعرت بالقـوة والانتصـار، وشـعرت أن حيـاتي تـغيرت إلى الأفضـل. كما شـعرت بالفخـر بوالـدي، اللذيـن أمسـكا بيـدي طـوال هـذه الرحلـة، وتخطينـا معـا هـذا المـرض. تعلمـت مـن هـذه التجربـة الـصبر، وأن أتيقـن بالله تعـالى، وأن أتحمـل المصاعـب، وأن أؤمـن بـأن الله لا يترك عبـدا تمسـك بـه. وأصبحـت أنظـر إلى الحيـاة بصـورة أكثر إيجابيـة، وأؤمـن بـأن كل شيء سـيمر بـخير مـا دمنـا متمسـكين بالله تعـالى.

ومـع ذلـك، مـا يـزال القلـق مـن عـودة المـرض يـراودني أحيانـا، لكننـي أتعامـل مـع هـذا الشـعور بالدعـاء، وأطلـب مـن الله تعـالى السلامـة. ومـن أهـم العوامـل التـي سـاعدتني على تجـاوز هـذه المحنـة قـوة والـدي، فقـد كنـت أراهما دائمـا مبتسـمين وحامديـن للـه، وأسـتمد قـوتي مـن حضـورهما وثباتـهما. كما لا أنسى مسـاندة بقيـة أفـراد عائلتـي ودعمهـم، ولا الأثـر الـكبير الـذي تركـه المتطوعـون مـن مبـادرة «ابتسـامة» و«بحريـن ترسـت» وغيرهما في رفـع معنويـاتي والتخفيـف عنـي في فترة الـعلاج.

وأخـص بالذكـر ممرضـات جنـاح 202، وعلى رأسـهن د. خلـود السـعد، لما رأيتـه منهـن مـن اهـتمام وحسـن تعامـل. ومـع ذلـك، مـررت في رحلتـي بلحظـات مـن الضعـف، وهـذا أمـر طبيعـي في رحلـة طويلـة وصعبـة كهـذه، لكننـي كنـت أتجاوزهـا بتشـجيع أمـي ودعمهـا المسـتمر لي.

وكان لمبادرة «ابتسامة» أثر كبير وواضح في تحملي صعوبات العلاج. كانوا يزورونا باستمرار، ويحضرون الهدايا التي تفرحنا، وينظمون الفعاليات التي تسعدنا داخل الجناح وخارجه. كنت أفرح كثيرا بزياراتهم وبالفعاليات التي كانوا يقدمونها لي ولجميع الأطفال في المستشفى، وكانت تلك اللحظات تمنح أيام العلاج شيئا من الفرح الذي كنا نحتاج إليه.

ومن أجمل الذكريات التي أحتفظ بها من جناح 202 ومن زيارات المتطوعين تلك الفعاليات التي كانت تقدمها مبادرة «ابتسامة». كنت أتحمس لها كثيرا وأستمتع بوجودهم، وحتى اليوم ما زلت أتذكر الأوقات الجميلة التي قضيتها مع مجموعة صغيرة من المتطوعات في إحدى المؤسسات. رسالتي إلى مرضى السرطان هي: لا تضعفوا ولا تستسلموا، وتمسكوا بالدعاء والصبر واليقين بالله.

أما رسالتي إلى المجتمع، فهي أن يكون أكثر وعيا وتعاطفا مع مرضى السرطان، وأن يساندهم نفسيا ومعنويا، فالكلمة الطيبة والدعم قد يكون لهما أثر كبير في رحلة العلاج. وأتمنى أن نكون مجتمعا يزرع الأمل بدل الخوف، ويمنح الدعم بدل الشفقة. واليوم، عندما أنظر إلى رباب الصغيرة، تلك الطفلة التي كانت في العاشرة من عمرها حين دخلت رحلة العلاج، أقول لها: «أنت بطلة. لقد تجاوزت الكثير من الأوقات الصعبة، وما زالت الحياة تحمل لك الكثير من الأشياء الجميلة التي تنتظرك. ربما لم تكوني في ذلك الوقت تعرفين لماذا يحدث لك كل هذا، لكنني اليوم أؤمن بأن ما مررت به كان امتحانا من ربي».

تذكروا أن كل شيء سيمر..
وأن كل ألم وتعب ستؤجرون عليه

أكثر ما أشعـر أنه تغير في شخصيتي اليوم هو إدراكي لقيمة النعم الصغيرة..

فأنـا أقـدر الأشـياء التـي قـد يراهـا غيري عاديـة، وأراهـا بـعين مختلفـة؛ لأننـي تعلمـت أن مـا يبـدو بسـيطا في الحيـاة قـد يكـون في الحقيقـة نعمـة كـبيرة.

رباب العلـوي

"حلم أكبر من السرطان

محمد صلاح

أبلغ من العمر 11 عاما. كنت كثير الحركة، أتمتع بشخصية قوية وشجاعة، وكنت متفوقا وأحب لعب كرة القدم. كنت دائما ألعب مع أبناء عمي وإخوتي، وأعيش حياة طبيعية كأي طفل في عمري.

لم يستمر هذا الاستقرار طويلا، وتغير كل شيء عندما بدأت أشعر بالتعب بين الحين والآخر. في البداية، لم يكن الأمر يثير القلق، فأنا طفل صغير، ومن الطبيعي أن أمر بحالات من الإرهاق أو التعب. لكن ما أثار قلق والدتي كان كثرة التقيؤ وآلام البطن المتكررة.

مع تزايد حالات التقيؤ وآلام البطن، اصطحبتني أسرتي إلى المستشفى، حيث صرفت لي أدوية، لكنها لم تجد نفعا. بعد ذلك، توجهنا إلى المستشفى العسكري، حيث قام الطاقم الطبي بواجبه، إلا أن حالتي لم تتحسن.

ومن ثم، تم تحويلي إلى مستشفى الملك حمد الجامعي، حيث مكثت قرابة عشرة أيام، وأخذت مني عينة أرسلت إلى مجمع السلمانية الطبي. وهناك، عرفت أنني مصاب بسرطان الغدد اللمفاوية.

كانت اللحظة التي علمت فيها والدتي بمرضي من أصعب اللحظات التي مرت بها في حياتها، كما أخبرتني لاحقا. وقالت لي إن ذلك شعور لا يمكن وصفه بالكلمات. وتتذكر أننا تلقينا اتصالا من مجمع السلمانية الطبي للحضور والتوقيع على الإجراءات اللازمة لبدء العلاج.

وتقول والدتي: «ذهبنا إلى المستشفى، ودار نقاش بيننا وبين الأطباء عن الخطة العلاجية، وبعد التوقيع بدأت رحلة محمد مع العلاج».

أما أنا، فكنت صغير السن عند التشخيص، ولذلك لم أكن أستوعب حقيقة ما يحدث لي، كما أن أحدا لم يخبرني بطبيعة المرض بشكل مباشر. كنت أطرح الكثير من الأسئلة وأكرر: «لماذا؟ ولماذا؟»، بينما كانت عائلتي تحاول طمأنتي بأن الأمر سيكون بخير، وألا أشعر بالخوف.

كانت رحلة العلاج صعبة للغاية. في بداية العلاج، بدأ شعري يتساقط، وكان أول ما سألت والدتي عنه سبب وجود الشعر المتساقط على الوسادة. وكلما ازداد تساقط شعري، كنت أشعر بالخوف، وكانت والدتي تحاول طمأنتي، قائلة إن ذلك أمر طبيعي، وإن شعري سيعود أجمل وأقوى من السابق. وفي النهاية، تم حلق شعري قبل أن يتساقط بالكامل.

ومع الجرعتين الأولى والثانية من العلاج الكيميائي، بدأت نفسيتي وشخصيتي تتغيران، فلم أعد أتحدث مع أحد، ولم أكن أرغب في أن يتحدث إلي أحد، وأصبحت كثير الصمت. كان ذلك مؤلما جدا لوالدتي، التي كانت ترى كيف تحول طفلها من شخص يحب الحديث والتفاعل مع الجميع إلى طفل صامت ومنعزل، وكان هذا التغير يؤثر فيها كثيرا.

في بداية العلاج، كنت أرفض استخدام الأوكسجين، وكان الجميع يحرصون على توعيتي بأهمية الالتزام به حتى أتحسن وأستعيد قوتي.

كما كنت أشعر بالملل والحزن، خصوصا أنني كنت أحب أجواء شهر رمضان والعيد، إلا أنني قضيت شهر رمضان كاملا في المستشفى. لذلك، كان أفراد عائلتي يحرصون على زيارتي باستمرار حتى لا أشعر بالوحدة.

وكانت عماتي يأتين إلي، ويجلسن معي ويلعبن معي، ويحرصن على إدخال السعادة إلى قلبي.

ومن المواقف التي لا تنساها عائلتي أن الرجال جميعا بادروا إلى حلق شعورهم تضامنا معي. كما كانت عماتي على تواصل دائم معي، يلبين طلباتي ويجلبن لي ما أشتهيه من الطعام، حتى في الأوقات المتأخرة.

وكانت زيارات الأهل ترفع معنوياتي كثيرا، كما كان للأطباء والممرضات دور كبير في دعمي نفسيا، خصوصا د. خلود ود. أميرة العربي، اللتين لم تدخرا جهدا في منحي الأمل. وقد ترك دعمهما أثرا كبيرا في نفسي وفي نفوس أفراد عائلتي.

وتصف والدتي تلك الفترة بأنها كانت رحلة صعبة على الجميع، إذ كانوا يعيشون الخوف والقلق علي بشكل يومي، لكنهم كانوا يكثرون من الدعاء لي. والحمد لله، وبفضل الله أولا، ثم بفضل جهود الأطباء، تجاوزت هذه المحنة.

ولا تنسى والدتي الدور الكبير الذي قامت به مبادرة «ابتسامة»، إذ كانت حاضرة معي منذ بداية العلاج وحتى نهايته، وما زالت مستمرة في دعمي حتى اليوم.

كان لوالدي وإخوتي وبقية أفراد العائلة دور كبير في دعمي برحلة العلاج.. كما كان الأطباء والأصدقاء مصدر أمان وسندا لي ولم يقصر أحد في دعمي

وتقـول والـدتي إن القـائمين على المبـادرة لم يـقصروا معـي أبـدا، وكانـوا يحرصـون دائمـا على إدخـال الفـرح إلى قلبـي. ومـن أجمـل المواقـف التـي لا تنسـاها والـدتي أن المبـادرة فاجأتنـي بإحضـار سـيارة ألعـاب كـبيرة إلى المنـزل. كان ذلـك اليـوم سـعيدا جـدا بالنسـبة إلي، وشـعرت بفرحـة كـبيرة لا تـنسى.

كما قدمـت لي المبـادرة الدعـم النـفسي والمعنـوي، وأسـهمت في رفـع معنويـاتي طـوال رحلـة الـعلاج. كذلـك لم يؤثـر المـرض بشـكل كـبير على حيـاتي الدراسـية أو علاقتـي بأصدقـائي، وظللـت محافظـا على تـواصلي معهـم أثنـاء فترة الـعلاج.

تعلمـت مـن هـذه التجربـة الـصبر والرضـا بمـا يكتبـه اللـه، وأصبحـت أكثر قـوة وشـجاعة. كما أننـي لا أشـعر بالقلـق مـن عـودة المـرض، وأؤمـن بـأن مـا كتبـه اللـه لي هـو الـخير.

وبعـد كل مـا مـررت بـه، أصبحـت أقـوى وأشـجع مما كنـت عليـه مـن قبـل. وتقـول والـدتي إن حلمهـا الأكبر أن أبقـى قويـا دائمـا، وألا أستسـلم لأي صعوبـة تواجهنـي، مؤكـدة أنهـا فخـورة بي كـثيرا.

أمـا أنـا، فأحلـم بـأن أحقـق طموحـي، وأن أصبـح لاعـب كـرة قـدم مشـهورا، وأن أكـون مـن أفضـل اللاعـبين في المسـتقبل.

من واقع تجربتي أوجه رسالتي إلى كل طفل يمر بظروف مشابهة وأقول:

«تمسك بالأمل، فأنت قوي وشجاع. لا تشعر أنك وحدك، وتحل بالصبر ولا تخف، فبإذن الله ستتجاوز هذه المرحلة، وتعود أقوى من قبل».

محمد صلاح

”
أشتاق إلى حياتي الطبيعية

محمد رضا

أبلغ من العمر 12 عاما، عمر ما زالت فيه الطفولة تحتفظ بملامحها، بينما بدأت ملامح النضج تتشكل بهدوء. أحب الرسم، كما أحب ممارسة كرة القدم وكرة السلة والسباحة. أنا طفل نشيط، أحب الضحك والمرح، لكن أكثر ما أحب هو لعب كرة القدم. كنت أقضي وقتي بين المدرسة واللعب مع أصدقائي، وأستمتع كثيرا بالخروج معهم. كانت حياتي تمضي ببساطتها المعتادة، إلى أن حدث شيء لم يكن في الحسبان.

في منتصف شهر أبريل بالعام 2025، شعرت بآلام شديدة في بطني، إلى جانب التعب والضعف في جسدي. وكنت أشعر بالإرهاق حتى وأنا في المدرسة.

كان ذلك في شهر رمضان، وكنت أصوم، لكنني بدأت أفقد الكثير من وزني، وأشعر بآلام في العظام والصدر، إلى جانب ارتفاع درجة حرارتي. كانت أمي تصطحبني إلى المركز الصحي ومستشفى السلمانية، لكن لم يتعرف الأطباء في البداية إلى سبب ما أعانيه، وشخصت حالتي في البداية على أنها إمساك. استمر ألم البطن، وكان شديدا إلى درجة أنني لم أكن أستطيع النوم ليلا. وعندما عدنا إلى مستشفى السلمانية، أجريت لي الأشعة والفحوصات، واكتشفت غدة لمفاوية في الصدر. وكانت تلك اللحظة بداية رحلة جديدة في حياتي، إذ قادت الفحوصات بعد ذلك إلى تشخيص إصابتي بسرطان الدم (اللوكيميا).

عندما علمت أمي بالتشخيص، كانت صدمتها كبيرة. كانت تقول إن «الصدمة» هي الكلمة الوحيدة التي تستطيع أن تصف بها ما شعرت به، فهي لم تعايش طوال حياتها طفلا مصابا بالسرطان، وكانت تعتقد أن هذا المرض يصيب الكبار فقط.

ولم تقل صدمة والدي عن صدمة أمي، فلم يكن يتوقع أن يذهب ألم البطن إلى أبعد من ذلك. كان أقصى ما توقعه أن يكون الأمر مجرد مغص في البطن، أو ربما تسمما، أما أن يكون سرطانا، فهذا أمر لم يخطر في باله.

أما أنا، فشعرت في البداية بمشاعر مختلطة بين الحزن والخوف. كنت قلقا على مستقبلي، فأنا طالب متفوق، وكنت أتساءل: هل سأتمكن من مواصلة دراستي بالمستوى نفسه من التفوق؟ كما أنني لم أكن أفهم تماما ما الذي يحدث لي. لكنني، كوني طفلا ينظر إلى الحياة ببراءة، حزنت كثيرا؛ لأن المرض غير حياتي 180 درجة. فأنا طفل أحب اللعب والخروج مع أصدقائي، لكن المرض حرمني حتى من الذهاب إلى المدرسة. كانت رحلة العلاج صعبة وشاقة وطويلة جدا. عانيت فيها كثيرا، وفقدت الكثير من وزني، واحتجت إلى دخول المستشفى مرات عديدة. وما زلت حتى اليوم أعيش هذه الرحلة التي لم تكتمل بعد.

تستمر رحلة علاجي لنحو سنتين ونصف السنة، وأنا حاليا في منتصف الطريق، ولم أكمل علاجي بعد. وأكثر ما يؤلمني هو اشتياقي إلى حياتي الطبيعية، إلى اللعب مع أصدقائي، والذهاب إلى مدرستي، وممارسة الأشياء التي كنت أحبها.

كانت أسرتي وأصدقائي أكبر مصدر للدعم بالنسبة لي. كانوا يشعرونني بأنني لست وحدي في هذه الرحلة، كما أن دعم الفريق الطبي لي كان ولا يزال غير محدود.

عندما رأيت عائلتي إلى جانبي شعرت بالأمان.. وقلت لنفسي إنني سأتقبل المرض وسأكون قويا

ورغم ابتعادي عن حياتي الدراسية وعن أصدقائي بسبب ظروف العلاج، فإنهم كانوا وما زالوا يتواصلون معي باستمرار، سواء عبر الاتصالات أو وسائل التواصل الاجتماعي.

وأحاول دائما أن أتفهم ما أمر به، والحمد لله أن الله يسر لنا العلاج في مملكتنا الغالية. وبالرغم من كل ما مررنا به، فإن الأمل ما يزال حاضرا، والثقة بالله لا تفارقنا. صحيح أن هناك أوقاتا نشعر فيها بالضعف، لكنها سرعان ما تنقضي، ونعود بعدها أقوى بإذن الله.

أحيانا أمكث في المستشفى لأسابيع طويلة، وأشعر أن طول فترة العلاج يرهق أمي، لكنها سرعان ما تتمسك بالصبر وتحافظ على روحها المتفائلة والإيجابية. وفي كثير من الأحيان أكون أنا صاحب المعنويات الأعلى، وأتقبل الأمر بصورة أفضل. أشعر أن شخصيتي أصبحت أقوى، وأن صبري ازداد كثيرا. أما في دراستي، فقد تلقيت كل الدعم والمساندة، وكان لذلك أثر كبير في مساعدتي على النجاح والتفوق. وأتوجه بالشكر الجزيل إلى وزارة التربية والتعليم، ممثلة في مكتب سعادة الوزير والمنطقة التعليمية الثانية، وإلى مدرستي السابقة «المنذر بن ساوى التميمي الابتدائية للبنين»، ومدرستي الحالية «الإمام علي بن أبي طالب الابتدائية الإعدادية للبنين».

أشتاق كثيرا إلى حياتي الطبيعية، وإلى اللعب مع أصدقائي والذهاب إلى المدرسة، فقد أثر ابتعادي عن حياتي السابقة في جوانب كثيرة من حياتي الاجتماعية والتعليمية، خصوصا أن العلاج يؤثر في المناعة ويتطلب زيارات متكررة إلى المستشفى.

تعلمت في هذه الرحلة أنني أقوى مما كنت أظن، وأصبحت أقدر الأشياء الصغيرة أكثر من قبل. فقضاء يوم عادي مع عائلتي أو اللعب مع أصدقائي أصبح يعني لي الكثير؛ لأنني أدركت قيمة هذه التفاصيل التي كنت أعيشها ببساطة قبل المرض. لم أكمل العلاج بعد، وعندما أفكر في عودة المرض وشدته، أشعر بالقلق أحيانا، لكن هذا القلق سرعان ما يتبدد؛ لأنني أتوكل على الله في كل خطوة أخطوها.

ولكل طفل في عمري يمر بالتجربة نفسها، أقول: «لا تستسلم، حتى لو كان العلاج صعبا، فكل يوم يمر يقربك أكثر من الشفاء بإذن الله».

كما أوجه رسالة إلى كل شخص يمر بظروف صحية صعبة، وأقول له: «لا تفقد الأمل، فالله سبحانه وتعالى يبتلي الإنسان ليختبر صبره وإيمانه، فاصبر وثق بالله». وبالرغم من المرض، لم تتوقف أحلامي. أتمنى أن أصبح مهندسا في المستقبل، وأن أحقق ما أحلم به، وأجعل عائلتي فخورة بي، وأن أعيش حياة جميلة وصحية بإذن الله.

كانت مبادرة «ابتسامة» حاضرة معي منذ بداية رحلتي العلاجية، عبر الدعم النفسي والتواصل المستمر، والبرامج التي تعوض جانبا من الأشياء التي حرمتني منها رحلة العلاج. وشهدت في رحلتي العديد من المواقف النبيلة التي تركت أثرا جميلا في نفسي. ولعل أبرزها ما حدث خلال فترة العيد، عندما كنت راقدا في المستشفى، فبادرت «ابتسامة» بإرسال عيدية لي، وكان لذلك أثر كبير في إدخال السرور إلى قلبي.

جعلتني مبادرة «ابتسامة» أشعر أن هناك أشخاصا يهتمون بي ويفرحون لفرحي. وكانت الزيارات والهدايا والاهتمام تجعل أيامي أجمل، وتمنحني أملا بأن الخير موجود في كل مكان. قطعت جزءا كبيرا من رحلة العلاج، وما زال أمامي طريق طويل، لكن حالتي اليوم أفضل بكثير مما كانت عليه سابقا، والحمد لله.

هناك أشياء بسيطة تمنحني الأمل وترفع معنوياتي.. ابتسامة أمي وضحكات إخوتي أو عندما يخبرني الطبيب أن حالتي تتحسن.. كل هذه الأشياء تعني لي الكثير

حلمي الأكبر هو أن أكمل علاجي على خير..

وأن أشفى تماما دون عودة المرض، وأن أعود إلى حياتي الطبيعية، إلى مدرستي وأصدقائي، وأن أعيش حياة جميلة وصحية بإذن الله.

محمد رضا

"أريد أن أترك أثرا

رقيــة أشكناني

وأنــا أقــف على منصــة مبــادرة «ابتســامة» في مجمــع الأفنيــوز، ضمــن فعاليــات «أطفالنــا كالذهــب» المتزامنــة مــع شــهر التوعيــة بسرطــان الأطفــال، أوزع صكــوك الأمــل وأنشر رســائل الإيجابيــة، متحدثــة بفخــر عــن تجربتــي وانتصــاري على السرطــان، عــادت بي الذاكــرة إلى البدايــات الأولى، إلى تلــك الأيــام التــي كنــت فيهــا وحيــدة في مواجهــة المــرض، أعيــش عزلــة ثقيلــة عــن العــالم، وأحمــل أســئلتي ومخــاوفي بصمــت. وبينما كنــت أرى ابتســامات الأطفــال وأملهــم يملأ المــكان، كنــت أســتحضر تلــك الرحلــة الطويلــة التــي بــدأت بالخــوف والوحــدة، وانتهــت بالإيمــان والقــوة والقــدرة على تحويــل الألم إلى رســالة أمــل للآخريــن.

كانــت حيــاتي طبيعيــة مثــل أي فتــاة في عمــري، أدرس، وأخــرج، وألعــب، وأقضي أجمــل أوقــاتي مــع صديقــاتي وعائلتــي. كنــت أحــب المدرســة، وأنتظــر لقــاءات الأهــل وجلســات الصديقــات التــي كانــت تضفــي على أيامــي الكــثير مــن الفــرح.

لكــن مــع بدايــة العــام الــدراسي قبــل ثلاث ســنوات، بــدأت ألاحــظ أعراضــا غريبــة لم أعتدهــا، مثــل الإجهــاد والإرهــاق وشــحوب الوجــه وتســارع دقــات القلــب وغيرهــا. في البدايــة، لم أعرهــا اهتمامــا كــبيرا، إلا أنهــا اســتمرت وأثــارت قلقــي، فراجعــت المستشــفى؛ لإجــراء الفحوصــات اللازمــة.

ولا أزال أتذكر ذلك اليوم. كانت الغرفة مظلمة في جناح 202، عندما أتت أمي لتخبرني بنتيجة الخزعة، وقالت: «رقية، أنت مصابة بمرض اسمه ليس جميلا، لكنهم يسمونه اللوكيميا». صمت قليلا، ثم سألتها: «هل سيتساقط شعري؟» فردت: «ربما قليلا». فقلت: «حسنا».

لم أكن أعرف ما هو هذا المرض، وكنت أجهل معنى السرطان. وأحمد الله اليوم أنني لم أكن أعرف الكثير عن هذا الموضوع، ولم أستوعب حقيقة الأمر إلا بعد مدة من الزمن. فقد كان مرضا خطيرا، لكنني كنت أتعامل معه كأي مرض عادي سيزول مع الوقت. كان الناس والأهل يزورونني باستمرار، لكن فجأة وضعت لافتة كتب عليها: «ممنوع الزيارة». عندها تأزمت نفسيا، وقلت لنفسي إن هذه فترة وستمر، ولم أكن أتوقع أن القصة أكبر من ذلك.

ومع الأيام بدأت أتقبل الوضع. ففي الشهر الأول شعرت بالغربة، لكن بعد ذلك تعرفت إلى الممرضات، وأصبحن بمنزلة الأهل بالنسبة لي. كانت رحلة طويلة، مررت فيها بصعوبات كثيرة، لكن دعم أهلي والطاقم الطبي كان له دور كبير جدا في مساعدتي على الاستمرار. وحتى في الأيام التي كنت أشعر فيها بالألم، كنت أحاول أن أقاوم وأكمل.

ومن أصعب اللحظات بالنسبة لي كانت لحظة انتقالي من مستشفى السلمانية إلى مستشفى آخر لاستكمال علاجي، فالطاقم الطبي في السلمانية لم يكونوا بالنسبة لي مجرد أطباء وممرضين، بل كانوا جزءا من رحلتي. كنت متعلقة بهم كثيرا، ولذلك كان الانتقال بعيدا عنهم صعبا عليّ. في هذه الرحلة، تعلمت أن الحالة النفسية لها تأثير كبير في الإنسان، وكنت دائما أحاول أن أذكر نفسي بأنني إذا انكسرت، فقد يصبح كل شيء أصعب. وكان لأهلي دور أساسي في ذلك، فقد كانوا دائما موجودين إلى جانبي، يشجعونني ويذكروننني بأنني أستطيع.

غير المرض أشياء كثيرة في حياتي. انقطعت عن المدرسة نحو ثلاث سنوات، وانقطعت كذلك عن صديقاتي. في البداية، لم أكن أفكر في المدرسة كثيرا؛ لأن مواعيدي وعلاجي كانا يأخذان معظم وقتي. لكن بعد أن قطعت نصف رحلة العلاج، بدأت أشتاق إلى المدرسة وأرغب في العودة إليها، إلا أن حالتي الصحية في ذلك الوقت لم تكن تسمح لي بذلك.

أرى أن مرحلة التعافي هي أهم مرحلة، ففيها بدأت تتضح لي الصورة كاملة. كنت في السابق غير مستوعبة لما يحدث، فبعد أن كان المستشفى جزءا من حياتي، أصبحت أزوره مرة واحدة في الشهر. اليوم، بعد أن انتهت هذه الرحلة،

أستطيع أن أقول إن رقية تغيرت كثيرا، لكن إلى الأفضل. أكثر ما تغير في داخلي هو نظرتي إلى الحياة، أصبحت أقدر الأشياء الصغيرة أكثر، وأرى الحياة بطريقة مختلفة. أحيانا أشعر بالتوتر أو أخاف من عودة المرض، وهذا أمر طبيعي، لكنني أطمئن نفسي وأحمد الله، خصوصا أن العلاج في البحرين متطور، وأنا أتابع فحوصاتي بشكل مستمر. ومن الأشياء التي كان لها دور كبير في رحلتي جمعية «ابتسامة». خصوصا في الفترة الأولى، عندما لم أكن أستطيع الذهاب إلى أماكن كثيرة، كنت أذهب معهم وأرى أشخاصا يشبهونني ويمرون بتجارب قريبة من تجربتي.

وإلى اليوم، ما يزال لـ «ابتسامة» دور كبير في حياتي، خصوصا في دعمي وأنا أحاول أن أكبر مبادرة «فرحة محارب»، وهم يواصلون دعمي في كل خطوة. أريد أن أكبر في محتواي، لكنني لا أريد أن أكون مجرد صانعة محتوى، أريد أن تكون لدي معلومات موثوقة أستطيع إيصالها إلى الناس بطريقة صحيحة، وهذا أحد أسباب توقفي عن صناعة المحتوى لفترة. أما «فرحة محارب»، فقد بدأت بالصدفة. كنا سنذهب لإهداء طفلة هدية، وفكرت في الاسم، فاخترت «فرحة محارب». كانت مجرد عبارة كتبتها على البطاقة: «فرحة محارب»، لكنها فرحت بها كثيرا، وكان رد فعلها جميلا.

وبالصدفة، اكتشفنا وجود طفل آخر، ثم بدأنا نتواصل مع أشخاص، وكلما تحدثنا مع شخص طلب منا أن نذهب إليه.

أكثر شيء كان يعطيني القوة لأقوم كل مرة وأكمل هو نظرات أهلي وأقاربي.. كنت أراهم إلى جانبي في كل خطوة وكان هذا الشيء يعطيني دافعا كبيرا

شعرت حينها بأن كل شيء كان مرتبا بطريقة ما، وكأن الله رتب هذه الخطوات واحدة تلو الأخرى، وكما أن هناك أشخاصا تركوا أثرا في حياتي، شعرت بأنني أريد أن أترك أثرا في حياة الآخرين. وأريد أن أكبر «فرحة محارب»، وأن نصل إلى أكبر عدد ممكن من المحاربين، ونصنع لهم لحظات جميلة نفرحهم بها، لأنني أعرف كم يمكن أن تكون هذه اللحظات مهمة للشخص الذي يمر بهذه الرحلة. ومن أحلامي أيضا أن أعود إلى دراستي، لا لأكمل ما انقطع فقط، بل لأتفوق فيها وأحقق الأشياء التي كنت أحلم بها قبل المرض.

وقد حققت معدلا متميزا بلغت نسبته 98.31 % في الشهادة الإعدادية، متجاوزة التحديات التي واجهتني في رحلتي. وتحققت أمنية قديمة بأن أعيش تجربة «سفيرة الأمل» ليوم كامل، في احتفال خاص أقيم بالتعاون مع الجامعة البريطانية في البحرين، بحضور سعادة الشيخ علي بن خليفة آل خليفة، الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية، ورئيس الجامعة البريطانية في البحرين د. إبراهيم جناحي، ، وعدد من الحضور. وفي هذه التجربة، حصلت على الأدوات التي احتجتها لأطلق مبادرتي وأنشر رسالتي الإيجابية.

رحلتي اليوم هي أن أحول ما مررت به إلى فرحة لمحارب آخر. فبعد أن كنت يوما أبحث عن الأمل وأحتاج إلى من يمد لي يده، أصبحت اليوم أريد أن أكون تلك اليد التي تمتد إلى غيري.

إذا كانت لدي رسالة أريد أن أوصلها إلى أي محارب أو محاربة، فهي: كونوا مؤمنين بأنكم أقوى مما تتوقعون، وأن هذه الرحلة، مهما كانت صعبة، ستمر. أهم شيء في البداية أن تؤمنوا بأنكم أقوياء، وأنكم قادرون على تجاوزها، وحاولوا دائما أن تتمسكوا بابتسامتكم.

تذكـروا دائما أن اللّٰه سبحانـه وتعالى معنـا في كل خطـوة..

وأن السرطـان مـرض مثـل أي مـرض آخـر، ولـه علاج، ونسـتطيع أن نتغلـب عليـه بـإذن اللـه.

رقيـة أشكنانـي

”

البطلة التي حاربت الألـم بكل أمــل

نور الزهراء حسين

نـور الزهـراء حـسين، أبلـغ مـن العمـر اثنـي عشر عامـا، ومـا زلـت في بدايـة مشـواري في الحيـاة. لكـن السـنوات التـي عشـتها، ومـا مـررت بـه خلالهـا، جعلتنـي أرى الحيـاة بـعين مختلفـة، وأفهـم منهـا أشـياء ربمـا لا يدركهـا كـثيرون إلا بعـد سـنوات طويلـة. خضـت تجربـة وضعتنـي في مواجهـة الألم والخـوف، وجعلتنـي أقترب مـن معنـى المـوت في عمـر مبكـر. كانـت تجربـة قاسـية، لكنهـا غيرت مسـار حيـاتي، وجعلتنـي أكثر تمسـكا بالحيـاة واهتمامـا بتفاصيلهـا الصـغيرة التـي ربمـا كنـت أمـر بهـا مـن قبـل دون أن أتوقـف عندهـا.

هوايـاتي متعـددة، وفي التصويـر أجـد مسـاحة أعبر فيهـا عـن رؤيتـي، ألتقـط الصـور الجميلـة مـن الزوايـا التـي أختارهـا، وأحـدد بنـفسي تفاصيـل المشـهد وزوايـاه، وكأننـي أرى العـالم عبر عدسـتي بطريقـة خاصـة بي. كانـت حيـاتي طبيعيـة مثـل حيـاة أي طفلـة، أذهـب إلى المدرسـة، وأعـود إلى البيـت لأقـوم بواجبـاتي، ثـم ألعـب مـع أخـي وأمـارس هوايـاتي. كنـت أسـتمتع كـثيرا بالرسـم الإلـكتروني، وأحـب قضـاء الوقـت مـع عائلتـي.

في شـهر رمضـان مـن العـام 2024، حين كنـت في سـن العـاشرة، بـدأت الأعـراض بشـكل بسـيط، لكنهـا ازدادت مـع الأيـام، إلى أن نقلـت بشـكل عاجـل إلى مستشـفى السـلمانية، حيـث أجريـت لي الأشـعة والفحوصـات اللازمـة.

شخصت بسرطان الغدد اللمفاوية، ثم نقلت إلى وحدة العناية القصوى للأطفال. وكانت تلك بداية رحلتي مع المرض.

لم يخبروني بالتشخيص مباشرة؛ لأن عمري وقتها كان عشر سنوات فقط، لكنني أتذكر أنني كنت حزينة جدا لأنني سأبتعد عن والدتي لأول مرة، وكانت أمي مصدر قوتي وطمأنينتي. أخبرتني وقتها: «ستكونين تحت الملاحظة، وغدا ستخرجين»، وكانت كلماتها تجعلني أشعر بالأمان.

لكنني، في تلك الفترة، كنت أشعر بأن هناك أمرا ما. كانت ملامح أمي وأبي توحيان لي بأن شيئا ما يحدث، إلى أن استمعت إلى محادثة لوالدتي عبر الهاتف، وكانت تتحدث عن سرطان الغدد اللمفاوية.

عندها تأكدت من شكوكي. لم أتحدث، وبقيت صامتة، ثم تحدثت مع خالتي. كانت الصدمة كبيرة، لكنني لم أبكِ.

كانت رحلة العلاج مليئة بالألم والأمل، لكنها مرت بلطف الله ورحمته. وكانت أصعب لحظاتها بالنسبة لي هي العلاج في الغربة، إذ كنت بعيدة عن بيتي وحياتي الطبيعية، لكن وجود أمي وأبي إلى جانبي ساعدني كثيرا على تجاوز تلك الفترة.

كان حولي كل أحبتي، أمي وأبي وإخوتي وكل عائلتي كانوا مصدر قوتي الأساسي، وكان وجودهم بجانبي يجعلني أشعر أنني لست وحدي في هذا الاختبار، وأنني أستطيع أن أكمل وأتجاوز كل شيء معهم.

تغيرت حياتي الدراسية بالتأكيد، لكن علاقتي بصديقاتي أصبحت أقوى. كن مصدر قوة وسندا لي بعد أهلي، ووقفن إلى جانبي كثيرا. تأقلمت مع هذه التغييرات لأنني كنت أؤمن بأن كل مر سيمر بإذن الله، وأن الله لا يكلف نفسا إلا وسعها، كما كانت أمي دائما تقول لي.

تعلمت أن الصبر أقوى سلاح للإنسان، وأن الأمل واليقين بالله يمكن أن يخففا عنا الكثير من التعب والألم الذي نمر به.

أشعر أنني نضجت بسرعة، وفي عمر مبكر، وتعلمت أشياء كثيرة لم أكن أعرفها من قبل. أصبحت أقوى وأكثر صبرا، وأعرف الآن قيمة كل لحظة جميلة أعيشها مع عائلتي ومن أحب.

أحيانا أشعر بالقلق من عودة المرض، وهذا شعور طبيعي، لكنني لا أحب أن أعيش خائفة.

أؤمن أن كل شيء في هذه الدنيا قدر ومكتوب، وأن ما يكتبه الله لنا فيه خير. وإذا شاء الله لي اختبارا جديدا، فسأرضى وأصبر وأحارب من جديد، لكنني اليوم أختار أن أعيش حياتي بأمل وفرح.

وكانت أشياء بسيطة جدا تفرحني، مثل وجود أمي وأبي وإخوتي بجانبي، وكلمات معلماتي وصديقاتي ورسائلهم واهتمام عائلتي بي. كذلك كانت قصص أبطال السرطان الذين مروا بتجارب مختلفة، تمنحني الكثير من القوة والأمل.

وبالنسبة لي، مريض السرطان ليس شخصا عاديا في تجربته، بل هو شخص يخوض معركة كبيرة ويستحق كل الدعم والفخر.

اليوم.. أرى نفسي وبكل فخر «نور الزهراء».. البطلة التي حاربت الألم بكل أمل.

لكل فتاة تعيش التجربة نفسها التي عشتها، أقول لها: أنت في مرحلة اختبار وتحد كبير، فكوني قوية ومتفائلة وصبورة وراضية وحامدة وشاكرة لله. ولا تجعلي المرض يأخذ منك أحلامك أو ابتسامتك.

وتذكري دائما أن كل مر سيمر بإذن الله، وأنك لست وحدك، فهناك من يحبك ويؤمن بك وبقوتك.

بعد هذه التجربة، أصبح حلمي وأمنياتي أن أستطيع دعم الأبطال الصغار ومن هم في عمري، ولو بأشياء بسيطة. وأطمح في المستقبل إلى تصوير الأبطال في جميع مراحل رحلتهم، حتى تكون صورهم أجمل ذكرى لهم، ومصدر فخر يتباهون به أمام الآخرين؛ لأنهم كانوا أبطالا خارقين.

وأتمنى أن يكون التصوير الذي أحبه وسيلة لأحفظ لهم لحظات جميلة من رحلتهم، وأن أذكرهم دائما بأنهم أقوى مما كانوا يعتقدون.

رسالتي للناس أن يؤمنوا بقوتهم الداخلية. وحتى لو شعرتم بالضعف في بعض الأيام، تذكروا أنكم لستم وحدكم، حولكم أشخاص يحبونكم ويؤمنون بكم وبقوتكم.

لا تفقدوا الأمل، وحاربوا بكل ما تستطيعون، وثقوا بالله، فبعد كل تعب هناك أمل، وبعد كل ألم هناك فرح بإذن الله. «جمعية ابتسامة»، اسمها فقط «ابتسامة»، لكنها بالنسبة لي تحمل كل معاني الحب والسعادة والاحتواء والأمل.

كان حب المتطوعين فيها واهتمامهم ورحابة صدرهم تسبق ابتسامتهم، وكانوا يجعلوننا نشعر بأننا لسنا وحدنا في هذه الرحلة، وأن هناك أشخاصا يهتمون بنا ويفرحون لفرحنا.

مهمـا كتبت من كلمات شكر أشعر أنها قليلـة في حقهـم جميعا..

وأتمنـى في المسـتقبل أن أكـون متطوعـة ضمـن «ابتسـامة»، حتـى أسـتطيع أن أرسـم الابتسـامة على وجـوه أبطـال آخريـن، وأمنحهـم بعـض الحـب والأمـل الـذي منحـوني إيـاه.

نـور الزهـراء حسيـن

”

من وجع الفقد
إلى قـوة النجـاة

زينب أكبر

كانت حياتي مزدحمة بكل ألوان الحياة. فأنا خريجة بكالوريوس الفنون التربوية، أعشق الجمال بكل تجلياته، وأجد نفسي في الرسم والأعمال اليدوية وكتابة الخواطر والشعر. وإذا ضاقت بي الدنيا، لجأت إلى لوحة أرسمها بعفوية، أو إلى كلمات أكتبها فتمنحني شيئا من السكينة. كنت أعيش في عالمي الخاص، بين الأمومة والكتب، وأحمل في قلبي جرحا عميقا لا أجيد البوح به. وأيامي تمضي بهدوء، أؤدي واجباتي زوجة وأمًا، وأحاول أن أقتطع لنفسي وقتا صغيرا أتنفس فيه. وكانت سعادتي تكمن في أشياء بسيطة، كوب شاي، وكتاب جديد، والاطمئنان على أهلي. أما ابنتي فكانت محور عالمي كله، وملء قلبي واهتمامي.

لقد كانت الأمومة حلما انتظرته طويلا، إذ لم أرزق بابنتي إلا بعد تسع سنوات من الزواج. والأمومة بالنسبة لي ليست مجرد إنجاب طفل، بل أن تخرج روح من روحك، ثم تراها تكبر أمام عينيك يوما بعد يوم. لذلك كانت ابنتي حياة أخرى أعيشها، وروحا تسكن روحي. وفي الوقت نفسه، كنت أحمل حلما آخر، أن أعمل بشهادة البكالوريوس في الفنون التربوية، وأن أرد بعض الجميل لوالدي بعد سنوات تعبه، وأن أصبح معلمة يفتخر بها من أحبهم وأحبوني. لم أكن أتخيل أن أخوض تجربة قاسية كهذه.

دخلت المستشفى وأنا أتشبث بأمل صغير بأن تكون طفلتي ما تزال على قيد الحياة، لكن الفحوصات أكدت توقف نبضها. وقرر الأطباء إجراء عملية قيصرية عاجلة بسبب وضع المشيمة. كان ذلك اليوم من أكثر الأيام قسوة في حياتي، وكأن شيئا من روحي انتزع مني. انهرت في بكاء طويل تحت وطأة الصدمة، ففقدان الجنين ليس مجرد خبر مؤلم، بل هو فقدان لفرح كنت أنتظره وأحلم به. يومها أدركت كم يمكن للموت أن يكون قاسيا.

حاولت أن أتجاوز تلك المحنة بالإيمان بأن الأعمار بيد الله، وأن كل شيء يجري بقضائه وقدره. كنت أنظر إلى ابنتيّ، سمات وياسمين، وأتذكر أنهما نعمة عظيمة من الله، وأنهما بحاجة إلى رعايتي وقوتي، فكنت أستمد منهما القدرة على الصبر والمضي قدما رغم كل ما في قلبي من ألم.

في تلك المرحلة، كنت أشعر أن ما أمر به ليس أمرا عابرا، وأن وراء تلك الأعراض شيئا خطيرا. ومع النزيف الشديد الذي تعرضت له بعد العملية القيصرية، والأعراض الغريبة التي كانت تظهر على حالتي، توقعت أن ينتهي الأمر باستئصال رحمي، لكن السرطان لم يخطر ببالي يوما. ثم جاءت الصدمة الثانية التي لم تكن في الحسبان. بعد أن أجريت لي العملية القيصرية، دخلت في مضاعفات ونزيف شديدين، وشعرت بضيق حاد في التنفس، فنقلت إلى العناية المركزة.

وبعد عمليات نقل الدم والفحوصات اللازمة، اكتشف الأطباء أن السبب وراء ما كنت أمر به هو ورم الأرومة المشيمية، المعروف بكارسينوما المشيمة، وهو ورم نادر ينشأ في المشيمة وقد ينتقل منها إلى الرئتين ثم إلى المخ. كنت أرقد في مستشفى الملك حمد، حيث تمكن الفريق الطبي، بالتعاون مع البروفيسور د. حسني ملص، من اكتشاف المرض وتشخيصه، وبعد ذلك تم تحويلي إلى قسم الأورام لمتابعة العلاج.

أتذكر أن الفريق الطبي جلس معي وقال: «زينب، أنت قوية، وقد تحملت وصبرت على فقدان طفلتك. واليوم لدينا خبر جيد وآخر غير جيد. أما الخبر غير الجيد فهو أنك مصابة بالسرطان، وقد انتشر المرض ويستلزم الخضوع للعلاج الكيميائي. أما الخبر الجيد فهو أن نسبة الشفاء منه تصل إلى 90 %». كنت خائفة ومصدومة آنذاك. وبقيت صامتة، وكأن ماء مثلجا سكب على رأسي، فجمّد الكلمات والدموع في محجري، ما دفعهم إلى استدعاء الطبيبة النفسية؛ لأنني لم أبد أي رد فعل.

وبعدها بساعات، كتبت إلى أهلي. كنت متحيرة، كيف أكتب لهم؟ وكيف أتصل بهم

وأخبرهم؟ كانت الصدمة كبيرة على الجميع. فما إن علموا بالخبر، وكان ذلك في شهر رمضان، حتى رأيت أهلي وأحبائي يحيطون بي، والجميع يواسيني ويقف إلى جانبي. كان الخيار الأول هو العلاج الكيميائي بشكل مكثف وبجرعات عالية؛ لأن طبيعة هذا الورم أنه ينتشر بسرعة، وبعد ذلك جاءت خيارات العمليات.

انقسمت رحلة علاجي إلى قسمين، كانت المرحلة الأولى في البحرين، في قسم الأورام بمستشفى الملك حمد، حيث تلقيت معظم جرعات العلاج الكيميائي، وأجريت أكثر من عملية، وما زلت أتابع ملفي وحالتي الصحية معهم. وبسبب الجرعات المكثفة من العلاج الكيميائي، تعرضت للكثير من المضاعفات، منها استئصال المرارة، وتضخم الغدة الدرقية، وظهور بعض النتوءات في رئتي من بقايا الورم، أو ما يسمى بتليف الرئة. بعد أن امتد المرض إلى المخ، كان الأطباء في حيرة من أمري، هل ما ظهر في المخ ورم أم تجلط؟ لذلك سافرت إلى تركيا، وهناك تقرر إجراء عمليتين في المخ، الأولى تشخيصية، والثانية جراحية وعلاجية، بالإضافة إلى مزيد من جرعات الكيميائي المكثفة.

شعرت بالخوف عندما وصل المرض إلى المخ، وسافرت إلى الخارج لتلقي العلاج. وعندما دخلت إلى غرفة العمليات، كان خوفي شديدا. كانت الرعاية التي تلقيتها في مستشفى الملك حمد، وتحديدا في قسم الأورام، بغاية الاهتمام والعناية، ولهم فضل ودور كبير في رحلة علاجي. صحيح أن العلاج الكيميائي كان صعبا، لكن أثر تلك الرعاية ظل واضحا في رحلتي العلاجية، وكذلك كان الحال في مستشفى فلورنس في تركيا. تأثرت حياتي كثيرا، فأنا أم لطفلتين، إحداهما في الخامسة من عمرها، والأخرى في الثانية. كانت حياتي مكرسة لتربيتهما وتعليمهما والعناية بهما، فهما في سن صغيرة، وكانت التفاصيل اليومية الصغيرة هي أجمل ما أعيشه معهما، من إعداد الطعام لهما ورؤية فرحتهما، إلى اصطحابهما إلى الألعاب واللعب معهما، والنوم معهما في سرير واحد، وقراءة قصة ما قبل النوم.

كل تلك التفاصيل التي كنت أعيشها يوميا أصبحت فجأة بعيدة عني. فبعد أن كنت أنام مع طفلتيّ، أصبحت أنام وحيدة في غرفة المستشفى، وحرمت من تلك التفاصيل ومن ذلك الروتين اليومي الذي قد يبدو مرهقا وثقيلا على كل أم، لكنه بالنسبة لي كان نعمة لم أدرك قيمتها إلا عندما حرمت منها. وكأي أم، كنت أشتاق إلى أن أنام وابنتاي في أحضاني.

أخذ السرطان مني الكثير، طفلتي التي توفيت، وجسدي الذي لم يعد كما كان،

ومشكلات صحية عديدة ظهرت لدي بعد العلاج الكيميائي. لكنه، في المقابل، منحني القوة، وأهداني بشرا تعرفت عليهم بهيئة الملائكة، وجعل علاقتي بالله أكثر قربا.

كنت أحاول أن أشغل عقلي عن المرض بأي طريقة، وعن الألم، كان والدي، رحمه الله، يشجعني، ويكرر عبارة: «أهم شيء النفسية». كان يمدني بالقوة، فقد كان عمودي الفقري، إضافة إلى والدتي ودعائها. وكان لدعاء ومساندة أهلي وأحبائي دور كبير. ووضعت نصب عيني ابنتي، وأن أقاوم من أجلهما وأتحمل الألم. كما ضعفت كثيرا عندما توفي والدي، رحمه الله، وأنا في آخر مراحل علاجي. كان فقده صعبا عليّ، خصوصا في الوقت الذي كنت فيه ما زلت أخوض رحلة العلاج.

بعد التعافي، الحمد لله، أقوم بأعمالي وأعمال أسرتي كلها بنفسي. صحيح أن جسدي لم يعد كما كان في السابق، لكنني أستمد القوة من الله تعالى. حتى خلال فترة أخذ العلاج الكيميائي، كنت أحاول أن أقوم بأبسط الأعمال، فأنا لا أحب الركون والخضوع للمرض.

هناك مواقف لا أنساها، لمست فيها طيبة وحنانا ورحمة. عوضني الله بأطباء رحماء وممرضات كن بالنسبة لي ملائكة في مستشفى الملك حمد، وكانوا أكثر رحمة حتى من أقرب الناس إلي. لا أنسى د. عائشة زمان، ولا د. حسني ملص وفريقه الطبي، ولا الممرضة شريفة وفردوس وممرضات قسم الولادة، وكذلك الممرضة مريم وفاطمة مدن وسارة، مساعدة الممرضة، في قسم الأورام. وهناك كثيرون غيرهم ممن كان لهم أثر كبير في رحلتي، ومنهم د. زينب أبوسهيل، والصديقة التي كانت نعمة منحني الله إياها في رحلة السرطان، ومريم الحمادي من أهل زوجي. لا أنسى طيبتهم وما قدموه لي من دعم وتخفيف لألمي.

لا تتغافلوا عن أبسط الأعراض التي تشعرون بها أو أي إشارة تطلقها أجسامكم

اذهبوا للفحص المبكر، فهو وقاية ويتيح علاجا أسرع من المرض. السرطان ليس معناه الموت، بل معناه المحاربة وصنع الأيام من جديد، فربما يكون هو البداية إلى حياة أفضل.

زينب أكبر

ما بعد الخـــــوف..

عدنان علي الصيبعي

استيقظت من نومي على ألم لم أشعر بمثله من قبل. كان هناك ثقل شديد يضغط على صدري وقلبي، وكان التنفس يزداد صعوبة، حتى شعرت بأنني لا أستطيع التقاط أنفاسي. نزلت إلى صالة المنزل وأنا أبكي من شدة الألم وضيق التنفس. رأتني أختي الصغيرة، وكانت في الثامنة من عمرها، فسألتني: «ما بك؟ لماذا تبكي؟» فقلت لها: «أخبري أمي وأبي أن يتصلا بالإسعاف بسرعة». كان والداي في المطبخ. وعندما جاءا إلى الصالة ورأياني بهذه الحالة، لم تستطع أمي أن تتمالك نفسها، فأخذت تبكي خوفا عليّ، بينما سارع أبي إلى الاتصال بالإسعاف. وبينما كنت أنتظر، باغتني ألم شديد مرة أخرى، شعرت بثقل مؤلم يضغط على صدري وقلبي، وضاق نفسي حتى أصبح التنفس أكثر صعوبة.

كانت تلك المرة الأولى التي أشعر فيها بأن روحي تكاد تخرج من جسدي. وعندما وصل الإسعاف، أجرى لي طاقمه تخطيطا للقلب وبعض الفحوصات الأخرى، وتبين أن تخطيط القلب سليم، وأنه لا توجد أي مشكلة تستدعي القلق. واعتذر طاقم الإسعاف لوالدي، موضحين أنهم لا يستطيعون نقلي إلى المستشفى؛ لأن الفحوصات التي أجروها تشير إلى أنني سليم ولا أعاني من أي مشكلة. لكن ذلك لم يطمئن أهلي، بل زاد خوفهم عليّ، إذ أصر أهلي على نقلي إلى المستشفى للاطمئنان والتأكد بصورة أكبر. وبعد ذلك، وافق طاقم الإسعاف على نقلي. عاودتني الحالة للمرة الثانية. اشتد الألم في صدري بصورة كبيرة، وضاق نفسي، وفي هذه المرة، شعرت أنني أقترب من النهاية، وبدأت أتشهد وأستعد للموت، ولم أستفق إلا وأنا في غرفة الإنعاش.

في الطوارئ، عادت الحالة من جديد، وعاد معها ذلك الشعور المخيف بأن حياتي قد تنتهي في أي لحظة وفي تلك اللحظة، استعددت للموت من جديد، فتجمع حولي الأطباء والممرضون. وبعد قليل، هدأت حالتي وعدت إلى طبيعتي. أجريت لي أشعة مقطعية. وكانت تلك المرة الأولى في حياتي التي أدخل فيها إلى هذا الجهاز، الذي بدا لي في شكله أشبه بالتابوت. مرت ساعتان وأنا أنتظر النتيجة، ثم كانت الصدمة. أخبروني أنا وأهلي بوجود غدة على القلب والرئة، يبلغ عرضها 15 سنتيمترا وطولها 7 سنتيمترات، وكان حجمها يقارب حجم اليد تقريبا.

أخبروني أنهم سيجرون لي خزعة من الصدر لأخذ عينة من هذه الغدة ومعرفة نوعها. أخذوا مني العينة، وانتظرت النتيجة. لكن بعد أيام عادة، طلبوا إعادة الخزعة؛ لأن نتيجة العينة لم تكن واضحة، ولذلك احتاجوا إلى إجراء عملية منظار من الجهة اليمنى من جسمي، وفتح ثلاثة شقوق لأخذ عينة أخرى. تم تنويمي في المستشفى، وفي اليوم التالي أدخلوني إلى العملية. عندما استيقظت من التخدير، وجدت أنهم قد ركبوا لي أنبوبا بالقرب من الرئة. كنت أشعر بألم شديد جدا في موضعه، فلم أكن أستطيع الحركة إطلاقا، فبقيت مستلقيا على ظهري. وبعد نحو عشرة أيام من العملية، قرر الطبيب إزالة الأنبوب. وعندما سحب الأنبوب، كانت أول مرة في حياتي أشعر فيها بألم بهذه الشدة. صحيح أنه لم يستمر أكثر من ثانية واحدة حرفيا، لكنه كان ألما قاتلا.

بعد أيام عدة، خرجت من المستشفى، وانتظرت النتيجة ومارست حياتي بشكل طبيعي والحمد لله، ولم أكن أشعر إلا ببعض الألم الخفيف. وبعد نحو أسبوعين، اتصلوا بي، وكنت سعيدا لأنني سأعرف النتيجة، لكنهم أخبروني بأن النتيجة أيضا لم تكن واضحة، وأنهم بحاجة إلى إعادة العملية مرة أخرى في الجهة اليسرى. في تلك اللحظة، شعرت بالضيق بسبب الأنبوب الذي سيركب مرة أخرى. أما العملية نفسها، فلم أعطها أهمية كبيرة، لكنني تذكرت الألم الذي شعرت به عند إزالة الأنبوب. وذهبت إلى المستشفى للتنويم استعدادا لإجراء العملية في اليوم التالي. وحين تم تنويمي، وحوالي الساعة الثالثة فجرا، شعرت بوجود انتفاخ في رقبتي. وضعت يدي على رقبتي، واكتشفت بالفعل وجود شيء منتفخ. عندما أدخلوني إلى غرفة العمليات، جاء الطبيب، فأخبرته بالأمر، فقال: «جيد، سنستأصلها ونرسلها إلى المختبر، فقد تساعدنا في معرفة مرضك».انتهت العملية، وكانت أقل ألما من العملية الأولى. وبعد أيام، خرجت من المستشفى، وأخبروني أنهم سيتصلون بي عندما تظهر نتائج العينات. فانتظرت نحو أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، ثم اتصلوا بي وأخبروني بالحضور إلى الطبيب لمعرفة تشخيص المرض. ذهبت مع والدتي إلى الطبيب، وكان أول ما قاله لي:

«لو كان شخص آخر مكانك، لبقي طريح الفراش وغير قادر على الحركة».

«كيف أنت جالس أمامي الآن؟» كان سؤاله يحمل الكثير من الاستغراب، فأجبته: لماذا؟ أين يفترض أن أكون؟

كان مستغربا من أنني أتحرك وأذهب وأعود وأتحدث بشكل طبيعي، وكأنني لا أعاني من شيء. فسألته: «ولماذا أنت مستغرب؟» فقال لي: «إن الغدة الموجودة على قلبك ورئتك كبيرة جدا، ولو كان شخص آخر مكانك لما تحملها». ثم بدأ الطبيب يمهد لنا الحديث ليخبرنا بنوع المرض. وبعد كل ذلك، أخبرنا بأنني مصاب بسرطان الغدد اللمفاوية. لم تستطع أمي تحمل الخبر، فأخذت تبكي، بينما كنت أنظر إليها وأبتسم بهدوء شديد؛ لأن الأمر بدا لي عاديا. فماذا يمكن أن يحدث أكثر من الموت؟ وفي النهاية، كلنا سنموت، والبقاء لله سبحانه وتعالى. كان خبر إصابتي بهذا المرض أمرا عاديا بالنسبة لي، ولم أعطه أهمية كبيرة أو أعتبره بالضرورة مؤديا إلى الموت، كما كان يقال أو كما كنت أسمع سابقا. فقد كنت مقتنعا تماما بأن الموت بيد الله سبحانه وتعالى، وليس بسبب مرض أو أي شيء آخر في الحياة. لذلك، عندما أخبرني الطبيب بالمرض، لم أخف أبدا، بل كنت على يقين بأن الله سبحانه وتعالى على كل شيء قدير، وأنه المعافي والشافي من كل شيء في هذه الدنيا.

عرض عليّ خيار علاجي واحد، وهو الخضوع للعلاج الكيميائي، فوافقت على العلاج؛ لأنه لم يكن هناك حل آخر. أخبروني أن العلاج سيسبب لي الخمول وآلام الجسم وعدم الرغبة في الأكل والشرب، إلى جانب أمور أخرى، لكن كان عليّ أن آكل وأشرب. وكانت توقعات الأطباء أن تكون نسبة الشفاء كبيرة؛ لأنهم تمكنوا من تشخيص المرض والوصول إلى الحل. في تلك اللحظة، كانت تلك أول مرة أبكي فيها بسبب المرض، وانهمرت دموعي من شدة التأثر. فعلى الرغم من أنني لم أتضايق من قبل، ولم أبك أو تدمع عيناي بسبب المرض، إلا أن هذا الخبر أثر فيّ كثيرا. أصبحت مترددا في أخذ العلاج، فأخبرت الممرضة أنني سأفكر وأعود إليها. ثم اتصلت بوالدي وأخبرتهما بالموضوع، فطمأناني وأخبراني أن الخير سيأتي بإذن الله، وأنه لابد أن آخذ العلاج؛ لأنه لا يوجد حل آخر، وأن ما قيل لي

مجرد احتمال وليس أمرا مؤكدا. طلبا مني ألا أخاف وأن أتوكل على الله سبحانه وتعالى. بعد ذلك، أخبرتهما بأنني موافق على العلاج.

كانت رحلة العلاج من أكثر المراحل إرهاقا بالنسبة لي.. كنت أشعر أن ألم العلاج الكيميائي بعد الجرعة كان أشد من ألم المرض نفسه. جسديا، كان جسمي كله يؤلمني بعد كل جرعة، وتساقط شعر جسمي كله، وأصابني خمول شديد جعلني غير قادر على الحركة، خصوصا بعد الجرعة الأولى. أما الجرعات التالية، فقد خف الألم قليلا؛ لأن جسمي بدأ يعتاد العلاج الكيميائي. أما نفسيا، فكان أكثر ما يضايقني أنني لم أكن أستطيع الاختلاط بالناس؛ لأن المناعة تكون ضعيفة جدا. أصبحت حياتي كلها بين أربعة جدران، وكان هذا الأمر متعبا نفسيا بحد ذاته، فأنت معتاد على الاختلاط بالناس والذهاب والعودة، ثم تجد نفسك فجأة تقضي فترة العلاج كلها وحدك، لا ترى أحدا ولا تتحدث مع أحد.

كانت عائلتي إلى جانبي، وكان هاتفي لا يكاد يتوقف عن الرنين، والناس يسألون عني ويتحدثون معي ويطمئنون عليّ، فكان وجودهم يخفف عني شعور الوحدة وينسيني أنني أقضي فترة العلاج بعيدا عن الناس. كان وجود هؤلاء الناس الطيبين في حياتي أكبر دافع لي لأن أكون بخير، حتى أجدهم هم أيضا بخير وصحة وسلامة. أما عن حياتي الجامعية، فقد توقفت عن الدراسة فترة، ثم عدت إليها. وكان الأساتذة والطلاب متعاونين معي، ولم يقصروا في دعمي.

ومع مرور الوقت، بدأت أفهم معاناة المرضى أكثر. ومع ذلك، لم تتغير حياتي بالكامل بسبب المرض، فقد كنت أحاول أن أعيش بصورة طبيعية، وأحيانا كنت أنسى أصلا أنني مريض. وكانت عائلتي تطلب مني ألا أخرج، لكنني كنت أحيانا أخالف كلامهم، وأعود إلى حياتي بصورة طبيعية قدر الإمكان. وبعد انتهاء العلاج، أخبرني الطبيب ألا أختلط بأحد، وأن أبقى في المنزل أيضا؛ لأن مناعتي ما تزال ضعيفة، وأنني أحتاج إلى وقت حتى أستعيدها. وقد أخذ مني هذا المرض نحو سنة كاملة، بين الفحوصات والنتائج والعلاج.

ما يزال هاجس عودة السرطان موجودا، ولهذا أصبحت أحرص كثيرا على كل شيء، من ناحية الأكل ومن ناحية الاختلاط بالناس، من باب الاحتياط. وهذا كله ليس خوفا، وإنما لأنني لا أريد أن يعود المرض مرة أخرى، ولا أريد أن أعيد هذه المرحلة من جديد. فالعلاج الكيميائي شيء متعب جدا، ولا أريد أن أجربه مرة أخرى أبدا، ولا أتمنى لأي شخص أن يجربه.

لقد أخذ السرطان مني شيئا اسمه الخوف..

في السابق، كنت أسمع عن هذا المرض وأخاف منه بصراحة، لكن عندما جربته، رأيته شيئا عاديا ولا يستدعي كل هذا التهويل الذي نسمعه عنه، فالسرطان لا يخيف كما يصفه الناس.

عدنان الصيبعي

سمو الشيخ خالد بن حمد..
أحلى المفاجـآت

لانا أسامة الحمد

حياتي كانت تسير على إيقاعها المعتاد، كنت طفلة في الصف الثاني الابتدائي، شغوفة باللعب مع إخوتي وأصدقائي الذين هم في عمري. كنت أعشق «الحلاوة» وكل أنواع «الخرابيط»، من الشيبس والحلويات إلى البيتزا وقطع الدجاج المقلية (التشكن ناغتس). كنت أخرج مع أهلي للتنزه واللعب ومشاهدة الأفلام في السينما، وأشارك في تجمعات الأهل والأصدقاء، فقد كنت اجتماعية جدا، وسريعة التعلم في المدرسة، على الرغم من أنني لم أتمكن من الالتحاق بها إلا في نهاية الصف الأول الابتدائي بسبب جائحة كورونا. ولأنني لم ألتحق بالحضانة أيضا، فقد تلقيت تعليمي التأسيسي عن بعد.

لكن المرض كان له طريق آخر، ففي منتصف الصف الثاني الابتدائي، انقطعت عن الدراسة، وبدأت رحلتي مع علاج اللوكيميا. كنت مسافرة مع عائلتي حين بدأت أشعر بالمرض، فقد كانت الحمى تنهكني، وترافقها آلام في ساقي، حتى أنني لم أكن أستطيع المشي من شدتها. ومع استمراري في الدراسة، اشتدت نوبات الألم في ساقي اليسرى، ثم امتدت إلى ساقي اليمنى، حتى أصبحت الآلام تشمل كلتيهما.

بعد عودتي من السفر، صار أسبوعي يتوزع بين الذهاب إلى المدرسة طوال أسبوع، وملازمة الفراش في الأسبوع التالي. أخذني أبي في رحلة طويلة امتدت ثلاثة أشهر، متنقلا بي من طبيب إلى آخر، ولم يدع مختصا إلا عرضني عليه، لكن أحدا لم يتمكن من تشخيص مرضي تشخيصا صحيحا. شخصت حالتي على أنها أحد أنواع الروماتيزم، وتحديدا الذئبة الحمراء، وبدأت أتلقى العلاج، لكن من دون جدوى.

وهنا، اتصل أخي الطبيب محمد، وهو أخي غير الشقيق، وطلب من والدي أن نراجع طبيبة متخصصة في روماتيزم الأطفال بمستشفى السلمانية. في البداية، احتارت الطبيبة في تشخيص حالتي، لكنها بعد إجراء التحاليل وانتظار دام أسبوعين أو ثلاثة، اتصلت بوالدي وأخبرته بضرورة إدخالي إلى المستشفى فورا؛ بسبب الانخفاض الحاد في عدد صفائح دمي.

أسرع بي والدي إلى المستشفى، وكان ذلك في الأول من أبريل. وليتها كانت كذبة أبريل! فقد شخصت إصابتي بسرطان الدم (اللوكيميا)، وأحيلت حالتي إلى قسم أمراض الدم.

كانت الصدمة شديدة على أمي، فانفجرت بالبكاء والنحيب، أما أبي فتلقى الخبر بين الإنكار والاستفهام. وكنت أنا تائهة، لا أفهم شيئا مما يحدث، لكنني أدركت أن ما يجري ينذر باختبار قاسٍ!

أتذكر أبي وهو يحتضن أمي بحنان، ويقول: «لا حول ولا قوة إلا بالله، عسى في الأمر خير، عسى في الأمر خير»، مذكرا إياها بأنه ابتلاء من الله، وأن علينا جميعا أن ننجح في تجاوزه. عندها هدأت أمي وقالت: «الحمد لله، سأدعوه وأنا موقنة بالاستجابة».

أدخلوني بعدها إلى جناح 22، ورأيت أطفالا بلا شعر. عندها ساورني الشك في أنني مصابة بالسرطان، فسألت أمي إن كان ذلك صحيحا. فأخبرتني بأنني مصابة به بالفعل، لكن الله سيشفيني، وأن العلاج، ولله الحمد، متوافر وناجح بإذن الله.

تأكد لي أنني مصابة باللوكيميا حين دخلت الجناح لتلقي العلاج، ورأيت الأطفال وقد خلت رؤوسهم من الشعر، وهزلت أجسادهم من شدة المرض. خفت من الموت، لكن والدي ساعداني على تجاوز هذا الشعور بالحديث عن الأمل. وقالت لي أمي حينها إن الله يحبني، وإنه ابتلاني بهذا المرض لأحصل على أجر عظيم. فصبرت وتقبلت مرضي، وحمدت الله، وسألته الشفاء.

لا أعرف إن كان ما شعرت به سلاما أم استسلاما! لكن حين ذهبت للعب في غرفة اللعب، التقيت رقية، وكان ذلك لقاؤنا الأول. دار بيننا حديث وأخبرتني كيف صرعت المرض، ثم كشفت لي عن رأسها وقالت إن شعري سيعود أجمل من قبل. عندها تعاهدنا على أن نقهر المرض بإذن الله.

أبي رجل قوي، لكنني رأيته صامتا للمرة الأولى، محدقا في السماء. أما أمي البشوشة، فكانت تدير وجهها بين الحين والآخر وتبكي. كانت تظن أنني لم أرها، لكنني آثرت الصمت، وانشغلت باللعب كي أنسى الألم.

وحين سألت أمي ذات مرة: «لماذا تبكين؟» أجابت بأنها متضايقة من وجودنا في المستشفى وابتعادها عن إخوتي. لكنني قلت لها: «لا تخافي يا أمي، لأن الله يحبني وسيشفيني بإذنه»، وذكرتها بكلامها عن أن ما أمر به امتحان من الله، وأنني سأشفى بإذنه وأنال الأجر.

بـدأت الـعلاج فـور تشـخيص إصابتـي باللوكيميـا، ومكثـت في المستشـفى نحـو ثلاثـة أسـابيع. شـعرت بالملـل مـن البقـاء فيـه، لكـن أمـي كانـت تـصبرني وتقـول: «نحـن مسـافرون لنـغير المـكان، بعيـدا عـن البيـت». وكلما اقتضـت الضرورة دخـولي إلى المستشـفى، كانـت تقـول: «هيـا بنـا إلى الفنـدق، بـس أنـا وأنـت معـا».

بصراحـة، لم أكـن أشـعر بالتعـب كـثيرا في البدايـة، لكـن مـع تقـدم مراحـل الـعلاج الكيميـائي، ازداد ألم جسـمي واشـتد التعـب، حتـى أصبحـت سريعـة التقلـب في المـزاج، وتنتابنـي نوبـات مـن الحـزن والبـكاء. ومـع ذلـك، كنـت أخـرج مـن الغرفـة بمسـاعدة والـدي، وألعـب مـع الأطفـال في المستشـفى، وأعيـش اللحظـات السـعيدة.

كان الـعلاج مـؤلما، لكـن الدعـم النـفسي الـذي تلقيتـه مـن أهلي أعـاد إلي الأمـل وسـاعدني على الصمـود. أمـا ابتعـادي عـن المدرسـة، فقـد حرمنـي التواصـل مـع صديقـاتي، ومـا زلـت أعـاني تبعـات الغيـاب عـن الدراسـة، إذ تراجـع مسـتواي الـدراسي.

بعـد فترة مـن رحلـة الـعلاج، تواصلـت معـي صديقتـي ماريـا، وهـي صديقتـي الوفيـة مـن المدرسـة. ومنـذ ذلـك الـحين، ازدادت قـوة علاقتنـا، فكانـت تتحـدث معـي يوميـا ونلعـب معـا عبر الآيبـاد، ونحـن الآن في الصـف نفسـه.

كان بقـائي في المستشـفى أشـبه بالإقامـة في فنـدق، وكانـت أختـي يـارا إلى جانبـي في جميـع مراحـل الـعلاج، فهـي، بلا منـازع، أمـي الثانيـة، التـي تحملتنـي في أسـوأ حـالاتي. كانـت تلعـب معـي، وكانـت أختـي وصديقتـي، بـل إنهـا أدت دور الأم معـي بصبرهـا، بالرغـم مـن حداثـة سـنها! أمـي وأبي ويـارا.. جعلـوني أشـعر بأننـا حقـا في فنـدق، لا في قسـم الأورام بالمستشـفى، وسـاعد على ذلـك جمال القسـم وديكوراتـه الرائعـة.

كان فقـدان شـعري أمـرا صعبـا جـدا بالنسـبة إلي، فأنـا أحـب شـعري كـثيرا. حزنـت في البدايـة، لكـن أمـي أحضرت لي شـعرا مسـتعارا وألبسـتني إيـاه، وقالـت: «كل يـوم يمكنـك أن تغيريـن شـكله ولونـه حسـب الموضـة يـا بنـت».

كانـت صدمـة فقـدان الشـعر شـديدة، لكـن التعامـل مـع المواقـف بـروح مرحـة، والتركيـز على مـا نسـتطيع فعلـه، جـعلا مـن المحنـة منحـة، وفتحـا أمامـي آفاقـا جديـدة لفهـم كـثير مـن فلسـفات الحيـاة.. أصبحـت أكثر شـجاعة وقـوة في مواجهـة المواقـف. صحيـح أننـي مريضـة، لكننـي، بـإذن اللـه، قـادرة على التغلـب على المـرض.

تعلمـت أن أحـب شـكلي مـن دون شـعر، وأن أتعايـش مـع مظهـري الجديـد. والحمـد للـه، عـاد شـعري للنمـو بسرعـة، وإن كان لا يـزال قـصيرا.

كان مـن الطبيعـي أن أشـعر بأننـي مختلفـة عـن أقـراني مـن الأطفـال، بـل عـن الأطفـال عمومـا، فقـد كنـت محرومـة مـن رؤيـة الأطفـال، باسـتثناء أختـي يـارا، التـي التزمـت طـوال رحلتـي العلاجيـة

بارتداء الكمامة، حتى في المدرسة، خشية أن تصاب بأي مرض وتنقله إلي. يا لها من تضحية!

تحب يارا اللعب والركض، وهي سريعة جدا، لكنها امتنعت عن ذلك، إذ كانت الكمامة تحد من قدرتها على ممارسة التمارين والأنشطة الرياضية. لقد ضحت من أجلي، فجزاها الله خيرا.

كان أبواي يخافان علي بسبب ضعف مناعتي، ولذلك مُنعت من مخالطة الأطفال، خشية أن ألتقط منهم عدوى. «الله لا يعيد تلك الأيام»، فقد افتقدت حينها متعة اللقاء بأطفال من فئتي العمرية واللعب معهم.

حرمت من عيش طفولتي مع الأطفال من أهلي وأصدقائي، لكنني كسبت أصدقاء من محيط المستشفى، مرضى مثلي. وكان من أحبهم إلى قلبي رقية أشكناني والطفلة سارة، التي شخصت بالسرطان حديثا. وجدت معهما شيئا من الصحبة في تلك الأيام، مع تمنياتي لنا جميعا الشفاء التام والعيش في هناء.

تأثرت دراستي كثيرا، فلم يكن جسدي ولا ذهني قادرين على مواكبة الدراسة. ولأنها كانت مرحلة تأسيسية، فقد ترك ذلك أثره فيّ لاحقا. فما زلت أتهجى الكلمات أثناء القراءة، بينما يقرأ الآخرون بسهولة، كما أنني لم أعتد الكتابة، فتتعب يدي سريعا.

أما الطاقم التعليمي، خصوصا المعلمين، فلم يعتادوا التعامل مع حالات مثل حالتنا. ففي مرحلة معينة من العلاج، نكاد نكون شبيهين بذوي الهمم. أتمنى أن ترتقي المؤسسات التعليمية إلى مستوى يواكب احتياجات الطلبة الذين يتغيبون عن الدراسة لظروف صحية، وأن تتيح لهم مواصلة تعليمهم دون أن يخسروا سنوات من حياتهم الدراسية.

لا أنكر أن الخوف كان يتملكني أحيانا، لكنني آثرت الصمود على الاستسلام؛ لأن وقوفي شامخة سيقوي أبي وأمي وإخوتي، خصوصا يارا. أنا لانا، وأنا فتاة قوية، وبإذن الله سأفعل كل ما بوسعي لأتعافى.

كان أبي وأمي وإخوتي، بسمة وحسن ويارا، معي دوما أثناء رحلة العلاج، لكن يارا كانت إلى جانبي في كل خطوة تقريبا، كظلي الذي لا يفارقني، وكانت تظللني بحبها. ولا أنكر كذلك فضل صديقتي الحبيبة ماريا، التي جعلت أيام الوحدة والألم تمر وكأنها لم تكن.

لقد تحدثت عن أهلي وصديقتي ماريا ودعمهم لي، لكن هناك جنود مجهولون كان لهم حضور مهم في رحلتي، ومنهم جمعية «ابتسامة»، التي أدت دورا مهما في رحلة علاجي.

لا أنكر أن الخوف كان يتملكني أحيانا.. لكني آثرت الصمود على الاستسلام

فقد كانت فعالياتها ومساندتها تزرع الابتسامة على وجوه كل من شارك فيها.

أما الأيام الصعبة، فكانت مثقلة بمشاعر الخوف والقلق والحزن. لكن ما إن تهدأ العاصفة حتى تدب الحياة والحيوية فينا جميعا من جديد، فنبدأ بالحديث والتخطيط للمستقبل، وكأننا لسنا في المستشفى..

أعرف أن أهلي يخفون كثيرا من مشاعرهم حين أكون أتألم، لكن وجوههم وتصرفاتهم تعبر عما لا تنطق به ألسنتهم. كان صمودي يمنحهم القوة، ويساعدهم على اجتياز المحن معي بأقل قدر من الألم.

وهناك موقف لا أستطيع نسيانه، فقد استيقظ أبي ذات يوم وقد فقد جزءا من ذاكرته، من جراء الضغوط التي كان يكبتها في قلبه بصمت. لكن، ولله الحمد، لم ينقض ذلك اليوم حتى استعاد ذاكرته.

أخذ مني السرطان مرحلة مهمة من حياتي، مرحلة تكوين الصداقات والتأسيس الدراسي، لكنه أضاف إلى شخصيتي الكثير. فقد اكتشفت أنني قوية جدا وجريئة، فلا أخشى الكاميرات، وأستطيع إلقاء كلمة دون تحضير، والتحدث مع أشخاص من فئات عمرية مختلفة. كما أكسبني حب كثير من الناس مكانة طيبة في المجتمع. ربما فاجأني السرطان بخبثه، لكنني فاجأته بقوة إيماني وصمودي، وإن شاء الله سأقهره.

أما لحظة معرفتي بأنني تعافيت، فكانت لحظة فرح ومواساة لكل من شاركني رحلة العلاج. إنه شعور لا يوصف، أن تعرف أنك، بعد كثير من الصبر، تستطيع العودة إلى حياتك، والتنفس بحرية، والعيش في المجتمع دون خوف من المرض وتبعاته.

كانت عودتي إلى الحياة الطبيعية، وإلى المدرسة والأنشطة التي أحبها، من أجمل لحظات استعادة الحياة، إذ عدت لأكون جزءا من الحياة والمجتمع من جديد. لكن، كما ذكرت سابقا، فإن ضعف العضلات والتأخر الدراسي سيتطلبان مني بذل جهد كبير حتى أعود إلى ما كنت عليه، أو أصبح أفضل مما كنت. تعلمت من أبي أن الضربة التي لا تكسرك تقويك، لذا، لم يكن هدفي أن أعود كما كنت فحسب، بل أن أعود أقوى وأكثر وعيا.

أحيانا، ينصحني والدي بتجنب بعض الأطعمة والمشروبات غير الصحية، فأتذكر ما مررت به من آلام، وأكتفي بالقليل منها دون إسراف. لكنني لا أحرم نفسي من الاستمتاع بالحياة، فالحياة تستحق أن تعاش بحلوها ومرها. وطالما أنني لا أسرف، فحتى القليل من السم لا يقتل! (تبتسم).. هكذا علمتني الحياة.

لقد ذكرت مبادرة «ابتسامة» سابقا باختصار، لكنها تنظم الكثير من الفعاليات التوعوية التي نلتقي فيها بإخوتنا من مرضى السرطان، ويدعم بعضنا بعضا. والشكر الجزيل لكل أفراد الطاقم الذين يتحلون دائما بالمسؤولية والمحبة، ويمطروننا بالهدايا والمودة. وأتمنى أن

تكـون مبـادرة «ابتسـامة» جـزءا مـن التغـيير الـذي أطمـح إليـه في المنظومـة التعليميـة، بمـا يسـهم في تطويـر تعليـم مـرضى السرطـان، دون أن يضطـروا إلى خسـارة سـنوات مـن حياتهـم الدراسـية. شـكرا لكـم مـن القلـب، فأنتـم الأحبـاء الذيـن يبذلـون بوفـاء مـن وقتهـم وجهدهـم ليرسـموا الابتسـامة على وجـه كل مريـض. بـارك اللـه فيكـم ولكـم.

سـمو الشـيخ خالـد بـن حمـد آل خليفـة، أو كما أحـب أن أدعـوه «بابـا خالـد»، هـو أميري الـذي خـرج مـن وراء السـتار وفاجـأني بأجمـل المفاجـآت. أحببـت تواضعـه وأبوتـه وحنانـه عليّ وعلى مـرضى السرطـان جميعـا، ووفـاءه بوعـوده.

لقـد فوجئـت حين دخـل عليّ، وازدادت دهشـتي بالهدايـا، لاسـيما هديـة خاصـة تمثلـت في حضـور الفنـان حسـن محمـد للقـائي. فلـم أتمالـك مشـاعري، وانهمـرت دمـوع الفـرح لتـعبر عما يختلـج في قلبـي.

كنـت أعلـم، كما قـال لي أبي، أن الدولـة ترعـى المـرضى عبر تـوفير الـعلاج والـدواء مجانـا، لكـن مـا بـادر بـه سـمو الشـيخ خالـد بـن حمـد آل خليفـة أضـاف لمسـة جميلـة إلى صـورة طـالما كانـت جميلـة، لتـزداد جمالا.

ومـن الطبيعـي أن تعـزز مثـل هـذه المبـادرات قـوة المـرضى، وتمنحهـم الأمـل، وتبعـث في نفوسـهم السرور والبهجـة، وتوقـظ فيهـم الطاقـة الإيجابيـة.

أقـول لسـموه: «شـكرا، بابـا خالـد، وأطـال اللـه في عمـرك، ورزقـك الصحـة والعافيـة وكل الـخير». وأختـم بالقـول: «أحبـك كـثيرا، فأنـت غـال جـدا عنـدي». كما أتمنـى أن ألتقيـه مـرة أخـرى لأشـكره.

بعـد هـذه التجربـة، أقـول إن الحيـاة تجمـع بين الحلـو والمـر. فـإذا ابتلينـا، كانـت تلـك فرصـة للـصبر وطلـب الأجـر، وللكفـاح مـن أجـل النجـاة والفـوز بالحيـاة، والفـوز بالآخـرة أيضـا. وإذا أقبلـت علينـا الحيـاة بحلوهـا، فهـذه فرصـة لنسـتمتع بنعمهـا بحكمـة ومـن دون إسراف.

وتعلمـت أيضـا أن النـاس جميلـون على اخـتلاف أشـكالهم وأطيافهـم، وأنهـم جميعـا يسـتحقون الأفضـل في هـذه الحيـاة، وأن التنـوع جميـل كعلبـة «ماكنتـوش». وتعلمـت أن نحسـن إلى بعضنـا بعضـا، وأن نسـمو في هـذه الحيـاة بأخلاقنـا وأعمالنـا.

المصابـون بمـرض اللوكيميـا بشر يسـتحقون الرعايـة والاهـتمام، مثلهـم مثـل سـائر أفـراد المجتمـع. فالمـرض غير معـد، فلا تخافـوا منـا إذا رأيتمونـا. نحـن بشر أصيبـت دماؤنـا بالمـرض، وسـنتعافى بالـعلاج بـإذن اللـه. لكـن مناعتنـا تكـون ضعيفـة بـفترة المـرض، ولذلـك علينـا توخـي الحـذر، وعلى الأصحـاء أن يتفهمـوا أننـا أكثر عرضـة للإصابـة بالعـدوى.

وبعـد كل مـا مـررت بـه، سـأبذل جهـدا مضاعفـا لتعويـض مـا فاتنـي دراسـيا، وبنـاء علاقـات اجتماعيـة جميلـة مـع أهلي وأصدقـائي. كما سـأدعم مبـادرات «ابتسـامة» لمسـاندة إخـوتي المـرضى، ومسـاعدتهم على اجتيـاز رحلـة الـعلاج بـسلام.

وبعد كل ما مررت به..

سوف أبذل جهدا مضاعفا لتعويض ما فاتني من الدراسة، وأبني علاقة اجتماعية جميلة مع أهلي وأصدقائي. وسوف أدعم مبادرات «ابتسامة» لأدعم إخوتي المرضى، وأساعدهم على تجاوز رحلة العلاج بسلام.

لانا أسامة الحمد

نبذة عن الكتاب

- صحافي بحريني متخصص في المجال الطبي.
- محرر ملحق «صحتنا» في صحيفة «البلاد».
- حاصل على درجة البكالوريوس في العلاقات العامة والإعلام من الجامعة الأهلية في مملكة البحرين.
- مؤلف كتاب «عاشق الكالسيوم».
- رئيس قسم الإعلام بمركز تمكين شباب جدحفص.
- مؤسس ورئيس فريق «هايبوبارا بحرين».
- عضو الجمعية الدولية لقصور جارات الدرقية في الولايات المتحدة الأميركية.

ما لون الصوت؟ وأين اتجاه الصدى؟

يقال إن الأصوات لا تختفي، بل تبتعد حتى تصل إلى أماكن لا ندركها..
فهل يمكن لخيالنا أن يصل إليها؟ هل يمكن لها أن تستقر في أنفسنا أو ونتأثر بها من دون أن نشعر؟
هل يمكن لها أن تخترق أذهاننا وتستقر فيها؟ هل لها أن تستقر في قلوبنا، لتنير لنا أملا لا ندركه في هذا الوقت، بل يجعلنا ننهض من وجع مميت؟

نعجز من لملمة شتاتنا، ومن ضياع أحلامنا، وكأن الكون كله توقف فجأة.. ألم شديد يخترق نخاع العظم مثل دودة أرض تقترض جذعا هشا جافا انقطع عنه الماء منذ فترة..
هل يستطيع الأمل أن يروينا لو قليلا؟
هل يمكنه أن يرينا طرقا لا تستطيع أعيننا أن تبصرها؟