

أرهقني التبرير

إعداد

د. أروى علي أخضر

متخصصة في تعليم وتأهيل الأشخاص ذوي الاعاقة

أعيش صراعاً يومياً بين الفهم الغائب والرحمة المنتظرة، وذلك من محاولتي الدائمة أن أشرح ما لا يُشرح، وأن أبرر ما لا يحتاج إلى تبرير؛ لأنها خصائص وسلوكيات عامة ظاهرة أمام الجميع لا يُمكن التحكم بها "إنه التوحد".

تعبت من الوقوف أمام كل تعليق أو نظرة أو سؤال في كل وقت، تعبت من الاعتذار عن كل ثانية لم نستطع أن نكون فيها كما نريدون. سئمت من التفسير عن كل خطوة يخطوها "طفلي البريء" بحركاته وتصرفاته؛ حتى لا يُساء فهمه، أو يُتهم بنقص التربية أو الإهمال أحياناً.

أرهقني التبرير عن شرح سبب صمتي حتى أحي نفسي من الانهاك المضاعف لأنني إن شرحت سأبدأ من نقطة الصفر إلى أن أصل إلى التبرير والاعتذار

لكن ماذا عن حقي في تعبي بالتبرير؟ أليس من حقي أن أرتاح قليلاً وأن أعيش دون تبرير؟، قفوا بجاني دون كلام؛ لأن التعليق واضح ولا يحتاج إلى شرح؟

هل على أن أضع تفسيراً عن كل حركة، وأن أبرر كل تصرفاته فمن يريد أن يفهم سيفهم دون كلام، ومن لا يريد لن تكفيه كل الكلمات.

أنا اليوم لن أشرح، ولن أعتذر، أعيش متكيفة بعبء الله، وأمضي بحياتي، فلا عذر لكم في الاستنكار، ولن أضع نفسي تحت محكمة التوقعات.

تعلمت أن أكون بخير حتى وإن لم يفهمنا أحد،

وأن الهدوء بعد التعبير الزائد، نعمة لا يقدرها إلا من استنزفه الشرح طويلاً.

في النهاية، التبرير مرحلة نمرّ بها حين نبحث عن القبول في عيون الآخرين.

لكن حين ندرك أن التبرير المستمر استنزاف للروح، وأن من يفهمنا بقلبه لا يحتاج إلى توضيح، ومن لا يفهمنا لن يقتنع مهما تحدثنا.

فلن أعد أبرر أي شيء؛ لأن الراحة الحقيقية تبدأ حين نتوقف عن التبرير، ونبدأ في العيش، كما نحن، دون شرح أو تفسير. إنه التوحد