



عربي

5+

Arabic

قصصنا

The Stories of Us



قصة سحر

A story by Sahar

مرحبا بكم في قسم شؤون الخيال.

هنا، نحن نبحث عن، ونجمع، ونبادل قصص الكنديين عبر السواحل. تساعدنا كل قصة على تعلم المزيد عن الناس الذين يعيشون في كندا.

من خلال مشاريعنا، نتشارك هذه القصص على أمل خلق دولة من المواطنين والخدمات العامة والسياسات المتعاطفة. إن القصص هي المفتاح لتحدي الافتراضات ولتنمية الإبداع ولتسميع أصوات المواطنين. هي مفتاح لتحدي المعتقدات الافتراضية، وتغذية وتنمية روح الابتكار، وتوفير منبر تنطلق منه أصوات المواطنين.

قصصنا

يهدف هذا المشروع لاعطائك فرصة لتعلم الانجليزية من خلال قصصك.

Welcome to the Department of Imaginary Affairs.

We seek, collect, and share stories of Canadians from coast to coast to coast. Every story helps us learn more about the people who live in Canada.

Through our projects, we share these stories in the hopes of creating a nation of empathetic citizens, public services, and policies. Stories are the key to challenging assumptions, nurturing and fostering creativity, and giving rise to citizen voices.

The Stories of Us

This project wants to give you a chance to learn English through your own stories.



أنا سحر من مواليد بغداد، العراق.

توفي أبي وأنا صغيرة وكنت أكبر أشقائي. بعد وفاة والدي، أصبحت أمي مسؤولة وحدها عني وعن أخواتي الثلاثة وعن أخي الوحيد. عشت مع عائلتي لفترة طويلة.

بعد أن أنهيت المرحلة الإعدادية، التحقت بدورة لتأهيل معلمات رياض الأطفال.

تزوجت في عام 1992 حين كنت في السابعة والعشرين من عمري، وورقنا الله بأربع أطفال، ابنة واحدة وثلاثة أبناء.

كنت أعمل في روضة أطفال حتى ولد أبنائي، بعد ذلك قررت تخصيص جلّ وقتي لأطفالي فتركت عملي.

توفي زوجي في عام 2005 وكانت ابنتي الكبرى تبلغ من العمر أحد عشر عاماً وأبنائي 10، 7، 4 أعوام على التوالي. وهكذا انتقلت أنا وأولادي للإقامة مع أمي في منزلها.

بعد ذلك بعام واحد في سنة 2006، توفي أيضاً شقيقي في الحرب.

بعدها بعامين، أي في عام 2008، لجأنا إلى سوريا هرباً من الحرب. استأجرنا شقة وعشنا فيها حتى عام 2013.

كانت فترة صعبة على أمي على وجه الأخص، حيث كان أخي يعيش في سوريا قبل وفاته ولديه أطفال صغار. وكانت أمي تنتقل بين بيتي وبيته لتقدم ما أمكنها من مساعدة لي ولزوجة أخي.

My name is Sahar. I was born in Baghdad, Iraq.

My father died when I was young, so my mother was responsible for me. I am the oldest of my siblings. I have three sisters and one brother. I lived with my family for a long time.

After I finished middle school, I took a course to become a daycare teacher.

When I was 27, I got married in 1992 and had four kids. I have three sons and one daughter.

I worked at a daycare until I had my kids. After that, I gave all my time to my kids.

In 2005, my husband died. When he died, my daughter was 11 years old and my sons were 10, 7, and 4 years old. My kids and I stayed with my mother in her home.

One year later, in 2006, my brother also died in the war.

Then after two years, in 2008, we went to Syria as refugees and stayed there until 2013. We lived in a rented apartment.

My late brother also used to live in Syria and my mother moved between his house and my house because he also had little kids and his wife needed her help. It was hard for my mother.

قدمنا أوراقنا للسفارة الكندية في سوريا عام 2013 وانتقلنا إلى كندا حيث التحق أولادي بالمدرسة في الحال.

عندما بلغت ابنتي من العمر اثنين وعشرين عاماً كانت قد أنهت دراستها المدرسية وحصلت على دبلوم من إحدى الكليات. ثم تزوجت في عام 2015 وانتقلت للعيش مع زوجها في مدينة بوفالو في ولاية نيويورك الأمريكية.

عندما قدمت إلى كندا كنت مريضة جداً وكان الإرهاق النفسي يمنعني تماماً من النوم. وكان لهذا أثر نفسي كبير على أولادي.

ورغم حبي لكندا، ألا أنني أردت دائماً العودة إلى العراق لأزور قبر زوجي.

استمرت معاناتي من عدم القدرة على النوم إلى حوالي الثماني سنوات. ووصف لي الطبيب النفسي دواءً يساعدني على النوم لكن الدواء نفسه زاد من شعوري بالتعب.

كنت في بعض الأحيان أشعر بالغيرة من مقدرة أولادي على النوم بينما كنت لا أستطيع النوم أبداً، فكنت أيقظهم في منتصف الليل لأسألهم كيف يستطيعون النوم وأنا لا أستطيع! كان أولادي المساكين يتعاطفون معي ويحاولون مساعدتي بكتابة بعض الآيات القرآنية ووضعها تحت وسادتي لكن محاولاتهم باءت بالفشل. وكنت قد جربت كل الطرق التقليدية لمساعدتي على النوم ولكن أياً منها لم تنجح.

فجأة اتخذت قراراً بمحاولة العيش بدون تناول الدواء المنوم.

سافرت إلى العراق في عام 2017 وبقيت هناك لأربعة أشهر. كان هدفي الأساسي من هذه الرحلة هو التخلص من الدواء المنوم.

In 2013, we applied to the Canadian embassy as refugees and came to Canada. My kids went to school in Canada.

In 2015, my daughter got married, when she was 22 years old. She finished high school and got a college diploma. Now she lives with her husband in Buffalo, New York.

When I came to Canada, I was very sick. I was mentally exhausted and I couldn't sleep. The kids also weren't feeling well because of the way I felt.

Although I loved Canada, I always wanted to go back to Iraq to visit the grave of my husband.

For about 8 years, I couldn't sleep at night. The psychiatric doctor prescribed some pills to help me sleep. But the medicine itself made me more tired.

When I couldn't sleep, I would feel envy toward my kids and wake them up in the middle of the night and ask them, "How can you sleep, I can't sleep." My kids suffered. They used to write verses from the Quran and put it under my pillow, but it didn't work. I tried all the traditional remedies, but none worked.

Suddenly I decided to try and live without this medication.

In October 2017, I went back to Iraq. I stayed there for 4 months and my goal was to stop taking the sleeping pills.

ورغم محاولاتي العديدة، إلا أنني لم استطع ذلك فقد كنت مدمنة عليه. وكنت قد أصبحت هزيلة الجسم وغير قادرة على الحراك. كما سيّطر عليّ الاكتئاب فأصبحت لا أرغب بالأكل أو الشرب.

قررت أُمي التدخل لمساعدتي وقالت لي بأنها ستأخذ الدواء مني وهذا ما فعلته دون علمي. لقد قالت لي "لن تحصل عليهم بعد الان"

ورغم بكائي وصراخي ومطالبتي المتكررة لاستعادته، إلا أنها رفضت إعطائي إياه وتشبّثت بموقفها.

مرّ الشهر الأول عليّ بصعوبة ولم أكن أستطيع النوم مطلقاً. خلال الشهر الثاني كان معدل نومي حوالي الساعة أو الساعتين كل ليلة.

لم أكن أعرف الأحلام حينها بسبب نومي المتقطع والقصير.

بعد مرور ثلاثة أشهر على ترك الدواء، حلمت في إحدى الليالي للمرة الأولى. لقد كانت فعلاً المرة الأولى التي أنام فيها بعمق.

غيّر ذاك الحلم حياتي، فقد أصبحت بعده أخرج من المنزل وأزور الأصدقاء والعائلة. حتى أنني سافرت إلى السعودية لأزور بعض الأقارب وأزور الكعبة. شعرت بعد تلك الزيارة براحة نفسية و طاقة إيجابية وشعرت بأنني ما زلت على قيد الحياة.

كان أسعد يوم في حياتي هو يوم عودتي إلى كندا في الرابع والعشرين من شهر شباط عام 2018، لأنني عدت لأولادي من جديد وكنت أتمتع بصحة جيدة وأشعر بتفاؤل كبير حمداً لله.

Despite all of my efforts, I was addicted to them. I became very thin and I couldn't do anything. I became depressed and I couldn't eat or drink.

So my mom came to me one day and said, "I will take the medicine from you." She took all the pills that I had without me knowing. She said, "You will never get these again."

I cried and shouted and asked her to give it back, but she was so determined and didn't give it back.

The first month was very hard, I couldn't sleep at all. In the second month, I could sleep one or two hours a night.

Because I couldn't sleep well, I never had dreams. I didn't know what a dream was.

After three months, I had dreams for the first time. It was the first time I felt I had a really good sleep.

That dream changed my life, I started to go out of the house. I visited my friends and family. I went to Saudi Arabia to visit my cousins and visit the Kaaba. I started to have some positive energy and started to feel alive again.

On February 24, 2018, I came back to Canada. This was the best day of my life because I saw my kids again, my health was very good, and I felt positive, thanks to God. Alhamdulillah.

بدأت أمارس حياةً طبيعية، حيث عدت لتنظيف المنزل وإعداد الطعام لأولادي والتحقّت بمدرسة لتعلم اللغة الإنجليزية.

صرت حين أزور الطبيب لا أطلب ذلك الدواء. فقد أدركت أن ذلك الدواء لم يكن جيداً لي. وكانت الشهور الأربع التي قضيتها في العراق، رغم صعوبتها واضطراري للتخلي خلالها عن أولادي، كفيلة بتخليصي من إدماني عليه إلى الأبد.

أشعر الآن بالسعادة فأنا أقضي وقتي مع عائلتي وأخرج للتسوق أو لشرب القهوة، وأحياناً أزور ابنتي في مدينة بوفالو.

أنا الآن أشعر بأني إنسانة طبيعية وأحياناً لا أستطيع أن أصدق بأنه يمكنني النوم بشكل طبيعي في أي وقت أرغب فيه بذلك!

I started having a normal life, I started to clean the house, cook for my kids, and go to school to learn English.

Now when I go to the doctor, I never ask for that medicine. The medication was not really good. Four months in Iraq were enough for me to stop taking the medication. I left everything behind during that difficult period, including my kids, so that I could break my addiction.

Now, I am happy. I spend time with my family, I go shopping, I go for coffee, I go visit friends, and sometimes I visit my daughter in Buffalo.

Now I feel like a normal human being. I can't believe that now whenever I want to sleep, I can actually do it!





هل لديك أسئلة؟

Questions

حول من تدور أحداث القصة؟
من أي بلد هو / هي؟
من أي مدينة هم؟
ما الذي يعجبهم في بلدهم أو مدينتهم؟
متى جاؤوا إلى كندا؟
هل هم سعداء؟ لماذا؟
هل هم حزينون؟ لماذا؟
ماذا يقولون عن كندا؟
ماذا يريدون أن يفعلوا في المستقبل؟

1. Who is the story about?
2. What country is he/she from?
3. What city is he/she from?
4. What does he/she like about her city/ country?
5. When did he/she come to Canada?
6. Is he/she happy? Why?
7. Is he/she sad? Why?
8. What does he/she say about Canada?
9. What does he/she want to do in the future?



dia.space



@dia_space
#storiesofus
#deptimaginary



/deptimaginaryaffairs