الفصل العاشر

العودة من القناطر

وهنا نظر الأستاذ معروف إلى ساعته، فقام واستخدم صفارته ليجمع التلاميذ كلهم من حوله ثم قال: اسمعونى جيدا، سوف يرحل الأتوبيس فى خلال ساعة من الآن فعليكم التجمع داخل الأتوبيس فى خلال النصف ساعة القادمة. تحرك الجميع استعدادا للرحيل، فذهب البعض لإعادة الدراجات والخيل، والبعض الآخر أخذ يجمع حاجاته، وجلس البعض أمام الأتوبيس انتظارا لحضور الآخرين. حان وقت التجمع وبدأ التلاميذ يتوافدون من كل اتجاه ويدخلون الأتوبيس. لقد كان يوما جميلا ومليئا بالنشاط. لقد لعبوا كثيرا واستنفذوا كل ما لديهم من الطاقة. فارتمى كل واحد فى مقعده بلا حراك. وخيم الهدوء على المكان، حتى أن البعض راح فى نوم عميق. نظر الأستاذ معروف إلى تلاميذه المنهكين وابتسم فى رضاء فقد انتهى اليوم على خير. ثم نظر معتز إلى أستاذه وقال: لقد تعلمت اليوم أن الحياة تستحيل تماما بدون قوى الدفاع فى الجسم. فردت عليه منى: نعم يا معتز، فوجود الميكروبات بصفة مستمرة تجعلنا دائما فى حاجة إلى كل مكونات جهاز المناعة فى الجسم فى كل ثانية نعيشها. فرد الأستاذ معروف وقال: ولهذا فقد أكرمنا الله سبحانه وتعالى وأنعم علينا بهذه القوى الدفاعية العجيبة التى تضرب مثلا عاليا فى الذكاء والمناورة والفداء وكل هذه صفات أساسية فى المحاربين العظماء. وعلينا إزاء هذه النعم التى أنعم بها خالقنا سبحانه وتعالى علينا أن نقدر هذه النعم ونحافظ عليها. وتستطيع أن تحافظ على جهاز المناعة عن طريق المحافظة على صحتك. فعندما تتناول الغذاء الصحى السليم فإنك تساعد فى عمليات تقوية جهاز المناعة وبناءه. كما عليك أن تقلل من فرص الحصول على ميكروبات حتى لا تنهك قواه فى حروب مستمرة. ويتم ذلك بالاهتمام بنظافة الأيدى دائما

obeikandl.com

وكذلك نظافة الجسد وتناول الأطعمة النظيفة الصحية والبعد عن المناطق التى يكثر فيها تلوث الهواء. وعليك أن تتحلى دائما بالأمل والصبر ولا تجعل مشاكل الحياة تصيبك باليأس حتى لا تساهم الحالة النفسية السيئة فى أضعاف قوتك وقوة جهاز المناعة فى جسمك.

نظر الأولاد إلى الأستاذ معروف نظرة تقدير عميق وامتنان وشكروه ثم قال أسامة: بفضل الجرح الذى أصبت به اليوم تعلمنا الكثير من المعلومات المفيدة. ولكم نحن سعداء بأن يكون لنا معلما مخلصا مثلك، فإنك مثل أعلى طيب لكل واحد منا وصدق من قال:

قم للمعلم وأوفه التبجيلا كاد المعلم أن يكون رسولا

ابتسم أستاذ معروف واسترخى فى مقعده، فهو الآن يشعر بالرضاء والسعادة، لقد قام بواجبه نحو الأولاد وعلمهم شيئا مفيدا اليوم.

ومع رحيل الشمس، أخذ الأتوبيس يتهادى بخفة فى طريق العودة، فلقد انقضى يوما جميلا، وعاد الجميع والسعادة تغمرهم.. إنه الربيع الذى يزين الحياة.. وهو أيضا يزين النفس ويجعل الواحد منا يرغب فى العطاء.فما أجمل العطاء.. وما أجمل أن يعطى الإنسان..

□□□

obeikandi.com