قوة الحضن

في زمن القسوة

تأليف

أيمن ربيع إبراهيم

قوة الحضن

في

زمن القسوة

الأديب

أيمن ربيع إبراهيم

للحضن قوة كبيرة وتأثير عظيم على سلامتك النفسية

المؤلف

إهداء أول...

إلى

أساتذتي الملهمين

وأقاربي المخلصين

وتلاميذي المتفوقين

إلى

كل من حضنوني بمحبة فحضنتهم بإخلاص

إهداء ثانٍ...

إلى

كل الذين عاشوا طفولة قاسية

كل الذين حُرموا دفء وأمان الحضن

لعلكم تجدون في سطور هذا الكتاب

حضنا يحتويكم ،وقلبا يمنحكم الدفء والحنان

وتعويضا عن كل المشاعر السلبية التي تعانون منها

المؤلف في سطور

من مواليد محافظة الفيوم

تعلم في مدرسة الغرق الثانوية المشتركة

تعلم في كلية دار العلوم جامعة الفيوم

حصل على دبلومة في التنمية البشرية من كلية الاقتصاد والعلوم السياسية جامعة القاهرة

حصل على دبلومة البرمجة اللغوية العصبية من المركز الكندي

من مؤلفاته

دفء البوح

وردة من أرض الخراب

رحلة علياء عبر الزمن

أساتذة وتلاميذ في حياتي

مقدمة

هذا الكتاب...

حضن كبير يحتويك يضمك يحنو عليك ويرفق بك في مودة صافية ومحبة خالصة ويجعلك تشعر بالأمان والهدوء والسكينةوالدفء ويجعلك تشعر بالاستمتاع بمتعة وبهجة وجودة الحياة.

وسوف أحكي لك عن عشرين حضنا زرعوا في قلبي حبا وحنانا وأمانا وسلاما واطمئنانا هذه الأحضان مختلفة ،فهناك حضن أخذته لحظة

ضعف ،وحضن أخذته لحظة فرح،وحضن أخذته لحظة إحباط ويأس.

هناك حضن من شخص قريب ، وهناك حضن من شخص غريب ،هناك حضن من أستاذي ،وهناك حضن من تلميذي ،هناك حضن حقيقي ،و هناك حضن خيالي.

ولكن...

قبل أن أحكي لك تفاصيل كل حضن ،يجب أولا أن أذكر لك رأى المتخصصين في الطب النفسي في موضوع الحضن ، وما فوائده على الصحة النفسية والجسدية.

يؤكد الأطباء أن التعبير عن المشاعر والعناق ليسا مجرد رفاهية، بل هما "علاج نفسي مجاني" واحتياج بيولوجي أساسي. يصف المتخصصون العناق بأنه "لغة الصمت التي تختصر آلاف الكلمات"، حيث يعمل على إفراز هرمونات السعادة والاستقرار النفسي لتعزيز الصحة العامة

- **تعزيز هرمونات الترابط والراحة:** يؤدي العناق إلى تحفيز إفراز هرمون "الأوكسيتوسين"، والذي يُعرف بـ"هرمون العناق". هذا الهرمون مسؤول عن تقليل مستويات التوتر، خفض ضغط الدم، وبناء الشعور العميق بالثقة

- **أهميته للصحة النفسية:** يصف الأطباء العناق بأنه مسكن فعال للخوف والقلق، حيث يمنح الفرد إحساساً بأنه ليس وحيداً. التواصل الحميمي يعزز الصحة النفسية بشكل عام ويساعد على الارتخاء العضلي

- **دعم الجهاز المناعي:** أثبتت الدراسات أن تلقي العناق بانتظام يساهم بشكل فعال في تقوية المناعة وتقليل شدة أعراض الأمراض الموسمية

- **جرعات العناق اليومية:** ينصح بعض أطباء العلاقات بتلقي عدد كافٍ من الأحضان يومياً لضمان النمو العاطفي السليم، وصيانة الروابط؛ حيث أن الاستمرار في تقديم هذا الدعم الجسدي يساهم في تكوين شخصيات متزنة

هذه آراء المتخصصين في الطب النفسي كما ذكرها موقع مصراوي والتي تؤكد حقيقة لا تقبل الشك وهي قيمة وتأثير الحضن في سعادة الناس وراحتهم النفسية.

والآن جاء الدور كي أحدثك عن عشرين حضنا تركوا أثرا عميقا في قلبي وفي حياتي وفي سعادتي فهل أنت مستعد لأصطحبك معي في تلك الرحلة ؟

(1)

بطلة العالم

في الذكاء العاطفي

اسمها سلمى...
وجه ملائكي أبيض ،شعر أسود
ابتسامة لا تفارق ثغرها أبدا
عيون فيها الثقة والحنان والدفء
عقل فطن محب للعلم والمعرفة

سلمى تلميذة في الصف الأول
الابتدائي تأخذ عندي درسا في
اللغة العربية ،أعلمها حروف
وحركات اللغة العربية فتعلمني
قواعد الذكاء العاطفي والقدرة
على التعبير عن المشاعر دون
كبتها و التواصل الذكي مع
الآخرين.

في الحصة الثانية لها أهدتني وجبتها المدرسية وحضنتني ثم أهدتني درع تفوقها في الحضانة وحضنتني أيضا

كانت تقضي معظم وقتها معي فكانت تستمع لشرحي لكل الصفوف الدراسية وفي وقت الفراغ كنت أتعلم من ذكائها العاطفي وقدرتها العجيبة على التعبير عن مشاعرها في المواقف المختلفة.

إن سلمي تستحق لقب بطولة العالم في الذكاء العاطفي والتفوق الدراسي ولم ولن أقابل طفلة مثلها تتسم بتلك الصفات الراقية جدا.

(٢)

الحضن الكبير

تخيل أنك تسقط من أعلى قمة جبلية في العالم ،وقلبك يطير خوفا وألما ، وقبل أن تلمس الأرض ،يبعث الله إليك ملاكا يفتح لك جناحيه ويحتضنك حضنا يُعيد إليك الأمان والسلام لنفسك.

لقد سقطت بمادتين: الإنجليزية والفرنسية من فوق جبل الصف الأول الثانوي ،بعد أن كنت من المتفوقين في الصف الثالث الإعدادي ،وقد استغل بعض الأهل وبعض الجيران هذا السقوط في الشماتة والغمز واللمز ، وقد تألمت كثيرا ،وضاقت الأرض على نفسي بما رحبت.

وكيف تضيق الأرض بما رحبت ؟!
وفيها الملاك الذي سوف ينقذني ويحضنني بجناحيه.

لم يكن هذا الملاك سوى خالى رمزي ،الذي وصلت إلى منزله وعلامات الإحباط كلها مرسومة على وجهي ،فلما شاهدني وقف وحضنني حضنا كبيرا يتسع البحار والمحيطات والقارات ،وبعدها استمع إلى مشكلتي ،وأخبرني أن الكثيرين سقطوا قبل ذلك ،منهم الذين استسلموا للسقوط فلم يستطعوا النهوض بعدها ،ومنهم من قاوم وكافح ووصل إلى ما يريد ،فكن أنت من النوع الثاني .

لقد كانت هذه الكلمات وذلك الحضن الكبير دافعا كبيرا لتغيير حياتي للأفضل وبصفة خاصة في مجال التعليم.

(٣)

ستي شهاوي

كلما دخلت بيتها وأنا طفل صغير أجدها في انتظاري فاتحة ذراعيها على طولهما فأجري ناحيتها وارتمي في حضنها لأطول وقت ممكن ،مستمتعا بهذا الحضن لوحدي ،شاعرا بالأمن والأمان والسكينة والاطمئنان في حضنها الذي يشبه نهرا لا ينضب ووردة لا تذبل ومزرعة لا يُزرع فيها سوى الحب والدفء والأمان.

إذا شعرت أني سأنام في حضنها ،(تطبطب) على كتفي وتخرجني من حضنها بهدوء وتشرع في تقبيل يدي عشرات المرات.

ثم تطلب من ابنتها حميدة تشغيل جهاز التلفاز من أجل أن نشاهده نحن الثلاثة معا

ولأن ستي شهاوي غنية تمتلك أفدنة كثيرة مزروعة بالفواكه المختلفة والتمور اللذيذة فلم يحدث أن دخلت بيتها وخرجت جائعا فكانت تطعمني العنب والجوافة والكمثرى والبرتقال والبطيخ والتمر الذي لا مثيل له.

وحين كنت أنوي الرجوع إلى البيت فكانت تحضنني وتقبلني وتعطيني كيسا مليئا بالفواكه لأمي ،فأعود إلى البيت طائرا من الفرحة لأن روحي أخذت حقها في المشاعر النبيلة من خلال حضن وتقبيل ستي ، وجسدي (أيضا) أخذ حقه من فواكه وتمور ستي شهاوي العزيزة.

(٤)

الحضن الذي أنقذ حياتي

كنت عائدا من امتحاني في كلية دار العلوم ومشيت من مبنى الجامعة حتى (السلخانة) لكي أركب من الموقف وأعود إلى الغرق.
وجدت سيارة ،ركبت فيها في الأمام مع السائق (وليتني ما ركبت) ، السيارة اكتملت ولم يتبق سوى نفر واحد ،انتظرنا ربع ساعة حتى جاء هذا النفر الذي سيجلس معي في الأمام ،فتح النفر الباب فوجدته فيلا ضخما دخل وجلس و(زنقني) وداس على قدمي وبعد فترة من سير السيارة ،لم أشعر بقدمي لقد نسيت أنني أمتلك قدما بسبب هذا الفيل الضخم الذي يجلس بجانبي مرتاحا لأبعد حد مضت ساعة على تلك المعاناة وضف على ذلك أسوأ طريق تركب عليه هو طريق الفيوم -الغرق.
وصلنا الغرق أخيرا ،فشكرت الله على نعمة الوصول.

نزل الفيل ومشى ،أما أنا فنزلت لكنني لم أس تطع المشي أو الوقوف بسبب تنميل رجلي فسقطتعلى الأرض وكانت سيارة مسرعة آتية ناحيتي فأغمضت عيني وأيقنت أني ميت لا محالة .

ولكن...
وجدت بسرعة يدا حانية تجذبني بسرعة وتبعدني عن السيارة ،فتحت عيني فوجدتها امرأة تتجاوز الستين من عمرها ولكن يبدو في وجهها وعينيها كل علامات الطيبة والشهامة ،حضنتني وطبطت على كتفي وبصوت حزين سألتني :(فيك حاجة يا ابني) فأخبرتها عن قصة الفيل الضخم وتنميل رجلي فضحكت مثل طفلة صغيرة ثم تركتني ومشت.

وإلى الآن ...
كلما نزلت في موقف الغرق أتأمل في الوجوه لعلني أعثر على ذلك الوجه العابر الطيب، أبحث عن ذلك الحضن الذي أنقذ حياتي.

(٥)
حضن من أرض العدو

لم أكن أتخيل أن يخرج أحد من كفر العلو بهذه الصفات : الحنان الأبيض ،المحبة الصافية ، المودة الخالصة ،الذوق الرفيع ،الرقة ، العذوبة ،جمال الطبع الوفاء ، الإخلاص ، الصفاء والنقاء وأخيرا الحضن الذي يجعلك تنسى همومك .

تركت غادة كفر العلو وجاءت بصحبة أخي لتقضي عدة أيام في الفيوم عند خالتها ولكنها مرت على بيتي أولا وحين رأتني جرت بسرعة ناحيتي فاتحة ذراعيها وحضنتني أربعة أحضان ،وقبلتني أربع قبلات

في دقيقة واحدة ذقت حضنا وحنانا ودفئا.

وفي تسعين يوما ياغادة في بلدك القاسية
لم يفكر أحد في منحي حضنا واحدا وقد
كنت طفلا يتيما بينهم ، لم أجد إلا الطباع
الغليظة والجفاء ، والنفوس المريضة ،
والعقول التي تفعل أي شيء ضد المنطق.

فكيف خرجت أيتها الفراشة الجميلة منهم
ومن أرضهم ومنحتيني كل هذا الحب
والدفء والأمان والراحة والسلام والسكينة
والاطمئنان ؟!

مرت الأيام والسنوات...
كبرت غادة ،دخلت الجامعة ، تزوجت
أنجبت ، لكن شيئا لم يتغير بها حين
تقابلني ، نفس الابتسامة ،نفس الحضن
نفس الدفء والحنان والمحبة والاحترام
كأني ألتقي بها لأول مرة !

وهذه ظاهرة نادرة فالقلوب تتقلب
والنفوس تتغير ، وليس الجميع بقادر على
أن يكون اللقاء الأول مثل اللقاء الأخير.
لكننا والحمد لله نمتلك قلوبا نقية ونفوسا
مخلصة وأرواحا بريئة.

(٦)

حضن من عجوز حكيمة

خرجت من أسوار جامعة الفيوم ،أمشي في الشوارع دون هُدى أو بصيرة ،لا أفكر سوى في شيء واحد وهو قتل الوغدين اللذين يمسكان إدارة كلية دار العلوم:العميد والوكيل فقد تخاذلا عن مساعدتي في أمر من صميم مسؤليتهما تجاه الطلاب فما بالك إذا كنت من أوائل الكلية والأول على قسم البلاغة والنقد الأدبي.

مشيت كثيرا في شوارع الفيوم دون أن أصل لطريقة محددة للانتقام من هذين الوغدين .

وفي ظل استغراقي في التفكير وجدت امرأة عجوز تقف أمام سلم منزل وتُشير ناحيتي وتنادي ،ذهبت إليها فطلبت أن أساعدها في صعود سلم بيتها ،نظرت إلى يدها فوجدت صليبا ،ساعدتها على كل حال حتى وصلنا لباب شقتها طبطبت على كتفي وحضنتني وقبلت رأسي وشكرتني وقالت عبارة لا يمكن أن أنساها ما حييت قالت: يا ولدي أراك مهموما وعلى وجهك يبدو كل علامات الغضب ،وعلى كتفك تحمل الأهرامات ، الدنيا يا ولدي لا تستحق كل ذلك ، أنت بذلك تظلم أول من تظلم روحك التي تسكن بداخلك ،اغلق كل قديم ، وافتح لعقلك وقلبك كل جديد. شكرتها على الحكمة فعزمتني على الغداء فأعتذرت لها ومشيت أفكر كيف قرأت هذه المرأة الحكيمة نشرتي الداخلية النفسية وفي طريقي في شارع الأستاد وجدت إعلانا عن دورة البرمجة العصبية للدكتور إبراهيم الفقي فقدمت وحضرت ونجحت ونسيت قتل الوغدين.

(٧)

حضن من ناقد كبير

في جامعة الفيوم كلها...
لا يوجد من يمتلك قيمة ومكانة وشهرة أستاذي الدكتور محمد حسن عبدالله عمل أستاذا في جامعة الكويت لمدة تقترب من نصف قرن ،ألف ما يزيد عن خمسين كتابا ما بين النقد والرواية والقصة القصيرة ، له لقاءات تلفزيونية وإذاعية ،وكتب مقالات لصحف وجرائد مختلفة.

أحببته من أول محاضرة لخفة ظله بما يرويه لنا من طرائف نادرة ،كما أحببت فيه تقسيم المحاضرة لوقت في المنهج ووقت يحكي فيه عن كتاب قد قرأه أو يحكي لنا عن تجاربه وماضيه.

عرفته حين تجاوز سن السبعين ،وذات مرة كنت واقفا أمام المدرج ورأيته آتيا فذهبت إليه وصافحته وحين نزلت إلى يده لتقبيلها سحبها بسرعة عجيبة ووضعها على كتفي واحتضنني قائلا أعزك الله ،بارك الله فيك يا ولدي.

حضن مستحيل أن أنساه لأنه حضن من عالم كبير وناقد عظيم وإنسان متواضع.

مرت الأيام والليالي والعلاقة تتطور ،أخذت رقم هاتفه وتحدثنا ، طلبت أن نقف أمام مبنى الكلية ونأخذ صورة تجمعنا معنا فوافق وطبعتها ولم أجد مكانا أعلق عليه تلك الصورة سوى جدران قلبي ،فهذا هو أفضل مكان يليق بها.

(٨)
حضن مكافأة

كعادتي...
كل شهر أذهب إلى الفيوم لشراء مجلة العربي ومجلة العربي الصغير ومجلة
الأزهر وبعض الكتب والقصص والروايات
وقبل العودة إلى قريتي كنت أجلس في أي ميدان عام تحت ظل أي مظلة أتصفح العناوين العريضة لكل ما في تلك المجلات والكتب والقصص والروايات.

وذات مرة كنت أتصفح عناوين مجلة العربي وأنا حزين (ولا أدري السبب)
إذ بطفلة صغيرة جميلة تقف على الجانب الآخر من الشارع تنادي وتشير ناحيتي بيديها ،ربما نادت كثيرا قبل أن ألتفت إليها لأني كنت مستغرقا في القراءة والحزن ، لكن حين سمعت صوتها أسرعت إليها.

حين وصلت لها قالت : (ممكن ياعمو تعديني إلى الجانب الآخر من الشارع لأني أخاف أن تصدمني سيارة مسرعة).

أمسكت يدها الحانية واجتزت بها الشارع ووصلنا إلى الجانب الآخر حيث المظلة وتحتها كتبي ومجلاتي ،تركتني ،وأنا أكملت تصفح مجلة العربي وإذ بملاك يحضنني من الخلف ويقول : (شكرا يا عمو).

هذا الحضن كأنه بالأمس لا يمكن أن أنساه ؛ لأنه من طفلة ،والأطفال لا يكذب أبدا حضنهم وما يحتويه من دفء ومحبة كبيرة تتسع الكون كله.

(٩)

حضن العميد الأسبق

أستاذي الدكتور محمد صلاح بكر العميد الأسبق لكلية دار العلوم وأستاذ النحو والصرف والعروض أول من شجعني ودعمني وطلب معرفة اسمي ،عرفته وقد تجاوز سن السبعين وقد كان أستاذي يعاني من ضعف في الذاكرة فكان في بداية المحاضرة التالية يسألني عن الجزء الذي توقفنا عند شرحه في المرة السابقة وكان من أنصار مذهب تجديد النحو العربي أعجبني فكره الجديد ،وتعامله الإنساني الراقي ،وكرم ونبل صفاته وأفعاله ،وحبه للطلاب الحافظين لكتاب الله ،والطلاب المجتهدين المتفوقين في علم النحو وقد كنت منهم أحصل على تقدير امتياز في كل امتحان.

وذات يوم كنت قد نزلت إلى قاع اليأس لأني كنت أمتلك نسخة قديمة من
كتاب الدكتور محمد صلاح بكر قد أهداها لي صديقي محمود سيد ،ولم أستطع شراء نسخة هذا العام وبالتالي ستضيع درجة البحث ، فذهبت إليه ومعي البحث وحين بدأت أشرح عن عدم قدرتي شراء النسخة الجديدة ،لم يجعلني أكمل أخذ مني البحث دون أن أشتري كتابه ،ووضع يده على كتفي وضمني في حضن يعكس قيمة الأستاذ الحقيقي في دعم ومساندة تلميذه الفقير حضن الأبوة الذي افتقده وعمري خمس سنوات ،حضن فيه كل معاني الرحمة والدفء والإنسانية.

(١٠)

أعطيت حضنا وأخذته أحضانا

مشيت مع دعاء ابنة أخي إلى مدرسة محمد السيد عبد المجيد تشجيعا لها على الأداء الجيد في امتحانات نهاية العام ،وقفنا قليلا أمام المدرسة تعرفت على صديقاتها رحاب وآية ،ثم دخلت لجنتها واتجهت إلى نورا ابنة أخي المتزوجة بجوار مدرسة محمد السيد عبد المجيد.

وجدتها مستيقظة هي وأولادها حسام وهشام وحبيبة ،سلمت عليها وطلبت فطارا خمس دقائق والفطار جهز ،أكلت حتى امتلأت بطني ، ثم شربت شايا ساخنا لذيذا ثم جلست نورا معي وكان يبدو على وجهها كل علامات الحزن والغضب كأنها تحمل فوق رأسها الأهرامات وكانت صامتة مثل أبي الهول.

في مثل تلك المواقف لا أحب أن أسأل أحدا مالك؟ لماذا تبدوا حزينا؟
أحب أن أحكي أنا عن نفسي أولا ومن خلال الحكي عن نفسي سوف تنتقل عدوى الحكي إليه ويبدأ يحكي دون أن أساله.

وهذا ما حدث في ذلك اليوم مع ابنة أخي ظلت تحكي لمدة خمس ساعات متواصلة تحكي وتبكي كانت فرصة أن تجد من تشكو له ،وتُخرج له كل ما في صدرها من هموم وأحزان ومشكلات .
حين انتهت طبطبت عليها وحضنتها ومشيت ، ومن بعدها إذا التقينا في أي مكان تحضنني وتقبلني ، كل ذلك لأني ذات يوم استمعت لها وطبطبت عليها في لحظة ضعف.

(١١)

هل تتذكرين حضني ؟!

عمرك عام واحد يا ريتال
في بيتي ..أخذتك من أمك وحضنتك حتى نمت على صدري وصلت لأعمق نقطة في الحضن وصلت إلى الهدوء والسكينة والدفء والطمأنينة ،وقد انتقلت كل هذه المشاعر من قلبي إلى قلبك الصغير ثم استقرت في عقلك اللاواعي كي تستدعيها متى تشائين.
حين تكبرين يا ريتال...
وأنت ذاهبة إلى الامتحان ستشعرين بالقلق فيستدعي عقلك اللاواعي الحضن كي يُزيح القلق ويحل محله الهدوء والثقة بسبب الحضن الذي أخذتيه مني وعمرك عام واحد.

حين تذهبين لشراء حلوى من دكان أبو سريع ،سيقابلك كلب ينبح في الطريق ستخافين في البداية ،ثم تستكملين الطريق لوحدك بشجاعة دون خوف من الكلب ،وستسألين عن سر امتلاكك للشجاعة وعبورك الطريق أمام الكلب .

وسوف أقول لك : السر يوجد في حضني لك وأنت طفلة صغيرة لم تتجاوزي العام الواحد ،وقد وصلت إلى معادلة سهلة :

أحضان كثيرة تعطيك شخصية قوية قادرة على التعامل مع كل المواقف.

أحضان قليلة أو معدومة تعطيك شخصية ضعيفة غير قادرة على التعامل مع أي موقف.

وأنت يا ريتال ستكونين قوية جدا لأننا سوف نشبعك أحضانا وحبا وأمانا.

(١٢)

حضن جعلني أبكي

حين كنت طالبا في كلية دار العلوم وصل بي الحال إلى الدرجة التي عجزت فيها عن دفع إيجار السكن وعن امتلاك الأموال اللازمة للمواصلات من بيتي إلى جامعة الفيوم ولم يكن أمامي وسيلة سوى النوم والبيات بجوار سور الجامعة.

وفي ليلة من ليالي الشتاء شديدة البرودة وجدت رجلا عجوزا يقف بجانبي ويقول: يا ولدي ، حرام عليك ، أنت تقسو على نفسك في البرد ، أرى جسدك يرتعش ،فلماذ تعذب روحك؟

كلماته كانت رصاصا جعلني أتذكر أهلي النائمين في العسل وأتذكر قول الشاعر:

وما أكثر الإخوان حين تعدهم
ولكنهم في النائبات قليل

لم أستطع الرد على الرجل العجوز بكلمة واحدة ثم وجدته يحضنني حضنا طويلا ثم مشى فبكيت في تلك الليلة بكاء حارا كأني لم أبك من قبل ،استمر البكاء من منتصف الليل وحتى أشرقت الشمس وأذنت بميلاد يوم جديد.

(١٣)

حضن الدكتور عبد الرحيم الجمل

" مكتبي مفتوح لأي طالب في كلية دار العلوم يعاني من أي أزمة"

هذه أول جملة سمعتها من أستاذي الدكتور عبد الرحيم الجمل في كلية دار العلوم وأنا بالفرقة الأولى.

لم أذهب إليه في الفصل الدراسي الأول رغم الأزمة المادية التي عانيت بسببها كثيرا.
لكني...
كافحت كثيرا حتى يكون اسمي من أوائل الكلية ، والأول في قسم البلاغة والنقد الأدبي .

استمرت المعاناة في الفصل الدراسي الثاني ولم أجد بابا مفتوحا أمامي سوى باب أستاذي الدكتور عبد الرحيم الجمل ،فذهبت إليه وكلي أمل في مساعدتي.

دخلت مكتبه فقابلني بثغر باسم وقلب رحيم ساعدني في تسليم أبحاثي لكثير من الأساتذة دون شراء كتبهم ،كما منحني الكثير من الكتب الموجودة في مكتبة دار العلم تلك المكتبة التي يمتلكها ،ومنحني حضنا أبويا لا يمكن أن أنساه مهما مرت الأيام والليالي ،كان حضنه تعويضا عن الأب الذي فقدته وعمري خمس سنوات.

(١٤)

غفير القرية

في العاشرة من عمري ،وفي قريتي (فوز) .
وفي ليلة شديدة البرودة حاولت لأول مرة
الهروب من بيت الأسرة لسوء المعاملة والقسوة من الجميع ،وفي لحظة جنون فتحت الباب وهربت في منتصف الليل.

كانت ليلة شديدة الظلام ، الشوارع خالية
من الناس ، لا صوت سوى صوت الكلاب التي تنبح عليك .

كنت أرتعش خوفا وبردا ولكني كنت عنيدا
لم أتراجع خطوة واحدة ناحية بيتي.

وصلت إلى نهاية قريتي وكنت أبكي خوفا وألما وقابلني غفير القرية العم عبدالله فسألني: (رايح فين يا ولد) فوقفت أمامه أبكي دون أن أنطق بكلمة واحدة فوجدته يحضنني حضنا لن أنساه ما حييت وأعاد لي الشعور بالسكينة والاطمئنان والأمان ومسك يدي وأعادني مرة أخرى إلى قريتي وبيتي وأسرتي .

(١٥)

حضن الوداع

في مدرج كلية دار العلوم أخبرنا الدكتور صلاح حفني أن هذه المحاضرة ستكون الأخيرة له معنا لأنه سيسافر إلى السعودية للعمل في جامعة جازان .

تألمت كثيرا لسماع ذلك الخبر فالدكتور صلاح حفني من أكثر الأساتذة الذين قدموا لي الدعم والتشجيع والمحبة وكان سببا في حصولي على المركز الأول في قسم البلاغة والنقد الأدبي لم أفهم شيئا في تلك المحاضرة فقد كان عقلي مشغولا بسؤال كبير :كيف استمر في دار العلوم دون رؤية من فتح لي قلبه ومكتبه وزرع في قلبي بستان محبة وزرع في عقلي الكثير من العلم والمعرفة والثقافة.

ذهبت إلى مكتبه بعد المحاضرة وأعربت له عن حزني الشديد لرحيله عن دار العلوم فأخبرني أنه لا يريد أن يفارقنا ،لكن سفره إلى السعودية سيحقق له أمنية قديمة وهي أداء فريضة الحج.

وقفت أمامه حزينا كئيبا فقام وضمني إلى قلبه الذي يتسع للعالم كله ،فكان هذا الحضن دلالة على العلاقة الوثيقة التي تربط بين قلبين صديقين : قلب الأستاذ ،وقلب التلميذ.

(١٦)

تلميذ مسيحي

كنت عائدا من السجل المدني بالفيوم لتجديد بطاقة الرقم القومي وقبل أن أركب سيارة العودة إلى قريتي اشتريت مجلة العربي الصغير ورواية أولاد حارتنا.

وحين ركبت السيارة من موقف (السلخانة) ركب بجانبي طفل وأمه ،ويبدو على الطفل أنه تلميذ عائد من أداء أحد الامتحانات ووجدته يفتح كلاما معي ويسأل: (أراك تحمل كتبا ،فهل تمتحن مثلي؟) فأخبرته أنني معلم لغة عربية والقراءة هوايتي المفضلة ،والكتاب صديقي الدائم المخلص.

كان يبدو من عين الطفل أنه شديد الذكاء فبدأت أسأله في النحو والإعراب أسئلة صعبة فلم يُخيِّب الصبي ظني وأجاب عن كل أسئلتي ببراعة واقتدار .

كل هذا والأم بجانب ابنها تسمع حديثنا وهي منبهرة بطفلها مفتخرة بتعليمه في إحدى المدارس الخاصة ،ثم سألتني عن تقييمي لمستوى ابنها ،فأخبرتها أنه عبقري يستحق العناية وسيكون له شأن كبير في المستقبل ،ثم سألتها عن اسمه فخجلت ولم ترد فكررت السؤال فقالت بحياء اسمه (عبد المسيح) ، لم يكن يشغلني أنه مسيحي بقدر اهتمامي بشدة ذكائه وبراعته في النحو فأهديت له مجلة العربي الصغير وكتبت له إهداء يليق بنور عقله فحضنني الطفل حضنا ظل في ذاكرة قلبي كأنه حدث بالأمس القريب ،وكان لهذا الحضن تأثير كبير في تشجيع كل تلميذ ذكي يقابلني في أي مكان.

(١٧)

ضمة

حين كنت أشعر بالحزن كان يمنحني ضمة
وحين كنت أشعر بالكسرة كان يمنحني
فتحة للأمل والتفاؤل والتفوق والنجاح.

كان الأستاذ جمال رمضان عتريس قدوتي
في الحياة نموذجا للمعلم المثالي الذي
جمع بين جمال الأخلاق وعظمة العلم
والمعرفة والثقافة.

عرفته في الصف الأول الإعدادي بمدرسة
الغرق الإعدادية بنين ،وقد تعلمت أصول
وقواعد علم النحو والصرف على يديه
الكريمتين ، وأصبحت متفوقا وبارعا
في الإعراب بفضل رعايته لي وعنايته بي.

توثقت علاقتي به أكثر حين كنت أذهب إلى بيته الأنيق لكي يشرح لي دروس النحو وكنت أجد في الأستاذ جمال تعويضا عن الأب الذي فقدته وعمري خمس سنوات وكان الرجل يعاملني بكل رفق وحنو لا مثيل لهما.

وله في ذاكرتي حضن لا يمكن نسيانه حين ذهبت في نهاية الصف الأول الإعدادي لأخذ شهادة النجاح وكان موجودا في ذلك اليوم في المدرسة وحين أخبرته بمجموعي الكبير حضني وضمني إلى صدره وبارك هذا التفوق ودعا لي بالتوفيق والنجاح في السنوات القادمة.

(١٨)

حضن نجاة

"نرى لنحب أم نحب حبيبنا فنراه"

وإذا بمن أراها على شاشة التلفاز تُشير ناحيتي وتخرج لي بفستانها الوردي فتحضنني حضنا يحتويني يجعلني أذوب من الحنان ،يُنسيني مرارة الأيام وخُبث الأصدقاء وحقارة الأعداء ولؤم الأقارب والجيران.

رغم أن الحضن كان خياليا حين كنت أشاهد الصديقة الحبيبة الشاعرة الفلسطينية نجاة موسى إلا أنه أجمل الأحضان وأحلاها وأكثرها عمقا في حنايا القلب.

نجاة ...
هي أكثر فتاة أحببت أن أتزوجها وحاولت خطبتها من أهلها ،لكن الحدود كانت مغلقة بين مصر وفلسطين بسبب الخلاف السياسي بين النظام الحاكم وحركة حماس.

استضافتها قناة الكوفية في برنامج تلفزيوني يرعى المواهب الشعرية الشابة ،وحين رأيتها وتأملتها وجدتها فتاة رقيقة في حديثها العذب ورائعة بجمالها الطبيعي الساحر ،فأخذني الخيال لحضنها الذي لا مثيل له في عالم الواقع ولا في عالم الخيال
فما أعظمها من شاعرة !
وما أجمله من حضن!

(١٩)

حضن أختي

رغم كثرة الأشقاء وغير الأشقاء إلا أنني في أعماق نفسي لا أشعر أن لى أخوة سوى أخت وحيدة هي غالية .

حين كنت طفلا بريئا أذهب إليها كانت تستقبلني بالأحضان والقبلات على يدي وخدي ورأسي .

وكان حضنها مصدرا للسعادة والإحساس ببهجة ومتعة الحياة ،وكان مصدرا للراحة والهدوء والسكينة والطمأنينة.

وحين رأتني ذات يوم أبكي ،ضمتني إليها وطبطت على كتفي وقبّلت رأسي حتى زالت كل أسباب الحزن.

فما أجملها من أخت تتمتع بذكاء عاطفي لا مثيل له عند الأخوة أصحاب القلوب القاسية !

وما أعظم حضنها الذي كان يغمرني بالمودة الصافية والمحبة الخالصة!

(٢٠)

مريم..ابنة أخي

هل تتذكرين...؟

حين دخلت غرفتي لأول مرة وحضنتي مجلة العربي ،ثم قمت بحضني خوفا من العفريت الموجود فوق السطح المسمى (حمادة).

هل تتذكرين...؟

حين دخلت في حضني وقلت :خبئني من أمي حتى لا أعود إلى كفر (العلو).

هل تتذكرين...؟

حين منحتيني أول حضن لكي تمشي معي في رحلة إلى مدينة الفيوم كي تشاهدي السواقي وبحر يوسف وقصر الثقافة وحديقة الحيوان ونافورة الجامعة.

هل تتذكرين...؟

الحضن الكبير حين أعطيتك القلم فكتبت أول حرف من حروف الهجاء.

هل تتذكرين...؟

حين حضنتك لأنك استطعت أن تعربي أول جملة في حياتك وأنت في التاسعة من عمرك.

مسك الختام

لعلك تأكدت الآن من أهمية وجود الحضن في حياتك ،ذلك الحضن الذي يحتويك ويضمك ويجعلك أكثر بهجة وسعادة وإقبالا على الحياة ،ويجعل شخصيتك أكثر اتزانا.

وكلما كان عمرنا صغيرا زاد احتياجنا لهذا الحضن لاحتياجنا النفسي للأمن والأمان والشعور بالثقة والاحتواء.

فأرجوك....
إن شئت أن تحيا سعيدا فلا تحرم نفسك من تكوين علاقات طيبة قائمة على المحبة والاحترام والتقدير وفيها الكثير من الأحضان التي تجعل روحك أكثر سعادة وبهجة ومرحا.

ولعلني في هذا الكتاب قد بُحت لك بسر من أهم أسرار سعادتي في الحياة،فلولا تلك الأحضان التي أخذتها أو منحتها ما شعرت بلذة الحياة وبهجة الأيام، فما الدنيا إلا حضن كبير يحتويك.

المؤلف

الفيوم

4/7/2026

تدريب عملي

من أكثر شخص تريد أن تحضنه بعد أن قرأت الكتاب ؟

اكتب له في تلك الصفحة البيضاء رسالة شكر

مؤلفات الأديب أيمن ربيع على موقع فولة بوك