

زَيْنَبُ وَمَرْيَمُ صَدِيقَتَانِ

تَهْيِئَةُ:

فَكَّرْ فِي الإِجَابَةِ عَنِ الأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ:

١- أَيُّهُمَا تَفْضِلُ أَنْ تَكُونَ نَحِيفًا، أَمْ سَمِينًا؟

٢- ماذا تَفْعَلُ إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَكُونَ نَحِيفًا؟

٣- ماذا تَفْعَلُ إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَكُونَ سَمِينًا؟

٤- ما الطَّعَامُ الَّذِي تَأْكُلُهُ كَثِيرًا؟



زَيْنَبُ وَمَرْيَمُ صَدِيقَتَانِ، تَتَشَابَهَانِ فِي أَشْيَاءَ كَثِيرَةٍ؛ فَهُمَا تَسْكُنَانِ فِي حَيٍّ وَاحِدٍ، وَتَدْرُسَانِ فِي جَامِعَةٍ وَاحِدَةٍ، وَلَكِنَّهُمَا تَخْتَلِفَانِ فِي أَمْرٍ آخَرَ: فَزَيْنَبُ نَحِيفَةٌ جِدًّا، وَمَرْيَمُ سَمِينَةٌ جِدًّا. تُرِيدُ زَيْنَبُ أَنْ تَكُونَ سَمِينَةً، وَلَكِنَّهَا لَا تَسْتَطِيعُ. وَتُرِيدُ مَرْيَمُ أَنْ تَكُونَ نَحِيفَةً، وَلَكِنَّهَا لَا تَسْتَطِيعُ. زَيْنَبُ تَفَكَّرَ كَثِيرًا فِي هَذِهِ الْمَشْكِلَةِ، ماذا تَفْعَلُ؟ وَزَيْنَبُ الْآنَ خَمْسَةٌ وَخَمْسُونَ كِيلًا. كَيْفَ تَزِيدُ وَزْنَهَا؟ يَجِبُ أَنْ يَصِلَ وَزْنُهَا إِلَى سَبْعِينَ كِيلًا. حَاوَلْتُ زَيْنَبُ، وَحَاوَلْتُ، وَلَكِنَّهَا لَمْ تَنْجَحْ. أَخَذَتْ زَيْنَبُ تَتَأَوَّلُ كَثِيرًا مِنَ الطَّعَامِ: تَأْكُلُ اللَّحْمَ وَالْخُبْزَ وَالْبَيْضَ وَالْأُرْزَ وَالْجُبْنَ وَالْعَسَلَ وَالْحَلَوَى وَالْمُرَبَّى، وَتَشْرَبُ الْحَلِيبَ، وَعَصِيرَ الْفَوَاكِهِ. لَمْ تُمارِسْ زَيْنَبُ الرِّيَاضَةَ، وَرَغَمَ ذَلِكَ ظَلَّتْ نَحِيفَةً. ماذا تَفْعَلُ؟ أَكَلْتُ كَثِيرًا، وَشَرَبْتُ كَثِيرًا، وَلَكِنَّهَا ظَلَّتْ نَحِيفَةً. تَخْتَلِفُ مُشْكِلةُ مَرْيَمَ عَنِ مُشْكِلةِ زَيْنَبُ؛ فَمَرْيَمُ سَمِينَةٌ جِدًّا، وَتُرِيدُ أَنْ تَكُونَ نَحِيفَةً. وَزَيْنَبُ الْآنَ تَسَعُونَ كِيلًا، كَيْفَ يَنْقُصُ وَزْنُهَا؟ يَجِبُ أَنْ يَصِلَ وَزْنُهَا إِلَى سَبْعِينَ كِيلًا. تَرَكَتْ مَرْيَمُ السُّكَّرِيَّاتِ وَالنَّشَوِيَّاتِ، وَمَارَسَتْ الرِّيَاضَةَ شَهْرًا، لَمْ تَسْتَطِعْ مَرْيَمُ، فَهِيَ تُحِبُّ الْأَكْلَ. أَخَذَتْ مَرْيَمُ تَأْكُلُ كَثِيرًا، فَزَادَ وَزْنُهَا، وَلَمْ يَنْقُصْ.