من أنت أيتها المرأة

لمحات نفسية عن المرأة فى القرآن

إن نفسية المرأة تندرج أساساً فى معالم الشخصية الإنسانية وفى المقومات الكبرى للتكوين النفسى مثل: الكرامة الإنسانية ومساواتها فى الجنسين - والصفات الإنسانية الأولية فى حق الحياة السعيدة وأهلية التعليم وما تحمله من مواهب فطرية بالإيمان بالله وحب الخير والفضيلة وغيرها.

بيد أن شخصية المرأة تتميز ببعض المعالم النفسية التى يتأكد ظهورها لدى المرأة أكثر من الرجل.. كما تتميز ببعض معالمها الجسدية والوراثية فطرياً.

وهذه الفروق قد تكون أحياناً فى زيادة درجة القوة فى صفة مشتركة معينة مثل تكوين الاستجابات الانفعالية والسلوكيات لدى المرأة بالمقارنة لما لدى الرجل.

مع العلم أن هذه الفروق بين الرجل والمرأة هى فروق وظيفية وليست فروقاً إنسانية أبداً كما سنرى.

وسيتناول المقال أهم السمات النفسية التى أشار إليها القرآن الكريم.

- علماً بأن هذا البحث ليس دراسة (لحياة المرأة) لكل ما ورد فى القرآن عنها.

١- مساواة إنسانية مع الرجل:

يؤكد القرآن فى عدة آيات كريمات هذه المساواة الإنسانية الأصيلة بين الرجل والمرأة.. فكل منهما إنسان كامل الإنسانية لأنهما من نفس واحدة كما نجد ذلك فى أربع آيات متفرقات:

﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾

سورة الأعراف – الآية ١٨٩

﴿وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ فَمُسْتَقَرٌّ وَمُسْتَوْدَعٌ﴾

سورة الأنعام – الآية ٩٨

﴿خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا﴾

سورة الزمر – الآية ٦

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا﴾

سورة النساء – الآية ١

وهذه المساواة تشمل الجوانب الرئيسية فى الحياة الإنسانية فى:

١ – حق الحياة.. والاحتفال بقدوم الأنثى والذكر.

٢ – حق التعلم لكل نافع ومفيد.

٣– حق التملك بشخصية كاملة مستقلة.

٤ – مسئولية التكليف أمام الله ثواباً وعقاباً.

٥ – مساواة أمام القانون والتنظيم بين الرجل والمرأة المتزوجة وغير المتزوجة.

٦ – تكون المرأة الطيبة مثلاً أعلى للرجال والنساء الصالحين والصالحات كما أنها قد تكون مثلاً سلبياً لعكس أولئك جميعاً.

فامرأة فرعون وهى المؤمنة التقية كانت مثلاً للذين آمنوا.. ولم تؤثر عليها شخصية فرعون الطاغية.

ولنتذكر الآية الكريمة التالية فإنها جامعة:

﴿إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيراً وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْراً عَظِيماً﴾

سورة الأحزاب ـ الآية ٣٥

٢ - كرامة مطلقة:

يؤكد القرآن كرامة المرأة باعتبارها تكريماً أصيلاً يتعلق بإنسانيتها الكاملة كالرجل. لأنها من نفس واحدة كرمها الله تعالى وأمر الملائكة بالسجود تكريماً.

ويتميز هذا التكريم بما يلى :

١ – المرأة فى القرآن لا تحمل وزر الخطيئة الأولى. فليس فى القرآن خطيئة موروثة فى حياة الإنسان.

فآدم وحواء فى الجنة كان الأمر لهما معاً بعدم القرب من تلك الشجرة – ثم إن الشيطان أزلهما معاً – فأكلا منها فاستحقا الجزاء ثم أنهما ندما واستغفرا الله تعالى وتاب عليهما إنه هو التواب الرحيم.

٢ – يعتبر القرآن الصلة بين الرجل والمرأة ليست مجرد إشباع جنسى حيوانى. بل هى علاقة سكينة ومودة ورحمة.

وهنا يسمو القرآن فى نظرته إلى المرأة باعتبارها إنسانة كاملة التقدير النفسى والاحترام الاجتماعى فليست كما تريدها الحياة الغربية أو الشرقية أداة إغراء جنسى عابث.. أو وسيلة إعلان تجارى رابح بل إنها فى النظرة القرآنية تشارك الرجل فى إشباع الرغبة الجنسية على أنها وسيلة هادفة لإقامة حياة زوجية مطمئنة تسودها السكينة والمودة والرحمة التى تنتج المحبة المتكاملة لإنجاب الذرية السليمة المتنامية.

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾

سورة الروم – الآية ٢١

وفى سياق فهم هذه الآية – نجد أن عمر بن الخطاب وقد جاءه رجل يريد أن يطلق زوجته لأنه لم يعد يحبها. فقال له عمر:

ويحك ألَمْ تُبْنَ البيوت إلا على المحبة؟ فأين الرعاية؟ وأين التذمم؟ كما فى قوله تعالى:

﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِن كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾

سورة النساء – الآية ١٩

الصلة بين الرجل والمرأة ليست مجرد اشباع جنسى حيوانى.. بل هى علاقة سكينة ومودة ورحمة

بقلم:

د. علاء فرغلى

استشارى الطب النفسى

٣- العفة خلق أصيل فى المرأة:

العفة باعتبارها الحفاظ على الشرف هى خلق أصيل فى تكوين المرأة الأنثوى فهو رأسمالها فيما تعتز به خلال حياتها النفسية السلوكية. بحيث تكون العفة فخرها قبل الزواج انتظاراً لفتى الأحلام والسعادة كما تكون العفة فى حياتها الزوجية رمزاً للإخلاص لزوجها وصيانة لصفاء نسب الذرية.

والمرأة تدرك قناعة أن الانحراف عن جادة العفة تدفع ثمنه غالياً جسمياً واجتماعياً ونفسياً أكثر من قرينها الرجل مع أن الذنب واحد شرعاً ومشترك عضوياً.

وحفاظاً من المرأة على عفتها فإنها عموماً تتوقد إلى الزواج ولا سيما المبكر لأنه يمنحها الحماية والاستقرار.

ولذا فإن القرآن قد أشار إلى أهمية تشجيع الزواج باعتباره الطريق السليم لإشباع الدوافع الجنسية الفطرية كما شجع المجتمع الإسلامى على إعانة الفقراء فى تزويجهم فالله يغنيهم من فضله. إذ لا يجوز أن يكون الفقر عقبة فى طريق الزواج وحتى يتم ذلك الزواج فالله يأمر بالعفة.

﴿وَأَنكِحُوا الأَيَامَىٰ مِنكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِن يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٣٢﴾ وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ﴾

سورة النور – الآيتان ٣٢ – ٣٣

٤- عواطف الأمومة:

تتميز المرأة عن الرجل بكونها نبعاً دائماً متدفقاً لمجموعة من الانفعالات النفسية القوية المتأصلة والتى نسميها (بعواطف الأمومة). وهى تجمع عدة عواطف مهمة: مثل: حب التضحية لتحقيق الأمومة واستمرار الحنان والعطف والرأفة لرعاية ثمرات الأمومة فالمرأة فى سبيل تحقيق أمومتها تتعرض لأشد التغيرات التكوينية النفسية فى جسدها أثناء تكوين الجنين ونموه.

﴿وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ﴾

سورة لقمان – الآية ١٤

وصدق الله العظيم:

وقوله أيضاً:

﴿وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا﴾

سورة الأحقاف – الآية ١٥

فالأم تحمل جنينها وهناً على وهن. وتتم ولادته فى ألم شديد وتتحمل ذلك راضية كل الرضا فإذا تمت الولادة وسمعت صرخة الميلاد لطفلها سعدت كل السعادة وتناست آلامها.

ثم هى تسهر لينام وليدها هانئاً وتتعب لسعادته وتغدق عليه فيضاً مما وهبتها الفطرة الإلهية من عطف وحنان ورأفة.

فهذا النبع الانفعالى المتدفق فى تكوين المرأة هو الذى يجعلها صاحبة الحق الأول فى رضاعة وليدها وفى حضانته ورعايته الأولية والمباشرة.

فالأمومة – وهى أعظم السمات الأنثوية وأقوى دوافعها لدى المرأة هى التى تجعلها صانعة أبطال. ومربية رجال. فحضنها وذراعاها أول بيت يعيشه الطفل وتوجيهها أول مدرسة يتعلم بها الوليد.

٥- حاجة المرأة لقوامة الرجل:

إن فطرة الرجل وفطرة المرأة تدفعهما أن ينجذب كل منهما إلى الآخر لتكوين خلية زوجية شريفة يكون الأبناء نتيجة تلقائية لها لدوام الارتباط بينهما أباً وأما لهذه الذرية.

وبذلك يتم تكوين الجماعة الإنسانية الأولية الأولى وهى الأسرة وإذا كانت الحياة المنظمة فى مؤسسة تجارية أو شركة أو ملعب لابد أن يكون أحد أفرادها أكثر مسئولية فى القيادة والتنظيم بما يتمتع به من استعداد ومؤهلات لضمان نجاح تلك المؤسسة.

فإن (الأسرة الزوجية) وهى أعز وأغلى وأقدس مؤسسة إنسانية لابد لنجاح حياتها من أن يكون أحد أفرادها ذا استعداد ومؤهلات للقيام بدور القيادة الإدارية لها. فمن يكون: الرجل أم المرأة؟

ولقد حسمت الفطرة الوراثية الموقف فأهلت الرجل للقيام بتلك الوظيفة فى مستوى من العلاقات الطيبة الرضية المتعاونة. وكانت عوامل قوامة الرجل فى الأسرة بما يلى:

١ – عامل جسمى عضوى للمرأة فى اتساع الحوض مكاناً أميناً لحياة الجنين إلى جانب العادة الشهرية التى تستوجب الرعاية الشخصية الخصوصية بينما الرجل يتمتع باتساع صدره وكتفيه مع عدم تعرضه لعادة شهرية كل ذلك يقدم له فرصة العمل خارج المنزل ومع الناس فى معترك الحياة المعيشية مدة أكثر طولاً.

٢ – عامل وظيفى تكوينى للمرأة فى استعدادها للوظائف الحيوية الإنسانية فى تكوين الأسرة – حملاً وولادة وإرضاعاً وحضانة.

٣ – زودت الفطرة المرأة بمعين من الرأفة والحنان والعطف وسرعة الاستجابة الانفعالية وهى عواطف ألصق برعاية الطفولة النامية الضعيفة، بينما الرجل زودته الفطرة بمزيد من القوة والخشونة والجلد والتفكير العملى العميق مما يساعده على مواجهة الرجال فى معترك الحياة العاملة المكافحة.

٤ – عامل مادى فالمرأة بحكم تفرغها ولو إلى أجل مسمى لإنجاز وظائفها التكوينية الوراثية فى العادة الشهرية والحمل والولادة والنفاس والرضاعة والحضانة فلابد لها ممن ينفق عليها ويقوم بتقديم الرعاية والحماية لها وللأبناء وأحق الناس بذلك هو

عطاء المرأة مستمر ودورها فى الحياة لا ينتهى أبدا فهى الأم والأخت والزوجة والابنة والجدة

الزوج والد الذرية.

وفى ضوء ما تقدم ندرك بوضوح أهمية قوامة الرجل كما فى قوله تعالى:

﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاء بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾

سورة النساء – الآية ٣٤

وينبغى أن نذكر أموراً مهمة فى هذا السياق.

أولاً : أن قوامة الرجل على المرأة هى فى محيط الأسرة والعلاقات الزوجية – مع الاحتفاظ الكامل بشخصية المرأة ومساواتها للرجل فى التشريع والقانون والتنظيم والمسئولية والثواب.

ثانياً : أن هذه القوامة ليست سلطة تحكمية تعسفية بل هى قوامة مسئولية تكليفية لها واجبات والتزامات مادية واجتماعية.

الثالث : قد نجد من الرجال ضعفاء ليسوا أهلاً لهذه القوامة كما أننا قد نجد بعض النساء ممن لديهن بعض المؤهلات لهذه القوامة ولو جزئياً فى بعض جوانبها أقول – على الرغم من وجود بعض هذه الحالات الفردية فإنها استثناء خاص.

والاستثناء ليس نقضاً للقاعدة بل هو تأكيد راسخ لها لأن العبرة – بالمجموع الكلى والعام للرجال.. فى مقابلة المجموع الكلى العام للنساء.

الحالة النفسية للمرأة أثناء مراحل حياتها :

تتعرض المرأة للعديد من الضغوط النفسية أثناء مراحل حياتها منذ البلوغ وحتى سن اليأس مما يجعلها أكثر عرضة للأزمات والانفعالات النفسية.. فعندما تبدأ هرمونات الأنوثة فى إبراز الصفات الأنثوية تدخل الفتاة فى مرحلة جديدة من مراحل النمو النفسى نجدها تتقرب من الأناث وتكون معهن صداقات فى الوقت الذى تبتعد فيه عن مخالطة الذكور... بعدها تواجه أهم حدث فى حياتها وهو ظهور دم الحيض (الطمث) وهو ما يسبب الخوف والهلع للفتاة

فهى لاتدرى ما معناه ومن أين أتى فنجدها تتجه إلى الأم وهى المرحلة النفسية الهامة فى حياة الطفلة.. وهنا يجب على الأم أن تكون واعية وتهيىء جواً من الطمأنينة والهدوء لابنتها وتسعى لتهدئة حالتها النفسية، وعلى الوالدين أن يعرفا أن مرحلة البلوغ عند الفتاة تقابل فى النمو النفسى مرحلة الهوية والبحث عن الذات وما فيها من مشاكل المراهقة.. ثم تنتقل الفتاة بعد ذلك إلى مرحلة نفسية جديدة وهى الاهتمام بمظهرها وشكلها كأنثى مقبلة على الزواج فإن كانت نحيفة تحاول زيادة وزنها وإن كانت بدينة تحاول إنقاص وزنها.. كذلك التفكير فى هل ستوفق فى الزواج أم لا ؟ وهل ستتحمل الواجبات التى ستسند إليها تجاه الزوج والأسرة أم أنها ستفشل فى ذلك.. مما يجعلها دائماً فى حالة من الصراعات النفسية الداخلية بين النجاح والفشل.

وبعد ذلك تتزوج الفتاة ثم تبدأ التفكير فى الحمل والخوف من التغيرات التى سوف تحدث فى الشكل الخارجى لها وخوفاً من أن هذه التغيرات قد تؤثر على محبة زوجها لها.. وقد يحدث أيضاً تغيرات نفسية عند المرأة الحامل نتيجة للتغيرات فى معدل هرمونات الجسم فنجدها عصبية المزاج سريعة الانفعال.. وقد تميل لبعض الأشياء غير المألوفة وتكره بعض الأشياء المألوفة من مشروبات ومأكولات وروائح وقد يمتد هذا لبعض الأشخاص.

وأثناء الولادة قد تتعرض المرأة لولادة سهلة أو متعسرة أو مصحوبة ببعض المشكلات؟ بعدها تصل الفتاة إلى مرحلة الانتاج أى مرحلة العطاء وتحديد قدراتها وكل هذا حتماً يسبب كثيراً من الضغوط النفسية..

بعد ذلك تصل الأم إلى المرحلة التى تشعر فيها أنها أصبحت غير قادرة على العطاء وهى مرحلة انقطاع الطمث أو سن اليأس وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية ونفسية وقد يكون ذلك مصحوباً بأعراض قبل انقطاع الطمس من ٣ – ٥ سنوات تظهر هذه الأعراض فى صورة اضطرابات فى النوم وكثرة العرق وسرعة الانفعال والعصبية وإحساس بسخونة فى كل الجسم وشعور بضيق وكتمة فى الصدر مع نوبات من القلب والاكتئاب.

ولكن يجب على المرأة أن تعلم أن عطاءها مستمر لا ينقطع أبداً بل يزيد يوماً بعد يوم خاصة فى هذه المرحلة حيث إن مسئولياتها زادت ليس فقط على أبنائها بل أيضاً على أحفادها.

بعض الاضطرابات النفسية التى قد تصاحب المرأة :

أما التغيرات النفسية المرضية التى تظهر على المرأة أثناء مراحل حياتها فأهمها القلق النفسى نتيجة الصراعات الداخلية المستمرة كما سبق ذكره.. وفى مرحلة البلوغ يمكن حدوث بعض حالات الهيستريا لدى بعض الفتيات وكلمة هيستريا لا تعنى جنوناً ولكنها تفاعل نفسى جسمانى سرعان ما يختفى عند حصول الفتاة على المطلب الذى تريده.. وربما أيضاً تحدث أعراض الاكتئاب النفسى وتغير المزاج والعصبية المصاحبة للدورة الشهرية.. ونجد أيضاً أثناء فترة الحمل ربما تتعرض المرأة لبعض الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب والهيستريا واضطرابات النوم مع تقلبات المزاج وفى الأيام الأولى بعد الولادة قد تشعر المرأة بأعراض اكتئابية وصعوبة فى التفكير وتغير نظام حياتها مثل النوم نهاراً واليقظة ليلاً استجابة للرضيع مما يؤدى إلى القلق والتوتر العصبى وسرعة الانفعال والاحساس بالخوف، هذه الأعراض تختفى تلقائياً خلال أيام قليلة.. وفى بعض الحالات النادرة يحدث ذهان ما بعد الولادة بنسبة واحدة لكل ألف فتظهر الاضطرابات العقلية مثل الاكتئاب الذهانى وأعراض الهوس وأعراض شبه فصامية وقد ترجع أسباب هذا الذهان إلى اضطراب الهرمونات فى هذه الفترة أو بسبب بعض العوامل الوراثية وأهم أعراضه اضطراب النوم وكثرة الحركة والكلام ورفض الطعام وإهمال العناية بالوليد وتصبح متناقضة المزاج والوجدان وتظهر اضطرابات السلوك مثل العدوانية مع وجود هلاوس وضلالات وفى جميع الحالات يجب استشارة الطبيب النفسى حتى يتم الشفاء بإذن الله.

بعد هذا العرض السريع يتبين لنا مكانة المرأة وتجليها وأنها تستحق أن تكون الجنة تحت أقدامها وأن عطاءها مستمر ودورها فى الحياة هام ولا ينتهى أبداً فهى الأم والأخت والزوجة والابنة والجدة.