الفصل الخامس: رفقًا بالقوارير

من أكثر الأشياء المؤلمة لحواء هو اللعب بمشاعرها، وعندما تتعلق بحب آدم تكون حالتها في غاية الصعوبة، وحيث أن آدم لا يعلم مدى الحالة النفسية وتقلب المزاج وانقلاب العاطفة من قبيل ترك آدم لها دون مراعاة لمشاعرها الصادقة.

عندما تحب حواء بصدق لا ترى سوى من أحبَّت مهما كلفها الأمر من متاعب، ولابد من معرفة آدم لمشاعر حواء قبل البدء في العلاقة أن يعلم جيدًا المتاعب التي تتعرّض لها حواء عند فشل هذه العلاقة.

آدم من الممكن ان يذهب ويترك حواء دون جدوى ولا يتأثر كثيرًا، لكن حواء مشاعرها تختلف تأخذ فترة كبيرة جدًا حتى تعود إلى هدوء حالتها النفسية؛ لأن هذه طبيعتها خلقها الله سبحانه وتعالى فيها من تغيّرات فسيولوجية داخلية يتعرض لها دون إرادة منها في ذلك، وهذه الطبيعة تختلف عن آدم فيها، كما قال النبي صلّى الله عليه وسلم "يا أنجشة رويدًا... رفقًا بالقوارير"

هكذا خص النبي صلّى الله عليه وسلم على المرأة من الانكسار، وخص منها المرأة بقدر كبير من الاهتمام، وبلغ من تقدير النبي للمرأة وصفها بالقوارير، ومعلوم أن القارورة تصنع من الزجاج، ولا بد التعامل معها برفق ولين حتى لا تُكسر، وأن التعامل معها بعنف يؤدي إلى كسرها.

وكان يقصد النبي الصحابيات التي يركَبْنَ على الإبل؛ فقد كان أنجشةُ حاديًا يقود الإبل بصوت جميل وكلمات شعريه (كأنه يغني)، ومما ذكر الإمام النووي في شرح الحديث أن النبي شبّهَ بالقوارير لرقتهن ولطافتهن؛ مما يستدعي مراعاة ذلك في التعامل معهم، وأن المرأة تتّسم بالرقة وطبيعة تركيبتها الإنسانية التي تتسم بالضعف في كل شيء؛ لذلك لابد المعاملة الخاصة تراعَى في ذلك وتحترم مشاعرها، وتتعامل معها بكل رقيّ وإحسان؛ فلا جرح لمشاعرها بكلمة ولا الاعتداء عليها باللفظ الخارج يلزم عليك المعاملة الرقيقة الليّنة.

ونتفهّم من حديث النبي رفقًا بالقوارير أن النساء تحب الكلام الطيب الجميل، وأكثر ما يشعرها بالهدوء والراحة هو كلمة طيبة جميلة، وأكثر ما يجرحها الكلمة الجارحة، ولأن النبي حذّرنا من كسر القارورة لأنها تشبه الزجاج، هكذا قلب النساء من ألم الهجران بعد التعلق هو بمثابة كسر القارورة الزجاجية التي لا يمكن إعادتها أو إصلاحها كما كانت، وتنكسر

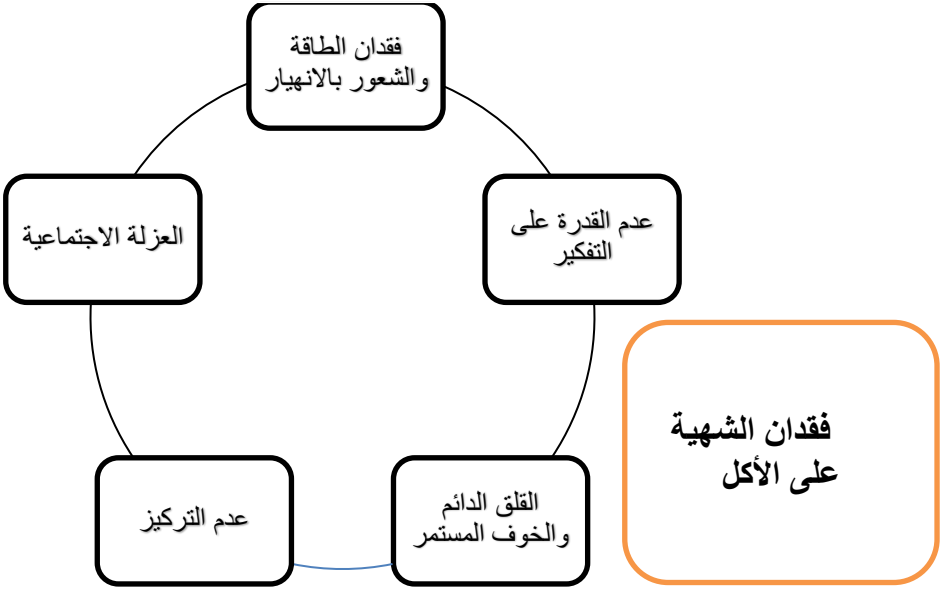
في حالة الخذل والهجران والترك وحدوث لحواء صدمة عاطفية، وهي حدوث شرخ في العلاقة بين آدم وحواء، وتنتهي هذه العلاقة وتدخل حواء في عالم من العقاب للنفس والذات، والشعور أن كل مَن حولها بانهيار، ويختلف رد فعل هذه الصدمة العاطفية لدى حواء لطبيعتها والثقة بنفسها وتجاربها في الحياة.

وتبعا لشدة الأزمة؛ فتتظاهر هذه الصدمة بعوارض شتى، منها النفسية والجسدية، وتعاني حواء من هذه الصدمة ويحدث لها بعض التغيرات الفسيولوجية نتيجة تعرضها للصدمة، وتعاني حواء كثيرًا من علاقة عاطفية دامت لفترة طويلة، وقد بنَتْ كل الآمال والطموحات والذكرى الجميلة والأيام المشرقة المبهجة مع آدم شريك الحياة، وفجأة تجد نفسها في مرحلة صدمة عاطفية يحتاج إلى وقت حتى تخرج من هذه المرحلة، ويجعلها تعاني من خيبات أمل، وهذه الصدمة تؤثر على نفسيتها بشكل سلبي، وتدخل في دائرة مغلقة من الاكتئاب، وحيث أن نفسية حواء بعد فشل العلاقة أو الحب تسمى بالصدمة العاطفية وفقدان السيطرة على مشاعر الحزن والخذلان، وتأتي هذه المرحلة بعدة مراحل:

- **الصدمة:**

من أصعب المراحل التي تمر بها حواء، ونفسيتها تتحول ومزاجها ينقلب، وهذا أمر صعب لا تطيقه النفس، وتكون الأيام الأولى من أصعب الأيام على حواء؛ لما فيها من تغيير النفسية وتحطم الآمال وتقلب المزاج،

ومرحلة الذكريات الجميلة، وتتعرض في هذه المرحلة على الكثير من النتائج السلبية.



وتؤثر هذه الصدمة على المخ فيصاب بارتباك في أداء مهامه؛ نتيجة هذا الخلل الذي حدث في المراكز المسؤولة عن التفكير والمعرفة والعاطفة والمشاعر والانفعالات، ونتيجة هذه الصدمة العاطفية تؤدى إلى ارتفاع هرمون الغضب لديها.

يتسبّب في انقباضات في غالبية عضلات الجسم، ويؤدي إلى الشعور بحال من الضيق والاختناق، وعدم الارتياح، وتترك الصدمة العاطفية تأثيرات شخصية وسلوكية تبدو معالمها واضحة، والأمر الذي يلاحظ كسب عواقب التعرض للأزمة العاطفية هو التبديلات الطارئة في العادات والسلوكيات نتيجة التفكير المستمر، والاعتقاد أن الحياة توقفَت والشعور الدائم بعدم الأهمية، والإحساس بالضرر الواقع عليه من كل النواحي، ما يؤدى إلى الكثير من الصعاب التي تصيب حياة الفرد العائلية والتعليمية والمهنية.

وتترك هذه الصدمة مجموعة من التأثيرات الاجتماعية التي تجعل المصاب رهينة العزلة الاجتماعية، ما يتسبب في شرخ عميق في العلاقات العائلية والاجتماعية، مقارنة بحياته ما قبل الصدمة؛ حياة هادئة متزنة خلاف ما بعدها؛ أنه يسير في متاهة يطغى عليها طابع الغموض وعدم الاتزان في التفكير وعدم القدرة على اختيار الاصدقاء الملائمين، أو ربما

الدخول في عالم الإحباط الدائم، ومن الناحية الجسدية لا يسلم جهاز المناعة من شر الصدمة العاطفية، إذ يصبح عاجزًا عن مواجهة العوامل الممرضَة التي يتعرض لها الجسم.

- **عدم تقبل الأمر الواقع:**

يصعب على حواء تقبل الأمر بسهولة ومروره كأي شيء عادي، إنما وضع بها أثرًا ملموسًا يصعب عليها تصديقه بسهولة بعد معاناة شديدة، ويصعب تصديق الأيام الجميلة الرائعة التي قضَتها في مرحلة الحب الجميل التي تجد نفسها مجرد ذكرى.

- **الغضب:**

هذه مرحلة الأناقة من تأثيرات الصدمة ومحاسبة النفس وتقويتها، ويبدأ الشعور الجامح بالغضب الذي يجتاح النفس؛ فيعود شريط الذكريات ليمرّ أمام عينك من جديد لترى مجموعة من الأمور التي لم تلقي لها بالًا.

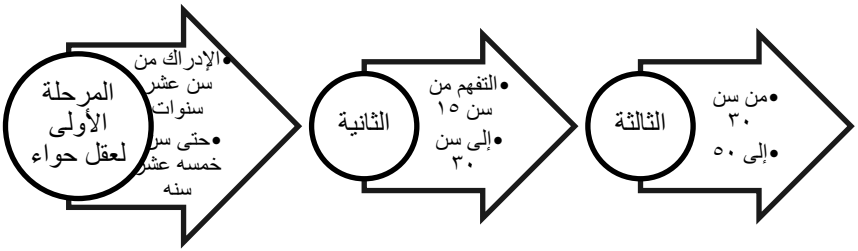
- **عدم الثقة بالنفس:**

قد يعتريك اللوم والشعور بالخجل من نفسك نتيجة إلقاء اللوم على نفسك بسبب فشل العلاقة؛ فنظرة المحيط الخارجي وتهامسهم كلما مررتَ بجانبهم تؤذيك وتجعلك تنقص من قيمة نفسك.

- **القبول بالأمر الواقع:**

في هذه المرحلة بعد أخذ نفس عميق من حواء لحظة الاستسلام، وتقبّل الأمر الواقع بكل ما فيه وبكل خسارة أو مكسب بحزنها وسعادتها وآلامها، وبالنظر بعين الحقيقة أنّا في هذه المرحلة تجعلك تقيّم وضعك من جديد وبشكل صادق، والسير في اتجاه أفضل حتى تستمر عجلة الحياة، وأن الحياة لا تتوقف عند هذا...

العقل مثل الإنسان؛ يبدأ صغيرًا ثم يكبر مع الأيام، وهكذا أيضًا يمرّ بالتجارب الحياتية مثل الإنسان ويكبر معها؛ لذلك لابد من فهم عقل حواء مع اختلاف الأزمان، وحيث أن حواء في مختلف حياتها تختلف قراراتها وإدراكها للحياة، وهو في الصغر ليس بنفس الفكر عندما تكبر وتنضج، كل زمن فيه عقلها يختلف فكرها ونظرتها للحياة، وتعاملها مع الظروف، ولذلك نجد أن العقل يختلف باختلاف السنين.



لّما تقال كلمة رفقًا إلا لعلم أن هذا يؤذيها نفسيًا؛ فإن الرفق لا يكون إلا للشيء الرقيق؛ فللعلم فرفقًا بحواء لأن بها قلب إذا تعلّق بقلب آخر؛ لذلك حواء تكون حذرة كل الحذر للوقوع في الحب حتى لا تذوق مرارة الفراق ومرارة التعلق والبعد، والعلاقة الغير آمنة، وأكثر ما تكره حواء العلاقة الغير الآمنة؛ لأن حواء عاطفية لا تفكر سوى بالحب والعيشة، الحب والاستقرار، ولها حياة داخلية تختلف عن واقعها، وتشعر بالاستياء من عدم تحقّق هذه الحياة؛ لذلك تجدها تفكر كثيرًا عندما تسمع خبرًا يسرها، خائفة تفكر يكون ليس لها تقلّب في المزاج.

من أصعب ما تمر به حواء في حياتها جرح مشاعرها وقلبها؛ لذلك قال النبي صلّى الله عليه وسلم "رفقًا بالقوارير"؛ حيث أن حواء لحبها بقلبها تحب وتبني، تحب آدم وتبني عليه حياتها وسعادتها معه؛ لذلك عند فراقها يكون كالموت لها وتحطم حياتها؛ لأنها إن أحبَّت بصدقٍ أعطَت الكثير من مشاعر الحب دون مقابل وبكثرة.

والتأثير الأكبر الذي جعل من أمر غاية في الصعوبة تحب أكثر وتبنِّي عليه آمالها وأحلامها، وعندما ينتهي كل شيء وكأنها خسرَ ت وهُدِم كل شيء، وحيث مغادرة شخص لا نحبه هو بمثابة أمر عادي بخلاف ممن نحبه بصدق، وإذا تعرّضَت للرفض من قِبَل شخص لا تحبه أيضًا هو أمر عاديّ، ولكن يختلف كل هذا برفضك من إنسان جعلته كل شيء، وأعطيته من الحب والإخلاص والوقت الغالي ما لا تعطيه لأحد قبله، وبعد كل ذلك تجد نفسك أمام شيء لم يكن ولم تتوقع حدوثه من قبل، فإن هذا الأمر هو أمر صادم يكون في غاية الصعوبة، وهذا الأمر يترتّب عليه الكثير من الآثار، سواء لآدم أو لحواء، ولحواء أكثر.

- إغلاق القلوب لحب مرة أخرى أو للدخول في حب جديد تشعر بالخوف من القدوم لهذه الخطوة.

- تشعر بشعور مزدوج أو من إحساس متناقض بين الدخول والإقبال في الحب والخوف من فقدانه.

الشعور ما بين الإرادة والرفض؛ حواء دائمًا ما تتعرّض لضغوط نفسية، ولابد من تفهّم آدم لذلك، ولابد من التعلم الجيد للتعامل مع مثل هذا للتخفيف من التعامل والتقليل من الضغط النفسي عليها؛ لذلك لابد

أن يجيد التعامل مع مثل هذه، وكيفية التعامل مع شخص غاضب هل تزيد من ضغطه.

ونلاحظ عندما يجيد آدم التعامل الجيد مع حواء لتقليل الضغط عليها سرعان ما تحاول هي أيضًا الاستجابة لمثل هذا، وتهدأ وتراجع نفسها بهدوء، خلاف ما لو لم يتفهمها، ويجد نفسه يتعامل بجهل مع هذا، ويحدث الخلاف ويزيد؛ فلابد من معرفة عالم حواء الخفي لتسير سفينة الحياة الزوجية بسلام وتحقق أهدافها الاجتماعية بسلام وأمن واستقرار وسعادة.

ويرجع كل ذلك للتصرف الصحيح الذي يتصرفه آدم لهذا الموقف أدى إلى تجنب الصدام في أوقات الغضب، وبعد الهدوء تحدّث إليها ما شئت ستجد استجابة غير متوقعة منها خلاف التصادم والحديث أثناء الغضب.

وهى أيضًا كذلك؛ فلابد من الصمت وقت الغضب لا تتحدث في أي شيء، وتؤجل الحديث إلى وقت آخر من ذلك حتى يتمكن الاستماع الجيد إليها وهو في حالة هادئة وحسنة، ويستمع أيضًا ما هو إليها وإلى مشاعرها السلبية بحب وعطف وحنان واحتواء.

نحن في عصر يختلف عن باقي العصور؛ لما فيه من تطور الوسائل الاجتماعية والتواصل الاجتماعي، وتم التطور فيه من كل الأمور الاجتماعية، وتطور كل شيء؛ النقل والاتصال والوسائل والتواصل

الاجتماعي والصحة، إلا العلاقات الاجتماعية؛ لم تتطور في ظل كل هذا التطور.

فعالم حواء هو يدفعنا للفهم والتطور في العلاقات الاجتماعية لما فيه من تفهّم الثقافة والفهم الاجتماعي بين حواء وآدم، وعلى حواء قبل الحديث إلى آدم أن تختار الوقت المناسب له، وتكون على وعي كامل بحالته، لابد من اختيار الوقت المناسب للتعبير عن حالتها وعن مشاعرها اليومية والسلبية، وأيضًا مشاعرها السلبية والإيجابية.

وتختلف الأوقات للتعبير عن المشاعر؛ سواء مشاعر إيجابية من فرح وسعادة ومشاعر سلبية من ضيق وحزن، إذا رأته في حالة من الضيق لا تتحدث إليه بسعادة، بل تنتظر حتى يهدَأ ويخرج من حالته، ثم تعود إليه وتخبره بما تشعر من أخبار سارة لديها، وأيضًا آدم لابد من المعرفة الجيدة لأوقات تغيّر المزاج لديها ومشاعرها المتقلبة، لا حرج أن يتعلم آدم بمثل هذا تجنّب للخلافات الغير متعمدة لديها، ولكن تكون لا إرادية منها لما فيها من تغييرات فسيولوجية تؤثر عليها، وتؤدي بها تقلّب مزاجها وغضبها والتعصب لأمور لا جدوى للتعصب فيها، إلا أنه أمر لا إرادي منها؛ لذلك رب العباد أسقط عنها الفرائض في مثل هذه الأوقات لعلمه بنفسيتها

المتقلّبة في هذه الأيام، ولا حرج من تعلّم آدم مثل هذه الأوقات والظروف التي تمر بها.

كيف تتعامل حواء مع آدم في حالة عودته من العمل متضايقًا ومستاءً ومرهقًا، لابد أن تقابله بابتسامة جميلة وكلمة طيبة، ومن ثم تحضر له الطعام، ومن ثم تتركه حتى يستريح ويهدأ، ثم بعدها تتحدث إليه إن رأته متاحًا للحديث، لكن إذا قابلته بوجه غاضب وتعصّب ماذا تتنظر منه إلا التصادم والخلاف، لابد من معرفة هذه الثقافة الاجتماعية، وأن هناك فرق كبير من التعليم والثقافة الكثير من الأشخاص متعلم، ولكن القليل من المثقفين، ولابد من تفهّم ثقافة العلاقات الاجتماعية حتى تسير سفينة العلاقات الاجتماعية بين آدم وحواء بسلام وسعادة.

ليست السعادة في امتلاك الكثير من الأموال، إنما السعادة علاقة جميلة بين آدم حواء، وأسرة جميلة تتخذ من الفهم والتعاون والحب مبدأ لها، والمشاركة الجماعية في الحياة الاجتماعية، وآدم يكره الزوجة كثيرة التحدث عن المشكلات، ويستاء كثيرًا منها، ويتشبّه ذلك بالشخص الذي تحبه ولا يأتي لك إلا بالأخبار السيئة، هكذا يرى آدم؛ لذلك كوني ذات وجه جميل له يتخلّل وجه الابتسامة الجميلة، وكما يقول النبي صلّى الله عليه وسلم إذا نظر إليها أسَرّته.