



إِلَى الْحَسَانِ

سُندُس السُّهْيَى

إلى الحسان

بِقَلْمِ سُندُس السُّهْي



المقدمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ
الْمُرْسَلِينَ، نَبِيِّنَا مُحَمَّدٌ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ:

بَيْنَ أَيْدِينَا فِي هَذِهِ الصَّفَحَاتِ، تَفْرِيْغٌ لِدُرُوسِ النَّظَافَةِ وَالْزِينَةِ الَّتِي قَدَّمَتْهَا الْفَاضِلَةُ
السُّهْيِ ضَمِّنَ دُورَةِ فِتِيَّاتِ حِسَانٍ، تِلْكَ الدُّورَةُ التَّرْبِيَّيَّةُ الْهَادِفَةُ إِلَيْهِ خُصُّصَتْ
لِلْفِتِيَّاتِ لِتَضُعَ بَيْنَ أَيْدِيهِنَّ لِبَنَاتِ الْوَعْيِ الْأَوَّلِ، وَتَفْتَحَ لَهُنَّ بَابَ الْفَهْمِ الْمُتَزَنِّ لِمَا
يَتَصَلُّ بِطَهَارَتِهِنَّ وَزِينَتِهِنَّ، فِي إِطَارٍ يَجْمِعُ بَيْنَ الْهَدِيَّ الشَّرِعِيِّ وَالْذُوقِ السَّلِيمِ.

وَقَدْ جَاءَتْ هَذِهِ الدُّرُوسُ لِتَسْدِيْدِ حَاجَةً مُلْحَّةً لِدِيِّ الْفَتَاهُ الْمُسْلِمَةِ، فِي زَمِنٍ اخْتَلَطَتْ
فِيهِ الْمَفَاهِيمُ، وَتَزَاحَمَتْ فِيهِ الرَّسَائِلُ الْمُتَنَاقِضَةُ حَوْلِ الْجَسَدِ وَالْزِينَةِ وَالْعِنَاءِ
الشَّخْصِيَّةِ، فَكَانَتْ هَذِهِ الْمَادَّةُ دُعْوَةً هَادِيَّةً إِلَى التَّوَازُنِ، وَبِنَاءً وَاعِيَّاً لِلْأَنْثَى الْمُسْلِمَةِ،
لَا إِفْرَاطٌ فِيهِ وَلَا تَفْرِيْطٌ، وَلَا اِنْسِيَّاْقٌ أَعْمَى خَلْفَ أَنْمَاطِ دُخِيلَةٍ، وَلَا جُمُودٌ يَحْجِبُ
الْفَطَرَةَ عَنْ جَمَالِهَا الْمُشْرُوْعِ.

نَصَّعَ هَذَا التَّفْرِيْغُ بَيْنَ أَيْدِكُنَّ لِيَكُونَ مَرْجِعًا نَافِعًا لِكُلِّ فَتَاهَةٍ تَسْعَى إِلَى مَعْرِفَةِ
صَحِيْحَةِ، وَسُلُوكِ مَهْذَبٍ، وَاعْتِزَازٍ بِهُوَيْتَهَا، وَلَتَجَدْ فِيهِ الْأَمْهَاتُ وَالْمُرْبِيَّاتُ مَعِيْنًا
يُسْهِمُ فِي تَوْجِيهِ الْفِتِيَّاتِ تَوْجِيهًا رَاشِدًا، قَائِمًا عَلَىِ الْعِلْمِ وَالْحَيَاةِ مَعًا.

نَسَأَلُ اللَّهَ أَنْ يَنْفَعَ بِهِ، وَأَنْ يَجْعَلَهُ خَالِصًا لِوَجْهِهِ الْكَرِيمِ، وَأَنْ يَكْتُبَ الْأَجْرَ لِلْمُعْلِمَةِ
النَّبِيِّلَةِ، وَالْقَائِمَاتِ عَلَىِ هَذِهِ الدُّورَةِ، وَلِكُلِّ مَنْ أَسْهَمَ فِي نَشْرِ هَذَا الْخَيْرِ، وَأَنْ يَجْعَلَهُ
لِبَنَةً فِي بَنَاءِ فِتِيَّاتٍ وَاعِيَّاتٍ، طَاهِرَاتِ الْقَصْدِ، جَمِيلَاتِ السُّلُوكِ، ثَابِتَاتِ عَلَىِ مَنْهَجِ
الْإِسْلَامِ ظَاهِرًا وَبَاطِنًا.

لَيْلَى حَمْدَانٍ

(فِيهِنَّ خَيْرَاتُ حِسَانٍ)

إلى الأنامل الرقيقة والثغور الباسمة، والأيدي العطوفة، إلى من تأمل أن تكون من خيرة الحسان وصفوتهن، فتُكسى بجلباب الحياة قبل أن تتجلى بجمالها الباهر.

إلى من أرقها السعي خلف أسراب الجمال وأطياافه، محاولةً أن تلتقط حُسناً مُغرِّياً يُرسم بريشة الألاعيب التجميلية، ويُخضع لمعايير الأهواء، إليك يا من تنسجين التألق من جوهرك كالدُّرّة، وتجسدِين النقاء الذي وُهِبَتِه.

أهديك هذه الكلمات العطرة، لتطيبي بها نفساً، ولتتألقِ كالغيد الحسان.

مقدمة السُّهُى

بِسْمِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ، وَعَلَىٰ أَلَّهِ وَصَحْبِهِ، وَمَنْ اهْتَدَىٰ بِهِدِيهِ
إِلَىٰ يَوْمِ الدِّينِ، أَمَّا بَعْدُ:

بَيْنَ أَيْدِيكَنْ هَمْسَاتٍ صَغِيرَةٍ، عُقِدَتْ كَمْحاورٍ لِلْحِسَانِ فِي مَجَالِسِ دُورَةِ "الْحِسَانِ"
لِفَتِيَاتِ الإِسْلَامِ، الَّتِي انْطَلَقَتْ قَبْلَ أَشْهَرٍ عَدَّةٍ فِي أَوَّلِ الصَّيفِ، تَحْتَ إِشْرَافِ
الْكَاتِبَةِ الدَّكْتُورَةِ لَيلَىِ حَمْدَانَ، بَارَكَ اللَّهُ بِهَا وَزَادَهَا مِنْ فَضْلِهِ وَأَثَابَهَا وَجَزَاهَا عَنَّا
وَعَنِ الْمُسْلِمِينَ خَيْرَ الْجَزَاءِ.

فَآثَرْنَا جَمِيعَهَا كُتُبَّ صَغِيرَ يَكُونُ مَنَارَةً جَمَالٍ وَهُدًى عَلَىٰ بَقَاءِ الْفَائِدَةِ مُنْحَصَرَةٍ فِي
الدُّورَةِ، وَنَرْجُو أَنْ يَكُونَ بَيْنَ طَيَّاتِهِ مَا يَطْمَئِنُ فَؤَادُ كُلِّ أَنْثَىٰ أَرْقَاهَا السُّعْيُ نَحْوَ بَرِيقِ
وَاهِمٍ، وَأَتَعْبُهَا تَتَبَعُ صَيْحَاتِ الْفَسْوَقِ، وَدُعَاؤُهَا بِالْجَمَالِ الْمُضَلِّلِ بِالْأَلَاعِيبِ
الْتَّجَمِيلِيَّةِ وَالسَّطْحِيَّةِ، لِيَخْرُجَ الْجَمَالُ مِنْ قَالِبِهِ الْحَسَنِ إِلَىٰ قَالِبٍ قَبِحٍ مُلِيءٍ
بِالْمُسَاوَىِّ وَالْغَشِّ، وَلِتَضُعَ الْأَنْثَىٰ عَنْهَا رَدَاءُ الْأَنْوَثَةِ النَّقِيِّ الْمَرَصَّعُ بِالْوَقَارِ وَالْحَيَاةِ
وَالنَّعْوَةِ، وَتَكْتُسِي - ثُوبَ الْاسْتِعْرَاضِ الْقَاتِمِ الْمَدَلِّسِ، ظَنَّاً مِنْهَا أَنَّ ذَاكَ هُوَ
"الْجَمَالُ" وَمَا هُوَ إِلَّا أَقْبَحُ مَا يَجْسِدُ قَشْرَتِهِ!

فهذه كلماتٌ صغيرة، ما بين نصائح ووصايا، وهمساتٌ ناعمة، مصفوفةٌ كعقدٍ متلائِيٍ تزيّنَ به، لم نناقش فيها الأحكام الفقهية لبعض ما يتعلّق بك كأنثى، أو نرتّب لك فيها وصفات العناية.

بل اكتفينا بذكر أهم المهام، والمعالم الرئيسية للحسن الأنثوي، ومطلع الجمال في نفسك.

آمل أن تستشعرني بها نبض المحسن الأنثويّة وتزيّنني بها تأثّراً، وتدعي عنك كل زيفٍ أثقل كاھلك، وعبء إثباتٍ أثكِ "جميلة" وفق المعايير الكاذبة الخدّاعة!. ليروي حُسنك من ينبع الفطرة، ولتريه بمرآة الأنوثة، لا بمرآة الاستعراض السينمائيّ، وبعينيكِ الجميلتين، لا بكاميرا الشاشات وأعين الرجال والشهوات.. ليحلَّ السَّلامُ على قلبك مطمئناً، قبل حلوله على مظهرك! أَسأَلَ اللَّهَ أَنِّي قد وفَّقت في ما أَدْعُوكَ وأَخْبَرْتُكَ. وما كان خيراً فمِنَ اللَّهِ وحْدَهُ، وما كان غير ذلك فهذا زلي وتقصيري، وأَسأَلَ اللَّهَ الْعَفْوَ وَالْمَغْفِرَةَ، وَالْهَدِيَّ وَالسَّدَادَ.

سُندُس السُّهُى

حديث المرأة مع الجمال في مهده

توقفت الصّغيرة أمام مرايتها تتطلّع لذاك الجمال الفتّان الذي تراه على الشّاشات، ينافس لمعان التّجوم وبهائها.

”لماذا لا أشبههم؟ ولم وجهي شاحبٌ هكذا؟.. كم هي مزعجة هذه البثور والهالات تحت عيناي، لم شفاهي مشقّة هكذا؟ لم لست مثلهم؟، بشرة صافية وناعمة، تتوهّج وتلمع من النّقاء!

ينقصني الكثير بعد لأكون بمستوى جمال عاديٍّ فضلاً عن الجمال الباهر الذي أحلم به، كم أنا قبيحة! ”

كم كانت كلمات تلك الصّغيرة قاسية وهي تخرج من أنثى لم تبلغ بعد، وقد قابلت عينها ما يجعلها تتطلّع طالبةً ما يفوق سنتها ويفتح عينها على جمالٍ سطحيٍّ مبهج دون البحث عن سقيا وجمال ما هو أعمق وأنقى وأبقى.

فما الذي يدعوها لذلك ولم تُحظِّ نفسها بتلك النّظرة المتشائمة عن ذاتها المتطلّعة لأنواع عجيبة من الجمال ”الّذي تراه جمالاً“!

أطيااف الجمال!

ما هو الجمال وما هو ذاك السّراب الذي نبحث عنه.. أو لنقل بعبارةٍ أوضح "الجمال المتفق على جماله، والجمال القبيح".

لقد خلق الله عز وجل الخلق جمیعاً بأفضل صورة، يقول الله عز وجل ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ [الثّین: ٤]

"أي: تامٌّ الخلق، متناسب الأعضاء، منتصب القامة، لم يفقد ممّا يحتاج إليه ظاهراً وباطناً شيئاً." تفسير السّعدي.

وفي المعنى كذلك بيان تفضيل الإنسان على الكثير من المخلوقات، فقد ميّز الله الإنسان وكرّمه بالسمع والبصر والنطق والعقل، يقول الله عز وجل ﴿إِنّا خَلَقْنَا إِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبَتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعاً بَصِيرًا﴾

يخبرنا الله عز وجل أنّه خلقَ الخلقَ بأحسن صورة، أي أنها بالشكل العام صورة حسنة غير ناقصة.

لكنّ الله عز وجل على كلّ شيء قادر، وهو الخالق سبحانه يتصرّف بخلقه كيف يشاء سبحانه وتعالى ولا مانع لقضاءه وخلقه وتصرّفه بعباده ابتلاء لهم ﴿يَخْلُقُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾

كما يتبلي الله عز وجل بالخلقة الكاملة المكملة، يبتلي بعكسها خلقةً غير كاملة ليرى وهو العليم سبحانه كيف نتعامل مع الابلاء، فالفقر ابتلاء والغنى ابتلاء، كما تمام الخلقة ابتلاء ونقصها ابتلاء وهو العليم الخير سبحانه، يخلق ما يشاء كيف شاء، وهذا دليل القدرة المطلقة لله تعالى، يخلق كل الأصناف والأشكال كيف يشاء سبحانه لا اعتراض على حكمه، ولو اطّلعنا على جزاء وأجر المبتلى الصابر المحتسب على صبره ورضاه عن الله تعالى في الآخرة وجزاء الله وما أعد له لتميّنا لو صُبَّ علينا البلاء في الدنيا صبًا.

• لكن كيف والله تعالى كذلك يقول ﴿مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَاوْتٍ فَارْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرَى مِنْ فُطُورٍ﴾ [الملك: ٣]

وتفسيّرها أن خلق الله ليس فيه نقص أو عيب كما في تفسير السعدي ﴿ما ترى في خلق الرحمن من تفاوت﴾؛ أي: خلل ونقص، وإذا انتفى النقص من كل وجه، صارت حسنةً كاملةً متناسبةً من كل وجه في لونها وهيئتها وارتفاعها وما فيها من الشمس [والقمر] والكواكب النباتات الثوابت منها والسيارات، ولما كان كمالها معلوماً؛ أمر تعالى بتكرار النظر إليها والتأمل في أرجائها؛ قال: ﴿فارجع البصر﴾؛ أي: أعده إليها ناظراً معتبراً، ﴿هل ترى من فطور﴾؟ أي: نقص واحتلال".

وأَمَّا إِجَابَةُ ذَلِكِ.. فَإِنَّ خَلْقَ اللَّهِ تَعَالَى كَامِلًا لَا يُشَوِّهُهُ نَقْصٌ حَقِيقًا وَاضْحَى وَالْمُعْيَارُ فِي التَّقْيِيمِ هُوَ النَّظَرُ فِي خَلْقِ اللَّهِ تَعَالَى الْكَامِلِ الَّذِي لَا يُشَوِّهُهُ خَلْلٌ وَلَا عِيبٌ سَوَاءً بِالنَّظَرِ لِإِتْقَانِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَضَبْطِهِمَا وَرْفَعِ السَّمَاوَاتِ بِلَا عِمدٍ وَبَسْطِ الْأَرْضِ بِالنَّعْمَ، أَوْ فِي خَلْقِ الدَّوَابِ وَتَسْيِيرِهَا، أَوْ فِي خَلْقِ الْإِنْسَانِ الْعَاقِلِ الْمُتَقْنِ.. فَكُلُّ ذَلِكِ دَلِيلٌ عَلَى تَمَامِ وَكَمَالِ قَدْرَةِ اللَّهِ تَعَالَى عَلَى خَلْقِ الْحَسَنِ الْكَامِلِ.

وَلَيْسَ الْمُعْيَارُ فِي التَّقْيِيمِ هُوَ النَّظَرُ فِي مَنْ شَاءَ اللَّهُ أَبْتَلَاهُ بِنَقْصٍ وَاضْحَى بِخَلْقَهِ أَوْ مَرْضٍ ثُمَّ التَّقْيِيمُ عَلَى أَسَاسِ ذَلِكِ.. هَذَا لَا يَمْكُنُ!

هَلْ يَعْقُلُ أَنْ نَذْهَبُ لِلصُّورَةِ الَّتِي فِيهَا نَقْصٌ وَاضْحَى شَاءَ اللَّهُ أَنْ يَجْعَلَهَا نَاقِصَةً أَوْ فِيهَا عِيَّبًا لِأَبْتَلَاهُ وَأَخْتَبَارَ وَنَقِيسَ عَلَيْهَا، وَنَتَرَكُ الْكَامِلَ الَّذِي فِي الْأَرْضِ قَاطِبَةً لَأَنَّنَا قَسَنَا عَلَى جَزءٍ صَغِيرٍ مِنْهُ شَاءَ إِلَهٌ أَنْ يَجْعَلَهُ عَلَى مَا هُوَ عَلَيْهِ؟

فَالْمَقْيَاسُ إِذَا هُوَ الْإِنْسَانُ تَامُ الْخَلْقَةِ وَالْأَوْصَافِ هُذَا الَّذِي نَقِيسُ عَلَيْهِ، وَأَمَّا النَّقْصُ فَإِرَادَةُ مِنَ اللَّهِ الْعَلِيمِ الْحَكِيمِ وَهِيَ دَلِيلُ الْقَدْرَةِ عَلَى أَنَّ اللَّهَ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ بِالْقَدْرَةِ الْمُطْلَقَةِ عَلَيْهِ وَلِحِكْمَتِهِ يَعْلَمُهَا سُبْحَانَهُ، لَا عَنْ عَجَزٍ أَوْ ضَعْفٍ تَعْلَى اللَّهُ عَنْ ذَلِكَ.

كَمَا يَخْلُقُ التَّامَ الْكَامِلَ مَعَ مَقْدِرَتِهِ عَلَيْهِ، يَخْلُقُ سُبْحَانَهُ غَيْرَ الْكَامِلِ كَذَلِكَ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى أَبْتَلَاهُ وَأَخْتَبَارَهُ وَلِحِكْمَتِهِ كَثِيرَةٌ قَدْ يَتَجَلَّ لَنَا بَعْضُهَا وَنَجْهَلُ مِنْهَا الْكَثِيرُ.

وَفِي الْكَامِلِ وَعَدْمِهِ دَلِيلُ قَدْرَةِ اللَّهِ تَعَالَى عَلَى التَّصْرِيفِ بِخَلْقِهِ كَيْفَ يَشَاءُ دُونَ أَنْ يَحْدِّدَ شَيْءٌ أَوْ يَمْنَعَهُ مَانِعٌ.

وفي ذلك التّيقّن بأنّ مشيئة الله هي النّافذة لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السّماء،
له الأمر من قبل ومن بعد.

ولذلك يقول الحقّ سبحانه وَبِرَبِّكَ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَيَخْتَارُ مَا كَانَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ
سُبْحَانَ اللَّهِ وَتَعَالَى عَمَّا يُشْرِكُونَ﴿ [القصص: ٦]

وفي هذا ما يوجب التّسليم الكامل لله تعالى والإيمان به وبقدرته سبحانه، والصّبر
على الابلاء كيف كان.

وأنّ الجمال هو جمال الخلقة والهيئة الحسنة، لا معاير له، إذ يخلق الله الجمال
في تمامه ونقشه، وفي كلاهما جمالٌ إن أقرَّ القلب بذلك وتيقن وسلَّمَ لله سبحانه،
وأنّنا لم نخلق في هذه الحياة للّتّمّع بالجمال والتّسابق عليه، فليس الشّأن به ولا
القضيّة عليه. وحين إدراك ذلك.. يهدا القلب من لهثه واضطراب سكناه، ويحيي
العقل الغاية التي خلق لأجلها لا الهوامش الّتي لا شأن لها في ذلك!.

من عند أنفسكم!

كثيراً ما يلوم الإنسان الجهول خالقه ويعترض على ما اقترفت يداه... كيف؟! إنَّ الشَّرِّ يصيِّبه لا من ربه سبحانه بل من نفسه والأسباب التي اقترفها، فالله عزَّ وجلَّ أعطى الإنسان الإرادة الحُرَّة ليختار ويتصرَّف.. يقول الله عزَّ وجلَّ ﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجَدَيْن﴾ [البلد: ١٠] أي: طريق الخير والشَّرِّ

وقد ميَّزَ اللهُ الإنسان وفَضَّله على سائر المخلوقات «بالعقل - والإرادة الحُرَّة» يدرك بعقله المنافع والمضارّ، ويقدر على الإختيار الحرّ بينها كما يشاء، ومشيئته لا تخرج عَمَّا يشاء الله عز وجل، فاختيار العبد بمشيئته الحُرَّة الكاملة هو تحت اطّلاع الله عز وجل ويعلمه قبل أن يقع، ويعلم ما لم يقع ولو وقع كيف سيكون!

فاختيار العبد لنفسه الخير أو الشَّرِّ بالإرادة الحُرَّة عليه هو ابتلاء واختبار من الله عز وجلَّ كيف نصنع.. واختياراتنا لا تخرج عن علم الله عز وجل وهي مكتوبة بتفاصيلها، لأنَّ الله سبحانه يعلم ما سنختار قبل أن نختار!

وهذه الإرادة -بساطة- لا تخفي على الله عز وجلَّ العليم بما في الصدور وما تنطوي عليه الأنفس، ﴿يَعْلَمُ خَائِتَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ﴾ سبحان الله! فالأسباب والأفعال التي نأخذها لفعل شيء ما بمطلق الإرادة الحُرَّة، نحن من يتحمل مسؤوليَّته ونتائجها من المسَّبَبات الناتجة عنه، ومع ذلك لا يخرج هذا على أن يكون ابتلاءً من الله واختباراً، رفعَةً أو عقاباً، وبما اقترفته يداه!

بين خلل في جين واحد.. أو حتى نقص في الفيتامين... ابتلاءات كثيرة، من عند أنفسنا!

هناك أسباب كثيرة تؤثر على شكل المولود والعيوب أو التّشوّهات التي قد يحملها منذ ولادته، فعلمياً تحدث التّشوّهات من عوامل وراثية مثل الجينات الموروثة من أحد الوالدين أو صلة الدّم، أو كانت نتيجة لتغييرات مفاجئة وخلل في الجينات "الّطّفرة الجينيّة"، أو كانت بسبب عوامل بيئيّة كتعاطي الأمّ للمخدّرات أو العقاقير أثناء الحمل، أو التّعرّض لمواد كيميائيّة سامّة ومؤذية كالمبيدات الحشرية ومواد التنّظيف السّامّة مثل "الكلور"، ومنها الأدوية الطّبّيّة الممنوعة أثناء الحمل أو تداخل في عناصر ومواد الأدوية بشكل خاطئ، أو الكريمات الجلديّة ذات الكيميائيّات والّتراكيب القويّة، أو الأمراض المعدية والالتهابيّة التي تصيب الأمّ مثل حصبة زيكا، حتّى الحالة الصّحيّة والنّظام الغذائيّ غير السّليم يدخل ضمن قائمة المسبّبات.

فمثلاً، لدينا مشاكل صحّيّة كبيرة يسببها نقص فيتامين A للجنين أثناء الحمل، منها عيوب واضطرابات الولادة - التّشوّهات - كمشاكل وعيوب في نموّ الأعضاء الحيويّة للجنين مثل العيون أو الرّئتين أو الهيكل العظميّ، وكذلك قد يؤدي نقص هذا الفيتامين إلى بطء عملية نموّ الجنين الطبيعيّة بعد الولادة، وهذا بسبب تأثير نقص فيتامين A على نموّ الجنين وتطوره الطبيعيّ داخل الرّحم.

وغير ذلك من المشاكل والأعراض والعيوب التي قد يسببها خلل في تركيب جين واحد.. أو حتى نقص في فيتامين معين.. سبحان الله!

طيش الحُسْن، وضجَّةُ الفلسفة

في إحدى زوايا العالم، هناك فتاة أخرى غير تلك الصَّغيرة، وبينهما سنواتٌ قليلة لا تتجاوز العشر، هذه الأنثى قد بلغت وشبَّ جمالها وبدت ملامح النساء عليها، قد اشتعل في رأسها شيب الشَّباب لا طعون السِّن، ذاك النَّابت من حماسٍ وطيش قد سيطر على العقل!

فما طيش هذه الجميلة سوى الجمال والله بالفن الفاتن الذي يأخذ الأنثى لتلابيب الأنوثة، لكن... كيف انحرف الطريق بها وشابات اليوم إلى منحدر المؤس التجميلى والباربى المشوهة؟

ما زال يعني "الجمال" ولم يُحَجِّب المعنى الحقيقى له بضجَّة الفلسفة، هل معنى ذلك أذَّه مكوٌّنُ نادر؟

يا عزيزتي ليس الجمال مكوٌّناً نادراً، بل أمرٌ فطريٌّ في المخلوقات ومكوٌّن أساسى في الوجود.. أي طبيعى مشاهد وليس أمراً نستغربه، إنه يدعونا للارتباك قليلاً والاستمتاع بالنظر إليه في آنٍ واحد، أو السماح له بالسيطرة على شعورنا بإحساسه النافذ بكبرياء السلطة، ثم لا ينفذ بنا هذا الكبرياء إلا أن نسبح خالق هذا الجمال.

قد يكون ذلك في مشهدًا طبيعياً لجدول ماء تحققه الأشجار وتعلوهما زرقة السماء وغيومها الدافئة الرغبة كالصوف، أو كغزل البنات الحلو الذي نحبه، أو قد يكون صوت طفل يداعبه والديه ويلاعباه وأسارير البهجة تبتسم في قلوبهم، أو بأحد الطيور وهي تطعم صغارها وترعاهم في مشهدٍ تغشاهم الرحمة، أو بتقاسم وجهٍ مليح يتصور به الحسن كأنه مرسوم بفن.. يا للعجب!

فهذا وحده كافٍ لرد أكبر الفلسفات المتغطرسة التي تصف الجمال وتعزّف به، وقد تنتبه أننا لم نذكر له أي معايير مادية أو أرقام وتقاسيم موضوعية!.

إن الجمال حولنا لا يحتاج إلى ذاك كله كي تدركه الأ بصار أو القلوب.. لا نحتاج لوضع زخارف له لنقنع عقولنا أن الجمال ما ليس بجمالي عندها، أو نرغمنها على استحسان ما لا يستحسن أو استقباح ما لا يستقبح كلون أو عرق، أو شكل معين قُولب الجمال به.. عجبا!

على ماذا يستند من يخفض ويرفع ويقيّم الجمال من حوله وخلق الجمال سبحانه يحب الجمال، وخلقه سبحانه بأبهى وأروع صوره وأنواعها.. فإذا بنا نرى من يخططون ويقيّمون ويرفعون أو يخفضون ما تنادي به أهواهم ويشبع أنانية نفوسهم، من هم أولئك أصلاً لمستورد منهم معاييرنا ونأخذ منهم ما يملون علينا ويسيروننا إليه بكل سذاجة سواءً باتّباع طريقتهم المعرفة للجمال أو غيره!

إِنَّ اللَّهَ سَبَّانَهُ خَلْقَ الْإِنْسَانِ بِشَكْلٍ يَتَسَمُّ بِخَصَالٍ جَمِيلَةٍ فِي خَلْقِهِ وَجَمَالٌ مُّتَنَوِّعٌ
لَا يُحِدُّهُ قَالْبٌ. إِنَّمَا يُخْتَلِفُ الْبَشَرُ فِي رَؤْيَتِهِمْ لِهَذَا الْجَمَالِ.. فَلُكُلٌّ نَظَارَتِهِ الَّتِي يَرِي
مِنْ خَلَالِهَا الْجَمَالَ الَّذِي يَعْجَبُهُ.. وَهَذَا لَا يَنْفِي حَقِيقَةَ الْجَمَالِ الْمُتَنَوِّعِ مِنْ حَوْلِنَا،
وَهَذَا فِي كُلِّ شَيْءٍ، لَيْسَ صُورَةُ الْإِنْسَانِ فَقَطُّ، بَلْ جَمِيعَ الْمَخْلُوقَاتِ الْحَيَّةِ عَلَى هَذَا
الْكَوْكَبِ مِنَ الدَّوَابَّ وَالثَّبَاتِ وَالْمَنَاظِرِ الْحَيَّةِ وَتَعَاقِبِ الْفَصُولِ، لَتَرَكْنَا مَعَ مَشَهِدٍ
آسِرٍ لِبَدِيعِ خَلْقِ اللَّهِ سَبَّانَهُ فِي رَسْمِ الْجَمَالِ الْمُحِبِّ لِلنَّفْسِ بِكُلِّ أَنْوَاعِهِ.

وَمَا الْجَمَالُ إِلَّا اسْتِحْسَانٌ صُورَةٌ تَجْذِبُكَ وَتَلْمِسُ دَاخِلَكَ بِشَعُورٍ يَحْمِلُ فِي طَيَّاتِهِ
الْحُبُّ وَالظَّرَافَةُ، حُسْنٌ يَرْضِي النَّفْسَ وَنَزَعَتْهَا وَيَقْتَحِمُهَا بِحَلَوَةِ السَّرُورِ وَالْإِعْجَابِ،
فَيَحْمِلُ ذَلِكَ الْمَتَأْمَلَ عَلَى تَقْدِيرِ الْجَمَالِ الْمُبَدَّى إِلَيْهِ، أَكَانْ جَوْهَرِيًّا مَنْطَوِقًا أَمْ
مَحْسُوسًا، أَمْ ظَاهِرِيًّا مَلْمُوسًا أَمْ مَشَاهِدًا رَأِيَ الْعَيْنِ.

وَإِنَّهُ ذَاكَ الْإِعْجَابُ الْمَنْبَرِيُّ أَمَامَ سُلْطَةِ الْجَمَالِ وَسُطُوتِهِ عَلَى النَّفْسِ حِينَ تُعْجَبُ
وَيُحِبَّ إِلَيْهَا مَا أَثَارَ بَهَا مَشَاعِرَ الْاسْتِحْسَانِ وَالرِّضَا.. ذَاكُ هُوَ الْجَمَالُ، وَلُكُلٌّ نَفْسٍ
مَا تَسْتَحْسِنُهُ وَيُرْضِي نَزَعَتْهَا بِهَذَا التَّمَتُّعُ الْحَسِّيِّ بِمَا تُحِبُّ!

مَا نَتَكَلَّمُ عَنْهُ هُوَ الْجَمَالُ الْحَقِيقِيُّ وَالدَّاخِلِيُّ الْعَمِيقُ، لَا ذَاكُ السَّطْحِيُّ الْمَرْسُومُ بِفَرْشَةِ
الْأَلْاعِيبِ التَّجْمِيلِيَّةِ وَالْأَلوَانِ الْخَدَاعِ!

تعاهد الجمال

إنّ لكلّ أنثى تفاصيل خاصّة تجعلها مميّزة، ومن تلك التفاصيل أنّها تتعاهد جمالها يوميًّا... ففي تلك الأنوثة الآسرة تكمن التفاصيل الهاوّة وتنبئ عن أنثى فريدة تصنع الجمال بآيديها الناعمة.

وإنّ أول مكوّن في مزيج الجمال ذاك هو "النظافة الشخصيّة والروتين النّاعم" ففيه تتعاهد تلك الأنثى طلّتها ورونقها، ويُمْتَزِجُ الطّيب برداء أنوثتها ويعبر بالزّهر، فما أسرار هذه الأنثى وما لمساتها اليوميّة وكيف تتعاهد الجمال؟

ما هو الرّوتين؟

معنى "روتين" هو طريقة محدّدة في فعل أمرٍ يتسم بالتكلّر والاستمراريّة بوتيرة واحدة.. وهو أسلوب حياة، أو نمط معين من الأعمال أو المهام والخطوات التي نقوم بها بشكل مستمرٍ ومتتاليٍ ويمكن أن يشمل جوانب مختلفة، وأمّا حديثنا الآن، فعن جانب النّظافة والعناية الشخصيّة.

كيف يكون لدى روتين؟

يختلف الروتين بحسب كلّ أنثى وعدها عوامل تتعلق به.. مثل نوع البشرة والشعر، الإمكانيات والمتاح.. المشاكل التي قد تعاني منها، وغير ذلك.

ودون التفصيل في هذه العوامل سنتناول الأساسيات المتعلقة بتكوين روتين جميل ومناسب لكي تتعاهدين فيه جمالك التّاعم وتبزيزه بحبّ وتوازن، وبمكانه الصّحيح.

أساسيات روتين العناية الشخصيّة:

١. سنن الفطرة
٢. اللمسات الأنثوية
٣. طلب المحسن

ولنبدأ بمطلع الجمال وروحه لدى المسلم، وأساس الأنّاقة والتجّمل الأنثويّ على وجه الخصوص، ألا وهي النّظافة الشخصيّة وتحديداً "سنن الفطرة" التي فطرنا الله سبحانه على طلبها والاعتناء بها.

سنن الفطرة

إنّ من أهمّ ما تتميّز به المرأة المسلمة من ناحيّة الهيئة جملةً وتفصيلاً فضلاً عن باقي النساء في غير الحضارة الإسلامية

هي نظافتها الشخصيّة التي حتّى عليها الإسلام الرجال والنساء.. وأمّا النساء ففُطرت أصالّةً على تحسين الهيئة والتجمّل، سواءً أكان ذلك تطبيباً وتحسيناً للطبيعة والحرص على النّظافة أو تزيينها بأنواع التّزيين الأخرى وما نتلمس به الحسن كنساء.

وأمّا هذه النّظافة الكاملة للبدن والتي تسترعى اهتمام الإنسان فقد عرّفها الإسلام (سنن الفطرة).

فعن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها عنها قالت: قال النبي ﷺ: { - عَشْرٌ مِنَ الْفِطْرَةِ: قَصُ الشَّارِبِ، وَإِعْفَاءُ الْحُلْيَةِ، وَالسُّوَالُكِ، وَاسْتِشَاقُ الْمَاءِ، وَقَصُ الْأَظْفَارِ، وَغَسْلُ الْبَرَاجِمِ، وَنَفْفُ الْإِبْطِ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ، وَاتِّقَاصُ الْمَاءِ. قَالَ رَجُلٌ: قَالَ مُضَعِّبٌ: وَنَسِيَتُ الْعَاشِرَةَ إِلَّا أَنْ تَكُونَ الْمَضْمَضَةً. زادَ فَتَيْبَهُ، قَالَ وَكِيعٌ: اتِّقَاصُ الْمَاءِ: يَعْنِي الْاسْتِنْجَاءَ. } صحيح مسلم

و قبل أن ندخل في لبّ الحديث ونستخرج لطائف الإسلام فيه، نتفق على نقطةٍ مبدئيّة مهمّة يكثُر تجاوزها، وهي توقيت فعل هذه السنن.

وعن أنس بن مالك رضي الله عنه، قال: {وَقَتَ لَنَا فِي قَصِّ الشَّارِبِ، وَتَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ، وَنَثْفِ الْإِبْطِ، وَحَلْقِ الْعَانَةِ، أَلَا نَتُرَكَ أَكْثَرَ مِنْ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً} رواه مسلم .(٢٥٨)

قوله: (أَرْبَعِينَ لَيْلَةً) ليس معناه؛ أن الحلق يكون في الليلي، وأن الحساب يكون بها فقط، بل المقصود بـ(لَيْلَةً)، أي: يوماً كاملاً. قال ابن الجوزي رحمه الله تعالى في تفسير قول الله تعالى: ﴿وَإِذْ وَاعَدْنَا مُوسَى لَيْلَةً ثُمَّ اتَّخَذْتُمُ الْعِجْلَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَنْتُمْ ظَالِمُونَ﴾ [البقرة | ٥١] قال " وإنما ذكرت الليلي دون الأيام، لأن عادة العرب التأريخ بالليلي، لأن أول الشهر ليلة، واعتماد العرب على الأهلة، فصارت الأيام تبعاً للليلي" انتهى من "زاد المسير" (٨٠/١).

وقال التوسيي رحمه الله تعالى: "وأما وقت حلقه -أي شعر القبل - فالمحترر أنه يضبط بالحاجة وطوله، فإذا طال حلق، وكذلك الضبط في قص الشارب، ونثف الإبط، وتقليم الأظفار، وأما حديث أنس المذكور في الكتاب: (وَقَتَ لَنَا فِي قَصِّ الشَّارِبِ، وَتَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ، وَنَثْفِ الْإِبْطِ، وَحَلْقِ الْعَانَةِ، أَلَا نَتُرَكَ أَكْثَرَ مِنْ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً)، فمعناه: لا يترك تركاً يتتجاوز به أربعين، لأنهم وقت لهم الترك أربعين، والله أعلم" انتهى من شرح صحيح مسلم " (٣/١٤٨-١٤٩).

- موقع الإسلام سؤال وجواب

نستعين بالله ونشرع في الحديث.

وفيه أن شريعة الإسلام قد جمعت من كل شيء أحسنها وأفضلها، وهي موافقة في تشرعياتها كلها الفطرة النقية الظاهرة من كل خبيث وليس في فعلها حرج أو غضاضة، بل يقبلها البشر جميعاً لما تتوافق به مع نفوسهم وفطرتهم

ومن ذلك هذا الحديث الذي بين فيه النبي ﷺ سنن الفطرة، والفطرة تعني أصل الخلقة التي خلق الله الإنسان عليها والتي يكون عليها كل مولود فالإنسان ميلٌ وحاجة لهذه السنن أساساً إلا أن يؤثر عليه المجتمع من حوله وال التربية والبيئة فينعكس أو ينحرف شيءٌ من الفطرة لديه، وهذه السنن هي من خصال النّظافة في الإسلام، وإنّها للمرأة خصوصاً -وبما أنّ حديثنا هنا للحسان- من أولى ما تلتمسه زيادةً في حسن هيئتها وحرضاً عليها، هي هذه السنن والخصال المحمودة، وسنذكر منها ما يعنيك عزيزتي الحسناء لتكويني درة بهية أينما حللت، متسماً بخصال دينك العظيم الحريص على هيئه الفرد المسلم في مجتمعه، ليكون به حسن القبول ممن حوله وفي نفسه طهوراً نقىًّا حسن الهيئة.

١ - (السوال): وهو من أهم السنن التي حثّ عليها الإسلام الرجال والنساء، وهو عودٌ يقطع من شجرة الأرائك، يستخدم في تنظيف الأسنان ويطيب رائحة الفم وينظفه، ويزيل عنه ما كره من الروائح، وقد ورد فيه الكثير من الأحاديث الصّحاح.

وقد حثَّ النَّبِيُّ ﷺ في تلك الأحاديث على التَّسْوِكَ به قبل كلِّ صلاةٍ ففي الحديث
(لَوْلَا أَنْ أَشْقَى عَلَى أُمَّتِي أَوْ عَلَى النَّاسِ لَأَمْرَتُهُمْ بِالسُّوَالِكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ). صحيح

البخاري

وقال ﷺ {السُّوَالُكُ مَطْهَرٌ لِلْفِمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ} فما أجمل هذه السُّنَّةُ، الَّتِي في أصلها
تطييبٌ للفم واللسان من الأوساخ والروائح ومطهرةٌ لما يذكر فيه اسم الله! وبذلك
يجوز للمتسوّك مرضاهة ربّه الذي يحبّ الطّهارة بفعل خفيفٍ لا يُشُقُّ عليه.

وأمّا فوائده فليست منحصرة في تنظيف الفم وحده؛ بل هي فوائد باطنية وحسية
ومعنىَّة... فما أجملها من سُنَّةٍ وما أجمله من دين!

وإنّ الأولى بهذه السُّنَّة هي المرأة، تحرص فيها على نظافة فمها وطيب ريحه
وتحتسب في ذلك الأجر والثواب بتطهيرها وحفظها على السُّنَّة.

وفيما سيأتي بيانٌ مجملٌ لأهميَّة الحرص على كلِّ ما تحسن المرأة به هيئتها وسمتها
النَّاعِمَ.

٢- (استنشاق الماء): ثم نثره مرهة أخرى ليخرج ما في الأنف من أذىً وقدر. وهذه
الخصلة نفعها يوميًّا أثناء الوضوء، وتجديد الوضوء لكلِّ صلاةٍ سُنَّة؛ وفي ذلك
معنى البقاء على الطّهارة.

٣- (قص الأظفار): أمّا هذه الخصلة فهي من الأهميّة بمكان كما هي عند كثيّر من النساء بالأزمة بمكان، وهو قص ما طال من أظفار اليد والقدم وتقليمها متى زادت عن حدّها الطبيعي المعروف، فمتى بدت ظاهرةً واضحةً وجّب قصّها ولا ينبغي تركها قرابة الأربعين يوماً كما تفعل كثيّر من الفتيات تحايلاً.. لأنّها محل للأوساخ والضرر وقد أتى الحديث بالتوقيت للأربعين يوماً كحد أقصى. لا الحث على إهمال النّظافة وترك هذه السّنن للأربعين يوماً.

وقد بتنا نرى كثيّراً من الفتيات يطلن أظفارهن مستحسنين بذلك مظهرها في حين تغيّرت فيه النّظرة للأظفار الطائلة من معنى مستقبح مذموم، لمعنى آخر فيه "الرّقة" و "الجمال"! وأيُّ جمالٍ ورقةٍ تلك التي نتحدّث عنها في أظافر فتاةٍ حادّةٍ مدببة، وهي مجمّع للأوساخ والأقدار؟!

بل إنّ هذا ممّا ابتلينا به من انتكاسٍ للفطرة وعكسٍ للمأثور واستحسانٍ لكلٍ ما هو غير عاديّ يجعلنا مختلفين، وإن كان مذموماً دينياً وحضارياً!

ووجوب قص الأظفار ما طال منها للرجال والنساء على حد سواء؛ وأمّا الكلام هنا للنساء على وجه الخصوص، وهو فيهن أكثر لتربيتهن به، فوجب التنبية زيادةً في الأمر، ولأن إطالة الأظفار مذمومة شرعاً ومستقبح فاعلها، فكان قصّهم متى طال حدّهم الطبيعي، ولأن الأنثى مخلوقٌ رقيقٌ فطرةً متأصلةً من القلب للقلب كان لهذا الكائن النّاعم اللطيف تزييناً يليق بنعومته لا بشيء يستوجب ضده كالحدّية، كما لا يليق بتلك الأطراف الرّقيقة حمل ظفرٍ مدبيٍّ جارح في نفسه حسياً، أو في معناه الحاد للنظر معنوياً، وهو بذلك مخرج للطافة عن حدّها النّاعم لحدّها الحاد!.

أمّا وإنّي قد قرأتُ قولك سابقاً "لكنّي أقلّمُهم وأنظّفهم فهل

من الضروري قصّهم؟

وقولي لك يا طيبة القلب، أن لزوم تقليم ما زاد من الأظفار يكون بأي وسيلةٍ يحصل بها الغرض من قصّهم، وإن حصل هذا بأدوات التّقليم فقط دون "قصاصة الأظفار" لكتفي، وقد أتيت بالمطلوب في هذه السنة -بإذن الله- أمّا أنك تنتظرين أظافرك فقط، دون تقليم أو قص، ويبيرون على طولٍ غير طبيعيٍ أو معتاد فهذا مكره ولا ينبغي فعله أو استحسانه، وقد خالفت بذلك ما فطرنا عليه أصالةً، وهدي النبي ﷺ المأمورون باتّباعه وهو القائل صلوات ربّي وسلامه عليه {لا يؤمن أحدكم حتّى يكون هواه تبعاً لما جئت به} وفي الحديث بيانٌ لمعنى الاتّباع لما جاء به قول النبي ﷺ الذي لا ينطق عن الهوى.

وممّا جاء في الدرر السّنّيّة في بيان معنى الحديث: (محبّة النّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ أَصْوَلِ الإِيمَانِ، وَهِيَ مَقْرُونَةٌ بِمَحبّةِ اللّٰهِ عَزَّ وَجَلَّ، فَلَا يَكُونُ الْمُؤْمِنُ مُؤْمِنًا حَتَّى يُقْدِمَ مَحبّةَ الرَّسُولِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى مَحبّةِ جَمِيعِ الْخَلْقِ).

وفي الحديث يقول النّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ" ، أي: لا يَسْتَكْمِلُ أَحَدُ الْمُسْلِمِينَ إِيمَانَهُ، "حَتَّى يَكُونَ هَوَاهُ تَبْغَا لِمَا جَهَّتْ بِهِ" بمعنى أنْ يَكُونَ طَبْعُه وَقَلْبُه مُتَابِعًا لِمَا جَاءَ بِهِ النّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ هَذِهِ الشَّرِيعَةِ الْمَطَهَّرَةِ الْكَامِلَةِ؛ كَمَا يَهْوِي الْمُحْبُّ مَحْبُوبَهُ، فَإِنَّ مَنْ أَحَبَّ شَيْئًا تَبِعَهُ هَوَاهُ، وَمَا لَهُ عَنْ غَيْرِهِ إِلَيْهِ وَوَالَّهُ؛ وَلَأَنَّهُ عَلَيْهِ أَفْضَلُ الصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ إِنَّمَا جَاءَ بِشَرِائِعِ الدِّينِ الْكَامِلَةِ، مِنِ الْإِيمَانِ وَالإِسْلَامِ وَالإِحْسَانِ، وَالنُّصْحِ الْعَامِ وَالخَاصِّ، وَالْإِسْتِقَامَةِ؛ فَإِذَا كَانَ هَوَاهُ تَبْغَا لِمَا جَاءَ بِهِ الشَّارِعُ مِنِ الدِّينِ، فَهُوَ الْمُؤْمِنُ حَقًّا، وَالْكَافِرُ مُعْرِضٌ عَنْ ذَلِكَ إِلَى هَوَاهُ، فَهُوَ الْخَاسِرُ حَقًّا).

٤- (غسل البراجم): والبراجم هي العقد التي تكون على ظهور الأصابع والمراد بغسل البراجم هو تنظيف الموضع التي يجتمع فيها الوسخ ويلحق بالبراجم ما يجتمع من الوسخ في معاطف الأذن وقعر الصّماخ «ثقب الأذن وهو ما يدخل فيه الإصبع» فتغسل البراجم، وتمسح الصّماخ بالمسح ونحوه.

٥ - (نَفِ الإِبْطِينْ وَحَلْقُ العَانَةِ): وهاتين الخصلتين من أهم ما يجب أن تحرص عليه المرأة المسلمة في نظافتها مطلقاً، كونهما من أكثر ما يحتاج إلى عناية ونظافة واهتمام؛ فهما محل يجمع العرق والبكتيريا الضارة والأوساخ. وتكون هذه العناية بإزالة شعر منطقة الإبطين والفرج، والأفضل لتنظيف الإبطين هو النتف بأي وسيلة تفي بالغرض، والأفضل في إزالة شعر منطقة الفرج هي الحلاقة كما هو مذكور في الحديث، ويكون بالشفرة أو غيرها مما يحصل به الغرض.

ويُنَبَّهُ هنا على أن النتف لهذه المنطقة -الفرج- فيه الكثير من الأضرار على أعصابها وعُدُّدها وشكلها؛ لذا لا يُنَتَّفُ الشَّعْرُ فِيهَا نَفَّاً بَلْ يَزَالْ حَلْقًا بِالْمَوْسِيِّ -الشَّفَرَةِ- وَهُوَ الأَفْضَلُ. وَسَبَحَنَ اللَّهُ كَيْفَ تَجَلَّى هُنَا حِكْمَةُ الشَّارِعِ الْعَلِيمِ بِأَحْوَالِ عَبَادِهِ وَخَلْقِهِمْ... فَقَدْ بَيْنَ لَنَا وَحْتَنَا عَلَى الطَّرِيقَةِ الصَّحِيَّةِ وَالْأَمْثَلِ فِي كُلِّ شَيْءٍ فَقَالَ وَقَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ الَّذِي لَا يَنْطِقُ عَنِ الْهُوَى "نَفِ الإِبْطِينْ وَحَلْقُ العَانَةِ" وَلَمْ يَسَاوِي بَيْنَهُمَا وَكَانَ لِكُلِّ مَوْضِعٍ مَا يَنْسَبِهِ، وَتَظَهَرُ حِكْمَةُ وَعِلْمُ الْمُشْرِّعِ سَبَحَانَهُ وَتَعَالَى فِي مَوْضِعَيْ كَثِيرَةٍ غَيْرِ هَذَا الْمَوْضِعِ.

٦ - (انتقاد الماء): وكما فَسَرَهُ وَكَيْعُ في آخر الحديث، هو التَّطَهُّرُ بِالْمَاءِ بَعْدِ قَضَاءِ الْحَاجَةِ -الاستنجاءِ- أَوْ رَشَّ الْمَاءِ عَلَى الْفَرْجِ بَعْدِ الْوَضُوءِ لِيُنْفَيَ عَنِ الْوَسُوْسَةِ، وَهَذَا مِنَ الْمَهَمَّاتِ كَذَلِكَ لِلْحَرَصِ عَلَى الظَّهَارَةِ بَعْدِ قَضَاءِ الْحَاجَةِ، وَالْمَاءُ هُوَ الْأَصْلُ فِي الظَّهَارَةِ وَتَنْقِيَةِ الْأَشْيَاءِ أَوِ الْأَعْضَاءِ -حَسِيَّةٌ كَانَتْ أَوْ مَعْنَوِيَّةً- مِنْ خَبائِثِهَا أَوْ نَجَاستِهَا وَأَقْذَارِهَا.

٧ - **(المضمضة):** وهي إدارة الماء في الفم ثم مَجْهُه وإخراجه منها، وبذلك يغسل الفم ويطهّر، وهذا المراد بالمضمضة، ويتمضمض المرء كلما استلزمه الأمر خاصةً بعد الأكل.

وقد جاء أيضًا في الصّحّيّحين من حديث أبي هريرة رضي الله عنه أنه ذُكر في سنن الفطرة (الختان) وهو قطع القُلفةِ التي تغطّي الحشّفةَ من ذَكَرِ الرَّجُل، وقطع بعض الجلدّة التي في أعلى الفرج من المرأة التي كالَّتْوَاهُ أو كُعْرِفَ الدِّيك.

ولا شك أن هذه الخصال تتعلّق بها أمرٌ دينيٌّ ودنيويٌّ جمّة كتحسين الهيئة والتجمّل وللنساء بها التّماسُ للحسن، وكذلك حُسن مخالطة النّاس على أحسن وأطيب وجه وهيئة، ومن هذه السّنن ما فيه الغرض من نظافة وتطهير الجسد وتحسينه جملةً وتفصيًلاً، والاحتياط للظّهارة وحسن مخالطة النّاس بكفٌ ما يُتَأْذِي به عنهم، وفيه مخالفٌ شأن الكُفَّار من المُجوس واليهود والنصارى.

وهذا كله ممّا يجب على المرأة أن تحرص عليه؛ فهي مثالُ التَّحْسُن والجمال ومحلّه، والأولى أن تحافظ على نظافتها وطيب ريحها وطهارتها، فالنظافة هي عنوان المرأة الجميلة ومطلع أنوثتها الأول، وسر إشراقها كالذّر.. بل أزهُر!

تألقي!

لا زلنا في حديثنا عن النّظافة الشّخصيّة وقد تناولنا في حديثنا السّابق مطلعها، وهي سنن الفطرة، وفضلنا فيها ووضّحنا أهمّ خصال النّظافة التي أتى بها الإسلام لمتبعيه والتي يقتضي. على كلّ صاحبة فطرةٍ سويةٍ فعلها، فإنّنا كذلك سنتطرق لبعض النقاط التي تدور حول نظافتنا الشّخصيّة كنساء، وبيان كيف أنّ المرأة المسلمة ينبغي عليها أن تحافظ على نظافتها وحسن هيئتها دائمًا، بل ويكون ذلك سماتها الطبيعيّ لتألق معتادةً بسرّها الأنثويّ آنسةً مشرقةً.

نظافة الأنثى... سُرُّ تألقها

إن أردت أن تكوني جميلة فلا بد أن تكوني نظيفة..!

فالجمال لا يتعلّق فقط بجمال الملامح والهيئة والشكل الذي يختلف عليه الكثير ويتنازعون فيما بينهم عليه، ويفضّلون ويدقّقون ويقيسون حسب تفضيلاتهم "أيُّ النساء أجمل" فتارةً تراهم يُتوّجون السّمراوات ملكات الجاذبية، وتارة يفضّلون البيضاوات على غيرهنّ، وهكذا لن تصل البشرية لنموذج و قالبٍ واحدٍ تضع فيه الجمال وتتفق عليه.

بل وكما نعلم جميعاً فإنّ الجمال نسبيّ، وما يفضّله أحدهم لا يفضّله الآخر، وما يستقبّه الآخر هو بالنسبة لأحدهم جمالٌ باهُرٌ وفاتٌّ وهكذا؛ لذا فإنّ عنوان المرأة الجميلة مهمًا كان شكلها -فإنّ كلّ امرأةٍ جميلةٌ بطريقتها- وفي أيّ عصرٍ. تبقى «النظافة» هي رمز جمالها وأناقتها على مرّ العصور، فمهما تزيّنتِ وارتديتِ في سبيل التجمّل أغلى الثياب والمجوهرات وأروعها وأثمنها، الكعب العالي، ومستحضرات التجميل.. إلى آخر ذلك، وكان دون نظافة، فأنتِ بلا شكّ فاقدة عنصر الأساس للمرأة الجميلة حقّاً المشعّة بالأنوثة، وسيكون ما تفعلينه بلا جدوى وقيمة حقيقية لأنّك قد أهملت الجوهر، وهو السُّرُّ لكلّ قِصَّةٍ!

والنظافة هي ما يجعلك بأفضل هيئةٍ لك وأجملها على بساطة ما ترتدين، وهي كلمة شاملةٌ وواسعةٌ وتفاصيلها كثيرةٌ.

وإنّ إحدى تفاصيلات هذه الكلمة هي النّعومة، فنعومة جسدكِ وخلوّه من الأوساخ "نظافة"، وأيضاً رائحتكِ الطيبة المنعشة هي نظافة، وتسريح شعركِ وترتيبه هذا أيضاً من النّظافة، وحسن هيئتكِ وترتيب ملابسكِ ونعومة ملمس جسدكِ وريحك الطيّب كلّ ذلك من مظاهر النّظافة الأنثوية، فسواءً لبستِ فستاناً أو طقماً لطيفاً أو حتى بيجاما اللّوم ستكونين بغاية الرّوعة والجاذبية؛ لأنّكِ حافظتِ على سرّك الأنثويّ الآسر.

وقد رأينا اليوم بعض "الترنادات" التي اشتعلت في موقع التواصل حول النّظافة فقط، وقد تفاجئين في حياتك اليومية حين ترين فتاة متوسطة الجمال أو ضئيلته - بنظرك- ترتدي ملابس البيت العاديّة، ولكن.. ملابسها نظيفة مرتبة وألوانها متناسقة، شعرها مرتب وجسدها ناعم ورائحته طيبة، فتشعررين أنّ هذه الأنثى مميّزة بشيء خفيّ قد لا تتوقّعين أنّه السّرّ ذاته إن لم تكوني دخلتِ بعد هذا العالم بتفاصيله، ويصلّك حينها شعور لطفها ونظافتها.. حين ينتابك شعور براحةها التي تشبه الصّابون أو رواح الأطفال طوال الوقت لمجرّد رؤيتها، وذاك لف्रط تألّقها بالسّرّ المنعش الهدائى!.

همساتٌ ناعمةً من أنثى.. لأنّثى!

إنّ أول نقطةٍ جديرةٍ بالذكر وقد وددنا الإسهاب فيها أكثر سابقاً هي نظافة الفم فعن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما عن النبيّ صلّى الله عليه وسلم أنّه قال: {من أكلَ مِنْ هَذِهِ الْبَقْلَةِ، الثُّومَ، وَقَالَ مَرَّةً: مَنْ أَكَلَ الْبَصَلَ وَالثُّومَ وَالْكُرَاثَ فَلَا يَقْرَبَنَّ مَسْجِدَنَا، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَتَأَذَّى مِمَّا يَتَأَذَّى مِنْهُ بَنُو آدَمَ}. وفي هذا الحديث نرى رُقيّ الإسلام في شتّي جوانب الحياة وأدقّها، وهو الريح الذي قد يُتَأَذَّى منه.

وهنا النّهي لمن أكل ذلك نَيّئاً، وإنّما ذلك لمراعاة راحة الآخرين ومشاعرهم بأنّ
يجدوا من المسلم مظهراً وريحاً طيباً ولا يتّأذّوا منه حتى ولو بريح كريهةٍ يخرج منه
دون قصد.

وبطبيعة الحال فإنّ الحديث هنا ليس مخصوصاً على الرجال، بل على المرأة
المُهتمّة بذاتها، فنظافة الفم هي من الأولويات التي عليكِ الاعتناء بها بلا شكّ،
فشكل الفم اللطيف بشفاهه النّاعمة وطيب ريحه ونظافة أسنانه هي من مظاهر
أنوثتكِ الخلابة التي عليكِ الاعتناء بها.

وكانثي لا ينبغي أن يكون لفمكِ رائحةٌ سيئةٌ تنفر من حولك وتؤذّهم، وهذا معنّي
مستقبح خصوصاً فيكِ كانثي وأنتِ مجمع الطّيب والمحاسن، وتحديداً إن كنتِ
زوجة؛ فهذه من الأشياء التي تقدح في نظافتكِ وكمال أنوثتكِ، فلا تستهيني بهذا
الأمر أبداً؛ فإهمالك لنفسكِ ونظافتكِ ينفر زوجك منك.

وقد قيل لرسولِ اللهِ ﷺ أيُّ النّساءِ خيرٌ؟ قال: {الّتي تسْرُهُ إِذَا نَظَرَ، وَتَطْبِعُهُ إِذَا أُمِرَّ،
وَلَا تَخَالِفُهُ فِي نَفْسِهَا وَمَالِهَا بِمَا يَكْرَهُ} صحيح النّسائي

تسْرُهُ إِذَا نَظَرَ إِلَيْهَا، فكيف لو جلس معها واقربها، فهل ثُراه سُيَسِرُّ لو جلس بقربها
أو مَرَّ بجنبها فشّم منها ما لا يُحْمَد!

فاحرصي عزيزتي على أن تُرضي ربّكِ بطاعة زوجكِ والتحبّب له والحرص على ألا
يرى أو يسمع أو يشمّ منك أيّ قبيحٍ.

فالكلام هنا للأنى عموماً، وإنّه ممّا عليك الاعتياد عليه آنسى الجميلة هي النّظافة عموماً والفن خصوصاً، والحرص على ذلك أشد الحرص فهي لازمة لآنك أنى يا عزيزتي سواء أكنتِ فتاةً عازية أو متزوجة!.

وكذلك الحرص على تنظيف الأذن والسرّة، وهذه من الأمور المهمة التي لا تنتبه إليها كثيّر من النساء، فلا تهتمّ كثيراً بالأماكن التي لا تُرى في جسدها غالباً وتهملها وكانتها حريصة على نظافتها فقط من أجل الآخرين!

بل إنّ العكس هو الصّحيح كما بيّنا سابقاً، فالفكرة هي أن تبقي نظيفة وتحافظ على نعومتكِ وتألّفكِ، ليس لأجل أحد أبداً بل لكِ وحدكِ لأنكِ أنى مُيّزتِ بأن تكوني محلّ تلك الخصال الحسنة، وهذا ممّا فطركِ الله عليه أصلّه وما لا تقدرين بدونه!.

وأمّا في ما يخصّ تنظيف السّرّة فهذا شيء لا بدّ منه، وينبغي التّنّبه له وعدم ترك الأوساخ فيها، وربّما تجمّعت كتلةً صغيرةً في طرف السّرّة بسبب تراكم الأوساخ وإهمال النّظافة؛ فاحرصي على تنظيفها وإزالة هذه الكتلة إن وجدت بملقطٍ صغيرٍ بلطفٍ وهذا هي كتلة ظاهرة متجمعة ولا تتصل بشيء داخل البطن، فلا داعي للخوف من إزالتها.

ويجب تنظيف محلّها دائمًا بتدليلكِ لطيف بماء دافئ أثناء الاستحمام قبل أن تراكم فيها الأوساخ ككتلة متحجّرة.

أو تنظيفها بجلب قطنة صغيرة، كقطن الأذن مثلاً، ووضع القليل من الزيت أو الماء عليها، وتدليك السرة بها بهدوءٍ ولطف، لنتخلص من الأوساخ، ونحرص على غسل المكان بشكلٍ دوريٍّ بالماء الدافئ أثناء الاستحمام.

وكذلك عزيزتي، وجهك الجميل هذا لا تنسيه من العناية الخاصة المناسبة له بغسله يومياً بغسولٍ لطيف أو صابونٍ طبيٍّ جيد، إضافةً إلى تفريش أسنانك كل صباحٍ ومساءً؛ فأنتِ أنتِ، وهذا كله مما يزيدك تألقاً وجمالاً، وأول ما يظهر محاسنك..!.

ونأتي أخيراً لأهم ما ينبغي الاهتمام بنظافته «الإبطين والفرج» وقد تطرّقنا لذكرهم سابقاً في حديثنا عن سنن الفطرة وسنفصل في ذلك قليلاً بتنبيهات مهمة.

فأمّا الإبطين، فمعلوم أنّها منطقة دهنية بحدّ عرقية كثيرة، والحرص على نظافتها _خصوصاً في فصل الصيف_ من الضروريات القصوى.

وخطوات ذلك فيما يأتي:

١- إزالة الشعر منها والأفضل فيه التّنف كما بينّا سابقاً.
٢- والخطوة الثانية هي غسل هذه المنطقة يومياً وعدم الاكتفاء بمزيل التّعرّق، والحرص على غسل المنطقة بغسولٍ لطيف أو بصابون جيد قبل وضع مزيل التّعرّق، ومن الخطأ وضع المزيل على العرق مباشرةً كما تفعل بعض النساء، بل نغسل المنطقة بلطف أوّلاً ثم نطّيّب ريحها ونزيدها نظافةً ونضع واقي التّعرّق.

ولنحرص على اختياره طبيعياً قدر المستطاع كي لا يسبّب لنا اسمراراً في الإبطين أو تحسّساً للجلد أو تأثيراً في الهرمونات، أي: يكون خالياً من البارابين على سبيل

المثال

- الذي هو خليط من المواد الكيميائية الحافظة التي تدخل في صناعة المستحضرات التّجميلية وتستخدم بكثرة ولها أضرارها، وقد استبدلها كثير من صنّاع الأدوات والمواد التّجميلية بمواد حافظة أخرى- وغير ذلك من المواد السامة المؤذية.

وأن نهتم جيداً بالمنتجات التي نشتريها لأن معظمها يخترق طبقة الجلد السطحية ويدخل للجسم، وقد يكون ذلك سبباً في الكثير من المشاكل، لذا فلننتبه لكل ما نضع على أجسادنا.

وسريعاً.. إليكَ ما يعدُّ أفضل مزيل تعرُّق آمن وصحي وبلا أي أعراض جانبية أو مشاكل محتملة، ألا وهو مركب كيميائي قد عُرف منذ ما يقارب ألفي عامٍ قبل الميلاد «الشّبة» ولهذا المركب الكيميائي خصائص جميلة جدًا، فهي مضادة للبكتيريا وتساعد في علاج الالتهابات الجلدية السطحية، وكذلك تمنع نمو البكتيريا المسببة للرائحة الكريهة فتقلل من التعرّق وتعطي رائحة جميلة.. فاحرصي عزيزتي على استخدام المكونات الطبيعية، وهي ما ننصحك به دائمًا.

نظافة الفرج "واجبٌ معيبٌ"!

إنّ ممّا تهمله كثيّرٌ من النّساء للأسف هو نظافة فرجها «العانية» بدءاً من إزالة الشعر إلى تنظيف المنطقة وترطيبها، وكأنّ هذه المنطقة ليست جزءاً من جسدها، أو أئّه من المعيب مسّها وتنظيفها مهما حصل!

وإنّ هذا من المبالغة التي لا تصحّ من ذاتِ الفطرة السّوّيّة؛ فقد أُمرنا بحلق العانية ولا ينبغي ترك حلقها ما يزيد عن أربعين يوماً، وهذا لا يعني تركها لتلك المدّة بل حلقها وتنظيفها على الدّوام، فهل سيحصل كلّ ذلك بالنّية مثلًا دون الفعل؟!.

ويدخل في تنظيف هذه المنطقة والاعتناء بها عنایةً لطيفةً متوازنةً عدّة نقاط نذكرها:

١- إزالة الشّعر: من العانية -الفرج- كلّ أسبوع والحرص على ذلك كلّما لزم الأمر، وأفضل طريقةٍ لذلك كما ذكرنا هي الحلق بالشّفرة، أو بغيرها ممّا يفي بالغرض.

٢- تجفيف المنطقة: بمنديل ورقيّ بعد دخول الخلاء والاستنجاء، كي لا تبتلّ ملابسِكِ الدّاخليّة بالماء، وتشعرك بعدم الرّاحة أو الحّكة، وتسبّب لكِ الروائح الكريهة، ومن المهمّ كذلك الحرص على تغيير الملابس الداخلية يومياً تجنّباً لتجمّع العرق والبكتيريا والروائح الكريهة وحافظاً على نظافة المنطقة.

٣- ارتداء ملابس داخلية ذات أقمشةٍ ناعمة لطيفة وتسمح للمنطقة بالتنفس كالقطن؛ فعدم تهوية المنطقة التهوية الكافية بسبب نوعية القماش السيئة أو ضيق ما ترتديه يسبب الحكة بسبب كثرة الاحتكاك الخشن فيؤدي ذلك لاسمرار المنطقة أو تهيج الجلد بها والتهابه.

وأماماً الإفرازات الطبيعية لدى النساء -فلا يسعنا المقام إلا لخلاصتها- فالذى ذهب إليه أكثر العلماء أنها ظاهرةٌ ليست بنجسة لكنّها ناقصةٌ للوضوء لخروجها من أحد السبيلين، فمتي وجدتها فقد انتقضت طهارتكم وعليكم إعادة الوضوء، ولا يلزمك غسل ثيابك أو تغييرها لأنّها ظاهرة، ولنك فعل ذلك للنظافة والراحة، وهذا حال ما يخرج من أحد السبيلين بلون ورائحة. مع التنبية إلى أن الإفرازات التي تنزل بشهوة توجب الغسل.

وأمام ما يخرج من ظاهر الفرج كالعرق فليس بناقض ولا يلزم الوضوء، فلا ينقض الوضوء إلا ما تحقق خروجه من باطن الفرج، وأماماً ما كان ناشئاً من ظاهره، كالعرق ونحوه، فلا يبطل الوضوء ويجب التفريق بين ذلك.

وقد نسمع مع الأسف من كثييرٍ من النساء ما يدلّ على قلة اهتمامهنّ بنظافتهنّ الداخلية، وكثيرٌ من الفتيات بدأت في هذا المنحى كذلك، لعدم القيام بواجب التوعية والتعليم حول هذه الأمور لها منذ الصّغر، وهي تارةً لا تهتمّ لذلك كسلاً، وتارةً أخرى بسبب مخاوف قد نقلت لها عن معابة مسّ هذه المنطقة قبل الزواج أيّاً كان السبب، والجهل في كيفية تنظيفها، وغير ذلك !

وإن كل ما قد ذكر سابقاً من سنن الفطرة إلى تفصيلاتها وتطبيقاتها يتأتى على كل ذي فطرة سليمةٍ فعله، فهي خصالٌ يعرفها الإنسان بنفسه؛ لأنها في أصل خلقته وتوژه طبيعته لتحقيقها والإتيان بها.

ولذلك عزيزتي عليك بهذه السنن الحسنة، والتمسي في فعلها الأجر والثواب وزيادة محسنك كأنثى ميّزها الله بالنعومة وحبها هذه الفطرة التي تستميلها لحب الزينة والإكثار مما يحسن هيئتها استجلاباً لمزيدٍ من الحسن.

ولا تتعجبِي حينما تجدين ابنتك "الصّغيرة" بنظرك "البالغة" في نظر دينها تودّ أن تنظف نفسها وتزيل عن جسدها المستقبح المذموم كالشعر الذي أمر الشرع بإزالته أصلّةً، وتنظّف نفسها من الأوساخ وتحافظ على حسن هيئتها وطيب نفسها ونقائتها من الأوساخ.

ولا تتعجبِي حينما تطلب منك "على مضضٍ" تعليمها ذلك وقد قصرت في مهمّتك هذه فلم تبدئ في تعويدها والسير معها خطوةً خطوةً مذكانت طفلةً صغيرةً، وحينما تجدينها تنظف نفسها بأدواتٍ اشتراها دون إخبارك، بعد تقصيرك في حقّها متفاجئةً من جرأتها بسؤال "من علّمها ذلك؟!" فهذه فطرتها التي فطرها عليها العليم الخير، ولا تحتاج زيادة تعليم.

فلا تتعجبِي أيّتها الطّيبة واستدركي ما فرّطتِ فيه، وعوّضي ابنتك بتعليمها ما تحتاج
إليه وعدم تركها على علمها ببعض الأمور وجهلها ببعض، وإن جهلت ما تحتاجه
فتعلّميه ثمَّ علّميه إياه ووجّهيه إلى الصّواب، واتركي عنك أفكار تسرّبت لكِ من
أعراف الجاهلين حولكِ أو السّلوكيّات الخاطئة التي تشرّبّتها منذ نشأتكِ، ما أنزل
الله بها من سلطانٍ، ومنها أَنَّه "لا ينبغي على الفتاة أن تنظف نفسها ولا فرجها ولا
إزالة الشّعر والأوساخ قبل أن تتزوج" وهذا والله عين الجهل الذي قضى- عليه
الإسلام!.

والله المستعان.

اللمسات الأنثوية

إننا في نظامنا كإناث لا نكتفي بما هو أساسٍ مهمٌ، بل نتطلع لأبعد من ذلك.

وهذا تقريرًا في كلّ شيء، فمما يحوز اهتمامنا ونعمل على التّفّتن به وزيادته دونًا عن الرجال هو مظهرنا وهيئتنا، فنحن نعمل على تحسينها والتّجمّل باستمرار، في تنسيق الملابس وارتداء الحُليّ، والتّجمّل بمساحيق التّجميل والعطور.. إلى آخر ذلك.

وهذا يقودنا إلى أمرٍ مهمٍ لا غنى لنا عنه وهو ممّا يندرج بشكل كبير تحت بند "اللمسات الجمالية" في قائمة الأنوثة، وذاك موضوع طويل تحت عنوان «حدود التّعامل مع الشّعر» لذا فلنأخذ نفّساً، ونشرع بتفاصيله.

حدود التعامل مع الشعر

إنّ من علامات البلوغ لدى الإناث هو نموّ الشعر في أنحاء الجسم، تحديداً في منطقة العانة والإبطين، والعناية والاهتمام في هذه المرحلة من أهمّ المهام، ومن ذلك الحرص على نظافة الجسم وخلوّه من الشعر.

وشرعًا، فإنّ شعر الإنسان ينقسم لثلاث أقسام سيكون حديثنا هذا عنها تفصيلياً ثم عن طرق ووسائل التعامل مع الشعر في الوجه والجسم، والحرص على النّظافة ونعومة الطّلة عند كل أنثى.

ينقسم شعر الإنسان إلى ثلات أقسام من حيث الحكم:

١- **ما أمر الشرع بإزالته:** «وهو شعر الإبطين والعانة- وإزالته من سنن الفطرة- والأخذ من الشارب للرّجل «

٢- **ما أمر الشرع بإبقاءه ونهى عن إزالته:** «وهو شعر الحاجبين للنساء والرّجال على حد سواء، واللحية للرّجل «

٣- **ما سكت عنه الشرع:** وهو الذي لم يرد فيه نصّ شرعيّ، يوجب إزالته أو إبقاءه، والأصل فيه الإباحة.. أي جواز إزالته أو تركه.

يقول النبي ﷺ (وما سكت عنه فهو عفو) رواه البزار والطبراني وحسنه الهيثمي.
«كشعر الوجه دون الحاجبين، الأنف، البطن، الظهر، وشعر الذراعين والساقين»
وهذا يعود لاختيار العبد، فإن شاء أبقيه وإن شاء أزاله.

وحيثنا اليوم عن الشّعر المباح التّصرّف به أي "ما سكت عنه الشّرع" وهو للأنثى
لمسّةٌ تجميليةٌ والتماسُ للنّعومة والحفظ عليها، وما كان هذا الحديث لولا إباحة
التّصرّف في هذا الشّعر وإزالته وليس ذلك بضرورةٍ حتميّةٍ مخلّةٍ بالأنوثة، فينبغي
ضبط الأفكار وعدم المبالغة.

فالحمد لله الذي عفا عما في تركه حرج ونفور لدى الإناث، المتزيّنات فطرةً
بالنّعومة وبهاء الطّلة وطلب المحسن واستجلابها.

و قبل أن نبدأ بحديثنا عن طرق التّعامل مع الشّعر في الجسم، نأخذ منعطفاً صغيراً
ننبه فيه على أول ما تفتح الأنثى عينها عليه في الاهتمام والتّجمّل، وطلب
المحسن.

شعر الحاجبين والوجه، بين النّهي في الأخذ، وكراهة التّرك:

وأماماً في شعر الحاجبين، فهو الشّعر النّابت على العظم فوق العينين وسمّي حاجبًا
لأنه يحجب شعاع الشمس عن العين.

وأَمَّا في حُكْمِ إِزالتِهِ أَوِ الْأَخْذِ مِنْهُ فَهُنَّا كَنْهُي عن ذَلِكَ وَيُسَمَّى نَمَصًا، وَهُوَ حَرَامٌ لِلْنِّسَاءِ وَالرِّجَالِ بِالْإِجْمَاعِ لِقَوْلِ النَّبِيِّ ﷺ (عَنِ اللَّهِ الْوَاسِمَاتِ وَالْمُسْتَوْشَمَاتِ وَالنَّامِصَاتِ وَالْمُتَنَمِّصَاتِ وَالْمُتَفَلِّجَاتِ لِلْحَسْنِ الْمُغَيْرَاتِ خَلْقَ اللَّهِ) رَوَاهُ مُسْلِمٌ

وَتَاءُ التَّأْنِيَّثِ هُنَّا لَا عَلَى وَجْهِ الْحُكْمِ عَلَى النِّسَاءِ فَقَطْ، إِنَّمَا لَا تَهْنَ أَكْثَرُ مِنْ يَفْعُلُنَّهُ. "وَالْمُتَنَمِّصَةُ": الَّتِي تَطْلُبُ النَّمَاصَ وَالنَّامِصَةَ مِنْ تَفْعُلِهِ، وَالنَّمَاصُ: إِزَالَةُ شَعْرِ الْوَجْهِ بِالْمُنْقَاشِ، وَيُسَمِّيُ الْمُنْقَاشُ نَمَاصًا لِذَلِكَ، وَيُقَالُ إِنَّ النَّمَاصَ يَخْتَصُّ بِإِزَالَةِ شَعْرِ الْحَاجِبِيْنَ لِتَرْقِيقِهِمَا وَتَسْوِيَتِهِمَا، وَأَمَّا سَبَبُ تَحْرِيمِ هَذَا الْفَعْلِ فَهُوَ مُشارِ إِلَيْهِ فِي الْحَدِيثِ نَفْسَهُ وَهُوَ: مُحاوْلَةُ تَغْيِيرِ خَلْقِ اللَّهِ تَعَالَى، وَفِي ذَلِكَ نُوْعٌ اعْتَرَاضٌ عَلَى أَمْرِ اللَّهِ تَعَالَى، وَعَدْمُ الرِّضَا بِمَا فَعَلَ.

كَمَا أَنَّ فِي النَّمَصِ أَيْضًا غَشًا وَخَدَاعًا حِيثُ تَبْدُو الْمَرْأَةُ لِلْخَاطِبِ -مَثَلًاً- كَأَنَّهَا رَقِيقَةُ الْحَاجِبِيْنَ خَلْقَةُ، وَلَيْسُ الْأَمْرُ كَذَلِكَ. وَعَلَى كُلِّ، فَمِنْ الْمُؤَكَّدِ أَنَّ مَا نَهَى عَنْهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَلَعْنُ فَاعِلِهِ، إِنَّمَا أَنْ يَكُونَ خَالِيًّا مِنَ الْخَيْرِ مُطْلَقًا، وَإِنَّمَا أَنْ يَكُونَ مَا فِيهِ مِنْ خَيْرٍ أَقْلَى مِمَّا فِيهِ مِنْ شَرٍّ، وَقَدْ قَالَ تَعَالَى عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ: ﴿يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعٌ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرٌ مِنْ نَفْعِهِمَا﴾ [الْبَقْرَةِ: ٢١٩]

فَلَمْ يَكُنْ مَا فِيهِمَا مِنْ خَيْرٍ حَائِلًا بَيْنَهُمَا وَبَيْنِ إِنْزَالِ حُكْمِ التَّحْرِيمِ عَلَيْهِمَا. وَبِالْجَمْلَةِ فَسَوَاءَ عَلِمْنَا الْحِكْمَةَ مِنْ تَحْرِيمِهِ أَمْ جَهْلَنَا هَا، فَالْوَاجِبُ عَلَيْنَا هُوَ الْإِمْتَالُ. "مَوْقِعُ إِسْلَامِ وَيْبِ.

وفي الحديث أن اللّعن هو الظّرد والإبعاد من رحمة الله تعالى، وتحذير واضح من النّمص وتحريم له، وحثٌ على الرّضا بما خلق الله تعالى.

وهذا هو حكم النّمص، "تغيير خلق الله في ترقيق الحاجبين". وأمّا قول العلماء بجواز التّخفيف منهما في حالة واحدة، وهي التي يكون بها الحاجبان مشوّهان للخلقة بزيادة وكثافة الشّعر بهما، أو يسبّبان أذى للعينين، وهذا هو الاستثناء الوحيد الذي يُسمح به بالتحفيف قليلاً من شعر الحاجبين للقدر الطبيعي.

وأمّا فيما يخصُّ الشّعر الذي يكون بين الحاجبين فوق الأنف، فليس من الحاجبين ويعتبر من شعر الوجه المسكوت عنه، وعلى ذلك تجوز إزالته.

وقال في ذلك الشيخ ابن باز رحمه الله حين سُئل عن ذلك:

"لا أعلم مانعاً من ذلك لأنّه ليس من الحاجبين وأمّا تركته احتياطاً فحسن، وأمّا زواله فلا أعلم فيه بأساً؛ لأنّه ليس من الحاجبين اللّذين جاء فيهما النّهي عن النّمص وإنّ تركته أخذنا بقول من قال: إن النّمص يشمل الشّعر بجميع الوجه، فهذا من باب الاحتياط، من باب: (دع ما يربّيك إلى ما لا يربّيك) وإنّه فالاصل أنّه ليس من الحاجبين وإنّما هو جزء بينهما، وقد يسبّب شيئاً من التّشوّه أو الكراهة من الزوج.

فالحاصل: أنّه لا حرج فيه إن شاء الله وإن ترك على سبيل الاحتياط فأرجو أن ذلك حسن إن شاء الله عملاً بالعموم والله ولي التوفيق." نور على الدّرب

وأّمّا فيما قد ينبت للمرأة من شارب ولحية فهل يجوز لها إزالته؟

الأصل أنّ إزالته جائزة اعتبراً أنه من شعر الوجه المskوت عنه، وخصوصاً أنه لدى الإناث مستنكراً ويسبب أذىً نفسياً وتشويهاً للخلقة التي في أصلها ناعمة، ويعتبر تركه واضحًا تشبهها بالرجال، وعلى ذلك تصبح إزالته إذا نبت ضرورةً شرعية.

يقول الشيخ ابن باز رحمه الله في قول إزالته:

"نعم إذا كان فيها شيء يشوه الخلقة كالشارب واللحية فإنها تزيل ذلك، أو كان شعراً في الوجه يشوه الخلقة زائد على المعتاد فإنها تزيله؛ لأنّه ليس من النّمص، النّمص هو إزالة الحاجبين أو الشعر الذي في الوجه المعتاد الذي ليس فيه تشويه يترك؛ لأنّه صَلَوة لعن النّامصه والمتنمّصه، وقال جماعة من أئمّة اللّغة: إنّ النّمص أخذ شعر الحاجبين، وقال آخرون: إنّه أخذ شعر الوجه. فينبغي ترك ذلك إلّا إذا كان فيه تشويه كالشارب واللحية والشعور الزائد في الوجه المستنكرة، فهذا لا بأس بإزالته".

وفي هذا الحديث الذي طال عِبرُ كثيرة جمّة أهمّها «أنّ الزّينة المباح، ما كانت في حدود الشرع وتحت ظلال الولي وفي أفياه، ووفقاً للفطرة التي فطر الله الناس عليها.»

طرق ووسائل إزالة الشعر المباح إزالته

- قد كثُرت وتنوعت الطرق والأساليب في إزالة شعر الوجه والجسم، ليست كلّها بذات الدرجة من التّفع والسهولة، وفي متناول الجميع، وفي حديثنا هذا سنتكلّم بشيء من التّفصيل في هذه الوسائل وطرق استخدامها الآمن والصّحيح.

وسائل إزالة شعر الوجه:

إن أكثر ما يمكن أن تعاني منه الفتيات هو إزالة الشعر، سواء من الوجه أو من الجسم، وتعتبر خمسون بالمائة من مشاكل البشرة مرتبطة بالشعر، والاهتمام بهذه النقطة بالشكل الصحيح يعني حل تلقائي لكثير من المشاكل في البشرة أو ما تسببه وسائل إزالة الشعر.

لذا تحtar كثير من الفتيات في أي الطرق تستخدم، وهذا لصعوبة الأمر والهواجس حوله.

وكذلك لجهل ما يتاسب معها ومع بشرتها وخوفاً من الآثار والتبعات الجانبية. وفيما يأتي تفصيلاً حول أكثر الطرق والوسائل شيوعاً لإزالة شعر الوجه الجائز إزالته وكذلك الجسم.

- طريقة الخيط / الفتلة

- الحلاوة / شرائح الشّمع الجاهزة أو الباردة

- الشّفرة / الليزر «جهاز التّبضات الضّوئيّة IPL»

١- الطّريقة الأولى (الخيط / الفتلة)

وهي طريقة الخيط أو ما تسمى بالفتلة ويا مكانتك تعلم طريقتها من أحد الكبار، أو تطبيقات التّواصل الاجتماعي كاليوتيوب، وتستخدم لإزالة الشّعر من الوجه.

وقد أصبحت مؤخّراً هذه التّقنيّة القديمة متوفّرة على شكل أداة صغيرة جاهزة تعمل بالخيط ويمكن الحصول عليها في موقع الطلب عبر الإنترنّت، وتعتبر أداةً عملية وسهلة لِلّوائي يعتمدُ هذه الطّريقة.

- ميّزاتها: أنّها تزيل شعر الوجه من الجذور مما يعني أن الشّعر سياخذ فترة طويّة نوعاً ما لينمو مجدّداً، وهي وسيلة سهلة وسريعة وآمنة، ولا تسبّب أي ترهّلات في البشرة.

- عيوبها: لها تبعات بسيطة، كاحمرار طفيف في البشرة وربّما تسبّب تهيجاً خفيفاً لبعض السّاعات للبشرات الحسّاسة، وتشبه في ذلك بقية طرق إزالة الشّعر.

٢- الطّريقة الثانية (الحلواة/ شرائح الشّمع الجاهزة)

طريقة الحلاوة أو شرائح الشّمع الباردة الجاهزة تعتبر الأشهر لاستخدامات الجسم، وقد تمّ تصميم شرائح صغيرة باردة للوجه، والتي تعتبر أفضل بكثير من الحلاوة المنزلية إلّا أنّ الطّريقتين لهم نقاط إيجابيّة وسلبيّة، وتعدّ عجينة السّكر المنزلية "الحلواة" هي الأشهر لدى الفتيات، لوفرة مكوّناتها وقلة تكلفتها.

- **مزاياها:** تزيل الشّعر من الجذور مما يبطئ من سرعة نموه و يجعل شكل الجلد أملساً وناعماً، تقوم بإزالة الجلد الميت من سطح البشرة، أي يحصل "تقشير خفيف وإزالة لطبقة الجلد الميت" أثناء إزالة الشّعر.

- **عيوبها:** لها بعض الآثار الجانبية، فقد يحصل ترهل شديد في البشرة مع الاستمرار عليها على المدى البعيد، وذلك لكثره الشد السريع والقوى للجلد.

إلى جانب أنها قد تسبّب أيضًا إحمرارًا وتهيجًا في الجلد، وأحياناً تسبّب حروقة شديدة إن كانت الطّريقة المتبعة طريقة السّكر المنزلية -الحلواة- خصوصًا لمن تستخدمها بطريقة خاطئة، لأن تكون العجينة ساخنة.

وتبقى شرائح الشّمع الباردة أفضل بكثير للوجه من الحلاوة لمتبّعات هذه الطّريقة، وأما عجينة السّكر فتحتاج تنبيها وحرصاً بدءاً من صنعها لحين استخدامها، وعموماً، فإنّنا لا ننصح بهذه الطّريقة للوجه فهو أشدّ حساسية من الجسم.

«طّريقة تحضير عجينة السّكر»

- كوب سكر كبير

- ملعقتان كبيرتان من اللّيمون

- ملعقتان كبيرتان من الماء

نضع المكونات في قدر صغير على نار متوسطة، نقوم بالتحريك حتى يذوب السكر ويبدأ المزيج بالغليان وذلك تقريرياً لخمس دقائق، نستمر بالتحريك حتى يصبح لون المزيج ذهبياً وذو قوام لزج قريباً من العسل.

نرفع القدر حينها ونقوم بصبّه على صينية متوسطة عليها ورق زبدة، -ويمكن الاستغناء عن هذه الخطوة- ثم نترك المزيج ليبرد قليلاً ويصبح دافئاً يمكن لمسه بسهولة وتشكيله.

ونتأكد أنه أصبح بدرجة حرارة الجسم قبل استخدامه.

طريقة الاستخدام: نأخذ جزءاً صغيراً من العجينة بحجم كرة متوسطة في راحة اليد، نقوم بعجنها حتى تصبح طرية، نفرد العجينة على الجزء المراد إزالة الشعر منه، ثم نسحب العجينة مرة واحدة بعكس اتجاه نمو الشعر.

يمكن استخدام ذات قطعة الحلاوة أكثر من مرة قبل رميها، ونرميها بعد خمس أو ست استخدامات.

٣ - الطّريقة الثالثة «الحلقة "شفرة الوجه"» وهي الأشهر.

- ميّزاتها: مميّزات الشّفرة أنّها سريعة وقلّما تسبّب تهيجاً أو احمراراً بالبشرة، حتّى وإن كانت بشرتك حسّاسة فليس لها أثاّر جانبية تُذكّر.
- عيوبها: تزيل الشّعر عن طريق القصّ ولا تزيله من الجذور، ولذلك يكون عليك عمل تنظيف وإزالة أسبوعيّة لوجهك.

تنبيه: من الخرافات أنّها تجعل الشّعر أسمك، فهي لا تجعل شعر وجهك أثخن، ولكن قد يتّوّهم ذلك بسبب أنّها تقوم بقصّ رأس الشّعر، ولذلك عندما ينمو الشّعر مرة أخرى ويظهر على سطح الجلد سيكون ذلك منتصف الشّعر الثّخين وليس رأسه الرّفيع، ومنتصف الشّعرة هو بالطّبيعة يكون أثخن من رأسها، وبعض من يقولون ذلك إنّما يكون الشّعر لديهم في الغالب كثيف وثخين، أو يقولون ذلك لجهل في طبيعة الشّعرة وكيف يتمّ قصّها.

ملاحظة: يجب تنظيف البشرة جيّداً وترطيبها قبل استخدام الشّفرة أو أيّ أدوات أو منتجات أخرى.

ولا ننسى. أيّضاً تعقيم الشّفرة من خلال معقم أو تونر أو حتّى نقعها دقائق بالماء السّاخن وتركها لتجفّ، وكذلك يمكن من خلال نقعها بالماء والملح، المهمّ أن تبقى نظيفة وخالية من البكتيريا والأوساخ، وتعقيمها يكون قبل وبعد الاستخدام.

طريقة الاستخدام: بعد أن نقوم بغسل شفرة الوجه وتعقيمها جيداً، نضع جلًّا مرطّباً لتسهيل عملية التنظيف والبقاء على رطوبة البشرة وعدم التسبّب بالخدوش والجروح، وأفضل جلٌّ مرطّب ومعالج للبشرة هو جل الألوفيرا، ثم نبدأ بإزالة الشعر مع اتجاه نموه وليس عكسه، ونبعد عن الحاجبين، ثم بعد الانتهاء نقوم بغسل الوجه وترطيبه بمرطّب طبّيٍّ أو خالٍ من العطور، ثم نقوم مرة أخرى بغسل الشفرة وتعقيمها والاحتفاظ بها في مكان نظيف.

٣- الطريقة الرابعة والأخيرة «الليزر أو تقنية IPL المنزلي» وهي طريقة نافعة وسهلة وفعالة جدًّا في إزالة الشعر وإبطاء نموه، ومن المهم قبل استخدام جهاز الليزر في عيادة تجميلية على الوجه، أو استخدام جهاز النبضات الضوئية المنزلي أن يتم قبل ذلك إزالة شعر الوجه بالشفرة، وهذا ضروري لما قبل جلسة الليزر.

الطريقة: تزيلين شعر وجهك بالشفرة أولاً مع اتباع كلٍّ ما ذكرناه عن الشفرة سابقاً، ثم تنتظرين لليوم الثاني وتعملين جلستك الليزرية على جلد نظيف خالٍ من أي عطور أو مرطّبات أو غير ذلك من المنتجات، وهذا من الضروري جدًّا والمهم، وهو أن تكون البشرة خالية تماماً من أي منتجات طبّية أو تجميلية وهذا مهمٌ كي لا يسبّب لنا حروقاً جلدية.

• ميّزاته: سهل وسريع وآمن ويخلّصك من مشكلة الشعر في الوجه لأطول مدة ممكنة "وليس للأبد"

• عيوبه: لم يرصد له أي عيوب سوى المدة الزمنية.

وفي المقال القادم زيادة تفصيلٍ بشأنه، وقد ذكرناه نقطةً سريعةً على الهامش لنبيان أمره - وإن كان أفضل وسيلةٍ اخترعت في هذا المجال لـلآن إلا أنه لا يعتبر من الأساسيات- إلى جانب أنه لا يناسب من هنَّ في مرحلة البلوغ، ويفضل البدء في استخدامه بعد سنِ التاسعة عشر.. والعشرين، وهذا لأنَّ الهرمونات قبل ذلك لا تكون مستقرة وقد يسبب نتائج عكسية غير مرضية.

وإلى هنا نكون قد فصّلنا في طرق ووسائل إزالة شعر الوجه، وينبغي هنا التّنبيه على أهميّة اختيار الطريقة المناسبة لكِ وعدم تغييرها والثبات عليها.

ومهما كان اختيارك لإزالة شعر الوجه فينبعي عليكِ تنظيف بشرتك أولاً وثانياً وعاشرًا، وترطيبها جيًّا بعد الجلسة.

طرق ووسائل إزالة شعر الجسم

وفي هذا الحديث أكثر الوسائل والطرق النافعة لإزالة شعر الجسم المباح إزالته، كالذراعين والساقين، والبطن، وغير ذلك، وهناك عدة طرق لإزالة شعر الجسم وهي:

□ كريم إزالة الشّعر

□ الحلاوة / شرائح الشّمع الجاهزة أو الباردة

□ الشّفرة / الليزر

١- الطّريقة الأولى «كريمات إزالة الشّعر»

وهو كريم موضعي جاهز يتم شراؤه واستخدامه على مناطق الجسم.

تؤخذ كمّية من الكريم ويغطى بها الجزء المراد إزالة الشّعر منه، ثم يتم تركه خمس إلى عشر دقائق- أو على حسب الطّريقة المشار إليها في الكريم ذاته- ثم بعد ذلك تتم إزالة الشّعر بالقطعة البلاستيكية المرفقة معه أو من خلال فرك المنطقة باليدين أو ليفة استحمام. "لا يزيل الشّعر من الجذور ما يعني أنّ مفعوله كمفعول الشّفرة.".

- ميّزاته: سريع وآمن
- عيوبه: عليكِ تكرار العملية كلّ أسبوع لأنّه لا يزيل الشعر من الجذور بل عن طريق حرق الشعر على سطح الجلد.

ملاحظة هامة جدًا: لا يستخدم البّة على الوجه.

قد يكون لهذا الكريم أضرار حتّى على الجسم وهناك كلام حول تسبّبه بالسرطان، لذا لا ينصح به.

٢ - الطّريقة الثانية: «الحلوة المنزليّة / شرائح الشّمع الجاهزة»

وهذه تعدّ من أفضل الطرق لإزالة الشّعر من الجسم.

- ميّزاتها: تزيل الشّعر من الجذور وتزيل طبقة الجلد الميت على البشرة.
- عيوبها: لها أثار جانبية كاحمرار وتهيج بسيط وحبوب صغيرة في البشرة تزول بعد ساعات أو يوم من الاستخدام.

إلى جانب صعوبة استخدامها في أوقات الصّيف بسبب درجات الحرارة المرتفعة.

ملاحظة: قد يسبب استخدامها لمنطقة العانة مشاكل جلدية مثل الالتهابات والجفاف مما يسبب إثراه حكة شديدة، إلى جانب أن جفاف المنطقة مع كثرة الاحتكاك قد يسبب تصبّغات بها، وقد تمّت الإشارة إلى طريقة تحضير الحلاوة المنزليّة سابقًا.

وأمّا فيما يخص شرائح الشّمع الجاهزة فهي آمنة وفعالة كذلك، وتحل مكان عجينة الحلاوة المنزليّة.

٣- الطّريقة الثالثة «الحلاقة "الشّفرة"».

تستخدم على بشرة نظيفة أثناء الاستحمام ويفضل تنظيف البشرة جيّداً وعمل تقشير منزليّ حفييف لها قبل عملية الإزالة.

- ميّزاتها: سريعة، وقلّما تسبّب تهيجاً أو احمراراً.
- عيوبها: تقصّ الشعر فقط ولا تزيله من الجذور، ولذلك يكون عليكِ عمل إزالة شعر أسبوعياً أو كلّ ثلاثة أيام، وذلك لسرعة نموّ الشعر.
- تعليمات هامّة: من الأفضل تقشير البشرة قبل إزالة الشّعر بالشّفرة، ومن المهمّ تعقيم الشّفرة جيّداً سواً بمعقم أو نقعها قليلاً بماء ساخن أو تنظيفها بتونر، ومن ثمّ استخدام الطّريقة الصحيحة للإزالة والتي تكون مع اتجاه نموّ الشعر مرّة أو اثنتين ثم يليها مرّة أخرى بعكسه، ثم نقوم بتنظيف الأداة وتعقيمها، وكذلك ترطيب البشرة جيّداً بعد الانتهاء.

- ملاحظة: قد تسبب وسيلة الشفرة بعد الاستخدام للبشرات الحساسة تهيجاً في الجلد، وحكة شديدة يحصل إثراها حبوب تحسسية أو فطرية، وحل ذلك إماً إيقاف هذه الوسيلة تماماً لأنها لم تتناسب مع بشرتك، أو شراء مرهم خاص بالحساسية الجلدية والفطريات واستخدامه بعد كل جلسة إزالة على المناطق التي يحدث بها هذا التهيج والالتهابات.

٤- رابعاً وأخيراً «تقنية IPL المنزلي» جهاز النبضات الضوئية»

ويعد أفع وأسهل طريقة مبتكرة، وقد انتشرت أجهزة الليزر المنزلي بكثرة. الطريقة: يتم إزالة شعر الجسم بالشفرة أولاً مع اتباع كل ما ذكرناه عن الشفرة سابقاً، ثم ننتظر لليوم الثاني حتى ينمو الشعر قليلاً تحت الجلد و تستطيع نبضات الجهاز استهداف البوصلة بشكل صحيح، ثم نقوم بعدها بعمل جلسة الليزر على جلد نظيف خالٍ تماماً من أي عطور أو مرطبات أو غيرها، لأن وجودها يسبب أثراً جانبية قد تصل لحرق شديدة.

- ميّزاته: سهل سريع وآمن وفعال على جميع مناطق الجسم، كما يبطئ عملية نمو الشعر ويضعف البوصلة.

يُعمل الجهاز على نظام معين يتم من خلالها تحديد موعد الجلسات، ويذكر عادةً في كتيب التعليمات المرفق مع الجهاز ولا يسعنا المقام لذكره.

• عيوبه: قد تستغرق الجلسة ل كامل الجسم وقتاً طويلاً، وعادةً ما يتم تقسيم مناطق الجسم على جلسات أسبوعية. تتضح نتائجه بعد فترة جيدة من الاستعمال، كرقة في الشعر وبطء عملية نموه وقلة منسوبه في الجسم إلى ما يقارب العدم. "يحتاج صبراً".

هذه هي وسائل وطرق إزالة شعر الجسم بالتفصيل، وينبغي هنا التنبيه على أهمية اختيار الطريقة المناسبة لكِ وعدم تغييرها والثبات عليها.

وفيما يأتي مزيد بيان للطريقة الأخيرة "تقنية الليزر" وننبه هنا على أنها لا تعتبر ضرورةً قصوى، ويمكن الاستغناء عنها والاكتفاء بإحدى الوسائل المذكورة دونها.

جهاز IPL المنزلي

تعريف الجهاز:

- جهاز ال IPL المنزلي هو جهاز إلكتروني شكله = مسدس ضوئي
- جهاز يعمل بـ **تقنيّة النّبض الضّوئي المكثّف** الذي يستهدف مادّة الميلانين الموجودة في بصيلات الشعر فتحوّل الطّاقة الضّوئيّة إلى حرارة قادرة على إتلاف بصيلات الشعر التي تنتج الشّعر من أسفل الجلد، ويتسبّب التّلف النّاتج في البصيلات في تأخير ومنع نموّ الشّعر في المستقبل.

اسمه IPL = **تقنيّة الضّوء النّبضي المكثّف** (Intense Pulsed Light)

- يُعرف الجهاز باسم الليزر المنزلي.
- ال "IPL" هو اسم التقنيّة المنزليّة أمّا "الليزر" فهو الذي يستخدم في العيادات ويكون أقوى من المنزليّ وغير آمن للإستخدام الذّاتي ويحتاج إشرافاً طبّياً لذا يستخدم فقط في العيادات تحت إشراف المتخصصين.

أمّا الجهاز المنزلي بـ **تقنيّة النّبضات - IPL** هو نسخة مصغّرة وآمنة من تقنيّة إزالة الشعر بالنبضات الضّوئيّة التي تستخدم في العيادات..

المشتهر عن هذا الجهاز المنزلي هو اسم "الليزر" لذا فنحن نستخدمه ونقول اسم "ليزر" ولا نقول جهاز بتقنية IPL لأننا لو قلنا اسم التقنية غالباً لن يفهم دلالتها فقد اشتهر عن الجهاز الخاص بالعيادات والمنزلي اسم "الليزر".

أمّا من حيث صحة الاسم أكثر فالصحيح جهاز بتقنية النّبضات الضّوئيّة IPL

لم يستخدم جهاز النّبضات الضّوئيّة IPL ؟

- يستخدم هذا الجهاز في إزالة شعر الجسم وهو آمن وليس له أي آثار جانبية إن اتّبعـت تعليمات الأمان الخاصة بالجهاز، كارتداء النـظارات أثناء استخدامه، ويجب أن تكون البشرة خالية تماماً وجافـة من أي مستحضر. عند استخدامه كـي لا يسبـب ذلك حروقـ في البشرة.

بعض الأجهزة يكون فيها "فلتر" لحماية العينين من الأشـعة فوق بنفسجـية التي تكون بالجهاز، وبعضاها لا يكون فيها هذه الخاصـية.

لكن على أيـ حال لضمان الأمان للعينين يجب ارتدـاؤها.

مِيزَاتُ الْجَهازِ:

- مِيزَاتُ هَذَا الْجَهازِ أَنَّهُ سَهُلٌ وَآمِنٌ وَيُخَلِّصُكَ مِنِ الشِّعْرِ الَّذِي يَخْرُجُ تَحْتَ الْجَلدِ بِسَبَبِ طَرَقٍ وَوَسَائِلِ إِلْزَالِهِ الْأُخْرَى، وَكَذَلِكَ يَجْعَلُ شَكْلَ الْجَلدِ أَمْلَسًا نَاعِمًا بِدُونِ مَا يُسَمِّي "جَلدُ الْإِوْزَةِ" وَالَّذِي غَالِبًا مَا يَكُونُ بِسَبَبِ نَمْوِ الشِّعْرِ تَحْتَ الْجَلدِ وَالَّذِي بِدُورِهِ يَكُونُ سَبَبَهُ الطَّرِيقَةُ الْخَاطِئَةُ فِي إِلْزَالِهِ الشِّعْرِ.

كَمَا أَنَّهُ بَدِيلٌ مُمْتَازٌ لِأَدْوَاتِ إِلْزَالِ الشِّعْرِ الْمُؤْلَمَةِ، فَهُوَ لَا يُسَبِّبُ أَيِّ آلَامٍ أَثْنَاءَ اسْتِخْدَامِهِ.

مِنْ مِيزَاتِهِ أَيْضًا سُعْرَهُ الْمُوْفَرُ جَدًّا، فَهُوَ جَهازٌ يَتَمُّ شَرَاءُهُ بِمَبْلَغٍ لَا يَعْدُ قَلِيلًا لِكُنَّهِ فِي ذَاتِ الْوَقْتِ يَسْتَمِرُ مَعَكَ سَنَوَاتٍ كَثِيرَةٍ، وَيُخَلِّصُكَ مِنِ الشِّعْرِ لِأَطْوَلِ مَدَّةٍ مُمْكِنَةٍ.

عِيُوبُ الْجَهازِ:

- عَلَى الرَّغْمِ مِنْ أَنَّ مَا سَأَذْكُرُهُ لَا يَعْدُ عِيَّبًا بِالنِّسْبَةِ لِوَسِيلَةِ فَعَالَةٍ وَلَطِيفَةِ إِلْزَالِ الشِّعْرِ، إِلَّا أَنَّهَا قَدْ تَكُونُ عِيَّبًا بِالنِّسْبَةِ لِلبعْضِ وَلَا تُسْتَطِعُ شَرَاءَ الْجَهازِ بِسَبَبِهِ.

وَمِنْ هَذِهِ الْأَمْوَارِ أَنَّهُ يَحْتَاجُ صَبَرًا وَمُوَاظَبَةً لِعَمَلِ جَلْسَةٍ أَوْ جَلْسَتَيْنِ كُلَّ أَسْبَوعٍ فِي بَدَايَةِ الْأَمْرِ، وَالْاسْتِمْرَارِيَّةُ عَلَيْهِ لَمَّا يَقْرَبُ السَّنَنَةِ لِتُحَصِّلِي بَعْدَهَا عَلَى بَشْرَةَ نَاعِمَةٍ خَالِيَّةٍ مِنِ الشِّعْرِ لِأَطْوَلِ مَدَّةٍ.

وكذلك من هذه الأمور أنه لا يستخدم على البشرات الداكنة جدًا جدًا كالبشرة السمراء جدًا والداكنة والسوداء أو القريبة منها، وذلك لفروط صبغة الميلانين في البشرة والتي تعطي الجلد لونه، وهذا يزيد من خطر امتصاص نبضات الجهاز من قبل الجلد بدل الشّعرة ذاتها، فلا يكون لذلك أدنى نتيجة بل أضرار قد تصل لحرائق شديدة وتغيير في لون الجلد.

ويكون مذكورًا بدليل الجهاز ألوان البشرة المسموح باستخدام الجهاز عليها.

النبضات في الجهاز:

• كما قلنا سابقًا أنّ الجهاز يعمل بتقنية "النبضات الضّوئية" والتي تخرج من خلال نافذة مسطّحة، لكنّ هذه النّبضات لها عدد معين في الجهاز وتنتهي، وهذا ما تقلق بشأنه كثيرات يفگرن ببدء استخدام الجهاز.

ممّا عليك معرفته كذلك أنّ أقلّ عدد من النّبضات الموجودة في أيّ جهاز هي «ربع مليون ومضة» وأكثر عدد لهذه الومضات في أيّ جهاز هو «مليون ومضة» يعني ذلك أنّ أيّ جهاز تقومين بشرائه لن يكون به غالباً أقلّ من ربع مليون نبضة ولن تزيد نبضاته كذلك عن مليون نبضة.

لكن هل تعلمين كم تكفيك هذه النّبضات؟

إنّ أقلّ عدد من النّبضات في هذا الجهاز تكفيك للاستخدام الشخصيّ. «أربع سنوات على أقلّ تقدير» وأعلى عدد نبضات يكفيك لما يزيد عن العشر سنوات في أقلّ تقدير!

لذا فإنّه ليس أمراً تقلقين بشأنه مع هذه المدّة الزمنيّة الطّويلة، بل إنّ بعض الأجهزة فيها خاصّيّة "تغيير رأس الجهاز" عندما تنتهي النّبضات بعد سنوات بإمكانك فك رأس الجهاز ورميه وشراء رأس آخر من نفس الشركة واستخدام جهازك من جديد بومضات جديدة، لكنّها ليست ميزة موجودة في جميع الأجهزة.

وكذلك فهناك بعض الأجهزة القليلة التي بها عدد "لأنهائي من النّبضات" أي أنّ الجهاز يقوم بتجديـد النـبـضـات ذاتـاً، وهذه خاصـيـة مميـزة تـرـفـعـ من سـعـرـ الأـجـهـزـةـ التي تحـويـهاـ وكـذـلـكـ العـلـامـاتـ التـجـارـيـةـ المـبـكـرـةـ لهاـ.

أساسيات الجهاز:

- الـّـدـرـجـةـ الـّـأـسـاسـيـةـ فيـ هـذـاـ جـهـازـ هـوـ النـبـضـاتـ الـّـتـيـ تـخـرـجـ مـنـ خـلـالـ «ـالـّـنـافـذـةـ المـسـطـحـةـ»ـ الـّـتـيـ تـلـامـسـ بـشـرـتـكـ ثـمـ تـخـرـجـ النـبـضـةـ مـبـاـشـرـةـ عـلـىـ جـلـدـكـ مـسـتـهـدـفـةـ الـّـمـيـلـانـيـنـ فـيـ الشـعـرـةـ.

وأيضاً الأمر الثاني الأساسي به هو «درجة النّبضة» وهي درجة قوّة النّبضة، ويتم تحديدها بما يناسب بشرتك من خلال زرّ في الجهاز، فمثلاً حين يتم استخدام الجهاز على منطقة الإبطين سنقوم حينها باختيار درجة ثلاثة أو أربعة أو أقلّ كي لا تكون النّبضة قويّة ومؤلمة.. وهذه الدرجات تتفاوت من جهاز لآخر، فغالبيّة الأجهزة بها «خمس درجات» وبعضها «تسع درجات» فتختارى ما يناسبك منها ذاتياً.. وبعض الأجهزة بها خاصيّة تحديد الوضمة التي تتناسب مع لون بشرتك من خلال فلتر يحدّد لون البشرة ثمّ يقوم بإعداد النّبضة المناسبة لها، وهذا الفلتر يعمل باستمرار ويحدّد النّبضة المناسبة لكل منطقة يتمّ وضع نافذة النّبضات عليها.

العناصر الأساسيّة في هذا الجهاز وبعض الميّزات الحديثة:

- جهاز النّبضات الضّوئيّة "IPL" يعمل على خصائص أساسية موجودة في كلّ الأجهزة، وبعد التّحديثات التي أجرتها الشركات على هذا الجهاز أضيفت إليه بعض الميّزات الأخرى.
- جهاز النّبضات الضّوئيّة العاديّ: ويحوي «زرّ تشغيل وإطفاء والنّافذة المسطّحة التي تخرج منها النّبضة الضّوئيّة، وبه أيضاً زرّ لتحديد درجة النّبضة التي تتناسب بشرتك» هذه هي الخصائص الأساسية في أيّ جهاز، وأمّا النّبضة فحين تخرج تكون دافئة قليلاً وبها لذعة خفيفة جدّاً غير مؤلمة.

• الميّزات الأخرى التي دخلت على الأجهزة المتطوّرة:

«خاصيّة "فلترة النّبضة"» وهي ميّزة تعمل على فلترة النّبضة الصّوئيّة من الأشعة فوق بنفسجيّة وغيرها مما يؤذى العينين، وهذه الفلترة قد توجد في بعض الأجهزة المتطوّرة وقد لا تكون موجودة.

وكذلك خاصيّة «الّتّبريد» وهدفها جعل النّبضة باردة على الجلد فيكون هناك راحة أكثر حين استخدامه على المناطق الحسّاسة دون ألم.

خاصيّة «الوضع السّريع» والتي بمجرّد ضغطك على زرّ هذه الخاصيّة بشكل مطّول لثلاث ثوانٍ يتمّ تفعيل النّبضات المتتالية دون الحاجة للضغط على زرّ الومضة باستمرار، مما يتيح سرعة في العملية خصوصاً على المناطق الكبيرة في الجسم، وأيضاً قد يوجد في الأجهزة المتطوّرة «شاشة صغيرة» تتيح معرفة عدد النّبضات المتبقّية وكذلك درجة النّبضات والخصائص الأخرى.

هذه هي الميّزات التي دخلت حديثاً على الأجهزة، ولا يضرّ عدم وجودها. فالجهاز وفعاليّته باختصار يعتمد فقط على "النّبضة الصّوئيّة وقوّتها وفعاليّتها".

هذا تعريف مختصر- عن «جهاز النّبضات الصّوئيّة IPL» من ناحية شكله واستخدامه وطريقة عمله.

• طريقة استخدام الجهاز:

- من المهم معرفة أن هذه التقنية تستهدف الميلانين في الشعرة وليس الذي في البشرة ذاتها، وينبغي التفريق في ذلك!. فهذه النبضات آمنة تماماً على الجلد ولا تضره أو تسبب له أيّ أعراض جانبية بإذن الله.

• طريقة الاستخدام:

نقوم بعمل إزالة كاملة لشعر المنطقة المراد إجراء جلسة ليزر لها، وتكون الإزالة تحديداً «بالشفرة» لأن استخدامها ضروري جداً لأنّها تقوم بقص الشعر ولا تزيله من الجذور وهذا هو المطلوب، فالجهاز يستهدف صبغة الميلانين التي في الشعر فإن تمت إزالة الشعرة بأكملها من الجذور لم يبق هنالك أيّ شعر تحت الجلد ل تقوم النبضات الضوئية باستهدافه..

فبعد أن تتم إزالة الشعر بالشفرة نقوم بعمل جلسة النبضات في اليوم التالي، وليس في ذات اليوم حتى يكون الشعر قد نما قليلاً وأصبح تحت سطح الجلد مباشرةً، و تستطيع النبضات استهدافه بكل سهولة وتحصل حينها الاستفادة الكاملة من النبضات.

وكما قلنا سابقاً... يجب أن تكون المنطقة المراد عمل جلسة النبضات الضوئية عليها خالية تماماً من أيّ مستحضرات تجميلية كالمرطبات أو مزيلات التعرق أو العطور وغير ذلك.. ويكون الجلد جافاً نظيفاً.

• كم يجب استخدامه في الأسبوع؟

- في بداية الأمر نقوم بإجراء جلسة إلى جلستان أسبوعياً، وذلك بعد كل إزالة للشعر، ويكون لمدة شهرين إلى ثلاثة أشهر، بعد ذلك يكفي استخدامه مرة كل أسبوع لمدة شهرين إلى ثلاثة كذلك.

ومن ثمّ بعدها نقوم بعمل جلسة كل أسبوعين وهكذا تدريجياً نبدأ بتقليل عدد الجلسات التي نجريها كل شهر، وبعد أشهر من الاستخدام تبدأ النتائج بالظهور والتّحسّن بشكل ملحوظ، فالشعر عند استخدام أداة الشّفرة ينمو بشكل سريع بعد يومين أو ثلاثة، أمّا بعد استخدام الجهاز والموا拙بة على الجلسات نلاحظ أنّ عملية نمو الشّعر بدأت بالتباطؤ بشكل واضح، إلى جانب أنّ الشّعر أصبح أرقّ وأفتح من طبيعته.

ومن المهم جدّاً مواظبتك على الجلسات بميعاد محدّد لا تفوّته، وبذلك تحصلين كامل الفائدة.

والمدّة الزمنية التي تبدأ النتائج تُلاحظ بها، وكذلك نتائج الجلسات فإنّها تختلف من شخص لآخر، وذلك بحسب العمر ولون الجلد ولون وسمك الشّعر في الجسم، والمنطقة المستخدم عليها.

• نصائح سريعة:

• إن فائدة الجهاز تكون أكثر لأصحاب الشعر الكثير والدّاكن «الشّعرة التّخينة والدّاكنة» حيث يسهل استهداف النّبضات لصيغة الميلانين الموجودة في الشّعرة وإتلاف البصيلات مما يمنع نمو الشّعر في المستقبل ويقلّل منسوبه بشكل أسرع من بقية أنواع درجات البشرة والشّعر.

وممّا ينبعه عليه هنا أنّ الجهاز يأتي بنتيجة على الشّعر الوبريّ أو الفاتح على عكس من يقولون بعدم فائدته، لكنّها طبعاً نتائجة خفيفة وتحتاج صبراً ومواظبة أكثر في طبيعة الحال، وهذا لأنّ هذه النوعيّة تستغرق عدد جلسات أكثر، وقد يكثّر منسوب الشّعر في بداية الأمر مما يريّك نتائجة عكسيّة، ولكن مع الصّبر والاستمراريّة تبدأ النّتيجة الفعلية بالظهور حتّى مع هذه النوعيّة من الشّعر.

• ممنوعات الجهاز؛ يُمنع استخدام هذا الجهاز على:

- ١- منطقة محترقة من أشعة الشمس أو غير ذلك.
- ٢- بشرة تحوي مستحضرات تجميلية
- ٣- الوشم حرام «ولكن ينبعه هنا على أنّ استخدام النّبضات الضّوئيّة على مكان به وشم ممنوع تماماً»

٤- يمنع استخدامه لمن هم في مرحلة البلوغ؛ لأنّه قد يسبب أضراراً لمن هنّ في هذه المرحلة، وبطبيعة الحال فإنّ نتائجه حينها لن تكون مرضية بسبب التّغيّرات الهرمونيّة المستمرة لهم.

٥- الأفضل عدم استخدامه أثناء فترة الحيض بسبب العوامل الهرمونيّة كذلك، ولأنّ الجسد في هذه الفترة يكون أكثر حساسيّة من المعتاد.

٦- قد يضرّ العوامل أيضًا لذا «ينصح باستشارة طبيبة قبل استخدامه».

• نصائح لما بعد استخدام الجهاز:

• من المهم جدًا بعد جلسة الومضات عدم تعريض بشرتك لحرارة عالية كحرارة الشمس أو غيرها.

ومن المهم جدًا جدًا ترطيب البشرة بعد استخدام الجهاز والأفضل بعد ساعات من استخدامه، فلا يتمّ تعريض البشرة لأشعة الشمس المباشرة أو أيّ حرارة قويّة أو منتجات عناية بالبشرة سواءً كانت كيميائيّة أو طبّيّة أو طبيعية إلّا بعد ساعات من الجلسة لتجنب أي آثار جانبية محتملة.

• هذه الخلاصة فيما يخصّ جهاز إزالة الشعر المنزلي بالنبضات الضّوئيّة المكثفة IPL وهو طريقة حديثة مبتكرة فعّالة لإزالة الشعر بكل أريحية في المنزل.

• هل يمكن استعمال الجهاز على جميع مناطق الجسم، وكذلك الوجه؟

- نعم، يمكن استخدامه على الوجه وجميع مناطق الجسم بما فيها الإبطين والعانة.

• هل يجوز استخدام هذا الجهاز؟

• إنّ هذا السّؤال يسأله المسلم قبل عمل أيّ شيء هو مقبلٌ عليه ولا يعلم حكمه، فيسأل "هل يجوز لي فعل ذلك، وهل هو أمر مشروع مباحٌ وتركنا هذا السّؤال للنّهاية يعني أنّه جائزٌ وإلاً لما كتبنا هذا المقال.

• إنّ إزالة الشّعر من الجسم فيما دون الإبطين والعانة لم يرد فيه أمرٌ ولا نهي، وما لا يوجد دليلاً على تحريمه ليس بحرام، لذا فالامر فيه سعة بفضل الله ورحمته وبالإمكان إزالة شعر الجسم بأيّ طريقة ليس فيها ضرراً.. على ذلك فإن إزالة الشّعر بهذا الجهاز جائزة ما لم يثبت في هذه الطريقة ضرراً.

وقد ثبت بعد التّحري والتأكد أنّه آمنٌ بفضل الله، فلا حرج في استعماله.

والله أعلم.

بين فرط القلق، وأنسام السكينة

قد تكلّمنا سابقاً عن مكوّنات الرّوتين الأنثويّ المهمّ لـكّ أنتي تحرص على نظافتها الشخصيّة ورداً أنوثتها أنتي نقيّاً ناعماً كما تعهد طبيعتها. وإلى هنا قد وصلنا لآخر محطةٍ في حديثنا هذا ونستكمّله باخر بندٍ بخطوات الرّوتين العمليّة المناسبة لكّ، وكذلك نستعرض حلولاً لبعض ما قد يعترضك من مشكلات في يومك.

فهاتي يدك نستكمّل رحلةً صغيرةً ماتعة قد بدأناها على أطلال الجمال والرّتابة واللمسات العبة بالتفاصيل النّاعمة.

النظافة الشخصيّة

النظافة الشخصيّة هي مطلع الجمال الشّكلي والهيئة الطّيبة، فهي عمود الأنّاقة والحسن الأنثويّ على وجه الخصوص، وأساس ذلك سنن الفطرة وقد تكلّمنا تفصيليّاً عن ذلك سابقاً وهو الجزء الأهمّ لروتين العناية الشخصيّة.

فالاستهداد وتقليل الأظافر والتّسوك ليست هوامش أو ترفاً، بل أولويّات!.

اللمسات الأنثوية

وفيها نزد الحُسن ونتعاهده، بلمساتٍ صغيرة محببة تعيد رسم السمات الأنثوية وتبزرها، ومن تلك اللمسات الصّباحيّة والمسائيّة:

- تفريش الأسنان وتسريح الشعر عند الاستيقاظ وقبل النّوم
- غسل الوجه بغسول أو صابون طبّي
- ارتداء ملابس مريحة لبداية اليوم كفستانٍ لطيف، وملابس للنّوم في وقته.
- التّزيّن بحليٍ وإكسسوارات بسيطة.
- ترطيب الوجه، ترطيب الشفاه وتوريدها والوجنتين بمورّد خفيف "تنٍت".

التطيّب والتعطّر

- تغيير الملابس الدّاخلية صباحاً ومساءً أو عند اللّزوم.

هذه أهم خطوات الرّوتين التي تشتّرك فيها النساء جمِيعاً.. مع الزيادة عليه بحسب الحالة "المتزوجة مثلاً"، وليس ما يرُوّج له من المبالغات والقائمة الطّويلة بما لا يسعه يومٌ كامل من الهستيريا التّجميليّة التي تؤول بك لنتيجة أنك "فاسلة، قبيحة، ولستِ أنثى كاملة مدللة كالآخريات"!.

طلب المحسن واستجلابها، كيف أكون أفضل نسخة من نفسي؟

مع الحفاظ والمثابرة على خطوات التّجمّل اليوميّة يبقى لدينا بعض المشاكل التي تحتاج أن نلتفت إليها ونحيطها باهتمامٍ وعناءٍ خاصّة نعمل على حلّها والارتقاء بأنفسنا.. لكنَّ الأهمَّ من ذلك "أن تحيي هذه النّسخة التي بين جنبيك.. قبل أن تصلي لأفضل نسخةٍ منكِ كأنثى".

لدينا ثلاث أمور قد تعرّضنا لِكُنَّاث وهي طبيعية ولا يوجد ما يريب حولها ولا تحتاج منّا قلقاً واضطراّباً يصيّبنا بها جس الجمال وهو سه فنتتبع آخر الصّيحات والترنّدات المجنونة بحثاً عن حلّ هذه المشكلة، التي بفكرة أنها "خادشة لأنوثة مشوّهةً لها" فالأنوثة أعمق بكثير من مجرد شكل ولا تنفيها أمور طبيعية جدّاً تتأثّر بها النساء جميعاً وبشكل خاص دون سواها، وذلك بسبب التّكوان التّفسيّ والهرمونات والعوامل الكثيرة المؤثرة والمساهمة في اضطرابهما، ونذكر في ذلك أهّم وأبرز هذه العوارض مع شيءٍ من حلّها والوقاية من آثارها السّلبيّة.

١- مشكلة الشّعر في الجسم

٢- مشاكل جلديّة "البثور والهالات"

٣- مشاكل في الشّعر.

ـ مشكلة الشعر في الجسم

قد تطرّقنا لأفضل طريقة ووسيلة مساعدة على نظافة منطقتي الإبطين والعانة في حديثنا عن سنن الفطرة، وذكرنا أهميّة ذلك على وجه الخصوص، وقد أفردنا مقالاً كاملاً للحديث عن الشعر في الجسم والوجه وأفضل الطرق والوسائل في إزالته بشكل عام.

وممّا ينبغي معرفته أنّ "نصف مشاكل البشرة تابعة لاستخدام وسائل خاطئة في التخلّص من شعر الجسم وليس من الشعر ذاته حقيقةً" فإنّما أن تكون بسبب استخدام وسائل خاطئة أو هي غير مناسبة للبشرة، أو تُفعّل بطريقةٍ خاطئة، وتفادي هذه الأمور يعني تفادي حوادث وعوارض كثيرة سلبية ومؤذية للبشرة.

ـ مشكلة البثور والهالات

مشكلة البثور أو التي تُعرف "بحب الشباب" والتي تظهر في الوجه أو البشرة بشكل عام مثل اليدين أو الظّهر .. وهي أمرٌ طبيعيٌ جدّاً وله عدّة أسباب أهمّها "الهرمونات" وبسبب ذلك تكون شائعة جدّاً عند النساء وخصوصاً الفتيات في مطلع أعمارهنّ في بدايات البلوغ.. وكذلك تظهر بعض البثور للنساء قبل الحيض وقبل الحمل وأثنائه.

وهذا كله بسبب اضطراب الهرمونات بشكل طبيعي لما يتعرّض له النّظامي الدّاخلي للجسم من التّغيّرات.

مثل البلوغ والحيض والولادة، وقد تحدث هذه المشكلة كردة فعل على اضطراب مستمر في المزاج، كالاكتئاب أو بسبب حالة نفسية مؤلمة يعيشها الفرد، ويؤثر على ذلك النظام الغذائي، فهناك كثير من الأطعمة تساهم في ظهور حب الشباب مثل تناول كميات كبيرة من السكر "الأطعمة التي تحتوي على سكر صناعي" وكذلك الإفراط في تناول الدهون المشبعة، والزيوت والماكولات الدسمة والوجبات السريعة بشكل عام.

وتتأثر كثير من البشرات بالعوامل الخارجية مثل البشرة الدهنية، كالجو وملوّثاته.. والجو الحار فيزيد ذلك من البثور وتفاقهما.

وأماماً في حلوله فمن ذلك:

١- معرفة نوع بشرتك من خلال اختبارات خاصة تفيد في ذلك، إذا كانت دهنية تحتاج لمحافظة واستمرارية أكثر من ناحية نظافتها واستخدام الغسول المناسب، وإن كانت جافة أو طبيعية فهي معرضة بنسبة أقل للبثور وأماماً في الأجزاء الباردة فمعرضة أكثر للجفاف وتشقّقات الجلد وخشونته فتحتاج ترطيباً مستمراً.

إن كانت مختلطة -أي بها جوانب دهنية وجوانب طبيعية أو جافة- فكذلك من المهم الحرص على غسلها يومياً وترطيبها، وهذا بشكل عام لجميع البشرات، فغسل البشرة يومياً وترطيبها أمر في غاية الأهمية.

٢- تعديل النّظام الغذائيّ وجعله صحيّاً أكثر والانتباه من الإفراط أو الإكثار من السّكريّات والدّهون.

٣- استخدام منتجات عناية بخلاصات طبيعية مثل الشّاي.

٤- التّونرات تساعد في التّخفيف من البثور وآثارها، سواءً الجاهزة أو البيتية.

مثلاً تونر الأرّز وتونر الشّاي -التّونر هو خلاصة تراكيب كيميائيّة أو طبيعية وتكون بشكل مائيّ سائل أو دهنيّ قليلاً-

٥- الكريمات المفيدة في علاج المشكلة وتقليلها ضمن خطة علاجيّة طبّية.. مثل استخدام المعقم للبشرة باستمرار وكذلك المرهم المقوّس للبثور ومن ثمّ المرّمم.. وهذا كله يكون ضمن خطة علاجيّة.

٦- تساعد الخلاصات الطبيعية في التّقليل من البثور وآثارها مثل ما سبق ذكره، وكذلك زيت شجرة الشّاي أو صابون الشّاي أو الكركم، ومن المهم حين استخدام الزيوت للاستفادة من خلاصتها، مثل زيت شجرة الشّاي، أن يكون الزيت طبيعياً، وأن نضع قطرات صغيرة منه فقط، وعلى بشرة نظيفة. وأمّا الصابون الطّبيعي أو الطّبّي، فنغسل به بشرتنا صباحاً ومساءً ثم نرطّبها.

- من المهم وبشدة زيارة طبية جلدية في حال تفاقم الحالة وعدم انتفاعها بالكريمات والعناية الخاصة.. والأولى أن يكون ذلك قبل استخدام أي منتجات كي لا تتفاقم الحالة وتتم معرفة الأسباب وراء ذلك ومعالجتها بشكل داخلي قبل المعالجة الخارجية.. فحل المشكلة فقط بشكل سطحي قد يسبب تفاقمها أو عدم الانتفاع الكافي بما يتم استخدامه.

• وأخيراً: وجود الأسباب الهرمونية أو الأسباب الأخرى التي تؤثر على الصحة الخارجية ستبقى تسبب البثور والمشكلات الأخرى التي قد نعاني منها، تحديداً في مرحلة البلوغ، ولن تنتهي المشكلة، لذلك من المهم تقبل ذلك إن كنت في مرحلة البلوغ، لأنّه أمر طبيعي وستفيدك المتابعة بخطوات علاجية وتحسينية صغيرة لعدم تفاقم الأمر.

وأمام مشكلة الحالات فكذلك لها عدة أسباب وإنّها هرمونية ووراثية... وهناك اختبار يُجرى لمعرفة الحالات التي لديك وهل هي حالات وراثية أو سببها عوامل داخلية، وقد تكون انعكاس للأوردة تحت العين، وأمام حلّها فالأفضل فيه استخدام خلاصات عشبية طبيعية تساعد في التّقليل من الحالات والانتفاخات، ومن ذلك:

١- جل الصبار الطبيعي: يساعد في ترطيب المنطقة ويقلل من فرط التصبغ.

٢- أكياس الشّاي الباردة: تساعد في تقليل الانتفاخات بشكل ملحوظ.

٣- زيت اللوز: يساعد في تقليل التصبّغات تحت العينين بشكل ملحوظ.. ويمكن المزج بين قطرات زيت اللوز وكبسولة فيتامين E لتعزيز النّتيجة.

٤- ماء الورد الطبيعيّ: يقلّل الانتفاخات ويهدئ البشرة ويرطبها.

زيت الورد: يساعد في تقليل التصبّغات، ولتعزيز النّتيجة يمكن مزجه مع زيت اللوز وكبسولة فيتامين E واستخدام المزيج لعدّة أيام قبل النّوم.. وتجديد المزيج كلّ مدة.

٥- الثّلوج: تمرير قطعة ثلجة مغطّاة بقماشة قطنية تحت العينين يساعد في تقليل الانتفاخات بشكل كبير وملحوظ، أو وضع معلقة في الثلاجة لعشر- دقائق ثم تمريرها على العين.

هذه أهمّ الخلاصات التي يمكن من خلالها تقليل الانتفاخات والتّصبّغات وتحسين محيط العين، وأفضلها برأيي هو مزيج عرق السّوس مع كبسولة فيتامين E وقطرات من زيت اللوز وزيت الورد، ويمكن عمل مزيج كافٍ لأسبوع ووضعه في زجاجة سيروم داكنة للحدّ من وصول الضّوء له.

وبالمناسبة، بإمكانك تحضير خلاصة عرق السّوس في المنزل بشكل طبيعيّ. وقد تفيدك بعض الكريمات الخاصّة بالعناية بمحيط العينين، لكن من المهمّ معرفة أنّ فوائدها قد تكون ضئيلة على قلّة هذه المنتجات، والطّبيعيّ هو الأفضل برأينا، والله أعلم.

إكليلة

ما أجمل الأنثى التي تهتم بتجهيزها جيداً فتحرص على نظافتها ولمعانها وأن يبقى ناعماً بهيئاً.. لأنّه من سماتها الواضحة كأنثى!

نعم عزيزتي، تاجك هو شعرك، وهذا ما قيل في جمال المرأة سابقاً والإشارة على فتنتها، فعجبأً لمن تركن فتنتها، أو ترمي تاجها أو تركه يتلوث! . فاعتناؤك به حلوتي وإفراد روتين عناية خاصّ له فهو من المهمّات. لكنّ كيف نفعل ذلك؟.. كيف يكون تاجك دائماً لامعاً وأنيقاً؟.. كيف تصبح إطلالته سمتاً خاصّاً بك كأنثى؟

لذلك خطوات يا حلوتي كما لكلّ شيء، أخصّها لكِ فتابعِي بحّبّ.

١- الحرص على نظافة الشّعر: إنّ أساس الأنّاقة الأوّل _ أيّتها الحِسان_ "النظافة" وتبقي متفرّدة كخطوةٍ أولى نحو التّألق!

٢- الحرص على اتّباع روتين صحيّ ومناسب لشعرك: الشّعر أنواع يا عزيزتي. ولكنّ أنواعه جميعها تحتاج العناية الخاصة التي تشمل «شامبو مناسب لشعرك - ماسك أو حمام زيت كلّ أسبوع أو اثنين- ترطيب»

عند استخدام بلسم "حمام زيت" أثناء الاستحمام فمهمّ وضعه على الأطراف فقط ثم غسله بعد خمس دقائق، والأفضل هو عدم استخدام الشّامبو بشكل مباشر على شعرك، بل يوضع قبل ذلك على اليدين ويوزّع ومن ثم يدلك به الشّعر.

٣- ماسك مرّطب: بإمكانك عمل ماسك مناسب لشعرك في المنزل، وكذلك حمام الزيت بخطوات صغيرة، وهي خلط بعض الزّيوت الطّبيعية التي تفيد بمظهر صحي للشعر، وهذا يكون كلّ أسبوع أو اثنين، ومن أروع الخلطات للشعر، هو جلّ بذور الكتان، ويإمكانك البحث عن طريقة على النّت واستخدامه كخلطة أسبوعية مع إضافة زبدة الكاكاو له أو الزّيوت الطّبيعيّة.

٤- التّرطيب: وهو مهمّ كذلك للشعر ويحافظ على رطوبته ويمنع تقصّفه. والمرّطب الأفضل طبيعياً هو جلّ الألوفيرا النّقى، ويوضع على الشعر دون الفروة.

وهذا ختاماً، ولا يسعنا المقال لذكر كلّ ما يخص الشعر تفصيلياً. وإنّما ذكرنا أبرز الخطوات والطرق النّافعة للعناية والحرص على شعرك ورونقه آنسني الحسناء.

الخاتمة

إلى هنا آنستي، ختام حديثنا الأنثويّ.

أسائل الله أن تكون كلماتي قد وصلت قلبك اللطيف وطمأنته بحبّ،
وأنّنا الآن بإمكاننا البدء بروتين مليء باللمسات الأنثوية العبة
بالحبّ، وأأمل أن تكون الرسالة الأسمى من هذه المقالات الصّغيرة
قد وصلتك وذّكرتك أنّ الجمال الأنقى هو ما نتعاهده في أرواحنا قبل
مظerna.

دمت متألقة ناعمة، حسناء في كلّ وقت، وألقايك في حديث الطف
يليق بقلبك... وبكِ!



الفهرس

| | |
|----|---|
| ٣ | المقدمة |
| ٤ | (فيهِنَّ خَيَراتٌ حِسَانٌ) |
| ٥ | مقدمة السها |
| ٧ | حديث المرأة مع الجمال في مهده |
| ٨ | أطيااف الجمال! |
| ١٢ | من عند أنفسكم! |
| ١٣ | بين خلل في جين واحد.. أو حتى نقص في الفيتامين... ابتلاءات كثيرة، من عند أنفسنا! |
| ١٥ | طيش الحُسْن، وضجَّةُ الفلسفة |
| ١٨ | تعاهد الجمال |
| ١٨ | ما هو الرُّوتين؟ |
| ١٩ | كيف يكون لدى روتين؟ |
| ٢٠ | سنن الفطرة |
| ٢٩ | تألّقي! |
| ٣١ | همساتٌ ناعمةٌ من أنثى.. لأنثى! |
| ٣٧ | نظافة الفرج "واجبٌ معيبٌ" |
| ٤١ | اللمسات الأنثوية |
| ٤٢ | حدود التعامل مع الشعر |
| ٧٢ | بين فرط القلق، وأنسام السكينة |
| ٧٤ | طلب المحسن واستجلابها، كيف أكون أفضل نسخة من نفسي؟ |

| | |
|----|---------|
| ٨٠ | كليلة |
| ٨٢ | الخاتمة |
| ٨٣ | الفهرس |