عزيزيتي حواء : حَافِظِي على أنوثتك مهما كانت التحديات

رسالة بمناسبة اليوم العالمي للمراة /بقلم الباحثة : أمال فؤاد حنوش

كثيرًا ما تتردد على مسامعنا عبارة: "ليس كل ذكر رجلاً"، ويقابلها التساؤل: "وهل كل امرأة أنثى؟".

تدفعنا هذه التساؤلات إلى التأمل في الفروق بين المفاهيم البيولوجية من جهة، والمفاهيم القيمية من جهة أخرى؛ فالذكورة والأنوثة لا تنحصر في الصفات الظاهرية فحسب، بل تشتمل على جوهر عميق يتجاوز الشكل الخارجي. إنهما منظومة من القيم والمهارات التي تتكون وتتعزز مع التجارب الحياتية والتواصل مع الذات والآخرين. وتنعكس تلك الجوانب في تصرفاتنا اليومية، وطريقتنا في مواجهة تحديات الحياة، وكذلك في علاقاتنا مع أنفسنا ومع الآخرين.

فالمفاهيم القيمية تتجاوز التصنيفات السطحية، لتصبح معايير للتميز الإنساني بغض النظر عن الجنس. فليس كل انتماء بيولوجي للذكور يحقق جوهر الرجولة، إذ أن الرجولة انعكاس للنبل والمسؤولية والشجاعة والحماية والحكمة. وبالمقابل، ليست كل امرأة تعبر عن الأنوثة بمفهومها العميق، حيث الأنوثة انعكاس للطف والرقة والحنان والاحتواء والقدرة على الرعاية والذكاء العاطفي.

الأنوثة هى طاقة قوية جدًا لانها مليئة بالمحبة وتتجسد في السلوك والتعامل قبل أن تظهر في المظهر الخارجي، تتحقق بالتوازن بين القوة والنعومة .

وهنا يُثار سؤال مهم : هل يجب على المرأة أن تتخلى عن أنوثتها (جوهرها) كي تثبت قوتها وجدارتها؟

في واقع الأمر، لا يتطلب إثبات قوة المرأة وجدارتها التخلي عن أنوثتها أو جوهرها. بل إن الأنوثة الحقيقية تتجلى عندما تستطيع المرأة الجمع والتوازن بين الرقة والقوة، وبين اللطف والتمكين، دون أن تذوب إحداهما في الأخرى. فالتوازن بينهما يمنح المرأة قوة داخلية وجاذبية فريدة، ويعزز ثقتها بنفسها ويحررها من ضغوط المقارنات والتوقعات الاجتماعية. وهو ما يجعل منها أفضل نسخة من نفسها.

وفي واقعنا المعاصر، وفي ظل التغيرات السريعة الإقتصادية والإجتماعية والأخلاقية التي يشهدها عالمنا ، وبسبب وخروجها لسوق العمل والأعباء المتراكمة عليها ، فان كثير من النساء يقعنّ في فخ المثالية أو محاولة التشبه بالرجال والرغبة بالتحكم والشدة والعدوانية والسيطرة والتنافس المحموم،مما يسبب لها الإرهاق والتعب والشعور بالتشتت .لأنها أضافت إلى مسؤولياتها اعباء ثقيلة ورفعت عن عاتق الرجل الكثير من مسؤولياته باسم المساواة وقوة الشخصية .

التحدي الحقيقي أمام المرأة اليوم يكمن في التقدير الواعي لأهمية الطاقة الأنثوية في التمكين والإنجاز، دون أن تذوب إحداهما في الأخرى أو تُهمش لصالح الثانية.

لا يعني أن تكوني قوية أن تتخلي عن رقتك، ولا يعني أن تكوني لطيفة أن تضعفي أمام التحديات. القوة الحقيقية للمرأة تأتي من الداخل بقدرتها على الجمع بين الجانبين دون تنازل أو تضحية باحدهما ، الجمع بين الأنوثة والقوة، بين اللطف والطموح يجعل المرأة قادرة على تحقيق النجاح دون أن تفقد هويتها في دور لا يناسبها ، و يمنحها القدرة على مواجهة تحديات الحياة بمرونة وحكمة .نجاح و تفوق المرأة لا يتعلق باختيار طرف دون الآخر، بل يكمن في الجمع بينهما بوعي لأهمية كل جانب.

عزيزتي حواء: قوتك الحقيقية تأتي من الداخل، فالأنوثة طاقة داخلية أكثر من كونها سطحية؛ فهي طاقة رقيقة لها تأثير عميق وقوة قادرة على تغيير العالم من حولك. فليس المطلوب منك أن تتخلي عن طبيعتك الفطرية، أو أن تكتسبي صلابة مصطنعة، ولا أن تهدرين الكثير من طاقتك من أجل أن الحصول على قبول المجتمع ، بل يكمن السر في التصالح مع ذاتك واكتشاف منابع القوة الحقيقية في داخلك. وتدركين ان الأنوثة ليست مجرد أحمر شفاه أو تسريحات شعر أنيقة وملابس عصرية، وليست أيضًا صلابة أو قسوة أو تنافس مستمر.

الأنوثة الحقيقية في تعبيرك الصادق عن نفسك، في قدرتك على الحب والعطاء، وفي روحانيتك وصفاء إحساسك ونعومتك وسحرك الخاص. إن إشراقتك ولطفك وكرامتك وقوتك الهادئة هي ما يمنحك ذلك التميّز الفريد، حيث يصبح الإبداع والرقة والاحتواء قوة حقيقية تتجاوز كل الصور السطحية لتلامس جوهر الذات وقيمها الأصيلة.

إننا كنساء نعاني في كثير من الأحيان من ضغوط المجتمع التي تدفعنا للإبتعاد عن جوهرنا الأنثوي، والانشغال بالمظاهر الخارجية أو محاولة التشبه بأنماط ليست لنا. ويكمن الحل الحقيقي في إدراك أهمية التواصل مع طاقاتنا الأنثوية الأصيلة والاستفادة منها في بناء الذات وتطويرها، بعيداً عن التنازلات أو التغيرات المصطنعة. فالأنوثة ليست مظهراً يُرى بالعين وحسب، بل هي شعور يُحس في القلب ويتجسد في السلوك اليومي، وتنعكس في علاقاتنا مع أنفسنا ومع الآخرين.

يجب علينا أن نكون واعيات للمفاهيم المنتشرة في وسائل التواصل الاجتماعي والتي تروج لسطحية المظهر الخارجي، أو تدفع نحو التنافس العدائي والقسوة والخشونة. فالقيمة الحقيقية للمرأة لا ترتبط بهذه التصنيفات، بل تنبع من الجوهر الداخلي ومن القدرة على تحقيق التوازن بين الرقة واللطف والقوة والتمكين.

المرأة الواعية لا تضحي بأي من جانب من شخصيتها، بل تَدمج بينها لتكون أكثر قوة وتأثيراً. وعدم الوعي بأهمية هذا التوازن قد يؤدي إلى فقدان شيء ثمين من جوهرنا الأنثوي.

وفي الختام، عزيزتي حواء: تذكري دومًا أن الأنوثة قوة وليست ضعفًا ، وهى الزينة الإلهية للإنسانية ، فاحتضني طاقتك الأنثوية بثقة وأعتزي بذاتك وبهويتك ولا تتخلي عن طموحك، فالتوازن بين الأنوثة والتمكين هو سر سعادتك وصحتك النفسية والنجاح الحقيقي ، ولا تنجرفي وراء كل جديد دون وعي، لا تسمحي لأي ظرف أن يطفئ ذلك النور المتوهج في داخلك.وكوني دائمًا فخورة بأنوثتك وبتلك الصفات النبيلة التي تحملينها، فبها تزهرين وتضفين للحياة معنى وجمالًا.

<u>بل كوني أنتِ مصدر الإلهام والجمال والرحمة في عالمك. وحافظي على أنوثتك مهما كانت التحديات.</u>

أمال 5/اذار /2026