

# ضبط أنوثتنا



تأليف  
هناء علي العباسي

هناء علي العباسي

ضبط أنوثتنا - نصائح

2024



تصميم الغلاف  
أ. وردة أبو وردة



دار  
روز البندا للنشر الإلكتروني



نواكب قواعد الأنوثة التي وضعها الفكر الغربي حتى نحصل على صفات الأنثى ولكن نرَ باننا نخسر أنفسنا أكثر فنصبح كُلاً مِنّا أنثى بلا قيمة ومبادئ عالية فنعود لديننا الإسلام وما وصانا به لنرتقي برقتنا ونضبط أنوثتنا.

دار روزالينا للنشر الإلكتروني



- الكتب أرواح تُقرأ، فُنُصيء لنا عَتمة دواخلنا -

بإدارة: وردة عوض الله أبو وردة.

رندة السيد البحيري.

تابع لـ:

ملتقى رواد الفكر والقلم العربي



# ضبط أوثنا

تأليف:

هناء علي العباسي.

ترقيق:

أ. رندة السيد البحيري.

تصميم الغلاف:

أ. وردة عوض الله أبو وردة.

## الهدية

بِسْمِ اللَّهِ، الصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وأصحابه  
أجمعين، أحببت أن أضع رسائلي على شكل كُتُب في  
مجالات متنوعة، لعلني أحقق أحد أهدافي الصغيرة وهي  
صناعة مكتبة تحوي على كُتُب كثيرة من تأليفي، وها أنا  
أبدُ ثاني كُتَاب في إعداده، هُنَا سأترك رسائلي بكلمات جميلة  
للرأة المسلمة، أضع أثري في عملٍ يَسْتَحِقُّ أن ينتقل عبر  
الأجيال من بعدي، كُتَاب ضبط أنوثتنا يتحدث بطريقة  
دينية عقلية منطقية، في كل صفحة من صفحات هذا  
الكُتَاب هُنَاكَ رسالة تحتوي على نصائح وتذكير المرأة بأنوثتها  
الرفيعة التي يجب أن تكون على ما أمرها الإسلام بذلك  
وليس كما يتركه الفكر الغربي، سأترككن في صفحات هذا  
الكُتَاب، أمل أن يُعجبكن ما تركته لكن، دمتن بعلم نافع.

**الكاتبة: هناء العباسي**

## الإهداء

فالإهداء يكون إلى نفسي التي تبذل في ترك

كل ما هو خير ومفيد لهذه الأرض

وإهدائي لكل فتاة مسلمة.

تأملِي هذا التوجيه والإرشاد لمن وجه!

خوِطِبَ به أَطْهَرُ النِّسَاءِ وَأَعْفَهُنَّ، وَهُنَّ "أُمَّهَاتُ الْمُؤْمِنِينَ"

وَمَعَ هَذَا يَقُولُ اللَّهُ لَهُنَّ: (فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ)

وَالْخُضُوعُ يَكُونُ فِي الْكِتَابَةِ كَمَا يَكُونُ فِي الْقَوْلِ، فَالْقَلَمُ أَحَدُ

اللِّسَانِينَ، تَسَاهَلُ بَعْضُ

الْفَتَيَاتِ بِالْمَمَازِحَةِ عِبْرَ الْكِتَابَةِ مَعَ رِجَالِ أَجَانِبٍ وَتَظُنُّ أَنْ

الْخُضُوعُ فِي الْقَوْلِ فَقَطْ

قَالَ الشَّيْخُ إِبْنُ عَثِيمِيْنَ رَحِمَهُ اللهُ: تَأَمَّلُوا هَذَا الْخُطَابَ،

وَفِي أَيِّ زَمَنِ، فَالْخُطَابُ لِلنِّسَاءِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

الَّذِي هُنَّ أَطْهَرُ النِّسَاءِ، وَفِي زَمَنِ الصَّحَابَةِ رَضِيَ اللهُ

عَنْهُمْ الَّذِينَ هُمْ خَيْرُ الْقُرُونِ بِنِصِّ رَسُولِ اللهِ، وَمَعَ ذَلِكَ

يقول لهُنَّ اللهُ عز وجل: (فلا تخضعن بالقول فيطمع

الذي في قلبه مرض وقلنَّ قولاً معروفاً).

وعليه فلا يحل للمرأة أن تسترسل في الكلام مع رجل

ليس محرماً لها

لأن ذلك يؤدي إلى الفتنة، ولأن "الشیطان يجري من

ابن آدم مجرى الدم"

وكم من امرأة تقول إنها بعيدة عن الفتنة، ولكن لا يزال

بها الشيطان حتى يفتنها!.

حس الأنوثة، هذا الحس يجب أن يرتفع في بيتك بين أفراد عائلتك.

الرقّة والدلال، اللطافة والنعمّة والمرح صفات أنثوية، الطبيعي أن نتصفي

بها في بيتك على مأمّن من أن يرى هذه الصفات رجل غريب.

هذه صفات تزيد جمال الأنثى، وتكون بها محبوبّة، تُضفي إليها طفولة وبراءة.

فالرجل سواء كان أباً أو زوجة ينفر من الأنثى التي بها صفات العنف والعند والند للند، وخاصة الصفات الاستراتيجية والتي تخرج من الأنثى، كأنها تقول للرجل الذي أمامها لستُ بحاجة، حتى لو كنت الأب لي.



لذلك ربما عندما اقرأ مشكلة فتاة تقول أبي لا يُحِبني،  
فأول ما أريد قوله لها هو: أنظري إلى أخلاقك معه؟  
كيف تتصرفين وأنت بحضرتة؟ لا تحترمينه؟ فيك صفات  
استرجالية؟

لذا كيف يُحبك وأنت بهذه الصفات!

ولكن لنكن صريحات مع أنفسنا، هناك كمية كبيرة من  
البنات ليس لهن حس المسؤولية مهملات لبيوتهن،  
يتصفن بصفات لا تدل على أنوثتهن ولا على أخلاقنا في  
ديننا الإسلامي.

فيجب أن تكوني أنثى بأخلاقك وصفاتك وسلوكياتك  
عزيزتي المرأة فأنت أميرة لبيتك ووردتها.

إن أردتِ أن تملأِ السكينة بيتكِ، فاستغلي تلك الساعة  
بعد رجوع زوجك من الخارج أو العمل.

الخارج مكان مليء بالتعب ولا تدري ما لقي زوجك فيه،  
ومعلوم أن الرجل مخلوق كتوم لا يجب التحدث بكثرة.

لذلك بعد عودته عزيزتي المرأة قومي باستقباله بطيب  
الكلام وحسن الأخلاق ولتكون نغمة صوتك هادئة  
مريحة له حتى يلجأ إليك ويحضنك، أترك مساحة خاصة  
له للراحة واسأليه إن احتاج شيئاً تقومين به.

فالمرأة الناضجة العاقلة تعرف كيف تتصرف وكيف تجعل  
الرجل يتسم بمجرد أن رآها أمام عيناه.

من أسوء الخلق هي مراقبة النساء وما عندهنّ وما يملكنّ  
يُعلمك السخط على النعم التي تملكينها، ويزرع في قلبك  
الحقد عليهن دون أن تشعري ويربي في روحك الحسد  
على مارزقهن الله من النعم.

وهذا كله ينغص حياتك، فلا أنتِ تحافظين على نعمك  
بالشكر فتزداد ويبارك الله لك فيها، ولا أنتِ تعيشين  
بهدوء وراحة بال.

اعرفي قدرك وما تحتاجين، فالمرأة جُبلت على حب الزينة  
والألوان والملابس والشكل الخارجي بشكل عام، فلا  
تقتربي من ما يُشعرك بالنقص.

إحذري أن تراقبي نساء السوشال ميديا وكيف يعيشتن!  
فكل إنسان لديه نقص في جانب مُعين

فَأُنْظِرِي لِنَعْمِكَ بِرِضَا تَامٍ وَأُنْظِرِي لِمَنْ هُوَ أَقْلٌ مِنْكَ  
وَكَيفَ يَتَمَنَّى جِزْءاً مِنْ حَيَاتِكَ.

كُونِي كَثِيرَةَ الْحَمْدِ وَالشُّكْرِ لِلَّهِ، يَزِيدُكَ مِنَ الْخَيْرِ وَالْأَرْزَاقِ،  
وَاشْغَلِي نَفْسَكَ وَوَقْتَكَ بِمَا يُفِيدُ

وَاطْمَحِ فَالْعَالَمِ كَبِيرٍ وَطُمُوحَاتِ الْإِنْسَانِ وَاسِعَةٍ  
فَأُخْتَارِي مَا يُلِيقُ بِكَ.

كتم السر....

العاقلة لا تُفشي أسرار بيتها ولا يُسمع لها قول في هذا

الباب.

مشاكل بيتك لا تقوليها لا لعائلتك ولا لعائلة زوجك

ولا حتى صديقاتك.

حفظ السر يجعلك تعيشين بإطمئنان كبير بين العائلتين.

أحيانا تجدين فضولاً من عائلة الزوج إن سُمع لكم صوتاً،

فكوني صامته مستمعة لهم.

أضف إلى ذلك إخراج مشاكلك قد يُحط من قيمة

زوجك خاصة أمام عائلتك فلن يروه ذلك الرجل الذي

كانوا يرونه من قبل.

وكثير من المشاكل الصغيرة إن خرجت للعائلتين تتحول  
إلى مشاكل كبيرة يصعب حلها، وحتى  
بعد التصالح تبقى في الذاكرة لا تُنسى بين الطرفين.

في بيتك لا تحتاجين أكثر من أن تكوني أنثى بفطرتك كما خلقك الله تعالى، بعاطفتك، بسكونك، بذكائك الأنثوي، بفطرتك النقية التي تميل للبيت وجوه، لاحتياجك لرجل يكون سندك وعون لك في هذه الحياة وتطيعينه، لرزانتك، لحُبك للطبخ وإطعام ساكنيه، لقربك الكبير للأطفال وقوة تحملك إياهم، لاحتوائك لغضب من في البيت، والكثير من الصفات، فأمهاتنا وجيل نساء مضى فعِشْن مُطمئنات النفوس، ولكن النظر لنقص صفات فهذا قد يُكدر عليك العيشة، فلا هناء لك ولا هناء لمن هم في البيت، فأعطي إطمئنان لنفسك الداخلي، وكوني قوية.

نجد من النساء من محبتها لصديقتها وانبهارها لصفاتها  
وشخصياتها، فتقوم بوصفها أمام زوجها، بل تكثر من  
المدح دون أن تنتبه للخطأ الفادح والجرم الذي ترتكبه  
بحق نفسها وزوجها وبيتها، وهذا يدل على سذاجة المرأة  
وعدم التفكير قبل الكلام، قال أحدهم:

يا قوم أذني لبعض الحيِّ عاشقة.. والأذنُ تعشُقُ قبلَ  
العَيْنِ

ألا تعلمين أن القلب والأذن يعشقان قبل العين!!

وقد تجد الزوجة في راحة وانسجام مع زوجها إلى أن  
تُسلم للشيطان مفاتيح خراب بيتها

ليشغل الزوج بذهنه رؤية الفتاة التي قامت زوجته  
بوصفها له وتمرُّ الساعات والأيام



وهو يُفكرُ بِهَا حتَّى يبدَأُ بِسَمَاعِ الشَّيْطَانِ وَيَصِلُ لِلعِشْقِ  
وَالحُبِّ لَهَا!

أَيُّ كَارِثَةٍ هَذِهِ!

لِذَا الْإِنْتِبَاهُ "فَلَا تُبَاشِرِ الْمَرْأَةَ فِي وَصْفِ إِمْرَأَةٍ لِزَوْجِهَا  
كَأَنَّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا"

وَعَنْ أَمْنَا عَائِشَةَ رَضِيَ اللهُ عَنْهَا أَنَّهُمَا كَانَتْ تَقُولُ لِلنِّسَاءِ:  
"لَا تَصِفْنِي لِأَزْوَاجِكُنَّ"

وَإِنْ أَمْنَا عَائِشَةُ خَيْرُ مِثَالٍ وَنَمُودِجٍ كَامِلٍ لِلزَّوْجَةِ الْمِثَالِيَّةِ،  
تَشْرَبُ أَعْنَاقَنَا نَحْنُ النِّسَاءُ مِنْهُ لِنَسْتَشْفِ الْعِبْرَ وَالدَّرُوسَ  
فِي مَعَانِي أُسُسِ الْبَيْتِ الْمُسْلِمِ.

عزيزتي القارئة ليس كل ما تقرأ عينك من كتابات تكتبه  
إمرأة بطريقة رومانسية وكرم زوجها لها بأنّها تعيش طوال  
الأيام بهذه الطريقة.

ولا يُخيل إليك أنهم يعيشون الحياة الجميلة دقيقة بدقيقة  
وأن كل أوقاتهم حياة مليئة بالسعادة فتحزني ، لذا لا  
تُضحخي

هذا الشعور في عقلك وقلبك، فما هو سوى منشور كتبتّه  
صاحبتّه لغاية

لكن ليس عليك أخذ الأمر وكأن الزوج الذي أمامك  
لا يشبه ذاك الرجل

الذي وصفته إحداهن في منشوراتها، فتجدين في نفسك  
حُزناً وتقليلاً

من قيمة زوجك!

ليس عليك أن تعيشي مثل فلانة، ولا أن يكون زوجك

يشبه زوج فلانة العاطفي الرومنسي

بطبعه، فلا تجعلك هذه المنشورات تقلل من قيمة زوجك

في قلبك واحفظي قلبك

فالرزق مختلف ومتفاوت ولا تدري ما وراء تلك

البيوت، علّك أنتِ في نعيم وأنتِ

تحتقرين تلك النعمة لأنكِ علوتِ منزلة الرؤية، المطلوب

منكِ أن تكوني كما أمر الله

وكما يُريدكِ زوجك وتبني معه بيت طيّب، وكما أنصحك..

ليس عليكِ تصديق

كل ماتقرأه عيناك ولعتني ببيتك، فهناك بيوت سعيدة لم  
تكتب عن سعادتها على جدران الفيس  
فرحم الله امرأة علمت ضعفها في هذه النقطة خاصةً  
وألغت المتابعة.

استغلي فترة عزوبيتك بتعلم الفنون التي تخص بيتك  
المستقبلي، تعلم فن الطبخ

وتطبيق بعض المأكولات وتجربتها خاصة الأكل  
التقليدي لأن له نكهة خاصة

تعلم فن الديكور وتنسيق الألوان وكيفية ترتيب أثاث  
البيت، تعلم فن الميكاج

وكيفية وضعه على الوجه بطريقة متناسقة، تعلم فن تنسيق  
وترتيب الصحون والكثير من الفنون، ارفعي ذوقك  
كسيت بيت متمكنة وأنيقة حتى في طريقة لبسها في  
البيت، وطريقة حديثها وصمتها ووقت كلامها، تعليمي  
خاصة حفظ أسرار البيت وحق الزوج وكيفية تربية  
الأولاد ولو كفكرة مبدئية لا يضر ذلك!



ففترة العزوبية هي فترة تكونين فيها بمفردك وأشغالك  
محدودة وخفيفة ولا يوجد ضغط ومسؤولية كبيرة، فعليك  
الاستغلال بهذه الفترة قدر المُستطاع وكتب الله لك  
الزواج الصالح النافع في الدنيا والآخرة.

إِنْ رَأَيْتَ أَنْ لَدَيْكَ رَغْبَةٌ فِي وَضْعِ صُورِكَ عَلَى وَسَائِلِ  
التَّوَاصُلِ الإِجْتِمَاعِيِّ

فَاعْلَمْ أَنَّ نَفْسَكَ بَدَأَتْ تُنْفَلِتُ مِنْكَ حَتَّى لَوْ بِالنَّقَابِ،  
وَإِنْ وَضَعْتَهَا عَلَى الْمَوَاقِعِ وَلَوْ بِالنَّقَابِ

سَتُدْرَجِينَ فِي وَضْعِ صُورٍ أُخْرَى، شَيْئاً فَشَيْئاً حَتَّى تَضْعِي  
صُورَةَ لَا تُلِيقُ بِفَتَاةٍ مُلْتَزِمَةٍ

تَعْرِفُ حُدُودَهَا الشَّرْعِيَّةَ مَعَ اللَّهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى، فَحَاوِلِي  
الِابْتِعَادَ عَلَى تَفَاهَاتِ الْعَصْرِ الْحَدِيثِ

وَاسْتِخْدَمِي الْمَوَاقِعَ بِمَا يُفِيدُ دِينَكَ، تَكْسِبِينَ الْأَجْرَ،  
وَتَرْتَفِعِينَ عَنِ سَفَاهَاتِ الْعَالَمِ الْعَرَبِيِّ.

خرافة المرأة السورمانة!

هذا لا يوجد أصلاً، فالرجل يتعب أكثر من المرأة، غير  
أن تعب المرأة في العمل مضاعف

لأنها تعمل خارجاً ثم تدخل بيتها لتخدم أهلها، وهذا  
أصلاً تعب زادته على نفسها وجسمها

لن تجني من عمل الخارج سوى انقسام ظهرها واعوجاج  
رجليها ذهاباً وإياباً

إضافة إلى ذلك الضغط الذي يهلكها صحياً ونفسياً  
وجسدياً، يزيد لها مرضاً وتعباً

ثم في نهاية المطاف لن تجد المبتغى غير أنها هتت سنين  
وراء أمور كانت لا يجب أن تسعى لها



حدثتني امرأة ستينية متقاعدة، قُلْتُ لها: هل أنتِ سعيدة  
الآن فقد ارتحتِ من تعب العمل؟

فردت عليّ: لكنني خسرت سنيناً من شبابي، فما نفع  
راحتي مع الشيب وخسرت أن أكون

ذكرياتي مع أسرتي، لكن يبقى السؤال مطروح: تتحدى  
كل هذا، وماذا بعد!

سألني فتاة عن كيف تحافظ على أنوثتها؟

أجبتها: بإتباع أوامر الله والإبتعاد عن نواهيه، حاولي أن تكوني كخلة من الحياء، المشية الهادئة الكلام الرزين، الملبس الواسع والأنيق، فما أجمل المرأة التي لا تُكاد ترفع عينيها ولا يُكاد يُسمع لها صوت من الحياء، وما أرجل تلك المرأة التي ترفع عينيها وصوتها وتتلطف بألفاظ نابية لا تكسري الحواجز بينك وبين الرجل، لا تكلميه إلا عندما لا يكون الصمت بديلاً أشعريه أنك جنس آخر غير جنسه حتى تشعري أنك أنثى، فمهمتك أن تعيشي مع زوجك معه ضُعبك وطبعك ولا تُزاحميه على الدرجة التي فضله الله بها عليك، فقط كوني أنثى حتى

لِنَضِيبُ أَنْوَشْتَا

وإن لم تكوني بارعة الجمال، المهم إظهارك لأنوشتك.

تدليل زوجك باسم حبيبي، جميلي وغيره من المُسميات  
أمام أهله

هذا ينقص من رجولته وقيمته أمامهم، دائماً ضعي هذه  
الجملة نصب عينك "لكل مقام مقال"

بعض التصرفات لا تصلح إلا عندما تنفردا لوحكما، أما  
أمام أهله فيجب أن تلتزمي احترامه

كسيد البيت وأبو فلان دائماً له مقامه الرفيع الذي لا  
يجب أن يهتز، وتقدير نساء بيته الذي لا يجب أن ينقص،  
ربما تقولين والدي أدلعه ولم ينقص من قدره شيء  
بالعكس! لكن

عزيزتي المرأة الزوج ليس كالوالد، أسعي دائماً لحفظ  
مقامه بين أهله وخاصة

إن كانت له هبة بينهم قبل أن تأتي لبيته، وتذكرني  
مقامك من مقامه.

المحبة في بيتك لا يعني أن تُقدمها دائماً كلام  
قد تكون على شكل صنع حلويات تُحبها عائلتك  
أو صناعة طعام جديد يجمعهم على مائدة واحدة  
بيت نظيف، روح مرحة، ابتسامة  
وكل شيء يتخلله الراحة النفسية.



العناد من أسوء الصفات في المرأة  
أنظري لتلك اللحظة التي تعاندين فيها مثلاً زوجك  
سيظهر منك صفات أخرى أسوء وهي الغضب  
مواجهة الزوج، رفع الصوت عليه  
صفات الأنثى من وجهك تُطمس، زيادة الوسواس  
الشيطاني  
فحاولي الإبتعاد عن ذلك وتحلي بالهدوء والصبر والرزانة.

اقْرَأِي بِعِناية

فاسْتَحْييتِ وعَرَفْتِ غَيْرَتَكَ

لما عَرَضَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى أَسْمَاءَ بِنْتِ أَبِي  
بَكْرٍ أَنْ تَرْكَبَ عَلَى نَاقَتِهِ

لِيُوصِلَهَا مِنْ أَرْضِ زَوْجِهَا الَّتِي كَانَتْ تَعْمَلُ فِيهَا، امْتَنَعَتْ  
ثُمَّ قَالَتْ مُخَاطَبَةً لَزَوْجِهَا

الزَّيْبِرِ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ وَهِيَ تَذْكُرُ لَهُ الْحَادِثَةَ وَامْتِنَاعَهَا:

"فاسْتَحْييتِ، وعَرَفْتِ غَيْرَتَكَ"

وَفِي هَذَا مِنْهَا حِفْظُ لِمَشَاعِرِ زَوْجِهَا فِي غَيْبَتِهِ وَمِرَاعَاةُ  
لِغَيْرَتِهِ، مَعَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

مَأْمُونُ الْجَانِبِ وَالْفِتْنَةُ مِنْهُ مَنْتَفِيَةٌ وَهُوَ زَوْجُ أُخْتِهَا وَمَعَ  
ذَلِكَ حَفِظَتْ لَزَوْجِهَا غَيْرَتَهُ مَعَ أَنَّهُ



ما سبق مثلاً أن نهاها عن الركوب مع النبي عليه أفضل الصلاة والسلام فلو ركبت وهي المحتاجة للركوب لبعد المسافة وحملها الحمل على رأسها لكان عندها عُذر كون أن من عرض

عليها النبي صلَّ الله عليه وسلم ، وهذا يؤخذ منه شدة الاعتناء بالعهود التي بين الزوجين وعدم نقضها أو مخالفتها حتى لو لم يعلم الطرف الثاني بهذه المخالفة، والمخالفة في هذه الحالة

من خيانة العهد، وهذا كله سائر وداخل في قوله تعالى (فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ).

المرأة الصالحة جمهور زوجها، تجد لاعب حركات الخفة

أو الحاوي أو ممتن الإستعراضات الشعبية، يقف

بملابسه المتسخة وبكلبه الهزيل

وأطواق نيرانه وحباله وأدواته شديدة البساطة في شارع

من الشوارع

ويتلقى قدرًا كافيًا من الجمهور الذي يغلب عليه التعاطف

والتقدير والفرح بأي شيء ويستمع

إلى تهليل الأطفال الذين بلغت بهم الدهشة مبلغها، وتجد

مُحترفًا آخر على مستوى أعلى

يُمارس نشاطه في السيرك وأندية السهر والترفيه، ويُقدم

فقرات خفة أكثر إثارة

ويتقاضى أجراً أعلى، ولكن الترحيب يكون بالفقرات  
رغم براعتها في حدود معقول

إذ أن الجمهور هنا من النوع الذي يصعب إدهاشه  
بالأساس، ويكون من رزق الناس

أن يجد بعضهم من يُقدر منهم القليل، أو بعضهم من لا  
يُقدر إلا بصعوبة وربما لا يُقدر

المرأة الصالحة هي المحظوظة الذي يكون لها زوج يُقدر  
الجهد والتعب والشقاء والسعي

ويسعد بما تيسر عمله، إنها مع الفارق طبعاً شبيهة جمهور  
الحاوي الحُرْفُها المرأة الصالحة من تحسن فن التعامل مع  
زوجها المهتم والحنون

فهِيَ خَيْرُ مَتَاعِ الدُّنْيَا.

من أكثر العيوب الموجودة بالنساء عموماً هو الفضول والفضفضة، صفتان متلازمتان ببعضها البعض، فالمرأة في مجلس النساء تجد نفسها بعد فضول التعرف عليهن لا إرادياً تفضفض لهن

ثم شيئاً فشيئاً تجد نفسها تتكلم عن حياتها الخاصة ثم عن أفراد عائلتها ثم زوجها ثم تذكر عيوب زوجها وما لا تحبه فيه إلى أن ينتهي الكلام بعدها يتحول الأمر

إلى إفشاء الأسرار في المجالس وكذلك إلى غيبة وتخيب، وأنت أساساً تعلمين بعد مُغادرتك المكان سيتحول المكان نفسه إلى مجلس ضحك عليك وهذا ما يحصل غالباً

لذلك قاومين هذه الصفة السيئة داخلكن، تدرين على الصمت فليس كل مكان يصلح للفضفضة

وليس مُهم أن تكوني إجتماعية وكثيرة الكلام في  
المجالس، فهذي نفسك ولسانك

وليكن كلامك طيب ذو أثر، يُذكر الناس بِذكر الله  
ونصحهن بما يرضي الله

حتى تتحلي بالرزانة والعق الحكيم.

سَأَنْبِهْكَ لِأَمْرٍ:

أَرَأَيْتِ تَلِكِ الَّتِي تَلْبَسُ لِبَاسًا شَرْعِيًّا كَأَمَلًا دُونَ أَلْوَانٍ  
وَزُرْكَشَةٍ وَلَا حَرَكَاتٍ

مَتَّبِعَةُ لِلْمَوْضُوعِ؟ تَكُونُ هَذِهِ الْفَتَاةُ أَكْثَرَ ثِقَةً مِنَ الدَّخْلِ  
وَرِزَانَةً لَا تَبْحَثُ

عَنِ أَعْيُنِ النَّاسِ تَكُونُ عَلَيْهَا وَلَا كَلِمَاتٍ جَمِيلَةٍ يَطْمَئِنُّهَا  
فَهِيَ بَعِيدَةٌ عَنِ

الرِّجَالِ وَلَفَتِ النَّظَرَ، أَعْلَمُ أَنَّكَ تَرِينَهَا مَعْقَدَةً، لَا تَفْقَهُ فِي  
لَعِبِ الْحَيَاةِ

شَيْءٌ، مَجْرَدُ امْرَأَةٍ فَقَطْ، لَكِنَّهَا تَعْلَمُ هَذَا وَلِهَذَا كَانَتْ كَمَا  
أَرَادَهَا اللَّهُ

فلا تُثير الريبة وتفتن وبعيدة كل البعد في مشيتها عن  
مواطن الرجال

وأرايتِ عزيزتي عندما تلبسينَ حجاباً مُلفت للنظرِ بِشكله  
يُبرز أنوثتك

وشكل جسمك تشعرينَ بِإنك أكثر خفة وأقل ثقة حتى  
إنك من الداخل

لستِ مُرتاحة البال والذهن، ففطرة الأنثى رقيقة بطبعها  
وحرركاتها ولبسها

ولا تُحب أن تظهر جمالها إلا لمن يستحقها، فالحجاب  
الشرعي مدرسة

متوازنة تُحافظ على عفتك وتصونك من الرجال وتزيدك  
أكثر عقلانية

بتصرفاتك كما ترتفعينَ عندما اللهُ وتكسبينَ الأجرَ ويعلو  
شأنك في الدنيا والآخر

لذا أنتِ أدري بنفسك وبيدك الخيار، ربما من مشتتات  
الشهرة في السوشل الميديا

جعلك لم يعد يُهمك كيف يراك اللهُ وتركزين على الناس  
وكيف يرونك، فاتقي اللهُ

ولا نتشتتي وتبتعدي عن دينك.



"الرقّة والنعومة" الوجه الآخر لصفات الأنوثة التي على

الأنثى أن تتحلّى بها

وتُجاهد نفسها أن تجعلها من سمات شخصيتها، فعندما ترين

امرأة تشتري إكسسوارات

ناعمة وأنيقة تشعرينَ بإنجذاب نحوها لمجرد أنها لها ذوق

خاص، حتى أنك ربما تودين الحديث معها لأنك

أحسستِ بنوع من الاطمئنان النفسي اتجاهها وأنتِ لا

تعرفينها بالأصل

فإذا لو كانت تلك الصفات تميزينَ بها أنتِ من خلال

سلوكك الناعم وكلامك الهادئ واللطيف

فإسعي على تدريب نفسك أن تكوني تلك الفتاة التي

تضبط أنوثتها في حديثها وسلوكها

ومشيتها وملبسها وحتى في أكلها الناعم.

قال النبي صلَّ الله عليه وسلم: (يا معشر النساء، تصدَّقن،  
فإِنِّي رأيتُكُنَّ أَكْثَرَ أَهْلِ النَّارِ)

قُلْتُ: حَرِيٌّ بِكُلِّ امْرَأَةٍ مُسْلِمَةٍ تُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ أَنْ  
تَضَعَ هَذَا الْوَعِيدَ الْخَافِ نَصَبَ عَيْنِيهَا، وَأَنْ تَعْلَمَ أَنَّ  
اجْتِمَاعَ النِّسَاءِ عَلَى شَيْءٍ نَذِيرٌ شَرٌّ وَفَسَادٌ!

وهذا مشاهد في النساء بكثرة للأسف تجدها تفرح على  
ابتلاء أختها المسلمة

أو التحدث عن أسرار أحد استأمنوها، حتى أيضًا يكون  
في حديثها

عن امرأة متبرجة تُريد تقليدها تحت إسم تطور وحضارة  
فلم يعد الخوف يُسيطر وإنما القلق من ارتكاب ما نهاه الله  
عنه

وهذا مُخَالَفٌ لِأُنُوشَةِ الْفَتَاةِ، فَكَيْفَ بَعْدَ هَذَا تُأْمَنُ امْرَأَةٌ  
عَلَى نَفْسِهَا

وَتُخَافُ حَرَّ جَهَنَّمَ وَهِيَ تَسِيرُ عَلَى طَرِيقِ الْخَطَا

فَأَتَّقِينَ اللَّهَ بِأَنْفُسِكِنَّ يَا عَفِيفَاتِ.

إِذَا سَمِعْتِ لَامْرَأَةً تَكْثُرُ مِنْ قَوْلٍ: "أَنَا لَسْتُ خَادِمَةً  
لِزَوْجِي فَقَدْ عَشْتُ"

فِي مَنْزِلِ أَبِي مَعْزُزَةٍ مُكْرَمَةٍ، فَتَأْكُذِبُ بِأَنَّهَا كَانَتْ تَتْرَكُ  
وَالِدَتَهَا

تَقُومُ بِأَعْمَالِ الْمَنْزِلِ كُلِّهَا أَنَا لَمْ أَتَحَدَّثْ عَنِ الْكُلِّ وَلَكِنْ  
عَامًّا

فَاتَّقِي اللَّهَ مِنْ أَلْفَاظٍ لَا تَوْجِدُ فِي قَامُوسِ مَبْدِئِ الْإِسْلَامِيِّ

وَإِسْعَى لِتَوْعِيَةِ عَقْلِكَ بِسِيرِ أُمَّنَّا عَائِشَةَ وَخَدِيجَةَ وَغَيْرَهُنَّ

مِنَ الصَّحَابِيَّاتِ الْمَكْرَمَاتِ فِي خُلُقِهِنَّ وَسُلُوكِيَّاتِهِنَّ.

فِي الْحَقِيقَةِ عَزِيزَتِي الْمُرَأَةُ الْمُتَدِينَةُ وَالْمُتَجَلِّبَةُ وَالتِّي لَا يَظْهَرُ  
مِنْهَا أَيُّ شَيْءٍ

غَيْرُ صَوْتِهَا خَارِجٍ مِنْزَلِهَا خَاصَّةً فِي مَكَانٍ عَامٍ فِيهِ رِجَالٌ،  
هِيَ أَكْثَرُ فِتْنَةٍ

مِنَ الْمُتَبَرِّجَةِ نَفْسِهَا عَلَى قَلْبِ ذَاكَ الرَّجُلِ، لِأَنَّهُ يَحْلُمُ  
بِزَوْجَةٍ كَامِلَةٍ مُحْتَشِمَةٍ

وَذَاتِ الصَّوْتِ الرَّقِيقِ وَالنَّاعِمِ، وَمَا نَرَاهُ فِي الْمَوَاقِعِ لِيُثْبِتَ  
ذَلِكَ، وَقَدْ فَلَتَتْ بَعْضُ

الْفَتَيَاتِ نَحَضَعَتْ لِلْحِجَابِ وَالسُّتْرِ وَفَقَدَتْ حَيَاءَهَا بِصَوْتِهَا  
وَأَطْلَقَتْ عَنَانَ الضَّحِكَاتِ

فِي الْأَمَاكِنِ الْعَامَةِ وَكَانَتْ مَحْطَةً فِتْنَةٍ لِكُلِّ الرَّجَالِ، وَكَمَا  
الْبَعْضُ لَدَيْهَا صَفْحَاتُ

دينية لكنها عكس ذلك، فاللباس المحتشم وحده غير  
كافي وأيضاً التدين وحده

لا يكفي " حسب مفهوم الدين والتدين الذي نعلمه اليوم "

ولو تمعنّا في قصة " فتاتي مدين " التي حدثت مع سيدنا

موسى ، قد وصف الله طريقة مشية الفتاة قائلاً على

استحياء كلمة واحدة اختصرت كل المشهد

وطريقة خروج الفتاة المسلمة، وكيف تتصرف خارج

منزلها وأن تختصر الكلام

مع الرجل عند طلب مساعدة أو شراء غرض معين، لذا

يجب أن يكون التدين

مفهوم بالتطبيق بشكل حثنا عليه الإسلام من جميع

جوانبه.

حديث بين الفتيات

قالت له: ما مثلك يُرد!

قالت أخرى: ما أهجر إلا اسمك

وقالت ثالثة: لم تُخلق المرأة للدخول بين الرجال

هذه العبارات إذا سمعها السامع لأول وهلة كان له تأثير

السحر

على النفس وتدل على لباقة قائلها، وقبل أن نفصل

مضمون العبارات الثلاثة

لا بد من أن نتوقف عند معنى اللباقة؟

إن المرأة إذا كانت تتحلّى باللّباقة فإن هذا أحدى تحقيق

الانسجام مع الرجل ومع الآخرين

واللباقة هي استخدام أدب التحدث والتعامل والكياسة  
التي تشمل الذكاء والحكمة والفطنة

في التعامل مع الآخرين وهي أحد العوامل الرئيسية لنجاح  
الإنسان في حياته بصفة عامة

وفي حياة المرأة بصفة خاصة، واللباقة تعني لباقة الكلام  
والسلوك عند التحدث.



(الغموض عظمة)

ربما أكثر النساء هَيبةً تلك التي تُؤاري أمورها عن الناس

خاصةً أمورها الخاصة وأحوال بيتها وعلاقتها مع زوجها

لاستطيع إحداهنّ حتى التكلم فيها وفي غيبتها، لأنها امرأة

مجهولة أساساً في نظرها امرأة بعيدة، لا تعرف الناس

ولا يعرفونها حتى وإن جلست تلك المرأة أمام النساء

فستكتسي وقاراً

أمامهنّ وتقديراً، فالغموض مُريحٌ فمن استطاعت أن تبقى

أمورها

بعيدة عن الناس أجمع فلتفعل لترتقي من زلة اللسان.



لا تبذري مال زوجك

اصنعي الحلويات حسب قدرته المالية الموجودة

اصنعي تغيير بسيط لمنزلك حسب الإمكانيات

ولا تُهلكيه بالطلبات وكثرة الوسائل الكمالية

والله لن تنقصي من فرحة العيد شيئاً

حتى وإن لم تشتري كالعالم الزبيب واللوز

أفضل الشوكولا، لذا ليكن هدفك إسعاد أسرتك فقط

ولا تضيعي فرحة العيد بالمفاخرة ولا الترنادات

بتصوير المنزل وأدوات الحلويات وغيره.

عش بعقل وفرحة قلب.

أَن تَقْرَأِ الْمَرْأَةُ آيَةَ وَاحِدَةً وَحَدِيثًا وَاحِدًا

وَيَكُونُ أَثْرُهُ فِي حَيَاتِهَا وَاضِحٌ خَيْرٌ

لَهَا مِنْ قَرَأَتْ الْكَثِيرَ مِنَ الْكُتُبِ وَحَفِظَ الْمَتُونَ

وَهِيَ تُتَعَدَى حُدُودَ اللَّهِ بِقَلْبٍ بَارِدٍ

فَأَخْطَرُ مَا يَنْتَشِرُ فِي زَمَانِنَا طَلَبُ الْعِلْمِ

لِلْمَفَاخِرَةِ وَالتَّظَاهِرِ بِإِنِّهِ صَاحِبُ الْعِلْمِ

فَالِإِنْشِغَالِ بِزِينَةِ الْعِلْمِ عَنِ جَوْهَرِهِ هَزِيمَةٌ.

انشغالكِ بمهمتكِ ودوركِ الفطري هو من أسباب  
سعادتكِ النفسية

كيف ذلك؟!

أرأيتِ وجودكِ في البيت؟ هو مصدر طمأنينتكِ وراحتكِ  
أرأيتِ عندما للحظة تذهبينَ ففتززينِ بقليل من الزينة على  
وجهك

وتصففينِ شعركِ وتلبسينِ لباساً أنيقاً في بيتك كيف  
يتحسن مزاجك؟

أرأيتِ عندما تجربينِ طبخة جديدة فتعجب أهل بيتك  
كيف تُصبحينِ

مبتسمة، تشعرينِ برضا داخلي؟

أَوْ عِنْدَمَا تَهْتَمِينَ بِشُؤُونِ الْمَنْزَلِ مِنْ تَنْظِيفِ وَتَعْزِيلِ  
وَكَيفِ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ

يَزُولُ كُلُّ التَّعَبِ مِنْكَ لِجُرْدِ أَنَّكَ عَمَلْتِ عَمَلًا لَا يُمَكِّنُ  
لِأَحَدٍ أَنْ يَتَّقِنَهُ غَيْرَكَ

أَوْ عِنْدَمَا تَلْعَبِينَ مَعَ أَوْلَادِكِ وَتَهْتَمِينَ بِتَنْظِيفِهِمْ وَتَرْبِيَتِهِمْ  
وَتَرْبِيَتِهِمْ

تَصْبِحِينَ سَعِيدَةً كَوْنِكَ تَعْمَلِينَ عَمَلًا صَعْبًا وَأَجْرًا عِنْدَ اللَّهِ  
فَأَطْمَئِنَّانِكَ الدَّاخِلِي لَا يُمَكِّنُ أَنْ تَحْزِنِيهِ إِلَّا إِذَا كُنْتِ فِي  
مَكَانِكَ

وَأَثْنَاءَ مَهَامِكَ وَدَوْرِكَ الْفَطْرِيِّ.

(إِنَّ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ)

غادرتِ الفتاتانِ المكانَ دونَ كلمةِ شكرٍ واحدةٍ

لموسى عليه السلام رغم المعروف العظيم الذي صنعه لهما

الحياةً أولاً

الصلاة ليست عبادة رومانسية  
تقومينَ بِشراءِ سِجادةٍ مزخرفِ قلب  
لكِ ولزوجك، وليستِ فرصة  
ننتظرها فنُهي الصلاة بلهفةٍ وشوق  
حتى نتشابكِ بالأيدي بعد السلام منها مُباشرة  
لتذكيرِ عزيزاتي خاصة البنات المُتبعات  
لتطورِ الموضة الكاذبة ويتأثرنَّ بِها  
دونِ فكرِ عقلي وإيمانِ راسخِ بالأمرِ المعقول.



عزيزتي مع انتشار الديانة وقلة مروءة بعض الرجال  
من يسمحون لزوجاتهم عرض صورهنّ على المواقع  
وحتى على صفحات عامة ليُشاهدنها الآلاف من الرجال  
فأصبحَ من الضرورة أيتها العازبة أن تسألِي  
الخطاب: ما رأيك في وضع صورتي على صفحتي؟  
وما رأيك في النساء اللواتي يُرسلنّ صورهن بين الثلوج  
إلى صفحات عامة في وسائل التواصل الإجتماعي  
أنظري إلى ردة فعله هل يوافق أم يعطيك رد تخجلين منه  
فبعد ما تتأكدي عن خلقه ودينه، تأكدي من غيرته  
كرجل  
لأنه يرى ذلك غير معقول فهو يريد أن يُحافظ عليك



من الرذائل وقباحة المظهر وخاصة لا يُريد لأحد أن يراك

فأنتِ ملكة ولا يصح لغيره بأن يراك مهما كلف الأمر

وهذا ديننا في الإسلام قبل الفكر.

أُعلمينَ بأنَّ أثقلَ النساءِ هي من تسمحَ لنفسها

بأنَّ تنتهكَ زيارتَ وحرمةَ البيوتِ فترهبها لو قامت

صاحبةَ البيتِ للمطبخِ لإحضارِ الوجباتِ قامتَ معها

كذلك

دونَ أيِّ استئذانٍ فتلاقيها في كلِّ مكانٍ في المنزلِ تحومُ

وتلفُ على أرجاءِ العُرفِ، فهذه ليست حُجةً لمساعدة

صديقتكِ أو أهلِ البيتِ من المنجلى فعلاً من تقومُ بذلكِ

فالمفروضُ الاستئذانُ ثمَّ القيامُ بما أخبروكِ، فكوني

خفيفة

في زيارتكِ ترتفعينَ بالخلقِ والأخلاقِ الحميدةِ وتكسبينَ

أجرًا من الله

وجزى الله خيرًا كلَّ امرأةٍ أمينةٍ تدخلُ بيوتَ الناسِ

عمياء وتخرج منها بكاء، لا تفشي سرّاً ولا تهتك سترّاً

ولا تُحدّث عن البيت وأهله إلا بخير.

قد لا نتفقدنَ معي لكن صراحة الإنشغال الكبير بالعلم  
يؤثر

على اهتمام المرأة بِجَهاها وأنُوثتها وهذا من خلال تجربتي  
الشخصية

لا أتكلم عن الطلب اليسير ساعة يومياً مثلاً، وإنما عن  
الغوص وسط

العلوم والانشغال الكبير بها، لا يبقى لا وقت ولا طاقة  
للتزين والتجمل

خاصة حينَ يكون العلم مُرتبطاً بالتزامات كدورات أو  
معاهد فيها وقت محدد

للإنجاز، فالعلم مهم يطور فكر الإنسان أكثر حتى سلوكياته  
تتطور ولكن يجب

أَنْ يَكُونَ الْعِلْمُ مَوْجُودًا وَبِجَانِبِهِ الْعِبَادَةُ، أَتَذْكُرُ قَدِيمًا كَانَ  
هُنَاكَ عِبَادٌ وَعُلَمَاءٌ وَزُهَادٌ

الْيَوْمَ لَا نَسْمَعُ إِلَّا عَنْ طَلِبَةِ الْعِلْمِ، وَكُلِّ الصِّفَاتِ فَوْقَ  
هِيَ ذَاتِ فَضْلٍ

لَكِنَّكَ لَنْ تَسْمَعَ النَّاسَ يَمْتَدِّحُونَ الْعِبَادَ فِي زَمَانِنَا فَلِهَذَا  
لَنْ تَسْمَعَ فُلَانٌ عَابِدٌ

كَذَلِكَ أَغْلِبَ طُلَّابُ الْعِلْمِ زَاعِمِينَ طَلِبَ الْعِلْمِ كَشَكْلٍ  
وَنَفَرَ لَا غَيْرَ

وَدَعَوْنَا نَسْتَحْضِرُ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا حَدَّثَتْ بِحَدِيثٍ أَنَّ  
أَبَا هُرَيْرَةَ

رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ حَدَّثَ بِحَدِيثٍ أَنْكَرْتَهُ عَلَيْهِ عَائِشَةُ، فَقَالَ لَهَا:  
(يَا أُمَّ إِيَّاهُ كَانَ يَشْغَلُكَ)

عن رسول الله المرأة والمكحلة والتصنع لرسول الله،  
"التصنع أي التجميل

فيقول لها أنت كان يشغلك عنه المشط والمرأة والمكحلة  
أي التزين للنبي

أما أنا فما كان يشغلي عنه شيء"

فدعك من التحجج بعائشة طالبة العلم كما تطالبن المتبرجة  
بأن تدع التحجج

برفيدة الطيبية، لأنك لن تجدي لفاطمة سيدة نساء الجنة  
حديثاً واحداً يروى عنها

فعائشة حازت العلم لأن زوجها رسول وأباها صحابي  
وموضعها كان يستلزم ذلك

ولكن لم تترك واجبها اتجاه رسول الله من أجل العلم،

فحاولي يا أختي الغالية

التوازن بين العلم والحياة الزوجية والتربوية حتى لا تُقدمي

شيء على واجبك.

المرأة الصالحة في تلك الأزمان هي عمود الخيمة والسند  
وهي وحدها من تستطيع أن تدبر وتقتصد وتبث روح  
الطمأنينة وترفق بزوجها ملوحة لأولادها: أن اصبروا فما  
نحن فيه فوق طاقة

أبيكم ، والله وحده يعلم ما يعتصر قلبه حين لا يُلبّي  
رغباتكم

فلا تكلفوه فوق طاقته، فتسكن نفوسهم وتهدي ثورتهم  
رضي الله عن امرأة صالحة خفت وصبرت وأعانت  
ودعت فكانت الدنيا كلها لزوجها وأولادها، وكانت أماناً  
عظيماً وسط ذلك الخراب الهائل الذي لا يحتمله بشر  
تلك والله هي سيدة النساء ودرة التاج.



سلوك غير حضاري ولا فيه أي إلتزام  
وهو ظهور المنقبات مع فستان زفاف  
وأصل الفستان كله ملفت وجذاب مطرز  
خاصة مع التصوير والحركات والميكاج  
والاختلاط ويقولون أنه باسم الدين نحن ملتزمات  
لا ندري أين النقاب الإسلامي في الموضوع!؟

قالت أحدهن: ماذا بعد أن أأطعم وألبس وأنظف  
وأربي؟!

قلتُ: النية.....!

أن تربيهم لله، ليس ليحملوك بعد كبرك!

فإن كانوا صالحين كان برهم بك وحملهم لك..  
تحصيل حاصل

فتريبتهم أداء أمانة ورحمة ووضعها الله في قلبك، وإن  
تركتهم ضاعوا

ربيهم بكل ما آتاك الله ليكونوا لبنة صالحة في مجتمع تشيع  
فيه الفتن

من كل صوب في أمة تحتاج إلى المصلحين لا الصالحين  
فقط

تربيتهم كما يُحِبُّ اللهُ

قال تعالى: (وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلْتَنَاهُمْ مِمَّنْ عَمَلَهُمْ مِنْ شَيْءٍ كُلِّ امْرِيءٍ بِمَا كَسَبَ رَهِينًا).

تربيتهم لأن الأجر تصلك في الحياة وبعد الممات إن  
أحسنْتَ ذلك

كسبتِ الأجر ودعوة ولد صالح لك بعد الممات.

عزيزتي إن اضطررتِ التعاملِ مع البائعِ فانتهي لصوتك  
كيف يكون معه! أحياناً من شدة الحياءِ والنجلِ يخرج  
صوتكِ رقيقاً ناعماً، وأحياناً من شر النفسِ يخرج صوتاً  
غير أنوثي بشكلِ جاد وهادئ، فانتهي لذلك.

إِن رَأَيْتِ خَلَّافَاتِ تَكْثُرُ مَعَ أَهْلِكَ، زَوْجَكَ

قَوْمِي بِإِخْرَاجِ صَدَقَةٍ وَقِرَآئِ الْقُرْآنِ وَادْعِي اللَّهَ

فَالْعَيْنِ يَا عَزِيزَتِي تُصِيبُ عِلَاقَتَكَ الْهَادِئَةَ مَعَ أَهْلِكَ أَوْ

زَوْجَكَ

وَأَرْجُوكِ بِأَنْ تَتْرِيهِ مِنْ مَدْحِ عِلَاقَتِكَ بِزَوْجِكَ خَاصَّةً

مَعَ الْأَصْدِقَاءِ

أَوْ الْأَقْرَابِ وَاللَّهِ إِنْ الْعَيْنُ لَا تَرْحَمُ وَلَا تَسْلَمُ وَلَا تَتْرِكُ

صَاحِبَهَا إِطْلَاقًا.

إن ما وضعتُ لكِ في هذا الكُتيب الصغير

بعض من النصائح لتُذكرِكِ بما عليكِ

كأنثى رقيقة المظهر خفيفة المبسم

لطيفة الكلام وهادئة الممشى

نقلتُ لكِ هذه النصائح من مصادرٍ عدة

وجعلتها في كُتيب بسيط لا يُكثر الصفحات

ولا أكرر الكلمات غير المفهومة، فكوني

أنثى تُضبط أنوثتها بما أمرها الله.



لِنَضْبِطْ أُنُوثَتَنَا وَلِنُرْتَقِ بِدِينِنَا الْإِسْلَامِي  
دَمْتِ بِخَيْرِ وَسَلَامٍ عَزِيزَتِي الْأُنْثَى.