# الحجر المنزلي يكشف سلوكيات رجالية مثيرة للاشمئزاز

## زوجات يشتكين من إهمال الأزواج لمظهرهم وأناقتهم في المنزل

كشف حقائق مخفية

كشفت أيام الحجر الصحي التي تعيشها الأسر العربية عن حقيقة صادمة لسلوك مثير للاشمئزاز لنسبة من الرجال، حيث لوحظ فقدانهم الاعتناء بهندامهم ونظافة أجسامهم، تحت مسوّغ أنه لا داعي إلى ذلك طالما أنهم باقون في المنازل ولا يخرجون للعمل أو يلتقون بأشخاص غرباء، إلا أنه لا يمكن تعميم هذه السلوكيات حيث احتفظ الكثير من الرجال بحيويتهم وتصرفوا وكأنهم يعيشون أياما طبيعية.

حسينة بالحاج أحمد

تونس – أظهر الحجر الصحي الذي سببه تفشي فايروس كورونا في أغلب دول العالم في الفترة الأخيرة العديد من الحقائق الأسرية المخفية، إذ تبين أن ارتباط إهمال المظهر بالبقاء في المنزل ليس سمة الزوجة وحدها بل الكثير من الرجال لا يولون مظهرهم أيّ أهمية عند البقاء في المنزل متخلين عن روتينهم اليومي في العناية بمظهرهم وأناقتهم، مما طرح إشكالية هل الزوج يهتم بمظهره فقط من أجل العمل ولقاء الأصدقاء؟ وهو الأمر الذي تتهم به الزوجات في العادة.

وأثار إلغاء الزوج لروتينه اليومي الذي يسبق الخروج إلى العمل مثل الاعتناء بحلاقة الذقن وارتداء ملابس مرتبة ومكوية، والحرص على وضع العطر، اشمئزاز الزوجات بقدر كبير بعد أسبوع واحد فقط من الحجر المنزلي، حيث أوضحن أن تركيزهن على هذا الأمر لا يقتصر على العلاقة الزوجية فقط، بقدر ضرورة المحافظة على رائحة أجسادهم لكي لا تثير نفور بقية أفراد الأسرة.

وأكدت كثيرات أن أزواجهن لا يعتنون بأنفسهم للظهور بمظهر أنيق وجذاب أمامهن، بل يتخذون هذا السلوك لأنهم يفكرون في أعمالهم وفي نظرة الناس الذين يلتقونهم في مكاتب العمل.

وفي هذا السياق قال طارق بالحاج محمد الباحث في علم الاجتماع "في مجتمع استعراضي يهمه رأي الغريب أكثر من القريب نولي اهتماما كبيرا لمظهرنا وأناقتنا عندما يتعلق الأمر بالفضاء العام، ونهمل هذا الأمر إذا كنا في الفضاء الخاص، وبالتالي فإننا نحاول إبراز أفضل ما عندنا للآخرين لنيل إعجابهم أو إبهارهم أو تقديرهم".

وأضاف لـ"العرب"، "بالمقابل فإننا لا نقوم بهذا المجهود إذا كنا في المنزل أو الفضاء الخاص، لأننا نعتبر أن قريننا ليس لديه خيار إلا أن يقبلنا كما نحن، وإن كنا في أبشع صورنا إلى درجة نهمل فيها أبسط درجات النظافة والأناقة".

وأوضح أن "هذا السلوك يعكس تصورنا لأنفسنا ولقريننا الذي يتسم بعدم الاحترام لأننا لا نعيش لأنفسنا ولا نهتم بها إلا لكي نعجب الآخر الغريب أو العابر في الفضاء العام الذي نوليه ونولي رأيه أهمية أكبر ممن نعيش معهم ونقاسمهم نفس الفضاء ونفس الحياة".

وأفاد الباحث التونسي "في العادة نهتم بأنفسنا ليس لأنها تستحق منا ذلك وليس للاحتفاء بالقرين بل بحثا عن الاعتراف والإعجاب من الآخر لأننا نعيش لغيرنا أكثر مما نعيش لأنفسنا ولقريننا".

طارق بالحاج محمد

**الحجر المنزلي عرى ثقافة القبول السائدة بالزوج أو الزوجة**

وقال أخصائيو العلاقات الزوجية إن قلة من الرجال يهتمون بمظهرهم وأناقتهم داخل المنزل، غير أن هذا الأمر كان من المسكوت عنه، إلا أن فترة الحجر التي أجبرت الرجال على قضاء أيام بلياليها في المنزل كشفت هذه السلوكيات التي أثارت نفور الزوجات واشمئزازهن.

وصرحت هدى منياوي، وهي ربة منزل، بأن الرجال يثورون على الزوجة التي تهمل العناية بمظهرها داخل المنزل متجاهلين المسؤوليات الملقاة على عاتقها، في حين كشفت هذه الأزمة أنهم لا يولون هذا الجانب أيّ أهمية وكأن الأناقة والمظهر المرتب حكران على الزوجة.

وقالت لـ"العرب" إنها اكتشفت في الأيام القليلة الماضية أن زوجها يحافظ على ارتداء ملابس النوم طوال النهار ولا يسعى إلى حلق ذقنه أو مشط شعره أو حتى غسل أسنانه.

وأكدت أن مسألة العناية بالمظهر الخارجي لا تختلف بين الرجل والمرأة فهي من الطباع الشخصية للجنسين، مشيرة إلى أن الرجل الذي يولي مظهره وأناقته أهمية لن يتغير طبعه إذا بقي في المنزل فهو سيحرص على الحفاظ على أناقته، مثله مثل المرأة والعكس صحيح.

ولفتت نادية عمارة، موظفة، إلى أن عدم اهتمام المرأة بمظهرها وأناقتها بعد الزواج يثير الكثير من اللغط في المجتمعات العربية، وقد يكون سببا للانفصال إلا أن هذه النقطة لا تتم الإشارة إليها إذا تعلق الأمر بالرجل، موضحة أنها فوجئت بتغيير سلوكيات زوجها الموظف والذي كان مهووسا بأناقته ووسامته، إذ لاحظت منذ إقرار الحجر الصحي إهماله لتغيير ملابسه، وعدم حرصه المعتاد على روتين نظافته اليومي مما جعلها تشعر بكآبة انعكست على بقية أفراد الأسرة.

وبين خبراء العلاقات الزوجية أن المظهر السيء في المنزل من أكثر الأمور التي تزعج المرأة في شريك حياتها، وهذا الأمر يوجد في الكثير من البيوت نتيجة نظرة المجتمع التي تفرض الزينة على المرأة، في حين يعتبرها بعض الرجال تقليلا من هيبتهم وشأنهم.

كما أشار بالحاج محمد إلى "أننا نفتقد حب الحياة وجودتها واحترام الجسد والقرين لأننا نعيش في مجتمع شرقي تهمه المظاهر الخارجية، وبالتالي نجهد أنفسنا في التأنق عند الخروج إلى الشارع أو الذهاب إلى العمل أو إلى حفلة ونحرم أنفسنا وقريننا من هذا الاحتفاء".

ولفت إلى أن هذا السلوك يعكس نظرتنا إلى الجسد والقرين والفضاء الخاص، وهذا ما يفسر التنافر بين الأزواج في الحياة العادية فما بالك في العطل أو الحجر الذي يطول ويعري فينا هذا السلوك؟

وعارض العديد من الأزواج والزوجات تعميم هذه الفكرة، وقال حسان علي، الموظف في بنك في تونس، إن العناية بالمظهر والأناقة داخل المنزل تعتبر من الحقوق المتبادلة بين الزوجين وليست حكرا على طرف واحد فقط.

وصرح لـ"العرب"، "مثلما يرغب كل زوج في رؤية زوجته أنيقة وجميلة داخل المنزل، فهو مطالب أيضا بالاهتمام بهذا الجانب طوال فترة بقائه في البيت حتى لا تعتقد الزوجة أنه يهتم فقط بأناقته لإبرازهما للغير ولزملاء العمل دون الاكتراث بنظرتها إليه".

كما وصفها أحد الأزواج بالفكرة البوهيمية التي لا يمكن تعميمها على الرجال، وقال "في ما يتعلق بي فأنا ما زلت لا أتخلى عن وضع عطري بشكل مستمر رغم الحجر المنزلي الذي أعيشه مع بقية أفراد أسرتي".

وأضاف لـ"العرب"، "في الواقع لا أرتدي بذلة وربطة عنق مثلما أفعل كل يوم عند الذهاب إلى العمل، إلا أنني أحرص على ارتداء ملابس أقل رسمية مرتبة وجذابة، كما أنني أحرص على تنسيق الألوان بينها حتى لا أفقد أناقتي وجمال مظهري أمام زوجتي وبقية أفراد أسرتي". وأوضح أن "ملابس النوم مخصصة فقط لغرفة النوم فكيف يسمح الرجل لنفسه بأن يمضي يوما بأكمله مرتديا هذه الملابس التي توحي بالكسل والخمول، فالزوج ورب الأسرة مطالب بإضفاء المزيد من الحيوية والنشاط على أجواء المنزل وعلى جميع أفراد الأسرة في هذا الظرف الاستثنائي".

وأكدت سامية بالشيخ، موظفة في شركة خاصة، وتعمل من المنزل، أن زوجها يحرص منذ بداية الحجر على نظامه المعتاد، مشيرة إلى أنه يحلق وجهه ويستحم بصفة منتظمة ويرتدي ملابس أنيقة في المنزل. وقالت لـ"العرب"، "زوجي يسعى إلى الحفاظ على عاداته اليومية، كما أنه لا يتوانى في مساعدتي في أعمال المنزل والاعتناء بابنتنا نظرا إلى انشغالي طوال اليوم بالعمل".

وتتفق معها أسماء رحومة في هذا الرأي حيث أكدت لـ"العرب" أنها لم تلاحظ أي تغيير في عادات زوجها المتعلقة بالعناية بمظهره وأناقته، فقط لا يرغب في المواظبة على حلاقة ذقنه وهذا الأمر لا يثير اشمئزازها.

واعتبر الخبراء أن هذه الظروف هي أكثر الفترات التي تتطلب السعي إلى كسر الروتين داخل المنزل، عن طريق محاولة جميع أفراد الأسرة الظهور بمظهر أنيق وجميل، حتى لا يصابوا بالملل والاكتئاب لأنها فترة عصيبة ولم يتعود عليها الجميع.

نصائح

## أربعة مكونات في الشامبو تستوجب الحذر

أشارت مجلة "فرويندين" إلى أن تساقط الشعر لا يرجع بالضرورة إلى أسباب وراثية، ولكن قد يكفي في بعض الحالات الاطلاع على مكونات الشامبو للتعرف على سبب تساقط الشعر، فهناك أربعة مكونات يجب الحذر منها.

لا يشعر المرء بنظافة الشعر إلا عندما تكون هناك رغوة كثيرة من الشامبو، ويرجع السبب في ذلك إلى الكبريتات مثل مادة كبريتات لوريل الصوديوم وكبريتات لوريث الصوديوم والتي تمتاز بتأثيرها على الرغوة والتنظيف، ونظرا لأن الكبريتات تتسبب في تهيج فروة الرأس بشدة وتلف الزيوت الطبيعية للبشرة، فقد يؤدي ذلك إلى إبطاء نمو الشعر وتهيئة الظروف لتساقط الشعر.

كما أن أنواعا كثيرة من الشامبو تحتوي على مادة البارابين، التي تحافظ على الشامبو من البكتيريا والفطريات وتعمل على إطالة فترة الصلاحية، ولا تقتصر أضرار هذه المادة على التسبب في السرطان فحسب، بل قد تتسرب هذه السموم إلى الجسم وتتسبب في عدم توازن الهرمونات بالكامل.

ويعتبر السيليكون من المكونات الضارة في أنواع الشامبو، التي تعد المرء بالحصول على شعر ناعم ولامع، غير أن هناك وجها آخر لذلك، ففي كل مرة يتم فيها غسل الشعر بالشامبو يتم وضع "طبقة واقية" على الشعر تمنع امتصاص الرطوبة والمعادن الهامة من جذور الشعر، ويكون من عواقب ذلك جفاف الشعر من الداخل للخارج تماما وتساقطه.

ويتعين على المرء التوقف فورا عن استعمال الشامبو بمجرد قراءة اسم كحول أيزوبروبيل ضمن قائمة المكونات، نظرا لأن استعمال هذه المادة لا يقتصر على أنواع الشامبو فقط، بل إنها توجد في منتجات الحماية من التجمد وإسبراي الطلاء، وبطبيعة الحال لا يرغب المرء في وضع مبيد للجراثيم على رأسه كل يوم.

# طفولة في زمن كورونا

رابعة الختام
كاتبة مصرية

أشفق على أطفال الكورونا كثيرا، هؤلاء الذين استيقظوا ذات صباح غائم على مقولات ترهيبية عجيبة وجديدة على مسامعهم؛ حجر صحي، إجراءات وقائية، تدابير احترازية، كمامات تخفي معالم الوجوه البريئة، قفازات لليدين، انتزعوا منهم ألعابهم، شدوا وثاق الأبواب على صغار في عمر الانطلاق وحرموهم من اللهو اللذيذ.

فجأة ودون مقدمات وجدوا أنفسهم أمام قائمة ممنوعات طويلة لا تنتهي؛ ممنوع اللعب في الشارع، ممنوع الاختلاط، حرمانهم من اللقاء بأقرانهم كي لا يعدي أحدهم غيره، وتنتشر العدوى وتتزايد الإصابات، حتى الأهل والأصدقاء، ممنوع القبلات، لا يقبل الطفل أبيه أو أمه وأخوته خشية الإصابة بالوافد الغامض، الشرس، القاتل.

الطفل دائما يضع التواصل الجسدي والعناق الطويل مع الأبوين أحد أهم دلالات الحب، وحين تعاقب الأم طفلها يكون بلفظه عاطفيا وإبعاده عنها، خصام بريء يترجمه الصغير بأنه رفض لأحد سلوكياته، كيف يفسر التباعد بين أفراد الأسرة وانعدام الزيارات العائلية لتقليل الخروج من المنزل أو استخدام وسائل النقل والمواصلات، تلك التي تعيد إنتاج الأمراض على مدار الساعة، وسائل لا تحتاج لفايروس فتاك، هي في ذاتها فتاكة، داخلها ممرض وخارجها قاتل.

هذا الجيل الذي تفتحت عيناه على تلك المفردات، وتشكل وعيه بتجارب غاية في القسوة والشراسة، باتت أهم فترات حياته التي يصنع فيها ذكرياته مشحونة بالمرض والألم والعزل، علاقته بأقرانه يحكمها الخوف.

أتذكر حين كانت تأتي جدتي لأمي لزيارتنا، كنا نتمسك بردائها المزركش بالألوان الزاهية، تحتضننا فنتعلق برائحتها المسكية وبقايا صابون الغار تترك بصمتها على يديها وملابسها، قمة الأمان والسعادة تكمن في حضن جدتي، حكاياتها الدافئة في ليالي الشتاء وهي تحمص حبات الكستناء "أبوفروة" فوق صينية معدنية.

**هذا الجيل الذي تفتحت عيناه على مفردات، مثل التباعد والعزل وتشكل وعيه بتجارب قاسية وشرسة جدا، باتت أهم فترات حياته التي يصنع فيها ذكرياته مشحونة بالمرض والألم والعزل**

لم نكن نعلم أن حضن جدتي سيختفي للأبد، بعد سعلة طويلة ورجفة شديدة في ليلة باردة، ونظل نحكي عن رائحتها الدافئة سنوات وسنوات، لم نكن نعلم بأن أحداث الطفولة يوما ما ستتحول لذكريات.

أغنيات الفنان الكبير محمد فوزي (ماما زمانها جاية، ذهب الليل وطلع الفجر، هاتوا الفوانيس يا ولاد في استقبال شهر رمضان) والفنان محمد ثروت العديدة، جدو علي ومزرعته الكبيرة، حبيبة بابا رشا شاركتنا ذكريات طفولتنا وتقاسمت معنا الأيام.

ولكن ما بال هؤلاء الصغار في زمن الحظر وتداعيات الكورونا، ذكريات تتوزع بين فقد ومرض وحبس اختياري خوفا من تفشي المرض، فيديوهات تحذيرية عن خطورة المرض، مكبرات الصوت تجوب الشوارع لتحث المواطنين على التزام بيوتهم.

إجراءات تعيق حركة الحياة عامة، وتعيق الطفولة خاصة، قد يدرك الكبار كنه هذه الإجراءات الوقائية، لكن بالتأكيد الصغار لا ذنب لهم، هم غير مدركين البتة لتلك التغيرات السريعة المتوالية، وما شأنهم هم بعالم الكبار وصراعاتهم مع الحياة والموت والمرض، عالم لا دخل للعقول الغضة بتفاصيله التي يرونها مرعبة.

بات الروتين اليومي الممل حلما يتمناه كثيرون، لتعلن الطبيعة انتصارها على الضاجرين، تذكرهم بأن ما كرهتموه بالأمس وتململتم منه تحلمون الآن بالعودة إليه، فهل كان سعادة أغلقت عنها الأعين والقلوب؟

أم هي الطبيعة البشرية الرافضة والساخطة على كل شيء؟

هل سيخرج علينا أحد الأطفال باكيا ويقول سأشكوكم لله، سأخبر ربي بكل شيء؟ يوخزنا بكلمات غاضبة، ونحن أكثر منه عجزا، وخوفا، تملأ نوبات الهلع عالمنا.

لأول مرة ليس في تاريخ هؤلاء الصغار وحدهم ولكن في تاريخنا جميعا تغلق المدارس والجامعات أبوابها وتتأرجح المنظومة التعليمية كلها بين التوقف والاستمرار، وتتعالى صيحات تصل حد الصراخ مطالبة بإلغاء الفصل الدراسي!

يا للعجب! يا للسخرية من عبثية الأقدار بنا حين عبثنا نحن معها، كنا نستدين "وأنا أول هؤلاء" لتعليم أبنائنا، نلهث خلف أفضل النظم التعليمية في العالم، ونجوب البلاد بحثا عن جامعات لائقة توفر تعليما وازنا قادرا على دس بعض المفاهيم الصحيحة في أدمغة أبنائنا بعد ترهل المنظومة التعليمية ببلادنا المصنفة من دول العالم الثالث، واليوم نصرخ: أغلقوا المدارس والجامعات!

إحساس الأطفال بالطوارئ

إحساس قاتل، فقدان الدفء الأسري والبعد القسري عن الأبوين ذكرى أليمة لن يمحوها الزمن.

هؤلاء الممنوعون من التعبير عن الحب والتواصل حتى مع أقرب الأقربين لهم، ستتآكل مساحات لديهم حتما.

حياة الأطفال في زمن الوباء منزوعة البهجة، فتلك الجائحة التي تلف العالم بخيوط العنكبوت وتنسج في الذاكرة صورة بشعة لا يمكن نسيانها بل تزداد من بشاعتها. هذا العزل الإنساني والنفسي القاتم، طفولتنا في زمن الكورونا عدمية ممزقة.