رحلةُ
الإنسان
الجنسية

الطبعة الأولى
1445 هـ / 2024 م

اسم الكتـــاب: رحلة الإنسان الجنسية
المـــؤلـــف: د.اسامة يحيي
موضوع الكتاب: تنمية اسرية
عدد الصفحات: 448 صفحة
عدد المـــلازم: 28 ملزمة
مقاس الكتـاب: 17*24
عدد الطبعـات: الطبعة الاولي
الترقيم الدولي: 978-9921-815-504

محفوظة جميع الحقوق

يمنع طبع هذا الكتاب أو جزء منه بكل طرق الطبع، والتصوير، والنقل، والترجمة، والتسجيل المرئي والمسموع والحاسوبي، وغيرها من الحقوق إلا بإذن خطي من الدار.

دار البشير للثقافة والعلوم
elbasheer.marketing@gmail.com
elbasheernashr@gmail.com
01152806533 - 01012355714

رحلةُ الإنسان الجنسية

بلا تجاهُل أو تجاوُز

أ. د. أسامة يحيى

دار البشير للثقافة والعلوم

مقدمة

حمدًا لله على نعمه التي لا تعدُّ ولا تُحصى، وصلاةً وسلامًا على النبيِّ المصطفى، وعلى آله وصحبِه وسلم، وبعد.

ربما ليس هناك موضوعٌ شائكٌ ومثيرٌ - علمًا وثقافة، تربية وتطبيقًا، تناولًا وتداولًا، تجاهلًا وتجاوزًا - قدرَ الخوض في الحياة الجنسيَّة للإنسان.

موضوعٌ نبشَ فيه الكثيرون، منهم العلماءُ والخبراء، ومنهم الدَّهماء والخبثاء، بطرقٍ وأساليب شائهةٍ تضل، أو فاترةٍ تزل، أو جائرةٍ تخل، أو خانقةٍ تغل، أو صارمةٍ تفل... طرق وأساليب متأرجحة بينَ تفريط تبنّاه «المنغلقون» الذين اجتزؤه وقصَموه حتى حرَموا الناسَ من تعلمه، أو حتى من مجرَّد ذكره وتناوله؛ وإفراط انتهجَه «الانفتاحيون» الذين نفوا عنه التربية، وبعْثروه في جميع الأنحاء، بعدما نزعوا مِن عليه أوراقَ التوت الساترة.

اعتقدَ المنغلقون - قديمًا وحديثًا - أنَّ الإعراض عن، أو التهرب من التعامل مع، كلِّ ما هو جنسيٌّ يعدُّ وسيلةً أكثر أمانًا لاستقامة الإنسان، وأسلمَ سبيلًا لإبعاده عن الانحراف، ولكن كان اعتقادُهم أقربَ إلى الوهْم السقيم منه إلى الفهْم السليم، فالجهلُ بأمرٍ ما لا يقي من تجرُّع شروره، وإنَّ المعرفة السطحية بعلم ما قد تتماثلُ مع الجهلِ به.

واندفعَ الانفتاحيون في الاتجاه المعاكس، فاتحينَ الباب على مصْراعيه لتدخل كلُّ ألوان الجنس من كلِّ حدب وصوْب لتنهشَ الناس صغارًا وكبارًا، رجالًا ونساء، مُهدرين قيمَ الدين والحياء، مُسمِّمين الأفكار والأجواء، مُغيّرين فلسفات وعادات، فشردَ الإنسانُ وتاه عن طريقه القويم الذي أراده اللهُ تعالى له.

فكان من الفرائض على عقلاء الأمة ودعاتها ومفكّريها ألا يتركوا هذه الساحةَ الخطيرة خاويةً لتضييق مُنغلق ولا لعبثِ مُنفتح، بل يجب الولوجُ في هذا الصنف من الثقافة بالعلم تحليقًا في سمائه الرَّحبة، وبالدين سباحةً في بحار شريعته السمحة، وبالتربية سيرًا على أرضها الثابتةِ الخصبة؛ ليتمخَّض عن هذا الكوكتيل الرائع منهجٌ يتناغم مع فطرة الإنسان واحتياجات وبشريةِ الإنسان وأدوارِ الإنسان العباديةِ والإعمارية المكلَّف بها من قبَل خالقه عزَّ وجَل.

وما قصدتُّ باقتحام «عش الدبابير» هذا وقرْع بابِ هذه الثقافة إيضاحًا وتعليمًا، إرشادًا وتوجيهًا؛ إلا شعوري العميق باحتياجَ الناس - كلّ الناس صغارًا وكبارًا - إليه، خاصَّة في خضمِّ هذا الزخم المريع من انتشار العرْي، وشيوع الإباحية، وذيوع ارتكاب الحرام وتقنين المُمارسات الجنسية الشاذَّة وتمييع دور الأسرة التربوي وتفكيك أواصرها، وقبَل كلّ ذلك الشرود عن منهج الله تعالى والحيود عن الفطرة وتجاهل الأسس التربوية السليمة، بما سيُفضي - إن عاجلًا أو آجلًا - إلى هدم المجتمع وانهياره، فصار الإنسانُ أقربَ إلى الحيوان البَهيم منه إلى الإنسان الكريم، وتلطَّخت حياته بما يسوؤه في الدنيا والآخرة.

من أجل ذلك كان هذا الكتاب، الذي قسِّم إلى فصولٍ ستة: تناول الفصلُ الأول محطاتِ الجنس في حياة الإنسان من قبْل مولده إلى لحظة موته، والتطبيقاتِ العمليةَ عند كلِّ محطة. وتناول الفصلُ الثاني فسيولوجيةَ الجنس وسيمفونيةَ الأداء الوظيفي للأعضاء التناسلية. واستعرض الفصلُ الثالث أهمَّ جوانب التربية الجنسية. أمّا الفصلُ الرابع فتناول بعضَ الكراكيب الجنسية التي تعصفُ بالناس في هذا العصر وتعْتصرهم. وتناول الفصلُ الخامس سلامةَ الإنسان وصحتَه الجنسية والإجراءات الوقائية والمشكلات الصحية وأوسعَ

الأمـراض الجنسـية المُعديـة انتشـارًا. وانتهـاءً بالفصل السـادس الـذي يوضِّح أهمَّ الاضطرابات النفسـية الجنسـيَّة.

ومـا انتويـتُ بهـذا العمـل إلا راجيًا المثوبـةَ من الله تعالى، مُلتمسًـا منـه التوفيقَ والسـداد، فـإنْ أصبـت فبرحمة منـه وفضـل، وإن تجاهلـتُ أو تجـاوزت فمِن نفسي القـاصرة العاجـزة، واللهَ أسـألُ أن أنتفـع بكلـماتِ هـذا الكتـاب يومَ أن أقـف أمام ربي وليَـس معي سـوى مـا قدَّمـتْ يداي.

وآخرُ دعوانا أنِ الحمدُ لله ربِّ العالمين.

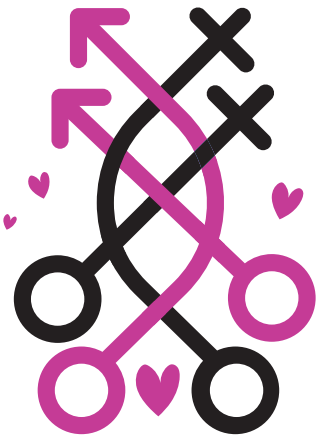
المؤلف
أ. د. أسامة يحيى أبو سلامة
أبريل 2023م

الفصلُ الأول

محطاتٌ في رحلةِ الإنسان الجنسية

تعصفُ بالإنسان – أثناء سيْره في رحلةِ حياته – أمواجٌ من التغيرات المُتلاحقة المتدافعة المُتدابرة، وحياتُه الجنسية – بوصفها جزءًا لا يتجزَّأ من هذه الرحلة – يَنالها نصيبُها الأوْفى من هذه التغيرات. فالحياةُ الجنسية للإنسان تمرُّ منذ أن كان خليةً واحدة ببطنِ أمِّه حتى انقضاء أجله عبرَ سلسلة من المحطات المكتظَّة بنَزواتٍ تغزوه وتقتحمُه، وشهوات تشعلُه وتشغله، وفلسفات جنسيَّة تتجاذبُه وتتقاذفه، ومعتقدات دينية وأعراف مُجتمعية تضبطُه وتحكمه.

إنَّ لكلِّ محطة من هذه المحطات آلياتها وأدواتها ودواعيها وخصوصياتها ودورَها، وكلُّ محطةَ تتسلَّم من التي كانت قبلها وتمهِّد للتي ستأتي من بعدِها في تناغم خلابٍ يأخذ بالألباب. هذه المحطاتُ هي كالتالي:



المحطةُ الأولى:
المرحلةُ الجنينية:

بعدَ عزف سيمفونية جماع متناغمة، يتمُّ إيصالُ الرجل لحيواناته المنويَّة Sperms (الأمشاج الذكريَّة) إلَى موضعِها المَكين داخَل المرأة، ليفوزَ أحدُها بالبويضة Ovum (المشيج الأنثوي)، فيتمُّ اندماجُ نواة الحيوان المَنوي بنواة البويضة، وكلٌّ منهما به ثلاثةٌ وعشرون صبغيًّا (كروموسومات) Chromosomes (تحمُل الصبغيات جميعَ الصفات الوراثيةِ للإنسان على الموروثات «الجينات» Genes)، ليكوِّنا معًا خليةً واحدة تسمَّى باللاقحة Zygote أو البويضة المخصَّبة، وهي الخليةُ الأولى للإنسان التي سيتكوَّن منها لاحقًا جسُمه بالكامل. صارتْ نواةُ اللاقحة بذلك تحوي ثلاثةً وعشرين زوجًا من الصبغيات، ولن تلبثَ إلا أن تنقسمَ لتكوِّن الجنين Embryo، الذي يظلُّ في قرار مَكين برحم أمِّه، يغتذي وينمو وينام ويصْحو ويرتَع ويلعب ويتحرَّك ويركُل، إلى حين يقدِّره اللهُ تعالى.

كلٌّ من الحيوان المَنوي والبويضة يَمتلكان من بين الثلاثِ والعشرين صبغيًّا صبغيًّا واحدًا يسمَّى بالصبغي الجنسي، وهو على نوْعين: يُرمز لأحدِهما بالرمز X والآخر بالرمز Y. كلُّ البويضات التي تنتجُها الأنثى طوالَ عمرها الخصيب تحمل الصبغيَّ الجنسي X، أما الحيواناتُ المنوية التي ينتجُها الذكرُ فنصفُها تقريبًا يحمل الصبغيَّ الجنسي X، والنصْف الآخر يحمل الصبغيَّ الجنسي Y.

مستوياتُ التجنيس:

لكي يصبحَ الإنسان ذكرًا أو أنثى فإنه يمرُّ عبرَ رحلة مكوَّنة من خمسةِ مستوياتِ تجنيس متتالية؛ أربعةٌ منها وهو جنينٌ في بطن أمه، والخامسةُ بعدَ موْلده، وهي كالتالي:

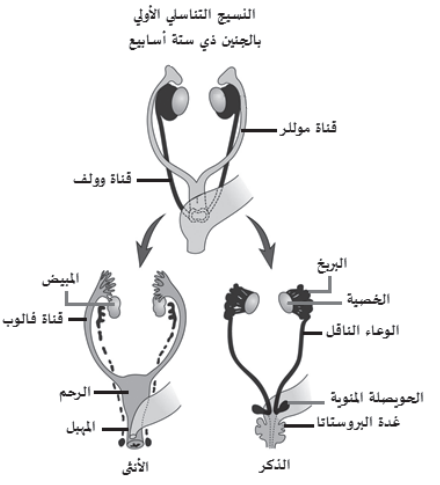
المستوى الأول: الجنس الصبغي Chromosomal sex:

يبدأ هذا المستوى منذُ لحظة إخصاب البويضة التي تحوي الصبغيَّ الجنسي X بالحيوان المنوي الذي يحمل الصبغيَّ الجنسي X، فيكون الجنينُ **أنثى** تحمل الصبغين الجنسيّين XX، أو إخصاب البويضة ذات الصبغي الجنسي X بالحيوان المنوي الذي يحوي الصبغيَّ الجنسي Y، فيصبح الجنينُ **ذكرًا** يحمل الصبغيْن الجنسيّين XY، أي إنَّ نوعَ الحيوان المنوي الآتي من الرجل هو الذي يحددُ نوعَ جنس الجنين إمّا ذكرًا أو أنثى عندَ هذا المستوى الصبغي.

المستوى الثاني: الجنسُ المنسلي Gonadal sex أو مرحلة التمايز الجنسي للأعضاء التناسلية الداخلية:

يبدو النسيجُ التناسلي الداخلي الأوَّلي (الذي سيكون الأعضاءَ التناسلية الداخلية) في كلا الجنْسين كتجمعاتٍ نسيجية داخلية على هيئة قناتيْن على جانبيْ تجويف البطن، هما: قناة وولف Wolffian Duct وقناة موللر Mullerian Duct.

ثم، بعدَ الأسبوع السادس مِن الحمل سيختلف تطورُ الأعضاء التناسلية في الجنسين على النَّحو التالي:



شكل (١): تطور النسيج التناسلي الداخلي الأولي لجنين الإنسان.

في الأجنَّة الذكور (XY): تتنافس منتجاتُ الصبغي الجنسي Y معَ منتجات الصبغي الجنسي X، وتتغلب منتجاتُ الصبغي Y على نَظيرتها بالصبغي X، فيبدأ هرمونُ الذكورة التستوستيرون Testosterone في التكوُّن، وذلك بالأسبوع السادس من الحمْل، فيحفز وجودُ هذا الهرمون تحويلَ النسيج التناسلي الداخلي الأوَّلي بالجنين الذكر المسَّمى بقناة وولف إلى الأعضاء الذكرية الداخلية (الحويصلات المنوية والبربخان والوعاءان الناقلان والخصيتان)، وستتلاشى قناةُ موللر.

في الأجنَّة الإناث (XX): تغيب منتجاتُ الصبغي الجنسي Y لعدم وجوده، بينما توجَد منتجاتُ الصبغي الجنسي X دون منافسة، وبالتالي لن يتكوَّن هرمونُ التستوستيرون، فيبدأ النسيجُ التناسلي الداخلي الأوَّلي المسَّمى بقناة موللر في التشكُّل ليُعطي الأعضاءَ التناسلية الأنثوية الداخلية (الرَّحم وقناتي فالوب والمنطقة العليا من المهبل والمبيضين)، وستتلاشى قناةُ وولف.

المستوى الثالث: الجنسُ التناسلي Reproductive sex أو مرحلةُ التمايز الجنسي للأعضاء التناسلية الخارجية:

شكل (٢): تطور الأعضاء التناسلية الخارجية في جنين الإنسان من التماثل بين الذكر والأنثى بالأسبوع السادس من الحمل إلى وضوح التمايز في الشهر الرابع من الحمل.

في الأسابيع السِّت الأولى من الحمل لا يمكن التمييزُ بين الجنين الذَّكر والجنين الأنثى خارجيًّا لتَشابُه الأنسجة التناسلية الأوليَّة التي ستتشكل منها الأعضاءُ التناسلية الخارجية في كلٍّ منهما التي تتَّخذ شكلَ نتوءات وانتفاخات غير مُميزة بين الفخذَين. في الأسبوع الثامن من الحمل تبدأ الغددُ التناسلية (الخَصْيتان في الجنين الذَّكر والمبْيضان في الجنين الأنثى، اللذان بدءَا تكوُّنَهما في الأسبوع السادس من الحمل) في إفرازِ هرمون التستوستيرون في الجنين الذكر، وهرمونات الأنوثة في الجنين الأنثى.

يوجِّه هرمون التستوستيرون تشكيلَ النتوءات والانتفاخات الموجودة بينَ فخذي الجنين الذكر (الذي به خصيتان) لتمضي هيئةُ الأعضاء التناسلية الخارجية في الاتِّجاه الذكوري بتكوينِ القضيب وكيس الصِّفن.

أمّا في الجنين الأنثى (التي بها مبْيضان) فيوجِّه غيابُ هرمون التستوستيرون (أو ندرتُه) ووجودُ الهرمونات الجنسية الأنثوية تشكيلَ النتوءات والانتفاخات التي بينَ فخذي الجنين الأنثى لتكوِّن الأعضاءَ التناسلية الخارجية وفقًا للوجْهة الأنثوية بتكوين البَظر والأشْفار.

ويستمرُّ تشكيلُ الأعضاء التناسلية الخارجية لكلٍّ من الجنين الذكر والجنين الأنثى في التطورِ والتصاعد حتى الأسبوع الثامن عَشر من الحمل.

ينمو كلٌّ من الخصيتيْن أو المبْيضين في التجويف البطني بينَ العمود الفقري والأضلاع، ثمَّ يهبطان تدريجيًّا إلى الحوض ابتداءً من الأسبوع العاشر للحمل حتى يصلا إلى الحوضِ في الشهر السابع من الحمل، ثمَّ تواصلُ الخصيتان نزولَهما في الشهر التاسع إلى أن يستقرَّا بكيس الصِّفن في نهاية المطاف.

خللٌ نادرُ الحدوث:

في أحيانٍ نادرة قد يحدث خللٌ فيما سبق، حينما يقعُ تناقضٌ بين مستويات التَّجنيس الثلاثة السابقة، فيستجلبُ ذلك التناقضُ حالةً نادرة تسمَّى بتَداخل الجنس Intersex أو التَّخنيث Hermaphroditism، وفيها تتطورِ الأعضاءُ

التناسلية الخارجية على غيرِ نهجِ جنس الجنين الصبغي/ أو المنسلي، فيستشكل عندَ الولادة معرفة نوع جنس الوليد/ الوليدة التي يتَّخذ مكانًا وسطًا بين الذكورة والأنوثة، ويسمَّى هذا الخللُ بالجهاز التناسلي المبْهم.

وقد يتحدَّد جنسُ الجنين الصبغي/ أو المنسلي بأنه ذكرٌ (به الصبغيَّان الجنسيَّان XY ويمتلك خصيتيْن) بينما تبدو الأعضاءُ التناسلية الخارجية أقربَ إلى الهيئة الأنثوية، وهي حالةٌ تسمَّى بالخنوثة الذكرية الكاذبة Male Pseudohermaphroditism. كما قد يتحدد جنسُ الجنين الصبغي/ أو المنسلي بأنَّه أنثى (به الصبغيّان الجنسيَّان XX ويمتلك مبْيضين) ولكن تتخذُ الأعضاءُ التناسلية الخارجية هيئةً أشبه بتلك التي للذكور، وهي حالةٌ تسمَّى بالخنوثة الأنثوية الكاذبة Female Pseudohermaphroditism. وهناك حالاتٌ يمتلك الوليدُ جهازًا تناسليًّا شاذًّا، ولديه مَبايض وخصًى في نفس الوقت، وتسمَّى هذه الحالةُ بالخنوثة الحقيقية True hermaphroditism.

مِن الأسباب التي تعمل على تطوير أعضاءٍ تناسلية خارجية أنثوية رغمَ أنَّ الجنين من الناحية الصبغية/ أو المنسلية ذكرٌ (الخنوثة الذكرية الكاذبة) ما يلي:

- الافتقادُ الكامل أو الجزئيُّ للحساسية تجاهَ هرمونات الذكورة، أو عجز الجسم عنِ التعرف على هذه الهرمونات لسببٍ ما من الأسباب.

- النقصُ في إنزيم يحوِّل هرمونَ التستوستيرون قليلَ الفاعلية إلى هرمونِ ديهيدروتستوستيرون الأكثرَ فاعلية، الذي وظيفتُه العملُ على تحفيز تكوُّن الأعضاء التناسلية الخارجية الذكورية.

- عدمُ تجاوب الخصيَة مع الهرمون الملوتِن LH الذي يمكنُها من إنتاج هرمون التستوستيرون.

- الإصابةُ بمتلازمةِ بقاء قناة موللر Persistent Mullerian duct syndrome.

ومِن الأسباب التي يكون فيها الجنينُ أنثى صبغيًّا/ أو منسليًّا، ولكن تتخلَّق لديه أعضاءٌ تناسلية خارجية ذكورية (الخنوثة الأنثوية الكاذبة)، ما يلي:

- إفـراطُ الغـدَّة الكظْرية في إفـراز هرمـون الكورتيـزول Cortisol وهرمونات أخـرى تسـتقلب إلى الهرمـون الذكـري الأندروجـين، فيتَّجـه خطُّ تطـور الأعضاء التناسـلية الخارجيـة نحـوَ الهيئـة الذكوريـة، فينمـو البظـرُ نمـوًّا كبـيرًا لدرجـةِ أنـه يصبـح مُشـابهًا للقضيـب، ويلتحـمُ الشـفران الكبـيران ممّـا يجعلهـما يُشـبهان كيسَ الصِّفـن، ويحتفـظُ الجنـين مـع هـذا بالرَّحـم والمبيض.

- تعـرضُ الجنـين لهرمونـات ذكـورةٍ مصدرُها المـرأة الحامل ناتجة مِـن إصابتها بالأورام؛ كوَرَم الجسـم الأصفـر Luteoma.

المستوى الرّابع: الجنسُ المُخي Brain sex:

عنـدَ بدايـة الحمـل يكـون مـخُّ الجنـين – سـواءً كان ذكـرًا أو أنثى – أقـربَ ما يكـون إلى الهيئـة الأنثويـة. ولكـي يتطـوَّر المـخُّ إلى الهيئـة الذكوريـة يلزمُـه وجـودُ تركيـز مناسـب مـن هرمـون الذكـورة التستوسـتيرون.

في الأسـبوع الثامـن مـن الحمْـل، وبتأثير مـن الهرمونات الجنسـيةِ التي شرعت المَناسـل (الخصيتـان أو المبيضـان) في إفرازاتهـا؛ يبـدأ تشـكلُ المُّخ عـلى الوجهـة الذكوريـة في الجنـين الذكـر، أو يواصـل تشـكلَه عـلى الوجهـة الأنثويـة في الجنـين الأنثـى، فيـمارسُ هرمـون التستوسـتيرون دورَه في عمليـة تجنيـس المـخِّ عـلى النمط الذكـوري في الأجنَّـة الذكـور، وعـلى الطـرف الآخـر يـؤدِّي غيـابُ هـذا الهرمون الذكـري (أو ندرتُـه) في الجنـين الأنثـى إلى تشـكُّل المِّخ عـلى الوجهـة الأنثويـة، ويسـتمرُّ هـذا التشـكيلُ في التطـور والتَّصاعـد حتـى الأسـبوع الثامـن عـَشر مـن الحمـل، بالتـوازي مـع الـذي حـدثَ في الجنـس المنسـلي.

بمعنـى.. تركيـزُ هرمـون التستوسـتيرون أو غيابُـه هـو الفيصـلُ الأسـاسي في تحديـد الهيئـة التـي سـيكون عليهـا تشـكلُ المـخِّ والأعضـاء التناسـلية الخارجيـة. ففـي وجـودِه بالتركيـز المناسـب سـيتَّجه تشـكلُ كلٍّ من المـخ والأعضاء التناسـلية الخارجيـة إلى الوجْهـة الذكوريـة، بينـما في نُدرتـه أو غيابـه يتَّجـه تشـكلُ المـخ والأعضـاء التناسـلية الخارجيـة إلى الوجْهـة الأنثويـة.

وآليـةُ عمـل هرمـون التستوسـتيرون في تطـورِ المـخ تقوم أساسًـا عـلى إعطال عـددٍ مـن الوصـلات العصبيـة والدوائـر المُخيـة وإيقـاف نشـاطِ بعـض الخلايـا المسـئولة عـنْ زيادة التواصل، كما ينشـط تكاثـرُ الخلايا العصبية في المناطق المسـئولة عـن التفكـير المنطقـي والجنـس والمُبـادءة والعدوانيـة، فيتجـه المـخُّ في تشـكله إلى الوجهـة الذكوريـة. وفي الجهـة المقابلـة يؤدي غيابُ هـذا الهرمـون – أو ندرتُه – إلى تكويـن المزيـدِ مـن الوصـلات العصبيـة بـينَ مراكز المـخ المختلفـة، كـما يعمل على الإكثـار مـن الخلايـا المسـئولة عـنِ الوظائـف الانفعالية، فيتجـه المـخُّ في تشـكله إلى الوجْهـة الأنثوية.

ولذلـك يحتـوي المـخُّ الذكـوري عـلى المزيد مـن الخلايـا العصبية، بينـما يحتوي المُّـخ الأنثـوي على المزيد مـن الوصـلات العصبية التي تكفـل المزيدَ مـن التواصل.

هرمـونُ التستوسـتيرون هـو المفتاحُ في تطـوُّر المـخِّ إلى الهيئـةِ الذكوريـة أو الهيئـة الأنثويـة، وفقًـا لكميـةِ هـذا الهرمـون التي يتعـرَّض لها الجنيـن - سـواء كان ذكـرًا أو أنثى - في الرَّحـم.

فـإذا كانـت خلايا الجنـين الأنثى ذاتُ الثمانية أسـابيع بالعُمـر، وتحمل الصبغيَّ الجنـسي XX ولم تتعـرضْ للهرمون الذكـري في الرحم – أو تعرَّضـت لكمية ضئيلة جـدًّا منـه؛ فسـيتطوَّر الجنـينُ إلى أنثـى مـن حيـث الجسـم والمـخِّ معًـا، وهـذا هـو الوضـعُ الطبيعـي، أمـا إذا تعـرضَ الجنـينُ إلى تركيـز أعـلى قليـلًا من هـذا الهرمون فسـتكون النتيجـةُ تكـوُّنَ الجنـين من جسـم أنثوي يحمـل مخًّـا ذكوريًّا، (وقـد يعلل ذلـك وجـودَ امـرأة ذات جسـدٍ أنثـوي وتتَّنكـرُ تمامًـا لأنوثتهـا، وتريـد أن تكـون ذكـرًا)، أمـا إذا تعرضـتْ إلى كميـةٍ كبيرة مـن الهرمون الذكري فسـيكون لها جسـمُ ذكـر ومـخُّ ذكـر أيضًـا، رغـمَ احتواء خلايـا هذا الجنين عـلى الصبغـيِّ الجنسي XX.

والعكـسُ أيضًـا صحيح، فـإذا كانت خلايـا الجنين الذكـر ذي الثمانية أسـابيع بالعمـر ويحمـل الصبغـي الجنـسي XY وتعـرضَ لتركيـزٍ مناسـب مـن الهرمـون

الذكـري في الرحـم، فسـيتطورِ الجنـينُ إلى ذكـر من حيث الجسـم والمخ معًـا، وهذا هـو الوضـع الطبيعـي؛ أمّا إذا تعـرضَ الجنـين إلى تركيزٍ أقلّ من المسـتوى المناسـب لهـذا الهرمـون فستكونُ النتيجـةُ أن يكـون للجنين جسـمٌ ذكـريٌّ يحمل مخًّـا أنثويًّا، (وقـد يعلـلُ ذلـك وجودَ رجـلٍ ذي جسـدٍ ذكـري ويتنكـرُ لذكوريته تمامًـا، ويريد أن يكـون أنثـى)، أمـا إذا لم يتعـرَّض الجنـينِ إلى هذا الهرمـون الذكـري – أو تعرَّض لكميـة ضئيلـة جدًّا منـه – فسـيكونُ له جسـمُ ومخ أنثى، رغـم احتـواء خلايا هذا الجنـين عـلى الصبغـيِّ الجنسي XY.

نخلـصُ مـن المسـتويْن السـابقين (التناسـلي والمخي) أنَّـه بحلول الأسـبوع الثامن عـَشر مـن الحمـل يتـمُّ إنجـازُ معظم سـمات مـخِّ الجنـين على أحـدِ وجْهـي البـشر، إما ذكـر أو أنثـى، كما تتَّسـق الأعضـاءُ التناسـلية الخارجية مع نـوع الجنين إمّا ذكـر أو أنثى.

الفترةُ من الأسبوع الثامن حتّى الأسبوع الثامن عشَر من عُمر الجنين هي الفترةُ الحَرجة لتجْنيس المخِّ وتشكيل الأعضاءِ التناسلية الخارجية لجنين الإنسان.

المستوى الخامس: الجنسُ السلوكي Behavioral sex:

ثـمَّ بعدَ الـولادة تحدث فورةٌ في إفـراز الهرمونات الجنسـية لدى الوليـد/ الوليدة، تسـتمرُّ هـذه الفـوْرة في الرضيع الذكـر مدَّة تسـعة أشْـهر، وفي الرَّضيعة الأنثـى عامَيْن كاملـين، ويتـمُّ فيها قطعُ شـوط هـامٍّ آخرَ لاسـتكمال عملية تذكـير أو تأنيث المِّـخ التي بـدأت في المرحلـة الجنينيـة. ويـدلُّ هـذا الفـارقُ الزمنـي الكبير عـلى أن تشـكل المخِّ في الجنسـين مختلِّـف في زمنـه وفي محفّزاته مـن الهرمونات الجنسـية قبلَ وبعـَد الولادة.

ثمَّ...

يتأثـر الطفلُ والطفلة بأسـاليب التنشـئة والتربيـة التي تمارَس عليهـما، ومقدار أثرِهـا عـلى توجُّههـما الجنسـي، لتصَـل رحلـةُ التَّجنيـس إلى آخـر محطـةٍ لهـا، وهـي المسـتوى السلوكي.

في كتابهما الشيِّق "المخُّ ذكر أم أنثى" كتَب "عمرو شريف" و"نبيل كامل" ما يلي، (مع التصرُّف):

الفوارقُ بين الرجل والمرأة ترجعُ إلى تأثير العوامِل الوراثية البيولوجية (الفطرة)، وإلى العوامل الثقافية التربوية المُكتسَبة. وهناك بعضُ وجهات النظر المتطرِّفة التي تنسبُ الفوارقَ بين الجنسين إلى إحدى هاتين المَجموعتين من العوامل دون الأخرى.

بنى مَن تبنَّى العواملَ التربوية المكتسبة على أنها هي المحدّدة لصفات الجنس؛ فكرَه على نظرية التنشئة، التي تُرجع الاختلافاتِ بينَ الجنسين إلى أن الناسَ يتعرَّضون فورَ ميلادهم وطوالَ حياتهم لعوامل ثقافية بيئية تربويَّة كثيرة هي التي تشكلُ أسلوبَ تفكير وسلوك كلٍّ من الذكور والإناث على هيئتِه، مثل أسلوب التربية بالبيت (افعل ولا تفعل - تقليد الطفل لوالده وتقليد الطفلة لوالدتها) ونوعية اللَّعب المقدَّمة للأطفال (الكرة والسيارة والبندقية والسيف للولد العروسة وأدوات المطبخ للبنت) ونظام التعليم بالمدارس (وهو لا يفرقُ بينَ الصبي والصبيَّة، ولكن يلعب المدرسونَ والمدرساتُ دورًا مؤثرًا في توجيه سلوك التلاميذ إلى سلوكٍ جنوسي معيَّن ذكوري أو أنثوي، سواء عن طريق الأمر والنَّهي أو عن طريق القدوة) والتفرقة في توزيع الوظائف والأعمال (هو للتخطيطِ والإدارة والأعمال الميدانية الشاقة هي للسكرتارية والإشراف الاجتماعي والتمريض) وثقافة المجتمع (ما تعارفَ عليه الناسُ فيما تكون عليه أدوارُ كلٍّ من الذكر والأنثى) والمَفاهيم الدينية (سواءً كانت سوية أو متطرفة، متأصلة أو مهمَّشة).

وقد يدعمُ ذلك ما ثبتَ حديثًا من تمتُّع المخ بالمُرونة، التي تعني أنَّ المخَّ تكوينٌ ديناميكي يمكن تعديلُه بالتدريب والممارسة؛ أي: بالتنشئة.

ولكن...

الذي نسيَه أصحابُ هذه الفكرة أنَّ مجالَ المرونة تضبطه القواعدُ البيولوجية، فلا يمكن اكتسابُ القدرة على التدريب ومُمارسة أمرٍ ما لا يكون

لـه أصلٌ وراثـي بيولوجي مَكنون بهذا الإنسـان، فأنكـرَ أصحابُ هـذه النظرية أيَّ دورٍ للعوامـل البيولوجيـة المرْكـوزة في الإنسـان في عمليـة التجنيـس.

أمّـا أنصـارُ النظريـة البيولوجيـة فأرْجعـوا الفـوارقَ بين الجنسـين إلى السـبب الوراثـي البيولوجـي فقط.

ولقـد ثبـتَ أنَّ العوامـل الوراثيـة البيولوجيـة هي الأوقـعُ والأعمق تاثـيرًا. وهذا مـا أثبتْـه معسـكراتُ المـزارع الجماعيـة المَعروفـة باسْـم الـ"كيبوتـس" Kibbutz التي أنشـأها الكيـانُ الصهيـوني المحتـلُّ حيـث عومـلَ الذكـورُ والإنـاث بأسـلوبٍ مُتماثـل بعيـدٍ تمامًـا عـن أيِّ فـوارق تربوية. لقـد تمَّ بهذه المعسـكرات تجميـعُ المهاجريـن الجُدد لتدريبهـم عـلى الحياة في المجتمع الجديد، ويقوم المهندسـون الاجتماعيـون بجهودٍ كبيرة لمْنـع مُمارسـة أي دورٍ في توجيه وتنشـئة الطفل كذكـر، أو الطفلة كأنثـى. وحتى يتحققَ ذلـك فـإن نظـامَ الـ"كيبوتـس" يلتـزمُ في التربيـة بـأَنْ يرتـدي كلُّ الأطفـال – ذكـورًا وإناثًـا – نفـسَ الثيـاب المدرسـية، ويلتـزم جميـعُ الأطفـال بنفس قَصَّـة الشَّـعر، ويختار الأطفـالُ ما يشـاؤون مـن لُعـب، ولا تحتوي المناهـجُ الدراسـية على ما يحبِّـذ التجنس، ولا يتـمُّ توجيـهُ الأطفـال بتعليماتٍ تُظهر التمايـزَ الجنوسي (البناتُ لا ينبغي أن يتسـلقنَ الأشـجار – البنـاتُ لا ينبغـي أن يتَشـاجرن – الصبيـان لا ينبغـي أن يبكـوا كالبنـات – الصبيـان لا ينبغـي أن يلعبـوا بالعرائـس)، وتكـون إدارةُ الـ"كيبوتس" مَسـئولة عن أعـمال النظافـة والطبخ وغسـل الملابس وكيِّهـا، وغيرها مـن الأعمال الخَدَميـة المنزلية، فـلا يلمَـس الطفـلُ بذلـك أيَّ تمييزٍ بـين الذكـور والإناث.

لقـد توقعَ المسـئولون عنْ هذه المعسـكرات أنـه بمرورِ عددٍ مـن الأجيال التـي يتمُّ تنشـئتها بهذا الأسـلوب أنَّ الفروق بين الجنسـين سَتَتلاشـى وتصبحُ مـن الذِّكـرى، ولكـنَّ أمرًا من ذلـك لم يحدثْ بالرغـم من مرورِ أربعـة أجيال، فـمازال الأطفـالُ يكـبرون وهُـم حريصـون عـلى مُمارسـة دوْرهـم الفطْـري كذكـور أو إناث.

لقـد فشـلتْ كلُّ محاولات السياسـيّين في اسـتخدام الهندسـة الاجتماعية داخلَ الـ"كيبوتسـات" مـن أجـل خلْـق يوتوبيـا بالمفاهيـم الذُّكوريـة (مجتمـع يـرى أنَّ

السعادة تتحقق إذا تبنَّى الجميعُ – ذكور وإناث – قيمَ التحدي والتفوق المادي). كما قدموا برهانًا على أن عقولَ الذكور والإناث مختلفةٌ بالفطرة وليس بالتنشئة. وأنَّ البنين والرجال يعيشون غالبًا في عالم الأشياء من خلال عقول تنظيميَّة، بينما تعيش البناتُ والنساء في عالم الإنسان والعلاقات مِن خلال عقول عاطفية.

يحسم "مارك بردلف" أستاذُ الغدد الصمّاء بجامعة كاليفورنيا قضيةَ التنشئة أم الفطرة بقوله: "لقد أصبحنا على يقين من أنَّ مخَّ الأطفال ليس صفحةً بيضاء نَخطُّ فيها البرامجَ التي نريدها ليتصرفَ الطفل كذكر أو كأنثى. إنَّ الأطفال يولدون وقد تجنَّست عقولُهم على هيئة محدَّدة (عقل ذكوري أو عقل أنثوي). أي إنَّ الطفلَ يولَد بمخٍّ ذي هوية جنسية مُعينة، مخ تمَّ تشكيله داخل الرَّحم بعيدًا عنْ تَلاعب المهندسين الاجتماعيّين الذين ينتظرونهم خارجَ الرحم. أما دورُ التنشئة فيجب أن يدفع العقولَ في الاتجاه الجنسي الذي تمَّ تحديدُه مسبقًا".

انتهتْ كلماتُ "عمرو شريف" و"نبيل كامل".

إنَّ الذين يتبنّون نظريةَ التنشئة كأنهم يريدون من الإنسان أن تكونَ له مطلقُ الحرية في اختيار الجنس الذي يرغبُ في الانتماء إليه، وله أن يتنصَّل من جنسه الذي به ولدَ، ومِن نوعه الذي عليه خُلق إن أراد، إنها البذرةُ الماكرة التي عبثت في فطرة الناس، وشرَّعت الشذوذَ الجنسي، وإجراءَ عمليات التحول الجنسي.

وطبقًا لمستويات التجنيس الخمس يمكن تفسيرُ حدوث اضطراباتِ الهوية الجنسية حينما ينتمي الإنسانُ إلى أحد الجنسين في بعض مستويات التجنيس، بينما ينتمي إلى الجنس الآخر في المستويات التي تليه، (سَتأتي نبذةٌ عنِ اضطرابات الهوية الجنسية لاحقًا بالفصل السّادس).

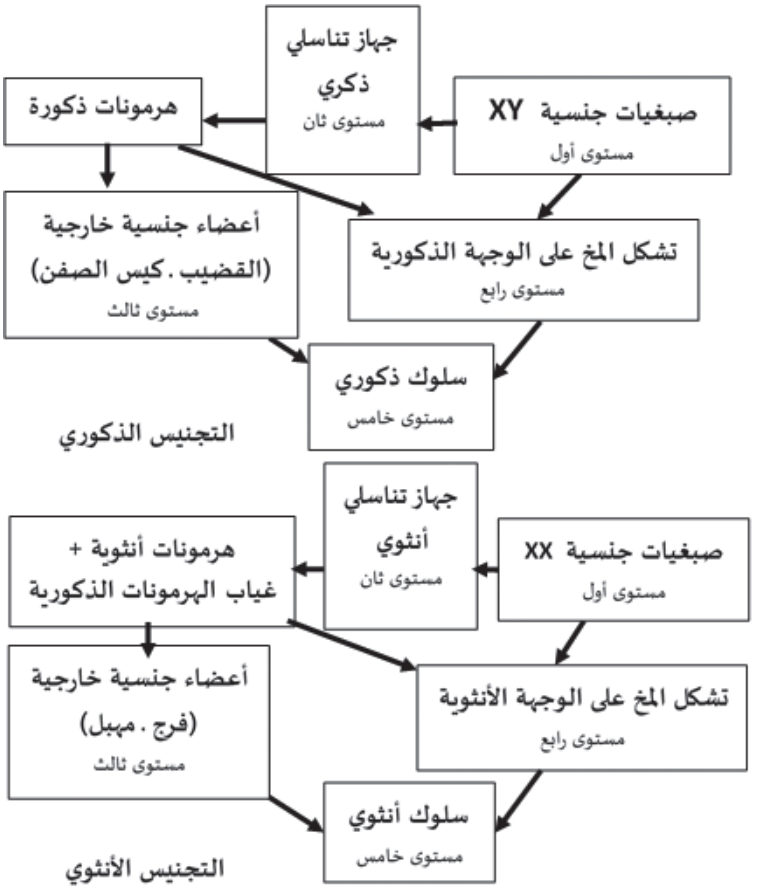
أمثلة:

– عدمُ إفراز الهرمونات الذكرية أو تثبيطُ نشاطها لأيِّ سببٍ في الجنين الذي على المستوى الصبغي ذكر XY وأنه على المستوى المنسلي يمتلك خصيتيْن سيؤدّي إلى توجُّه تشكيل المخ إلى الاتجاه الأنثوي، فيصير الإنسانُ ذكرًا على

المستويات الصبغي والمنسلي، أمّا على المستوى المُخي فسيكون على الهيئة الأنثوية، أي: الجسد لرجل يحملُ مخًّا أنثويًّا.

– قد يربَّى الطفلُ الذكر تربيةَ الأنثى أو تربَّى الطفلةُ الأنثى تربية الذكر، فينشأ لدى الصبي ميولٌ ليكون فتاةً، أو يتولَّد لدى الفتاة ميولٌ لتكون صبيًّا، ومن ثمَّ قد يترجمَا هذه الميولَ إلى أقوال وأفعال، فيحدثُ بهما اضطرابُ الهوية الجنسية على المستوى السلوكي، رغمَ سلامة هذه الهوية على المستويات الصبغية والمنسلية والتناسلية والمُخية.

ويمكن تجميعُ مستويات التجنيس وتوضيحُها مبسَّطة كما بالشكل (3).



شكل (٣): مستويات التجنيس في الإنسان

الخلاصة:

- منذُ لحظة تكوين اللاقحة باندماج نواةِ الحيوان المنوي معَ نواة البويضة يكون الجنين – على المستوى الصبغي – إمّا ذكرًا إذا كان الحيوانُ المنوي الذي خصَّب البويضةَ يحمل الصبغ الصبغي Y، أو سيكونُ الجنين – على المستوى الصبغي – أنثى إذا كان الحيوانُ المنوي الذي خصَّب البويضة يحمل الصبغَ الجنسي X.

- من بدْء الحمل حتَّى الأسبوع السادس من الحمل: يكون النسيجُ التناسلي الأوَّلي متماثلا في الجنين، سواء كان صبغيًّا ذكرًا أو أنثى. كما أنَّ مخَّ الجنين – أيًّا كان نوعُ جنسه الصبغي – أقربَ ما يكون على الهيئة الأنثوية.

- في الأسبوع السادس من الحمْل: يبدأ تشكلُ الغددِ التناسلية، الخصيتان في الجنين الذكر الحامل للصبغ الجنسي XY، والمبيضان في الجنين الأنثى الحامل للصبغ الجنسي XX.

- في الأسبوع الثّامن إلى الأسبوع الثامن عشر من الحمل: تحدث حالةٌ من التالي:

1 – إفرازُ هرمون التستوستيرون من الخصيتيْن في الجنين الذكر بتركيز مُناسب يؤدّي إلى تشكُّل المخ والأعضاء التناسلية الخارجية على الوجهة الذكورية.

2 – غيابُ هرمونات الذكورة من الجنين الأنثى يؤدّي إلى تشكلِ المخِّ والأعضاء التناسلية الخارجية إلى الوجهة الأنثوية.

3 – عدمُ إفراز هرمونات الذكورة أو تثبيط نشاطِها أو قلَّة تركيزها ونُدرة كميتها في الجنين الذكر يُحدث اضطرابًا يوجِّه تشكلَ المخ إلى الوجهة الأنثوية، بينما تتشكلُ الأعضاءُ التناسلية الخارجية على الوجهة الذكورية، أو – في أحوال نادرة – تنتقصُ من علامات الذكورة بها، وتظهر فيها بعضٌ من مظاهر الأنوثة.

4 – زيادةُ إفراز هرمونات الذكورة في الجنين الأنثى، يُحدث اضطرابًا في تشكل المخِّ صوبَ الذكورية، بينما تتشكَّل الأعضاءُ التناسلية الخارجية على الوجْهَة الأنثوية، أو – في أحوال نادرة – تتخذُ هذه الأعضاءُ الوجهة الذكورية بدرجةٍ ما من الدرجات.

وتعتبرُ الحالتان الأخْرَيان – كما ذكر – نادرتَا الحدوث.

المحطةُ الثّانية:
الخروجُ الكبير

ثمَّ...

تبدأ رحلةُ الإنسان – ذاك الخصيم المبين – في الحياة حينما يخرجُ من بطن أمِّه وليدًا في أحسن تقويم، بعدَ قرابة تسعة أشهر من تخصيب الحيوان المَنوي المحظوظ القادم من أبيه بالبويضة السَّعيدة التي بزغتْ من مِبْيَض أمه، فيحلُّ كضيفٍ جديد على البشرية، إمّا ذكر له أعضاءُ تناسل خارجية ذكورية، أو أنثى لها أعضاءُ تناسل خارجية أنثوية، وشتّان الفارقُ بين هذه الأعضاء في الذكر وفي الأنثى، ظاهريًّا وتشريحيًّا، كالتالي:

الجهازُ التّناسلي في الإنسان:

يتكون الجهازُ التناسلي – مثل أيِّ جهاز بجسم الإنسان – من أعضاء مختلفة، تتضافرُ وتتناغم معًا لتنتج الأمشاجَ الذكرية أو تلك الأنثوية. ولكنَّ هذا الجهاز على عكس بقية أجهزة جسم الإنسان يختلف كليةً في الذكر عنه في الأنثى، على النَّحو التالي:

أولًا: الجهازُ التناسلي في الذكر:

يتركب الجهازُ التناسلي للذكر من أعضاء خارجية، وأخرى داخلية (شكلي: 4 – 5)، كالتالي:

1 – الخصيتان Testes:

هما الغدّتان التناسليّتان في الذكر، وتتدلَّيان خارجَ جسمه بين فخذيه داخلَ كيس جلدي مرِن يحملهما ويحميهما يسمَّى بكيس الصِّفن

Scrotum، واحدةٌ منهما تكون جهةَ اليمين، والأخرى جهةَ اليسار. والخصيةُ بيضاويةُ الشكل، وفي أغلبِ الأحيان تكون الخصيةُ اليسرى متدلِّية أكثرَ من الخصية اليمنى.

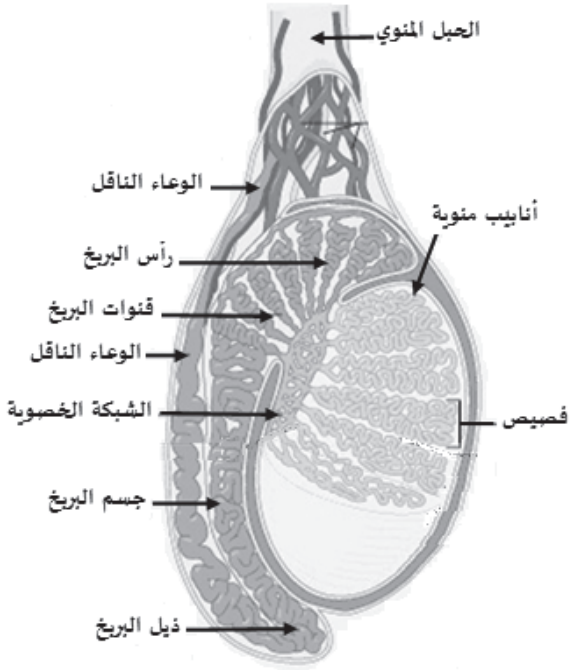
والسببُ في كوْن الخصيتيْن خارجَ الجسم لأنَّ إنتاجهما من الحيوانات المنوية السليمة يحتاج إلى درجة حرارةٍ أقلَّ قليلًا من درجة حرارة الجسم بحوالي درجةٍ أو درجتين مِئويَّتين، ولذلك كانت الخصيتان داخلَ كيس الصِّفن المَرن، بحيث ينكمش بانقباض عضلاته فيقربُ الخصيتين من الجسم أثناءَ البرد التماسًا للدفء، ويتمدَّد بارتخاء عضلاته أثناء الحرِّ فيبعدهما عن الجسم طلبًا لدرجة حرارةٍ أقل، موفِّرًا في كلتا الحالتين درجةَ الحرارة المناسبة لتكوين حيواناتٍ مَنوية حيَّة وسليمة.

وللخصيةِ وظيفتان أساسيَّتان، هما: إنتاجُ الحيوانات المنوية، وإفرازُ هرمون التستوستيرون. داخليًّا (شكل: 6)، تنقسم الخصيةُ إلى حوالي 250 فصيصًا، يحتوي كلٌّ واحد منهم على أنبوبةٍ أو أكثر من الأنابيب المنوية Seminiferous Tubules الدقيقة الملتوية شديدةَ التعرُّج، تحتوي هذه الأنابيبُ على الخلايا المنوية الأوليَّة المسئولة عن إنتاج الحيوانات المنوية، كما تحتوي على خلايا "سيرتولي" Sertoli المَسئولة عن تزويدِ الحيوانات المَنوية بالغذاء اللازم لنموِّها ونضجِها، وبين هذه الأنابيب المنوية توجد خلايا بينيةٌ تسمَّى بخلايا "لايديج" Leidig وهي مسئولةٌ عن إفراز هرمون التستوستيرون. تتصلُ هذه الأنابيبُ المنوية فيما بينها لتشكلَ شبكةً من الأنابيب تسمَّى بالشبكة الخصوية التي تتحدُ أنابيبُها في خمس عشرة إلى عشرينَ قناة يدخلونَ في رأس البربخ.

عمليةُ إنتاج الحيوانات المنوية مستمرَّة لا تتوقف؛ ولذا يشاهَد بالخصية جميعُ مراحل تطور الحيوانات المنوية، وهي عمليةٌ تستغرق حوالي سبعينَ إلى أربعٍ وسبعين يومًا (حوالي شهريْن ونصف الشهر).

2 – البربخ Epididymis:

هـو عضـوٌ أسـطوانيُّ الشـكل، مكـوَّن مـن كتلـةٍ مـن الأنابيـب المُلتفـة بإحـكام ومثبتـة معًـا بنسـيج ضـام، وملاصـق للخصيَـة مـن جهتِهـا الخلفيـة أو الجانبيـة، ويضمُّهمُهـا معًـا كيـسُ الصِّفن. يقسـمُ البربـخ إلى ثلاثِ مناطق رئيسـة (شـكل: 6):



شكل (٧): منظر أمامي لمنطقة الالتقاء بين الوعائين الناقلين والحوصلتين المنويتين وقناتي القذف.

- الـرأس هـو المنطقـةُ الأوسـع، والتـي تسـتقبل الحيوانـاتِ المنوية مـن قنوات الشـبكة الخصويـة بالخصيَة.

- الجسم وهو أضيقُ بقليل في قطرِه من الرأس، وينحدر نحوَ الحافة الخلفية للخصية.

- الذيل وهو الجزءُ السُّفلي الضيِّق من البربخ، وينتهي بالوعاء الناقل.

تدخـل الحيوانـاتُ المنوية إلى البربـخ وهي غيرُ ناضجة وسـاكنة، ومخفَّفة بالسـوائل. تدفـع عضـلاتُ البربـخ الملسـاء الحيوانـاتِ المنويـةَ لتنقلهـا داخـلَ قنواتهـا، خـلالَ هـذا

الوقت يتمُّ تزويدُ الحيوانات المنوية بالموادِّ الغذائية التي تفرزُ من بطانة البربخ، وتساعد في نُضجها، ويتمُّ امتصاصُ جميع الحيوانات المنوية المُشوهة والميتة. يتمُّ تخزينُ الحيوانات المنوية في ذيل البربخ لحين انتقالها إلى الوعاءِ الناقل بواسطة الأهداب، وانقباضات عضلات البربخ. إذا لم يتمّ قذفُ الحيوانات المنوية قد يستمرُّ تخزينُها بالبربخ لمدةٍ قد تصل إلى الشهر، وبعدَها تنتهي صلاحيةُ هذه الحيوانات فيتمُّ التخلصُ منها بامتصاصها، لتترك مكانهَا لحيواناتٍ مَنوية أصغر منها عمرًا، وأحدث تكوينًا.

مِن وظائف البربخ تغذيةُ الحيوانات المنويّة وإنضاجُها وتخزينُها، والتخلص من الميتة والمشوَّهة، ثمَّ نقلها إلى الوعاء الناقل.

3 – الوعاءُ الناقل (الأسهر – الحبْل المنوي – القناة المنوية) Vas deferens:

هو قناةٌ عضلية دقيقة، يبلغ قطرُها ضعفَ قُطر الشعرة، وطولُها حوالي 45 سم. وللذكر وعائان ناقلان، يخرج كلُّ وعاء من منطقة ذيل البربخ، ويمتدُّ ليعبر تجويفَ البطن، ويدور حولَ المثانة، وينتهي بجزءٍ مُتضخِّم يتخذُ شكلًا مغزليًّا يسمَّى الأمبولة يعمل كمخزنٍ للحيوانات المنوية، ثمَّ يصبُّ في نهاية الأمر بمَجرى البول عندَ التقائه بالمثانة (أشكال: 5، 6، 7). يسبب انقباض عضلاتِ جدران الوعاء الناقل في انتقال الحيوانات المنويَّة من الخصية حتَّى مجرى البول، حيث تختلطُ مع إفرازات الغدد التناسلية الأخرى (الحويصلة المنوية وغدَّة البروستاتا وغدة كوبر) ليتكون السائلُ المنوي.

4 – الحويصلةُ المنوية Seminal vesicle:

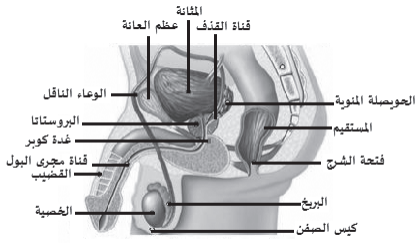
توجَد حويصلتان مَنويتان حولَ قاعدة المثانة البولية (شكلي: 5 – 7)، واحدةٌ على كلِّ جانب، تقوم هذه الحويصلاتُ بإفراز سائلٍ يحتوي على التالي:

– سكر الفركتوز الذي يغذّي الحيواناتِ المنوية، ويساعدُها في الحركة أثناءَ رحلتها داخل الجسم.

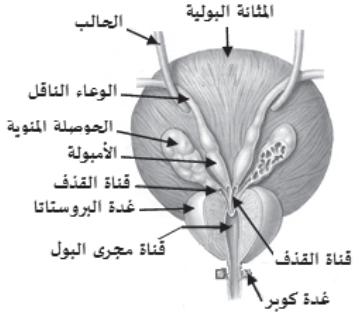
– مركبات قلويَّة تساعد على معادلةِ حموضة إفرازات المِهْبل لتحافظ على حيوية الحيوانات المنوية داخلَ الجهاز التناسلي الأنثوي.

5 – قناةُ القذف (القناة الدافقة) Ejaculatory duct:

للرجل قناتَا قذف، توجَد كلُّ قناةٍ عند منطقة الالتقاء الوعاء الناقل معَ الحويصلة المَنوية (شكلي: 5 – 7)، وتستقبل قناتَا القذف الحيواناتِ المنوية الآتية من الوعائين الناقلين، وكذلك إفرازات الحويصلات المنوية، وتخترقُ قناتَا القذف غدةَ البروستاتا، ويفتحان في قناةٍ تمرُّ عبرَها، وتأخذ في طريقها إفرازاتها ليتكوَّن السائلُ المنوي، وينقله إلى قناة مجرى البول أثناء القذف.



شكل (٥) مقطع رأسي في الجهاز التناسلي للذكر.



شكل (٧): منظر أمامي لمنطقة الالتقاء بين الوعائين الناقلين والحويصلتين المنويتين وقناتي القذف.

6 – غدةُ البروستاتا Prostate gland:

تقع غدةُ البروستاتا أسفلَ المثانة البولية وأمامَ المستقيم، وتتخذُ شكلًا هرميًّا، وتحيط بالجزء العُلوي الخلفي من قناة مجرى البول (شكلي: 5 – 7)، وتخرج إفرازات غدَّة البروستاتا الغليظة القوام البيضاء اللوْن القلوية أثناءَ الجماع وقبَل قذف السائل المَنوي، وتعمل هذه الإفرازاتُ على تسهيل نزول السائل المنوي كما تسهمُ قلويتها في حماية الحيوانات المَنوية من حموضة المِهبل حين انتقالها إليه. كما قد تنزلُ إفرازات غدَّة البروستاتا – خاصَّة حين وجود التهاب أو مرض أو التقدم في العمر – عقبَ التبوُّل أو التبرز، أو حمل أشياء ثقيلة نتيجة ضعفِ السيطرة على عضلات قاع الحوض، وتسمَّى هذه الإفرازات بالودْي.

7 – غدةُ كوبر Cowper's gland:

للرجل غدتَا كوبر، الواحدةُ منهما بحجم بذرةِ نبات البازلاء، تقعان أسفلَ غدَّة البروستاتا (شكل: 5)، وظيفتُهما الأساسية إفرازُ المَذْي، وهو سائلٌ قلوي أبيضُ شفاف يفرز عندَ الاستثارة الجنسية والتفكير في الجماع والمداعبة وقبلَ القذف (إطلاق السائل المنوي من القضيب على هيئة دفقاتٍ متتالية عندما يصل الرجل إلى ذروةِ لذَّته الجنسية).

إنَّ إنزالَ المَذْي في اللحظات الأولى للاستثارة الجنسية وقبلَ القذف يعمل على تطهيرِ قناة مجرى البول وشطفها من بقايا مُحتملة للبول الحامضي المُضر بالحيوانات المنوية، مُمهِّدا طريقًا آمنًا لمرور السائل المنوي، كما أنَّ نزول المَذْي بغزارة عند قلةٍ من الرجال قد يوفرُ نوعًا من التزليق البسيط الذي يسهم بدرجةٍ طَفيفة في تسهيل وتحسين عمليةِ الإيلاج أثناءَ الجماع.

8 – الحيواناتُ المنوية Sperms:

يبدأ الفتى بإنتاج الحيوانات المنوية حينما يبلغ جنسيًّا (عكسَ الفتاة التي تولد وبمبْيضيها كلُّ البويضات)، تظلُّ الحيوانات المنوية قابلةً للإخصاب لمدَّة ثلاثة أيام (وأحيانًا تمتدُّ إلى خمسة أيام) داخلَ الجهاز التناسلي الأنثوي. يتركب الحيوانُ المَنوي من التالي (شكل: 8):

شكل (٨): الشكل الخارجي لحيوان منوي.

- رأس Head يحتوي على العوامل الوراثية (الجينات) المحمولة على الصبغيات، كما تحتوي مقدمة هذه الرأس على إنزيمات تساعد على إذابة جدار البويضة السميك.

- عنق Neck يحتوي على عضيات خلويَّة تسمَّى بالميتوكوندريا، وهي المسئولةُ عن إنتاج الطاقة اللازمة لحركةِ الحيوان المَنوي.

- ذيل Tail يستخدَم كأداةِ الحركة والانطلاق داخلَ الجهاز التناسلي الأنثوي.

9 – السائلُ المنوي Seminal fluid:

سائل ذو قوام غليظ، له رائحةٌ مميزة ونكهة خاصَّة، يتراوح لونُه بين الأبيض الشفّاف والأصفر الغامق، إنه سائل نصفِ الحياة الذي يأتي منه الطفلُ والطفلة إذا وضعَ في محلِّه، مكانًا في مِهبل الزوجة، وزمانًا حين الجماع وقتَ الإباضة.

ويتم تجميعُ مكونات هذا السائل قبل القذف مباشرة، وهي عبارةٌ عن عنصرين، هما كالتالي:

أولًا: الحيواناتُ المنوية، التي يتمُّ إنتاجها بالخصية، وهي تأخذ نصيبًا ضئيلًا (1–2٪) من كميةِ السائل المنوي.

ثانيًا: سوائلُ لتغذية الحيوانات المنوية، والحفاظ عليها حينما تقذفُ في المهبل ذي الوسط الحمضي. وتمثلُ هذه السوائل الجزءَ الأكبر الذي يتشكل منه السائلُ المَنوي، وهي إفرازاتُ الحويصلات المنوية وغدَّة البروستاتا.

تتراوح الكميةُ الطبيعية للسائل المنوي المَقذوف في الجماع الواحد من 2 إلى حوالي 5 سم^3، ويحوي كلُّ 1 سم^3 على حوالي مائة مليون حيوانٍ منوي. ويتمُّ قذفُ السائل المنوي على هيئة دفقات عند بلوغ الرجل لذروة لذتِه الجنسية، آخذًا في طريقه ما تمَّ إفرازُه من مذْي غدَّة كوبر. يحدث هذا القذفُ نتيجةَ التقلص القوي من الداخل للخارج لعضلات جدران الأنابيب التي تأوي وتخزنُ السائلَ المنوي وقناتي القذف، كما تحدثُ تقلصاتٌ وانقباضات أخرى

بالقَضيب وبعضلات قاع الحوض (عضلات كيجل). وبصفةٍ عامَّة كلما كان الشعورُ باللذَّة الجنسية عارمًا كان القذفُ أشد. وإنَّه من الطبيعي تناقصُ قوة قذف السائل المنوي مع التقدُّم في العمر.

تتلخص رحلةُ الحيوانات المنوية من المنْبع حتى القذف كالتالي:

تتكون الحيواناتُ المنوية بانقسام الخلايا المنوية الأوليَّة بالموجودة بالخصية، ثمَّ تنتقل هذه الحيواناتُ إلى البربخ ليتمَّ تغذيتُها وتخزينها، ثمَّ تتَّجه إلى الوعاء الناقل.

يبدأ الاستعدادُ لعملية قذف السائل المنوي عندَ حدوث احتكاكاتٍ في الأجزاء الحساسة بالقضيب، مما يؤدّي إلى تنبيه الجهاز العَصبي المركزي خلالَ موجات ومنبِّهات عصبية تمرُّ عبرَ النخاع الشوكي، فيرسل المخُّ حينها أوامرَ بانقباضات في الوعاء الناقل، فيحدث ضغطٌ على الحيوانات المنويَّة الموجودة به، وتلك الموجودة بالأمبولة، لتتَّجه نحو قناة القذف، فتلتقي مع إفرازات الحويْصلات المنوية وغدَّة البروستاتا فتمتزج معهم ليتكون السائلُ المنوي عندَ قاعدة القضيب. ثمَّ تبدأ مرحلةُ القذف بالشعور بذروةِ اللذة الجنسية فتنقبض عضلاتُ قاعدة القضيب انقباضاتٍ متعاقبةً قاذفة السائل المنوي بقوَّة خارج القضيب عبرَ مجرى البول على هيئة دفقات، آخذًا في طريقِه ما بهذا المجرى من إفرازات غدَّة كوبر.

10 – القضيب Penis:

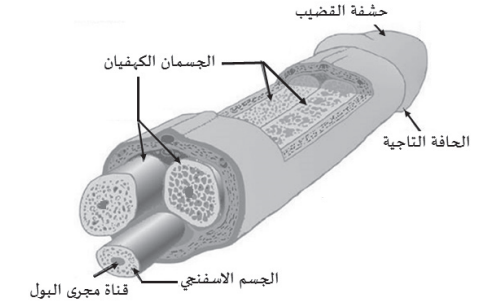
هو العضو البولي التناسليُّ للرجل، ويمثل الأداةَ التي يتمُّ بها إخراجُ البول أثناءَ التبول (وظيفة إخراجية) وقذف السائل المَنوي عندَ بلوغ ذروة اللذة الجنسية (وظيفة تناسلية).

وظيفيًّا، لا يمكن للقضيبِ القيامُ بالوظيفتين الإخراجية والتناسلية في نفس الوقت، بسبب وجودِ عضلة عَنق المثانة التي تفصل المثانةَ عن قناة مجرى البول

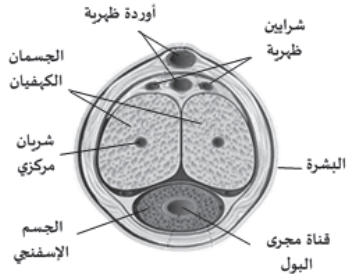
التي تنقبض قبلَ القذف، فيمنع هذا الانقباضُ مرورَ البول من المثانة إلى قناة مجرى البول أثناءَ القذف كما يمنع دخولَ السائل المنوي إلى المثانة.

ظاهريًّا، يتكون القضيبُ من جزئين، حشفة إسفنجيَّة بقمته، ومِن خلفها جسمٌ أسطوانيُّ الشكل إلى حدٍّ ما، تكون الحشفةُ عند اتصالها بالجسم الأسطواني حافَّة بارزة، خاصَّة في الجزء العلوي للقضيب، وتسمَّى بالحافة التاجية (شكل: 9). بالحشفة فتحةٌ لخروج البول وهي نفسُها الفتحةُ التي يخرج منها السائلُ المنوي والودْي والمذْي. يختلف شكلُ ولون وطول القضيبِ بين رجلٍ وآخر، وتعود أسبابُ هذا الاختلاف أساسًا إلى العوامل الوراثية.

تشريحيًّا (شكلي: 9 – 10)، يتركَّب القضيبُ من ثلاثِ «أنابيب»، أنبوبتيْن ظهريَّتين جانبيَّتين بهما العديدُ من الفجوات، إحداهما على اليمين، والأخرى على اليسار، ويسمّيان بالجسميْن الكهفيَّين وهما يمثلان النسيجَ الانتصابي بالقضيب، وأنبوبة بطنيَّة سفلية تمثل ما يسمَّى بالجسم الإسْفنجي الذي تتوسَّطه قناةُ مجرى البول. يحيط غلافٌ بالجسمين الكهفيَّين، ويمتدُّ على السطح الظهري بطول القضيبِ شرايين وأوردة، كما يزود كلَّ جسم كهفي بشريانٍ مركزي طولي، ولا توجد دهونٌ تحت الجلد.



شكل (٩): رسم ثلاثي الأبعاد للقضيب مبينًا تركيبه التشريحي.



شكل (١٠): قطاع عرضي في القضيب.

يكون القضيبُ في أغلب أحواله مُرتخيًا طريًّا لينًا صغيرَ الحجم، ويتحولُ من حالة الارتخاء والطَّراوة واللين وصغر الحجم إلى حالةِ الصلابة وكبَر الحجم بعمليةٍ طبيعية صحية تسمَّى **بالانتصاب** Erection، وهي عمليةٌ هامَّة

وضروريـة لإتمـام الجـماع عـلى الوجْـه المرْجـو، ولجلـب الشـعور المتميّـز بذروة اللـذةِ الجنسـية للزوجين.

والانتصـابُ لاإرادي، وهـو يمثـل منظومـةً متكاملـة تتضافرُ لإتمامه عـلى الوجْه المرْجـو عـدَّة جهـات، أهمها: الهرموناتُ الجنسـية وجهـازٌ عصبي سـليم ودورةٌ دموية جيـدة وسـلامةُ القضيب العضوية وسـلامةُ غدَّة البروسـتاتا، مما يـؤدّي إلى تدفق الدم إلى القضيـب، فتمتلـئ فجـواتُ الجسـمين الكهفيَّـين بـه، فيتسـبَّب ذلك في اسـتطالتِه وصلابتـه وازديـاد قطْـره ومحيطـه، وفي نفـس الوقـت تضيـق أوردتُـه الدمويـة فيمنع رجـوعُ الدَّم إلى الجسـم فيظلُّ بالقضيـب، مما يحافظُ عـلى انتصابه. وبعدمـا يتمُّ القذفُ ينـصرف الدمُ عـن الجسـميْن الكهفيّيْن عـبرَ الأوردة فيـزول الانتصاب.

ويحدث الانتصابُ إما:

1 – نتيجة الاسـتثارة الجنسـية والتأهُّب لممارسـة الجنس، فالدم يتوجَّـه إلى الأعضاء التـي تتأهبُ للقيـام بوظيفتهـا، كتوجُّه الدم إلى المعـدةِ عقبَ تنـاول وجبة طعام.

2 – عفويًّـا أثنـاء النوم، فيحـدث الانتصابُ مـرَّة أو ربما أكثرَ ليـلًا أثناء النوم، وقبيلَ الاسـتيقاظ فجرًا، بما يسـمّى بالانتصـاب الليلي أو الصباحـي. ويحدث ذلك نتيجـةَ امتـلاء المَثانـة بالبـول فتضغط عـلى الأعصـاب التناسـلية التي تمـرُّ بجانبها، فتحفـزُ الـدم ليتَّجه إلى الأعضاء التناسـلية ويحـُدث الانتصاب.

3 – فجأة في أيِّ وقت من النهار أثناءَ الاستيقاظ بدون أيِّ استثارات جنسية.

الصنفـان الأخـيران مـن أسـباب الانتصـاب يُشـيران إلى سـلامة القضيـب عضويًّـا، ومـن شـأنهما تنشـيطُ الـدورة الدمويـة بالقضيب عـبرَ شراينـه وأوردته، وتحسـين صحتِـه، وتمرين أنسـجتِه عـلى الانتصـاب، وهـذا أمـرٌ ضروري وصحيٌّ للحفـاظ عـلى قـوة انتصابِـه، كـما أنَّ حدوثهـما يعنـي أنْ ليـس كلُّ انتصـاب تسـببُه الاسـتثارةُ الجنسـية.

والقضيـبُ في حالـة الارتخاء قـد يكون صغـيرَ الحجـم Grower أو يكون كبيرَ الحجـم Shower، ولكـن عنـدَ الانتصـاب يـزداد حجـمُ القضيـب صغـيرِ الحجـم

كثيرًا، بينما حجمُ القضيب كبيرُ الحجم يزداد قليلًا حتى يتساوى - أو يتقارب - طول مَن كان قضيبُه المرتخي صغيرًا مع مَن كان قضيبُه المرتخي كبيرًا، بل - في بعض الأحيان القليلة - يكون القضيبُ المرتخي الصغير حينما ينتصب أكبرَ طولًا وقُطرًا من القضيب المرتخي الكبير حين انتصابه.

ولأنَّ البشر سلالات، فهناك سلالةٌ بصفة عامَّة تمتاز بضخامة حجم القضيب المُنتصب (كغالبية سكان «أفريقيا» وبعض من سكان «أمريكا الشمالية» من أصل أفريقي) وسلالة أخرى يتَّسم القضيبُ المنتصب عادةً بصغَر الحجم (كغالب السلالة المغولية «شرق أسيا»)، وسلالة ثالثة يكون حجمُ القضيب المنتصب وسطًا بينَ هذا وذاك (كغالب أبناء السلالة القوقازية «أوروبا - شمال أفريقيا»).

كما أنَّ الزاوية التي يصنعُها القضيبُ المنتصب مع السطح الخارجي لبطنِ الرجل تختلف من كوْنها زاويةً حادة إلى زاوية قائمة.

وإنَّه من الأهمية معرفةُ أنه لا علاقةَ بين حجم القضيب المُنتصب وبينَ جودة العلاقة الجنسية، إنما هو التوافقُ بين حجم القضيب المنتصب وحجم المِهبل الذي سوف يتعامَل معه؛ ولذا اقتضتْ حكمةُ الله أن تتناسقَ الأعضاء التناسلية لكلِّ سلالة في كلٍّ من الذكر والأنثى مع بعضها البعض.

كما تتوقف جودةُ القدرة الجنسية للرجل على قوَّة الانتصاب، وعلى مُحيط القضيب المنتصب، وهو الأهمُّ عند كلٍّ من الرجل والمرأة من طولِه، وعلى توقيت القذْف وقدْر توافقه معَ بلوغ المرأة ذروتَها الجنسية.

وقد يتَّخذ القضيب المنتصبُ شكلًا به انحناءةٌ بسيطة (أقصاها كانحناء ثمرة نبات الموز)، وقد يكون هذا الانحناءُ لأعلى أو لأسفل، أو لأحد الجانبين يَمينًا أو يسارًا، وهي انحناءاتٌ طبيعية لا ضيرَ منها، ولا تؤثرُ سلبًا على الجِماع، ولا تعيق الإيلاج. أما إذا زادَ الانحناءُ وصار 90° أو أكثرَ في أي اتجاهٍ فيجب حينئذٍ استشارةُ الطبيب المختص.

ومما يجُب ذكرُه أن الجزءَ الأساسي من القضيب الذي به الإحساسُ العارم بذروة اللذَّة الجنسية يقع مباشرة خلفَ رأس القضيب من الناحية السفلية، أما بقيةُ طول جسم القضيب فهي تحققُ الحركةَ لمسافةٍ أطول في الإيلاج والنزع أثناءَ حركات الجماع للحصول على متعةٍ أقوى وأشد، وأيضًا لإيصالِ السائل المنوي لأعمق منطقةٍ بالمِهبل.

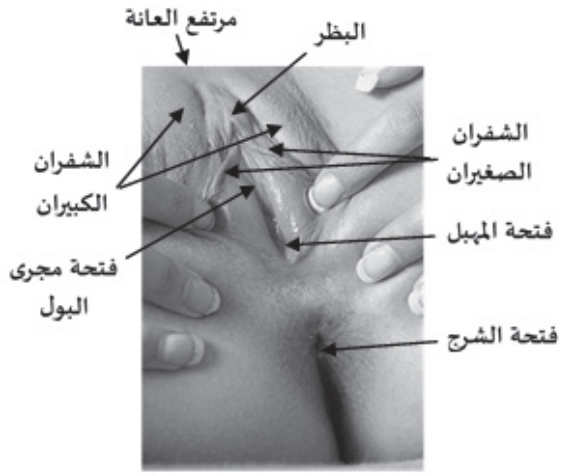
ثانيًا: الجهازُ التناسلي في الأنثى:

يتركب الجهازُ التناسلي للأنثى من أعضاء خارجيةٍ وأخرى داخلية، وتمثل الأخيرةُ القاسَم الأكبر منها، بعكس الرجل الذي تكون أغلبُ أعضائه التناسلية خارجَ جسمه، وهذا أمرٌ منطقي، فمَن كانت وظيفته في الإنجاب هي طرد الأمشاج ودفعها خارج جسدِه كانت أغلبُ أعضائه التناسلية خارجية، ومَن كانت وظيفته هي استقبالَ أمشاج الآخر، واحتواء الجنين، وحمله وإنماءَه داخلَ جسده؛ فيتحتَّم أن تكون أغلبُ أعضائه التناسلية داخلية، وسبحانَ الذي خلق فسوَّى.

أغلبُ أعضائه التناسلية خارجيةٌ لأنَّه يطرد أمشاجَه إلى الخارج..
أغلبُ أعضائها التناسلية داخلية لأنَّها تستقبل أمشاجَه وتحْوي الجنين.

أولًا: الأعضاءُ التناسلية الخارجية للمرأة:

هي مجموعةُ الأعضاء التي تقوم بوظائف ثلاثةٍ رئيسة، وهي: وقاية الأعضاء التناسلية الداخلية من الإصابة بالعدْوى، وتحقيق المتعة الجنسية، وتمكين السائل المَنوي من دخول المِهبل، وهي تتكونُ من التالي (شكل: 11):



شكل (١١): الأعضاء التناسلية الخارجية للأنثى.

1 – مرتفعُ العانة أو مرتفعُ فينوس أو النتوءُ العاني Pubic area:

يقع مرتفعُ العانة فوقَ عظمة العانة أعلى الأعضاءِ التناسلية الخارجية من الجهة الأمامية أسفلَ البطن، يكسوها بعدَ البلوغ شعرُ العانة، الذي سيبدأ خفيفًا ناعمًا أولَ الأمر، ثمَّ لا يلبث أن يصبحَ قاسيًا مجعدًا فيما بعد. تحتوي العانةُ على العديد من النهاياتِ العصبية والحسية، ولذلك فهي حساسةٌ للَّمس والضغط؛ مما يسبِّب إثارةً جنسية لدى بعض النساء.

2 – الشّفران الكبيران (الخارجيان) Labia majora:

هما ثنيَّتان تشبهان الشفتيْن على طول الفرج، تمتدّان بينَ فخذي المرأة من الأمام عندَ نهاية العانة إلى الخلف حيث تنتهيان قبلَ فتحة الشرج بقليل، وتحيطان وتحميان – إلى حدٍّ ما – باقي أعضاء التَّناسل الخارجية من الشفريْن الصغيرين، والبظْر، وفتحة المِهبل، بالإضافة إلى فتحة مجرى البول.

والشفران الكبيران يتَّسمان بالنعومة والخلوِّ من الشعر أثناءَ مرحلة الطفولة، ولكن بعد البلوغ يغطي الشعرُ السطحَ الخارجي المواجِه للفخذين، بينما سطحُهما الداخلي المواجِه للشفرين الصغيرين فعديمُ الشعر، ويترطبُ

هـذا السـطح الداخلي ببعـض الإفـرازات الطبيعية. يحتـوي الشـفران الكبيران على نسـيج مترابـط غنـيٍّ بالغـدد الدهنيـة وبعـض الألياف العضليـة الرَّخـوة المَطاطية التـي تربطهـا بالفخذيـن، ولذلـك يتباعـد الشـفران الكبـيران عن بعضهـا البعض عنـدَ المباعـدة بـينَ الفخذيـن، كـما أنَّ بهـا القليلَ مـن تجمُّعـات النهايـات العصبية التـي تشـارك بدرجـةٍ طفيفـة في الوظيفـة الجنسـية عنـدَ بعض النسـاء.

3 – الشفران الصغيران (الداخليان) Labia minora:

همـا ثنيَّتـان رقيقتان – في الغالب – من نسـيج إسـفنجيٍّ انتصابي مَـرن، يمتدّان مـن الأمـام إلى الخلف، ويقعـان إلى الداخل بين الشـفرين الكبيريـن، وعلى التوازي معهـا، ولذلك قـد يتطلبُ لرؤيتها حـالَ صغر حجمِهـا إبعادَ الشـفرين الكبيرين بالأصابـع، وهُمـا يلتقيـان مـن الأمـام ويتَّحـدان مـع البظر، أمـا في الخلـف فتضيع نهايتُهـا بأسـفل الشـفرين الكبيريـن. وهمَـا يختلفان من امـرأة إلى أخـرى في الحجم والشَّـكل واللـون، ففـي الغالـب يتَّخـذ الشـفران الصغـيران لونًـا زهريًّـا، بينما قد يصطبـغُ الجـزء الـذي يـبرز خـارج الشـفرين الكبيريـن باللـون الداكن. والسـطحُ الداخـلي للشـفرين الصغيريـن ناعـمُ الملمـس، وخـالٍ مـن الشـعر، ومـزوَّد بغـددٍ دهنيـة تعمل عـلى ترطيبـه دومًا منعًـا لحـدوث الالتهابـات والجفاف.

يتَّسـم الشـفران الصغـيران بغنائهـا بالشُّـعيرات الدمويـة الكثيفـة، والتـي تتسبَّب في انتفاشـهما حينـما يتدفـق فيهـا الـدمُ أثنـاء الاسـتثارة الجنسـية. ويحـصر الشـفران الصغـيران بينَهـما الدهليـزُ الفرجـي Vestibule of the Vulva الذي يضمُّ فتحتـي المِهبـل ومجـرى البول.

ومِـن وظائـف الشـفرين الصَّغيريـن تنظيـمُ توجيه البـول بعيدًا عنِ الجسـم أثنـاءَ التبـول، وكذلـك دم الحيـض، وتغطيـة جزئيـة لفتحتـي المِهبـل ومجـرى البـول، والمُسـاهمة إلى حـدٍّ ما عنـدَ بعض النسـاء في الشـعور بنوع من الاسـتثارة والمتعـة الجنسـية لاحتوائهـا عـلى مجموعاتٍ مـن النهايـات العصبية الحسـية، كما أنَّهـا يُسـهلان توجيـهَ القضيـب صـوبَ فتحـة المِهبـل أثنـاء الإيلاج بما يشـكِّلاه مـن دهليـز فرْجي.

الشكلُ الخارجي للفرج Vulva:

يكتسب الفرجُ شكلَه الخارجي طبقًا للهيئة التي تتَّخذها الأشفارُ الكبيرة والصغيرة. ويختلف شكلُ الفرج من امرأةٍ لأخرى، كما يختلف عندَ نفس المرأة حسبَ عُمرها. فعندَ الفتاة الشابة تكون الأشفارُ الكبيرة ذات قوام متماسك وسميك، ولاحتواء الشفرين الكبيرين على نسيج دهني فكانَ من الطبيعي أن يزدادَ سمكُهما عندَ المرأة البدينة، وينحفَا أو يتجعَّدا عندَ المرأة النحيفة، خاصَّة عندما تفقدُ من وزنها.

أما الأشفارُ الصغيرة فقد تتطاولُ عند بعض النساء وتبرزُ خارج الأشفار الكبيرة، وعندَ أخريات قد تصلُ لحدود الأشفار الكبيرة، كما قد يكون أحدُ الشفرين الصغيرين أكبرَ حجمًا من الآخر عندَ قلة من الفتيات. وربما تنزعجُ بعض الفتيات حينما يكون الشفران الصغيران (أو أحدهما) بارزيْن بشدَّة خارجَ حدود الشفرين الكبيرين، ولكنْ ما قد يزعج المرأةَ قد يُسعد زوجَها ويلقى لديه قبولًا وربَّما ترحيبًا.

أثناءَ الحمل - في أحيان كثيرة - يزداد سمكُ الأشفار الصغيرة، وتصير أغمقَ لونًا، وبعدَ سنِّ اليأس Menopause وتقدُّم المرأةِ في العمر تضمرُ هذه الأشفار الصغيرة تدريجيًّا، حتى تختفي أو تكادُ بين الأشفارِ الكبيرة عند الهِرَم.

4 - البظر Clitoris:

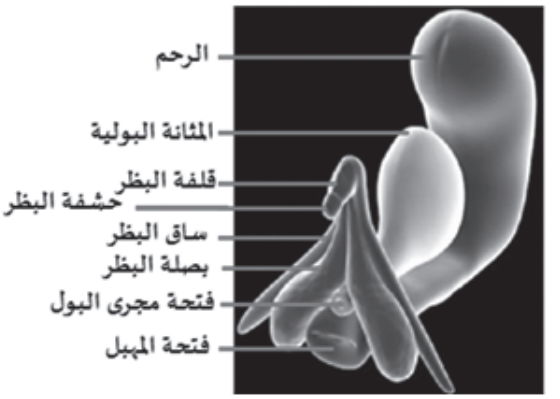
هو عضوُ الاستمتاع الجنسي الأساسي للمرأة، وبه الآلافُ من النهايات العصبية القابلة للاستثارة والتَّهييج الجنسي، ولذا فهو شديدُ الحساسية للتحفيز والإثارة الجنسية والوصول إلى ذرْوة لذَّة الارتواء عندَ دلْكه أو فرْكه أو حكِّه أو الضغط عليه.

يحتُّل البظرُ نقطةَ الالتقاء بين طرفي الشفرين الصغيرين من الجهة الأمامية، يبلغ طولُ الجزء الخارجي الظاهرِ منه حين الارتخاءِ بين سنتيمتر إلى سنتيمترين تقريبًا عندَ أغلب النساء. وكما اختلف طولُه بين الإناث اختلفَ

أيضًا شكله. وتعود أسبابُ الاختلاف إلى عوامل وراثيةٍ وهرمونية وبيئية، ولا علاقةَ لهذه الاختلافات بعُمق الحصول على النَّشوة الجنسية، ولا بسهولة حدوثِ الاستثارة الجنسية.

يتميزُ البظرُ باحتوائه على نسيجٍ انتصابي يتدفَّق إليه الدمُ عند حدوث استثارةٍ جنسية، فيتمدَّد ويزداد حجمُه وينتصبُ شأنه في ذلك شأن القضيبِ في الرجل.

يتركَّب البَظر من ثلاثة أجزاءٍ رئيسية (شكل: 12): حَشفة البَظر وهو الجزءُ الظاهر من البظر، وساقي البظر وبصلتي البظر، وهما يوجدان داخليًّا حولَ فتحتي المِهبل ومجرى البول، فغالبيةُ البَظر يقع داخلَ الحوض، وعندما ينتصبُ فإنه يلتف عمليًّا حول المِهبل.



شكل (١٢): مجسم ثلاثي الأبعاد للبظر داخل الجسم.

يظلُّ حجمُ البظر صغيرًا قبلَ البلوغ ثمَّ يكبر حجمُه سريعًا عند البلوغ.

البظرُ عند المرأة يماثل القضيبَ عند الرجل، والفرقُ بينهما من الناحية التشريحية هو أنَّ القضيَب له نسيجان كهفيّان قابلان للانتصاب، ونسيج ثالث إسفنجي قابل للتمدُّد تتخلله قناةُ مجرى البول، بينما يوجَد في البَظر نسيجان كهفيّان قابلان للانتصاب عندَ الاستثارة الجنسية، بينما لا يمتلك البَظر نسيجًا إسفنجيًّا لا تجري فيه قناةُ البول، فللمرأة مجرى خاصٌّ للبول، وفتحتُه تقع خلفَ الجزء الظاهر من البَظر بحوالي 2 أو 3 سم.

5 – فتحة مجرى البول Urinary opening:

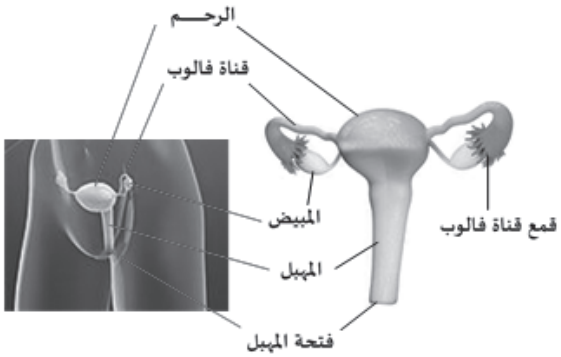
تقع فتحةُ مجرى البول بينَ الجزء الظاهر من البَظر وفتحة المِهبل بالدهليز الفرجي، ويغطّيها الشفران الصغيران، وهي بالطبع ليست ضمنَ الأعضاء التناسلية وإن كانتْ تقع بينهم.

6 – فتحةُ المِهبل Vaginal opening:

تقع خلفَ فتحة مجرى البول، وأمامَ فتحة الشرج بالجهة الخلفية للدهليز الفرجي. إنَّها فتحةُ التزاوج والجِماع عند الأنثى، وهي المدخلُ إلى المِهبل، وبقية أعضائها التناسلية الداخلية، وهي – أيضًا – المخرجُ لدم الحيض والإفرازات المهبليَّة، كما هي المَخرج الذي يسلكه الوليدُ حين ولادتِه بالطريقة الطبيعية.

ثانيًا: الأعضاءُ التناسلية الداخلية للمرأة:

تتكون الأعضاءُ التناسلية الداخلية للمرأة مِن التالي (أشكال: 13، 14، 15):

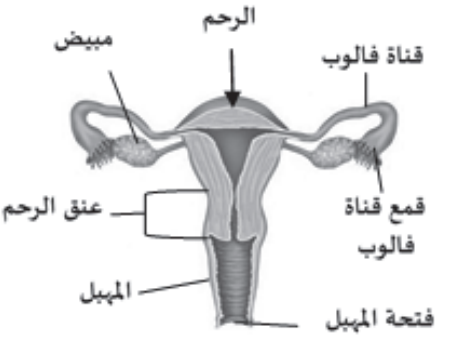


شكل (١٣): مجسم ثلاثي الأبعاد للأعضاء التناسلية الأنثوية.

1 – المِهبل Vagina:

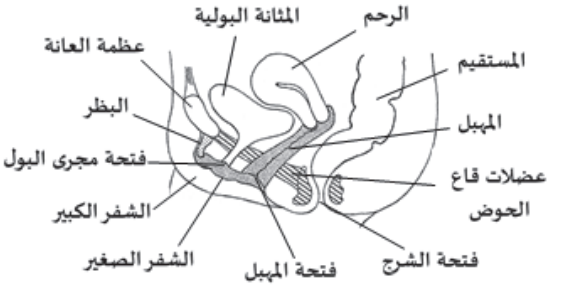
هو عضوٌ أنبوبي عَضلي مَرن مجوَّف، طوله – في العادة – من 10 إلى 16 سنتيمترًا، يصل ما بين فتحةِ المِهبل الخارجية إلى عُنق الرحم، ويلُج فيه القضيب أثناءَ عملية الجماع، ويستقبل السائلَ المنوي المقذوف.

مرونـةُ المهبـل مُذهلـة، فجـدارُه يبـدو منطبقًـا عـلى بعضـه، منغلقًـا في غـير أوقـاتِ اسـتعماله أثنـاءَ الجـماع والـولادة. ولأنَّـه مَـرن وقابـلٌ للتمـدُّد فإنـه يأخـذ شـكلَ الأجسـام التي تدخلُـه أو تخرج من خلالـه، كالقضيبِ حـالَ الجماع وأدوات الطبيـب حـين توقيع الكشـف الطبـي، أو المولـود الذي يخرج عـبرَه أثنـاءَ الولادة، ثـمَّ يعـود منغلقًـا مـرةً أخرى بسـبب مـا لديـه مـن آليـاتِ إصـلاحٍ ذاتي تعمل على عودتـه بعـدَ الجـماع والـولادة إلى سـابق وضْعـه قبلهما.



شكل (١٤): الجهاز التناسلي للأنثى.

وعـلى مسـافةٍ قليلـة مـن مدخل المِهبل (حوالي من 1 سـم إلى 2 سـم مـن فتحةِ المهبـل) وفي الجـزءِ الأمامـي منـه تقـع منطقـةٌ ثريـة بتجمُّعـات النهايـات العصبيـة الحسّاسـة جنسـيًّا، ويعدُّ هذا الجزء أساسـيًّا في شـعورِ المرأة باللذة الجنسـية وبلوغها ذروةَ لـذَّة الارتـواء الجنسي عـبرَ الإيلاج مـن المهبل.



شكل (١٥): قطاع طولي في منطقة الحوض للأنثى.

يبطَّن المهبلُ بغشاء مخاطيٍّ وردي شاحب ذي طياتٍ أفقية، ومِن أسفله نسيجٌ غنيٌّ بالشعيرات الدموية، وترتشحُ من خلاياه إفرازاتٌ مهبليَّة حمضية بشكلٍ مُستمر مما يسمحُ بالتنظيف الذاتي للمِهبل والمساعدة في منع إصابة الجهازِ التناسلي بعدْوى خارجية. وتمنح هذه الإفرازاتُ مع إفرازات مخاطِ عنقِ الرحم، وغدَّتي بارثولين ترطيبًا للمِهبل يحفظه من الجفاف. ويختلف تركيبُ وقوام هذه الإفرازات حسبَ مرحلة الدورة الشهرية، كما تختلف كميتُها من سيدةٍ لأخرى.

بعضُ هذه الإفرازات يخرج طالما كانتِ المرأة في حالة استثارةٍ جنسية، فيوفرُ تزليقًا ضروريًّا يساعد على تسهيل إيلاج القضيبِ أثناءَ الجماع مُسببًا راحةً وسَلاسة ومتعة يشعرُ بها الزوجان، وهي إفرازاتٌ لا تخزن أو تتدفق أو تقذف مثلَ السائل المَنوي، وقد تجفُّ قبل أن تخرج، وقد تظلُّ داخلَ المهبل إنْ قلَّصت المرأةُ عضلات المِهبل، وتتوقف عنِ الخروج أن خمدت الاستثارة الجنسية بعدَ الوصول إلى ذروة لـَّذة الارتواء، ثمَّ تجُّف بعد ذلك.

الإفرازاتُ المِهبلية للتنظيفِ الذاتي والحفاظ على المِهبل من الجفاف والوقاية من العدْوى، وحينَ الاستثارة الجنسية.

وطالما كانتِ الإفرازات المهبليةُ بيضاءَ، ولا رائحة لها، وتتمُّ بين فتراتِ الدورة الشهرية، وليست مصحوبةً بأعراض مثل الألم أو الحكَّة أو الاحمرار أو الروائح الكريهة فإنَّها تعتبر طبيعيةً وصحية، أمّا إذا كانت لها ألوانٌ وذاتُ رائحة كريهة ومَصحوبة بالألم أو بالحكَّة أو بالاحمرار؛ فذلك له دلالةٌ مَرضية، حينئذ يجب الرجوعُ إلى الطبيبة/ الطبيب المختص.

المهبِل مكانٌ غني بالكائنات الأوليَّة الجيدة كالخميرة والبكتيريا كمكوِّن طبيعي في نظام بيئي مُتوازن ودقيق للغاية، وهي لا تسبِّب أمراضًا بل تفيدُ في المحافظة على درجة حموضةِ سوائل المِهبل، ممّا يساعد في منع نمو البكتيريا والفطريات الممرضة، وبالتالي تسهم في منعِ حدوث العديد من الالتهابات.

جدارُ المِهبل قادرٌ على الامتصاص بنفس مَقدرة الجهاز الهضمي، ولذلك يمتصُّ محتويات السائل المنوي، كما يمتصُّ بعضَ الأدوية التي تعطى عن طريق المهبل.

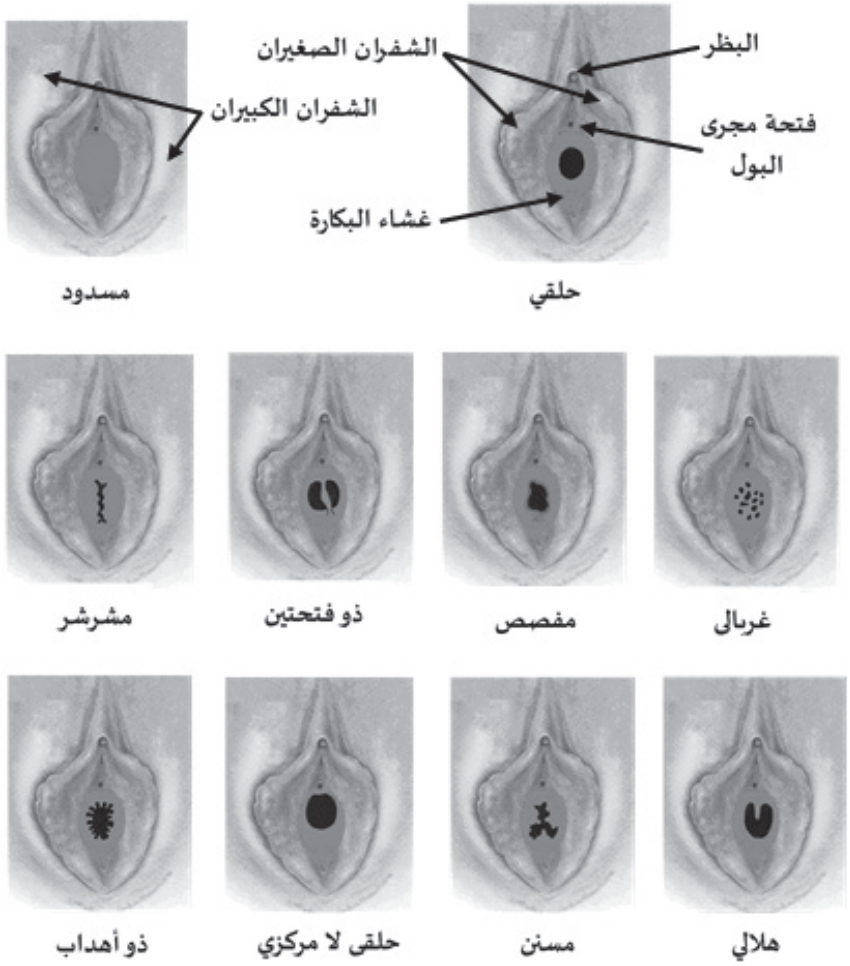
وبالمِهبل عددٌ من التراكيب كالتالي:

أ) غشاءُ البكارة Hymen:

ينشا غشاءُ البكارة في الأنثى وهي لا تزال جنينًا في رحم أمها، وينمو مع نموِّ جسمها كحالِ باقي الأعضاء. إنَّه نسيجٌ رقيق يسدُّ مدخلَ المهبل بشكل غير كامل، ويقع داخليًّا على بُعد 2–3 سنتيمترات من فتحة المِهبل، وهو في هذا المكان في مَنأى عن التمزُّق إلا إذا أدخلَ جسمٌ صلب عبرَ فتحة المهبل.

يتكوَّن غشاءُ البكارة من طبقتيْن من الجلد الرَّقيق بينهما نسيجٌ رخْو به ألياف، يتغذَّى ببعض الشعيرات الدموية الرقيقة، وهو خالٍ تمامًا من الأعصاب، ومزوَّد بفتحة أو فتحاتٍ تسمح لدمِ الحيض والإفرازات المهبلية بالنزوح الى الخارج.

ولفتحة أو فتحاتِ غشاءِ البكارة مساحاتٌ متباينة كما لها أشكالٌ متعدِّدة، تختلف من فتاةٍ لأخرى، منها الشكلُ الهلالي (وهو الأكثرُ شيوعًا) والدائري والبيضاوي والغربالي والمَشْرشر وثنائي الفتحة والمسنّن، وغير ذلك (شكل: 16).



شكل (١٦): أشهر أشكال غشاء البكارة.

في بعض الأحيان النادرة تولَد الفتاةُ وغشاؤها مسدودٌ تمامًا، الأمرُ الذي يمنع نزوحَ الإفرازات المهبلية ونزولَ دم الحيض حين بلوغها، مسببًا آلامًا أسفلَ البطن نتيجة احتباس هذا الدم، وقد يصل تراكمُ دم الحيض وراءه إلى الحدِّ الذي تنتفخ فيه البطنُ على غِرار الحمْل، فيلزم حينئذٍ التدخل الجراحي بمعرفةِ طبيبة (أو طبيب) متخصِّصة لإحداث ثقبٍ صغير بهذا الغشاء – أو حتى إزالته – لتصريف هذه الدماء المتراكمة.

يختلف الغشاءُ في درجة مُرونته وسُمكه، فأحيانًا يكون الغشاءُ مطاطيًّا مَرنًا يتمدَّد عند الجماع ولا يتمزق، أو قد يكون مُتليفًا سميكًا ليسَ من السهل اختراقُه، خاصَّة إذا كانتِ الفتاة البكرُ قد تقدَّمت في العمر، وفي هذه الحالة قد يحتاج لفضِّه – أو لا يحتاج – إلى جراحةٍ بسيطة للغاية.

قبلَ فضِّه، يساهم غشاءُ البكارة – إلى حدٍّ ما – في حجزِ البول وفَضلات الجهاز الهضمي من الولوج إلى مِهبل الأنثى حجزًا ميكانيكيًّا، فيضيق مجالُ نموِّ الجراثيم والميكروبات في هذا المكان الحسّاس. بالإضافة إلى أنه عنَد الكثير من الفتيات الصغيرات لا يكون المهبلُ قد بلغ النضجَ الذي يتيح له إنتاج الكميَّة المناسبة من الإفرازات المِهبلية الحمضية التي من شأنها حمايتُه من الإصابة بالعدوى، ولذلك كان وجودُ غشاء البكارة يحقّقُ جانبًا من الحماية ضدَّ الميكروبات خاصَّة بالنسبة للفتيات الصغيرات، وهذا دورُه الوظيفي، كما أنه دليلٌ مادي على أنَّ الفتاة لم يتمّ جماعُها برجلٍ من قبْل، أو لم يتمّ إدخالُ جسم صلبٍ فيها – إلا إذا كان غشاؤها من النوع المَطاطي – وهذا دورُه الاجتماعي.

ب) غدتا بارثولين Bartholin's glands:

هما غدَّتان صغيرتان توجَدان في الداخل، وعلى جانبي فتحة المِهبل، وتصبّان إفرازاتهما عن طريق قناتين تفتحان يمينَ ويسار التجويف السفلي للمِهبل. وتتمثل وظيفةُ هذه الإفرازات في ترطيب المِهبل بشكل دائم حفاظًا عليه من التعرُّض للجفاف، كما تزدادُ هذه الإفرازاتُ حال الاستثارة الجنسية وأثناءَ المُعاشرة الجنسية لتوفر شيئًا من بَللٍ يساهم في تسهيل إيلاج القضيب في المِهبل.

جـ) بقعة «جي» G. Spot:

هي بقعةٌ غنية بالأعصاب الجنسية العميقة، وتقع في الجدار الداخلي الأمامي بالثُّلث الأول من المِهبل على بُعد أربعة إلى ستَّة سنتيمترات أعلى فتحة المِهبل، وهي حساسةٌ للغاية للإثارة نتيجةَ اللَّمس والاحتكاك والضغط،

ويبدو ملمسُها أثناءَ الاستثارة الجنسية ذا تجاعيد أشبَه بتلك التي توجَد بسقف الفكِّ العلوي للفم، وتتخذ شكلًا شبهَ مستدير كقطعة عملةٍ معدنية صغيرة (بمساحة الجنية الإستيرليني تقريبًا)، أو شكلًا كلويًّا كبذرةِ نبات الفاصوليا، فهي تختلفُ في حجمها ودرجة حساسيتها من امرأةٍ إلى أخرى، وهناك بعضُ الشَّك في وجودها عندَ العديد من النساء.

نسبَ اسمُ البقعة «جي» إلى طبيبِ النساء والتوليد الألماني «أرنست جرافينبرج» (1881 Ernst Gräfenbergم – 1957م) الذي كان أولَ مَن ذكرها في بحثٍ له نشَره في منتصف القرن المنصرم.

2 – الرحم Uterus:

عضوٌ عضلي على شكل ثمرةِ الكمثرى، وبحجم قبضة اليد تقريبًا. يتكون الرحمُ من: قاع الرَّحم الذي يعلو نقطتي الالتقاء مع قناتي فالوب، وعنق الرحم وهو الجزءُ السفلي من الرَّحم عند اتِّصاله بالمهبل، وهو ذو فوَّهة ضيقة تتيح خروجَ دم الحيض بسهولةٍ إلى المِهبل، ولكنها تتَّسع كثيرًا لتسمح بمرور الوليد أثناءَ عملية الوضع. وعنقُ الرحم منطقة غنيةٌ بالغدد التي تفرز مخاطَ عُنق الرحم، وهو في العادة سَميك لا يسمح بمرور الحيوانات المنويَّة، ولكن في فترة الإباضة (انطلاق البويضة من المِبيض وتأهُّبها للتخصيب) يصبحُ هذا المخاط رائقًا ومَرنًا فيُمكن الحيوانات المنوية من الانتقال عبرَه إلى الرحم.

والرحمُ هو العضو الذي يمكثُ بداخله الجنين منذُ انغراسه في بطانته حتى ولادته، ولذا فجدرانُ الرحم العضلية تتمدَّد بالتدريج وفقًا لحَجم الجنين المُتنامي داخله، ثمَّ.. حين الولادة تنقبض عضلاتُ الرحم على فترات مُتباعدة انقباضات تسمى «بالطلق»، التي تظلُّ تتقارب وتشتدُّ مع قرب لحظةِ الوضع، لتدفعَ بالجنين في نهاية الأمر إلى المِهبل، ومن ثمَّ إلى خارج جسد الأم.

3 – قناتا فالوب Fallobian canals:

هما أنبوبتان رفيعتان، تمتدُّ كلُّ واحدة منهما من أحدِ جانبي الرحم، وتنتهي بفوَّهة على شكل قمع ذي حوافّ كالأصابع تحيط بالمبيض دونَ أن تلامسه. يتلقَّف القمع بواسطة أهدابه البويضةَ الناضجة التي خرجت لتوِّها من المبيض ثمَّ يسحبها إلى داخل قناة فالوب التي تقوم أهدابُها بدفع البويضة نحوَ الرحم، وبذا وفَّرت قناتا فالوب ممرًّا آمنًا للبويضة وهي في طريقها إلى الرَّحم، كما أنهما المكانُ الذي سيلتقي فيه الحيوانُ المنوي مع البويضة فيتمُّ الإخصاب.

4 – المِبيضان Ovaries:

عضوان بَيضاويَّا الشكل، يبلغ قطرُ كلٍّ منهما حوالي 3 سنتيمترات، يوجَدان على جانبي الرَّحم، ومتَّصلان به بواسطة الأربطة الرَّحمية المبيضية، وينتجان الهرموناتِ الجنسية الأنثوية والبويضات.

تولدِ الأنثى وعلى سُطوح مِبيضيها ما يقارب الأربعمائة ألف إلى خمسمائة ألف من الجريبات البدائية Primordial follicules، والتي ستتمكنُ من التطور لاحقًا إلى جريبات أوَّلية Primary follicules تحوي بداخلها الخلايا البويضية الأوَّلية. وتظلُّ الجريبات الأوليةُ ببويضاتها الأولية كامنةً حتى تدخل الفتاةُ مرحلة البلوغ فتبدأ هذه الجريبات الأوليَّةُ في متابعة نموِّها وتطورها تباعًا في سلسلةٍ تنتهي بإطلاق حوالي أربعمائة بويضةٍ ناضجة فقط من المِبيض طوال العمر الخصيبِ للأنثى.

تولَد الأنثى وبمِبيضيْها ما سوف يتطوَّر تباعًا إلى بويضات، عكس الذَّكر الذي لا ينتج حيواناتِه المنويةَ إلا بعدَ بلوغه.

يتناوب المبيضان – أو لا يتناوبان – إنتاجَ البويضات الناضجة ليستقبل الرحمُ بويضةً واحدة كلَّ شهر تقريبًا منذ بلوغ الفتاة حتى سنِّ اليأس

وانقطاع الحيض، عندما تبلغ المرأةُ من العمر في الغالب الأعم – ما بين أواخر الأربعينيات إلى أوائل الخمسينسات.

خصائصُ فريدةٌ بالجهاز التناسلي:

يتفرد الجهازُ التناسلي في الإنسان بسِمات خاصة، منها ما يلي:

❖ كلُّ أجهزة الجسم تقوم بوظيفتها قبلَ أو بعد ميلاد الإنسان مباشرة، إلا الجهازَ التناسلي فإنه يبدأ في مباشرةِ وظيفته الأساسية في القيام بالتَّناسل بعد البلوغ، هذا غيرُ دورِ الهرمونات الجنسية التي تنتجها المَناسل (الخصيتان في الذكر والمبيضان في الأنثى) أثناءَ المرحلة الجنينية في تجنيس المخ وتشكيل الأعضاء التناسلية الداخلية والخارجية.

❖ كلُّ أجهزة جسم الإنسان كالجهاز الهضمي والدوري والتنفسي والبوْلي والعصبي والمناعي... إلخ، تعملُ مُتضافرة متناغمةً متكاملة على إبقاء الإنسان حيًّا، فإذا ما أصابَ أحدها عطبٌ جَلل في وظيفته فستنتهي حياةُ الإنسان، إلّا الجهاز التناسلي، فهو يعملُ متضافرًا متناغمًا معَ الجهاز المناظر له في الطرف الآخر بالجنس الآخر المُختلف عنه والمكمِّل له، ليؤدّي وظيفتَه الأساسية في الإمتاع والإنجاب، وإذا عجزَ عن القيام بها ففي الغالب لن يقتلَ صاحبه وإنما سيحرمُه من الاستمتاع الجنسي/ أو الإنجاب.

❖ وظيفةُ الجهاز التناسلي لا تتمُّ ولا تكتمل إلا بالتعامل مع الجهاز المُناظر له لدى الجنس الآخر، ولذا فهو جهازٌ تكيُّفي Adaptive system يتكيَّف طبقًا لطريقة استخدامه، ومع مَن يُستخدم.

❖ الجهازُ التناسلي للمرأة دوريُّ الأداء، فالدورةُ الشهرية عادة ما تكون واضحةَ التوقيت، وتتوقف المرأةُ عن الإنجاب عندما يُداهمها سنُّ اليأس، أما الجهازُ التناسلي في الرجل فلا يعرف نظامًا دوريًّا، وقدرتُه على الإنجاب مستمرَّة حتى نهاية العمر، أو قد تشهد تراجعًا تدريجيًّا مع التقدُّم في السِّن.

❖ كلُّ أجهزة جسم الإنسان ملكٌ خاصّ له، إلا الجهاز التناسلي، فهوَ شَراكة بين صاحبه وشريكه الزواجي، ولذا كانت أيُّ مشكلة به لا تخصُّ صاحبَه وفقط، وإنما تهمُّ أيضًا شريكَه الزواجي.

❖ لأنَّ أداء الجهازين التناسليَّين في الذكر والأنثى متكاملان؛ فقد خلق اللهُ تعالى بكلِّ جهاز تناسلي تراكيبَ تسهِّل الجماع وتسلسه، وتسبِّب الإمتاع وتعمِّقه لكلٍّ من الزوجين، كما جعلَ بكلٍّ من الجهازين الذكري والأنثوي تراكيبَ من أجل إراحة الطرف الآخر. مِن هذه التراكيب ما يلي:

❋ يسهل دهليزُ الفرج بالأنثى توجيهَ القضيب صوبَ فتحة المهبل أثناءَ محاولة الإيلاج.

❋ حشفةُ القضيب بملمسها الناعم وقوامها الإسفنجي ومقدمتها لطيفة التدبُّب التي لا يكاد يكون بها إحساسٌ جنسيٌّ بالنسبة للرجل، كان أثرُها في ملاعبة البَظر والاحتكاك به لاستثارة المرأة أثناءَ المداعبة وقبلَ الإيلاج بالغَ الفاعلية، وفي نفس الوقت لا تحفز – في الغالب – استثارةَ الرجل الجنسية، ممّا يساعد على تعميق فاعلية المداعبة المؤثِّرة على المرأة دونَ الرجل. كما أن الحشفةَ بهذه المواصفات تيسِّر للقضيب الدخولَ عبرَ فتحة المهبل والولوجَ إلى داخله بشيء فيه قدرٌ طفيف من اللُّطف أثناء عملية الإيلاج، وتكسبُ القضيبَ المنتصب الصلب مقدمةً إسفنجية ناعمة تُهيئ – إلى درجة ما – إيلاجًا رفيقًا واحتكاكًا ناعمًا، الأمرُ الذي يلائم المرأةَ ويُثيرها تمامًا كما يلائم الرجلُ أيضًا سواءً بسواء.

❋ الحافةُ التاجية البارزة للقضيب من الجهةِ العليا قد يكون لها أثرٌ واضح – في بعض الأحيان – على «بقعة جي» حين يتمُّ الاحتكاكُ بها أثناءَ الرهز (الحركات الترددية الإيقاعية التي يحدثُها القضيب داخلَ المهبل من إيلاج ونزع أثناءَ الجماع التي تتعالى وتيرتُها تدريجيًّا حتى يتمَّ القذف)، أثناءَ أداء بعض أوضاع الجماع.

❋ إفرازاتُ المرأة المِهبلية أثناء الاستثارة الجنسية وما تسبِّبه من تليين ونعومة أثناءَ إيلاج القضيب داخلَ المهبل؛ لها أثرٌ رائع في شعور كلٍّ من المرأة والرجل بالمُتعة الجنسية.

❋ قدرةُ المهبل على التمدُّد ليتناسب مع طول القضيب وقُطره حين انتصابِه لأمر يلائم الرجلَ والمرأة على حدٍّ سواء.

❋ ورودُ الدم أثناءَ الاستثارة الجنسية وما يسبِّبه من انتفاش وانتصاب الأعضاء التناسلية لكلٍّ من الرجل والمرأة تزيد من تلاحُم هذه الأعضاء ومِن فاعلية الاحتكاكات فتحدث أثرَها المُمتع لكلا الزوجين.

إنَّه التناغمُ المتكامل والتكاملُ المتناغم بينَ أعضاء مختلفة لأداء وظيفةٍ سامية ممتعة، ليستمرَّ النسل وتعمرَ الأرضُ بالبشر.

المحطةُ الثّالثة:
مرحلةُ الرضاعة أو مرحلةُ المهد:

تمتدُّ هذه المرحلة من الولادة حتى يبلغ الرضيعُ من عُمره العامين.

ختانُ الرضيع الذكر Circumcision:

من أوجب ما يتمُّ إجراؤه للرضيع الذكر خلالَ الأيام الأولى من عمره هو عمليةُ الختان، فشعورُ الرضيع بالألم في هذه الفترة ضعيفٌ للغاية، وإذا أكملَ أربعةَ أشهر من عمره أصبح إجراءُ عملية الختان أكثرَ إلحاحًا. وقد ورد أنَّ النبي صلى الله عليه وسلم ختنَ سبْطَيه «الحسن» و«الحسين» رضيَ الله عنهما في اليوم السابع من ولادتهما. وختانُ الطفل الذكر في الشَّريعة الإسلامية من سنن الفطرة، وهو واجبٌ عند الشافعية والمالكية والأحناف، وسنةٌ عند الحنابلة.

والختانُ عملية جراحية بسيطة (شكل: 17) يجب أن يُجريها متخصِّص، وفي أجواءَ معقَّمة، وباستخدام الأدوات الطبية المناسبة، وفيها تُزال طبقةٌ من الجلد تسمَّى بـ«القلفة» تغطي قمةَ قضيبِ الطفل.

ثبتَ طبيًّا أنَّ عملية ختان الذكور تقللُ من فرص الإصابة بالتهابات القضيب الموضعيَّة والتهابات المجاري البولية في الأطفال، ومن نسبة الإصابة بالأمراض المنقولة جنسيًّا.

قد يصابُ القضيبُ من أثر الختان ببعض الآثار الجانبية المؤقتة، مثل: احمرار القضيب وتورُّمه، ووجودُ كمية ضئيلة من السوائل الصفراء على قمته، كما أنَّ مضاعفات ختان الذكور الرُّضع تصنف ما بين النادرة والنادرة جدًّا (ستة أطفال لكلِّ عشرة آلاف طفل).

التعلمُ والاستكشافُ والفضول:

ليس لدى الرضيع في عامه الأول أدنى اهتمام ليتعرف على النواحي الجنسية، وإنما يحتاج إلى التعرف على مَن يفيده من الأشخاص الذين يجدُهم حوله، فهذه أمُّه تُرضعه وتنظفُه وتُنيمه، وهذا أبوه يحمله ويلاعبُه، وهذه أخته وهذا أخوه يلاعبانه ويداعبانه أو يُفزعانه ويؤلمانه، ثمَّ.. بعدَ ذلك يستطيع التمييزَ بينَ الرجال والنساء بالنظر إليهم.

ينصبُّ اهتمامُ الرضيع خلال رحلة استكشافاته التي تطال كلَّ ما تناله عيناه ويداه، والتي منها استكتشافُ تفاصيل جسده، بما فيها أعضاؤه التناسلية، أنَّه ينظر إليها كنظرتِه إلى أصابعه وقدمه وسائرِ أعضاء جسده الأخرى.

العبثُ في الأعضاء التناسلية:

كجزء من استكشافاته البريئة وفضولِه الطبيعي تجاه جسده، يبدأ الرضيع – سواء كان ذكرًا أو أنثى – حينما يستطيع تحريكَ يده في تحسُّس جسده مُستكشفًا، فسيعرف بطريق المصادفة أنَّ ملامسةَ المنطقة التناسلية أو تعريضَها للاحتكاك أو الضغط يُولِّد لديه شعورًا مُحببًا مريحًا، فيشجعُه ذلك على مُعاودة المُلامسة أو الاحتكاك أو الضغط، خاصَّة حينما يحتاج إلى تهدئة نفسه والتَّقليل من خوفه وقلقه وتوتره وملَله وضيقه، أو حتى حين ميلِه للخلود إلى الاسترخاء والنوم. إنه أسلوبٌ قد يُماثل عاداتٍ أخرى كمصِّ الأصابع وقرْض الأظافر والعبث بأذنٍ أو شعر أو ثدي أمِّه بيدٍ ووضْع اليد الأخرى في فمِه.

كما قد تثير الأمُّ إحساسَ رضيعها بهذه المنطقة دون قصدٍ منها أثناءَ تنظيفها بطريقة زائدة، أو اعتيادها مُلاطفة صغيرها أثناءَ تغييرها لملابسه بمداعبة أعضائه التناسلية وتقبيلها.

وقد يستجلب ارتداءُ الملابس الضيقة وحموضةُ بول الرضيع أو سوءُ نظافته الشخصية أو إصابته بمرضٍ أو بطفيل؛ الشعورَ بالحاجة إلى الهرْش في أعضائه التناسلية، وإلى لمْسها وحكِّها، وتناوله لها بطريقة تفوق ما هو مُعتاد، حينئذ قد يكتشف مذاقَها المختلف المريح، فيداوم بعدَ ذلك على اللَّمس والحكّ.

ولا بـأسَ مـن تـرك الرضيع برهةً مـن وقتٍ بغـرض منحه فرصـة لإرواء فضوله بشـوان مـن العبـث في أعضائـه التناسـلية، فهـو بطبيعتـه يحـبُّ عنـدَ تغيير ملابسـه أن يظـلَّ مُتحـررًا عاريًا ولـوْ لفترة من وقـت، ثمَّ.. صرفُ اهتمامه وإلهاؤه بوسـيلةٍ سـهلة ميـسَّرة دونَ ضجيـج أو زجْـر أو تعنيف، كأنْ يُعطـى لعبة أو قطعةً من البسـكويت أو مُلاعبتـه أو احتضانـه وتقبيلـه أو غير ذلـك، ثمَّ محاولـة إعاقةِ وصول يـده إلى أعضائه التَّناسـلية بإلباسـه ملابـسَ تصعب عليه الاسـتمرار في هـذا العبث.

عبثُ الرضيع/ الرضيعة في الأعضاءِ التناسلية هو فضولٌ يعقبه اكتشافٌ يبعث على الهدوء والراحة.

ليـس للرَّضيـع/ الرضيعـة ميـولٌ جنسـية أو رغبـةٌ جنسـية أو شـعورٌ بلـذة جنسـية مطلقًـا، ولكـن يمكـن القـول إنَّ الشـعورَ بالراحـة والتسرية تسـبِّبه عمليةُ المّـص التـي ينجزهـا مـع ثـدي أمِّـه أو أصبعـه أو ملابسـه أو غطـاء فراشـه، كما قد يجـده – أيضًـا – في العبـث بأعضائـه التناسـلية.

الهوية الجنسية:

الهويـةُ الجنسـية للإنسـان هـي إدراكُـه أنـه ينتمـي لجنسِـه البيولوجي الـذي به ولـدَ في الشـكل والمضمون، قلبًـا وقالبًا. عنـدَ نهاية مرحلة الرضاعة يـشرع الرضيعُ الذكـرُ في التعامـل وفقًـا لهويَّته الجنسـية البيولوجية، فيـدرك انتماءَه لجنـس الذكور، وأنـه ذكـرٌ مثـل أبيـه، وأنه يختلـفُ عن البنـات وعـن أمِّه، ويبـدأ في التـصرف طبقًا لذكوريتـه في حـدود عُمـره. كـما تـدرك الرضيعـةُ الأنثى انتماءهـا لجنـس الإناث، وأنهـا أنثـى مثـل أمِّهـا، وأنها تختلـف عـن البنين وعـن والدهـا، وتتـصرفُ طبقًا لما تُمليـه عليهـا أنوثتُهـا في حدود عُمرها. لقدَ اسـتبانَ أمـام الرضيـع/ الرضيعة بعضُ الوظائـف الأساسـية التقليديـة النَّمطيـة لكلِّ جنس، ولكـن دونَ أن يكـون عنده/ عندهـا أدنـى وعْـي بقضية الجنـس والعلاقة الجنسـية.

المحطةُ الرّابعة:
مرحلةُ الطفولة
(من عُمر عامين حتى البلوغ):

تنقسم مرحلةُ الطفولة إلى ثلاثِ فترات، هي كالتالي:

- فترة الطفولة المبكرة، وهي تبدأ من أول عُمر الثلاثة أعوام حتى نهاية عُمر الخمسة أعوام تقريبًا.

- فترة الطفولة الوسْطى، وهي تبدأ من أول عُمر ستة أعوام حتى نهاية عُمر ثمانية أعوام تقريبًا.

- فترة الطفولة المتأخرة، وهي تبدأ من أول عُمر تسعة أعوام حتى البلوغ الجنسي.

في بدْء هذه المرحلة يكون الفارقُ الأساسي بينَ الطفل والطفلة هو في الاهتمامات والألعاب، ثمَّ.. تظهر بعضُ التمايزات النفسية والسلوكية للجنسين تدريجيًّا بصورة أوضح، ثمَّ.. بتأثير النمو السريع للغُدد التناسلية يترسَّخ هذا التمايُز والوضوح ترسيخًا جذريًّا حتى مشارف البلوغ الجنسي.

أنشطةٌ جنسية طبيعية:

يسودُ في مرحلة الطفولة الكمونُ الجنسي، رغم أنَّ الكثير من الأطفال يظهرون بعضَ السلوكيات ذات المظهر الجنسي في وقتٍ ما من الأوقات. فدوافعُ قيام الأطفال ببعض الأنشطة التي تبدو في ظاهرِها جنسية إنما هو فقط للاستطلاع والاستكشاف وإرْواء الفضول، والتطلُّع لرؤية أمورٍ غريبة وعجيبة وغيرِ مألوفة ومُثيرة للانتباه والاهتمام، وكسْر المَلل والرَّتابة، وتقليد الكبار،

وتـذوُّق شيء مـن الارتيـاح والرّاحـة والتَّسريـة والتلـذُّذ الخفيـف الـذي لا علاقةَ لـه مطلقًـا بالجنس ولا باللذّة الجنسـية، ووسـائلهم في ذلك إجراءُ بعـض التجارب الجنسـية الاستكشـافية، وممارسـةُ بعـض الألعـاب الجنسـية، والعبـثُ في الأعضاء التناسـلية، وتدفـقُ الأسـئلة الجنسـية بتواترٍ وتدافـع، وتقليـدُ ما يـرى بالفضائيات والإنترنـت ومـن بعـض أفلام الكرتـون من مَشـاهد لها مَغـزى أو مدلـولٌ جنسي. فـلا علاقـة كلِّ ذلك بشـهوةٍ ولا بـإرواء غريـزة ولا باتِّقاد رغبة جنسـية، ولا ترتبط بـورودِ تَخيـلات جنسـية مُثيرة على الذهـن، وليس هنـاك على الإطلاق شـعورٌ بلذَّة جنسـية، ولا تعـدو أن تكـون في مُجملهـا – كـما يقـال باللهجـة العاميـة المصريـة – «لعـب عيـال»؛ بـل تعتبر مـن مُسـتلزمات نمـوِّ الطفـل الطبيعيـة، التي إذا أحسـنَ التعامـلُ معهـا مـن قِبَـل الآبـاء والأمهـات والمربّـين سـتأتي بثمارهـا الطيبـةِ عـلى الأطفـال في حاضرهم ومسـتقبلهم.

ومِن هذه الأنشطة التي تتخذ مظهرًا جنسيا ما يلي:

تصاعدُ الفضول والاسْتكشاف الجنسي:

امتـدادًا لمُسلسـل الاستكشـاف الـذي بـدأ في مرحلـةِ الرضاعـة، وبمُنتهـى الـبراءة، قـد يتعرَّى أطفالُ فـترتي الطفولة المبكرة والمتوسـطة أمـامَ بعضهم البعض، ليكتشـف بعضُهـم أجسـادَ بعـض، ولـيروا ما تخبِّئـه الثيـاب، دونَ أن يشـعروا بأيِّ غَضاضـة أو حـرج. وبنفـس القدْر مـن البراءة يستكشـف الطفـلُ المناطـق الخاصَّة للأطفـال الآخريـن ذكـورًا وإناثًـا، سـواء كانـوا أشـقاءه أو غيرهـم. كما قـد يزداد الفضـولُ ليشـمل محاولـةَ رؤيـة المناطق الخاصَّـة للوالديـن، إنها مرحلةُ استكشـاف المجهـول في ظـلِّ صفـاء البراءة.

وكلَّـما اقـترب الطفـلُ مـن البلـوغ سـيتصاعد حبُّـه للاسـتطلاع، وسـيتأجَّج فضولُه الجنسي ويشـتدُّ ويسـتعر أكثـرَ وأكثر، فيتحـول إلى مفتش ينقـبُ عن الأمور الجنسـية المُبهمـة، ويلجـأ إلى تنويع مَصـادر معلوماته ليشـبع نهمَه المتزايد، ويسـعى وراءَ إجابـات عـن أسـئلته الجنسـية مـن أيِّ مصـدر وداخـلَ كلِّ حديـث، وفي كلِّ

مجلة، وبالقنوات الفضائية والإنترنت، وفي متاهات المواد الإباحية، وعندَ الأقران والرُّفقاء مُنعدمو أو قليلو الخبرة، وكلها مصادرُ يغلب عليها التجهيلُ والتَّضليل، أو تهدف إلى الإثارة الجنسية فحسب، وفي ذلك أضرارٌ تتفاوت درجةُ فداحتِها من طفلٍ لآخر.

الألعابُ الجنسية:

يكثر طفلُ/ طفلةُ فترتي الطفولة المبكرة والوسطى من مُمارسة الألعاب الجنسية كنوع من الفضول والاستكشاف الجنسي، فلعبةٌ مثل «الطبيب والمريض» التي يصْبو الأطفال الصغارُ لمُمارستها ما هي إلا وسيلةٌ تمنحُ «شرعية» كشفِ ولمْس أجساد الأطفال بعضهم البعض. ولا ينبعُ هذا النوع من اللَّعب الجنسي الاستكشافي من وجودِ رغبة جنسية لدى الطفل، فمازالت هذه الرغبةُ كامنةً ساكنة لا تطلب إشباعًا ولا إرواءً، وإنما المحركُ لذلك هو حبُّ الاستطلاع والاستكشاف والتعلمُ والتعرف.

ومن النادر أن يستمرَّ الأطفال في هذا اللعب الجنسي، فهُم لا يتأثرون به جنسيًّا، بل ربما يملُّونه بسرعة بعدما يشبعون فضولَهم للمعرفة والتجربة، وتزداد عندَ أقلِّ القليل منهم الرغبةُ في استمرار هذا اللعب الجنسي، حينئذٍ كانت هناك ضرورة للتدخُّل بالتوضيح حتى لا يتطوَّر الفضولُ بالتدريج ليقودَ إلى الوقوع في تحرشٍ جنسي غير مَحسوب العواقب.

اللعبُ الجنسي في فترتي الطفولة المبكرة والوسطى يكون في إطار التَّعلم والاستكشاف والتقليد وليسَ له دوافعُ جنسية.

الألعابُ الجنسية الطبيعية التي يمارسها الأطفالُ للاستكشاف لها عدةُ سِمات، فهي تَحدث بين أطفالٍ يلتقون بشكل متكرِّر ويعرفون بعضَهم بعضًا،

وغالبًا ما يكونون من نفْس العمر، وذوي بنيةٍ جسدية متقاربة، وتحدثُ هذه الألعاب بتلقائيةٍ ودونَ تخطيط مُسبق، وهي غيرُ متكررة، وتحدث بشكلٍ طوْعي دون إبداء أطرافها أي انزعاجٍ من ممارستها.

العبثُ في الأعضاء التناسلية:

قد يتعرَّف الطفل/ الطفلةُ على ممارساتٍ شبيهة بالعادة السرية عن طريق الاستكشاف والفضول حينما يعبثُ في أعضائه التناسلية، وقد يتخطَّى هذا الاستكشاف والفضولَ إلى محاولة العبث في الأعضاء التناسلية للأطفال الآخرين، ذكورًا وإناثًا، كما قد يكون هذا الأداءُ مجردَ تقليد لمَشاهد رأى غيرَه يمارسها أو طالعَها بالمواقع الإباحية، أو سمع عنها، أو مورسَت معه، أو جاءته من مُخالطة مَن هُم أكبر منه عمرًا أو أكثر منه انفتاحًا من الأصدقاء والزملاء والأقرباء والجيران، وقد ينغمسُ بعض الأطفال في مُمارستها من وقتٍ لآخر إلى درجةِ الإرهاق، مما يؤدِّى إلى ارتباكِ أهليهم وشفقتهم عليهم وحيرتهم معهم وغضبهم منهم وزجْرهم لهم.

إنَّ الأطفال الذين يُكثرون من العبثِ في أعضائهم التناسلية هُم – في كثير من الأحيان – الذين يُعانون من قلَّة مجالات اللعب وضيقِ دائرة التفاعل الاجتماعي، ويفتقرونَ إلى الراحة والعطف والحب، أو أولئك الذين يشعرونَ بنقص الأمان، أو الباحثين عن الإلهاء والسّاعين وراء الراحة، ولذا يلجأ هؤلاء الأطفالُ إلى الانْكفاء على أنفسهم والعبث في أعضائهم التناسلية ومُداعبتها أثناءَ فترات الضيق والخمول والاسترخاء والانطواء وأحلام اليقظة، وفي أوقات الأزمات، وقبلَ النوم، وتحتَ وطأة الواقع الرَّتيب المُمل للحياة اليومية، لما يجدونَه في هذا الفعل من إلهاءٍ وتسلية وتسرية وراحةٍ وسرور.

ونادرًا ما يستمرُّ الطفل/ الطفلةُ في هذه الممارسة طوالَ فترة طفولته حتى تطلَّ عليه فترة المراهقة، أما إذا استمرَّ فقد يتحول مِن كان طفلًا يلهو ويعبث ويستريح بمُداعبة أعضائه التناسلية إلى بالغٍ مُمارس للعادة السرية، هادفًا الحصولَ على ذروة اللذة الجنسية.

وللآباء والأمهات في التعامل مع مُمارسة الطفل لهذا العبث مَذاهب، أقساها وأفسدُها هو قهرُ الصغير/ الصغيرة على ترك لَمْس أعضائه التناسلية وكفُّه عن إشباع فضوله ومُواصلة استكشافاته لهذه الأعضاء بالعقاب أو التهديد أو الزَّجر أو التحذير، فيؤصلُ في ذهن الصغير أنَّ أعضاءه التناسلية جزءٌ مَكروه أو سيئ من جسمه يجب تجنُّبه، مما قد يؤدّي في المستقبل إلى نفوره من الجنس وإحباط رغبته الجنسية الطبيعية، أو جلب بعض المخاوف تجاهَ هذا الجزء من جسده، أو – وهذا هو الغالب – ميله إلى وجوب إزاحة الستار عنْ هذه الأعضاء المجهولة ليعرف المزيد، فيخوض ويوغل ويتفاقم فضولُه واستكشافاته الجنسية، ممّا قد يثبت لديه ممارسته للعادة السِّرية، فيضطرُّ إلى فعلها وهو أمامَ والديه ناظرًا إليهما منتظرًا ردةَ فعلهما، أو يفعلها في الخفاء بعيدًا عنْ أعينهما معَ تراكم شعوره بالظلم تجاهَهما، أو يشعر بالتعجُّب والحيرة والارتباك وفقدان الثِّقة بالنفس لأنَّ والديه يبخلان عليه ممارسة ما يبعث على نفسه الاسترخاء والتَّسرية والراحة، ويتساءل: كيف يكون هذا العبثُ مريحًا وممنوعًا في آنٍ واحد؟

إنَّ الوالدين – بتصرفهما البعيد عن الصواب – قد يُنيرا للصغير إمّا طريقَ قهر نفسه وكبْتها، أو طريق التَّمادي فيما يصنع، وكلا الطريقان – القهر والتمادي – يتنافسان في السوء.

ولمُساعدة الطفل في التَّخلص من هذه المُمارسات يجب الحرصُ على استعمال الطفل لملابس داخلية وخارجية واسعة، وعدم التعوُّد على وضْع شيء كدُمية أو وسادة بين الفخذين أثناءَ الجلوس أو النوم، والعمل على إيجاد أنشطةٍ وبدائل تُلهيه عن العبث في أعضائه التناسلية، ومناقشته بأسلوبٍ يتوافق معَ إدراكه وعمره، ويتَّسم بالهدوء والخلوِّ من الزجر والإشعار بالعار حولَ ما يشعر به من دوافع أدَّت به إلى هذا العبث، ومحاولة مَعرفة الغرض من وراء هذه الممارسة، وهل هناك بدائلُ أخرى تُغني عنها لتتحوَّل طريقةُ تعبيره عن مشاعره ورغباته من أفعال – ومنها العبثُ في أعضائه التناسلية – إلى أقوالٍ يسهل فهمُها والتعاملُ معها. فإذا استمرَّ في هذه الممارسة فقد يكون من الحالات القليلة التي تستدعي التدخلَ الطبي بعد معرفة مستوى هرموناته.

وعلى الوالدين عدمُ تحميل الأمر فوقَ ما يحتمل، وعدمُ جعل هذا الأمر نهايةَ العالم، وعدمُ تضخيمه، وعدمُ التركيز في هذا الشأن وكأنه شغلُهما الشاغل، لأنهما حينما يركزا عليه فسيركز، وعندما يتشاغَلا بفعله سينشغل.

الأسئلةُ الجنسية:

يبدأ طفل/ طفلةُ فترة الطفولة المبكرة في طرح أسئلة عديدةٍ خاصَّة تلك التي لها علاقة بالقضايا الجنسية، فيتساءل حينما يرى بطنَ أمه الحامل وهي تتضخَّم، وحينما يندهش برؤية جسدِ أخيه/ أخته المولود حديثًا أثناءَ تغيير حفّاضته أو استحمامه، ويتساءل مِن أين جاء؟ وكيف جاء؟ وينظر متسائلًا إلى الأعضاء التناسلية لأخيه/ أخته بفضول، خاصَّة إن كانت مختلفة عن أعضائه.

إنَّ هذه الأسئلة الجنسية لا تختلف في نظرِه عن سؤاله حول رقَّة العصفور وشَراسة الأسد، فاشتياقُ طفل/ طفلة هذه الفترة إلى المعرفة والتعلم على كافَّة الأصعدة تجعله لا يُميز بينَ هذه المعلومة وتلك، فلماذا يُرحَّب بتساؤلاته إن كانتِ المعلومة عن عصفور وأسد بينما قد يعنَّف أو يُتجاهل إن كانتِ المعلومة متعلقة بعضوٍ من أعضاء جسده؟

ولأسئلة الأطفال الجنسية الموجهة إلى الوالدين معاني تربوية بديعة، فذلك يعني أن هناك:

- جسورَ تواصل ممتدَّة تربط بين الوالدين وطفلهما.
- ثقةً من الطفل في والديه.
- رغبةَ الطفل في المَعرفة والتعلم من مصادر الوالدين الآمنة الموثوق بها.

ومع مُضيِّ طفل/ طفلة مرحلةِ الطفولة قُدمًا سيزداد تدفقُ الأسئلة الجنسية وتشعُّبها وعمقها وصعوبتها، وإن لم يُحسن الآباء استقبالَ هذه الأسئلة وإلقاءَ الإجابات المناسبة فلن يصبحا هما المصدرَ الوحيد لتلقّي الأسئلة ولا منح الإجابات السديدة، وسيضطرُّ الطفل/ الطفلة إلى البحث عن مصادرَ أخرى

يستقي منها إجاباتٍ لأسئلته، وسيدخلُ في روعِه الشكُّ والريب والشعورُ بضعف الاعتماد على والديه في تلقّي هذا الصنف من المعرفة.

أسسُ الإجابة على أسئلة الأطفال الجنسية:

ينبغي على الوالدين – قدرَ الإمكان – المحافظةُ على المَكانة العالية التي وضعهما أطفالهما فيها، مكانة المعلم الثقة والمربّي القدوَة والنَّبع الآمن للمعرفة، وذلك باتباع الأسس التالية في الإجابة عنْ أسئلة أطفالهم الجنسية:

1 – احترامُ فضول الطفل، وأخذُ أسئلته مأخذًا جادًّا.

2 – وضوحُ الإجابات وصحتُها مهما كانت مُحرجة أو مربكة. إنَّ الإجابة الملتوية غيرَ الواضحة ستُتيهُ السائلَ وستفتح البابَ على مصْراعيه لأسئلة أخرى، وتلك التي يشوبُها الكذب سيكتشفها الصغيرُ يومًا ما، ممّا سيعيق نموَّه المعرفي والعقلي كما سيفقده الثقةَ في والديه، ويعلِّمه – أيضًا – أنَّ رذيلةَ الكذب هي أحدُ أساليب التخلص من بعض المواقف.

3 – يجُب أن تتواءم الإجاباتُ عن الأسئلة الجنسية مع مَدارك الطفل وقدراته الذهنية، وأن تتناسَب مع عُمره بأسلوب سَهل بسيط، وأن تكون بالقدْر الذي يتمكَّن من فهمه واستيعابه، وبألفاظٍ يعيها ويدركُ معناها، فلن يضير الطفل أبدًا أن يقول له الأب بأنَّه جاءَ من بطن أمه بعدما وضعتْه بعملية الولادة، تمامًا كما تضعُ الدجاجة بيضَها والقطة صغارها، وهي أمورٌ يشاهدها الطفل في حياته اليومية، أو في برامجه الفضائية، ويسهل عليه إدراكُها.

4 – يجُب أن تكون الإجابةُ متكاملة وواقعيةً وشافية وكافية ولا مُقتضبة اقتضابًا مُخلًّا، وتحوي معنى إنسانيًّا عاطفيًّا ومفهومًا دينيًّا أصيلًا وشرحًا علميًّا بسيطًا، بحيث تروي ظمأه المعرفيَّ ولا تثير شهيتَه لطرح المزيد من الأسئلة الأخرى.

5ـ عدمُ تغيير موضوع السؤال بغرض التهرب من الإجابة، فيشعر الطفلُ أنَّ ميدان الجنس ميدانٌ محفوف بالأسرار والخفايا، وسيعتريه انطباعٌ بأنَّ هناك

علاقةً وطيدة بين الجنس والسِّر، فتتولَّد لديه مشاعرُ القلق والاضطراب والرفض أو يعتريه الاشتياقُ للمعرفة أكثر، والغوص في الاستكشاف أعمق.

6ـ ينبغي ألا تكون الإجابةُ خرافية غيرَ منطقية، حتى لا تضعف رغبةَ الصغير في التعلم، أو يبني علمَه على أوهام وجَهالات وخرافات، أو يفقد ثقتَه في والديه.

7ـ عدمُ إحالته إلى آخرين، «اسأل أباك».. «اسأل أمك».. «اسأل معلمك».. «اسأل الشيخ»..

8ـ حينما يتمُّ طرحُ سؤال لا يعرف الوالدان الإجابةَ عنه بطريقة صحيحة فينبغي الإقرارُ بعدم المعرفة، وتأجيلُ الإجابة على هذا السؤال بعدَ استئذان السائل للبحث عن الإجابة المطلوبة من مصادرها الصحيحة.

9ـ التحلّي بالصبر إذا جرتِ الإجابةُ عن السؤال سؤالًا ثانيًا وثالثًا.

10 – التجاوبُ مع أسئلة الطفل في حينها، وعدمُ تأجيلها انتهازًا للفرصة التي أتاحَها سؤاله، فالطفل آنذاك يكون متحمسًا ومُنتبهًا وشغوفًا بتلقّي الإجابة بأكبر قسطٍ من الاستيعاب والتعلم والفهْم والتركيز.

11 – عدمُ التهرب من الإجابة عن الأسئلة أو رفضها للتخلُّص من حرجٍ، أو مداراةً لجهل، أو لإسكات الطفل بتسْفيه سؤاله.

12ـ استخدامُ وسائل تعليمية متعدِّدة (قراءة كتاب أو مقالة – درس ديني – عمل بحث – متابعة برامج في قنوات فضائية – تصفُّح قنوات ومواقع ثقافية وتعليمية متخصِّصة في الإنترنت... إلخ).

13ـ الإجابةُ العملية أفضلُ وأثبت من الإجابةِ النظرية. فرؤيةُ الطفل للحيوانات الأليفة والدّاجنة وهي تأكلُ وتلعب وتتناسل، ومشاهدةُ الحيوانات في برامج عالم الحيوان بالفضائيات والإنترنت وهي تمارسُ كافة أنشطة حياتها – ومنها التناسلية–؛ أمرٌ مفيد في إثراء الثقافة العامة والجنسية لدى الطفل.

14 – استخدامُ المصطلحات الشرعية في الحوار حولَ المواضيع الجنسية بدلًا من استخدام الكلمات والعبارات السوقية، فذلك مِن شأنه الارتقاءُ بلغة الحوار ونَظافته، وإضفاء الوَقار والاحترام على المواضيع المُثارة، وكما يتعلم الطفلُ كلمات مثل المَضغ والشَّم والرؤية والسمع فبالمثل يجبُ أن يتعلم كلماتٍ مثل التبوّل والتبرُّز والاستنجاء والحمْل والولادة، وكما يسمع اللفظَ الذي يعبرُ عن الشفاه والأذن والأنف والذراع والساق وغير ذلك من أعضاء الجسم المختلفة؛ فيجب أن يسمعَ بنفس القدر عن أعضائه التناسلية بأسمائها الشَّرعية العلمية وليس بألفاظها الدّارجة السوقية.

يجبُ أن تكون إجاباتُ الآباء والأمّهات على الأسئلة الجنسية الموجَّهة إليهم من أطفالهم لا أخطاء فيها ولا أهواء، ولا لبس فيها ولا غموض، ولا اختصار فيها ولا استرسال، ولا مِزاح بها ولا تخويف، ولا كذب فيها ولا تحقير، ولا تهرُّب منها ولا تعويم، ولا خجل منها ولا تأثيم، ولا تَهويل فيها ولا تَقزيم، ولا تَململ منها ولا استغراب، ولا زَجر فيها ولا عقاب..

تقليدُ السلوكيات الجنسية:

يقوم الأطفال بفعلِ بعض التصرفات الجنسية كمُحاولات تقليد سلوكياتٍ اطَّلعوا عليها في الإنترنت أو القنوات الفضائية أو شاهدوها عَيانًا لكبارٍ مارسوا أمامَهم ما كان يجب سترُه، فالنفسُ تهوى أن تجربَ ما تسمع وما ترى، ولكنهم حينما يقلِّدون لا يستمتعون بها كما يستمتعُ البالغون، وهُم بذلك ستتفتح آفاقُهم على تلقّي معلومات في غير وقتها المناسب، وسيتعرفون ويتعلمون ويتدرَّبون – قطعًا – على ما ضرُّه أكثرُ مِن نفعه.

العلاقةُ بين الجنسين:

في فترة الطفولة المبكرة تتَّسم العلاقة بينَ الجنسين بالبراءة والصفاء، فلا رغبة جنسية ولا تطلُّعات جنسية، بل فضول واستكشاف ولعبٌ وتقليد للكبار وحوارات مَرحة وقليل من مشاكسات وردودُ أفعال ساذجة مضحكة.

قد يأتي الأطفالُ ببعض الأفعال ذاتِ مدلولات جنسية كتقبيل أفرادِ من الجنس الآخر أو الخروج من الحمام عَرايا أو محاولة التلصُّص على العورات، ولأنَّ البراءة هي عنوانُ هذه الفترة، وأنَّ التقليد هو ديدنُها فلا يجب أن يعلقَ الآباء والأمهات على هذه الأمور، وأن يحاولوا بطرقٍ غير مباشرة صرفَ الأطفال عنِ التمادي فيها وعدم توفير الأجواء لفعلها.

أمّا طفلُ/ طفلةُ فترتي الطفولة الوسطى والمتأخرة فيركز اهتمامَه نحو أفراد جنسه، فمِن عُمر خمسة أو ستَّة أعوام ستنقضي فترةُ البراءة في التعامل بين الجنسين، ويبدأ كلُّ جنس في النفور من الجنس الآخر، ويترجم هذا النفورُ الطبيعي إلى تطاول كلٍّ منهما على الآخر، ومحاولة إلحاق الأذى به بطرقٍ تتأرجح بين الناعمة إلى الخشنة.

ففي هذا العمر وحتَّى البلوغ يتشرَّب كلُّ جنس صفات وسلوكياتِ جنسه من الأشخاص المحيطين به. ففي هذا العُمر يكتسب الطفلُ الذكر صفاتِ الرجال، وتكتسب الطفلةُ الأنثى صفات الإناث.

ولكي يتمَّ هذا الاكتساب بصفاءٍ ونجاح لا بدَّ وأن يحيا الطفلُ الذكر في بيئةٍ ذكورية خالية من الإناث، ولكي يحدث ذلك وهبَه اللهُ تعالى أساليبَ فطرية تنفر منه الطفلة الأنثى، وذلك بتعمُّد ضربها وركْلها وصفعها ودفعها – بسبب أو بغير سبب – كلَّما سنحتْ له الفرص، وفي بعض الأحيان يكتسبُ مظهرًا منفرًا بعدم اعتنائه بنظافته وهنْدامه بالدرجة اللائقة، وبتلفُّظه بعبارات قاسية، وينتهج سلوكًا خشنًا باستعراض قوتِه وغلظته، فتلجأ الطفلة إلى تجنُّب أذاه فتتركه وشأنَه، وبذلك يخلو مجتمعُ الذكور من الإناث، وهذا هو المطلوب.

وذاتَ الأمر يحدث مع الطفلة الأنثى، فحتى تكتسب صفات الإناث يجب أن تحاطَ ببيئة أنثوية لا ذكورَ بها، ولكي يحدث ذلك وهبَها اللهُ تعالى بعضَ الأساليب الفطرية التي تنفرُ منها الطفل الذكر فتراها تؤذيه بالاستخفاف به والاشمئزاز منه واحتقاره والسخرية منه والتضُّرر حينما يكون بجوارها، وتحتقر خشونتَه وقسوته وقلةَ نظافته وعدمَ اعتنائه بهندامه، فيبتعدُ عنها ليترك مجتمَع البنات صافيًا خاليًا من الذكور، وهذا هو الهدف.

كلٌّ يتطاول على الآخر بطريقتِه لينفِّره منه،
هو يتطاوَل عليها بيدِه، وهي تتطاولُ عليه بلسانها،
ليعيشَا في مجتمعٍ نقيٍّ خالٍ من الجنس الآخر.

ورغمَ أنَّ هذا النفور أمرٌ طبيعي إلا إنَّ العلاقة بينَ الطفل والطفلة لا ينبغي لها أن تتوقف عند هذه العتبة؛ عتبةِ النفور والتطاول، لذا يجب أن يتدخل المربون في بثِّ الاحترام والعطف بين الجنسين، فالصغيرُ يجب أن يتعلم احترامَ الكبير، والكبير عليه أن يعطفَ على الصغير، بغضِّ النظر عن نوع جنس الكبير أو الصغير، وينبغي التعرفُ على كيفية التعامل مع الجنس الآخر بسلاسةٍ ووئام واحترام، مما يساعدُ على ذلك غرسُ روح التعاون فيما بينهما، والحرصُ على أن يراعي كلٌّ منهما مشاعرَ الآخر، والقيام بخدمة الآخر على حسب جنسِه وعُمره... إلخ.

التفكيرُ في الزفاف:

تجول أحلامُ العرس المبكرة بخاطر الطفلة الأنثى قربَ أواخر فترة الطفولة المبكرة، وتكون هي فيها العروسَ الجميلة التي ترتدي ثوبَ الزفاف الأبيض الرائع، وتزفُّ في عرس مليء بالزينات والأضواء والضوضاء، ويحضره الناسُ جميعًا. إنها تحلم بيومِ زفافها ولكنَّها – في هذه العمر الصغيرة – لا تدرك أبعادَه

وتبعاتـه ومـا وراءه؛ ولـذا كانت لعبة «عروسـة وعريـس» لعبةً أنثويـة خالصة، يتمُّ خلالهـا انتقـاءُ واحدة من بين البنـات الصغيرات لتـؤدّي دورَ العـروس، ثمَّ يلجأن إلى اختيـار (أو اصطيـاد) طفـلٍ صغير في مثـل عُمرهن ليـؤدّي دورَ العريس، وإن لم يجـدنَ «العريـس المناسـب» انتحلتْ إحداهـنَّ دوره لتكتمـل أركان اللعبـة، وليس الأمـرُ كذلك بالنسـبة للأطفـال الذكور الذين لا تَسـتميلهم هذه اللعبـة ولا تعنيهم في شيء، وربما سـخروا منها واسـتهزؤوا.

إنَّ لعبـة «عروسـة وعريـس» لا تعتبر لعبةً جنسـية، ولكنها كلعبة تكشـف قدرَ الهـوَّة الواسـعة بين اهتمامات الإنـاث واهتمامات الذكـور في هذه الفـترة المبكرة من حياة الإنسـان، والتـي لن تزيدها الأيـامُ إلا اتسـاعًا وعمقًا وجمالًا.

ختانُ (خفاض) الإناث:

في فـترةِ الطفولـة الوسـطى قد يتـمُّ (أو لا يتمُّ لا في هـذه الفـترة ولا في غيرها من الفـترات) إجـراءُ عمليـة الختـان للطفلة الأنثـى. وهي عمليـةٌ جراحية بسـيطة، تعتبر مـن فـروع العمليـات الصغـرى، يقطَـع خلالَها جـزءٌ ضئيل من جلـدةٍ في أعـلى البَظر تسـمَّى بالقلفـة، ولضآلـةِ مـا يتـم قطعُه كثـيرًا ما يسـمَّى ختان الأنثـى بالخفاض.

والقلفـة في الأنثـى عبـارة عـن جلـدة تبـدأ مـن الفاصـل الموجـود بـين رأس البَظـر وجسـمه، وحجمُهـا وطولهـا متفـاوتٌ بشـكل مَلحـوظ من أنثـى لأخرى. إنَّ قطـعَ القلفـة بعمليـة الخفـاض يكشـف رأسَ البَظـر (كـما يكشـف ختـان الذكر مقدمـةَ القضيـب) بحيـث لا يفصلُـه عـن الشـفرين الصغيريـن اللذيْـن يلتقيـان بالجـزء الأسـفل منه. ويجـب – إذا كانت سـتجرى هـذه العملية – مراعـاةُ إجرائها في الأماكـن المجهَّـزة لذلـك، حيـث تتوافـر الأدواتُ الطبيـة المناسـبة والمعقَّمـة، ويجريهـا طبيبـة/ طبيـب متخصِّصـة أو خبـيرة مدرَّبـة.

ولختان الإناث أربعةُ مستويات هي كالتالي:

الأوَّل: يتضمـن إزالـةَ جـزءٍ ضئيـل مـن القلفة أعـلى البَظـر، وهذا هـو الختان الوحيـد الجائـز إجـراؤه شرعًـا من بـين كلِّ مسـتويات الختـان التاليـة الأخرى.

الثاني: يتضمَّن إزالةَ القلفة والحشفة أو البَظر كله.

الثّالث: يتضمن إزالةً كلية أو جزئية للبَظر والشفرين الصغيرين.

الرابع: وهو ما يُعرَف بالختان الفرعوني وهو أسوأ أنواع الختان، حيث يتمُّ فيه إزالةُ كلِّ الأعضاء التناسلية الأنثوية الخارجية من بَظر وشفرين صغيرين وشفرين كبيرين، فتطمس جميعُ معالم الأنوثة الخارجية في الجهاز التناسلي للفتاة ثمَّ خياطة المنطقة أو تركها بطريقةٍ معينة لتلتئمَ مع الإبقاء على فتحة صغيرة ليخرج منها البول ودم الحيض.

تبعاتُ عدم اتباع الطريقة الشرعية في ختان الإناث:

إنَّ الضجيجَ الذي يُثار بين الحين والآخر حولَ ختان الإناث مَنشؤه في الأساس هو ذلك الظلمُ الذي وقعَ على العديد من الفتيات في العديدِ من الأوساط والمجتمعات، حينما أجري لهنَّ ختانٌ جائر غيرُ شرعي، فحرمهنَّ بقسوة وظلم من أحد حقوقهن الإنسانية المشروعة.

ومِن ذلك ما ساقه «شادي عبد السلام» في كتابه «الرجالة العوانس» ناقلًا ما سجَّلته الكاتبة «نوال السعداوي» (1931م – 2021م) حول قصتها حينما أجريت لها عمليةُ الختان بطريقةٍ بدائية وغير مُتوافقة مع شرع ولا إنسانية، وكان ما كُتِبَ كالتالي:

في أحدِ كتبها نتأمَّل وصفَ الكاتبة «نوال السعداوي» لقصتِها الشخصية مع الختان، إذ كتبت ما يلي:

«كنتُ في السادسة من عُمري نائمةً في سريري الدافئ، أحلم أحلامَ الطفولة الوردية، حينما أحسستُ بتلك اليدِ الباردة الخَشنة الكبيرة ذات الأظافر القذرة السوداء، تمتدُّ وتمسكني، ويدٌ أخرى مشابهة لليدِ السابقة خشنة وكبيرة تسدُّ فمي، وتطبق عليه بكلِّ قوة لتمنعني من الصراخ.

وحَملوني إلى الحّمام، لا أدري كم كان عددهم؟ ولا أذكر ماذا كان شكلُ وجوههم؟ وما إذا كانوا رجالًا أو نساء؟ فقد أصبحتِ الدنيا أمام عيني مُغلَّفة

بضباب أسود، ولعلهم – أيضًا – وضعوا فوقَ عيني غطاء، كلُّ ما أدركته في ذلك الوقت تلك القبضة الحديدية التي أمسكتْ رأسي وذراعي وساقي حتى أصبحتُ عاجزة عن المقاومة أو الحركة، ومَلمس بلاط الحمام البارد تحَت جسدي العاري، وأصوات مجهولة وهمسات يتخلَّلها صوتُ اصطكاك شيء معدني، ذكَّرني باصطكاك سكين الجزار حين كان يسنُّه أمامنا قبلَ ذبح خروف العيد. وأرهفتُ أذني لصوت الاصطكاك المعدني، وما أن توقفَ حتى توقف قلبي بين ضلوعي، وأحسستُ أن هذا الشيء يقترب منّي، لا يقترب من عُنقي وإنما يقترب منّي؛ من فخذي. أدركتُ في هذه اللحظة أن فخذيَّ قد فُتحتا عن آخرهما، وأن كلَّ فخذٍ قد شدت بعيدًا عن الأخرى بأصابعَ حديدية لا تلين. أحسستُ بالشيء المعدني يسقط بحدَّة وقوة من بين فخذي، فيقطع جزءًا من جسدي. صرختُ من الألم رغم الكمامة فوقَ فمي، فالألم لم يكن ألمًا؛ وإنما هي نار سرتْ في جسدي كله، وبِرْكة حمراء من دمي تحوطني فوقَ بلاط الحمام، لم أعرف ما الذي قطعوه منّي، ولم أحاول أن أسأل. كنتُ أبكي وأنادي على أمّي لتنقذني، وكم كانت صدمتي حين وجدتُّها بلحمها ودمها واقفةً مع هؤلاء الغرباء، تتحدث معهم وتبتسمُ لهم، وكأنها لم يذبحوا ابنتَها منذ لحظات. وحملوني إلى السرير، ورأيتهم يمسكون أختي التي كانت تصغرني بعامين بالطريقة نفسها، فصرخت، وأنا أقول لهم: لا، لا. ورأيت وجهَ أختي من بين أيديهم الخشنة الكبيرة، كان شاحبًا أبيضَ كوجوه الموتى، والتقتْ عيناي بعينيها في لحظة سريعة قبل أن يأخذوها إلى الحمام، وكأنما أدركنا معًا تلك اللحظةَ المأساة، مأساة أننا خلقنا من ذلك الجنس؛ جنس الإناث الذي يحدِّد مصيرَنا البائس ويسوقنا بيدٍ حديدية باردة إلى حيث يستأصل من جسدنا بعض الأجزاء».

ولعلَّ هذه التجربة المأساوية واحدةٌ من العوامل التي شكلت تلك الحدَّة في أفكار ونظريات الكاتبة الشهيرة، وهي ما لا تحظى بتعاطف معظم أصحاب الفطرة السليمة من الجنسين معًا.

ويبقى السؤالُ المُلح: هل من العدالة والإنصاف أن نقومَ بختان البنت للحدِّ من الإثارة الجنسية لها حين تنضج، وكأنَّ الشرف في ألا تُثار المرأة، وألّا يكون لها غريزة، وألا تكون بشرًا؟

انتهى ما كتبَه «شادي عبد السلام».

ولعلّي أتَّفق مع رأي «شادي» في أن ما فُعل بالكاتبة في صِغرها ربما يكون دافعًا من دوافع توجُّهاتها وكتاباتها وفلسفتها الجنوسية واللا دينية التي لا يتقبَّلها – بل ويشمئز منها – الكثيرُ من ذوي الفطرة السليمة. إنَّ هذا نتاج طبيعي للمغالاة في أيِّ أمر، نتاج يفرزُ مَن ينتحي أقصى اليمين أو أقصى اليسار شرودًا عن الوسطية المعتدلة.

وإنْ كان في هذه القصة – في نظري – بعضٌ من «الحبكة» الدرامية لتنفرَ من هذا العمل، وربما يكون في إطارِ هذه الحبكة إدعاءُ وقائع لم تكن تحدُث في العادة، مثل احتمالية حضور رجال في هذه الواقعة، وإجراء الختان لطفلة (أختها الصغرى) لم يتعدَّ عمرُها الأربعة أعوام.

على كلِّ حال، يعدُّ الانصياع للعادات والتقاليد المغلوطة بالمبالغة في ختان الإناث مُنكرًا لا يقرُّ به أحد، فمثل هذه المبالغات أعطت مبررًا قويًّا للهجوم على الختان كله بما فيه الشرعي، فرَدّ الفعل الطبيعي للإفراط هو التفريط، طبقًا للقاعدة الفيزيائية المعروفة، «لكلِّ فعلٍ ردٌّ فعل مساوٍ له في القوة ومضادٌّ له في الاتجاه».

إنَّ الدعوة إلى التخلي المُطلق عن ختان الإناث كانت من أهمِّ نقاط أجندة برامج الصحة الإنجابية التي نوقشَت في مؤتمر السكان والتنمية الذي عُقد بالقاهرة عامَ 1994م وغيره من المؤتمرات الدولية المدعومَة من قبَل المنظمات الأجنبية والدولية وعلى رأسها الأمم المتحدة التي كان لها دورٌ فعّال – ومازال – في إرساء قواعد وقوانين دولية تنظمُ وتحكم السلوكَ البشري في العالم كلِّه وفي جميع مجالات الحياة، هادفة إلى عولمةِ المفاهيم والنظم والقوانين، مما يؤدّي

في النهايـة إلى فصـل الديـن عـن كلِّ مَفاهيـم الحياة الأسريـة والاجتماعيـة والثقافية والقانونيـة، ومـن ثـمَّ إغفـال الشريعـة الإسـلامية السـمْحة وكأنهـا غـيرُ موجودة واسـتبدالها بشريعـة العـالم الجديد.

حكمُ الشرع في خفاض الإناث:

اتفقـت كلمـةُ فقهـاء المذاهـب الأربعـة عـلى أنَّ الخفـاض في حـقِّ الإنـاث أمرٌ مـشروع، غـير أنَّهـم اختلفوا في حكـم درجـة مشروعيته، فهـو واجبٌ في الشـافعية أو سـنةٌ عنـد الحنابلـة ومكرمـةٌ عنـد المالكيـة والأحناف.

ولقـد رأى الرئيـس الأسـبقُ والمؤسـس للاتحـاد العالمـي لعلـماء المسـلمين الدكتـور «يوسـف القرضـاوي» (1926م – 2022م) التـالي: «إنَّ تحريـمَ الختـان للإنـاث يكـون في حالـة تجـاوزِ الإشـمام إلى النَّهـك، أي: الاسـتئصال والمبالغـة في القطـع، التـي تحرم المـرأةَ من لـذَّة مشروعة بغـير مبرر، وهو مـا يتمثلُ فيما يسـّمونه بالختـان الفرعـونَي، أو أنْ يبـاشر هـذا الختـان الجاهـلات مـن القابـلات وأمثالهن، وإنـما يجُـب أن يقـوم بذلـك الطبيبـاتُ المختصّات الثقـات، فـإنْ عُدمن قـامَ بذلك الطبيـب المسـلم الثقـة عنـد الـضرورة، وأن تكـون الأدواتُ المسـتخدمة معقمـةً وسـليمة، وملائمـةً للعملية المطلوبـة، وأن يكون المـكانُ الذي سـيجرى فيه الختان ملائـمًا، كالعيـادات والمستشـفيات والمراكز الصحيـة، فلا يجوز اسـتخدامُ الأدوات البدائيـة، وبطريقـة بدائيـة، كـما يحـدث في الأريـاف ونحوها».

وكان لشـيخ الأزهـر الأسـبق والعـالم الأزهـري الشـيخ «محمـود شـلتوت» (1893م – 1963م) قـولٌ في ختـان الأنثـى كالتـالي: «وقد خرجنا من اسـتعراض المرويّـات في مسـألة الختـان عـلى أنـه ليـس فيهـا مـا يصـحُّ أن يكـون دليـلًا عـلى (السـنية الفقهيـة) فضلًا عـن (الوجـوب الفقهي)، وهـي النتيجةُ التـي وصل إليها بعـضُ العلـماء السـابقين. وعَـبَّر عنهـا بقولـه: ليـس في الختان خـبرٌ يرجـع إليه ولا سـنَّة تتَّبـع. وأنَّ كلمة (سـنة) التي جـاءت في بعـض المرويّات معناهـا، إذا صحَّت، الطريقـةُ المألوفـة عنـد القـوم في ذلـك الوقت، ولم تـردِ الكلمةُ على لسـان الرسـول صـلى الله عليـه وسـلم بمعناهـا الفقهـي الـذي عُرفـت به فيـما بعد.

والـذي أراه – والقـول مازال للشـيخ شـلتوت – أنَّ حكم الـشرع في الختان لا يخضـع لنـصٍّ منقول، وإنـما يخضعُ في الذكر والأنثى لقاعدةٍ شرعيـة عامَّة وهي؛ أنَّ إيـلامَ الحـيِّ لا يجـوز شرعًـا إلّا لمصالح تعود عليـه، وترْبـو على الألم الـذي يلحقه. ونحـن إذا نظرنـا إلى الختـان في ضـوء ذلـك الأصـل (عـدم جـواز إيـلام الحـي إلّا لـضرورة) نجـده في الذكـر غيره في الإنـاث، فهو فيهـم ذو مصلحةٍ ترْبـو بكثير عن الألم الـذي يلحقهم بسـببه، ذاك أنَّ داخل القلفة منبتٌ خَصيـب لتكوين الإفرازات التـي تـؤدّي إلى تعفُّـنٍ تغلب معـه الجراثيمُ مما قد يهيّـئ للإصابة بالسرطـان أو غيره من الأمـراض الفتّاكة.

ومـن هنـا، يكـون الختـان – بالنسـبة للذكـور – طريقًـا وقائيًّا يحفظ للإنسـان حياتـه، ومثـل هـذا يأخـذُ في نظـر الـشرع حكـمَ الوجـوب والتَّحتيـم. أمـا الأنثى فليـس لختانِهـا هـذا الجانـب الوقائـي حتـى يكـون كختـان أخيها.

ويسـتطردُ الشـيخ – رحمـه الله–: ومِن هنا يتبـين أنَّ ختان الأنثى ليـس لدينا ما يدعـو إليه، ولا تحمـل ألمه لا شرعًا ولا خلقًـا ولا طبًّا.

رأيُ الأطباء في ختان الإناث:

إنَّ أقـوال الأطبـاء المتخصّصـين في إيجابيات وسـلبيات ختـانِ الإناث جـدُّ مختلفةٌ إلى درجـةٍ قـد تصـل إلى التناقـض، فمنهم مَـن يرى تركَ ختـان الإناث تمامًـا، وآخرون يـرَوْن وجـوبَ ختانهن، بينـما وقف آخرون في الوسـط وأوْصوا بضرورة عـرض الفتاة عـلى طبيبـة/ طبيـب مختصَّة لـترى إنْ كانـت في حاجة إلى ختان مـن عدمه.

كتبـتِ الدكتـورة «آمـال أحمـد البشـير» في دراسـة لها بعنـوان «ختـان الأنثى في الطـب والإسـلام، بين الإفـراط والتفريط» ما يـلي: «إنَّ الحرب عـلى الختان (تقصد ختـان الإنـاث) ليـسَ لهـا أسـاس طبـيٌّ صحيح، ففـي دراسـة غربيَّـة أعلـن أطباءُ واختصاصيـون أنـه لا توجـد أدلةٌ تشـير إلى مَخاطر الختـان الشرعـي الصحيح، وأنَّ بعـض الدراسـات في هـذا المضـمار تـأتي بنتائـجَ متضاربـة ولا يمكـن الجـزمُ عـلى أساسـها، كـما أنَّ بعض الدراسـات تشـير إلى وجـود فوائـد للختان».

الخلاصة:

إنَّ عـدمَ الاتفـاق بين الفقهـاء والعلـماء والأطباء على أمـرِ ختان البنـات جعلَ لهـذه المسـألة متسـعًا، وليس حكمًا واحدًا يُسـاق إليه جميـعُ الناس سـوقًا، وأنَّ هناك اتجاهًـا عالميًّـا الآن على مسـتوى الحكومات والشـعوب بوقـف إجراء هـذه العملية تمامًـا إلا لـضرورة طبية فقط.

أنشطةٌ جنسية سلبية يمارسُها الأطفال:

كـما أنَّ هنـاك أنشـطة طبيعيـة ينظـرُ إليها خطـأ على أنهـا جنسـية، فهناك – أيضًـا – أنشـطة جنسـية غيرُ سـوية عديـدة قد يمارسُـها الأطفـال، مِـن أمثلها: محـاولات الطفـل المسـتمرَّة والمتكـررة لمشـاهدة الأماكـن الحسّاسـة في أجسـاد الآخريـن ولَمْسـها، أو إظهـاره المتكـرر لأعضائه التناسـلية رغمَ تنبيهـه وتحذيره وزجْـره كثـيرًا، أو الذكـر المتكـرِّر للعـوارات وخـوض نقاشـات جنسـية مـع الأقـران أو مـعَ مَـن هُـم أكـبر منـه عمـرًا، وانشـغاله بتلـك الأمـور انشـغالاً يعوقُـه عـن الانهـماك في الأنشـطة الأخـرى الأكثـر جـدوى وأهمية، واسـتبداد الغضـب أو التوتـر بـه إذا حيـلَ بينـه وبـين مُمارسـة هذه الأنشـطة الجنسـية، أو عنـدَ محاولـة تشـتيت انتباهـه عنهـا، أو عندمـا تصبـح تلـك الأنشـطة مزعجـةً للآخريـن، وتلـك التي بها تهديـدٌ أو إجبـار أو إكراه أو عدوانية جنسـية صريحة عـلى أطفـال أصغـرَ منـه سـنًّا أو أضعف منـه بنيـة، وكذلـك القيام بسـلوكيات جنسـيَّة يشـارك فيهـا أطفـال آخـرون أصغر منـه أو أكـبر، وأيضًا حين ممارسـة سـلوكيات جنسـية شـاذَّة، ومحـاكاة العمليـة الجنسـية أو تطبيقهـا مـع الدمـى أو الحيوانـات الأليفـة أو حتـى مـع الأطفـال الآخريـن، أو ممارسـة العبـث في الأعضـاء التناسـلية باسـتمرار، أو محاولة إدخـال الأصابـع أو الأدوات الصلبة في فتحـة المِهبـل أو فتحـة الشرج.

فـإذا بـدَا مـن الأطفـال سـلوكٌ جنسـيٌّ غـير سَـويّ متكـرر بصفـةٍ يوميـة أو شـبه يوميـة وغـير مناسـب لمَرحلتهـم العمريـة؛ فيجـب ألا يتجاهَـل هـذا

السـلوك ولـزَم إجراءُ جميـع المحاولات التربويـة الصحيحة المناسـبة ليكفّوا عن الاسـتمرار والإيغـال فيه، ومـن الأفضل استشـارةُ المتخصّصين للمسـاعدة في التعامـل مـع مثـل هذا السـلوك.

نهايةُ مرحلة الطفولة:

وفي نهايـة هـذه المرحلة يصبـح لدى الطفـل/ الطفلة انتباهٌ بشـأن بعض الأمور الجنسـية خاصَّـة في هذا العـصر الرقمي المنفتح، وأنـه أصبح له نظرةٌ جنسـية مختلفة عـن السـابق في سـياق تطـورِه الطبيعي لإنهاء فـترةِ الكُمـون الجنسي، وبـدْء دخول فـترة البلـوغ وما سـيجتاحها من اسـتيقاظٍ جنسي جارف.

المحطةُ الخامسة:
مرحلةُ المراهقة
(من البلوغ حتى عُمر واحدٍ وعشرين عامًا):

يشرق البلوغُ الجنسي على حياة الإنسان، تمهيدًا لقرع باب مرحلة المراهقة، فتغرب بهذا الشروق مرحلةُ البراءة واللا حساب، ويقبل التكليفُ والحساب، وتشتعلُ فيها الرغبة الجنسية، وتتدافع التخيلاتُ الجنسية والاستثارات الجنسية والممارسات الجنسية، إنه بحقٍّ تغيرٌ ثوري في حياة الإنسان،

بعدَ اضطراد النمو الجسدي وتسارعه في نهاية مرحلة الطفولة تبدأ علاماتُ البلوغ في الظهور، ليتحوَّل بعدها جسدُ الطفل/ الطفلة إلى جسد المراهق/ المراهقة البالغ.

فتراتُ مرحلة المراهقة:

تنقسم مرحلةُ المراهقة إلى ثلاثِ فترات، هي كالتالي:

1 – فترة المراهقة المبكرة، وهي مِن البلوغ حتى نهاية عمر أربعة عشَر عامًا تقريبًا (مرحلة الدراسة الإعدادية أو المتوسطة)

2 – فترة المراهقة الوسطى، وهي مِن بداية عمر خمسة عشَر عامًا حتى نهاية عمر سبعة عشَر عامًا تقريبًا (مرحلة الدراسة الثانوية).

3 – فترة المراهقة المتأخرة، وهي مِن عمر ثمانية عشَر عامًا حتى عمر واحدٍ وعشرين عامًا تقريبًا (مرحلة التعليم الجامعي).

يختلف ميعادُ البلوغ الجنسي من إنسانٍ لآخر، وفقًا لعدَّة عوامل منها: الاستعداد الوراثي، وحالة النشاط الغدديِ، والحالة الصحية العامة، وبعض العوامل البيئية كالتغذية. كما يختلف الذكرُ عن الأنثى، فعند الذكور يتراوح ميعادُ البلوغ بين عمر أحدَ عَشر عامًا وثمانية عَشر عامًا، أمّا عند الإناث فيتراوح بين عمر تسعة أعوام وستَّة عَشر عامًا، وبصفة عامة تبلغ الإناث جنسيًّا قبلَ الذكور بمدَّة قد تصل إلى العام أو العامين تقريبًا.

وتختلف مشاعرُ المراهقين/ المراهقات تجاهَ تغيُّرات أجسامهم بالبلوغ الجنسي، فأغلبُهم يستقبلها بالفخر والإعجاب والشعور بالمكانة والقيمة، فقد انتظروها طويلًا واستعجلوها كثيرًا، بينما القليلُ منهم – خاصَّة الفتيات – قد تنتابه الحيرةُ والخوف والقلق والخجل إزاء هذه التغيرات.

أزماتُ المراهقين الجنسية:

هناك قائمتان طويلتان أوجدتَا أو – بتعبير أدق – عمَّقتَا الأزماتِ الجنسية أثناءَ مرحلة المراهقة وما بعدها.

تضمُّ القائمةُ الأولى أمورًا خارجة عن سيطرة وإرادة المراهق/ المراهقة، وتشتمل على النظم التي فرضَها الواقع الأليم كتنحيةِ الدين عنِ الحياة، وحصره في أداء بعض العبادات دون أن يكون لها مردودٌ إيجابي على النفوس والسلوك، وتأخُّر سنِّ الزواج وما يسببُه من إطالة فترة البَطالة الجنسية (هي الفترة بين البلوغ الجنسي وبين إشباع الاحتياج الجنسي بالزواج)، وذيوع الاستثارات الجنسية التي تكتظُّ بها وسائلُ الإعلام والإنترنت والشارع والمدرسة والجامعة والنادي والشاطئ، وتوافر الفراغ الذهني والوقتي الذي تحتلُّه التخيلاتُ وأحلام اليقظة الجنسية، وتغييب القدواتِ الصالحة المناسبة، وتبكير البلوغ الجنسي أو الفكري وما قد يصاحبُه من خجل وميلٍ إلى الاستعراض الجنسي وتفاقم الاستطلاع الجنسي، أو تأخر البلوغ الجنسي وما قد يظهره من انعزالٍ وخجل وقلق، ونقص المعلومات الجنسية الصحيحة أو تشوُّهها، وتجاهل

الكبار للمشاعر الجنسية القوية المتأجِّجة للمراهق/ المراهقة، وتهربهم من القيام بأدوارهم في إفهام مراهقيهم كُنهَها ومَغزاها وحكمة وجودها وطرائق التعامل معها، أو إظهارها وكأنَّها أمرٌ منفِّر مستقذَر قبيح، وهذه الأخيرة هي أسوأ الأخطاء وقعًا وأخطرُها أثرًا.

والقائمةُ الثانية لأمور تخضع لسيطرة المراهق/ المراهقة منها: الابتعاد عن الله تعالى، والاندماج في التعامل مع المواد الإباحية، وإدمان العادة السرية، ومرافقة أصدقاء السوء، والتورط في تجارب وسلوكيات جنسية محرَّمة مؤلمة، والتي تؤدي إلى الشعور بالذَّنب وتأنيب الضمير وجلْد الذات والاكتئاب... إلخ.

ومن هاتَيْن القائمتين يتضح بجلاء أنَّ الأمور الضاغطة الخارجة عن سيطرة المراهق/ المراهقة التي يصنعها والداه وأصدقاؤه ومجتمعُه وبيئته تفوق عددًا تلك التي تقعُ في نطاق سيطرته والنابعة منه، فلكم أثَّر مَن هم حول المراهق/ المراهقة تأثيرًا بليغًا فيه، ولكن.. هذا لا يعفي المراهق/ المراهقة من تحمُّله مسئولياته وتحمُّل تبعاتِ ما يقول وما يفعل، فعليه مجاهدةُ نفسه ومجتمعه لينالَ سلامته الدنيوية والأخروية.

كما يظل المراهق/ المراهقة مشدودًا بين قطبين مُتضادين، هما:

الأول: مشاعره الجنسية الجديدة الطبيعية المتأجِّجة التي لا دخلَ له فيها نتيجة حدوث فَوران الهرمونات الجنسية بجسده، وتفاقم التطلعات الاستكشافية حولَ الجنس الآخر، واستيقاظ الرغبة الجنسية من سُباتها وانتفاضها بعد كُمونها، كلُّ ذلك قد يدفعه لمُمارسة نشاط جنسي أيًّا كان نوعه، فإرضاءُ الدافع الجنسي بشكلٍ سليم عن طريق الزواج أمرٌ يعلم المراهق/ المراهقة تمامًا أنه يحتاج إلى وقتٍ لم يحْن بعد، وإلى مالٍ لم يُجنَ بعد، وإلى مقدِّماتٍ لم تأتِ بعد؛ مما يوقعُه بين مِطرقة احتياجاته الجنسية الملحَّة وسِندان ظروفه وامكانياته القاصرة.

والثاني إحساسُه بأن الأنشطةَ الجنسية الخارجة عن نطاق الزواج تنبذُها فطرتُه السوية وتمنعُه عنها معتقداته الدينية وضوابط مجتمعه المحافظة.

إنَّ هـذا الـصراع الضّـاري يعـدُّ مـن أقـوى الصراعـات المُنهكة التـي يخوضها المراهـق/ المراهقـة، وهـو كافٍ بـأن يحيـل حياته إلى سلسـلة مـن الأزمات

وتحَـت نـيْر غيـاب الناصـح الأمـين والتربـوي العليـم والقـدوةِ الصالحـة عنِ السـاحة ونـدرة وجود البيئـة النظيفة الطاهـرة من حـول المراهق/ المراهقـة؛ ينتهي بـه الأمـرُ إلى ولوجِ عـالم سرِّيٍّ يختاره بنفسـه ليحققَ مـا يريحه بطريقتـه، ويتناقله مع أصدقائـه وأقرانـه. وفي عالم الأسرار والغموض وحبِّ الاستكشـاف تنشـأ الأفكارُ والممارسـات الخطـأ، وتنمو وتتشـعَّب دون تصويـب وتصحيح أو تحديـد وتقليص أو إلغـاء وإنهاء.

يستحقُّ المراهقون من الكبار الشَّفقة وليسَ القسوة، شفقة تحضُّ الكبارَ على الوقوف بجوارهم وليس في مواجهتهم.

مراهقو الأمْس VS مراهقو اليوم :

في الأجيـال السـالفة لم تكـُن هنـاك أزمـاتٌ جنسـية تعصـف بالمراهقـين/ المراهقـات بمثـلِ هـذه الـضراوة، وقـد يرجـع ذلـك إلى التـالي:

– انتشـار ثقافـة الـزواج المبكـر، حيـث كان الأبنـاء والبنـاتُ يتربّـون عـلى القيـام بأدوارهـم والنهـوض بمسـئولياتهم النمطيـة التقليدية لجنسـهم منـذُ الصغر فيتقنونَهـا ويحبونهـا ويعشـقون النهوضَ بها، فلا يقـف جهلهُم بهـا أو عجزهم عنها أو كرههـم لهـا حجرَ عثـرةٍ أمـام زواجهـم المبكر.

لقـد حمـلَ لنـا الـتراثُ الإنسـاني القديـم مـا يحـضُّ عـلى الـزواج المبكـر، فمِن الحكـم والنصائـح التـي حملتهـا أوراقُ الـبردى الخاصَّـة بقدمـاء المصريـين مـا كتبه "أني" قائـلا لابنـه وهـو يعظُـه: "اتَّخذ لنفسـك زوجـةً وأنت صغير، حتـى تعطيك ابنًـا تقـوم عـلى تربيته وأنـتَ في شـبابك، وتعيش حتى تراه اشـتدَّ وأصبـح رجلًا".

إنَّ الذين يدعون إلى رفع سنِّ الزواج ويسنّون القوانين لهذا الغرض هُم أعداء المجتمع الحقيقيّين، فالأحرى بهم أن يعنوا بتربيةِ وتدريب الصبية والفتيات على تحمُّل المسئوليات النمطية لجنسهم وتعلُّم مهارات الحياة الزوجية المتعددة ليكونوا أهلًا للزواج في عمر مبكرة.

إنَّ تبكيرَ الشباب بالزواج يعني ضمنًا تبكيرَ الفتيات به، بما يلبّي لهم ولهنَّ الاحتياجات العاطفية والجنسية بعد البلوغ بفترة زمنية قصيرة، فتتقلصُ تبعًا لذلك أوقاتُ التِّيه وفرصُ ارتكاب الفواحش، وتهنأ النفوس وتهدأ بمُمارسة الحياة الطبيعية، وتلتفت لما بعدَ الزواج والاستقرار من مهامّ عظام، فترتدُّ فائدة ذلك كله على المجتمع بأسْره.

– تحمُّل المسئولية، ففي السابق كان المراهقون والمراهقاتُ قوى منتجةَ تعمل في المصنع والحقل والمتجر والورشة جنبًا إلى جنب مع الدراسة، فتكوَّنت أجيالٌ تتحمل مسئوليات نفسها، وكثيرٌ منها تحمل مسئولياتِ أسَرهم منذ صغرهم، وصار الشابُّ قادرًا نفسيًّا وماديًّا على فتح بيت وإعالةِ أسرة بعد بلوغه بقليل.

– وجود بيئة صحية خالية إلى حدٍّ كبير من المثيرات الجنسية والإباحيات والاختلاط الماجن بين الجنسين.

– عدم الخوض في علاقاتٍ مع الجنس الآخر – كما هو شائع الآن – التي أدَّت إلى اكتساب خبرات سلبية عن الجنس الآخر وعِن الزواج، وما جلبته من تشتيتٍ للطاقة العاطفية والجنسية وتبديدها هنا وهناك دونَ زواج أو استقرار.

هكذا كانتِ المجتمعات في الماضي القريب، ولهذا لم يكن عندها هذا الكمُّ المخيف من الأزمات الطاحنةِ التي هي في الأساس صناعةٌ مدنية حديثة أطاحتْ براحة الإنسان وهدوءِ باله واستقراره، صناعة مدنيَّة تريد من الإنسان – بقصد أو بغير قصد – أن ينحرفَ وينجرف ويقترفَ من الفواحش ما شقيتْ به نفسه، صناعة مدنية تدقُّ مسامير نعش الإنسانية وتخيط أكفانها.

- أنشطةٌ ومشاعرُ عاطفية وجنسية طبيعية:

يتقاطَر على المراهقين والمراهقات سيولٌ من الأفكار والمشاعر والسلوكيات العاطفية والجنسية الطبيعية مثل التالي:

رجولةٌ وأنوثة:

يزداد اهتمامُ المراهقين بالمَظهر والهندام والأناقة، ويبدو ذلك أشدَّ وضوحًا عند الفتيات أكثرَ مما هو عند الفتيان. وقد يظهر بعضُ المراهقين – خاصة الصغار منهم – نوعًا من الاستعراض الجنسي تفاخرًا بالانتماء إلى جنسهم، وزهْوًا ببوادر ظهور معالم «الرجولة» أو ببدْء وضوح معالم «الأنوثة»، حيث يتباهى الصبيُّ بعضلاته وبُنيانه، ومِن بدء إنبات شَعر شاربه، وبحجم قضيبه المُرتخي وحينما ينتصب، كما قدْ يسعى إلى إثبات أنه هو «الرجل» الأقدرُ على معاكسة وجذب انتباه الفتيات ومرافقتهن. كما تتباهى الفتاةُ بجمالها وقوامها وظهور ثدييْها وتفجُّر أنوثتها، ويزداد اهتمامُها بملابسها وزينتها وإكسسواراتها، وتبدأ في تعمُّد إظهار أنوثتها ودلالها بغرض لفتِ انتباه الشباب.

إنَّ هذا – تقريبًا – كلُّ ما يفهمانه في هذا العُمر عن معاني الرجولة والأنوثة.

ولأنَّ المراهق ينزعُ إلى الشعور بأنه صارَ «رجلًا» فقد ينفر – في العادة – مِن الخروج مع أمِّه وأخته، فرفقتُه لهما قد يشاهدُها أصدقاؤه، وقد ينظرونَ إليه نظرة استهزاء وسخرية وينعتونَه بأنه «بتاع أمّه»، ويبدو هذا واضحًا عندما يخجل المراهقُ من زيارة أمِّه له في مدرسته للاطمئنان على سيْره التعليمي، ويرفض خروجَه معها للتسوق أو حتى للتنزه، أما إذا رآه أصدقاؤه معَ فتاة أجنبية عنه فسوف ينظرونَ إليه نظرة إكبار وانبهار، ويصفونَه بـ«الرجل الجامد»، أو.. «الواد العنتيل». كما قد يحاول المراهقُ فرضَ سيطرته على أمه وأخواته البنات عن طريق إظهار الغيرةِ الشديدة

عليهنَّ ومحاولة التحكم في أنشطتهنَّ داخل البيت وتقييد حركتهنَّ، والاحتداد عليهنَّ إذا لم يسترن أنفسهنَّ كما ينبغي وهنَّ يهممَن بالخروج من البيت بأساليب ينقصها النضج.

إنَّه لا يعرف أنَّ هناك فارقًا بين الذكورة والرجولة، فالذكورة تشير إلى النوع، وهو متوافرٌ في المخلوقات النباتية والحيوانية، أما الرجولة فتشير إلى النوعيةِ الجيدة والصفات الحميدة المتوفرة ببعض من ذكور الإنسان.

لقد ذكر اللهُ تعالى الذكورة عندما تحدثَ عن النوع {فَٱسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّى لَآ أُضِيعُ عَمَلَ عَٰمِلٍ مِّنكُم مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ...} (آل عمران: 195)، {يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَٰكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ...} (الحجرات: 13).

ولكنْ حينما ذكر اللهُ تعالى الرجولة جعلَها في مواضع العطاء في الدعوة والعبادة والخشية من الله والجهاد في سبيله، فقال تعالى: {وَجَآءَ مِنْ أَقْصَا ٱلْمَدِينَةِ رَجُلٌ يَسْعَىٰ قَالَ يَٰقَوْمِ ٱتَّبِعُوا۟ ٱلْمُرْسَلِينَ} (يس: 20)، {رِجَالٌ لَّا تُلْهِيهِمْ تِجَٰرَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَن ذِكْرِ ٱللَّهِ وَإِقَامِ ٱلصَّلَوٰةِ وَإِيتَآءِ ٱلزَّكَوٰةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ ٱلْقُلُوبُ وَٱلْأَبْصَٰرُ} (النور: 37)، {مِّنَ ٱلْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا۟ مَا عَٰهَدُوا۟ ٱللَّهَ عَلَيْهِ ۖ فَمِنْهُم مَّن قَضَىٰ نَحْبَهُۥ وَمِنْهُم مَّن يَنتَظِرُ ۖ وَمَا بَدَّلُوا۟ تَبْدِيلًا} (الأحزاب: 23).

يجب أن يعرفَ المراهق أنَّ الرجولة هي خصائصُ ومميزات إذا اكتسبَها الفتى أصبح رجلًا، منها: الجود والكرم والفضل والعطف والتقوى والحنان والرحمة والنهوض بالمسئوليات والقدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها والتحكم في العواطف والتحلي بالقوة والبأس... إلخ، والذي لا يستوعب ذلك سيظلُّ ذكرًا له حوافرُ ترفسُ وقرونٌ تنطح.

وإنها يجب أن تعلمَ أنَّ الأنوثة ليست فيما تعتقدُه محصورًا في ملبس وهيئة وزينة وتبرج وكلمات ودلال تؤديه خارجَ بيتها، ولكنَّ الأنوثة في إظهار هذه الأمور ببيتها فقط بعد مزجِها بالرقَّة والعطاء والعفَّة والتقوى والحياء والأدب.

الفضولُ الجنسي:

ومعَ المضيِّ قدمًا في مرحلة المراهقة يشتدُّ الفضول الجنسي، ويشتعل الشغفُ بالتعرف على المزيد حولَ الجنس الآخر وأنشطته العاطفية والجنسية، وسبْر أغوار وتفاصيل جسده المثيرة، وغير ذلك من المعلومات المرتبطة بالجنس الآخر. إنه يسعى ليعرف عنها المزيد، وإنها تحرصُ على أن تعرفَ عنه الكثير، وهما لا يعرفان عن جنسِهما الذي ينتميان إليه إلا القليل.

المشاعرُ والانفعالات الجنسية:

في أوائل فترة المراهقة المبكرة كثيرًا ما يتوجَّه المراهق/ المراهقة انفعاليًّا وعاطفيًّا – وبكلِّ إخلاص وولاء وإعجاب وإعزاز – نحوَ أفراد من ذات جنسه، يكونون في أحيان كثيرةٍ ممَّن هم أكبرُ منه سنًّا، وبالتدريج السريع أو البطيء تتغير المشاعرُ العاطفية والجنسية تجاهَ الذات والأسرة والأصدقاء والناس جميعًا، فيتحوَّل الميلُ إلى أفراد من الجنس الآخر، فيشتهي الفتى جنسيًّا وعاطفيًّا فتاة أو أكثر، وكذلك الفتاة أيضًا.

ومِن ملامح اتِّقاد الرغبة الجنسية اصطباغُ الأنشطة والمعلومات الجنسية بالاستثارات الجنسية، وازدياد الانفعالات العاطفية والجنسية حدَّة، كما تكثر التساؤلاتُ الجنسية وتتنوع، وتتنامى أحلامُ اليقظة الجنسية، وتزداد الحواراتُ والمحادثات والقراءات الجنسية، ويتضح التلهفُ على مطالعة المواقع الإباحية بالإنترنت ومشاهدة القنوات الفضائية الماجنة، وتتبع الأخبار العاطفية والجنسية للمشاهير والأقران وسائر الناس، وقد يتمُّ التواصلُ الجنسي بالصوت/ أو الصورة بين الجنسين، ومحاولة الحصول على شريك عاطفي/ أو جنسي... إلخ.

إنَّ محاولة مُصادَرة اهتمام المراهقين/ المراهقات بالجنس مصادرةً تامة في هذا العمر أمرٌ غيرُ حكيم وغير واقعي وغير صحي وغيرُ إنساني بالمرَّة، كما أنَّ اقتصار جلِّ اهتمام المراهقين/ المراهقات على الجنس بحيث يشغل حيزًا ضخمًا من تفكيرهم واهتماماتهم وأوقاتهم أمرٌ غير حكيم وغيرُ صحي وغير إنساني كذلك.

خصوصيةُ المشاعر الجنسية:

يُظهر المراهقون والمراهقات تحفظًا واضحًا حيالَ الحديث في المواضيع الجنسية مع والديهم، وذلك لعدة أسباب، من أهمها، أنَّهم أصبحوا أكثرَ تحسُّسًا للموانع الاجتماعية، وأشدَّ تحسبًا للتكتم الذي يفرضه الوالدان ومجتمع الكبار حول الحديث في المواضيع الجنسية، وهيمنَ عليهم الشعورُ بالاستقلال عن الأهل والميل إلى الشعور بالخصوصية، ولكنهم يجدون راحة وافرة حين الخوضُ في هذه الأمور مع الأقرانِ، أو أيِّ أناس آخرين غير والديهم.

والذي يزيل بعضًا من هذا التحفُّظ ويقلصه جودةُ العلاقة الوالدية التي بينَ الآباء والأمهات من ناحية وبين أبنائهم وبناتهم من ناحية أخرى، علاقة يتوافر فيها قدرٌ هائل من الحبِّ والقرب والودِّ ورصيدٌ ضخم من الانسجام والاحترام، بالإضافة إلى مُمارسة الآباء والأمهات للأساليب التربوية السويَّة على أبنائهم وبناتهم منذ الصغر، الأمرُ الذي سيعمِّق التواصلات ويحسنُها ويذيبُ النفوس ويُلينها ويقارب بين الأفهام ويدمجها.

العلاقةُ بين الجنسين:

حينما يطلُّ البلوغُ برأسه تتحول العلاقةُ بين الجنسين من النفور – كما كان كائنًا أثناءَ مرحلة الطفولة – إلى انجذاب قوي وإعجابٍ جارف، وبات كلُّ جنس يجذبه ويعجبُه في الجنس الآخر ما ليسَ عنده، وصارَ من السذاجة تجاهلُ تجذُّر هذا الانجذاب في النفس وتغلغل ذاك الإعجاب في الفطرة.

العلاقةُ بين الجنسين تمرُّ بالمراحل التالية:

براءة (خلال فترة الطفولة المبكرة)، ثمَّ نفور (خلال فترتي الطفولة الوسطى والمتأخرة)، ثمَّ انجذاب وإعجاب (من بعد البلوغ الجنسي إلى ما شاء الله).

أنشطةٌ جنسية بين المُستهجنة والمحرمة:

يـؤزُّ المراهـق/ المراهقـةَ أزًّا دافـعٌ داخـلي قـويٌّ لإشـباع رغبته الجنسـية حديثة العهـد بالاسـتيقاظ بعـدَ طـول كُمـون، ولكـن غالبًـا ما تحـول القـدرات النفسـية والاجتماعيـة والماديـة دونَ تلبيـة هـذا الاحتيـاج وإرواء هـذه الرغبـة بالـزواج الشرعـي في الوقـت الـذي يريـده.

ولمُحاولـة تسريـب الطاقة الجنسـية المتَّقدة والتنفيـس عن بعض ضغوط هـذه الرغبة الملحَّـة؛ قـد يلجأ المراهـق/ المراهقة للانغماسِ في بعض الأنشـطة الجنسـية التالية:

(1) ممارسـة العـادة السـرية (الاسـتمناء – نـكاح اليـد – جلـد عميـرة) Masturbation:

العـادةُ السرية هـي مداعبةُ الأعضاء التناسـلية ذاتيًّا بغـرض الوصول إلى ذروة اللـذة الجنسـية، وهي النشـاطُ الجنسـى الأكثر شـيوعًا بـين النـاس في كلِّ الثقافات عـلى مسـتوى العـالم قديمًـا وحديثًا؛ لـذا يعدُّها بعـضُ الباحثـين مرحلـةً طبيعية من مراحـل النمـو النفـسي – الجنسي للإنسـان، فقـلَّ أن يوجد شـخصٌ بالـغ لم يمارس هـذه العـادة قصـدًا أو بغـير قصد في وقـتٍ ما مـن أوقات حياتـه، على الأقـلّ حينما سـمع بهـا وأرادَ تجربتهـا أو أثنـاءَ تلمُّسـه لأعضائـه التناسـلية نتيجةً للاستكشـاف وحـبِّ الاسـتطلاع أو بطريق المصادفة، فيمارسُـها وهـو لا يعلم أنها العـادةُ السرية، كـما يحدث لقلـة مـن الفتيات.

قـد يتوقـفُ المراهقـون والمراهقـات بعدَ فـترة من ممارسـة العادة السريـة أو قد يسـتمرّون عـلى صـورة مـن الصـور، ولكن.. كثـيرًا مـا تمتدُّ ممارسـةُ العـادة السرية منـذ أن يعرفهـا الإنسـانُ وبدأ في ممارسـتها حتى مرحلة الرشـد، وأحيانًـا ما بعدها، إلى أن تُسـتبدل بالممارسـة الطبيعيـة للجِماع بالزواج، وهناك مَن يسـتمرُّ في ممارسـتها حتـى بعـد الـزواج، خاصـة في فـتراتِ تعـذُّر الجـماع لأيِّ سـبب كان، أو – وهـذا الأدهـى والأمَـر – الاعتيـاد عليهـا وإدمانهـا وتفضيلها عـلى الجماع رغمَ أنـه متاح.

وسيأتي بالفصل الثالث عرضٌ موجَز عن العادة السرية.

(2) مطالعةُ الموادّ الإباحية:

لم يـرَ هـذا العـصر أمرًا أشـدَّ تدميرًا عـلى النـاس أكثرَ مـما تبثُّه شـبكة الإنترنت مـن مـوادّ إباحية غزيـرة الإنتـاج منحطَّة المحتـوى مُلهبـة للانحلال، انكـبَّ عليها الجميـع – إلا مَـن رحـم الله تعـالى – انكبابًـا نـالَ مـن الديـن وأطـاحَ بالأعصـاب وأذهـبَ العافيـة وأضـاع الأوقـات وبـدَّد الأمـوال، فـتردَّى الحـالُ وتحطمـت النفسـيات، وكان للمراهقـين والمراهقـات النصيـبُ الأوفى.

وسيأتي لاحقًا بالفصل الثالث نبذةٌ مختصرة عنِ المواد الإباحية.

(3) المكالماتُ الهاتفية والشات العاطفي والجنسي:

يتـمُّ التواصـلُ العاطفـي/ أو الجنـسي عـبرَ المكالمـات الهاتفيـة والاتصـالات بواسـطة الإنترنـت المختلفـة بالكتابـة فقـط أو بالصوت فقـط أو بالكتابـة والفيديو أو بالصـوت والفيديـو... إلـخ. يدور الحوار (الشـات) المكتوبُ أو المسـموع حول تبـادل العواطـف والمشـاعر والخصوصيات التي لا تسـلمُ في كثير مـن الأحيان من الغـشِّ والكـذب والخـداع، كما قد تحوي نشـاطًا جنسـيًّا كتبادل الأفـكار والطلبات الجنسـية أو الكلمات والبذاءات الجنسـية، وقـد يصاحب الاتصالَ التعري وكشـف العـورات وتصاعد الاسـتثارات الجنسـية ومزاولة العـادة السرية.

إنَّ هنـاك مـن يدمـنُ التواصـلات العاطفيـة دونَ الجنسـية، ويـودُّ سـماعَ الكلـمات العاطفيـة والشـعور بالمواقف الرومانسـية والعيش هائـمًا في تخيلات حبٍّ افـتراضي، وهناك مَـن لا يرتـضي إلّا بالعبـث الجنـسي بـأيِّ صـورة من صـوره، وقد يصـل إلى مسـتوى الولع بالمحادثـات الجنسـية عـبرَ الهاتـف؛ وهو نـوعٌ من الاضطـراب الجنـسي لم يتم تصنيفُـه طبيًّا بعـد. غالبًـا مـا يؤثـر الحـوارُ العاطفـي عـلى الفتيـات أكثرَ مـن تأثيره عـلى الفتيـان، ويميل الفتيـانُ إلى التواصـلات الجنسـية ربـما أكثـرَ من ميـل الفتيات لـه، وفي كلٍّ مَضـارّه الكثيرة.

هي تؤثر فيها الكلماتُ العاطفية أكثر.. هو تؤثر فيه المشاهدُ الجنسية أكثر.

(4) تبادلُ الصور والفيديوهات الشخصية العارية:

فتحتِ الأجهزة الرقمية البابَ على مصراعيه للعديدِ من أنماط الممارسات الجنسية في شكل تبادل الصور والفيديوهات الشخصية العارية.. إنها تحبه أو تُغريه أو تتسلَّى بعرض جسدها طواعيةً بملابسها الداخلية أو بغيرها مُظهرة سوءتها وعفَّتها، ساهية أو راقصة أو لاهية أو فاجرة. وهو - أيضًا - لا يبخلُ عليها بعرض جسدِه عاريًا ومتباهيًا بإظهار عورته وقضيبه المُنتصب، ثمَّ قد يسجل ويحفظ هذه الصورَ والفيديوهات ليعرضها وقتما يحلو له مسترجعًا أوقاتَ متعته وقد يستغلَّها ليطلب المزيدَ منها، أو يبتزَّ لينالَ من التنازلات أو الأموال ما يشتهي، ومَحاضر الشرطة وملفاتُ المحاكم وتقارير المتخصّصين ملأى بهذه القصص الوضيعة الصفيقة.

بعضُ الفتيات يعتقدن أنهنَّ يثبتنَ لأحبابهن من الشباب أنهنَّ يحبونهم بتعرية أجسادهن، وأنهنَّ لا يعلمن أن الشباب يحتقرون مَن تفعل ذلك، رغم أنهم يرغبونَ في رؤيتهنَّ عرايا كما ولدتهنَّ أمهاتهن، إنها رغبة ذكر الحيوان لأنثاه لا أكثر.

وعلى الوجه الآخر، قد يتبادلِ الزوجان أمورًا مثل هذه حينما يفترقان لدواعي سفرٍ لعمل أو دراسة أو غير ذلك، بغرض الحصول على استثارة جنسية وما يعقبها من تفريغ للطاقة الجنسية لأحدهما أو كلاهما. وقد يكونُ لا بأس في ذلك إذا ضمنّا السريَّةَ التامة وعدمَ اطِّلاع أحد عليهما، وهذا أمرٌ غير مضمون المَنال، كما أنَّ الحياة الزوجية قد تنتهي بالطلاق والفراق، فإلى ماذا سيؤول مصيرُ ما تمَّ تصويره وتسجيله بعدما صار الزوجان طليقين؟

(5) ممارسةُ التحرش أو الاغتصاب الجنسي:

قدْ يمارس بعضُ المراهقين والمراهقات التحرشات الجنسية للأطفال أو لأفراد من الجنس الآخر، خاصة عندما تتيح الظروفُ فعلَ ذلك في ظلِّ غياب الرقابة الذاتية النابعة من الخشية من الله تعالى، وبمَعْزل عن رقابة الكبار.

ثم...

في نهاية مرحلة المراهقة تزداد المشاعرُ الجنسية خصوبة وعمقًا، وتندمج مشاعرُ الرغبة الجنسية مع مشاعر الحب والرومانسية والتقدير والرعاية والرفق، فيتطلَّع مراهقُ/ مراهقةُ هذه المرحلة إلى فردٍ من الجنس الآخر أملًا في إشباع احتياجاته العاطفية والجنسية، مع النَّظر إليه – في بعض الأحيان – نظرةً مثالية فيها حبٌّ وعشق، وما يتبع ذلك من التوجُّه نحو الزواج والاستقرار العاطفي والأسَري، وقد تتُّم الخطوبةُ أو الزواج في هذه المرحلة أو في أواخرها خاصة بالنسبة للفتيات.

المحطةُ السادسة:
مرحلةُ الرشد

ثـمَّ... تقبـلُ مرحلـةُ الرشـد بعـد انتهـاء مرحلـة المراهقـة، وهي تمثـل مرحلةَ النضـج واكتـمال الشـخصية، وتمتدُّ بالإنسـان من عمر واحـدٍ وعشرين عامًـا تقريبًا حتـى بلـوغ عُمر السـتين عامًا، وتنقسـم مـن الناحيـة النفسـية إلى فترتين:

الأولى: فترة «الرشد المبكر»:

تمتـدُّ هـذه الفـترة مـن عُمـر واحـدٍ وعشريـن عامًـا حتـى عُمـر أربعـين عامًا، وعـادةً مـا يتـم أثناءَهـا اختيارُ الشـاب لزوجتـه بالمسـتقبل، وموافقة الفتـاة على مَن يناسـبها ممَّـن يتقـدم إليهـا من الشـباب طالبًـا الـزواج منها.

ومِـن المفـترض أن يحصـل كلٌّ مـن الرجـل والمـرأة بالـزواج عـلى الإشـباع العاطفـي والجنسـي في هـذه الفـترة. كـما قـد تتـذوق المـرأة – في الغالـب – روعـةَ إرواء غريـزة الأمومـة عمليًّـا حينما تشـعرُ بركلات جنينهـا الأوَّل، ثـمَّ عندما يصير وليـدًا عـلى ذراعهـا فرضيعًـا في أحضانهـا، ثـمَّ صغـيرًا يسـعى ملاصقًـا لها ممسـكًا بذيـل ثوبهـا. كما سيستشـعر الرجـلُ عاطفة الأبـوَّة الرائعـة حينما يرى ثمـرةَ زواجه طفـلًا يخـرج إلى الدنيـا، ويـشرعُ في ملاعبتـه ويـدأبُ في ملاطفتـه.

الخطوبة:

يختـار الشـابُّ مَـن هـي في عينه مناسـبة لـه، والتي لهـا في قلبه وقـعٌ مختلف عن سـائر الفتيـات، يتملكـه الشـعورُ بأنها تصلح لـه زوجة، تعفُّـه وتغنيـه وتعينه وتحبه وتقـدِّره وتدعمـه، وتصلح لأبنائـه أمًّا رؤومًـا، ترعى وتصون وتحفـظُ وتربي.

وهي ستقبل بمَن تراه ملائمًا لها ممَّن يتقدمون لخطبتها بعدما امتلأ قلبها واقتنعَ عقلها به، وأنه يصلح لها زوجًا يعفُّها ويغنيها ويحبُّها ويساندها ويحترمها ويهتمُّ بها ويرعاها، ويصلح لأبنائها أبًا رحيمًا شفوقًا معلمًا، يرعى ويهتمُّ وينفق ويدعم ويدافع.

لقد عثرَ عليها فتقدَّم إلى أهلها خاطبًا لها، فوافقت هي وأهلها عليه وقبلتْه زوجًا لها.

وتمت الخطوبة...

وما الخطوبة إلا وعدٌ من العريس بالزواج منها، وعهدٌ من العروس ألا تخطَب لغيره، فقط.. وعد وعهد، ليس فيه خلوةٌ ولا لَمْسة ولا قبلة ولا معانقة ولا احتضان ولا... ولا... وكلُّ ذلك – مع الأسف – درجَ على فعله الكثيرُ من شباب وفتيات هذا العصر.

إنَّ الخطوبة لا تبيُح للشاب أن يلمِّح أو يصرح بأي أمرٍ من الأمور الجنسية بينه وبين خطيبته، ولا يجوز لها – إن لمح أو صرَّح – أن تستجيب له، والعكسُ أيضًا صحيح. إنه أمرٌ سابق لأوانه، أمرٌ ينقص الدين ويخدش الحياءَ ويسيء للحاضر ويضُّر بالمستقبل ويضيع بهجةَ أوانه، كما أنَّ فسخَ الخطوبة أمرٌ قد يقعُ فلا يتمُّ زواج، فيخيم الندمُ والألم والحسرة على ما تمَّ من تجاوزات.

عقدُ الزواج:

بعدما تستوفي فترةُ الخطوبة حقَّها، وقد توافر قدرٌ من التقارب النفسي بين العروسين يجب الانتقالُ إلى المرحلة التالية وهي عقد الزواج، الذي على أثره يصيرُ العروسان زوجيْن، مع وقف التنفيذ.

وخلالَ فترة العقد – على الأقل – يجب أن تنمو بينَ العروسين درجة معقولة من التقارب والتآلف والوئام والانسجام عبر حوارات دفيئة وخلوات كريمة عديدة لطيفة، والتي تجلبُ الانسجامَ المنشود وترفع الكلفة، مما يمهدُ

لهما السبيلَ لدخول القفص الذهبي بسلاسةٍ وإقبال وسعادة، وتحقيق الاندماج الكامل ليلةَ عرسهما.

الاستعدادُ للزفاف:

من الضَّروري أن يتمَّ العروسان التحضيرَ النفسي والمعرفي لليلة الزفاف، وذلك بسؤال المتخصّصين الذين لديهم حصيرة علمية واسعة تغطّي ما هو مطلوب، ذلك أفضلُ بالطبع من سؤال أصحاب التجارب السابقة المُنحصر علمُهم في تجربتهم الخاصة المحدودة.

الوقتُ الأنسبُ للزفاف:

لتحديد ميعادِ يوم الزفاف يجب استشارةُ العروس لتفادي مواكبة يوم الزفاف مع أحدِ أيام حيضها أو الأيام القليلة التي قبله، كما يحسُن ألّا يكون الزفاف في شهر رمضان أو قبله بأيام يَسيرة حتى لا يقع العروسان في جماع مَحظور شرعًا أثناءَ نهاره، فقد لا يتمالك العريسُ نفسه – ولا العروس – فيتمُّ الجماعُ في هذا الوقت المحرم، حيث إنَّ إقبالَ العروسين النَّهِم على الجماع وتكراره في أولِ أيام عرسهما أمرٌ طبيعي جدًّا.

العلاقةُ الجنسية:

يبدأ الزوجان معًا رحلةَ الاستمتاع الجنسي بعلاقةٍ هي أهمُّ ما يفرق بين العلاقة الزوجية وبين أيِّ علاقة إنسانية أخرى، وهي – حين نجاحها – يشعر الزوجان بالإعفاف والسعادة والارتياح والاستقرار، والمزيد من القرب والودِّ والحب، وغيرها من المشاعر التي تسْمو بالعلاقة الزوجية كلها إلى مستوى راقٍ سامق.

وفي البدء يجب الإقرارُ بأنه ليس هناك قالبٌ ثابت ولا تصوُّر واحد ولا نمطٌ بعينه لحياةٍ جنسية سعيدة تصلح لكلِّ البشر في كلِّ عصر ومصر، ولكنَّ الارتياح والرضا والإشباعَ العاطفي والجسدي والإعفاف النفسي

والروحي والاستقرار وإنجاب الذرية هو غايةُ هذه الحياة الجنسية، فالجماعُ المتميز بين الزوجين يتحقق بأساليب وطرق وأداءات مختلفة ومتعددة وكثيرة ومتنوعة، ويتمُّ في أيِّ وقت على مدار العام كلِّه في غير أوقاتِ الحيض والنفاس ونهار شهر رمضان المبارك، بخلاف الحيوانات التي يقتصر فيها التزاوج على مواسمَ مَحدودة ومعينة بالعام، تسمَّى بمواسم التزاوج.

وهنا يجدر التنويهُ بأنَّ النشاط الجنسي قد لا يتوقف أثناءَ الحيض والنفاس، وإنما يجوز أن يأخذ صورًا أخرى غير الجماع. ففي الحديث الذي رواه مسلمٌ عن «أنس» رضيَ الله عنه أنَّ اليهود كانوا إذا حاضتِ المرأة لم يؤاكلوها، فقال النبيُّ صلى الله عليه وسلم: «اصنعوا كلَّ شيء إلّا النكاح». جاءَ في رواية في الصحيحين عن عَائِشَةَ – رضي الله عنها – قالت: «كُنْتُ أَغْتَسِلُ أَنَا ورسول الله – صلى الله عليه وسلم – من إِنَاء وَاحِد، كلانَا جُنُب، وكان يَأْمُرُنِي فَاتَّزِرُ، فَيُبَاشِرُنِي وأنا حَائِض، وكان يُخْرِج رَأْسَه إِلَيَّ وهُو مُعْتَكِفٌ فَأَغْسِلُهُ وأنا حَائِض». المباشَرةُ هي المعانقة والتَّقبيل واللمس فيما فوق السَّرة وتحت الركبة.

وكان العربُ بالمدينة المنوَّرة وما حولها يفعلون كما يفعل اليهودُ من إفراطٍ في مجانبة النساء أثناءَ الحيض، فلا يجالسونهنَّ ولا يؤاكلونهن، وكان النصارى لا يتحرَّجون من إتيان نسائهم أثناء أوقات الحيض.

التهيئةُ للّقاء الجنسي:

يتطلب اللقاءُ الجنسي إعدادًا من نوع خاص، لا يماثله إعدادٌ في أي شأن من الشئون الأخرى بالحياة، مثل ما يلي:

1 – قيام الزوجان بمفردات برنامج النظافة الشخصية، الذي يشمل الاستحمامَ بصابون معطر، وعدم ترك شَعرَ العانة والإبط دونَ إزالة، والتعطُّر، وغسل الفم والأسنان، وتشْذيب وتسريح الشَّعر، والتخلص من شَعر الجسم الزائد (بالنسبة للمرأة)، ارتداء الملابس المثيرة المناسبة... إلخ.

2 – تهيئةُ الأجواء النفسية العامَّة بتأجيل مناقشة الطلبات وإلقاء المسئوليات التي تجلبُ والتوتر، وتصفية الذِّهن من الهموم والمشاغل، والمُصالحة الوافية الكافية حالَ وجود مشكلات أو خلافات زوجية سابقة، فذاك أمرٌ يهمُّ النساء للغاية.

3 – تهيئةُ مكان اللقاء بنظافته وتعْطير جوِّه واستعمال إضاءة خافتة مناسبة.

4 – إزالةُ كلِّ العوائق والمشتِّتات التي تعرقل أو تثبِّط أو تجهض البدءَ في أو استمرار تَصاعد التفاعل الجنسي كضرورةِ إغلاق بابِ الغرفة جيدًا، وإنامة الأطفال، وإغلاق الهاتف المحمول... إلخ.

أوقاتُ الجماع المناسبة:

إنَّ أفضل أوقات الجماع هي أوقاتُ الحاجة إليه، صباحًا أو مساءً.. ليلًا أو نهارًا، فإذا اشتهى الرجلُ زوجته أو اشتهتْه هي فينبغي حينها أن يستجيبَ كلُّ طرف منهما لحاجةِ الطرف الآخر، فللزوجة أن تنال حظَّها من زوجها متى شاءت، وللزوج مثل ذلك.

إظهارُ الرغبة في الجماع:

مِن الطبيعي أن تهفو نفسُ أحد الزوجين للجماع بينما الآخر ساهيًا أو لاهيًا أو منشغلًا عنها، فيبدأ الطرفُ الراغب بالتعبير عن احتياجه تصريحًا ببعض الكلمات المعبِّرة، أو تلميحًا ببعض الإشارات والإيحاءات والإيماءات واللمسات والحركات والتزيُّن والتهيؤ التي يفهم منها أحدُهما رغبةَ الطرف الآخر، فيجب حينئذٍ أن تستقبَل هذه الرغبة بالتجاوب.

إنَّ الزوجة كأنثى تحبُّ أن تكون مرغوبة.. تحبُّ أن يبادر زوجُها بطلبها للفراش ويُبدي رغبته فيها، وربما بنوع من الإلحاح اللطيف، كما قيل قديمًا.. "يتمنَّعن وهنَّ الراغبات". كما أنَّ الزوجة التي تستجيب بسهولة ويُسر لرغبة زوجها لمُضاجعتها – بل وتبادر بطلب إقامةِ العلاقة الجنسية معه – تكو أكثرَ جاذبية في عينه وأشدَّ قربًا من قلبه مِن تلك التي تمتنع كثيرًا ولا تطلب المعاشرةَ الجنسية إلا نادرًا.

إنَّ ما ينجح العلاقات الزوجية هو تناوبُ الزوجين الأدوارَ في هذا الموضوع قدرَ الإمكان، فمرَّة يكون الزوج هو الراغبَ ومرَّة يكون هو المُتجاوب، وكذلك الزوجة أيضًا، فتبادلُ الأدوار بين الزوجين حسبَ رغبتهما وتعاونهما على الأخْذ والعطاء يؤثر تأثيرًا إيجابيًّا في استمرار العلاقة الزوجية.

وإنَّه من الأمور المثيرة للمَلل والضجر شعورُ أحد الزوجين بأنه دائمًا هو الراغبُ (وكأنه الطرف الذي لا يشبع أبدًا) أو أنه دائمًا هو المرغوبُ فيه (وكأنه الطرفُ الذي لا يأخذ فرصة أو هدنة ليشتاقَ للطرف الآخر)، فيبدأ معدلُ إيجابية المعاشرة الجنسية في الانخفاض تدريجيًّا حتى تصبح معَ الوقت شيئًا مُملا باعثًا على الضَّجر والزهد على الأقل للطرف المرغوب فيه، فتنزوي قيمتُها مع تقدُّم العمر حتى توشكُ على التلاشي.. أو تتلاشى بالفعل، وهذا أسوأ ما في الأمر.

أوضاعُ الجماع:

لأنَّ النشاط الجنسي بين الزوجين ممتدٌّ ما امتدت بهما الحياةُ الزوجية وطالت، فكان من الضروري أن يكون هناك تنوعٌ في المعاشرة الجنسية بتجربة أوضاع جماع مختلفة، بهدف التنويع وطردِ الرَّتابة ومنع الملل. إن التغييرَ في أوضاع الجماع يعطي اللقاءَ الجنسي بين الزوجين رونقًا متجددًا. فالنفس البشرية تملُّ كلَّ مُعتاد متكرَّر، حتى لو كان تلذذًا بمذاق رائع لطعام يقدم باستمرار أو جماعٍ عارم يتم بذات الطريقة ونفس الوضع دومًا.

أباح الإسلامُ الجماع على كافَّة الأوضاع والأشكال، مادامت برضا الزوجين، وتحقِّق لهما إشباع الرغبة وحصد اللذة المنشودة، ومادامت لم تخالف نصًّا صحيحًا. فعنْ «جابر بن عبد الله» رضي الله عنه قال: كانت اليهود تقول: إذا أتى الرجل امرأتَه من دُبرها في قبُلها كان الولدُ أحولَ، فنزلت الآية: {نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ....} (البقرة: 223) لتحلَّ ما حرَّمه اليهود، وترخصُ للمسلمين التمتعَ بزوجاتهم كيفما شاءوا على أيِّ وضع كان، ما عدا أن يتمَّ الإيلاجُ في دبر المرأة.

ورويَ عن «ابن عباس» رضي الله عنه أنَّه كان حيٌّ من قريش يشرحون النساءَ شرحًا منكرًا (أي: يكشفونهن)، ويتلذَّذون منهم مُقبلات ومُدبرات ومُستلقيات، فلما قدِمَ المهاجرون المدينةَ تزوَّج رجل من قريش امرأةً من الأنصار، فذهبَ يصنع بها ذلك فأنكرتْه عليه، وقالت: إنَّما كنّا نأتي على حرف (أي: يكنَّ مُستلقيات على جنوبهن، وذلك أستُر ما تكون عليه المرأةُ فلا تنكشف على زوجها استحياءً منه)، فاصْنعْ ذلك وإلّا فاجتنبني، حتى شرى أمرُهما، فبلغَ ذلك رسولَ الله صلى الله عليه وسلم فأنزل الله عزَّ وجلَّ {نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ....} أي: لا بأسَ من أن يكنَّ مُقبلات أو مُدبرات أو مُستلقيات شرط أن يكون الإيلاجُ في موضع الإنجاب.

تلعب الرشاقةُ والصحة العامَّة الجيدة واللياقة البدنية المناسبة والرغبة المتبادلة؛ دورًا في إمكانية تجربة أوضاع جنسية كثيرة، كما أنَّ اختيار الوضع المناسب للزوجين قد يخضعُ لبعض العوامل كالحمْل والمرض وزيادة الوزن ووجود إعاقة جسدية... إلخ.

يربو عددُ أوضاع الجماع المختلفة على أكثرَ من مائة وضع، والإنترنت زاخرٌ بمواد توضيحية تبيِّنُ هذه الأوضاع التي منها ما يتمُّ بالاستلقاء على الظهر والاضطجاع على الجانب والجلوس والوقوف والانحناء والانبطاح.. وغير ذلك، كما أنه من المُمكن أن يتمَّ تنفيذُ هذه الأوضاع بغرفة النوم أو بغيرها من الغرف، وعلى أيِّ أثاث كسرير أو مقعد أو طاولة، أو حتى على سجادة بالأرض. فلا بأسَ مطلقًا في أيِّ أداءٍ لأيِّ وضع مادام الجماع يتمُّ في المهبل، وفي غير الأوقات المحرَّمة من حيض ونفاس ونهار شهر رمضان.

يفضِّل الرجل – في الغالب – الأوضاعَ التي تشعره بالقيادة، وتتيح له مساحةً أكبر للمداعبة والملامسة، أو تسمح له بالمزيد من التحكم والسيطرة، فبطبيعته مسحةٌ يسيرة من السادية، بينما أغلبُ النساء يفضلن الأوضاعَ التي تلبي لهنَّ الرغبة في الخضوع والاستسلام وتلقّي المفاجآت، لأنهنَّ يملَن – بطبيعتهن – إلى شيء طفيفٍ من المازوخية (سيأتي لاحقًا نبذةٌ عن اضطرابي

السادية والمازوخية بالفصل السادس). ولكن هناك قلةٌ من النساء يفضلنَ الأوضاع التي تسمح لهنَّ بالقيادة وحرية الحركة نظرًا لطبيعةِ شخصيتهن، أو ليتمكنَّ من إثارة البَظر و«بقعة جي» والتحكم في توقيت الوصول إلى ذروة لذَّة الارتواء، وفي المقابل هناك قلةٌ قليلة من الرجال قد يفضلونَ في بعض الأحيان لعبَ دورٍ سلبيٍّ حينَ الجماع.

أداءُ الرجل الجنسي الطبيعي به لفحةٌ من السادية..
أداءُ المرأة الجنسي الطبيعي به مسحةٌ من المازوخية.

عددُ مرّات الجماع المناسبة:

العددُ المناسب للجماع أسبوعيًّا أو شهريًّا هو العددُ الذي يرتضيه الزوجان، وما يتحقَّق به الاستمتاع والإشباع والإعفاف لكليهما. في العادة يقبل العروسان حديثًا العهْد بالزواج على بعضهما البعض إقبالًا جنسيًّا زائدًا، فتحدث بينهما معاشراتٌ جنسية قد تربو لعددٍ من المرات في اليوم الواحد، ثمَّ.. يهدأ الأمرُ قليلًا بعدَ شهور الزواج الأولى، وقد يرتبك لدواعي الحمل والإرضاع، ثمَّ.. يتَّزن ويستقر، ثمَّ مع مرور الأعوام وتقدُّم العمر يقلُّ عددُ مرات الجماع الأسبوعي أو الشهري حتى يكاد ينعدمُ حين الهرم، هكذا الدنيا.. لا شيء يبقى على حاله أبدًا.

إنَّ الذي يتحكم في عددِ مرات الجماع أسبوعيًّا أو شهريًّا هي قوةُ الرغبة الجنسية أو وهنُها عند كلٍّ من الزوجين أو عند أحدهما، فكلَّما قَويَت الرغبة الجنسية ازدادتِ الحاجة إلى عددِ مرات جماع أكثر، والعكس بالعكس.

حوارُ الزوجين حول الجنس:

مما لا شكَّ فيه أنَّ حوار الزوجين بشأن العلاقة الجنسية وتفاصيلها بكلِّ صراحة ووضوح، وبمُنتهى الودِّ والتفهم للآخر؛ سيزيد من ثَراء حياتهما الجنسية،

ويضيف إليها الجديد، ويضفي عليها التجديد، وسيبعثُ على الاطمئنان وبثِّ الثقة، وإشعار كلٍّ من الطرفين بمسئوليته تجاهَ الآخر؛ يكفل تحسينَ الأداء ورفع جودته، ويكون مقدمةً لممارسة جنسية ناجحة تُرضي الطرفين.

تزداد الحاجةُ لمثل هذا الحوار إنْ كانت العلاقة الجنسية رديئةَ الجودة – كمًّا أو كيفًا – لأحد الزوجين أو لكليْهما، فلزمَ حينئذ ضرورةُ فتح باب الحوار حولَ أدائهما الجنسي على مصراعيه، بدون إلقاءِ الاتِّهامات وتحميل مسئولية التقصير أو العجز على أحدِ الزوجين دون الآخر، أو اختلاق الأعذار المتلاحقة، وربما السخيفة، لتبرير هذه الرَّداءة.

أولًا: بالنسبة للمرأة: هناك بعضُ النساء مَن لا يستطعنَ لسبب أو لآخر الوصولَ إلى ذروة اللذة الجنسية في الجماع، والقليل من هذا البعض لا يكدنَ يعرفنَها عن طريق الجماع. فقد تشعر المرأةُ بأولى خطوات الإثارة الجنسية وأثناءَ رحلتها الصاعدة لنيل ذروة لذَّتها الجنسية إذا بزوجها ينزعُ قضيبه بعد قذفِ منيِّه ونيْل ذروة لذته الجنسية، وتركها قبلَ نهاية طريقها، وبدلًا من أن تخبرَ المرأة زوجَها بذلك وتحاوره بشأنها برقَّة ورفق لتحسينها وتطويرها تجدُها تنتهجُ طريقًا من الطرق التالية:

– تكتم الأمرَ خجلًا واستحياءً، وهذا من العجائب أن تخجلَ المرأة وتستحي من مجرَّد الحوار عن العلاقة الجنسية مع زوجها لتحسينها ولا تخجل من مُمارستها معه، تستحي من التعبير عن احتياجها في حوارٍ يمكن أن يحسِّن أو يحقق المتعة الحلال التي يسكن بها الوجدُ ويثاب عليها المرء، وتختارُ أن تضوي أوجاعَها بين ضلوعها.

– تلمِّح أو تواري أو تعرض بطريقةٍ غير مباشرة وغير صريحة بعدم ارتياحها في المعاشرة الجنسية. إنَّ الرجلَ لا يحذق فهمَ الطرق غير المباشرة وغير الصريحة من تلميح ومواراة وتعريض، إنه يفهم حينما يقال له ما هو مطلوبٌ منه بأسلوب واضحٍ صريح مباشر.

ويرجع أسبابُ الكتمان والتلميح والمواربة والتعريض الذي تُبديه المرأة في هذا الشأن إلى عددٍ من الأسباب، منها: الخوف من التسبُّب في جرح مشاعر زوجها، أو إغضابه خشية من ردَّة فعله القاسية، أو حرمانها من أمر أو شيء أو مكانة لا تقوى على الاستغناء عنها، أو كأثرٍ من آثار تربيتها المَعيبة التي أملتْ عليها ألا تتحدثَ في مثل هذه المواضيع أبدًا حتى مع زوجها كي لا تُنعَت بسوء الأدب وقلَّة الحياء والفجور والشَّرَه الجنسي... إلخ، وكلها تعتبر مُعرقلات لحياة جنسيةٍ مشبعة ومهيئات لحياة زوجية متعبة.

– تمثل أنَّها سعيدة وتدَّعي رضاها بها وإشباعها لها، وتختلق الإحساسَ بالمتعة كي ترضي زوجها، حيث إنها تعتبر ذلك جزءًا من واجبها، وطرفًا من مسئولياتها تجاهَ زوجها، خاصَّة لو كانت تحبه. فالمرأةُ المحبَّة – في الغالب – تسعى لإرضاء حبيبها ولو على حساب نفسِها، كما أنها تشعر بالغبطة لمجرَّد إحساسها بحالةٍ من دفء الحبِّ في لحظات اللقاء الجنسي، وأنها كانت سببًا في إرضاء وإسعادِ زوجها الذي تحبه. إنَّ سلوك المرأة لهذا الطريق سيُبقي على عيوب الأداء الجنسي للزوج طوال الوقت.

إنَّ هذا الوضع الجنسي الناقص المُبتسر الذي زجَّت فيه المرأةُ نفسَها بسوء معالجتها للأمر ليس بموضع تمثيل وتدليس وتضليل وخداع، ولا موْضع كذب وخجل وخوف وخشية وانَسحاب وتجاهل ومُداراة الاحتياجات والتغاضي عن إرواءِ الرغبة الجنسية بالحلال، كما أنه ليس موضعَ مراعاة مشاعر مَن لا يُتقن ما يشبع مشاعرَ واحتياجات زوجته.

– تصارحُه بكلِّ وضوح بعدم إشباعه لها في العلاقة الجنسية، وتضعُه أمام مسئولياته العاطفية والجنسية، وتحضُّه للبحث عن حلٍّ وعلاج. والعجيب أنَّ العديد من الرجال الذين تُعرب نساؤهم عن عدم ارتياحهنَّ في العلاقة الجنسية يلصقنَ العيبَ بهن.. «أنتِ اللي باردة».. «أنتِ اللي مش فاهمة».. «العيب فيكِ».. «أنتِ لا تثيريني».. جهلًا أو ادعاءً أو حرجًا أو استغناءً أو تعاليًا أو تكبرًا... إلخ.

ثم.. ماذا بعد المُضي في هذا الوضع المعيب؟

ستخيمُ الهمومُ والغيوم على الحياة الزوجية ولو بعدَ حين، وتتفجر العديدُ من المشكلات الجسدية والنفسية القاسية، فتشعر المرأةُ بالحرمان والإذلال والألم النفسي والغضب، ويغلق الصدرُ على مرارةٍ تكبر وأمنيات تموتُ وحزن يتصاعد ووجع يتضاعف، وتنشبُ الخلافات الزوجية عند أتفَه الأسباب، فيبدر من الزوجةً ما لم يحتسبه الزوج.. ضيق من كلِّ شيء.. غضب من أي شيء.. عدم الرضا على كلّ شيء.. الضجر من كلّ شيء.. توتر على لا شيء.. مشكلات بسبب أي شيء.. وقد ترتدي هذه الآلام النفسية ثوبَ الآلام العضوية في منطقة الحوض نتيجةَ الاحتقان الناجم عن توارد الدم فيها أملًا في إتمام جماع لم ينتهِ نهاية صحية موفَّقة، والشعور بتقلصاتٍ في البطن وغثيان، وأحيانًا قد يحدث قيء. وتقبل ثالثةُ الأثافي وهي عزوفُ الزوجة عن مُمارسة الجنس مع زوجها، وإصاباتها بحالةٍ تُشبه البرودَ الجنسي معه فقط، ولكن ليس مع غيره من الرجال.

لقد خلتْ تربية الفتاة – وكذا الفتى – من تعلُّم الإفصاح عنِ الاحتياج والتعبير عن المشاعر، بل على العكس، فالذي نصحت به الفتيات بالذات هو لوذُ الصمت حتى لا يُقال عليهنَّ ما يعيب أخلاقهن، وأنه (أي: الزوج) "عارف كلّ حاجة".. "عارف حيعمل إيه".. وهذه أقربُ للخرافات، فمِن أين للعريس معرفة ما لم يجربْه من قبل؟!

فلكمْ عاشتِ امرأة حياةً زوجية غيرَ مشبعة عاطفيًّا وجنسيًّا بسبب حصرها – كذبًا – في إطار الأدب الزائف الذي حرمَها من مجرَّد التعبير عن احتياجها الجنسي لزوجها وشريك عُمرها، حتى لا تبدو كالعاهرة سيئة الأدب عديمة الحياء! فلم تنلْ حظَّها بالحلال، فهل سيدعُها شيطانها في حال سبيلها أم سيفتح أمامَها الأبوابَ الجانبية ويوسوسُ لها لتحظى بالحرام ما افتقدتْه مع زوجها بالحلال؟! إنَّ الإشباع الجنسي الحلال ليس أمرًا دنيويًّا يمكنُ الزهدُ فيه وتخطيه، وإنما هو أمرٌ أخروي أيضًا يحفظ على الإنسان دينَه قبل دنياه.

ثانيًا: بالنسبةِ للرجل: في العديدِ من الزيجات قد لا يلقى الرجلُ العددَ المناسب لعلاقته الجنسية بزوجته، والحقيقة أنه يصعب على كثيرٍ من الرجال تحمُّل عدمَ الاكتفاء العددي للمعاشرة الجنسية، فأهميتها عندَ الرجل قد تضاهي أو تقاربُ أهمية الطعام والشراب والنوم، فوجبَ حينئذٍ إقامة حوارٍ بين الزوجين لمناقشة الأسباب لتدارك هذا الوضع، التي من أهمِّها ما يلي:

- وجود خلافات زوجية مستمرَّة تضبِّبُ الحياة الزوجية وترسلُ عليها الضيق والحنق والكآبة المُزمنة.
- سوءُ أداء الزوج للمعاشرة الجنسية بطريقة أعزفتِ الزوجة عنها.
- الرغبةُ الجنسية الفاترة للزوجة.

وغير ذلك من الأسباب..

أهم الاختلافات بين الرجل والمرأة في العلاقة الجنسية:

رغم أنَّ العلاقة الجنسية هي من أقوى وأعمق العلاقات التي يتمثل فيها التقاءُ الزوجين والتحامهما وانصهارهما معًا، فإنهما يختلفان كثيرًا في دَوافعها وآلياتها اختلافًا تكامليًّا بديعًا. ولقد امتدَّت "ليس" في التقرير القرآني: {... وليس الذكر كالأنثى...} (آل عمران: 36) لتطالَ العلاقة الجنسية، كما طالتْ أمورًا أخرى عضوية ونفسية أعسَر من أن تُحصَر، ومن هذه الاختلافات الجنسية ما يلي:

(1) غالبًا - وليس دائمًا - ما تكون رغبةُ الرجل الجنسية أقوى وأطغى من تلك التي للمرأة، ولذلك كان معظم - وليس كلُّ- الرجال هُم أكثرَ إلحاحًا في طلب إقامة العلاقة الجنسية من زوجاتهم.

إنَّ الهرمون الذكري التستوستيرون فعّال طيلة الوقت، بينما الهرموناتُ الأنثوية تكون فعّالة بنسب متفاوتة متذبذبة المستوى بينَ الارتفاع والانخفاض خلالَ الشهر الواحد. وبسبب هذه التغيرات الهرمونية عندَ النساء - بالإضافة

إلى غير ذلك من العوامل النفسية والعاطفية – تزدادُ الرغبة الجنسية عندهنَّ في أوقاتٍ وتقلُّ في أوقات أخرى. فمن الطبيعي حدوثُ تغيرات في رغبة المرأة لممارسة الجنس على مَسار شهرها وأثناءَ فترات الحيض والحمل والإرضاع وبعدَ بلوغ سنِّ اليأس، ومع إضافة كلِّ ذلك باختلاط العواطف والمشاعر بكلِّ لحظة من لحظات عُمرها وبكلِّ موقف بحياتها صارَ عندنا خليط معقد، ليس عندَ الرجال مثله.

(2) تشغل مراكزُ الجنس في مخِّ الرجل حيزًا أكبرَ من ذات المراكز عند المرأة، ولذلك كان – في الغالب – تفكيرُ الرجل في الجنس أكثرَ وأثرى من تفكير المرأة.

(3) تلحُّ فكرةُ تعددية العلاقات الجنسية على ذهن أغلب الرجال، أما المرأةُ فتميل إلى إقامة علاقةٍ جنسية عاطفية مع رجلٍ واحد فقط، وهو الذي احتلَّ قلبها وعشش فيه.

(4) الجنس عند الرجل غايةٌ في ذاته، أما الجنسُ فيعتبر عند بعض النساء وسيلةٌ لغايات أخرى.. وسيلة للتعبير عن الحبِّ والمشاعر.. وسيلةٌ للإنجاب وإشباع غريزة الأمومة.. وسيلةٌ لتحقيق الذات.. وسيلة للشعور بالأمان.

(5) إنه الإلحاحُ الجسدي ذلك الذي يقف وراءَ شعور الرجل برغبته في ممارسة الجنس، أما احتياجُ المرأة لممارسة الجنس فغالبًا ما يكون احتياجًا عاطفيًّا بالدرجة الأولى. والرجلُ يبحث عن الجنس من وراء العاطفة، ولكنَّ المرأة تبحث عن العاطفة من وراء الجنس.

ولذلك عادةً ما تتطلع المرأةُ إلى الحصول على مشاعر الحبِّ من زوجها أولًا حتى يتملكَها الشعور بأنه يرغبها، ثمَّ تندمج معه في المُمارسة الجنسية؛ لذا كان غيابُ الرومانسية والعاطفة في العلاقة الجنسية يجعل المرأةَ غيرَ مشبعة حتى ولو كان النشاط الجنسي بينها وبين زوجها قائمًا.

إنَّ المَّخ البشري هو الذي يتسببُ في هذا الفارق الكبير، فمراكزُ الجنس في مخِّ الرجل يغلب عليها أن تكون مستقلةً وقليلة الاتصال بالمراكز الشُّعورية

الأخرى، أما مراكزُ الجنس في مخِّ المرأة فيغلب عليها الاتصالُ الشَّري بينها وبين المراكز الشعورية والانفعالية؛ ولذا كانت المتعة الجنسيةُ عند الرجل لا تتَّصل بالمشاعر إلا قليلًا، بينما المتعةُ الجنسية عند المرأة فوثيقة الارتباط بمشاعرها.

ومن هنا كانت ضرورةُ أن يعتني الرجلُ بالجانب العاطفي لزوجته اعتناء خاصًّا قبلَ وأثناء وبعدَ الجماع، حتى يحصلا على لقاءاتٍ جنسية متميزة. فشعورُ المرأة بالتواصلِ العاطفي الرومانسي يعدُّ أرضيةً ضرورية لتستمتعَ بممارسة العلاقة الجنسيةِ مع زوجها وتمتعُه.

إن الهيئةَ الفطرية التي يتخذها الزوجان أثناءَ الاحتضان والعناق (الرجل يحتضن، والمرأة تعانق) لتكشفُ الاحتياجَ الأوَّلي وربما الأهمَّ للمرأة والاحتياجَ الكلي وربَّما الوحيدَ للرجل. فأثناءَ الاحتضان يحيط الرجلُ بذراعيه خصرَ زوجته ويضمُّها إليه وكأنه يجذبُ إليه ما يهمُّه من جسدها وهو جزؤها السفلي حيث فرجها موْضع شهوته. أما المرأةُ أثناءَ العناق فتحيط بذراعيها عنقَ زوجها وتجذبُه إليها، وكأنها تنشدُ منه ما يَعنيها من جسدِه ابتداء وهو جزؤه العلوي، حيث صدرُه موْضع قلبِه ومَبعث عاطفته.

هو يحتضنُ ليصلَ إلى ما يبتغيه (فرجها) ليفرغَ فيها شهوته.. وهي تعانق لتنالَ ما تريد (قلبه) لترتوي بعاطفته.

والمرأة – عادة – لا تَميل إلى أن ينتهي كلُّ تواصل عاطفي رومانسي بمُمارسة جنسية، فكثيرًا ما تتساءل المرأة: لماذا ينبغي أن تؤدّي أيُّ قبلة إلى الجماع؟ وعلى النقيض مِن ذلك يتساءل الرجل: ما الذي يمنعُ من أن تنتهي كلُّ قبلة بجماع؟

ولذلك يجب أن يدركَ الرجلُ أنَّ تركيزه على أداء بعض الرّومانسيات من همسات وتدليلٍ ولمسات وتقبيل واحتضان ومساج – وليس على الإيلاج فقط – يجعل زوجتَه تستمتع كثيرًا بوجودها معه، كما أنَّ قضاءَ وقت رومانسي للزوجين

معًا خارج غرفة النوم يمكنه أن يسهلَ كثيرًا الحصولَ على وقت حميم دفيء داخلَها. ولعمق أثر الرومانسية في حياة النساء كانت عند العديد منهنَّ تعويضًا جيدًا وكافيًا عنِ المعاشرة الجنسية التي لا تصل بهنَّ إلى الذروة الجنسية المنشودة.

الجنسُ عنده - في الغالب - إيلاجٌ أولًا وأخيرًا..
الجنسُ عندها - في الغالب - أولًا حبٌّ وعاطفة ورومانسية ومُداعبات ثمَّ ثانيًا إيلاج ثمَّ ثالثًا عاطفة ورومانسية.

(6) لا يجد الرجل – في العادة – صعوبةً ذات بالٍ في ممارسة الجنس وهو واقعٌ تحت الظروف القاسية الضاغطة المسبِّبة له القلقَ والتوتر، حتى لو كان سببُ ذلك هي زوجته، بل إنَّ ممارسة الجنس بالنسبة له تساعدُه على التحرُّر من هذه الضغوط والتخلُّص من القلق وتوتر الأعصاب، فيصبح أكثرَ هدوءًا وسكونًا.

أما المرأةُ فلا تضع الجنَس في اعتبارها، بل قد تنفرُ منه في العادة إن تعرَّضت لضغوط قاسية أو قلق شديد أو توتر أعصاب بليغ، خاصَّة لو كان منبعُ كلِّ ذلك هو زوجها، وإنها يجب أن تكونَ في حالةً نفسية وعاطفية مستقرَّة ولائقة حتى تستجيب الاستجابة العاطفية والجنسية المطلوبة.

(7) الرغبةُ الجنسية عند الرجل لا أوانَ محدَّدٌ لها، فهي تنشَط في أيِّ وقت وتحَت أي ظرف، وهي تكاد تكون جاهزةً ولا تتطلَّب الكثيرَ من الجهد لاستدعائها، إنه يتمكنُ من مُمارسة الجنس مع زوجته بعدَ لحيظات من ورودِ فكرة جنسية أو تلقي نظرةً أو كلمة أو لَمْسة بها طيفٌ من الجنس؛ ولذا كان هو أسرعَ استجابة لنداء الجنس منها.

أما المرأةُ فهى تتأثر بجُملة عوامل منها: حالتها النفسية والصحية ومقدار الحرارة العاطفية مع زوجها وحاجتها لترتوي عاطفيًا أولًا قبلَ أن تتعامل جنسيًا، وغيرها من الأسباب، ولذلك تحتاج المرأةُ بعَض الجهد من قبَل زوجها

حتى تصبح جاهزةً لممارسة الجنس، أي إنَّها تحتاج لاستثارةٍ ذهنية وبدنية وعاطفية ورومانسية وتبادل المشاعر وكلمات الحبِّ والإعجاب، وإلى شيء من المُداعبة والملاعبة لاستجلابها.

(8) إنَّ أسلوبَ طلب الممارسة الجنسية الفطري لدى الرجل يختلفُ عن ذات الأسلوب لدى المرأة. فتزيُّن المرأة لزوجها وتعطُّرها وتصنُّعها له هو – في كثير من الأحيان – دلالةٌ على رغبتها في معاشرته جنسيًّا، كما يمكن لها أن تستخدمَ لغة الجسد وبعضَ اللَّمسات الموحية بالرغبة الجنسية فيه، فمداخلُه الأساسية حاستَا النَّظر والشم؛ لأنها تمتلكُ الإرادةَ المحركة والتي تحرك بها الرجل لينفذ.

وبالمُقابل كانت همساتُ الرجل ولمساتُه لزوجته هي رسائلَ واضحة تدلُّ على أنه يطلبها لفراشه، فمداخلُها الأساسية حاستَا السَّمع واللمس، بالإضافة إلى أنه يمتلك الإرادةَ المنفذة التي تتيح له المبادرة في الفعل.

إنه يُستثار جنسيًّا بالعطور والنظرات..
وإنَّها تُستثار جنسيًّا بالكلمات واللمسات.

فما الإرادةُ المحركة التي تحرك وتدفع وتلك المنفذة التي تتحرك وتفعل ؟

وهبَ الخالقُ بحكمته للأنثى إرادةً مُحركة تنبع من أنوثتها التي تزخرُ بالدَّلال والرقة والجاذبية والحياء والضعف لتصنع حولَ الرجل طوقًا محكَمًا بأنوثتها يصعب عليه تجاهلُه والتملصُ من قبضته، فتدفع زوجَها لينفذ لها كلَّ ما تريد، تدفعه بدلالها ليشتري لها ما ترغبُ وتقديم المساعدة والمساندة والدعم لها، وتنفيذ طلبها.. تدفعُه بجاذبيتها ليعطيها الحبَّ والرومانسية والجنس.. تدفعه بحيائها فتأسرُه وتملأ حياته وعينيه بها.. تدفعه بضعفها ورقَّتها لاحتوائها وإراحة بالها ورعايتها والحنوِّ عليها والتماس العُذر لها حينما تقصُر في بعض حقوقه لظروفٍ ألَّمت بها... إلخ.

هي تدفعه لأنها تمتلك الإرادةَ المحركة.. وهو ينفِّذ لأنه يمتلك الإرادةَ المنفِّذة.

ولذلك يمكن القول بأنَّ دورَ المرأة الفطري في طلب الممارسة الجنسية يكاد ينحصُر في تحريكها لإرادة الرجل نحوَ التنفيذ، لأنها تملك الإرادةَ المحركة، وهي كثيرًا – وليس دائمًا – ما تعبرُ عن رغبتها الجنسية فيه بطريقةٍ غير مباشرة، بينما دورُ الرجل الفطري في طلب الممارسة الجنسية يكون بالفعل والتنفيذ، لأنه يملك الإرادةَ المنفِّذة، وهو غالبًا ما يعبِّر عن رغبته الجنسية فيها بطريقة مباشرة.

إنها تمتلك الإرادةَ المحرِّكة لطلب الممارسة الجنسية..
وإنه يملك الإرادةَ المنفِّذة للممارسة الجنسية.

ويَحضرني «بوست» نشرتْه إحدى السيدات على مجموعة خاصَّة بموقع التواصل الاجتماعي «فيس بوك» متسائلة بأسى كيفَ أنَّ الرجل حينما يتناول ما ينشطُ به رغبتَه الجنسية ثمَّ يجد زوجته قد استغرقتْ في النوم فإنه «هيتصرف» وسيتعامل معها جنسيًّا وهي نائمة ليقضي حاجتَه الجنسية، ولكن ماذا تصنع هي إن تناولتْ ما ينشط رغبتَها الجنسية ثمَّ وجدتْه وقد استسلم للنوم؟

معَ كامل الاعتراض على تصرُّف الرجل بهذا الشكل، ولكن.. هذا الـ«بوست» يظهر بوضوح أنَّ القدرة التنفيذية في المواقعة الجنسية هي للزوج دونَ الزوجة، وهذا واقعٌ يتَّضح حينما تفشل الزوجةُ في تحريك رغبة زوجها لتنالَ منه معاشرةً جنسية وهو عنها من المُعرضين.

(9) يثير منظرُ النساء العاريات الرجالَ الأسوياء الأصحاء جنسيًّا، حتى لو ادَّعوا خلاف ذلك، ومنظر العرايا من الرجال يثير جنسيًّا أغلبَ النساء، ولكن هناك مِن النساء مَن يتقزَّزن أو ربما ينفجرنَ من الضحك إذا شاهدنَ رجلًا عاريًا.

(10) للرجل – في الغالب – دورةُ استثارة جنسية أسرعُ من تلك التي لدى المرأة، ولذلك في أحيان كثيرة يسبق الرجلُ زوجته في الوصول إلى ذروة لذته الجنسية.

(11) من أجل حدوث الحمْل والإنجاب يجب أن يصل الرجلُ إلى ذروة لذَّته الجنسية وينتهي بقذف منيِّه في مِهبل زوجته، بغضِّ النظر عن وصول زوجته إلى ذروةِ لذتها الجنسية من عدمه، فالحملُ يتوقف على بلوغ الرجل ذروتَه الجنسية ليقذف سائله المنوي وليس على بلوغِ المرأة ذروتها الجنسية.

(12) عند الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية لكلٍّ من الرجل والمرأة تنقبض عضلاتُ قاع الحوض وعضلات الأجهزة التناسلية انقباضاتٍ إيقاعيةً ذات أهداف متناقضة، فبانقباضاته يقذف سائلَه المنوي ويفرغ شهوتَه، وانقباضاتها تمتصُّ هذا السائل المنوي لترتوي وتشبع، إنَّهما يريدان بالجماع كلَّ ما في كلمتي تفريغ وارتواء من معان.

عندَ بلوغ ذروة اللذة الجنسية..
انقباضاتُه تقذف وتضخُّ ليُفرغ.. وانقباضاتُها ترتشف وتمتصُّ لترتوي.

(13) يطرد الرجلُ أثناءَ القذف أمشاجَه الذكرية (الحيوانات المنوية) المتأهِّبة للإخصاب، بينما تطرد المرأةُ أثناءَ الحيض أمشاجَها الأنثوية (البويضات) التي لم تخصب.

هو يطردُ الأمشاجَ الصالحة أثناءَ الجماع.. هي تطردُ الأمشاجَ الفاسدة أثناء الحيض.

(14) بالنسبة للرجل تعتبرُ إقامةُ العلاقة الجنسية في ذاتها سبيلًا ناجحًا ودواءً فاعلًا لإنهاء الخلافات الزوجية، فكم من توتُّر كان بين زوجين اعتقدَ الرجل أنه انتهى على الفراش وكأنَّ شيئًا لم يكن، فالصلح عنده قدْ يبدأ بالمعاشرة الجنسية.

ولكنَّ الأمر عند المرأة جدٌّ مُختلف؛ فالمعاشرة الجنسية عندها تعتبرُ تتويجًا لسلسلةٍ من محاولاتِ الصلح الناجحة التي أعادتِ المياه إلى مجاريها، فإتمامُ الصلح عندها هامٌّ للغاية قبلَ البدء في المعاشرة الجنسية.

ومِن هذا الاختلاف في موقع العلاقة الجنسية قبلَ أو بعد الصلح بالنسبة للرجل والمرأة؛ كان تعجبُ المرأة واستغرابها حينما ينشبُ خلافٌ مَرير بينها وبين زوجها ثمَّ بعدَ قليل يطلبها للفراش، إنها تتساءل.. كيف ونحنُ على خلاف يطلب منّي إقامةَ علاقة جنسية، ويريد منّي أن أستجيب له؟

المعاشرةُ الجنسية - بالنسبة للرجل - هي أداةٌ لبدْء الصلح بينه وبينَ زوجته..
وهي - بالنسبة للمرأة - ختامُ رحلةِ الصلح بينها وبينَ زوجها.

(15) لم يقرر الأطباءُ والعلماء أيًّا من الجنسين يشعر باللذة الجنسية بصورةٍ أقوى وأعمق وأطول من الآخر، فلم يتحوَّل رجلٌ كامل الرجولة مارسَ الجنَس وشعر به كرجل إلى أنثى كاملةِ الأنوثة مارستِ الجنس وتذوقته كأنثى حتى يخبرَنا مَن مِن الجنسين يشعر باللذَّة الجنسية أقوى وأعمق وأطول من الآخر. كما لم تتحول امرأةٌ كاملة الأنوثة مارستِ الجنس وشعرت به كأنثى إلى رجلٍ كامل الرجولة مارسَ الجنس وتذوَّقه كرجل حتى تخبرَنا الخبر.

ورغم ذلك..

أستطيع أن أجزمَ مِن الشواهد العلمية والواقعية – ومن منطلق الحقيقة القرآنية الخالدة {.. وليس الذكر كالأنثى...} (آل عمران: 36) – أنَّ هناك اختلافًا في قوة وعمق وطولِ الشعور باللذة الجنسية بين الجنسين، وأنَّ المرأة هي التي تشعرُ باللذة الأقوى والأعمق والأطول من الرجل، ومِن هذه الشواهد ما يلي:

1 – موضعُ الشعور بذروة اللذة الجنسية: للمرأة عدةُ مواضع بجهازها التناسلي تشعرُ فيها بالإثارة الجنسية وبذروة اللذَّة، منها ما هو سطحيٌّ كالبَظر، وأحيانًا قليلة للغاية الأشفارُ الصغيرة، ونادرًا الأثداء، ومنها ما هو عميقٌ كالجزء السفلي من المِهبل وبقعة «جي» وفوَّهة عنق الرحم. كما يختلف عمقُ الشعور باللذة الجنسية من امرأةٍ لأخرى، فمنهنَّ مَن تشعر بذروة لذَّة أقوى عن طريق البَظر، بينما منهنَّ مَن يشعرنَ بذروة أشدّ عن طريق الإيلاج بالمِهبل، ويندرُ فيهنَّ مَن تجد ذروةَ اللذة الجنسية بمُداعبة حلمات الأثداء وما حولها.

أما الرجلُ فيكاد ينحصر إحساسُه بذروة اللذة الجنسية في موْضع واحد سطحي وهو الجهةُ السفلية من قمَّة القضيب وما خلفها بقليل.

مناطقُ الإحساس بذروة لذَّة الارتواء للمرأة متعددة؛ منها العميقُ، ومنها السطحي.. أما عندَ الرجل فهي منطقةٌ واحدة سطحية.

2 – المدةُ الزمنية لنجاح الاستثارة الجنسية: تحتاج المرأةُ تمهيدًا جنسيًّا لمدة أطولَ من تلك التي يحتاجها الرجل، فتظلُّ المرأةُ في حالة استثارةٍ جنسية أطول زمنًا لتُفضي إلى لذة جنسية أعمق مذاقًا.

3 – عددُ الذُّرَى الجنسية في الجِماع الواحد: في الجِماع الرائع يمكن للمرأة أن تصلَ إلى ذروة اللذة الجنسية عدَّة مرات Multiple orgasm مسببًا لها إشباعًا جنسيًّا لا يُضاهَى. أما الرجل فيصلُ في الجماع الواحد إلى ذروة لذَّة جنسية واحدة، ونادرًا وتحَت ظروف لا تكاد تتكرَّر قد يحصد الرجلُ ذروتين في الجماع الواحد.

4 – كثرةُ الأعصاب التي تؤثرُ في الشعور بالمتعة الجنسية: يتشارك الرجلُ مع المرأة في ثلاثة أعصاب هي: العصب الختلي والعصب الفرجي والعصب الحوضي؛ وهي الأعصابُ التي تنقل الأحاسيسَ الجنسية من الأعضاء التناسلية المختلفة حتى الحبل الشوكي بالعمود الفقري، وينفرد عصبٌ رابع – وهو

العصب الحائر بالمرأة دون الذي بالرجل – بأداء دورٍ في الأحاسيس الجنسية. كما أنَّ وفرةَ النهايات العصبية بمناطق الشعور بذروة اللذة الجنسية في المرأة تفوق التي لدى الرجل، فالبَظر أغنى من القضيب في احتوائه على تجمُّعات النهايات العصبية المسبِّبة للشعور بذروة اللذة الجنسية بحوالي الضعف (المزيد من التفاصيل بالفصل الثاني).

وإذا وضعنا في الاعتبار أنَّ البَظر ليس هو العضوَ الوحيد المَنوط به حصولُ المرأة على ذروة لذتها الجنسية، بينما القضيبُ هو عضو الرجل الوحيد الذي يحصل به على ذروةِ اللذة الجنسية؛ لعرفنا الفارقَ الكبير بين المرأة والرجل في قوة وعمق الشعور بذروة اللذة الجنسية الذي يرجح كفَّة المرأة في هذا الشأن.

5 – بينَ الكمِّ والكيف: يجوز للرجل شرعًا أن يتزوَّج بأكثر من امرأة، فينال بذلك عددَ مرّات جماع يفوق أيًّا من زوجاته، ولكن كلُّ زوجة منهنَّ تفوقه في قوة الجماع وعمقِه وطوله، ربما لأنه – في بعض الأحيان – يفيده أكثر عددُ مرات الجماع، وهي يهمُّها أكثر نوعيةُ الأداء، وربما يحقق هذا جانبًا من العدل في هذه المعادلة.

وكأنَّ هو له الكمُّ عددًا.. وهي لها الكيفُ قوة وعمقًا وطولًا.

6 – نتاجُ الجماع: يحقق الجماعُ الحملَ للمرأة الذي يستمرُّ شهورًا عددًا، وهنًا على وهْن، ثمَّ المخاض وما يرافقه من آلام، فالإرضاع حولَيْن كاملين أو أقل، أما الرجلُ فليس له من كلِّ هذه الصعوبات والمكابدات أيُّ نصيب، وكأنَّ الذي يتجرع التعبَ كله نتيجةَ الجماع هي المرأةَ وحدها؛ ولذا كان من عدْل الله تعالى أن تكون اللذةُ المجباة بقدر ما يعقبُها من مشقَّة، ولذا كان من المنطق أن تفوق ذروةُ اللذة الجنسية للمرأة تلك التي للرجل.

وتُحضرني هنا قصة من تُراثنا الثري، بيَّنت لمحة من ذاك الجهد المُضني الذي تتكبَّده المرأة دون زوجها في تحمُّل تبعات النكاح من رعايةِ الصغار والعناية

بهم، فقد تخاصَم «أبو الأسود الدؤلي» (تابعي وفقيه وعالمٌ نحْوي) وطليقته في ابن لهما أراد أخذَه منها، فتحاكما إلى «زياد» وهو والٍ بالبصرة. فقالت المرأة: أصلَح اللهُ الأمير، هذا ابني كان بطني وعاءه، وحجْري فناءه وثدْيي سقاءه، أكلؤه إذا نام، وأحفظُه إذا قام، فلم أزلْ كذلك سبعةَ أعوام حتى كَملت خصالُه، واستوكفت أوصاله، فحين أمَّلت نفعه، ورجوتُ دفعه، أرادَ أبوه أن يأخذه منّي كَرهًا. فقال «أبو الأسود»: أصلحَك اللهُ أيها الأمير، هذا ابني حملتُه قبل أن تحمله، ووضعتْه قبل أن تضعه، وأنا أقوم عليه في أدبه، وأنظرُ في أوده، أمنحه حلمي، وأُلهمُه علمي، حتى تحكم عقله، واستحكم فَتله. فقالت المرأة: لقد صدق، ولكنه حمَله خفًّا وحملته ثقلًا، ووضعَه شهوة ووضعتُه كرهًا، فقال زياد: والله وازنْت بينَ الحجَّتين وقارنْت الدليلَ بالدليل فما وجدتُّ لك عليها من سبيل. وقضى به لها.

7 – ضوابطُ الرغبة الجنسية: ربما لو كانت اللذة الجنسية عندَ الرجل تُضاهي أو تفوق تلك التي للمرأة لعاثَ الرجال في الأرض فسادًا، فلا ضابط فطْري – وليس ديني – لرغبةِ الرجل الجنسية قدرَ ما يحيط بالمرأة من ضوابط فطريَّة لرغبتها الجنسية، فهي تحرصُ على عذريتها قبل زواجها، وتخشى الحملَ أحيانًا، وتنشغلُ برعاية الصغار أعوامًا، وتنصرف عنْ ممارسة الجنس أوقاتًا، وتعزفُ عن زوجها عذرًا أو كرهًا أو غَضبًا أيامًا أو أعوامًا، وتتقلَّص أو تتبخر الرغبةُ في الجماع حينما تفقدُ زوجها بوفاةٍ أو طلاق ولا تطمحُ في الزواج بعدَه أو عندما يأتيها الكبرُ فتعزف عن الرجال.

ورغمَ هذه التباينات في النواحي الجنسية بينَ الرجل والمرأة فقد اتَّفقا في تحول بعضِ العضلات الإرادية إلى عضلات لا إرادية أثناءَ المعاشرة الجنسية.

كيف هذا؟..

– يبدأ الرهزُ في أوَّل الجماع إراديًّا تحكمه العضلاتُ الإرادية، ومع تَصاعد الشهوة يتسارع الرهز ويتحوَّل أداءُ العضلات الإرادية من أداءٍ إرادي إلى أداءٍ لا إرادي، وغالبًا ما يقوم الزوج بالرهز، وأحيانًا تقوم به الزوجة وفقًا لوضعية الجماع.

إنَّ هـذه التحـولَ مـن الإرادي إلى الـلا إرادي سـيحتِّم إتمـامَ القـذف بالمهبـل، الـذي بـه يأتي النسـل.

– تتصلَّـب عضـلاتُ الوجـه للرجـل والمـرأة قبـلَ وأثنـاءَ بلـوغ ذروة اللـذة الجنسـية، فيبـدو عـلى وجـه كلٍّ مـن الزوجين علامـاتٌ أقرب مـا تكـون لعلاماتِ الألم، فـلا ابتسـام ولا ضحـك كتعبـيرٍ عن قمَّة السـعادة والنشـوة والشـعور باللذة العارمـة أثنـاءَ الجماع، كـما هو منتظَر عنـدَ أوقات السـعادة والفـرح والبهجة والمتعة التـي تنتاب الإنسـانَ أثنـاء مسـيرة حياته.

إنَّ في حيـاة الإنسـان فترْتـين همَا أقـوى ما يُقابلـه في دنياه؛ أولاهما فترة سـعادة بالغـة، وهـي التـي يحصدُها الإنسـان عنـد وصولِه لـذروة لذتِـه الجنسـية، وثانيهما فـترةُ ألم مريـع، وهـي التـي يواجهُها الإنسـان أثنـاءَ سـكرات موتـه، والعجيب أنَّ الإنسـان في الأولى رغـمَ فـرط سـعادته وقـوَّة لذتـه لا يضحـكُ ولا حتـى يبتسـم، وهـو في الثانيـة رغـمَ شـدَّة ألمه وقسـوة سـكرته لا يـصرخ ولا يبكي، ثـمَّ.. ملامحُ الوجـه في الحالتـين مُتماثلـة في صلابتهـا متسـاويةٌ في جمودها.

وكأنَّ الحالتيْن متشابهتان متماثلتان متساويتان..

ولكـنْ.. شـتّان الفـارق بينما؛ فهـذه ذروةُ سـعادة جنسـية عارمة، وتلك شـدَّة ألم سَـكرات قاسية.

وكأنَّ أروع ما في هذه الدنيا يماثل أقسى ما فيها!

إنَّه لدرس أليم شديد..

«اللهـمَّ أعنّـي عـلى سـكرات المـوت».. كـما دعَـا حبيبُنا صـلى الله عليه وسـلم حـين حضرتْـه الوفاة.

(خدْ وهات) بين العلاقة الزوجية والعلاقة الجنسية:

إن مـا يقـع بـينَ الزوجـين من مشـكلاتٍ وصراعـات وخلافـات ومُشـاجرات ومُصادمـات وعـدمِ احـترام وضعـف ثقـةٍ وكثـرة شـكوك ومـا يخيِّـم عـلى علاقتهما

مـن إهمـال وإهانة وتجاهـل وعصبيَّـة وكثرة أعباء وقسـوة ظـروف؛ قد يسـمِّم الحياةَ الزوجية تسـميمًا، وسـينعكس كلُّ ذلك سـلبًا على العلاقة الجنسـية بجَلاء فيجعلها – ابتـداءً – روتينيـةً عاديـة لا تعرف روعةً ولا يعرفها إشـباع، ثمَّ لا تلبـث أن تضمحلَّ وتتضـاءل وتهمَّـش وتنحـسر رويدًا رويـدًا حتى – انتهـاءً – تنزوي وتتلاشـى.

وكذلـك – أيضًـا – يفجـر أشـدُّ الزوجين – تضرُّرًا من سـوء العلاقة الجنسـية كـمًّا أو كيفًا – الخلافاتِ والمشـكلات والتوترات والمشـاحنات والمُصادمات الكثيرة العـدد التافهة السـبب، التي تكون عـلى أيِّ شيء ومِـن أيِّ شيء ولأجل أيِّ شيء.

أي إن..

سوء العلاقة الزوجية يؤدّي إلى سوءِ العلاقة الجنسية
أو أن
سوء العلاقة الجنسية يؤدّي إلى سوء العلاقة الزوجية.

يغلـب عـلى النسـاء – وليـس كلهـن – الشـعورُ بالشـطْر الأول مـن الفقـرةِ السـابقة وهـو:

سوءُ العلاقة الزوجية يؤدّي إلى سوء العلاقة الجنسية

ويغلب على الرجال – وليس كلهم – اتباعُ الشطر الثاني وهو:

سوءُ العلاقة الجنسية يؤدّي إلى سوء العلاقة الزوجية

ولذلـك تعـزف المرأةُ عـن العلاقة الجنسـية إذا تسـبَّب زوجها في أذيتِها نفسـيًّا وجسـديًّا، وحاقـتْ بحياتها الزوجية المشـكلات المؤلمةُ والمواجـع المُزمنة والخلافات المَريـرة والإهانـات المستمرَّة، أو إذا كرهِـت المـرأة زوجَهـا حتـى إنَّها لم تعـدْ تُطيق

سماع صوتِه ولا رؤية وجهه ولا لمسة من جسدِه، حينئذ يجب مراجعةُ مفردات الحياة الزوجية برُمَّتها ومناقشة كلِّ مشكلاتها وخلافاتها وليس فقط أمرَ سوءِ العلاقة الجنسية في ذاتها، فكلُّ ما هو سلبي خارجَ غرفة النوم يؤثر سلبًا – وبشكل كبير – على ما يحدث داخلها.

وفي هذا الصدد كتب الصحفي «محمد عبد القدوس» (1948م) في كتابه «كلام في الحب» ما يلي:

«العديدُ من الفقهاء انحازوا إلي جانبِ الزوج علي حساب شريكة عُمره، واستدلّوا على ذلك بأحاديث نبوية تؤكد وجهةَ نظرهم مثل: «إذا دعَا الرجل امرأتَه إلى فراشه فلم تأتِه فباتَ غضبانَ عليها لعنتْها الملائكةُ حتَّى تصبح» متَّفق عليه، وأنا لا أجادل في صحةِ الكلام المنسوب الي نبي الإسلام صلى الله عليه وسلم، لكنه واضحٌ أن هؤلاء الفقهاء أخطأوا الفهمَ وخرجوا عن الهدف الأساسي منه وهو يتعلقُ بالزوجة النّاشز المتمرِّدة فقط، والتعميم هنا جانبَه الصواب، فإذا كانت أمُّ الأولاد غَضبى من زوجها لسوء عشرته وقبْح معاملته معها فمن حقِّها كإنسانة أن ترفض معاشرتَه. وفي يقيني أنَّ الملائكة في هذه الحالة ستَنحاز اليها، وتلعنُ هذا الزوج الذي لا يحترم أقربَ الناس إليه، ويريد معاملتَها وكأنها من جواريه على طريقة «سي السيد»، وفي الأحاديث النبوية الشريفة نجدُ كلامًا لنبي الإسلام صلى الله عليه وسلم يتعجبُ فيه من هذا المتوحِّش الذي يضرب زوجتَه في الصباح ثمَّ يأمرها أن تأتي إلى فراشه مساء».

انتهت كلمات «محمد عبد القدوس».

وعلى الوجْه الآخر، حينما لا ينال الزوجُ من زوجته علاقةً جنسية جيدة كمًّا أو كيفًا فسيطيش عقلُه، وتتوتر أعصابه، ويغرق حياتَه الزوجية بتسوماني من الخلافاتِ والمشكلات والنزاعات بسببٍ وبغير سببٍ واضح أو وجيه، فكلُّ ما يحدث من تقصير داخلَ غرفة النوم سيؤثر سلبًا على مُجريات الأمور خارجها.

ولـذا كان الانقطـاعُ عـن ممارسـة العلاقة الجنسـية بـين الزوجين لفـترة طويلة انتظـارًا لتحسُّـن العلاقـة الزوجيـة وانتهـاء المشـكلات والخلافـات والتوتـرات والمصادمـات – كـما تميـل لذلـك المـرأة–؛ إنـما هـو بالنسـبة للرجـل ترسـيخٌ للمشـكلات الزوجيـة وتجذيـرٌ لهـا.

احرصْ على أن تريحَها نفسيًّا لتقبلَ عليك جنسيًّا..
احرصي على أن تريحيه جنسيًّا ليقبِل عليك نفسيًّا.

الحملُ والعلاقة الجنسية:

تسـتمرُّ العلاقـةُ الجنسـية بشـكل طبيعـي أثنـاءَ الحمـل إلّا في بعـض الحـالات الصحيـة الحَرجـة مثـل التـي تعـاني فيهـا المـرأةُ الحامـل مـن النَّزيف، وهـو إحدى علامـات الإجهـاض المُنـذر في الشـهور الأولى للحمـل، ومِن علامـات اضطراب وضْـع المَشـيمة في الشـهور الأخـيرة للحمْـل؛ لـذا يمنـع الاتصـالُ الجنـسي حفاظًا عـلى اسـتقرار الحمـل أو خوفًـا مـن حـدوثِ نزيف.

أمـا في غـيرِ هذه الحـالات القليلة جدًّا فلا توجـد أيُّ موانع للنشـاط الجنسي خلالَ شـهور الحمـل، مع الأخـذ في الاعتبـار عدمُ إحـداث أيِّ ضغطٍ عـلى بطن الحامـل أثناءَ الجـماع، مما يسـتدعي اتخـاذَ بعض الأوضاع الجنسـية – وهـي كثيرة – التـي تحقق ذلك.

بعـضُ النسـاء تـزداد لديهـنَّ الرغبـةُ الجنسـية في فـترة الحمـل، وذلـك بسـبب حـدوثِ الاحتقـان في منطقـة الحـوض، وأخريـات تتحسَّـن اسـتجاباتهنَّ الجنسـية ويصلنَ إلى ذروة اللذة الجنسـية بسـبب زوال مَخاوفهن السـابقة من حدوث الحمل، فقـد حـدثَ وانتهى الأمر. وعـلى الناحيـة الأخرى هناك نسـاءٌ يعزفنَ عـن العلاقة الجنسـية طـوالَ فترة الحمـل – أو بعضها – لاسـتغراقهنَّ النفسي والفسـيولوجي في الحمْـل ومشـاعر الأمومـة، ويريـنَ أنَّ النشـاط الجنـسي يتعـارضُ مع الحمـل، وقد يضرُّ بسَـلامة الجنين أو سـلامتهن الشـخصية.

أما الرجالُ فنسبة كبيرةٌ منهم لا تتأثر علاقتُهم بزوجاتهم في هذه الفترة كثيرًا، وتمضي هذه العلاقة على وَتيرتها كما كانت قبَل الحمل، رغم أنَّ احتياجهم الجنسي قد يكون غيرَ ملبًّى على الوجه المرْجو، وآخرون ينعكس غيابُ الجنس أثناء الحمل بالسَّلب على حالته المزاجية أو على العلاقة الزوجية ككل. والبعض مِن الرجال لا يثيرهم – بل قد ينفِّرهم – جنسيًّا منظرُ الزوجة وهي حامل، ولذلك تفترُ العلاقة الجنسية عند هؤلاء أثناءَ فترة الحمل. وهناك آخرون مِن الرجال يخشون الاقترابَ من الزوجة الحامل، حيث يساورهم شعورٌ داخلي بأنَّ إتيان الزوجة وهي حامل قد يؤذي جنينها.

الثانية: فترة "منتصف العمر":

وهي تمتدُّ من عمر الأربعين عامًا إلى الستين عامًا، وأثناءها يمرُّ الرجل والمرأة بأزمة تسمَّى بأزمة منتصف العمر. وهي أزمة تختلف في الرجل عنها في المرأة اختلافَ المشرق عن المغرب.

يمرُّ قلةٌ قليلة من الرجال بأزمة منتصف العمر (أو ما تسمَّى خطأ بالمراهقة المتأخرة)، وهي أزمةٌ نفسية في المقام الأول، يفقد الرجلُ أثناءها اتِّزانه العاطفي، حيث يزيد إقباله وافتتانُه بالنساء خاصَّة الصغيرات في السن، ويشرعُ في ارتداء ملابس الشباب، ويصبغ شَعرَه ويصفِّفه مثلهم، وقد يتورَّط في علاقات نسائية عاطفية أو جنسية مختلفة العمق، أو يسعى لتعدد الزوجات. إنها فترةٌ ترتفع فيها معنوياتُه ونشاطه، وربما تزداد رغبتُه في المعاشرة الجنسية إن كان بصحة جيدة.

أما بالنسبة للمرأة فتعدُّ أزمةُ منتصف العمر مرحلةً طبيعية من مَراحل عمرها، وهي فسيولوجية نفسية (وليست نفسية فقط كما هي عند الرجل)، تمرُّ بها جميعُ النساء (بعكس نَظيرتها التي يعاني منها فقط قلةٌ من الرجال)، إنها كثيرًا ما تسمَّى بـ«سن اليأس»، تتعرَّض لها المرأة – عادة – في أواخر الأربعينيات إلى أوائل الخمسينيات من عمرها، حيث ينقطع الحيضُ فتفقد على أثره قدرتَها على الإنجاب بسبب شيخوخة المبْيضين وانقطاع إنتاجهما من البويضاتَ وقلَّة إفرازاتهما من هرمونات الأنوثة، وقد تتقلص – أو لا تتقلص – رغبتها الجنسية وقتئذ.

المحطةُ السّادسة:
مرحلةُ الشيخوخة والهِرم:

ثـمَّ.. تزحـف مرحلـة الشـيخوخة والهِـرَم عنـدَ بلوغ أكثـر من سـتين عامًا من العمـر؛ حيث تبـدأ ينابيعُ الهرمونات الجنسـية في النُّضوب، فيتبدل الحـالُ أيَّما تبدُّل. فتنخفـض عنـد المـرأة العجـوز نسـبةُ هرمونـات الأنوثـة، ويبـدأ تأثـير هرموناتهـا الذكوريـة فتصبـح أكثـرَ تماسـكًا مـن ناحيـة العواطـف، وتميـلُ إلى الصمـت بعدما كانـت في المـاضي تفيـض حديثًـا، وينبـت الشَّـعر في منطقـة الذقـن وفـوق الشـفة العليـا للفـم، بعدمـا كان وجهُهـا ناعـمًا أملسَ.

أمـا الشـيخُ الكبـير فقـد انخفـضَ عنـده مسـتوى هرمـون الذكـورة انخفاضًا يـؤدّي لضعـف نمـو الشَّـعر في جسـده (عـدا لحيته وشـاربه) وصـار أكثـرَ عاطفية بعدمـا كانت حياتُه في السـابق يقودها المنطقُ والشـدة، كما أضحـى يميل إلى المُهادنة ويؤثـر السـلامة بعدمـا أمـضى عمـرَه يلاطـم أمواجًـا مـن المُغالبـات والمنافسـات والعـداوات ليرقـى في مهنتـه ويصـل إلى غايتـه ويدافـع عـن أسرته، كما أمسـى من السَّـهل أن تسـيل دموعُه عـلى خدَّيه عنـد تعرضِه للعديـد من المواقـف العاطفية في الحيـاة أو سـماعِه للعبـارات التراجيديـة فيما يشـاهدُه ويسـمعه بالميديـا بعدما كانت دموعُـه في المـاضي مـن النُّدرة حتـى ظنَّ مَـن حولـه أنَّ مقلتيـه لا تعرفها.

لقـد انتفـت – أو تقلصـت – الفوارقُ التي ميـزت كلًّا من الذكـر الأنثى حينما أمسـى هـذا التمايزُ لا حاجة فيـه الآن، وانتهت – أو تقلصـت – أدوارُ الرجل كذكر وأدوار المرأة كأنثى.

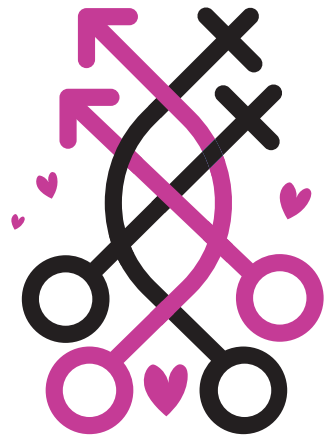
في هـذه المرحلـة تنخفض القـدرةُ الجنسـية وتقلُّ الرغبةُ الجنسـية لـدى الرجل الهَـرِم والمـرأة العجـوز ممـا سـينعكس أثـرُه حتمًا عـلى العلاقـة الجنسـية كـمًّا وكيفًا،

حتى يأتيها الوقتُ الذي قد تتلاشى فيه بالكلية، ولكن الزوجان مازالا معًا مرتبطيْن بتاريخهما الطويل الجميل وعشرتهما الطيبة وحصاد عُمرهما الثمين.. مازالا معًا مُنسجمين مندمجين مُنصهرين ذائبين، حتى يفرق الموتُ بينهما في الحياة الدنيا، على أملِ الالتقاء الأبدي – برحمة الله تعالى وفضله – في جِنان الخلد بالحياة الآخرة.

الفصلُ الثّاني

الجنسُ وظيفيا

التناسلُ هو إحدى وظائف الإنسان الذي ينهض به جهازَا التناسل في كلٍّ من الرجل والمرأة المختلفين في تكاملهما المتناغمين في أدائهما. يقود المُّخ الجهازَ التناسلي عبرَ الهرمونات والناقلات العصبية ومجموعة من الأعصاب وفيض من النهايات العصبيَّة في تناسق مُعجِز ليؤدي وظائفَه الضرورية في إنجاز البلوغ والتحكُّم في الدورة الشهرية وفي الاستجابة الجنسية وفي الرغبة والقدرة الجنسية، وفي إتمام المعاشرة الجنسية وفي الإخصاب وسْير الحمل والإرضاع... إلخ، كالتالي:



الهرموناتُ الجنسية:

حينما يتلقَّى المُّخ من خلال حاسة أو أكثر من حواسّ الإنسان الخمس تنبيهًا عاطفيًّا أو جنسيًّا، يصدر المخُّ أوامرَه إلى الغدد الصماء لتفرزَ في الدم مباشرة موادَّها الكيميائية (الهرمونات أو الناقلات العصبية) المرتبطةَ بالحبِّ والجنس، التي تلعب دورًا في إيقاد الحبِّ وإشعال الرغبة الجنسية، وتوثيق الروابط بين المُحبين، فتنتقل هذه الموادُّ الكيميائية فورًا إلى سائر أجزاء الجسم، فتستجيب العضلاتُ وتتحرك الأطراف، ويزداد خفقانُ القلب، فيتدفَّق الدم خلالَ الأوعية الدموية ويتورَّد الوجه، وتنشط الغددُ العِرقية وتفرز المزيدَ من العرق، ويتهيّأ الجهاز التناسلي للّقاء الجنسي.

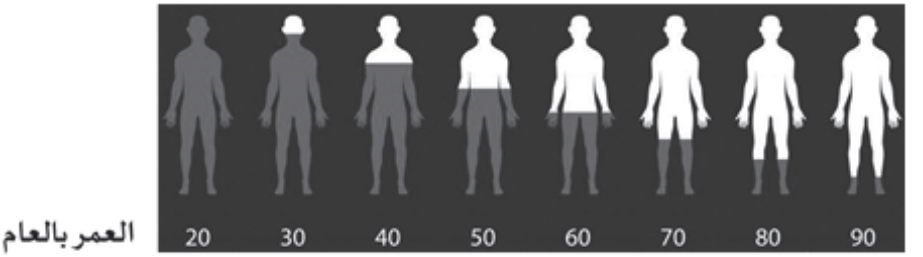
أي: إنه باختصار..

يتنبَّه المخُّ عن طريق الحواس إلى المثير الجنسي، فيأمُر الغددَ الصماء بإفراز هرموناتها، فتتأثَّر على الفور أجهزةُ جسم الإنسان ومظهرُه وسلوكُه استعدادًا للّقاء الجنسي.

ومن أهم الهرمونات المُرتبطة بالنشاط الجنسي ما يلي:

1) هرمون التستوستيرون Testosterone:

هو هرمونُ الذكورة، ويفرزه الرجالُ والنساء على حدٍّ سواء، ولكنَّه عند الرجال أغزرُ وأكثر. ينشط إفرازُه عند الجنسين حينما يتقارَب الحبيبان. يبلغ مستوى إفراز هذه الهرمون أوجَهُ في جسم الرجل حينما يبلغ العشرين من عُمره ثمَّ ينخفض مستواه تدريجيًّا بدءًا من أوائل العشرينيات حتى نهاية العمر (شكل: 18).



شكل (١٨): مستوى هرمون التستوستيرون بالرجل على مسار حياته.

من أهم وظائفه ما يلي:

– لعب دورٍ قاطع في تجنيس المخ وتشكُّل الأعضاء التناسلية الداخلية والخارجية للجنين الذَّكر على الوجهة الذكورية، كما أنَّ غيابه أو ندرتَه في الجنين الأنثى يدفع تجنيسَ المخ وتشكُّل الأعضاء التناسلية الداخلية والخارجية إلى الوجْهة الأنثوية.

– أداءُ دور محْوري أثناءَ مرحلة البلوغ في تطور الخصائص الذكورية الثانوية للمراهقين، ومنها: تضخُّم القضيب وكيس الصِّفن، وخشونة الصوت، ونموّ الشارب وشَعر اللحية والعانَة والإبط، وتوزيع الشَّعر في أنحاء الجسم، وبروز الحنجرة أو ما درجَ على تسميتِه بـ"تفاحة آدم"، وزيادة حجم العضلات وقوَّتها، وزيادة كثافة العظام، وتوزيع الدهون في الجسم على الهيئة الذكورية.

كما يقوم الجسمُ في فترة الطفولة المتأخِّرة ومرحلة المراهقة بتوجيهٍ من هرمون التستوستيرون باستخدام المزيدِ من الطاقة في بناء أقوى للعظام والعضلات والأوتار وأربطةِ المفاصل، كما يحفز هذا الهرمونُ تكوينَ قصبة هوائية وشعبٍ هوائية أوسع من تلك التي للإناث، فيزيد من قدرةِ الرئتين في الذكر بنسبةٍ تصل إلى 30٪ عمّا هو بالأنثى. كما يمدُّ هذا الهرمون الفتى بقلبٍ أقوى وأقدر على ضخِّ كمياتٍ أكبر من الدماء، وكذلك تكوين آليةٍ أسرعَ لتجلُّط الدم. كما يساهم هذا الهرمونُ في إعداد جهاز هضم ذي أعضاء وأدوات وغدد أكثرَ نشاطًا وقدرة على مَضغ الطعام وهضمِه وامتصاصه، ويزيد من

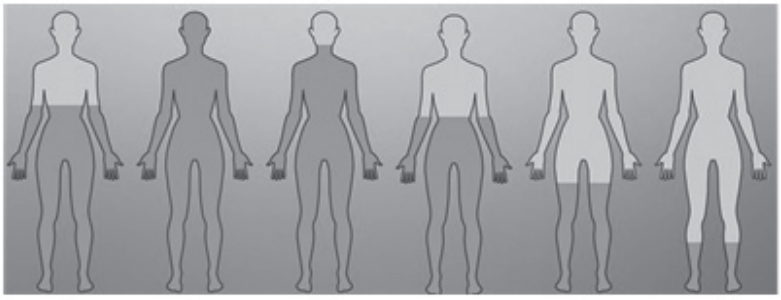
شـهيَّة الرجـل للُّحـوم وباقي البروتينـات والدهـون. كلُّ ذلك حتى يمكِّـن الرجلَ مـن القيـام بجهدٍ جُسـماني كبير مع كفـاءةٍ واضحة لإيقـاف النَّزف والتئـام الجروح حـالَ إصابتـه أثنـاءَ سـعْيه الشـاق وراءَ الـرزق أو الـصراع مـن أجل حمايـة الأسرة والـزَّود عـنِ الأرض والوطـن والدين.

إنَّ المحرقـة التـي أوقدَهـا هـذا الهرمـونُ في جسـم الفتـى بزيـادة معـدَّل إنتاج الطاقـة تحتـاج إلى جهـازِ تبريـد كـفء يمكنُه مـن التخلص من الحـرارة الناتجـةِ عن المجهـود العَضـلي الكبـير، لذلـك كان الجلد مـزوَّدًا بكمٍّ أكـبر من الغـدد العرقية في الفتـى عنـه في الفتاة.

- تحفيز إنتاج الحيوانات المنوية.
- تحريك الدافع الجنسي واندلاع مشاعر الرغبة الجنسية عند الذكور والإناث.

2) الإستروجين Estrogen:

هـو هرمـونٌ أنثـوي يفـرزُه المبيـض، يختلـف مسـتواه باختـلاف عُمـر المـرأة (شـكل: 19).



شكل (١٩): مستوى هرمون الإستروجين بالمرأة على مسار حياتها.

ومِن وظائفه الجنسية ما يلي:

- يلعـب دورًا مهمًّا في تطور الخصائص الجنسـية للأنثى، وهـو حيويٌّ للحفاظ على بِنية ووظيفة وأداء سـليم للجهاز التناسـلي الأنثوي.

- يزكي الدافعَ الجنسي عند النساء.
- يعمل على إنضاج البويضة لتكون قابلة للأخصاب.
- يحفزُ نموَّ بطانة الرحم وزيادة سمكها، مما يؤهلُها لغرس الجنين بها.
- يسهم بطريقةٍ غير مباشرة في زيادةِ حموضة إفرازات المِهبل، وبالتالي يقللُ من خطورة الإصابة بالالتهابات.
- يعمل على تغيير تكوينِ المخاط الموجود بعُنق الرحم، فيسهل انتقالَ الحيوانات المنوية وبقاءها حيَّةَ خلال فترة الإباضة.
- يضبط سرعةَ انتقال البويضة عبرَ قناة فالوب، كما يجهز الحيواناتِ المنوية بعدَ دخولها لجسم الأنثى لتكون قادرةً على اختراق غشاء البويضة لإتمام عملية الإخصاب.
- له دورٌ تكاملي معَ هرمون البروجيستيرون في عدةِ وظائف مثلَ تحضير الرحم لاستقبال الجنين.
- يؤثر في النشاط الاجتماعي والتفاعل النفسي للمرأة.

3) هرمونُ البروجستيرون Progesterone:

هرمون أنثوي له العديدُ من الوظائف الجنسية الهامة، منها ما يلي:

- تحفيزُ زيادة سمك بطانة الرَّحم تحضيرًا للحمل.
- منعُ عضلات معينة في الرَّحم من الانقباض.
- منعُ حدوث تخصيب لبويضةٍ جديدة حينما تكون هناك بويضةٌ مخصَّبة.

التكاملُ بين الإستروجين والبروجيسترون:

يعتبر هرمونَا الإستروجين والبروجيستيرون هما اللاعبين الأساسيّين لعملية الإباضة وانتظام الدورة الشهرية خلالَ الفترة الخصيبة من حياة الأنثى، وكلٌّ منهما يكمل الآخرَ في المحافظة على التوازن الهرموني، حتى تتمتع المرأةُ بصحة جيدة.

4) هرمونُ الأوكسيتوسين Oxytocin:

من بعضِ وظائفه المرتبطة بالجنس الآتي:

– تفعيلُ وتوثيق روابط الحبِّ بين المحبين، مما يسببُ استقرارًا في العلاقات بينهما وإطالة أمدِها.

– يعمل على اندلاع الرغبة الجنسية عند كلٍّ من الرجل والمرأة.

– يعملُ على دخول الزوجين في حالةٍ من الاسترخاء والنُّعاس عقبَ وصولهما إلى ذروة اللذة الجنسية، كما يجعلهما يشعران بعَد مُمارسة الجنس بالتقارب والارتباط الشديدين.

– يزيدُ من حركة الرَّحم فيساعد على وصول الحيوانات المنوية إلى البويضة لتخصيبها.

– يخفِّف من ألم انقباضات عضلات الرَّحم أثناء المخاض.

5) الأندروفينات Androfens:

يزيدُ الأندروفين من الشُّعور بمتعة ذروة اللذَّة الجنسية، كما يساعد على تطور الألفة والمودَّة بين الحبيبين، وعلى ضمان بقائهما معًا بسعادة، وعلى توثيق العلاقة بين الجنس والحب. إنَّ شعورَ الزوجين بالسعادة والرضا بعدَ إتمام العلاقة الحميمية يزيد من قدرةِ الجسم على إفراز هذا الهرمون، فيستجلبُ استرخاءً ينتاب العديدَ من الأزواج بعد انتهاء العلاقة.

6) الفيرمونات Pheromones:

هي موادُّ عضوية عديمةُ الرائحة تشبه الهرمونات، تفوحُ مع إفرازات الغدد الدُّهنية للأعضاء التناسلية، وبمناطق أخرى بالجسم، ولها قدرةٌ كبيرة على الانتشار في مساحاتٍ واسعة، وتساهم في تحفيز الميول ورفع مستوى الانجذاب بين النساء والرِّجال إلى مستويات عُليا، وتجعل كلَّ جنس يهتمُّ بالجنس الآخر، ويزيدُ من رغبته في مُمارسة الجنس معه، كما تجعل الطرفَ المفرز

للفيرمونات أقربَ ودًّا وأكثرَ جاذبية ومُفعمًا بالحيوية الجنسية بصورةٍ واضحة. ومما يجدر ذكرُه أنَّ هناك من العلماء مَن يدعي بأنَّ الشعور بهذه الفيرمونات عديمة الرائحة يتمُّ بواسطة جزءٍ صغير يقع داخلَ الأنف يُعرف بالعضو الدودي الأنفي Vomeronasal organ (VNO) الذي يرسل إشاراتٍ حالَ إحساسه بوجود الفيرمونات إلى جزءٍ من المخِّ مسئولٍ على الأحاسيس مثل الحُّب والكره والسرور والغضب والجنس. والحقيقة أنَّ العضو الدودي الأنفي لم يثبت وجودُه عند جميع الأشخاص، وأنه قد يمثل جزءًا أثريًّا ذا وظيفةٍ بدائية يظهر حتَّى مرحلة الطفولة المبكرة ثمَّ يختفي، ومازال الجدلُ العلمي حول وجود هذا "العضو" ووظيفته دائرًا.

تزيد نسبةُ إفراز الفيرمونات عندَ المرأة في فترة الإباضة، وتزيد – أيضًا – أثناءَ وبعدَ المداعبات والقبُلات وممارسة العلاقة الجنسية، كما يمكن زيادةُ إفرازها بتنشيط الدورة الدموية في الجسدِ عن طريق ممارسة الرياضة وتناول الأطعمة الخضراء والفواكه والمحافظة على نفسية هادئة بعيدة عن العصبية والقلق، والتمسُّك برسْم الابتسامة على الوجه واستجلاب السعادة.

7) الهرمونُ المُطلق لموجهة الغددِ التناسلية

Gonadotropin-Releasing Hormone (GnRH):

هو هرمونٌ يتمُّ تصنيعُه من قبَل عددٍ من الخلايا العصبية المتخصِّصة في منطقة تحت المِهاد (أو الوطاء) Hypothalamus بالمخ، ثمَّ ينقل بواسطة أوعيةٍ دموية دقيقة إلى الغدَّة النخامية Pituitary gland التي تقع في قاع نصف كرة المخ، فيعملُ على تنشيطها وتحفيزها لتبدأ في إنتاج وإفراز عددٍ من الهرمونات الأخرى منها: الهرمون المُلوتِن (LH Luteinizing Hormone) والهرمون المحفّز للجريبات (FSH Follicle-Stimulating Hormone).

8) الهرمونُ المُلوتِن أو الهرمون المحفز للجسم الأصفر

Luteinizing Hormone (LH):

يتـمُّ إنتـاجُ هـذا الهرمـون في الغـدة النخاميـة، وهـو يعمـل عـلى تنبيـهِ وتحفيـز عمليـة الإباضـة ونمـوِّ الجسـم الأصفـر في المَبايـض لـدى الأنثـى، كـما يحفـز إنتاجَ هرمـون التستوسـتيرون في الخصيْتـين عنـَد الذكـر. يختلـف مسـتوى هـذا الهرمون خـلالَ المراحـل المختلفـة من الـدورة الشـهرية.

يمكـن أن يسـبِّب ارتفـاعُ أو انخفـاض مسـتويات هرمـون LH العقـمَ في كلٍّ مـن النسـاء والرجـال، فارتفاعُـه يؤثـر بشـكل مبـاشر عـلى وظائـفِ الأجهـزة التناسـلية الذكريـة والأنثويـة، وقـد يسـبِّب متلازمـة تكيُّـس المَبايـض (Polycystic Ovaries Syndrome (PCOS (هـي مجموعـة مـن الأعـراض تشـمل مشـكلاتِ الحَمـل والعقم بسـبب مُشـكلات بالإباضـة، وعـدم انتظـام الحيـض أو نُدرتـه Oligomenorrhea أو انعدامـه، وفـرط نموِّ الشَّـعر في أنحاء الجسـد، وظهور حَبِّ الشـباب، والسِّـمنة، وآلام في منطقـة الحـوض، وقـد يصاحبها أمـراضٌ أخرى مثل داء السـكري من النـوع الثاني، أمـراض القلـب، اضطـراب المـزاج، سرطـان الرحـم.. وغيرها)، أمّـا انخفاضُـه فيحدُّ مـن إنتـاج الحيوانـات المنويـة عنـدَ الذكـور وعمليـة التبويض عنـد الإناث.

9) الهرمونُ المحفز للجريبات

Follicle-Stimulating Hormone (FSH):

يتـمُّ إفـرازُ الهرمـون المنبِّـه للجريـب عـن طريـق الغـدةِ النخاميـة، ووظيفتُـه الرئيسـة هـي تحفيـزُ إنتـاج الجريـب معَ اقـتراب وقـت الإباضة، يتغـيَّر إفـرازُ هـذا الهرمـون وفقًـا لمَراحـل الـدورة الشـهرية، حيـث يصـل الإفـرازُ إلى أوْجِـه بمُحـاذاة وقـتِ الإباضة بالأنثى، كما يسـاعد عـلى إنتاج الخلايـا المنويـة لـدى الرجل.

البلوغُ الجنسي:

فسيولوجيًّا، حينما يتكامل نضجُ منطقة تحتَ المِهاد (الوطاء) Hypothalamus بالمِّخ في الطفل والطفلة يتحرَّر الهرمون المُطلق لموجهةِ الغدد التناسلية Gonadotropin–Releasing Hormone (GnRH) على دفعات، فيقوم هذا الهرمون بتنبيه وتحفيز الغدةِ النخامية لإنتاج اثنيْن من الهرْمونات الجنسية ينشطان ويفعّلان الخصيتيْن في الطفل والمبيضين في الطفلة، وهما: الهرمون المُلوتِن (أو الهرمون المحفِّز للجسم الأصفر) Luteinizing Hormone (LH) والهرمون المحفِّز للجريبات Follicle–Stimulating Hormone (FSH).

(1) البلوغُ عند الذكر:

يقوم هرمونُ FSH بالتأثير على خلايا «سيرتولي» بالأنابيب المَنوية لتقوم بدورها الأساسي في نموِّ وتطوير وانقسام الخلايا المنويَّة الأوليَّة لتكوِّن الحيواناتِ المنوية. أما هرمونُ LH فيحفزُ خلايا "لايديج" لتفرز هرمونَ التستوستيرون.

تنشط الغددُ التناسلية الأخرى كالحويصلة المَنوية وغدة البروستاتا وغدَّة كوبر لتكون إفرازاتها التي تختلط مع الحيوانات المنوية فيتكوَّن السائلُ المنوي، الذي يستمرُّ في التكوُّن تباعًا منذ بدْء البلوغ حتى – في الغالب – نهاية العمر. ولأنَّ الإنتاج يتمُّ باستمرار دونَ توقف فلزمَ أن يتمَّ تصريفُ المخزون منه وتفريغه أوَّلًا بأوَّل لينفسَح المكان للإنتاج الجديد، يحدث هذا التفريغ في صورةِ قذفٍ خارج الجسم بطريقة طبيعية أثناءَ النوم بعملية تسمَّى بالاحتلام، الذي يمثل أولَ حدوثٍ له علامة البلوغ عند الصبي.

يسبق البلوغَ ويصاحبه علاماتٌ سيأتي ذكرُها لاحقًا (الفصل الثالث – تهيئة الأطفال للبلوغ).

(2) البلوغُ عند الأنثى:

حينما يحين وقتُ بلوغ الأنثى المقدَّر لها تنشط الهرموناتُ التي تفرزها الغدةُ النخامية (LH و FSH) المبْيضين، ومن ثَمَّ تنهض الدورةُ الشهرية Menstrual cycle بعملها الرائع في حياة الأنثى، بل وحياة البشرية جمعاء.

والدورةُ الشهرية هي تغيراتٌ فسيولوجية طبيعية دوريَّة تحدُث في الرحم والمبْيض بهدف إنتاج البويضات من المبيض وتجهيز الرَّحم لاستقبال الجنين واستمرار الحمل. وتَمتدُّ الدورةُ الشهرية في حياة الأنثى طوالَ فترة خصوبتها، التي تبدأ منذ أول حيضةٍ عند بلوغها، وتنتهي حين توقف الحيض وبلوغ سنِّ اليأس.

تحسُب طول الدورة الشهرية من أوَّل يوم لخروج دم الحيض وحتى قبلَ يوم من خروجه في الدورة التي تليها، ومتوسط طول الدورة الشهرية هو ثمانية وعشرون يومًا، ولكنه يختلف بينَ النساء بمدى يتفاوتُ بين إحدى وعشرين يومًا إلى خمسة وثلاثين يومًا، في بعض الأحيان قد يختلُف للمرأة الواحدة بين دورة وأخرى.

وتعتبر المرأةُ ذات دورةٍ منتظمة إذا كان الفرقُ بين طول أصغر وأطول دورة لها أقلّ من ثمانية أيام، وأما إذا كان الفرقُ يعادل ثمانية أيام أو أكثرَ فتعدُّ المرأة ذات دورة غيرِ منتظمة.

وإنَّه من الطبيعي أن تكون الدورةُ الشهرية غيرَ منتظمة عند بداية البلوغ، وقد تصل فترةُ عدم الانتظام في بعض الأحيان إلى قُرابة العامين، يحاول خلالَها جسم الفتاة التكيفَ مع التغيرات الهرمونية التي تموج به، وكذلك – أيضًا – قد لا تصير منتظمةً في مرحلة ما قبل سنِّ اليأس.

وبشكلٍ عام قد يحدث عدمُ انتظام الدورة الشهرية للمرأةِ للأسباب التالية: اضطراباتُ الأكل – مشكلات بالغدة الدرقية – تناول بعض الأدوية مثلَ أدوية علاج الصرع – وجود متلازمة تكيُّس المبايض – فشل المِبيض المبكر – التهاب الحوض – الضغوط النفسية – عدم انتظام سكّر الدم للمصابات بداء السكري – السمنة.

شرعْت بعضُ الدول – خاصَّة الآسيوية (اليابان، إندونيسيا، كوريا الجنوبية، تايوان، الفلبين) – منحَ إجازة خاصَّة مدفوعة أو غير مدْفوعة الأجر للمرأة العاملة في فترةِ حيضها خاصَّة إن كانت دورتُها الشهرية مجهدةً لها وقاسيةً عليها، ولكن هذه الإجازة اعتبَرَها البعضُ تمييزًا على أساس الجنس، وأنها تقللُ من كفاءة العمل.

كلَّ شهرٍ تقريبًا تنتج المرأةُ بويضة جديدة من أحدِ مبْيضيها، كما يتمُّ تكوينُ بِطانة رحم جديدة، وإذا تمَّ إخصابُ البويضة بالحيوان المَنوي تظلُّ البطانةُ في مكانها لتغذيةِ الجنين ويبدأ الحمل، وعندما لا يحدثُ الإخصاب تنهارُ البطانة ويبدأ الحيض.

يسبقُ البلوغ ويصاحبُه علامات سيأتي ذكرُها لاحقًا (بالفصل الثالث – تهيئة الأطفال للبلوغ).

تقوم الهرموناتُ بضبط بدايةِ الدورة الشهرية عندَ البلوغ، وانتظامها ومدَّتها خلالَ سنوات الإنجاب حتى نهايتها عندما يحين سنُّ اليأس، وفقَ التسلسل التالي:

ينشط هرمونَا الغدة النخامية LH و FSH المبيضان ويحفّزاهما على إنتاج الهرمونات الأنثوية الإستروجين والبروجستيرون.

تتأثر الدورةُ الشَّهرية للفتاة المراهقة بوظائف الغدةِ الدرقية، ففي حالة قصورِ نشاطها أو نقص هرموناتها قد يبدأ الحيض في عُمر مُبكرة (أقلّ من

ثمانيـة أعـوام عنـد الفتـاة)، ويصـير دمُ الحيض غزيـرًا، ويـزداد معـدلُ تكرار حـدوث الـدورة الشـهرية (كلّ واحدٍ وعشريـن يومًا بدلًا مـن ثمانيةٍ وعشرين يومًـا)، ويـزداد عددُ أيـام الحيض، وقـد يرافقه بعـضُ الألم. أمّـا في حالة فرط نشـاط الغـدَّة الدرقيـة أو ارتفـاع هرمونـات الغـدة الدرقيـة قـد يتأخـر سـنُّ البلـوغ وبـدْء الحيـض، ويكـون نـزولُ دم الحيـض خفيفًـا، وتعاني الفتـاة من عـدم انتظـام وتأخُّـر في الـدورة حيـث قـد تأتي شـهرًا وتنقطـع شـهرًا، كما قد ينقطـعُ الحيض.

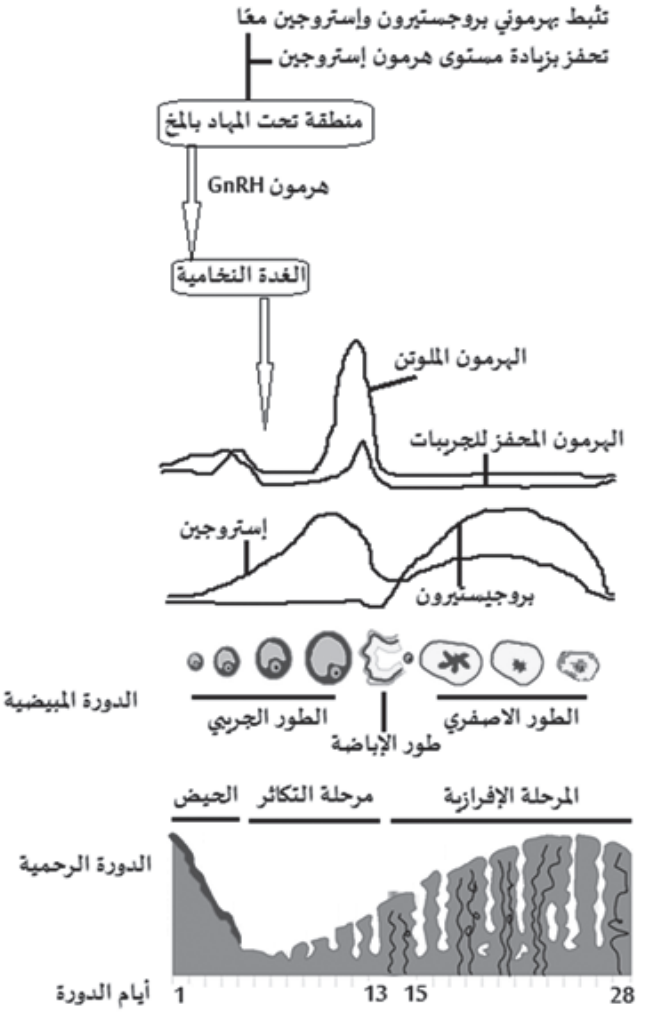
كـما تؤثر – أيضًـا – هرموناتُ الغـدد الكظرية على أداء المبْيضـين وعلى الدورة الشهرية.

يمكـن تقسـيمُ الـدورة الشـهرية إلى دورتـين مُتزامنتين متوازيتـيْن؛ الأولى للمبيـض (الـدورة المبيضيـة) وهدفُهـا إخـراجُ البويضـة الناضجة مـن المبيض والمحافظـة عليهـا ومنحهـا الفرصـة لتخصـب، وتقسـم إلى الأطـوارِ التاليـة: الطـور الجريبـي وطـور الإباضـة وطـور الجسـم الأصفـر. والـدورة الثانيـة للرحـم (الـدورة الرحميـة) وهدفُهـا تجهيـزُ الرحـم لاسـتقبال الجنـين، أو للتخلـص مـن البويضـة التالفـة أو الجنـين الميـت ذي البضـع خلايا مـعَ بطانة الرَّحـم الميتـة المنسـلخة، وتنقسـم إلى المراحـل التالية: مرحلة الحيـض ومرحلة التكاثـر والمرحلـة الإفرازيـة.

ولأنَّ دورتي المبيـض والرحـم متداخلتَـا الأطـوار والمراحـل كان للـدورةِ الشـهرية ككلّ أربعـة أطـوار (شـكل: 20)، وهـي كالتـالي:

1) الطورُ الجريبي Follicular Phase:

يبـدأ الطورُ الجريبـي (بالدورة المبيضيـة) متزامنًا ومتوازيًا مـع أولِ أيام الحيض (بالـدورة الرحميـة)، ويسـتمرُّ لفـترة حوالي ثلاثـة عشَر يومًـا أو أربعة عـشَر يومًا في المتوسـط، وينتهـي هذا الطور حـين بدْء مرحلـة الإباضة.



شكل (٢٠): الدورتين المبيضية والرحمية بالمرأة.

في بـدءِ الطـور الجريبـي، تندفع الغـدةُ النخامية إلى إفـراز الهرمـون المحفِّز للجريب FSH بتحريـضٍ مـن المسـتويات المنخفضة لهرمـوني الإستروجين والبروجسـتيرون من أثـر الدورةِ الشـهرية السـابقة. يقوم هرمـون FSH بتحفيز تكوين مـن عشرة إلى عشرين جريبًـا ثانويًّـا بالمبْيضـين Ovarian follicles، يحتـوي كلُّ جريـب (كيـس أو تجويـف أو حويصلـة) عـلى بويضةٍ غير ناضجـة، تحتلُّ الجريبـاتُ الثانوية المنطقـةَ الخارجية القشرية

للمبيض (شكل: 21). وفي وقتٍ لاحق بالطور الجريبي يتطوَّر جريب واحد فقط بشكلٍ أسرعَ من الجريبات الثانوية الأخرى، ويسمَّى هذا الجريب بالجريب المسيْطر، بينما تتلاشَى بقيةُ الجريبات فيما بعد، ويُعاد امتصاصها بواسطة الجسم.

يفرز الجريب المسيطر كمياتٍ كبيرةً من هرمون الإستروجين، الذي يثبطُ فَعالية الغدة النخامية في إنتاج المزيدِ من هرمون FSH فيمنعُ الجريبات الثانوية من مواصلة التطور.

في وقت متأخرٍ من الطور الجريبي، سيزدادُ إفرازُ الإستروجين من الجريب المُسيطر (شكل: 20)، مما يحفزُ الغدةَ النخامية لإفرازِ هرمون LH بشكلٍ بطيء، وبعدَها يبدأ الإفرازُ السريع لهذا الهرمون الذي سيحرض خلايا الجريب المسيطر على إفرازِ هرمون البروجستيرون، حيث يقوم هذا الأخيرُ بزيادة فعالية هرمون الإستروجين مما يحثُّ الغدةَ النخامية على إفرازِ المزيد من هرمون LH. إنَّ الزيادةَ في تركيز هرمون LH بشكلٍ عالٍ ستكون على هيئة دفقات، الأمرُ الذي يعتبر هامًّا جدًّا كي تتتابع عملية الإباضة.

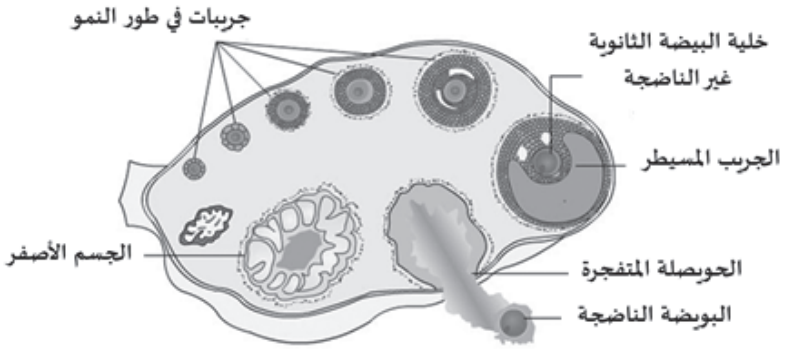
وعلى صعيد الرَّحم (الدورة الرحمية) ينهض هرمونُ الإستروجين بزيادة سُمك بطانة الرحم وزيادة أوعيته الدموية وخلاياه الإفرازية أملًا في استقبال الجنين ذي البضع خلايا، كما يعملُ على توسيع عُنق الرحم استعدادًا لاستقبال السائل المنوي. إنَّها المرحلة التكاثرية بالدورة الرَّحمية التي تبدأ بعدَ التخلص من مخلَّفات الدورة السابقة، وهي المرحلةُ التي تستمر – في الغالب – من ستَّة إلى أربعةَ عشَر يومًا من بدء الحيض.

2) مرحلةُ الإباضة (التبويض) Ovulation:

الإباضة هي انطلاقُ بويضة ناضجةٍ من جريب المبيض الثانوي Ovarian follicle بالمبيض وتوجُّهها صوبَ قناة فالوب لتصلَ بعد ذلك إلى الرحم. تبدأ الإباضةُ في حياة الأنثى منذ حيْضها الأوَّل حين بلوغها وحتى انقطاع الحيض بالوصول إلى سنِّ اليأس. يتزامن حدوثُ مرحلة الإباضة

مـعَ نهايـة المرحلـة التكاثريـة وبدايـة المرحلـة الإفرازيـة في الـدورة الرحميـة الشـهرية (شـكل: 20).

تبـدأ مرحلـةُ الإباضـة قبـلَ اثنـي عـَشر يومًـا إلى سـتة عـشّر يومًـا مـن بـدْء الـدورة اللاحقـة. فعندمـا تشـارف البويضةُ عـلى النضـوج يرتفع مسـتوى هرمون الإسـتروجين حتـى يصـَل إلى أعـلى مسـتوى لـه خـلال الثـماني عـْشرة سـاعة قبـلَ لحظـة الإباضـة تقريبًـا. يـؤدي هـذا الارتفـاعُ إلى تحفيـز إفـراز الغـدَّة النخاميـة للهرمـون المنشِّـط للجسـم الأصفـر LH الذي يلعـب دوريْـن متوازيـْن: الأوَّل في المبِيـض، بإضعـاف جـدار الجريـب المسـيطر فينشـقُّ وتحـرّر البويضـة الناضجة منه وتنطلـق مـن المبِيـض (شـكل: 21) فتتلقفُهـا أهـدابُ قمـع قنـاة فالـوب لتدفعَهـا داخـل القنـاة، وممّـا قـد يسـاعد عـلى انجـذاب البويضـة نحـوَ القمـع التفـاوت في الضغـط مـا بين التجويـف البطنـى والقمع، ثـمَّ تواصل الأهـدابُ التي تبطِّـن قناةَ فالـوب دفعَهـا لتوجِّههـا نحـو الرحـم، والثـاني في الرَّحـم، فيزيد من سـيولة مخاطِ عُنـق الرحـم ليسـمحَ بمـرور الحيوانـات المنوية.



شكل (٢١): قطاع في المبيض.

تدخـل البويضـة قناةَ فالوب عسـى أن يكتبَ لها الالتقاء بالحيـوان المنوي المحظوظ، فينالهـا مخترقًـا جدارَهـا بلهفـةٍ بعـد خوضـه سـباقًا محمومًـا مـع الملايـين مـن أقرانـه، ثمَّ تندمـج نـواةُ الحيـوان المنـوي مع نَظيرتهـا بالبويضـة ليتـمَّ الإخصاب بقنـاة فالوب.

تجدر هنا الإشارةُ إلى أنَّ الإباضة لا تتناوب بالضرورة بين المبْيضين، وأنه لا يوجَد تنسيقٌ بين المبيضين في ذلك، ولهذا يحدث أحيانًا أن تنطلقَ بويضتان في دورةٍ واحدة فينتجَا – إذا ما تمَّ تخصيبُهما – توأمًا غيرَ متماثل، كما أنه إذا أجريتْ عملية جراحية استؤصلَ خلالها مبيضٌ منهما فسيعملُ المبيض المتبقّي على إطلاق بويضة كلَّ شهر.

3) الطورُ الأصفري Luteal Phase:

بعدَ تمزُّق الجريب المسيطر وتحرر البويضة منه، تقوم بقايا هذا الجريب المتمزِّق بتشكيل ما يسمَّى بالجسم الأصفر (شكل: 21) تحت تأثير الإفراز المُستمر لهرمون LH. يقوم الجسُم الأصفر بإفراز هرمون البروجيستيرون الذي يعمل جنبًا إلى جنب مع هرمون الإستروجين على إنجاز أداءِ المرحلة الإفرازية بالدورة الرحمية التي تتمُّ بها تهيئةُ بطانة الرحم لعملية انغراس الجنين فيها عنْ طريق إنمائها وإزادة سُمكها وإظهار الالتواءات والتَّعريجات الإسفنجية بها والإكثار من أوعيتها الدموية لأقصى درجة وإفراز الموادّ المخاطية الغنيَّة بالجليكوجين، كما يؤدّي إلى جعل مخاطِ عنق الرحم أكثرَ لزوجةً بحيث يصعب على الحيوانات المنوية – وكذا البكتيريا – دخولُ الرحم، فقد مضى وقتُ التخصيب وآنَ الوقتُ لحماية الجنين – حال وجوده – من غزو البكتيريا والفطريات. في هذا الطور – الذي تقدَّر مدتُه بأربعة عشَر يومًا – إما أن يتمَّ الإخصابُ والحمل أو أن ينتهي ببداية دورةٍ شهرية جديدة.

تتمكَّن البويضة من الالتقاء بعريسِها المحظوظ إمّا في يوم الإباضة أو اليوم الذي يليه على الأكثر، فعمرُ البويضة قصير، فهي تظلُّ صالحةً للإخصاب لمدَّة من 12 إلى 24 ساعة من لحظةِ خروجها من مَكمنها بالجريب. تحدث معظمُ حالات الحمل عندما يتمُّ الجماعُ خلال الثلاثة أيام قبلَ الإباضة، حيث إنَّ الحيوانات المنوية التي تخرج من الرجل في الجماع تظلُّ حية – في العادة – لمدَّة ثلاثة أيام، وأحيانًا قليلة قد تطول إلى خمسة أيام، مما يزيد من فرص الإخصاب.

رحلةُ البويضة من المرحلة الجنينية حتى الإباضة:

تتكوَّن البويضاتُ بالمبيض والأنثى مازالت جنينًا في رحِم أمها، وعندَ البلوغ تنطلق البويضاتُ الناضجة تباعًا من المبيض بواقع بويضة كلَّ شهر تقريبًا، لتتلقَّفها أهدابُ قمع قناة فالوب وتدفعَها داخلَ القناة لتلتقي بالحيوان المنوي ويتمُّ الإخصاب.

تدفع أهدابُ قناة فالوب اللاقحة صوبَ الرحم وأثناءَ تحركها تشرعُ في الانقسام الخلوي وفَق متوالية هندسية متسارعة، فالخليةُ تصبح خليتين، والخليتان يَصيران أربعة، والأربعة يصبحون ثمانية... وهكذا دون توقفٍ حتى تتخذ كتلة الخلايا المُنقسمة شكلَ ثمرة التوت، ولكن لا تؤدّي تلك الانقسامات الخلوية إلى ازديادِ الحجم الإجمالي لهذه الكتلة رغمَ ازدياد عدد خلاياها، وهذا الأمرُ في غاية الأهمية، إذ إنَّ ازديادَ حجم هذه الكتلة التوتية من شأنه إعاقةُ تقدمها داخل قناة فالوب، ويحول دون وصولِها إلى الرحم، ثمَّ.. ينتهي المطافُ بها إلى حيث الرحم، وتستقرُّ فيه حينما تنغرسُ في بطانته التي أعدَّت لها بتقدير العزيز العليم، فتصير جنينًا يتخذ من الرحم قرارًا مَكينًا.. إلى حين.

تقدَّر الفترة من إخصاب البويضة وهي في قناةِ فالوب وحتى انغراس الجنين في بطانة الرحم من سبعة أيام إلى عشرة أيام، يستغرق الجنينُ ذو بضع الخلايا أولَ ثلاثة أيام في عبور قناة فالوب، وباقي الأيام في التَّعشيش والانغراس في بطانة جدار الرحم.

وبعدَ التعشيش وانغراس الجنين تتكوَّن المشيمة التي سرعانَ ما تفرز هرمونًا يسمَّى بموجِّه الغدد التناسلية المشيمائية البشرية أو هرمون الحَمْل Human Chorionic Gonadotropin (HCG) الذي يتشابه مع الهرمون المنشط للجسم الأصفر، فيحفظ للجسم الأصفر بقاءه ويمنعُه من الضمور، فيستمرُّ هذا الجسم الأصفر في إفراز هرمون البروجيستيرون الذي يعمل على هدوءِ الرحم واستقراره، مانعًا حدوثَ التقلصات المبكرة به حفاظًا على الحمل، إلى أنْ يستطيع الجنينُ المتكون من إنتاج هرموناته الخاصَّة بنفسه.

يعتبر إفرازُ المشيمة لهرمون الحمل هو أولى علاماتِ الحمل والتي يمكن كشفُها بإجراء اختبارِ الحمل، إمّا عن طريق إختبار الدم أو البول بعدَ مُضي سبعة إلى عَشرة أيام من إخصاب البويضة.

4) مرحلةُ الحيض Menstruation Phase:

تبدأ مرحلةُ الحيض (بالدورة الرحمية) منذُ أوَّل يوم في الدورة الشهرية للمرأة متزامنًا مع أول أيامِ الطور الجريبي (بالدورة المبيضية).

إذا لم يتّم إخصابُ البويضة، أو إذا لم ينغرسِ الجنينُ ذو البضع خلايا في بطانة الرحم؛ فسيتحلَّل بالرحم خلال ستِّ ساعاتٍ إلى أربع وعشرين ساعة، وسيتلفُ الجسم الأصفر ليحلَّ مكانه جسمٌ آخر غنيٌّ بالشحوم، وبعدها سيختفي تاركًا مكانه ندبةً على السطح الخارجي للمبيض.

وعلى أثر تلفِ الجسم الأصفر سينخفض ما يفرزُه من هرموني البروجستيرون والإستروجين، فيؤدّي انخفاضُهما إلى أمريْن متوازيين؛ أولاهما تقلصُ الأوعية الدموية المغذية لبطانة الرحم التي أعدَّت لاستقبال الجنين خلال الدورة السابقة، فتنقص كميةُ الدم المُغذية للبطانة مما يؤدّي إلى موتها وتفكُّكها وانسلاخها ومعها دماؤها ومخاطُها خارجة من فتحة المهبل مسببة نزولَ دم الحيض معلنًا نهايةَ دورة شهرية سابقة وبداية أخرى وافدة، وثانيهما عودةُ نشاط الغدة النخامية مجددًا، فتقوم بزيادةِ إفراز هرمون FSH والتقليل من إفراز هرمون LH كي تبدأ دورة شهرية جديدة.

عادةً ما يستمرُّ نزولُ دم الحيض لمدَّة من ثلاثة إلى خمسة أيام، وقد تزيد المدةُ عن ذلك أو تنقص من امرأةٍ لأخرى (يومين إلى سبعة أيام)، وربما – في بعض الأحيان – من شهرٍ لآخر بالنسبة للمرأة الواحدة.

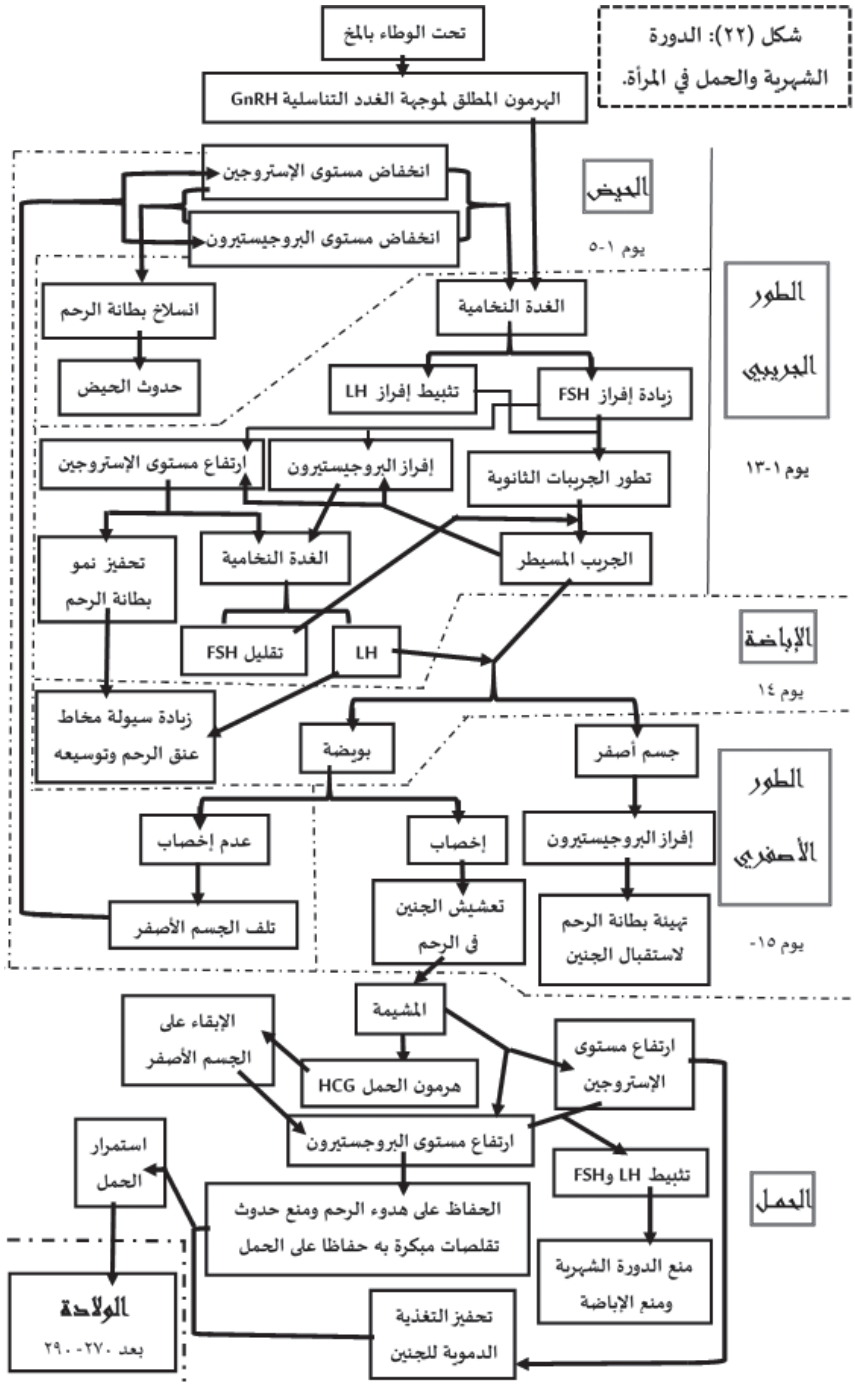
يتراوح معدلُ كمية الدم المفقود أثناءَ الحيض في الدورة الشهرية الطبيعية ما بين عشرين مللي إلى ثمانين مللي، بمتوسط قدرُه خمْس وثلاثون مللي، وتعتبر كميةُ الدم المفقود غزيرةً إذا فاقت ثمانين مللي. وعادةً ما

تكـون كميـة الدم أغـزرَ نسـبيًّا في أول يوميْن للدورة الشـهرية ثمَّ تقـلُّ تِباعًا. يختلـف دمُ الـدورة الشـهرية عـنِ الدم العـادي في عـدم قابليته للتخثُّـر ولونه القاتـم ورائحتـه الخاصة.

ينتهـي الحيـضُ بتخلص الرَّحـم من كلِّ مـا أنتجته الدورة السـابقة الذي صـارَ مـن المخلفـات الواجـب طرحُهـا خـارجَ الجسـم. إن تـركَ البويضـة غـير المخصبـة أو اللاقحـة فاقـدة القـدرة عـلى الانقسـام أو الجنـين العاجـز عـنِ النمـو ذي البضـع خلايـا داخـل رحـم الأنثـى يجعـل الرحـمَ عرضـةً للإصابـة بالعـدوى. كـما يتمُّ طـوالَ الوقت إرسـالُ إشـارات هرمونية تضلل فسـيولوجيةَ الأنثـى وتمنـع مـن حـدوث حمـل جديـد؛ ولـذا كان الحيض هو الوسـيلةَ التـي يزيل بها جسـمُ المـرأة المخاطرَ المحتملـة من بقـاء البويضة غير المخصَّبـة أو اللاقحـة التـي لا تنقسـم؛ أو الجنينَ فاقـدَ النمـو ذا البضع خلايا داخـل الرحـم، فـلا بدَّ مـن الإخلاء قبـل أن يتمَّ الإحـلال، إخـلاء من ميت فائـت لإمكانيـة إحـلال حـي قادم.

الرسـمُ التَّوضيحـي التـالي (شـكل: 22) يبـين قـدرَ التعقيـد الـذي يصاحـب الـدورةَ الشـهرية والهرمونـات المتحكِّمـة بسـيْرها.

شكل (٢٢): الدورة الشهرية والحمل في المرأة.



أعراضُ ما قبل الحيض:

تصابُ أغلبُ النساء بأعراض ما قبلَ الدورة الشهرية بسبب الهبوط المفاجئ في مستوياتِ هرموني البروجستيرون والإستروجين، وهي أعراضٌ عضوية ونفسية، ولكنها تختفي خلالَ يوم أو أكثر بعدَ نزول دم الحيض وعودة الهرمونات إلى الارتفاع مجددًا.

من الأعراض العضوية للحيض ما يلي:

– خلال فترة الدورةِ الشهرية يميل الجسمُ الى حبس الماء، فيسبب ذلك تورمَ القدمين والثديْن والبطن، كما قد يسبِّب الضغطَ على أعصاب المخ.

– تسبِّب التشنجات والتقلصاتُ والانقباضات الشديدة بعضلات الرحم لإخراج الدم وسوائل الحيض؛ آلامًا كالمَغص أسفلَ منطقة السَّرة وأخرى أسفلَ الظهر والفخذين.

– يزيد ارتفاعُ الإستروجين من إفراز الأنسولين في الجسم، مما يؤدّي إلى انخفاض نسبة السكر في الدم، لذلك تشعرُ المرأة أثناءَ الدورة الشهرية بأنها بحاجةٍ إلى تناول الحلويات والسكريات لتعويض هبوطِ مستوى السكر في الدم.

– تغيراتٌ عضوية أخرى: إسهال أو إمساك – انتفاخات وغازات واضطرابات في الهضم – صداع – إعياء ودوار – إرهاق – عدم القدرة على تحمل الإزعاج والأصوات العالية والإضاءة المُبهرة.

ومِن التغيرات النفسية المواكبة للحيض ما يلي:

– يقوم الجسم بإفراز كمياتٍ كبيرة من هرمون البرولاكتين أو هرمون الحليب الذي يفرزه الجسمُ في حالات الضغط النفسي أثناءَ الحيض أو قبله، فيؤدّي ارتفاعُه في الجسم إلى الميلِ الى العزلة والعصبية والتوتر وتقلب المزاج، والرغبة في البكاء دون أي سبب، والميل إلى الاكتئاب.

– تغيراتٌ نفسية أخرى: الاضطراب أو السلوك العدواني – اضطرابات النوم سواء كثرته أو قلّته – تغير الشهية – صعوبة التركيز والتذكر – القلق والتوتر – ضعف الرغبة الجنسية.

المخ والأعصابُ واللذةُ الجنسية:

يتضافرُ في أداء النشاط الجنسي عددٌ من أجهزة الجسم – بخلاف الجهاز التناسلي – كالجهاز الدوْري والجهاز الحركي، تحت هيْمنة وسيطرة الجهاز العصبي. تؤدّي الاستثارةُ الجنسية إلى تنبُّه أعصاب الأوعية الدموية الخاصَّة بالأعضاء التناسلية فيتدفَّق الدمُ إليها فيتنصبُ القضيب ويترطَّب المهبل.

تحتوي الأعضاءُ التناسلية الذكريَّة والأنثوية على عدد كبير جدًّا من النهايات العصبية، بالضبط كأعصاب الإحساس بالتذوُّق التي توجَد باللسان، فالبَظر به نهايات عصبية تعادل ضعفَ تلك الموجودة بالقضيب على صغر حجمه بالنسبة للقضيب، وأيضًا تعادلُ بالتقريب ضعفَ تلك الموجودة بالمهبل، فهو يحتوي على أكثر من ثمانية آلاف نهاية عصبية بينما بالقضيب حوالي أربعة آلاف نهاية عصبية. وهناك اختلافٌ في الإحساس الجنسي بناءً على المكان الذي يتمُّ مداعبتُه وطريقة التعامل معه، فعلى سبيل المثال يختلف الإحساسُ بالنشوة الجنسية الناتجة عن تنْبيه البَظر عن تلك الناتجة عن تنبيه المهبل بسبب اختلاف الأعصاب المعنيَّة بكلِّ عضو. تنقل هذه النهايات العصبية الإشاراتِ عبرَ ثلاثة أعصاب تعبر الجسَم وصولًا إلى النخاع الشوكي ومن ثمَّ إلى المخ، وتختصُّ المرأة دونَ الرجل بعصب رابع لا يمرُّ بالنخاع الشوكي وله دورٌ في نقل الإشارات إلى المخ، وهذه الأعصاب هي كالتالي:

1 – العصبُ الختلي (الانقباضي) Systolic nerve الذي ينقل الإشاراتِ من الرحم وعنقِ الرحم عند المرأة، ومن غدَّة البروستاتا عند الرجل.

2 – العصبُ الحوضي Pelvic nerve الذي ينقل الإشاراتِ من المهبل وعنق الرحم عندَ المرأة، ومِن المستقيم عند كلا الجنسين.

3 – العصبُ الفرجي Pudendal nerve الذي ينقل الإشاراتِ من البَظر عند المرأة ومِن القضيب والصِّفن عند الرجل.

4 – العصبُ الحائر (أو العصب المبْهم) Vagus nerve وهو العصبُ الذي له دورٌ بالغ الأهمية في الإحساس الجنسي استأثرت به المرأةُ من دون الرجل، وهو يمد كلًّا من الرحم وجدار المِهبل بالأعصاب، ولذا فهو ينقل الإشاراتِ الحسية من الرحم وعنق الرَّحم والمهبل. ولأنَّ العصب الحائر لا يمرُّ عبرَ النخاع الشوكي في طريقه إلى المخ، كانتِ النساء المصابات بمشكلةٍ في النخاع الشوكي يستطعنَ الحصولَ على ذروة لذَّة الجماع المهبلية عن طريقه.

يؤدي تحفيزُ العصب الحائر إلى تنشيط إفراز كلٍّ من هرمونات الأوكسيتوسين والنورأدرينالين والسيروتونين الذين لهم دورٌ كبير في استجابة عنقِ الرَّحم المهبلي للتحفيز الجنسي، بما يؤدّي إلى زيادة الشعور بالنَّشوة الجنسية عند المرأة. كما أن للعصب الحائر دورًا في زيادةِ هرمون بروﻻكتين بعد حدوث ذروة اللذة الجنسية.

دائرةُ المتعة بالمخ:

تصلُ الإشارات الحسيةُ عن طريق هذه الأعصاب إلى دائرةِ المتعة بالمخ المعروفة أيضًا باسْم دائرة المكافآت، التي تتضمَّن جميعَ أصناف المتعة، ابتداء من الضَّحك إلى الجنس، وصولًا إلى بعض الأنماط من تناول المخدرات.

مناطقُ المخ التي ترتبط بإحساس المتعة هم اللوزة Amygdala التي تنظِّم المشاعر، والنواة المتكئةNucleus accumbens والباحة السقيفية البطنية Ventral Tegmental Area (VTA) اللتان تتحكَّمان في تحرير هرمون الدوبامين، والمُخيخ الذي يتحكم بوظائفِ العضلات، والغدة النخامية التي تحرِّر الأندروفينات التي تخففُ الإحساس بالألم وتطلق هرموني الإكسيتوسين الذي يعزِّز الشعور بالثقة والفاسبروسين الذي يعزز العلاقة الزوجية.

أثناءَ الممارسة الجنسية يتماثل أداءُ المخ بالرجل والمرأة في بعض مناطقه، ويختلف في مناطق أخرى. يتماثل مخَّا الرجل والمرأة في تثبيط المنطقة الدماغية

الواقعة خلف العين اليسرى التي تدْعى القشرة الجبهية الوحشية Lateral Orbitofrontal Cortex التي لها دورٌ في السيطرة والتحكم، ممّا يعني أنه أثناءَ الممارسة الجنسية يتمُّ إلى حدٍّ كبير فقدانُ السيطرة. ومما يختلف فيه المخّان هو نشاطُ بعض مناطق بمخِّ المرأة لا ينشط شبيهُها عند الرجل أثناءَ ممارسة الجنس، ومن هذه المناطق التالي:

– تنشط بالمرأة منطقة المادة الرمادية المحيطة بالمسال Periaqueductal Gray بجذع المخ، التي تسيطر على استجابة المواجهه أو الهروب، كما أظهر مخُّ المرأه تناقضًا في فاعلية كلٍّ من اللوزة والحصين Hippocampus (مناطق بالمِّخ تتوافق مع مشاعر الخوف والقلق). إنَّ وجود هذين الاختلافين ربما يأتي من حاجة المرأة إلى الشعور بالأمان والراحة لكي تتمكن من الاستمتاع بالممارسة الجنسية.

– أظهرتْ منطقة القشرة المسئولة عن الشعور بالألم نشاطًا عندَ المرأة أثناء المعاشرة الجنسية، مما قد يعني أن هناك صلة وثيقة بين المتعة والألم عند المرأة.

النشوة الجنسية غير المرتبطة بالأعضاء التناسلية:

يمكن لقلَّة من النساء بلوغُ نشوتهنَّ الجنسية عن طريق ملامسة أو مداعبة مواضع أخرى بأجسادهنَّ غير الأعضاء التناسلية، ومن أكثر هذه المواضع شيوعًا هما حلمتَا الثديين، ويعتقد أنَّ الإشارات الحسية تنتقل من الحلمتين إلى مناطق المِّخ ذاتها التي تستقبل المعلوماتِ من الأعضاء التناسليه مما يسبب حدوثَ هذه النشوة.

مراحلُ الاستجابة الجنسية:

يحصل الرجلُ والمرأة على اللذة الجنسية من خلال أربع مراحل، تحدثُ عندَ الجماع (أو ممارسة العادة السرية)، يمرُّ كلا الجنسين بهذه المَراحل على الرغم من أنَّ توقيتاتها عند كلٍّ منهما تختلف عن الآخر، ويرجع إلى هذا الاختلاف قلَّة احتمالية وصول الزوجين إلى ذروة اللذة الجنسية في نفس الوقت، بالإضافة

إلى ذلك فإن حدَّة الاستجابة وقدرَ الوقت الذي تستغرقه كلُّ مرحلة يختلف من شخص إلى آخر. إنَّ فهمَ هذه الاختلافات يمكن أن يساعدَ الزوجين على تحسين الأداء الجنسي وتطوير الخبرة الجنسية. هذه المراحل هي كالتالي:

1 – مرحلةُ الإثارة الجنسية Sexual arousal:

إنها مرحلةُ الهمس واللمْس والاحتضان والتدليل والتدليك والتقبيل والمَص، وأحيانًا العضّ الخفيف والضرب اللطيف. إنها مرحلة تتمُّ بها إثارة مراكز الحواس بالمخِّ وهي مراكزُ السمع والبصر والشم واللمس والتذوق، بالإضافة إلى مركز التخيل، وبذلك تتهيّأ النفسُ والأعضاء التناسلية وسائرُ أعضاء الجسم الأخرى للمعاشرة الجنسية الكاملة الأركان، مرحلةٌ عميقةُ الأثر لكلا الزوجين – خاصة الزوجة – على قصَر مدَّتها عند الرجل، وطولُ أمدِها عند المرأة، مرحلة يتَّضح فيها فارقُ السرعة بين استجابة الرجل للاستثارة الجنسية ومثيلتها عند المرأة.

يُستثار الرجلُ جنسيًّا بطريقة أسرع كثيرًا من المرأة – كما سبق الذكر – فيستجيب بمجرَّد نظرة أو همسة أو لمسة، على العكس من ذلك كانتِ المرأة التي لا تبدأ أحيانًا بالاستجابة إلى ممارسة الجنس إلا بعدَ سلسلة من الاستثارات الجنسية لاستدعاء رغبتها الجنسية.

الرجلُ أسرع من المرأة في الاستثارة الجنسية.

في الغالب تكون عينُ الرجل وأنفُه هي المفاتيحَ الرئيسية لاستثارة رغبته الجنسية، فهو يرسل بصرَه ليرى أو يتحسَّس بأنفه ليشم، بينما أذنُ المرأة وجلدُها هما الحاستان المُلهبتان لاستثارة رغبتها الجنسية، فهي تستقبل بأذنها لتسمعَ وبجسدها لتلمس، وبناءً على ذلك يجب أن تهتمَّ الزوجة بما تقع عليه عينا زوجها من مناظرَ مثيرة وبما يلتقطه أنفُه من روائح أخّاذة، وبنفس القدر ينبغي

على الزَّوج أن يتفنَّن في تخيرُّ الكلمات الساحرة التي تدغدغ مشاعرَ زوجته، وانتقاء اللمسات المثيرة لأجزاء جسدها المختلفة التي تستجلب رغبتها، وهذا لا ينفي بالقطع أثرَ باقي الحواس على كلٍّ منهما.

في الغالب، إنه يُستثار جنسيًّا بالنظرات والروائح..
وإنها تُستثار عاطفيًّا وجنسيًّا بالكلمات واللمسات.

يبدو أنَّ المرأة في شأن الإثارة الجنسية تميُل إلى التركيز على جسدها أكثرَ من التركيز على جسد زوجها، ولذا تفضِّل الكثيرات منهنَّ الجماع في الظلام أو الضوء شديد الخفوت.

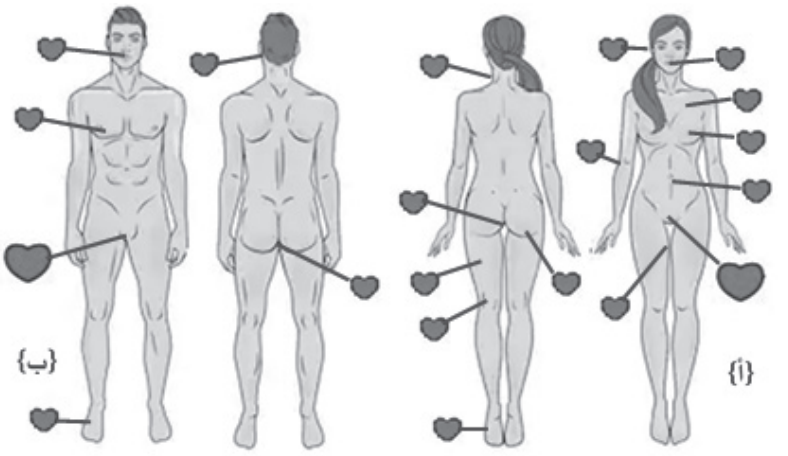
أما الرجلُ فيميل إلى التركيز على زوجته، فيلزمُه رؤية جسدها ومفاتنِها، ولذلك يعمَد إلى ترك شيء من الضوء يساعده في النظر إلى ما يريده منها.

عندَ الاستثارة الجنسية..
هو يركزُ عليها.. وهي تركز على نفسها.

مناطقُ جسم الإنسان الحسّاسة جنسيا (شكل: 23):

أولًا: في الرجل:

تكاد تقتصر حساسيةُ الرجل الجنسية الفائقة على قمَّة القضيب وجزئه السفلي خلف القمة، وهناك مناطقُ أخرى عند الرجل أقلُّ حساسية كفتحةِ الشرج وما حولها والمنطقة التي بينها وبين كيس الصِّفن وحلمات الثدي والفم وظاهر القدمين. لذلك كانت مداعبةُ المرأة لقضيب زوجها هي الأرْبى عنده في استثارته الجنسية.



شكل (٢٣): مناطق الاستثارة الجنسية في الإنسان.. {أ} المرأة.. {ب} الرجل.

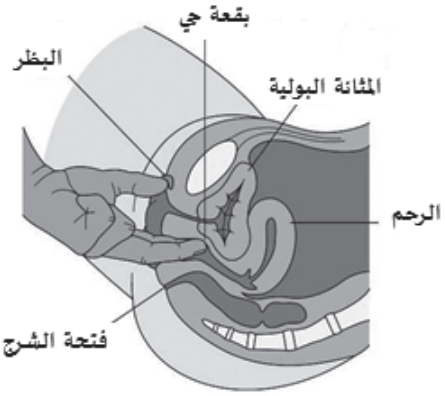
ثانيًا: في المرأة:

مناطقُ الاستثارة الجنسية لدى المرأة كثيرة، وبأماكن متعدِّدة من جسدها، وهي تختلف في قوة الإحساس بها من مكان لآخر ومن امرأة لأخرى. وتقف المنطقةُ التناسلية – خاصة البظر – على رأس المناطق الأكثر حساسية تجاهَ اللمس والدلك والحكّ والضَّغط والمَص واللَّحس، يليها في الحساسية حلمتا الثديين وما حولهما، وإنَّه من الأوفق أن تبدأ الاستثارة الجنسية بمداعبة المناطق الأقلّ حساسية ثمَّ الأكثر فالأكثر، فلا يجب الابتداءُ بما ينبغي أن يكون هو الانتهاء.

ومِن هذه المناطق الحساسة بجسم الأنثى من أعلى إلى أسفل ما يلي: فروة الرأس – الفم – خلف الأذنين – الأذنان – الرقبة – الكتفان – عظمتَا الترقوة وما حولهما – الثديان – حلمتا الثديين وما حولهما – السرَّة – البطن – الأرادف – فتحة الشرج والمنطقة التي من حولها – الأعضاء التناسلية الخارجية (البظر – الشفران الصغيران – دهليز الفرج – فتحة المهبل) – الأعضاء التناسلية الداخلية (الجزء الأمامي من جدار المِهبل بالقرب من فتحته – بقعة «جي» – فوَّهة عنق الرحم)ـ الفخذان (من الأمام والخلف، ومن الجانبين خاصَّة الداخليين منهما)ـ خلف الركبتين – أصابع القدمين – باطن القدمين.

يجُب على الرجل أن يستكشف خريطةَ جسد زوجته والأماكنَ الحسّاسة للمس والتدليك والضغط حتى يساعدها على الاستثارة المناسبة، وهي أيضًا ينبغي عليها مساعدتُه في هذا الاستكشاف، وتدلُّه على ما يسعدها ويبهجها دونَ خجل، فهذا ليس موطن خجل ولا وقته.

وممّا يساعد على ازدياد الاستثارة الجنسية للعديد من النساء هو إدخالُ الزوج أصبعيه السبابة والوسطى – أو الوسطى فقط – برفقٍ عبرَ فتحة المهبل بحيث يكون باطنُ كفِّ يد الزوج لأعلى، وإحداث ضغط خفيف إلى متوسط القوة نوعًا ما على «بقعة جي»، وتحريك طرف الأصبعين – أو الأصبع – من أعلى إلى أسفل، ومن أسفل إلى أعلى، مع الحرص على عدم توقف الحركة والضغط على هذه البقعة أو الزحزحة عن موضعها لأنَّ هذا يقطع تيار الإثارة لدى المرأة (شكل: 24).



شكل (٢٤): بقعة جي وطريقة استثارتها مع البظر بأصابع الزوج.

حينما تكون المرأةُ في حالة استثارة جنسية تنتفخُ بقعة "جي" قليلًا، فيبدو حينئذٍ ملمسها المميّز بتجاعيده التي تشبه تجاعيدَ السقف العلوي للفم، وتغدو أوضحَ عما حولها من سطح جدار المهبل الداخلي الأمامي الأملس، فيساعد الاحتكاك والضغط على هذه البقعة الحساسة ليس فقط في الإسراع من تصاعد تيار الاستثارة الجارف؛ ولكن أيضًا في وصول العديد من النساء إلى ذروة لذَّة الارتواء.

وإذا كان هـذا الاحتـكاكُ والضغـط عـلى "بقعـة جـي" متزامنًـا مـع مُداعبـة البَظـر بأصبـع الإبهام (شـكل: 24) فستتسـارع وتـيرةُ الاسـتثارة الجنسـية للمرأة، وستشـعرُ بمتعـة عارمـة وقوية. كما قـد تعتبرُ "بقعة جـي" في بعض الأحيـان بديلًا مقبـولًا للاسـتثارة الجنسـية للمـرأة المختونـة ختانًـا جائرًا ظالمًـا أفقدَهـا بظرها.

إنَّ المـرأة بالـذات لا تسـتغني عـن المداعبـاتِ المناسـبة والكافيـة، وتعتبرهـا جـزءًا أصيـلًا في العلاقـة الجنسـية لا غناء عنـه للوصـول إلى حالة الإثـارة الأخّاذة والمطلوبـة للمـرور إلى المرحلـة التـي تليهـا بـكلِّ سلاسـة وروْعـة، وأنَّ إيلاجًا بلا مداعبـات يعـد عندهـا أمـرًا مَعيبًـا يثـير الأعصـابَ ويجلـب التوتـرَ والغضـب، ولذلـك كانـت الممارسـاتُ الفجائية السريعـة دونَ التمهيـد الجيد سـتؤدي حتمًا إلى مشـكلات كثـيرة بالنسـبة للمـرأة بالذات.

إنَّ مـن نتائـج المداعبة الناجحـة تعزيزَ قـدرة الانتصاب عند الرجـل، والحفاظَ عـلى هذا الانتصـاب حتى إتمام العلاقة الجنسـية، كـما تحفِّز المهبل على إفراز سـوائله التـي تسـهلُ عمليـة الإيـلاج، وتجعلهـا أكثـر إمتاعًـا للزوجـين، وأيضًـا تسـاهم في اسـترخاء عضـلاتِ قـاع الحـوض فتقلـلُ مـن الإصابـة بالتَّشـنجات المهبليـة التي يصاحبهـا الشـعورُ بـالألم عند ممارسـة العلاقة الجنسـية، فتزداد فـرصُ الوصول إلى ذروة اللـذة الجنسـية العارمة المنشـودة لـكلا الزوجين.

إذا حـرصَ الرجـلُ على التفنُّـن في إرضـاء رغبةِ زوجته الجنسية بحُسـن مداعبتها؛ فسينال - في الغالب - ذروةَ لـذة جنسـية جيدة.

تبـدأ مظاهـرُ مرحلـة الإثـارة الجنسـية عند **المـرأة** ببدء نزولِ سـوائل عـلى هيئة قطـراتٍ ترشـح من جـدار المهبل الداخـلي ومن عنق الرحـم ومن غـدَّتي بارثولين. تتزايـد هـذه السـوائلُ كلَّـما تصاعـدت المداعبـة، كـما تبـدأ الأعضـاء التناسـلية الخارجيـة في الانتفـاش والتضخـم نتيجةَ ورود الـدم إليها، فيتضخَّم حجـمُ البظر،

ويتَّسع المهبل ويترطب ويستطيلُ ويغمقُّ لونه، وتتسع وتنفتح قليلًا الأشفارُ الصغيرة والكبيرة، وتنتصب الحلمتان، وتنقبضُ العضلات، وتزداد سرعةُ دقات القلب، ويرتفع ضغطُ الدم.

أما عندَ **الرجل** (شكل: 25) فتبدأ بانتصاب القضيب حيث يمتلئ الجسمان الكهفيان للقضيب وما فيهما من تجاويف وعضلات بالدماء، كما ينتفشُ الجسم الإسفنجي بتزايد توارد الدماء إليه، وبداخله قناةُ مجرى البول وقد اتَّسعت هي الأخرى، وتخرج قطراتٌ من المذي الذي تفرزه غدةُ كوبر من القضيب، وتنقبض عضلاتُ كيس الصفن فينكمش ويصيرُ أكثر سمكًا وغلظةً فترتفع الخصيتان الى أعلى وتلتصقان بالجسم، وتنتصبُ حلمتا الثديين، وتنقبض العضلات، وتزداد سرعةُ دقات القلب، ويرتفع ضغطُ الدم.

شكل (٢٥): مقطع طولي لأعضاء الرجل التناسلية في نهاية مرحلة الاستثارة الجنسية.

استجلابُ الاستثارة الجنسية:

قد يعمد الزوجان أو أحدُهما إلى طرق عدَّة لتنشيط واستجلاب الاستثارة الجنسية، منها ما يلي:

استخدامُ الإشارات والكلمات والألفاظ الجنسية البذيئة:

قد يميل الزوجان أو أحدُهما إلى سماع أو إطلاق بعض الكلمات البذيئة والألفاظ السوقيَّة أثناء مرحلة الاستثارة الجنسية. هناك ثلاثةُ أنماطٍ من التعامل الجنسي اللفظي، هُم كالتالي:

الأوَّل: لا يكـون فيـه كلام، وإنـما الإيحـاءاتُ والتَّمتمات وقليلٌ مـن التأوُّهات التي تفـي بالغرض.

الثـاني: يغطّـي الكلـمات الجنسـية بنوع مـن التورية أو اسـتخدام لغـةٍ علمية أو لغـة أجنبيـة (إنجليـزي – فرنسي) ليكـونَ الأمـرُ مقبولًا إلى حـدٍّ كبير.

الثالـث: هـو الـذي يتعامَـل باللغـة السـوقية، حيث اللفـظُ الصريـح الواضِح الخـارج البـذيء الفاحش.

استخدامُ المواد الإباحية:

بهـذه الوسـيلة يتـمُّ الخلطُ بين الحـرام والحـلال، والمـزجُ بين العـالم الافتراضي والعـالم الواقعـي، وأضرارُه تفـوق بمراحـلَ فوائـدَه – إن كانـتْ لـه فوائـد – ممّـا سـيُعرض باسـتفاضة لاحقًـا في الفصـل الثالث.

استخدامُ طرق شاذة:

يعاني المضطربون جنسـيًّا من اسـتخدام وسـائل اسـتثارة شـاذة وغـير طبيعية، وسـتعالج المسـائلُ المتعلقة بالاضطرابات الجنسـية في الفصل السـابع.

2 – مرحلةُ التوتر الجنسي:

يتزايـدُ أثنـاء هـذه المرحلـة في كلٍّ مـن الرجـل والمـرأة النبـضُ وضغـطُ الـدم والتنفـس زيـادةً مؤقتـة، كـما يتزايد معـدلُ إفـراز العرق واللعـاب والغُدد الجنسـية وإفـرازات الجسـم عمومًـا، وتتصلَّـب أيضًـا عضـلاتُ الجسـم خاصَّـة عضـلات الظهـر والسـاقين والقدمـين والأرادف والحـوض والوجـه، وقـد تصـدر بعـضُ الأصـوات والتأوُّهـات الـلا إراديـة.

بالنسـبة **للمرأة** (شـكل: 26) ينتفشُ النسـيج الإسـفنجي الخاصّ بجسم البَظر الـذي يحيـط بالجـزء السـفلي مـن المِهبـل وفتحـة المهبل بعـدَ احتقانـه بالدمـاء، وأنَّ هـذا الانتفـاش سـيزيدُ مـن حجـم البَظـر ويجذب الحشـفةَ للداخـل مع اسـتدارتها لأعـلى، وسـيضيق فتحـة المِهبـل وجـزؤه السـفلي بدرجـةٍ طفيفـة لطيفة ممّا يشـكلُ

مجرى يسهمُ في – إلى درجةٍ ما – القبض على القضيب وكأنَّه مستمسك به، فيلعب دورًا في ازديادِ الشعور باللذة للمرأة والرجل حينَ الجماع. أما الجزءُ العلوي للمهبل فيتَّسع وينتفش فيصير كالبالون ليستقبلَ ما سيقذف فيه من سائلٍ منوي، ويتزايد نزولُ السوائل التي ترشحُ من جدار المهبل، ويرتفع الرحمُ عن وضعه المعتاد داخل الحوض ليأخذ وضعًا علويًّا أماميًّا.

شكل (٢٦): مقطع طولي في منطقة حوض الأنثى مبينًا الأعضاء التناسلية في نهاية حالة التوتر الجنسي وقرب حدوث لذة الارتواء.

تنتفش الأشفارُ الصغيرة وتكتسي باللون الأحمر الوردي، وتزداد درجةُ البلل والسُّخونة فيها، وتصبح مثلَ الوسائد الناعمة الدافئة، كما ينتفش – أيضًا – الجزءُ العلوي من الأشفار الكبيرة.

وبالنسبة **للرجل** يزداد الانتصابُ قوة، وتنتفش مقدمةُ القضيب وبخاصَّة حافة الحشفة، وكذلك المنطقة التي تقع خلفها مباشرة، ويتجمع السائلُ المنوي في قناة القذف تأهبًا للانطلاق.

والوقت المناسب للإيلاج يكون عقبَ بدء هذه المرحلة أو عندَ منتصفها، حينما تصل الإفرازاتُ المهبلية وانتفاش الأعضاء التناسلية في المرأة إلى الذروة.

يولجُ الرجل قضيبَه برفق حتى يتم إدخالُه كاملًا بمِهبل زوجته، ويفضل مواكبة ذلك بالعبث في بَظرها بأصابعه، فيتضافر إيلاجُ القضيب في المهبل معَ مداعبة البظر في نفس الوقت فتتسارع وتيرةُ الاستثارة الجنسية للمرأة.

عندَ الإيلاج قد تنجذبُ الأشفار الصغيرة للداخل مع القضيب فتضغطُ على جسم البَظر من الداخل فتسببُ المزيد من الشعور باللذَّة عند المرأة، كما يستحبُّ لمواصلة الاستثارة أن يتمَّ تحريكُ القضيب داخل المهبل حركةً ترددية للأمام والخلف، أو حركة جانبية أو شبه دائرية بعدَ الإيلاج، وأن تبدأ هذه الحركةُ بطريقة هادئة خفيفة ثمَّ تتصاعدُ سرعتها بالتدريج قوةً وعمقًا.

وتتشارك الزوجةُ مع زوجها في هذه الحركة عن طريق تحريك منطقة الحوض ودفعه مع محاولةٍ تهدف إلى انقباض العضلات الإرادية بقاع الحوض، فتتصاعد وتيرةُ الاستثارة تصاعدًا أخّاذًا ويتنامى الشعورُ باللذة الجنسية تناميًا لا يقاوم إلى درجةٍ يستعصى على الإنسان وقفُها، فلا يملك إلا مواصلةَ ما يفعل، بل وبشراهةٍ متزايدة متفاقمة، حتى يجبي ذروة اللذة الجنسية ويجني الراحة النفسية والجسدية.

الرجلُ أقدرُ من المرأة على إتمام ما يتطلبه الجماعُ من رهز بسهولة ويُسر دون مشقة ذاتِ بال لما حبَاه اللهُ عزَّ وجلَّ من عضلاتٍ بمنطقة الحوض وأعلى الفخذين تساعدُه على أدائها بكفاءةٍ تحقق المرادَ له ولها. أما المرأةُ فقدرتها على القيام بالرهز بسرعته التي تريح زوجَها تتطلب منها بذلَ جهدٍ كبيرٍ نوعًا ما لتركيبتها العضلية التي لا تساعد على ذلك كثيرًا.

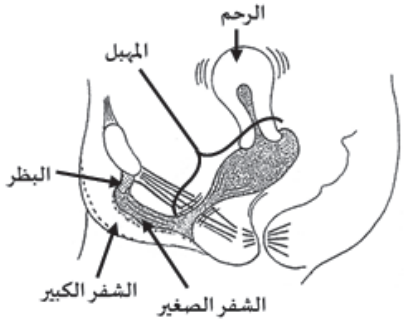
ومن اللافتِ للنَّظر أن الذي يسبِّب الرهز هي عضلاتٌ إرادية مهيَّأة لتتحول إلى عضلات لا إرادية أثناءَ العلاقة الجنسية، خاصَّة أثناء هذه المرحلة، وتزداد بقوةٍ في المرحلة التي تليها، فينساق الإنسانُ مرغمًا لاستكمال طريقه صعدًا ليحصد في نهايته ذروة لذته الجنسية.

3 – مرحلةُ ذروة اللذة الجنسية أو ذروةُ لذة الارتواء Orgasm:

ذروةُ اللذة الجنسية هي أعلى درجات اللذة التي يمكن أن يتذوَّقها الجهاز العصبي في الإنسان، ومن شدَّة هذه اللذة أحيانًا يصاحبها صدورُ أصوات أو الإتيان بحركاتٍ لا إرادية تختلف في الرجل عنِ المرأة، ومن إنسانٍ لآخر.

عندما تصل **المرأة** إلى ذروةِ لذَّة الارتواء تنقبض عضلاتُ قاع الحوض التي تحيطُ بفتحة الشرج وفتحة المِهبل والمتصلة بالبَظر والنصف أو الثلث السفلي

للمِهبل انقباضات إيقاعية لا إرادية متوالية، كما تحدث – أيضًا – انقباضات بالرحم (شكل: 27)، وتساعد كلُّ هذه الانقباضات على ارتشاف وامتصاص السائل المنوي المقذوف بطريقةٍ أقرب ما تكون لحركة المَصِّ التي يقوم بها الرضيع معَ حلمة ثدي أمه أثناء عملية الإرضاع، وكأنَّ طفلها يرضع بفمِه من ثديها اللبن، وهي ترضع بمِهبلها من قضيب زوجِها سائله المنوي.



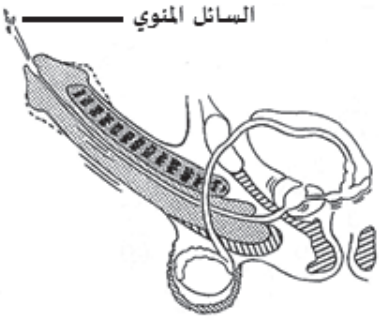
شكل (٢٧): مقطع طولي في منطقة حوض الأنثى مبينًا الأعضاء التناسلية لحظة لذة الارتواء.

يظلُّ الجزءُ العلوى الداخلى من المِهبل منتفشًا كالبالونة لاستقبال السائل المنوي، ويزداد اتساعُ قناة عنق الرحم لتسهيل ولوج الحيوانات المنوية إلى الرحم. وتتقلصُ عضلات القدمين والأرادف، وتنتفضُ عضلات الجسم الأخرى بدرجات متفاوتة، وتصل سرعةُ التنفس والنبض وضغط الدم إلى الذروة.

وحينما يكون شعورُ المرأة بذروة لذَّة الارتواء قويًّا يميل ظهرُها للتقوُّس والتصلب فيندفعُ الحوض للأمام ولأعلى لتحقيق مزيدٍ من اختراق القضيب للمِهبل، ولمزيدٍ من إحداث ضغطٍ على منطقةِ العانة، الأمر الذي يعمق الشعورَ باللذة لدى المرأة والرجل على السواء، كما يزدادُ استمساك المرأة بزوجها وقد تقبضُ بيديها عليه وتجذبُه إليها بشدة، ثمَّ تحدثُ الرعشة الجنسية التي تمثل أروعَ ذروة جنسية تحصل عليها المرأة.

أما بالنسبة **للرجل** فتتسبَّب الاستثارة الجنسية وتصاعدُ الشعور بالمتعة الجنسية؛ في تقلُّص عضلات جدران البربخ والوعائين الناقلين وغدَّة البروستاتا

والحويصلات المنوية تقلصات موجية فتنقل السائل المنوي إلى قناة القذف فيزداد انتفاش الحافَّة السفلية لمقدمة القضيب والمنطقة التالية لها من الجهةِ السفلية (وهي المنطقة التي تتركزُ بها نهايات التجمعات العصبية الجالبة لذروة اللذة الجنسية عند الرجل)، وتزداد وتيرةُ وسرعةُ الرهز مع تصاعد الشعور باللذة الجنسية حتى يتمَّ الوصول إلى ذروةِ اللذة الجنسية، فتنقبض عضلاتُ قاع الحوض والعضلات المُحيطة بفتحة الشرج والعضلات المحيطة بقاعدة القضيب انقباضاتٌ لا إرادية إيقاعية متوالية، ويواكب ذلك نبضاتٌ بجسم القضيب الخارجي فيؤدّي ذلك كله إلى قذف السائل المنوي باندفاع إلى الخارج على هيئة دفقات متتالية (شكل: 28)، تكون في أوَّل الأمر قوية وسريعة في اندفاعها ثمَّ تخفُت قوتها بالتدريج بعد ذلك. وبالتزامنِ مع هذا القذف تتقلَّص عضلةُ عنق المثانة فتغلق الطريق إلى المثانة لتمنعَ ارتجاع السائل المنوي ودخوله إليها أثناء القذف.



شكل (٢٨): مقطع طولي في أعضاء الرجل التناسلية أثناء ذروة اللذة الجنسية.

4 – مرحلةُ الاسترخاء والفتور:

يشعر الإنسان – رجل كان أو امرأة ـ بالرّاحة عقب الحصول على ذروةِ اللذة الجنسية، وفي خلال دقائق إلى نصف الساعة – على الأكثر – تعود الأعضاءُ التناسلية إلى حجمِها الطبيعي، وقد يشعر الإنسانُ بالعطش نتيجةً لكمية السوائل التي أفرزتها الأعضاء التناسلية والغدد العرقية والغدد اللعابية،

ويعـود حجـمُ الحلمتين إلى المستوى الطبيعي، وترتخـي العضلاتُ بسرعـة، وتعود سرعـةُ النبـض والتنفـس وضغـط الـدم إلى المعـدلات الطبيعية.

في **المـرأة** يرتخـي البَظـر وجـدارُ المهبـل ويعـودان الى حجمِهـما العـادي، ويبقى عنـقُ الرحـم متَّسـعًا لمـدة 20–30 دقيقة.

أمـا في **الرجـل** فترتخـي عضـلاتُ كيـس الصِّفـن ويعـود إلى سـمكه العـادي فتعـودُ الخصيتـان إلى وضعهـا قبـل الجـماع، كـما يرتخي القضيـب بسـبب انصراف الدمـاء عـن الجسـمين الكهفيـين والجسـم الإسـفنجي عـبر الأوردة.

وإذا لم تحـدثْ لـذةُ الارتـواء بعمقهـا المنشـود فسـيبطأ حـدوث الاسـترخاء، وسـتتأخَّر عـودةُ الأعضـاء إلى حالتهـا الطبيعيـة وسـتطول فـترةُ احتقانهـا.

5 – فترةُ الكُمون:

يكمـنُ الرجـل ويسـكنُ فـترة مـن وقـت بعـدَ بلوغـه الـذروة الجنسـية حتـى يتمكـنَ مـن اسـتعادة قدرته على المُعاشرة الجنسـية مـرَّة أخرى، ويختلـف طولُ هذه الفـترة مـن شـخصٍ إلى آخـر، كـما يـزدادُ طولها مـع التقـدم في العمر.

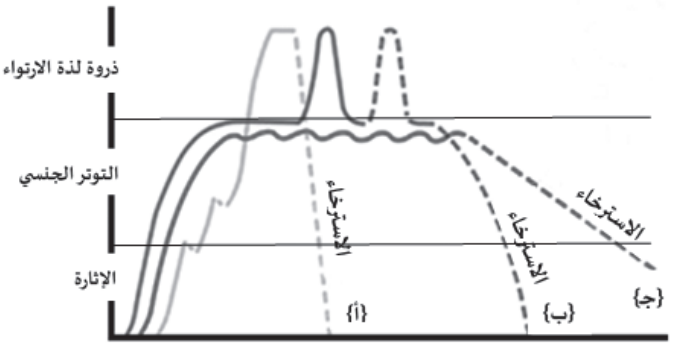
أمـا المرأةُ فقـادرةٌ على اسـتقبال حـدوث معاشرةٍ أخـرى وحدوث لـذَّة ارتواء جديـدة دونَ الحاجة لفـترة كُمون.

منحنياتُ الاستجابة الجنسية لكل من الرجل والمرأة:

رغـمَ أنَّ الجـماع عملٌ مشـترك يقوم بـين الزوجان فلدى كلٍّ مـن الرجل والمرأة منحنـى لـذَّة جنسـية مختلفٌ عـن الآخر، ممـا يوضحُ قـدرَ اختلافهما في آليةِ الشـعور باللـذة الجنسـية والحصول على الذروة الجنسـية العارمة المنشـودة.

أولًا: المرأة:

للمـرأة عـدةُ منحنيات تبـينُ أنَّ اسـتجابتها الجنسـيةَ تختلف تبعًا لعـدَّة ظروف (شـكل: 29)، ففـي الجـماع الواحد قد تشـعرُ المـرأة بحالةٍ مـن ثلاث:



شكل (٢٩): منحنيات اللذة الجنسية عند المرأة: {أ} لذة ارتواء واحدة سريعة. {ب} لذة ارتواء متعددة. {ج} فشل في الوصول إلى لذة ارتواء مشبعة.

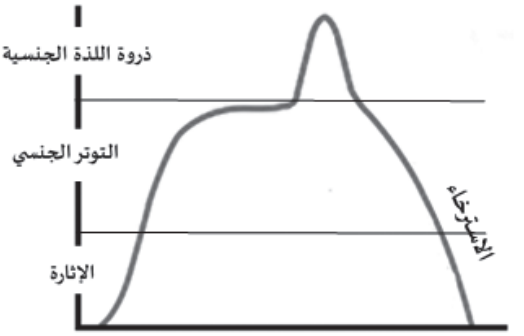
(1) بذروة لذة ارتواء واحدة سريعة إلى حدٍّ ما (الحالة أ).

(2) أو – في الجماع الأكثر نجاحًا وإشباعًا – قد تصل إلى عددٍ من الذُّرى، اثنان أو ثلاث أو ربما أكثر (الحالة ب).

(3) أو قد يكون الجماع فاترًا غيرَ مشبع (الحالة ج).

ثانيًا: الرجل:

أما الرجلُ فله منحنى واحدٌ فقط، وذروة لذَّة ارتواء واحدة عند كلِّ جماع (شكل: 30)، ونادرًا للغاية أن يكون له في الجماع الواحد ذروتان، وذلك في شبابه، وحينما تتوافر كلُّ الأجواء المثيرة وألا يبذل أيَّ جهد يذكر أثناء الجماع، وإن حدثَ ذلك في عمرِه مرَّة واحدة فقد لا تتكرر – في الغالب – مرَّة أخرى.



شكل (٣٠): منحنى اللذة الجنسية عند الرجل.

تزامنُ توقيت الذروة الجنسية بين الزوجين:

من الطبيعي اختلافُ توقيت الشعور بذروة اللذةِ الجنسية بين الزوجين، ففي الغالب يصل الرجلُ إلى ذروتِه الجنسية قبل وصول زوجته إلى ذروتِها الجنسية، فينتهي من القذفِ ويبدأ في دخول مرحلةِ الاسترخاء والفتور، بينما مازالت زوجتُه في الطريق الصاعد إلى الشعور بذروة لذة ارتوائها الجنسي.

يستطيع الرجلُ أن ينجزَ مراحل العملية الجنسية كلها خلالَ لحظات أو دقائق قليلة نسبيًّا، أما المرأةُ فعادة ما تحتاج إلى وقت أطولَ حتى تصل إلى ذروة لذتها الجنسية.

لذلك كان من الواجبِ على الرجل أن يحاول ضبطَ إيقاع أدائه الجنسي ليتناغَم مع إيقاع زوجته، وذلك بأن يتمهَّل ولا يتعجَّل، محاولًا تأخيرَ استثارته الجنسية بعدم التركيز المبكِّر، وبتخفيف درجة التنبه الذهني، وبتأخير الإيلاج، ولا يترك الزمامَ لاستثارته في التصاعد، ذلك بالمواكبة مع التفنُّن في أداء الملاعبات والمداعبات المناسبة لزوجته وإطالة وقتها قدرَ الإمكان.

وحينما يشعر الرجلُ أن زوجته تشاركُه التفاعل، وهو أمرٌ من الممكن أن يدركَه مع تقدم خبرته بالمعاشرة وإتقان مداعبته لها، وملاحظة بعض العلامات التي تُبديها زوجته حينما تأخذُها شهوتها صعدًا، وأيضًا بالاتفاق معها لتعطيَه إشارة ما أو تتفوَّه بلفظةٍ صريحة أو مُستترة حينما تكون متأهبةً لاستقبال عضوِه الذكري، حينئذ يفعل، ويزيد من تركيزه حين ذاك لإتمام الجماع.

وليس للعروسين أن يعتقدا فشلَ الجماع لمجرَّد أنَّ الممارسة الجنسية غيرُ متوافقة في الأيام أو الأسابيع أو ربما الأشهر الأولى من الزواج، فمُمارسة الجنس بالنسبة للعروسين تتحسَّن ويزداد التوافقُ مع مرور الوقت وكثرةِ الممارسات وتبادل التوجيهات، وقد تلزم – في أحيان قليلة – استشارة الخبراء حتى يتمَّ الجماع على الوجه المُرضي.

كـما أنَّه مـن الطبيعي أن تكون الممارسـةُ الجنسـية الجيدة موفقـةً في أوقات وغيرَ موفقـة في أخـرى، فمِن المسـتحيل أن يتوافق ويتناغـم أداءُ الزوجـين الجنسي طوالَ الوقـت وفي كلِّ مـرَّة خلال حياتهما الزوجيـة المديدة.

فتناسـقُ رغبـة الرجـل وقدرتـه مع رغبـة زوجتـه وقدرتها يضعهـما في مصاف الأكفـاء جنسـيًا، إنـه ذو رغبـة وقـدرة جنسـية عاليـة، وهـي كذلـك، إنـه يريدهـا باسـتمرار وهـي كذلـك، وعندمـا يواقعهـا يقـوم بـما عليـه وهـي كذلك، فيسـعدا معًـا، إنـه ذو رغبـة/ أو قـدرة جنسـية ضعيفة وهـي كذلك، فلـن يشـتكي أحدُهما مـن الآخـر، ولذلـك كان الـزواجُ بـين المتقاربـين في العمر (شـاب مع فتاة – شـيخ مـع عجـوز) أقـربَ لتحقيق الكفـاءة مـن الناحية الجنسـية.

إنَّ فشلَ الإنسان - رجلًا كان أو امرأة - في الاهتمام بتلبيةِ الاحتياجات الجنسية الملحَّة لشريك حياته وتجاهله أو عجزه عنْ مواكبة رغبته وقدرته تجاهلًا أو عجزًا؛ يضرُّ به ضررًا واضحًا، وترك هذه المشكلة دونَ محاولة علاجها وإصلاحها تحتَ أيِّ دعوى ينمُّ عن عدم الشعور بالمسئولية تجاهَ واجباته الجنسية نحو شريكِ حياته، وإنَّ عدم الإقدام على عمل شيء لحلحلةِ هذا الوضع من قبل هذا المتجاهل أو العاجز سيؤدّي إلى كلّ ما من شأنه تهديدُ استقرار الحياة الزوجية واستمرارها.

الرغبةُ الجنسية:

هي مفتاحُ العملية الجنسية وشرارتُها الأولى، وهي تختلُف في قوتها وضعفها من شخص لآخر. هناك دومًا بعضُ الأشخاص لديهم رغبةٌ جنسية لا تُشبع بسهولة، بينما هناك آخرون لديهم رغبةٌ جنسية خافتة ضعيفة تجعل إقبالَهم على الجنس محدودًا.

تبدو قوةُ الرغبة الجنسية للإنسان في سعْيه الدؤوب وشبقِه الشديد للجماع في أوقاتٍ متقاربة، فيطلبُه بكثرة، كما يقضي أوقاتًا طوالًا في التَّخيلات الجنسية (خلافَ اضطراب الهوس الجنسي).

وعندَ تدني الرغبة الجنسية للإنسان تتراجَع وتيرةُ التفكير بالأمور والخيالات الجنسية، وتقلُّ الأوقات المستنفدة فيها، كما تقلُّ الرغبة في مُمارسة الجنس، فيميل إلى أداء الجماع على فتراتٍ متباعدة، وقد تفشل التحفيزاتُ الجنسية سواءً البصرية أو اللفظية أو الحسية باستثارة الرغبة الجنسية. غالبًا ما يكون الرجلُ المصاب بتدنّي الرغبة الجنسية قادرًا على الممارسة الجنسية، وقد يستمرُّ في ممارسة الجنس معَ شريكته بهدف إرضائها وتجنُّبًا للمشكلات، كما قد يعوِّض هذا التدني بإطالة فترات الرومانسية.

من الطبيعي أن تمرَّ الرغبةُ الجنسية في حياة الإنسان بفتراتِ نشاط وفتراتِ فتور، وعلى الانسان أن يواكبَها صعودًا وهبوطًا، ولا ينزعج من هذا التأرجح، كما قد تخفتُ تمامًا أو تذبل وتموتُ في حالة المرض أو الشيخوخة، وهي – في أحيان قليلة – تزيدُ عند البعض مع تقدُّم العمر، وتصبح أقوى من قدرةِ الشخص على الممارسة، فتُمسي ضارَّة على صحته وعافيته.

من العوامل العارضة أو الدائمة التي تقلصُ من الرغبة الجنسية للإنسان وتصيبُه بما يسمَّى باضطرابات الرغبة الجنسية Hypoactive Sexual Desire

Disorder، وتزيد من فترات التباعد بين مراتِ ممارسة العلاقة الجنسية بين الزوجين أو قد تنهيها تمامًا ما يلي:

– القلق والاكتئاب وتقدُّم العمر.

– اعتلال الصحة، وسوء النظام الغذائي.

– الانخفاض في مستوى هرمون التستوستيرون.

– عدم الاستقرار المهني، ووجود ضوائق مالية مزمنة.

– الانشغال الشديد والإرهاق.

– تلقي صدمات جنسية سيئة في مرحلة الطفولة.

– استشراءُ الفوضى في سائر أنشطة الحياة.

– شراهةُ التدخين وإدمان المخدرات والكحوليات.

– فترةُ الحمل (بعضها أو كلها)، وبعد الولادة (فتور الرغبة الجنسية بعد الولادة (Baby come sex go.

– تناول بعض الأدوية خاصَّة تلك التي تستخدم في علاج الاكتئاب والقلق وسرطان البروستاتا.

– كثرة الأسفار الطويلة.

– نشوب خلافات عاطفية وزوجية قاسية ومتعددة.

– في حالات الطلاق والترمل حيث تتوقف العلاقة الجنسية لوقت طويل أو قد يمتد التوقف إلى ما بقي من العمر.

اختلافُ شدة الرغبة الجنسية بين الزوجين:

رغبةُ المرأة الجنسية أكثرُ عرضةً للاضطراب والتشوُّش من ذات الرغبة عند الرجل، فهي أكثرُ تأثرًا بالظروف المحيطة والعوامل الطارئة، بالإضافةِ إلى امتزاج وارتباط الرغبة الجنسية لديها بالناحية العاطفية امتزاجًا وارتباطًا أوضح كثيرًا ممّا هي لدى الرجل.

في أحيان كثيرة تكون قوةُ الرغبة الجنسية عند الزوجين مُتباينة الشدَّة، فأحدهما تكون رغبتُه الجنسية قوية، والآخرُ ذو رغبة جنسية قليلة. لا تعتبر زيادةُ الرغبة الجنسية لأحدِ الزوجين عن الآخر مشكلة إلا إذا كانت تؤثرُ سلبًا على سلامة الرابطة الزوجية وعلى الصحة النفسية والمزاجية والعضوية للزوجين أو أحدهما، فيمكن حينئذٍ تنشيطُ الرغبة عند أقلِّهما إقبالًا على الآخر بتدريباتٍ رياضية للأعضاء التناسلية وتدريباتٍ ذهنية لتنشيط التركيز وتناول العلاج المناسب، كما أنه قد يكون من الملائم – في بعض الحالات – العملُ على تقليل الرغبة الجنسية – رغم صعوبه ذلك – لمَن له رغبة تفوق ما لدى شريكه، وكل ذلك يتمُّ – بالطبع – تحت إشراف متخصصين.

إذا كانتْ رغبة الرجل الجنسية أقلَّ ممّا هي عند زوجته فيمكن تعويضُ ذلك – في كثير من الأحيان – بتحسينِ مستوى المُجاملات والثناء والمديح وزيادة الجرعات الرومانسية والعاطفية التي يمنحها الرجلُ لزوجته، جبرًا للنَّقص في الكمِّ الكافي للمعاشرة الجنسية. وتقبل الزوجة لهذه الجرعاتِ العاطفية الزائدة لا يعني ألا تطالبُه بممارسة العلاقة الجنسية بين الحين والآخر، بل يعني ألا تحاصره لو لم يتحقَّق لها ما تريد.

وإنه لا بأسَ من أن تكون الرغبة الجنسية للإنسان قليلة، ولكنَّ البأس في الامتناع عن ممارسة المعاشرة الجنسية امتناعًا يضُرُّ بالآخر، فيصيبُه بالإحباط الجنسي Sexual frustration أو التجويع الجنسي Sexual starvation، فلا بأس مطلقًا في إذعانِ مَن هو الأقل رغبة جنسية إلى طلبِ شريكه في إقامة علاقة جنسيةٍ بين الحين والآخر حفاظًا على الرابطة الزوجية وإعفافًا لمَن ليس له مصدرٌ للإعفاف إلا شريك حياته.

كما وجدَ أنَّ الرغبة الجنسية المفرطة شديدةَ الإلحاح كثيرةَ الطلب التي ترقى لتكون عدائيةً لأحد الزوجين قد تقتل – مع الوقت – الرغبة الجنسية للطرفِ الآخر، وتؤدّي إلى شعوره بالضيق والملل وعدم الإقبال، ثمَّ.. اشمئزازه وعزوفه، ثمَّ.. نفوره وابتعاده.

فسيولوجيةُ الرغبة الجنسية:

تعتمد الرغبةُ الجنسية عند المرأة على إفراز المبْيضين والغدَّتين الكظْريتين (فوق الكلوية) للهرمونات الجنسية الإستروجين والبروجيسترون والتستوستيرون. يفرز الإستروجين في بداية الدورة ويصلُ إلى أعلى مستوياتِه في الجسم قبيَل وأثناء فترة الإباضة ممّا يزيدُ من الرغبة الجنسية للمرأة، ولذا كانت فترةُ الإباضة – في العادة – أكثرَ فترة تكون فيها المرأة أشدَّ إقبالًا على ممارسة العلاقة الجنسية، حينما تكون البويضة الناضجة مستعدةً لحدوث الإخصاب (مثل طبيعة سائر الحيوانات الثديية)، ثمَّ بعد ذلك يفرز البروجيسترون الذي يخفضُ من الرغبة الجنسية قليلًا.

القدرةُ الجنسية:

إنها استطاعةُ الإنسان أداءَ أدواره العاطفية والنفسية والعضوية في العلاقة الجنسية، التي أهمها قوةُ انتصاب القضيب في الرجل والاحتقان والبَلل المِهبلي عند الأنثى، ولذا ترتبطُ القدرة الجنسية للإنسان ارتباطًا وثيقًا بصحتِه العامة. ولأنَّ الصحة بطبيعتها – مع تقدم العمر – في أفولٍ وانحدار كانتِ القدرة الجنسية مواكبةً لها في التردي والانحسار بمُضي العمر.

جودةُ المعاشرة الجنسية بين الرغبة والقدرة:

إنَّ العاملين المهمَّين اللذيْن تتوقَّف عليهما جودةُ المعاشرة الجنسية هما **الرغبةُ** في إقامة العلاقة الجنسية، و**القدرةُ** على أداء هذه العلاقة، فإذا ما اجتمعَ في الإنسان الرغبةُ والقدرة كان كفؤًا لإقامة علاقات جنسية عالية الجودة كمًّا وكيفًا، أما إذا خفتتِ الرغبة تقلَّص الطلب وقلَّ الكم، وإذا بهتتِ القدرة ساءَ الأداء وقلَّ الكيف، وإذا انحسرتِ الرغبة والقدرة معًا ذهبتِ المعاشرة الجنسية أدراجَ الرياح.

أما إذا كان للإنسان – رجل أو امرأة – رغبةٌ جنسية مرتفعة ولكن قدرته الجنسية ضعيفة؛ فسيميل إلى قضاء أوقات في التَّخيلات والحوارات الجنسية أو مع الموادِّ الإباحية وممارسة العادة السرية، ثمَّ مع الوقت سيستسلمُ للأمر – إن

عجزَ عن العلاج أو تهاون فيه – فتأخذ رغبته الجنسية في التَّضاؤل حتى تواكب قدرته الجنسية في ضعفها.

وعلى العكس من ذلك إذا كانت قدرةُ الإنسان الجنسية مرتفعةً ولكن رغبته الجنسية ضعيفة فستتباعدُ الأوقات بين الجماع والآخر أسابيعَ وشهورًا، ولكن الجماع حين إتمامه يكون جيدًا.

فوائدُ الممارسة الجنسية المُنتظمة المشْبعة:

من فوائد مُمارسة العلاقة الجنسية الممتعة المنتظمة التي يصاحبُها الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية ما يلي:

1 – تسكينُ الألم:

ممارسةُ العلاقة الجنسية المنتظمة أو حتَّى المداعبة والملاطفة دون ممارسة جنسية تزيد من إفراز هرمون الأندورفين، وهو له أثرٌ مسكِّن للآلام ويساعدُ في التقليل من الصداع والتشنُّجات وآلام الظهر والأرجل التي تصيب المرأةَ خلال الحيض، كما أنه يعطي شعورًا بالاسترخاء والرضا.

النساءُ اللاتي يبلغنَ ذروة اللذة الجنسية يألفنَ إفرازَ هرمون الأوكسيتوسين يتأَلَّمن أثناء الولادة بدرجةٍ أقل من النساء اللاتي لا يشعرنَ بذروة اللذة الجنسية أثناء الجماع ولم يتعوَّدن على إفرازه.

2 – الحفاظُ على صحة القلب والأوعية الدموية:

تساهم المعاشرةُ الجنسية المنتظمة في تنشيطِ الدورة الدموية، وعلى انتظام ضغطِ الدم وتنشيط شرايين القلب التاجية والمحافظة على مرونتها، وفي تقليل مستوى الكولسترول العام في الدم، وترفع من مستوى الكولسترول «الجيد» على حساب الكولسترول «السيئ»، كما تحافظُ على توازن مُستويات هرموني الإستروجين والبروجستيرون في جسم المرأة، مما يقلِّل من خطرِ إصابتها بأمراض القلب والنوبات القلبية.

3 – تحسينُ الجهاز المناعي:

تساعد ممارسةُ الجنس بانتظام والمصحوبة بالإشباع العاطفي والجنسي على تحسُّن أداء الجهاز المناعي بشكل عام، وتحفيز الجسم على إنتاج الأجسام المضادة للأمراض، مما يزيدُ من قدرة الجسم على مقاومة الأمراض، أَما التوقفُ عن ممارسةِ الجنس لفترةٍ طويلة أو الانقطاع عن الممارسة قد يؤدّي إلى التوقف عن إنتاج الأجسام المضادَّة للأمراض، ويزيد من فرص التعرُّض للكثير من الأمراض المناعية، مثلَ البرد والأنفلونزا وغيرها من الأمراض.

4 – سلامةُ الأعضاء التناسلية:

مِن الفوائد الهامَّة للممارسة الجنسية هو تشغيلُ الأعضاء التناسلية للإبقاء على قدرتها وصلاحيتها لأداءِ وظائفها. فصحة انتصابِ القضيب تقتضي «التدرب على الانتصاب» باستمرارٍ بتحسين تدفُّق الدم به. كما أنَّ الاستثارات الجنسية التي يتعرض لها الرجلُ دونَ تفريغ لشهوته ستسبِّب احتقانًا بالأعضاء التناسلية سيضرُّ مع الوقت بغدَّة البروستاتا بالذات، إن بلوغَ الرجل ذروةَ اللذة الجنسية يساهم في سلامةِ هذه الغدة، ويساعد على تباطئ تضخُّمها ويقلل من فرص إصابتها بالسرطان.

كذلك الحفاظُ على صحة المِهبل ومرونةِ أنسجته وعدم إصابتِه بالضمور وحمايته من الالتصاقات الداخلية يتمُّ من خلال تحسين تدفق الدم فيه. أما في حالةِ التوقف عن ممارسة الجنس لفترة طويلة فقد يُصاب المَهبل بالجفاف، ويصبح أكثرَ ضيقًا، مما قد يسبِّب بعضَ الألم إن عاودتِ المرأة الجماع بعد انقطاع.

5 – تعزيزُ فرص الحمل:

قد يساهم الجماعُ المنتظم في تنظيم الدورة الشهرية، ويساعدُ على إفراز هرمون البروجيستيرون الذي يزيد من خصوبة المرأة. إنَّ النساء اللواتي يمارسَن الجنس يهيِّئن بيئةً في أرحامهن أكثرَ ملائمة لنموِّ الأجنة، ويرجع ذلك إلى تنشط الجهاز المناعي، الأمرُ الذي يجعل الجسمَ في حالة استعدادٍ لاحتمال حدوث

الحمل. كما أنَّ بلوغ الأنثى للذروة الجنسية ينبِّه المخ بأنها تمارس الجنس، والمخُّ يترجم ذلك إلى خصوبةٍ وإعداد الجسم للحمل.

6 – التقليلُ من أثرِ تغيراتِ سن اليأس:

تحافظ الممارسةُ الجنسية على تدفُّق الدم إلى المِهبل وتقلُل من أثر بعض التغيرات التي تحدث عندَ سنِّ اليأس.

7 – تقويةُ العضلات والعظام :

ممارسةُ الجنس بانتظام تقوي الجهازَ العضلي وتَقي من هَشاشة العظام في النساء خاصَّة بعد سنِّ اليأَس، لأنه يساعد على إفرازِ هرمون الإستروجين، كما يرفع من مستوى هرمون التستوستيرون، الذي يعملَ كمقوٍّ للعضلات ومقاوم لهَشاشة العظام.

8 – تقويةُ عضلات قاع الحوض:

ممارسة الجنس تقوّي عضلاتِ قاع الحوض فتحسِّن من السيطرة على خروج البول، أما التوقفُ عن الممارسة الجنسية فقد يصيب عضلاتِ قاع الحوض بالضعف والارتخاء نتيجةَ عدم تحركها لفترات طويلة، مما قد يسبِّب سلسَ البول.

9 – مقاومةُ الإصابة بمرض السرطان:

أثناءَ الشعور باللذة الجنسية يتمُّ إفرازُ هرمون ديهيدرو إيبي اندروستيرون (Dehydroepiandrosterone DHEA) وهو يساعد على وقفِ نموِّ الأورام السرطانية. كما تساعد ممارسةُ الجنس الجسَم في إفراز هرمونات وموادّ كيماوية تعزز خلايا تي T–Cells المقاومة لسرطان الثدي والرحم.

10 – تحسينُ وظائف الخلايا العصبية:

يؤثر الجنسُ إيجابًا على الأداءِ العقلي وعلى زيادة إنتاج الخلايا العصبية لتحسين القدرات العقلية والذاكرة ووظائف المخ، وعندَ التوقف عن الممارسة سيتراجع قليلًا إنتاجُ هذه الخلايا فيكون لذلك مردودٌ سلبي على الأداء العقلي.

11 – إطلاقُ الطاقة وازدياد النشاط:

يؤدّي النشاطُ البدني المستمرُّ أثناء العلاقة الجنسية إلى حرق سُعرات حرارية وازدياد تدفق الأكسجين زيادةً كبيرة في الأنسجة، مما يُضفي على الزوجين شعورًا بكامل طاقتهما ونشاطهما في بقية الأوقات، أما التوقفُ عن الجنس فيؤدّي إلى الميل للكَسل والخمول، والاعتياد على ذلك بمرور الوقت.

12 – تأخيرُ الشيخوخة ومنعُ التجاعيد:

تبطئ ممارسةُ العلاقة الجنسية المنتظمة من موتِ خلايا الجسم، وبالتالي تبطئ من زحف الشيخوخة لدى النساء بالذات، كما تحافظ على مرونةِ ونَضارة الجلد في جميع أنحاء الجسم وخاصَّة الوجه.

13 – تلبيةُ الاحتياج الجنسي والعاطفي:

ممارسةُ الجنس بين الزوجين تغطي احتياجًا جسديًّا وعاطفيًّا ملحًّا مركوزًا في فطرةِ الإنسان يصعب تجاهله. إنَّ ممارسة الجنس تُشعر المرأةَ بأنوثتها الخلّابة، وبأنها محبوبةٌ ومرغوبة من زوجها، وتشعر الرجلَ بالامتلاء والاستغناء.

إن كان هدفُ الممارسة الجنسية هو الاستمتاعَ فإنَّ الشعور بالترابط بين الزوجين سيتعاظَم وستكبر معه اللذةُ والمتعة. ويختلف الحالُ قليلًا أو كثيرًا إذا تَمّت الممارسة الجنسية خصيصًا بهدف إنجاب الأطفال فقط.

إنَّ الانقطاع عن المعاشرة الجنسية يعرِّض الإنسان (رجل أو امرأة) لضغوط الفتن وتفاقم التوتر، وعدم الاستقرار النفسي والعاطفي، وثالثة الأثافي أنَّه قد يخلفُ من ورائه اقترافُ ما يغضب الله.

14 – ازديادُ الرغبة الجنسية:

إنَّ ممارسةَ العلاقة الجنسية بانتظام تزيدُ من الرغبة الجنسية وتَقضي على الفتور الذي قد يتعرَّض له أحدُ الزوجين في الأوقات المختلفة. أمّا عند انقطاعها ستتأثرُ الرغبةُ الجنسية سلبًا لدى الزوجين. كثيرٌ من النساء بعدَ الانقطاع عن ممارسة الجنس لفترةٍ طويلة يعجزنَ عن الوصول إلى الإشباع الجنسي والحصول على ذروة اللذة الجنسية لو أتيحتْ لهنَّ الفرصة لمُعاودة الممارسة الجنسية تارة أخرى.

15 – تحسينُ النوم :

يساعد الشعورُ بذروة اللذة الجنسية على النوم بسهولة عقبَها، حيث إنَّ هرمونات البرولاكتين والأوكسيتوسين والأندروفين الذي يتُّم إفرازُهم بعد الجماع يستجلبون مشاعرَ الاسترخاء والنعاس، ويساعدون على النوم. أمّا عدمُ الممارسة الجنسية فسوف يؤدّي إلى كثرة التفكير قبلَ النوم والشعور بالأرق، ويستجلب اضطرابات النوم والحرمان من الاسترخاء.

16 – التقليلُ من القلق والتوتر والإحباط والإجهاد وتحسينُ المزاج العام :

ممارسةُ العلاقة الجنسية تقللُ من القلق والتوتر والضغط النفسي الذي يتعرَّض له الإنسان في حياته اليومية، لأنها تطلق هرموني الأوكسيتوسين والإندورفين في الجسم، وهذه الناقلاتُ العصبية يمكن أن تساعدَ في إزالة آثار التوتر والقلق والإجهاد وتعمل على تحسين الحالة المزاجية. أما إذا تَّم الانقطاعُ عن العلاقة لفتراتٍ طويلة فسيطلق الجسمُ هذه الهرمونات بصورةٍ أقل، مما قد يجعل من الصَّعب التعاملُ مع الإجهاد، وقد يزيدُ من الشعور بالتوتر والقلق والاكتئاب.

17 – تدعيمُ العلاقة بين الزوجين:

تعدُّ المعاشرةُ الجنسية المنتظمة وسيلةً مهمَّة لتجسيد قداسة الرابطة الزوجية، وللحفاظ على مَتانة الروابط الزوجية بكل أبْعادها، والمساعدة في سهولةِ إدارة الحياة والتخلُّص من المشكلات، وتخطي العقبات والتجاوز عن الصغائر بصورة أسرع، وإنَّ عدم الانتظام يؤثرُ سلبًا على أداء المسئوليات والأنشطة الزوجية والأسرية، ويستجلب الخلافاتِ ويضخم المشكلات.

18 – تقويةُ التفكير الإبداعي:

تضيقُ ممارسة الجنس الهوَّةَ بين الجزئين الأيمن والأيسر لنصْفي كرة المخ، يقوّي هذا التضييق ملكةَ التفكير الإبداعي.

العلاقةُ الجنسية المعيبة:

إذا عانى أحدُ الزوجين من سوء العلاقة الجنسية بينما الآخرُ بها راض فتلك ليست مشكلة المُتضرر منها وفقط، بل هي مشكلةُ الاثنين معًا، المتنعِّم بها والمتضرِّر منها، فمشكلةُ أحد الزوجين في الجماع هي مشكلةُ الاثنين، ولا تخص المتضررَ فقط. إنَّ الجماع عملٌ مشترك بين الزوجين يؤدّيه الاثنان ويتذوَّق نتائجه الاثنان، فلا بدَّ وأن يقوم الاثنان بحلِّ هذه المشكلة معًا، ثمَّ.. هل ستستمرُّ علاقةٌ على نسقٍ يجمع بين مُتنعم بها ومتضرِّر منها إلى الأبد؟ أم سيأتي يومٌ ستنفصم فيه هذه العلاقةُ وتتوقف منذرةً بنهاية مأسوية لحياةٍ زوجية خلتْ من الإعفاف والمتعة؟

حينما لا يتسبَّب الإنسان في إعفافِ شريك حياته إعفافًا يُغنيه عن غيره فقد يندفعُ هذا الشريك – في غيبةٍ عن دينه – لإرواء رغبتِه الجنسية بطريقة ما من الطرق التي قد توقعُه في الحرام، فيزداد بهذا التجاوز حنقًا وغضبًا على شريك حياته الذي تسبَّب في اندفاعه لهذا المَسلك الحرام المُناهض لتربيته المُعاكس لفطرته، مما سيرتدُّ قطعًا بالسلب على الحياة الزوجية.

من أجل ذلك كان من الواجب أن تتمَّ معالجةُ أيِّ قصور أو خلل بالمعاشرة الجنسية فورَ ظهوره دون تراخ أو حرج، حتى لا يحرم الإنسان نفسَه من أحدِ أكبر متع الدنيا، وحتى لا تتعرَّض العلاقة الزوجية للانهيار، والأدهى أن تتعرَّض علاقة الإنسان بخالقه للانْحدار.

الإخصاب:

يتمُّ الإخصاب حينما تندمج نواةُ الحيوان المنوي مع نواةِ البويضة بعدما يقطعَا رحلتيهما من المنبع حتى الاندماج داخل الجهاز التناسلي الأنثوي، كالتالي:

رحلةُ الحيوان المنوي من لحظةِ القذف حتى الإخصاب:

عندَ الجماع يتم قذفُ السائل المنوي وبه حوالي من مائتي مليون إلى خمسمائة مليون حيوان مَنوي. يمتص جدارُ المهبل جزءًا من السائل المَنوي، ويسيل الباقي خارجًا من المِهبل بعدَ امتزاجه بالإفرازات المهبلية، ولذا كان سيلانُ جزءٍ من السائل المنوي من المِهبل بعد الجماع هو أمرًا طبيعيًّا.

تخوض الحيواناتُ المنوية تحدياتٍ جسيمة خلال رحلتها المُضنية من المِهبل حتى تلتقي بالبويضة داخلَ قناة فالوب. تترك الحيوانات المنوية السائلَ المنوي وتهرب من حموضةِ جوف المِهبل التي تتسبَّب في موت الكثيرين منهم متوجِّهة صوبَ عنق الرحم حيث يوجد مخاطُ عنق الرحم، الذي له أدوارٌ مختلفة طبقًا لحالة المرأة، ففي وقتِ الإباضة حيث تكون البويضة على أهْبة الاستعداد للتخصيب يسهل مخاطُ عنق الرحم على الحيوانات المنوية الولوجَ إلى جوف الرحم، أما في غير هذا الوقتِ فيمنع مخاطُ عنق الرحم الحيوانات المنوية من دخول الرحم، وحينما يتمُّ الحملُ يسدُّ هذا المخاط عنقَ الرحم مغلقًا الطريقَ أمام البكتيريا مانعًا إيّاها من دخول الرحم، حاميًا الجنين من الإصابة بالعدوى.

يعامل الرحمُ الحيواناتِ المنوية كأنها أجسامٌ غريبة، فتهاجم كرات الدم البيضاء هذه الحيواناتِ وتقضي على أعدادٍ غفيرة منها، كما يموت الكثيرُ منها في الطريق لضعفها أو تشوُّهها، ثمَّ.. يذهب قاسمٌ من الحيوانات المنوية متجهًا صوبَ قناة فالوب اليمنى ويتيمَّم القاسم الآخر شطرَ القناة اليسرى، ولا تدري الحيواناتُ المنوية الملهوفةُ للّقاء في أيِّ قناةٍ من القناتين تنتظر العروس. تتسارع الحيواناتُ المنوية داخلَ قناتي فالوب بحركتها الدَّؤوبة وبمساعدة الأهداب التي تبطنُ القناتين من الداخل لعلَّها تعثرُ على مرادِها. خلال هذه المسيرة تحدث تفاعلاتٌ في أنزيمات هذه القناة تؤدّي إلى تعديل في التركيب الكيميائي لرؤوس الحيوانات المنوية تصير بعدَها قادرةً على الإخصاب.

رغـم أنَّ مـا يقـذف مـن حيوانـاتٍ منويـة عقـبَ الجـماع يعـدُّ بمئـات الملايين فالـذي ينجـحُ في الوصـول إلى البويضـة بضـعُ مئات قليلـة، ومن هذه المئـاتِ يفوز بهـا واحـدٌ منهـا فقـط، وهـو ذلـك الـذي يخـترق برأسِـه جـدارَ البويضة بواسـطة الإنزيـمات الموجـودة بهـا، تاركًا ذيلَـه في الخـارج، فلم يعـدْ في حاجة إليـه، ويعقب ذلـك تغيـرٌ في التركيـب الكيميائي لجـدار البويضة لمنـع اختراق أيِّ حيـوان منوي آخـرَ لجدارها.

يتحلـلُ مـا بقيَ من الحيـوان المنـوي الفائز ولا يتبقى منه سـوى نواتـه المحتوية عـلى ثلاثـةٍ وعشريـن صبغيًّـا حامـلًا للـمادة الوراثيـة (23 صبغـي، عبـارة عن 22 صبغـي جسـدي – صبغي واحـد جنسي إمـا X أو Y).

تندمـجُ نواتَا الحيـوان المنـوي والبويضة معًا ليكونـا خليةً واحـدة هي اللاقحة Zygot التـي تحتـوي عـلى العـددِ الكامـل لصبغيات الإنسـان وهـو سـتَّة وأربعون صبغيًّـا، نصفُهـم مـن الأب والنصفُ الثـاني من الأم.

رحلةُ البويضة من المِبيض حتى الإخصاب:

تخـرج البويضـةُ مـن الجريـب الحامـل لهـا وتدفعها أهـدابُ قمـع قنـاة فالوب نحـوَ قناة فالوب، ويسـتمرُّ دفعُها بواسـطة أهـداب القناة لتوجِّهها صـوبَ الرحم، أمـلًا في الالتقـاءِ بعريسـها وكأنهـا تزفُّ إليـه على اسـتحياء منها.

يتسارع الحيوانُ المنوي إليها ويتنافسُ مع أقرانه منافسة شَرسة لينالها (منتهى الإقدام)، تتهادَى البويضةُ نحوَه بواسطة أهدابِ قناة فالوب (منتهى الحياء).

الحمل:

بعدَ الإخصاب وتعشُّش الجنين ذي البضع خلايا بالرحم واستقراره به تصبح المرأةُ حاملًا.

أعراضُ الحمل:

لا تشترك كلُّ النساء في أعراض الحمْل نفسها، كما قد تختلفُ هذه الأعراض حتى مِن حملٍ لآخر للسيدة الواحدة، ومِن هذه الأعراض ما يلي:

– نزيفُ الدم الناتج عن الغرس: في الأسبوع الرابع من الحَمل وقبلَ اكتشاف تأخُّر الدورة الشهرية عن موعدِها، يمكن أن يحدث نزيفٌ مختلف عنْ دم الحيض عندَ بعض النساء وليس كلهن، إنه نزيفٌ نتجَ من انغراس الجنين ذي البضع خلايا في بطانةِ الرحم. يتَّسم هذا الدم بلونه الوردي أو الأحمر الفاتح، وبكميتِه القليلة، ويبدو في صورة بقع منفردة لا تقارَن بكمية دم الحيض، كما قد يستمرُّ لثلاثةِ أيام أو أقل، وقد يكوِّن على فتراتٍ متباعدة، وقد يصاحبُه ألمٌ تختلف حدتُه من امراة لأخرى.

– زيادةُ درجة حرارة الجسم الأساسية: هي درجةُ حرارة الجسم حين الاستيقاظ من النوم أو بعدَ الراحة، وهي تتأثر بالهرمونات. قد يكون ارتفاعُ درجة حرارة الجسم الأساسية هو العلامةَ الأولى على الحمل، حتى قبل أن يكون اختبارُ الحمل إيجابيًّا.

– تأخرُ الدورة الشهرية عن موعدِها: إنه الحدثُ الفاصل الذي قد ينمُّ عن حدوث الحمل، إلا إذا كانتِ الدورة في العادة غيرَ منتظمة. ولذلك يجب إجراءُ فحص الحمل والتأكدُ من حقيقة الحمل حينما تتأخَّر الدورة الشهرية عن موعدها.

– حساسيةُ الثدي: كثيرٌ من النساء يشعرنَ بثقل في الثديْن، وبألم خفيف عند لمسِهما أثناء الحمل الأول، إنَّ هذا الشعور أشبَه بذلك الذي تشعرُ بها المرأة أو الفتاة وقتَ الدورة الشهرية.

– الإعياء: بمجرَّد حدوث الحمل يبدأ جسُم الأم في بناء بيئة داعمة للجنين، ويبدأ القلبُ في النبض وضخِّ الدماء بقوة، عندها يحلُّ التعب والإرهاق، وينخفض مستوى ضغط الدم؛ لذا تشعر المرأةُ بالإعياء سريعًا.

– الغثيانُ والقيء: عندَ بعض النساء يبدأ الشعورُ بالغثيان والميل إلى التقيُّؤ في الظهور مبكرًا مع الأسبوع الثاني من الحمل.

– النفورُ من الطعام والرَّوائح والتدخين: قدرةُ المدخنات من النساء الحوامل في الإقلاع عن التدخين أعلى من غير الحوامل منهن، فكثيرًا ما ينفرنَ تلقائيًّا منه، حتى وإن كنَّ مدخنات منذ فترة طويلة، ويحدث الأمرُ نفسُه مع بعض أنواع من الطعام حتى لو كان من الأكلات المفضلة، وكذا مع بعض الروائح.

– الصداع: تعاني بعضُ السيدات من صداع متكرِّر وخفيف إلى حدٍّ ما في وقت مبكر من الحمل.

– الإمساك: قد تبطئ حركةُ الأمعاء مما يؤدّي أحيانًا إلى الإمساك.

– التغيرات المزاجية: طوفانُ الهرمونات الجارف في جسم السيدةِ الحامل في المرحلة المبكرة من الحمل يجعلها عاطفيةً ومتقلِّبة المزاج وشديدة الانفعال وسريعة البكاء.

– الشعورُ بالدوار والإغماء: توجّه الدم إلى الرحم في مرحلة مبكرة من الحمل يؤدّي إلى الشعور بالدُّوار، وقد يحدث الإغماءُ في بعض الأحيان.

– انتفاخُ الجسم: يمكن أن تُسبِّب التغيرات الهرمونية في مراحل الحمل المبكرة انتفاخَ الجسم بشكلٍ مشابه لما تشعرُ به المرأة مع بداية الدورة الشهرية.

– تشنجاتٌ بالرحم: تعاني بعضُ النساء من تشنجاتٍ خفيفة في الرحم أثناءَ مراحل الحمل المبكرة.

– احتقانُ الأنف: تزداد أغشيةُ الأنف المخاطية سمكًا وتتعرَّض للجفاف وينزف الدمُ منها بسهولة، مما قد يؤدّي إلى انسداد الأنف أو سيلان السوائل منها.

لا تعتبر العديدُ من هذه العلامات والأعراض خاصَّة بالحمل فقط. فقد تشير بعضُها إلى قرب الإصابة بمرض معين أو إلى اقترابِ بدْء الدورة الشهرية، كما قد تصبح السيدةُ حاملًا دون أنْ تعاني من العديدِ من هذه الأعراض، كما قد تستمرُّ ندرة من النساء في الدورة الشهرية حتَّى في أثناء الحمل. كما قد تشعر المرأةُ بكلٍّ أو معظم الأعراض المميزة للحمل رغمَ أنها ليست بحامل. هذه الظاهرة نادرةٌ وتسمَّى بالحمل الكاذب.

الحالةُ النفسية للحامل:

تصاحب فترة الحمل العديدُ من المشاعر المؤثرة على نفسية الحامل وجنينِها، ومن ذلك:

– **السعادة**: تبلغ السعادةُ أوجَها حينما يأتي أولُ حمل ينتظره الزوجان، خاصَّة لو كان بعدَ فترة من العقم، وتترافق مشاعرُ السعادة والفرح مع ثباتِ الحمل المخطط له، وعند التأكدِ من سلامة الجنين وصحته.

– **الغضب**: يشتعل الغضبُ كجزءٍ من توابع التغيرات الهرمونية التي تصحَب الحمل، كما أنَّ متاعبَ الحمل وتبعاته يطوِّران هذه المشاعرَ الغاضبة. وقد يستجيش الحملُ المشاعر السلبية بشأنِ العلاقات العائلية والزوجية الصعبة والشعور بعدم الأمان وخيبات الأمل والخذلان في الدَّعم وتلبية الاحتياجات العاطفية والمادية التي ربَّما تمت تجاهلها أو قمعها في السابق.

– **الحزن**: يلعب ارتفاعُ مستوى الهرمونات أثناءَ الحمل دورًا في شعور الحامل بالحزن بلا سببٍ ظاهر. تحزن المرأةُ الحامل نتيجةً لرفضها الحمل أو رفض زوجِها له، أو عدم تلقّيها الدعم النفسي والمادي المناسب من زوجها وممَّن حولها، وكذا بسببِ العجز عن تقديم العلاج الطبي لها حينما يلمُّ بها

المرض خوفًا على جنينها، إلى جانب زيادة الحساسية حول ما تسمعه من مشكلات الحمل والولادة التي حدثَت لَمن سبقنَها من الحوامل.

– **الخوف والقلق**: بعضُ النساء يشعرنَ بالقلق أو الخوف من التغيرات التي تقع خلالَ الحمل أو تلك المتعلقة بالولادة خاصَّة حينما يكون هذا هو الحملَ الأول، أو حدث في حملٍ سابق مفاجآت غير صحية تسبَّبت في المعاناة والألم الشديدين أو الخطورة على الحياة، كما تخشى الحاملُ أن يكون الجنين مريضًا أو مُعاقًا أو على غير الجنس المرْجو. يتدفَّق في رأس الحامل سيولٌ من الأفكار والخواطر والعواطف تكتسحُ في طريقها راحتها، وقد ترقى شدَّة الخوف إلى درجة الرهاب. قد تؤدي المستوياتُ المرتفعة من القلق إلى الإصابة بالاكتئاب بعد الولادة.

– **اكتئابُ الحمل**: قد تصاب بعضُ النساء بالاكتئاب قبلَ الحمل، ولكن يمكن أن يستمرَّ هذا الاكتئاب خلال الحمل. يحدث اكتئابُ الحمل لأسباب مختلفة، من بينها أحداث الحياة المُجهدة والتوتر والقلق، كما يمكن أن يكون الحملُ متعبًا في ذاته بما فيه الكفايةُ لحدوث الاكتئاب، وقد يكون الاكتئابُ أكثرَ خطورة عند النساء اللواتي لديهنَّ تقديرٌ منخفض للذات. كما أنه من المرجَّح أن يتكرَّر الاكتئاب في فترة الحمل أو بعَد الولادة أكثر من أيِّ وقت مضى إن كانتْ هناك مشاكل بشأن الصحة العقلية للحامل.

– **تقلباتُ المزاج**: التغيرُ السريع في الهرمونات أحدُ الأسباب القوية لتقلبات المزاج التي تعصفُ بحياة الحامل.

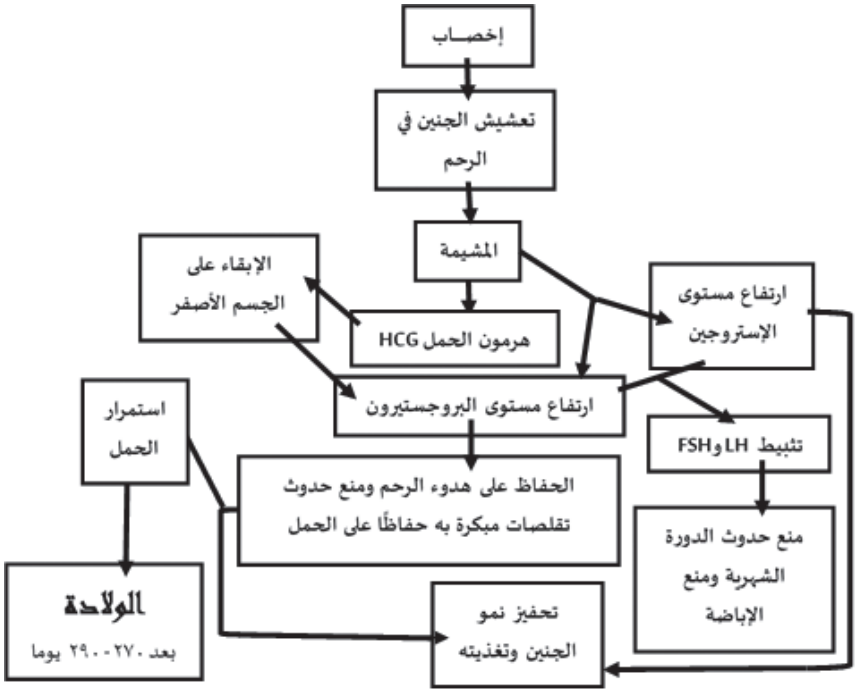
– **اضطراباتُ الشخصية**: قد تواجه النساءُ الحوامل مشكلاتٍ في الصحة العقلية والنفسية، مثل: الاضطراب الثنائي القطب، كرب ما بعدَ الصدمة، نوبات الهلع، اضطراب الوسواس القهري، اضطرابات الأكل... إلخ.

فسيولوجيةُ الحمل:

يتراوح عددُ أيام الحمل الطبيعي ما بين مائتين وسبعين يومًا إلى مائتين وتسعين يومًا، أما المتوسطُ العام له فيبلغ مائتين وثمانين يومًا، وهو ما يعادلُ

أربعين أسبوعًا من الحمل أو تسعة أشهر، ويبلغ عددُ الأيام في كلِّ شهر من أشهر الحمل ثمانية وعشرين يومًا فقط، وما زادَ من الحمل عن المائتين وتسعين يومًا فيعتبر حَملا متأخرًا، ويتوجَّب إنهاؤه من خلال اللجوء إلى الطَّلق الصناعي أو الولادة القيصرية، وذلك تجنبًا لحدوث أيٍّ من مشكلات الحمل المتأخر التي قد تضُّر بالجنين، مثل ازدياد حجمه ونقص السائل الأمينوسي حوله وموته المفاجئ.

كما في شكل (31)، عندَ حدوث الحمل فإنَّ مستوياتِ هرمون الإستروجين تستمرُّ في الارتفاع لتحفز نموَّ الكتلة العضلية والتغذية الدموية للرحم، كما أنَّ مستوى هرمون البروجيستيرون يرتفع كذلك ليحافظَ على هدوء الرحم ويمنع حدوث تقلصات مبكِّرة لعضلة الرحم. كذلك فإنَّ ارتفاعَ مستويات البروجيستيرون والإستروجين يعمل على تثبيط إفراز هرمونات LH وFSH الأمرُ الذي يمنع حدوثَ الدورة الشهرية والإباضة أثناء فترة الحمل.



شكل (٣١): فسيولوجيا الحمل.

عندَ بدء الشهر الثالث للحمل يصبح دورُ الجسم الأصفر ثانويًّا في إنتاج كمياتٍ كافية من الإستروجين والبروجيسترون، وتتولَّى المشيمة القيامَ بهذا الدور لضمانِ استمرار طبيعي للحمل، كما تفرز كذلك هرموناتٍ أخرى تعمل على نموِّ الجنين والتحضير لإفراز الحليب.

تمُدُّ المشيمة الجنينَ بما يغذيه من دم الأم أثناء بقائه داخلَ الرحم. ويصل المشيمة بالجنين الحبل السُّري وهو أبيضُ لامع طولُه حوالي نصف متر، ويحتوي على أوعية دموية تنقل الغذاءَ والأوكسجين من المشيمة إلى الجنين، والفضلات من الجنين إلى المشيمة فالأوعية الدموية للأم.

إنَّ مشيمةَ البشر تختلف عنْ مشيمة معظم الحيوانات الثديية. ففي الأخيرة تنحصر خلفَ حاجز من خلايا الأم، الأمر الذي يتيحُ لأنسجة الأم التَّحكم في الإمدادات الغذائية للجنين، ولكنَّ المشيمة في البشر – وكذا في بعض الثدييات الأخرى – تخترق الدورةُ الدموية للأم للوصول مباشرةً إلى مجرى دمها. فمن خلال المشيمة الخارقة يضخُّ الجنين هرموناته في شرايين الأم فتبقيها مفتوحةً ليؤمِّن لنفسه تدفقًا دائمًا من الدم الغني بالمواد الغذائية والأكسجين، وبذلك تستطيع هرموناتُ الجنين أن تنفذ بسهولةٍ للأم فتزيد من نسبةِ السكر في دمها وتوسعُ من شراينها وتزيدُ من ضغط دمها، ولذلك كانت حاجةُ الجنين المستمرة للغذاء قد تسبِّب التعبَ الشديد للأم وارتفاع ضغط دمِها وإصابتها بداء السكري وتسمم الحمل.

تستطيع أمهاتُ الثدييات طردَ أو امتصاص أجنَّتها الميتة إذا لزمَ الأمر. أما بالنسبة للإنسان فبمجرَّد ارتباط الجنين بدم الأم عبرَ المشيمة فإنَّ أيَّ انقطاع لهذا الارتباط (حينما يعتري الجنين سوء أو حين وفاته) يمكن أن يؤدّي إلى حدوث نزيف للأم مما يعرِّض صحتَها وحياتها لخطر حقيقي.

عندما يتوافَر الغذاء والأوكسجين للجنين، تستكملُ الخلايا المكوِّنة له انقساماتها ونموّها بسرعة هائلة وسط ما يسمى بالجوفِ الأمنيوسي المملوء بسائلٍ يدْعى السائل الأمنيوسي Amniotic fluid المُحاط بغشاء ناعم

أمْلس يغلفه غشاء آخر أقسى منه وأسْمك، حيث يتحرَّك الجنين داخله ويسبح فيه. إنَّ لهذا السائل دورًا كبيرًا في حماية الجنين من الصدمات والرُّضوض الخارجية التي تتعرض لها بطنُ الأم، ويؤمن له حركةً سهلة داخل الرحم، كما يزوِّده بحرارة معتدلة ويسقيه.

في نهاية الحمل تصبح المشيمةُ عبارة عن كتلةٍ لحمية مستديرة يبلغ قطرُها 20 سنتيمترًا، وهي تتبعُ الوليد خروجًا من الأم حين الولادة.

مراحلُ نمو وتطور الجنين:

يمرُّ الجنينُ بعدَّة مراحل نمو منذُ بداية تخصيب البويضة بالحيوان المنوي وتكوين اللاقحة إلى أنْ يخرج يومَ ولادته إلى الدنيا وليدًا. يتمُّ إخصابُ البويضة في اليوم الرابع عشَر من اليوم الأول لآخر أيام الحيض. ويتمُّ الإخصابُ في قناة فالوب المسئولة عن نقلها إلى الرَّحم لتنغرس بعدَها في بطانة جدار الرحم بعدَ مرور عشرة أيام على تخصيبها.

في العادة يتمُّ تصويرُ الجنين بالموجات فوق الصوتية خلالَ فترة الحمل بهدف الاطمئنان على سير الحمل وعلى صحة الجنين، وذلك بفحص بطنِ الأم والتجويف الحوضي والحصول على صور تفصيلية للمشيمة وللجنين وغير ذلك.

جنينُ الشهر الأول: تتكوَّن المشيمةُ والنواة العصبية، ويبدأ تشكلُ النخاع الشوكي في الأسبوع الثالث من الحمل، وبعد أيام تتشكل بعضُ فقرات العمودِ الفقري، ويبدأ تشكلُ العضلات والقلب والأوعية الدموية، وتبدأ بعضُ أعضاء الجهاز الهضمي في التكون، ويبلغ الجنينُ آنذاك حجمَ حبة الأرز.

جنينُ الشهر الثاني: يعتبر أهمَّ شهرٍ في تكون أعضاء الجنين التي تتطوَّر بشكل سريع، وتبدأ الرأسُ والعينان والمعدة في الظُّهور، وتشرع العظامُ في التشكل، وتحلُّ محلَّ الغضاريف، وتبدأ الأطرافُ في الظهور.

جنينُ الشهر الثالث: يبدأ الجنينُ بتحريك ساقيه ورأسِه ويديه، ويغطي رأسَه بعضُ الشَّعر، وتتشكلُ الخلايا المكوّنة للأسنان، وتبدأ الأظافرُ في التكوُّن، وكذا الأحبال الصوتية، ويتشكل الجهازُ البولي وتبدأ الأعضاءُ التناسلية في الظهور بشكلٍ واضح، وتبدو نبضاتُ القلب تعمل سريعًا ما بين 120 إلى 160 نبضة بالدقيقة.

جنينُ الشهر الرابع: تتكونُ الأجفانُ والحواجب، ويصبح حجمُ الرأس نصفَ حجم الجسم، و تصبح حركاتُ الجنين واضحة وتشعرُ بها الأم.

جنينُ الشهر الخامس: يزدادُ النمو سرعةً وكذا الوزن، تصبح العضلاتُ أقوى وأكبرَ من الشهور السابقة، وفي هذا الشهر يمكن معرفةُ جنس الجنين.

جنينُ الشهر السادس: يصبح الجلدُ مجعدًا، وينمو المخُّ متسارعًا، وتصبح العظامُ أصلب وأقوى.

جنينُ الشهر السابع: يستطيع الجنينُ وضعَ أصابعه في فمِه وفتح وإغلاق عينه، وتتكونُ الرئةُ بشكل جزئي.

جنينُ الشهر الثامن: تنمو مراكزُ الإحساس بالمخِّ ويبدأ بالتمايز والعمل، والإشراف بشكلٍ كامل على عمل الجسم، ويبدأ جهازُ السمع بالتكوين، وتتسارع الرئةُ في الاكتمال.

جنينُ الشهر التاسع: يزيد وزنُ الجنين حتى يبلغ حوالي ثلاثة كيلوجرامات، ويكتمل نموُّ الرئتين، ويتخذ الجنينُ موضعَه في الحوض متَّجهًا برأسه للأسفل نحوَ عنق الرحم استعدادًا ليوم ولادته.

الجنينُ وبيئةُ الرحم:

ليستِ العواملُ الوراثية وحدَها هي التي تؤثر في طباع ونفسيَّة الطفل، ولكنَّ البيئة التي يعيش فيها الطفلُ داخلَ رحم أمه لها أكبرُ الأثر في تشكيل طباعه ونفسيتِه.

إنَّ مَّخ المرأة الحامل ومَّخ جنينها يعملان معًا عبرَ شبكة تواصل ضخمة ودقيقة، وتكون درجةُ الترابط فيما بينهما أكبرَ عندما تمرُّ الأم بمشاعرَ إيجابية حيث يُساعد ذلك على نموٍّ وتطور مخ الجنين وولادة طفل أكثرَ ذكاءً، بينما تعرض المرأة الحامل إلى مشاعر سلبية متواصلة وحالة نفسية سيئة مستمرَّة وضغوط عصبية متتالية يؤدّي إلى تقليل التواصل بين مخها ومخ جنينها، وبالتالي انخفاض معدَّل نمو الجهاز العصبي للجنين، كما يؤدّي إلى إفراز هرمونات التوتر التي تصلُ إلى الجنين من خلال المشيمة، الأمرُ الذي يضُّر بالجنين ضررًا كبيًرا. ويكون تأثيرُ هذا التوتر على صحَّة الجنين أشدَّ وقعًا في أول وآخر ثلاثة أشهر من الحمل.

ولذا كان من الأهمية بمكانٍ أن يتمَّ التعاملُ مع المرأة أثناءَ شهور الحمل بطريقة خاصَّة وعدم تعريضها إلى أيِّ عوامل ضغطٍ نفسي ومساعدتها على المرور من فترةِ الحمل بسلامة وأمان لها وللجنين.

ولكن – بصفةٍ عامة – شعورُ المرأة الحامل بحالة نفسية سيئةٍ على فترات متباعدة لا تؤثرُ على صحة الجنين.

الجنينُ والأدوية:

الأشهرُ الثلاثة الأولى من الحمل (من بدءِ الحمل حتى آخر الشهر الثالث للحمل): تعتبر هذه الأشهرُ الثلاثة الأولى الأكثرَ حرجًا وتأثيرًا؛ نظرًا لتكون أعضاء الجنين أثناءها، ولذا كان تناولُ المسكنات والأدوية فيها تعودُ بالتأثير السلبي من تشوُّهات على الجنين، باستثناءِ الأدوية التي ثبت أنّها آمنة خلال هذه الفترة.

الأشهرُ الثلاثة الثانية من الحمل (أول الشهر الرابع إلى آخر الشهر السادس للحمل): هذه الفترة أقلُّ حرجًا من الفترة السابقة لكن يجب الحذرُ من الأدوية والمواد التي من شأنها أن تسببَ تشوهات خلقيةً أو وفاة الجنين. كما أنَّ بعض الأعضاء يستمرُّ في النمو والبعض الآخر يبدأ بالتكوين خلال هذه الفترة مثل الوجْه والأطراف.

الأشهرُ الثلاثة الأخيرة من الحمل (أول الشهر السابع للحمل حتى الولادة): تكتمل أغلبُ أعضاء الجنين باستثناء الأعضاء الجنسية والدماغ، ولهذا يحظر استخدامُ الهرمونات الذكرية أو الأنثوية أو تناولُ الأدوية التي تؤثر على مستوى هذه الهرمونات خلالَ هذه الفترة، وكذلك يجب تجنبُ الأدوية النفسية والمهدّئات والمخدرات والكحوليات التي قد يكون مردودُها سلبيًّا كالتسبُّب بالإصابة بتخلفٍ عقلي أو مشاكل دماغية أو وفاة الجنين قبلَ الولادة، كما يمكن ملاحظةُ أعراض انسحابية شديدة لحديثي الولادة الذين كانت أمهاتُهم مدمنات.

الولادةُ الطبيعية:

هي الوسيلةُ الطبيعية التي تحدث تلقائيًّا لخروج الجنين من بطن أمِّه؛ ولذا يكاد ينحصر دورُ الطبيبة/ الطبيب في تقديم بعض الوسائل المساعدة والقيام بتوجيه الوالدة واستقبال الوليد/ الوليدة وتسهيل الخروج، وقطع الحبل السّري، والتخلص من المشيمة.

لا يمكن التنبؤ بموعدٍ دقيق للولادة الطبيعية، بل يتمُّ حسابُها بشكل تقريبي اعتمادًا على ميعاد الدورة الشهرية الأخيرة. عادة ما تحدث الولادةُ الطبيعية بينَ الأسبوع السادس والثلاثين والأسبوع الأربعين من الحمل، لكنْ في بعض الأحيان تحدث ولادةٌ مبكِّرة بين الأسبوع العشرين والأسبوع السادس والثلاثين.

أعراضُ ومراحلُ الولادة الطبيعية:

تنقسم الولادةُ الطبيعية قبلَ حدوثها بساعات إلى ثلاثِ مراحل، هي كالتالي:

المرحلةُ الأولى: المخاض:

يبدأ المخاضُ بانقباضات عضلاتِ جدار الرحم، أو ما يسمَّى بانقباضات الولادة أو الطلق Labor contraction وهي العلامةُ المؤكدة التي تستهلُّ بها الولادة، والتي تدلُّ على أنه قد حان وقتُ الولادة، وتعتبر هذه المرحلة هي أطولَ مراحل الولادة. يمرُّ المخاض بثلاثِ فترات متعاقبة، هي كالتالي:

1 – المخاضُ المبكر: تبدأ انقباضاتُ الولادة على غير انتظام وبتكرار كلِّ عشرين دقيقة تقريبًا، ثمَّ يتقلص الوقتُ بين الانقباضات بالتدريج، وتؤدّي هذه الانقباضات إلى توسع عُنق الرحم بشكل تدريجي، مما يساعدُ على نزول السدادة المخاطية التي كانَت تسدُّ عنقَ الرحم خلالَ فترة الحمل وتمنع دخولَ الحيوانات المنوية أو أيِّ عَدْوى إلى الرحم من خلال فتحة عنق الرحم، ويتخذ نزولُ هذه السدادة هيئةَ خطوط مخاطية أو إفرازات سميكة أو كتل صغيرة، وتكون حمراءَ اللون أو ممزوجة بخيوط دم رفيعة، كما تخرج بعضُ الإفرازات المهبلية متباينة الغزارة وقد يرافقُها نزولُ قطرات من الدم، وتشعر المرأةُ بألم أسفلَ ظهرها، ويتمزق الغشاءُ المحيط بالجنين المليء بالسائل الأمنيوسي، مما يؤدّي إلى خروج هذا السائل عبرَ فتحة المهبل، إما متدفقًا فجأة كالانفجار أو متسرِّبًا على هيئة قطرات.

2 – المخاضُ النَّشط: يبدأ عنقُ الرحم بالاتساع أكثر، وتشتدُّ قوةُ انقباضات الرحم، وتتقارب أوقاتُها وتنتظم حتى تصل إلى أن تكون كلَّ خمس دقائق تقريبًا، وعندئذٍ يجب التوجه إلى المستشفى.

قد يكون مِن المفيد اتباعُ النصائح التالية ريثما الوصولُ إلى المستشفى:

– التنفس بعمق وبشكل بطيء للمساعدة على الاسترخاء.

– تجنب الدفع والضغط حتى الوصول إلى المستشفى.

– شرب ما يكفي من الماء والسوائل.

3 – المخاضُ الانتقالي: تصبح الانقباضاتُ أكثرَ شدة، وبحلول نهاية هذه الفترة يتمدَّد عنق الرحم بشكل كامل ليصل اتساعُه إلى ما يقارب العشر سنتيمترات، وتشعرُ السيدة بضغط قوي أسفلَ ظهرها. تعتبر هذه الفترة هي أصعبَ وأقسى فترات الولادة على المرأة.

وهناك أعراضٌ أخرى ترافق المخاض مثل التالي:

- الحاجة للتبول والتبرز بشكل كبير ومتكرر، واحتمالية الإصابة بالإسهال أو الغثيان.
- يخفُّ ثقل البطن كثيرًا لأنَّ الجنين يكون قد استقرَّ في الحوض.
- يصبح التنفس أفضلَ وأسلس وتقلُّ كثيرًا صعوبته بسبب نزول الجنين إلى الحوض وتقليل الضغط على الحجاب الحاجز.

المرحلةُ الثانية: الدفعُ والولادة:

عندما يتَّسع عنقُ الرحم إلى عشر سنتميترات، يقوم الرحمُ بدفع الجنين للخارج، وتساعد السيدةُ الوالدة بالدفع مع تنظيم عملية التنفس بالتناغم معَ وتيرة انقباضات الرحم عندما يطلب منها الطبيبة/ الطبيب ذلك. وعندَ بروز رأس الوليد من خلال فتحة المهبل، سيتبعُه بفترة وجيزة خروجُ جسمه كله، ثمَّ يقوم الطبيب بقطع الحبْل السُّري، وبذا يتنسَّم الوليد أولَ أنفاسه ليزفرها بالبكاء والصراخ، ثمَّ يسكنُ في حضن أمه ليتناول أولَ رزقه من قطرات رضعته.

المرحلةُ الثالثة: إخراجُ المشيمة:

بمجرَّد أن تتمَّ الولادة يبدأ الرحمُ بالتقلص ليتخلص من المشيمة وكيس الماء ويطرحُهما إلى الخارج، وقد يتمُّ حقنُ الوالدة لمساعدة الرَّحم على الانقباض والمشيمة على الخروج، الأمرُ الذي قد يسبِّب عندَ بعض النساء الشعورَ بالغثيان والقيء، ويتمُّ التأكدُ من عدم وجود تمزُّقات بالمهبل أو عنق الرحم، وتوضَع الأم تحَت المراقبة لساعاتٍ قليلة للاطمئنان عليها وعلى المولود.

الولادةُ القيصرية Cesarean Section:

هي عبارة عن تقنيةٍ جراحية لإخراج الجنين والمشيمة من المرأة الحامل، بديلًا عنِ الولادة المهبلية الطبيعية، وتتمُّ هذه الجراحةُ عن طريق القيام بشقٍّ البطن فوقَ الرحم. وتعتبر من أكثر العمليات الجراحية الكبرى شيوعًا لدى السيدات.

وجراحةُ الولادة القيصرية ممكن أن تكون:

جراحة اختيارية Elective surgery وتتمُّ بالاتفاق على إجرائها مسبقًا، فهناك بعضُ النساء مَن يفضِّلن الولادة القيصرية لكي يتجنَّبْن آلامَ الولادة الطبيعية، أو من أجل أن تلدَ في تاريخ محدَّد أو لأسباب أخرى.

جراحة طارئة Emergency surgery وهي لم يخطط لإجرائها مسبقًا، ويرجح القيامُ بها بسبب حدوث مضاعفاتٍ خلال محاولات الولادة الطبيعية. تُجرَى العملية القيصرية في غُضون خمس وسبعين دقيقة إلى ثلاثين دقيقة أو أقلّ من اتخاذ القرار بحسب نوع المضاعفات.

أسبابُ اللجوء للولادة القيصرية:

أسبابٌ متعلقة بالجنين:

- الحمل المتعدد.
- لا يتخذ الجنين الوضعَ الصحيح للولادة.
- كبر حجم رأس الجنين.
- معاناة الجنين من مضاعفات أثناء الحمل أو المخاض (كبطء معدل نبضات قلبه)، مما يعرض حياته بطريقة مباشرة أو غير مباشرة للخطر.
- الوزن الزائد للجنين.
- ولادة التوائم.
- وجود عقد في الحبل السرى، أو التفافه حول الجنين.

أسبابٌ متعلقة بالأم:

- الحمل في سنٍّ متقدمة.
- الخضوع لولادة قيصرية سابقة.
- بداية تسمُّم الحمل Preeclampsia
- معاناة الأم من مرض في القلب، وهناك خطورة عليها إذا بذلت مجهودًا كبيرًا.

– تأخُّر عملية الولادة نتيجة قلَّة أو ضعف انقباضات الرحم، أو ضيق فتحةِ عنق الرحم، أو ضيق في عظام الحوض.. وغير ذلك من الأسباب.

– تكون المشيمة في وضعٍ غير طبيعي أسفلَ الرحم (المشيمة الساقطة Placenta Previa).

– تعرُّض المرأة لمضاعفات أثناءَ الحمل أو المخاض، تهدِّد بطريقة مباشرة أو غير مباشرة حياتَها للخطر.

الحملُ التالي للولادة القيصرية:

ينصح الأطباءُ بالانتظار قليلًا بعد الولادة القيصرية قبل الحمل مجددًا، حتى يكتمل التئامُ الجراح وعودةُ الرحم لحالته الطبيعية.

بعدَ الولادة القيصرية مازال بإمكان المرأة الولادة طبيعيًّا، لكن يتوقَّف ذلك على السبب الذي دفع الطبيب لتوليدِها قيصريًّا في المرَّة الأولى، فإذا كان سببًا عرضيًّا فمن المحتمل ألا يتكرَّر (مثل الولادة في توأم أو نزول الجنين بالمقعدة)، فيمكن حينَها التفكيرُ في الولادة الطبيعية شرطَ مرور خمسة أعوام على الولادة القيصرية، حتى لا يحدث تمزقٌ في الرحم في مكانِ جرح الولادة القيصرية القديم. أمّا إذا كان سببُ الولادة القيصرية قائم دومًا، مثلَ ضيق الحوض أو غيره، فغالبًا ما ستلدُ المرأة قيصريًّا في كلِّ مرة. إذا أجريت عمليةُ الولادة القيصرية مرَّتين متتاليتين فلا بدَّ عند الحمل بعدَ ذلك من إجراء الولادة القيصرية لأنَّ أنسجةَ الرحم قد لا تتحمَّل ضغط انقباضات الطلق عند الولادة الثالثة.

أعراضُ انقطاع الحيض عند بلوغ سن اليأس:

لانقطاع الحيض حينَ بلوغ المرأة سنَّ اليأس أعراضٌ نفسية وعضوية وصحيَّة، كالتالي:

– في أثناء السنوات التي تسبق سنَّ اليأس يبدأ إنتاجُ هرموني الإستروجين والبروجستيرون في الانخفاض، وتحدث الدورةُ الشهرية على

نحوٍ غير منتظم أو بمعدَّل أقل، كأنْ تأتي أكثرَ من مرة بالشهر أو تغيب عدةَ أشهرٍ متعاقبة، أو نزول كمية من الدماء أكثر أو أقلّ بكثير من المعتاد. وفي نهاية المطاف ومع تقدُّم المرأة في العمر، تنفذ البويضات الصالحة ويتوقفُ المبيضان عن إنتاج هرموني الإستروجين والبروجستيرون وينتهي الحيُض والإباضة بشكل دائم، ولا يمكن حينئذٍ حدوثُ الحمل بشكل طبيعي. ولكن هناك مِن النساء مَن يحدث لهنَّ الحيض بشكل منتظم حتى بلوغ سنِّ اليأس.

– تبدأ المرأةُ في الشعور بالهبات الساخنة قبل توقف الحيض عادة. في أثناء الهبةِ الساخنة تتوسَّع الأوعية الدموية تحت سطح الجلد، ونتيجة لذلك يزداد تدفقُ الدم مما يؤدّي إلى أن يصبح الجلد دافئًا ويصير لونُه أحمر، خصوصًا منطقتي الرأس والعنق. تستمرُّ الهبة الساخنة لفترةٍ تتراوح بين ثلاثين ثانية إلى خمس دقائق، وقد تتبعها قشعريرة.

– حدوثُ التعرُّق الليلي، وهو نتيجة الهبات الساخنة التي تحدثُ في الليل، وقد يكون غزيرًا.

– التعرضُ لتغيرات المزاج والاكتئاب والتهيُّج والقلق والعصبية وقلة الصبر ومشكلات النوم وضعف التركيز والصداع والتعب.

– قد يحدث حرقانٌ أثناءَ المعاشرة الجنسية بسبب جفاف المِهبل.

– قد تحدث زيادةٌ في الوزن بسبب رغبة الجسم في تخزين بعض الهرمونات، فيكثر تراكمُ الدهون في البطن والأجناب، حيث تمثل الدهون النسيجَ التخزيني للهرمونات.

– زيادةُ ظهور الشَّعر بمنطقتي الذقن وأعلى الشفة العليا وأسفل الأنف، وظهور حبوبٍ بالوجه نتيجة زيادة إفراز هرمونات الذكورة.

تأثيراتُ الشيخوخة على الصحة الجنسية:

أولًا: المرأة:

– زيادةُ احتمالية حدوث الأمراض القلبية والجلطات الدماغية.

– تُصبِح بِطانة المهبل رقيقة وجافة وأقلَّ مرونة بما يسمَّى الضمور المِهبلي، وبالتالي تزداد احتماليةُ حدوث آلام أثناء الجِماع والإصابة بالالتهابات المِهبلية. كما تصغر أحجامُ الشفرين الصغيرين والبَظر والرحم والمَبْيضين وقمعي فالوب.

– مِن الشائع أن يحدث ضعفٌ في الرغبة الجنسية، بينما تظلُّ معظمُ النساء قادراتٍ على الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية، ولكن يحتاج البعضُ منهنَّ إلى وقت أطول وجهدٍ أكبر للوصول إليها، وربما تستمتع بعضُ النساء بالنشاط الجنسي بشكلٍ أكثر لاستمرار الغدّتيْن الكظريتيْن في إنتاجِ الهرمونات الجنسية الذكرية والتي تساعد على الحفاظ على الرغبة الجنسية.

– ضعفُ عضلات قاع الحوض التي تدعم المثانةَ والرحم والمهبل والمستقيم، ونتيجة لذلك قد تتدلى هذه الأعضاءُ أو تهبط، مما يؤدّي أحيانًا إلى شعورٍ بضغط في الحوض أو شعورٍ بالامتلاء أو صعوبة في التبول أو الإصابة بسلسٍ البول أو البراز (عدم القدرة على التحكُّم في عمليتي التبول أو التبرز). تكون النساءُ اللواتي أنجبن العديدَ من الأطفال أكثر ميلًا لمواجهة مثل هذه المشكلات.

– يقلُّ حجمُ الثديين، كما يقل النسيجُ الضامُّ الذي يدعم الثديين أيضًا، ويستبدل النسيج الليفي فيهما بالدهون، مما يؤدّي إلى تهدلهما.

– تنخفضُ كثافة العظام، وأحيانًا تتطوَّر إلى هشاشة أو تخلخل العظام، مما يزيدُ من فرص التعرض إلى الكسور.

ثانيًا: الرجل:

لا يتوقف النشاطُ الهرموني وإنتاج الحيوانات المنوية عند الرجل، ولكنهما يشْهدان تراجعًا واضحًا مع التقدم في العمر، حيث تميل مستوياتُ هرمون التستوستيرون إلى الانخفاض، وعادةً توهن وتتراجع وظائفُ الأعصاب (فيخفت الإحساسُ العصبي الجنسي ويضعفُ الانتصابُ ويقل القذف) والجهاز الدوري (كتصلُّب الأوعية الدموية مما يضعفُ الانتصاب) والجهاز التناسلي (كتليف الأنسجةِ الكهفية فيضعف الانتصاب)، مما يؤدّي إلى التالي:

1 – ضعفُ الرغبة الجنسية.

2 – ضعفُ القدرة الجنسية، بسبب ارتفاع ضغط الدم – الإصابة بمرض السكري – التدخين – انخفاض معدل الكولسترول الجيد في الدم (الذي ينظف الشرايين) – انخفاض معدل هرمون DHEA (الذي تفرزه الغدةُ الكظرية ويساعد في إنتاج بعض الهرمونات منها التستوستيرون والإستروجين) وهو مؤشر الشيخوخة الجنسية.

يتمثل ضعفُ القدرة الجنسية في التالي:

– اضطراباتُ الانتصاب: حينما يقلُّ الإمداد الدموي للقضيب، ويحدث ضعفٌ تدريجي في مدَّة وصلابة الانتصاب، ويسرع القضيبُ في الارتخاء عقَب حدوث ذروة اللذة الجنسية، كما يحتاج لفترةٍ زمنية طويلة حتى يعاود الانتصابَ من جديد، وتنخفض حساسيةُ القضيب للملامسة والشعور بذروة اللذة الجنسية.

– اضطراباتُ القذف: يستغرق القذفُ وقتًا أطول حتى يتم، فالمسنُّ لا يعرف بوجه عام سرعةَ القذف، وتنخفض كميةُ السائل المنوي المقذوف، وقد يحدثُ أحيانًا الشعورُ بذروة اللذة الجنسية دون قذف.

تختلف استجابةُ الرجال من ناحيةِ النشاط الجنسي اختلافًا كبيرًا لتغيرات التقدم في العمر، فمِن الرجال مَن:

– يحتفظ بحيويته الجنسية مدى الحياة.

– يتوقف عن ممارسة الجنس – مضطرًّا أو مستسلمًا – على أثر تردٍّ عامٍّ في الصحة أو الإصابة بمرضٍ مزمن مؤثر أو هِرَم، فيصير غير مؤهل للقيام بالنشاط الجنسي.

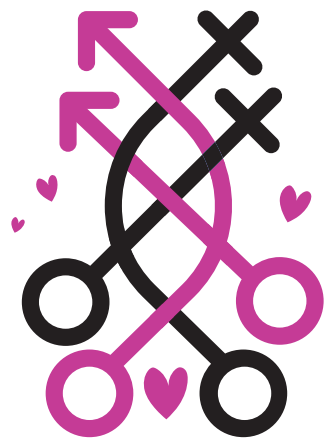
– يحاول جاهدًا أن يتداوى أو يتحايل ليعودَ إلى قدرته على ممارسة الجنس بشتى الوسائل الطبية والشعبية، لدرجة قد تصل به إلى الإنهاك الشديد وربما التردي الصحي.

الفصلُ الثّالث

الجنسُ تربويا

اقتضت حكمةُ الله تعالى أن تتوقف حياةُ الإنسان واستمرار وجودِه على تلبية نداء شهوتيْن قويتين قاهرتين، هما شهوتَا البطن والفرج، يتحققُ بإشباع الأولى بقاء الإنسان حيًّا، ويضمن إشباعُ الثانية استمرارَ وجود نوعه وتعاقب نسله بعدَ موته.

ويتشارك الإنسانُ مع الحيوان في امتلاك هاتين الشهوتين، ولكن تدور جلُّ أنشطة حياة الحيوان حولهما، بين مأكلٍ يسدُّ جوعته ومنكح يروي شبقته، فمن أجلِ إشباع الحيوان لهاتين الشهوتين قاتل وقَتَلَ وقُتِل وهاجر ونزحَ سيرًا على الأرض أو سباحة في الماء أو تحليقًا في السماء.



والإنسان ليس كالحيوان جلُّ همِّه شهوة بطنه ونهمة فرجه؛ لأنَّ الله تعالى كلفَه بعبادته واستخلفه في الأرض، وجعل من أدوات عبادته هاتيْن الشهوتيْن، ولكن أعداء الإنسان يوجِّهونه ويدفعونه ويغْرونه ويزيِّنون له كي يسعى كالحيوان وراءهما، ولتتمحور جلُّ حركة حياته عليهما.

ولكن الحقيقة..

أنَّ الطعام – على ضرورته – ليس هو قضية الإنسان المُسيطرة الحاكمة كما أرادها الفيلسوفُ الاجتماعي الاشتراكي الألماني «كارل ماركس» (1818 ـ 1883م)، وليس الجنس – على أهميته – هو القضيةَ المهيمنة الطاغية كما رآها الطبيبُ النفسي النمساوي «سيجموند فرويد» (1856 ـ 1939م)، فللإنسان السويِّ طريقٌ وسط بينهما، يأخذ منهما بما يتوافقُ مع تلبية احتياجاته الفطرية الضرورية من ناحيةٍ، وسموق رسالته وسناء مقصدِه من ناحية أخرى.

إنَّ الجنس – كأحد قطبي شهوة الإنسان – هو غريزةٌ فطرية قوية في أصلها متقلِّبة في طبيعتها مختلفة في شدَّتها، تتأرجح بين السكون تارةً والاستعار تاراتٍ أخرى، وهي في سكونها تتحضَّر وتتجهز وفي استعارها تتحرقُ وتتلظى، ولذا لزمَ لها نوع من الترويض والتهذيب والتشذيب والتنظيم والقيادة حتى لا تجرف الإنسانَ بعيدًا عن طريقه السَّوي الذي فيه راحته النفسية والعضوية، وتقودُه ليعمر الأرضَ ويعبد الله الواحَد الأحد، فهي حين يترك لها الحبلُ على الغارب تطيش وتعبثُ وتتوحش وتفترس وتجرف فتمحقُ وتدمر، وحين تروض وتهذب وتشذب وتنظَّم وتُقاد تريح وتروي فتبني وتعمر، إنَّ هذا النوع من الترويض والتهذيب والتشذيب والتنظيم والقيادة؛ هو صميمُ مقصد التربية الجنسية.

التربيةُ الجنسية ضرورةٌ لتروِّض وتهذب وتشذِّب وتنظم وتقودَ نشاطَ الإنسان الجنسي ليبني ويعمر، وتحولُه من عبدٍ له إلى مُسيطر عليه.

تعريفُ التربية الجنسية:

التربية الجنسية هي: «تنميةُ الاتجاهات السويَّة للإنسان أثناءَ مراحل نموِّه المختلفة نحوَ جنسه الذي ينتمي إليه ونحوَ الجنس الآخر ونحوَ التكاثر الجنسي وسائرِ الأمور الزوجية والأسرية، جنبًا إلى جنب مع مدِّه بالمعلوماتِ الجنسية الصحيحة بطريقة علميةٍ تتناسب مع التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية والسلامةِ الصحية، وتتواءم مع المرحلةِ العمرية التي يمرُّ بها منذ طفولته حتى شيخوخته وهِرَمه، وتصويب ما قد يعلَق بذهنه من معلوماتٍ وأفكار وقناعات واتجاهات وسلوكيات مشوَّهة مرتبطة بجنسه وبالجنسِ الآخر وبالنشاط الجنسي؛ وتنميةُ الضوابط الإرادية التي تحكم رغباته الجنسيةَ، وتعلمُ المهارات التي تسمحُ له بأخذ قرارات سليمة في مجالِ حياته الجنسية، وتجنبُ تعرُّضه للاستغلال والوقوع في أخطاء جنسية وتجاربَ غيرِ مسئولة، مما يؤهِّله لحياة تتَّسم بحُسن التوافق في المواقف الجنسية، وحُسن مواجهة مشكلاته الجنسية مواجهة واقعيةً سويَّة تؤدّي إلى تمام صحته الجنسية والنفسية وسلامة انتمائه لدينه وعقيدته».

إنه تعريفٌ يوضح أن التربيةَ الجنسية ليست أمرًا هامشيًّا يمكن إهمالُه أو تجاهله أو تجاوزه أو الاستحياءُ منه أو إقصاؤه، أنه ضرورةٌ ملحَّة لازمة لحياة إنسانية سوية، خاصة بعدما تلوثتِ الأجواء من حول الإنسان بالجنس، وحاصرتْه بدراما فضائية ماجنة يشاهدها، وبمواقع إلكترونية إباحية يطالعها، ووسائل تواصلٍ لا محدودة مع الجنسِ الآخر يستخدمها، وباختلاطٍ به ما به من تجاوزات يتشاركها بشوارع يسلكُها ونوادٍ يعمرها ودورِ تعليم يرتادها،

وكلها أجواءٌ زخرت بألوانٍ من العُري ومظاهر من الجنس والتفلُّت الأخلاقي والاختلاط الفَج، وطرحت ثقافات وفلسفات تتيهُ معتنقيها عن سلوك الطريق القويم الذي يرضي الله عزَّ وجلَّ، ويريح النفس والبالَ والضمير.

تبدأ فاعليات التربية الجنسية والإنسانُ مازال جنينًا في بطن أمه، وبعدَ شهور قليلة من التقاط أنفاسه الأولى عقبَ ولادته، وتستمرُّ معه فتراتُ مراحل طفولته المتتالية بأمان، وتعدُّه لاجتياز مرحلة المراهقة بسلام، ثمَّ تقوده ليتخيَّر (إن كان شابًّا) أو تقبَل (إن كانت فتاة) شريكَ الحياة المناسب/ المناسبة، وتعلمه كيف يتعايشُ معه في حياة إنسانية راقيةٍ رائعة عفيفة مُشبعة مهمَا طالَ العمر من رشدِه إلى شيخوخته حتى هِرَمه، وتتوقف عندَ زفره لأنفاسه الأخيرة حين احتضاره.

التربيةُ الجنسية تلاصقُ وتلاحق الإنسانَ طوال رحلة حياته المَديدة من قبْل أولى صرخات الوضْع حتى آخر أناتِ النزع.

روافدُ التربية الجنسية

للتربية الجنسية عدةُ روافد تغذيها، هي كالتالي وفقًا لأهميتِها:

(1) التربيةُ الجنسية الإيمانية

تعامل الإسلامُ مع الغريزة الجنسية أروعَ تعامل، واعتبرها جزءًا من العبادة التي يُثاب عليها المرء ويؤجَر مادامت تقضَى بالحلال، ولم يطلق العنانَ لها لتسبح أينما شاءت وكيفما شاءتْ بلا قيود تحدُّها ولا ضوابط تحكمُها، كما هو الشأنُ في المذاهب والفلسفات الإباحية التي تموجُ بها مجتمعات البشر على الأرض الآن، كما لم يصادِم هذه الغريزة أو يتجاهلها كما هو الحال في مذاهب الرهبانية والتنسُّك، بل وضعَ لها حدودًا تنطلق ضمنَ إطارها، فشرع الزواجَ وحرَّم الزنا وملحقاته ومقدماته أشدَّ التحريم، ورغَّب في الزواج وأزال العوائقَ التي تعترضه، كما نهى عن التبتُّل والرهبنة واعتزال النساء، ولذلك عجزتْ أزمة الجنس التي عصفت – ومازالت تعصف – بالبشرية المنكوبة قديمًا وحديثًا أن تجدَ لها مجالًا في المنظومة الإسلامية الحقيقية.

لقد كان – وسيظل – الإيمانُ بالله والعملُ بشريعته هو العاملَ الأكثر تأثيرًا في قيادة الميول الجنسية وتوجيهها بما يحقق هدف وجودِها في حياة الإنسان. إنه قوة ردْع ليس فيها من القمع قدرَ ما فيها من الوعي والالتزام والتقوَى وتحمل المسئولية.

إن رؤيةَ الإسلام إلى الجنس في تكاملها وتناسقها وشمولها غيرُ مسبوقة من الوجهة التاريخية والاجتماعية والثقافية والعلمية والفلسفية، وما تزال حتَّى اليوم – بعد كلِّ ما ظهر من مذاهب وفلسفات وقيم وعقائد – تتفردُ وحدَها بالشمول والعمق والاتزان والتناغم والرقة والدقة.

فكم مِن آية بالقرآن العظيم، وكم مِن موقفٍ بسيرة النبي الكريم، وكم من حُكم فقهي شرعي تناول طرفًا من الحياة الجنسية أو ذكرَ معلومة جنسية، أو توجيهًا لأداء عملٍ جنسي، أو نهيًا عن فعل جنسي بأسلوب راقٍ مهذَّب رفيع، فيه التصريح تارة والتلميح تارة أخرى، وبطريقة فيها من الطهْر والعفَّة والروْعة والرقَّة ما فيها.

فلطالما حدثنا القرآنُ الكريم عن الجماع بتعبيرات وكلمات غاية في الرُّقي، فقال تعالى: {وَٱلَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَٰفِظُونَ ۞ إِلَّا عَلَىٰٓ أَزْوَٰجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۞ فَمَنِ ٱبْتَغَىٰ وَرَآءَ ذَٰلِكَ فَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْعَادُونَ} (المؤمنون: 5–7)، وقال سبحانه: {...فَلَمَّا تَغَشَّىٰهَا حَمَلَتْ حَمْلًا خَفِيفًا...} (الأعراف: 189)، وقال جل شأنه: {...أَوْ لَٰمَسْتُمُ ٱلنِّسَآءَ...} (النساء: 43).

وعن حُكم الجماع ليالي الصيام قال سبحانه: {أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ ٱلصِّيَامِ ٱلرَّفَثُ إِلَىٰ نِسَآئِكُمْ ۚ هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ ۗ...} (البقرة: 187)، وأثناء الاعتكاف بالمسجد: {...وَلَا تُبَٰشِرُوهُنَّ وَأَنتُمْ عَٰكِفُونَ فِى ٱلْمَسَٰجِدِ ۗ...} (البقرة: 187)، وأثناء الحج: {...فَمَن فَرَضَ فِيهِنَّ ٱلْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِى ٱلْحَجِّ ۗ...} (البقرة: 197).

وعن المحيض قال تعالى: {وَيَسْـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَٱعْتَزِلُوا۟ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ ٱللَّهُ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ} (البقرة: 222).

وعنْ إتيان المرأة بالطريقة التي تريح النفسَ بشرط أن تكون في الموْضع الذي يكون منه الإنجاب، وفي الوقت الذي يجوز فيه الجماع، وعن التمهيد لعملية الجماع قال تعالى: {نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا۟ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُوا۟ لِأَنفُسِكُمْ ۚ...} (البقرة: 223)..

وعن خلق الإنسان، قال تعالى: {ولقد خلقنا الإنسان من سلالة من طين ۞ ثم جعلناه نطفة في قرار مكين} (المؤمنون: 12–13)، {إِنَّا خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ

مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَٰهُ سَمِيعًۢا بَصِيرًا} (الإنسان: 2)، {أَلَمْ يَكُ نُطْفَةً مِّن مَّنِىٍّ يُمْنَىٰ} (القيامة: 37).

كما كانت التربية الجنسية جزءًا لا يتجزَّأ من سيرة النبي صلى الله عليه وسلم، رغم أنها لم تُخَصَّص بدرس معين ولا بوقتٍ محدد، فكان الرجلُ يأتي إلى النبي صلى الله عليه وسلم ويسأله في الأمور الجنسية، وتأتي المرأة تسأل كذلك دونَ أن يمنعها من ذلك حياء أو خجل، ومعلمُ البشرية الهادي البشير الصادقُ الأمين صلى الله عليه وسلم يجيب بجوامع الكلم وبغاية الرقي واللطف.

أهم مفردات التربية الجنسية الإيمانية:

استمدَّت التربية الجنسيةُ من الشريعة الإسلامية نصيبًا وافرًا من مفرداتها، كالتالي:

الحرصُ على أداء العبادات والطاعة والقيام بالأعمال الخيرية:

مِن أفضل الأعمال التي يقوم بها المسلم هي كلُّ ما يتعلق بأداء العبادات، خاصَّة المفروضة منها والمداومة على الذهاب إلى المساجد، وأداء الصلوات الخمس على أوقاتها، وأداء النوافل قدرَ المستطاع، والحرص على حضور مجالس العلم والذكر وقراءة القرآن، وحفظ وتدبُّر ما تيسَّر منه، والإكثار من صوم التطوع لأنَّ الصوم يخفف من حدَّة الشهوة ويسكنها، ويقوّي من خشية الله ومراقبته، ويدربُ على الصبر والتحمل. ولقد أرشد الرسولُ صلى الله عليه وسلم الشباب الذين لا يستطيعون الزواج إلى صيام النفل قائلًا: «يا معشَرَ الشباب مَن استطاع منكم الباءةَ (تكاليف الزواج) فليتزوج، فإنه أغضُّ للبصر وأحصنُ للفرج، ومَن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء (قاطع للشهوة)»، رواه الجماعة.

وصيامُ النفل هو صيام أيِّ أيام غير الصيام المفروض في شهر رمضان، وهو يشمل صيامَ يومي الاثنين والخميس من كلِّ أسبوع، وصيام الأيام الثلاثة الوسطى من كلِّ شهر عربي، وصيام ستَّة أيام من شهر شوال، وصيام يوم عاشوراء ويوم قبلها أو يوم بعدها، وصيام يوم عرفة، وأفضل الصيام

هـو صيـامُ «داود» – عليـه السـلام – فـكان يصـوم يومًـا ويفطـر يومًـا، والالتـزام بـالأذكار النبويـة، والدعـاء والاسـتغفار الدائمـيْن لله عزَّ وجـلّ، وممارسـة الدعوة إلى الله، ومسـاعدة الآخريـن عـلى الهدايـة، ومحاربـة المحرَّمـات بالحكمـة والموعظة الحسـنة، ومسـاعدة الفقـراء والمسـاكين والأيتـام، وإشـغال النفـس بالأعـمال الخيريـة المفيـدة كالمسـاهمة في بعـض أنشـطة الجمعيـات الخيريـة، وعيـادة المـرضى بالمستشـفيات، وزيـارة الأيتـام والمسـنين في دورهم، والـتردد على المقابـر؛ للاطلاع والتدبـر في واقـع المـرضى والأيتـام والمسـنين والموتـى واستشـعار نعمـة الصحـة ونعمـة الحياة، والاسـتغراق في الدراسـة أو العمـل المهني، ومطالعـة مفيدة في كتب أو تصفـح مواقـع دينية وثقافية عـلى الإنترنت للاسـتزادة من المعـارف، وملء حيِّز مـن الذاكـرة بحفـظ بعـض المحفوظـات والأشـعار والحَكـم القيمـة، والالتفـات إلى الفـن والتعبـير عـن المشـاعر عـلى شـكل صـور ولوحـاتٍ وشِـعر، والإقبـال عـلى ممارسـة الرياضـة بانتظـام لتقويـة الجسـم والحفاظ عـلى الصحة، والاشـتراك في الرحـلات المدرسـية والكشـفية والعائليـة، والقيـام بنزهـات ترويحيـة مـع رفاق مأمونـين، وممارسـة هوايـة مـن الهوايـات المفيـدة، وإنجـاز أعـمال يدويـة لتنميـة المهـارات، والاهتـمام بالأناقـة وحسـن الهنـدام، وغـير ذلك مـن المجـالات النافعه التـي تقـرب إلى الله تعـالى وتغـذي الفكـر وتهذب الـروح وتقوّي الجسـمَ وتسـمو بالخلـق وتـصرف الأوقـات فيما هـو نافع ومفيـد. كلُّ ذلـك خيرٌ معين عـلى مقاومة رغبـات النفـس وتخفيـف غَلـواء الشـهوة وكـسر حـدَّة الغريزة.

الالتزامُ بأدب الاستئذان:

شرعَ الإسـلام طـرْقَ الأبـواب للاسـتئذان عنـد الدخـول عـلى الآخريـن في بيوتهـم وغرفهـم الخاصة، قـال سـبحانه: {يَٰٓأَيُّهَـا ٱلَّذِيـنَ ءَامَنُـوا لِيَسْتَـْٔذِنكُمُ ٱلَّذِينَ مَلَكَـتْ أَيْمَٰنُكُـمْ وَٱلَّذِيـنَ لَمْ يَبْلُغُـوا ٱلْحُلُمَ مِنكُـمْ ثَلَٰثَ مَـرَّٰتٍ ۚ مِّن قَبْلِ صَلَـوٰةِ ٱلْفَجْرِ وَحِـينَ تَضَعُـونَ ثِيَابَكُـم مِّنَ ٱلظَّهِـيرَةِ وَمِنۢ بَعْـدِ صَلَوٰةِ ٱلْعِشَآءِ ۚ ثَلَٰثُ عَـوْرَٰتٍ لَّكُمْ ۚ لَيْسَ عَلَيْكُـمْ وَلَا عَلَيْهِـمْ جُنَـاحٌۢ بَعْدَهُـنَّ ۚ طَوَّٰفُـونَ عَلَيْكُـم بَعْضُكُـمْ عَـلَىٰ بَعْـضٍ ۚ

كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ ٱللَّهُ لَكُمُ ٱلْآيَٰتِ ۗ وَٱللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ} (النور: 58)، وروى «أبو موسى» – رضي الله عنه – أنَّ رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «الاستئذان ثلاثٌ فإن أذنَ لك فادخلْ وإلّا فارجع»، رواه مسلم.

إنَّ للاستئذان فوائدَ وقائيةً جليلة منها الحفاظُ على الحياء والستر، وعدمُ قطع الخلوَة بين الزوجين، وتجنب الاطلاع على ما يجب سترُه من أقوال وأفعال وأنشطة، وتحقيق الخصوصية.

حضَّت الشريعة الإسلاميةُ على تعليم مَن يخالطون أهل البيت من الخدم والأطفال الذين لم يبلغوا الحلم بعدَ الاستئذان قبل الدخول عليهم في أوقات الراحة والنوم، التي أثناءها يتمُّ التخففُ من الملابس، أو لكون الزوجيْن في وضع لا يجوز أن يطَّلع عليهما أحد، وهذه الأوقات هي: حين الاستيقاظ من النومً عند الفجر، وحين الذهاب إلى النوم ليلًا، ووقت القيلولة بعد الظهر، بنَصِّ الآية السابقة.

ويحُّل للطفل المميّز (الذي يستطيع تمييزَ ما يراه ويمكنه وصفُه وتذكره) الدخولُ على أهل البيت دون استئذان في غير هذه الأوقات، ولكن يستحبُّ له إلقاءُ السلام لقوله عليه الصلاة والسلام لـ«أنس بن مالك» في الحديث الذي رواه الترمذي: «يا بني، إذا دخلتَ على أهلك فسلم، يكون بركةً عليك وعلى أهل بيتك»، فمن بركات هذا السلام توافرُ المزيد من الحيطة وإشعارُ أهل البيت بقدوم أحد.

أمّا إذا بلغ الأطفالُ الحلمَ فعلى الآباء والمربّين أن يعلموهم آدابَ الاستئذان في هذه الأوقات الثلاثة وفي غيرها، شأنهم في ذلك شأنُ البالغين الكبار؛ امتثالًا لقوله تبارك وتعالى: {وَإِذَا بَلَغَ ٱلْأَطْفَٰلُ مِنكُمُ ٱلْحُلُمَ فَلْيَسْتَـْٔذِنُوا۟ كَمَا ٱسْتَـْٔذَنَ ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ ۚ...} (النور: 59).

وينبغي على الزوجين إغلاقُ باب غرفة نومهما عليهما جيدًا عندَ فترات الاسترخاء والنوم، سواء ستقوم بينهما علاقة جنسيَّة أم لا، فيعتاد الأبناءُ والبنات

على منظرِ غرفة النوم المغلقَة على الوالدين، وأنه عندَ الحاجة إلى أحدهما أو كليْهما فعليهم طرق الباب والاستئذان.

إنَّه من السيئ للغاية أن يرى الأبناءُ والبنات مشهدًا جنسيًّا يتمُّ بين الأبوين، رغم أنَّ وجودَ الأطفال في ذاته دليل مادي قاطع على حدوث جِماع تمَّ في وقت سابق بينهما. إنَّ من سيئات رؤية الأطفال لنشاط جنسي بين والديهم أنَّ ما شاهدوه لن يمحى من الذاكرة حتى ولو لم يدركوا مَغزاه، وأنَّ هناك رسالةً سلبية ستطبع في أذهان الأطفال، مثل: أن يكرَه الطفل الصغير أباه لأنه ظنَّ أنه يعتدي على أمه، أو تكره الطفلةُ أباها لقسوته وتبغض أمَّها لأنها تركت والدَها يعتدي عليها أو ربما تشفق عليها، هذا إن كانا لا يُدركان ما الأمر، فإذا كانا مُدركيْن له فلربما احتقرَا والديهما، أو ربَّما اشمأزّا من العلاقة الجنسية أو كرهَا الزواج برُمَّته – خاصَّة البنت – أو استعرَ لديهما أثرُ الإغراء الجنسية. وقد يترجمُ الولد/ البنت هذا الرصيدَ من الاشمئزاز بالانسحاب من أنشطة الأسْرة المختلفة التي تجمعُه مع والديه كتناول الطعام والخروج للتنزُّه وزيارات الأقارب والأصدقاء، أو بالانتقام والعدوان وسوء الأدب معهما، أو بالانجراف إلى الانحراف الجنسي بأيِّ لونٍ من ألوانه.

الالتزامُ بآداب النوم:

أرشدنا الإسلام إلى بعض الآدابِ حين النوم، ينبغي الحرصُ على ممارستها، منها ما يلي:

أ) التهيئةُ للنوم: من السنَّة أن يكون النوم على وضوء، وبملابس طاهرة، وعلى فراش طاهر، وقبل النوم تقرأ المعوذتين وآيةَ الكرسي وبعضَ الأدعية المأثورة، وتجنُّب احتضان بعِض الأشياء كالدمى الكبيرة الحجم والوسائد، كما أنَّه من الأفضل ارتداءُ ملابس نوم مريحة وفضفاضة.

ب) هيئةُ النوم: من السنَّة النومُ على الجانب الأيمن وتجنُّب النوم على البطن، وأن يكون النائم مستقبلَ القبلة بوجهِه ما أمكن اتِّباعًا لتوجيه النبي صلى الله عليه وسلم.

جـ) توقيتُ النوم: يجب أن تكون أوقاتُ الذهاب إلى النوم والاستيقاظ منه ثابتةً محدَّدة، على أن يكون ميعاد نوم الأولاد أبكرَ قليلًا من ميعاد نوم والديهم، وأن يكون النومُ ليلًا والنشاطُ نهارًا، فالليل سكنٌ والنهار معاش، والاعتياد على التوجه إلى المخادع في ميعاد النوم المعتاد أو حين الحاجة الفعلية للنوم، وعدم الاستلقاء على الفراش قبلَ الشعور بالنعاس أو لم تكن هناك رغبة في النوم، كما يجب تركُ المخادع والنهوض سريعًا بعدَ الاستيقاظ من النوم مباشرة، والاعتياد على أخذ «قيلولة» (النوم ساعة أو أكثر قليلًا من بعد الظهر حتى قبلَ صلاة العصر) خاصَّة أيام فصل الصيف، ويكون الاستيقاظ لصلاة الفجر وعدم النوم بعده، وهو الوقتُ المسمَّى بالـ«حيلولة» (لأن النوم وقتها يحول بين المرءِ وطلبه للرزق)، وتجنُّب النوم بعد العصر، وهو الوقتُ المسمَّى بالـ«عيلولة» (النوم فيه يجلب العلةَ والمرض)، كما يجب تجنبُ النوم الطويل أثناءَ النهار مما يؤخرُ أو يضيع أداءَ الفروض ويجلب الكسل.

د) التفريقُ في المضاجع بين الذكور والإناث: ينبغي التفريقُ بين البنين والبنات في المضاجع حينما تصير أعمارهم بين السابعة أو الثامنة على الأكثر، ففي الحديث الشريف عن «عمرو بن شعيب» عن أبيه عن جدِّه – رضى الله عنهم – أنَّ رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «مُروا أولادَكم بالصلاة وهم أبناءُ سبع، واضربوهم عليها وهُم أبناء عشر، وفرِّقوا بينهم في المضاجع» (رواه أحمد وأبو داود)؛ لإغلاق السبُل التي يمكن أن تفضي إلى الوقوع في الحرام، ولغرس العفَّة والحياء والأدب في نفوس الأبناء والبنات.

ويشمل هذا التفريق – أيضًا – الإناثَ بينهنَّ وبين بعضهنَّ، والذكور فيما بينهم، كما ينطبقُ على نوم الفتى بجوار أمِّه أو إحدى مَحارمه والفتاة بجوار أبيها أو غيره من محارمها.

إنماءُ قيمة الحياء:

الحياء هو قيمةٌ تسمو على العديدِ من القيم، ومن تحت عباءته تخرج جلُّ القيم، جعله الإسلامُ خلقه، فقال نبيُّ الرحمة صلى الله عليه وسلم : «إنَّ لكلِّ دين خُلُقًا، وخُلُقُ الإسلام الحياء» (رواه الإمام مالك في الموطأ).

والإنسانُ يستحي من ثلاث: مِن الله تعالى ومن نفسه ومن الناس، فالحياءُ من الله عزَّ وجلَّ يمنع التقصيرَ في عبادته ومن إتيانِ الأوزار والآثام التي تغضبُه والاجتهاد لنيْل رضاه، والحياء من النفس يبعث على قولٍ وفعل ما يرفع قدرها وقيمتَها واجتناب كلِّ ما يحطُّ من شأنها ويترفَّع عن فعل كلِّ ما يستقبحه العقل، ولا ترتضيه الفطرةُ السويَّة، ولا يقبله الذوقُ السليم، والحياءُ من الناس يحضُّ على دعم قيم المجتمع السويَّة، ونبذ كلِّ ما يضاد أعرافَ المجتمع البناءة.

إنَّ الحياءَ يتمثل في أبهى صوره وأدهشها بأصغر خليةٍ أنثوية ترغب في الزواج، بالمَشيج الأنثوي أو البويضة، بينما يتمثل السعيُ والمبادرة إلى الزواج بكلِّ جرأة وإقدام في المشيج الذكري أو الحيوان المنوي. إنَّ البويضة تتصرف كأنثى من أول وهْلة، إنها لا تندفع تجاهَ الحيوان المنوي من تلقاءِ نفسها وكأنَّ لديها من الحياء ما يمنعُها من إبداء رغبتها الفطرية القوية فيه، وإنَّما الذي يسوقها إليه سوقًا تلك الأهدابُ التي تبطن قناةَ فالوب وقمعه، بينما يبادرُ الحيوان المنويُّ كذكرٍ مسرعًا ساعيًا في سباقٍ محمومٍ مع أقرانه مِن الحيوانات المنوية الأخرى متوجهًا صوبَ أنثاه بإصرارٍ محاولًا الفوزَ بها دونهم، لينال مرادَه وراحة باله.

الحياءُ فطرة من الفطَر المغروسة في نفوس الأطفال منذ مولدهم، ومع مرور الأيام قد تظلُّ هذه القيمة وتترسَّخ أو يعتريها التآكلُ فتخفت وتخبو، أو تنتزع من الإنسان انتزاعًا فتذرُه حطامَ كائن هائمٍ على وجهه، وما حالُ الغرب منّا ببعيد.

من وسائل إنماءِ وترسيخ الحياء في نفوس الأبناء والبنات منذُ الصغر عدمُ قيام الأم بتغيير ملابس طفلِها أمام أحد، أو إدخال أكثرَ من طفل للاستحمام معًا بحجَّة أنهم صغار، وتعويد الطفل ابنِ أربعة أعوام على الأكثر ألا يتكشَّف على أحد، وعلى غلق باب الحمام أثناءَ قضاء حاجته، واعتماد الطفل ابن سبعة أعوام على نفسه في الاستحمام اعتمادًا كليًّا، وذلك بعدَ تدريبه جيدًا على كيفية تنظيفِ جسده كله وإعطاء كلِّ جزءٍ منه حقَّه من النظافة. كما يجب أن يقوم

الوالـدان بتربيـةِ أطفالهـم قبـل بلوغهم بوقتٍ مناسـب عـلى النظرة الحَـلال وغرس قيمـة غـضِّ البصر، كـما يجب تقويـةُ صلة الأطفـال بالله – عـزَّ وجـلَّ – وتذكيرهم برقابـة الله تعـالى عليهـم، وأنـه لا يَخفـى عليـه خافيـة، فيتعلمـون الحيـاءَ مـن الله، ويتولَّـد لديهـم نوعٌ مـن الرقابـة الذاتية.

يجُـب أن تربَّـى الفتيـاتُ إلى عـدم ممارسـة بعـض السـلوكيات التي مِن شـأنها نقـلُ الانطبـاع عنهـنَّ بأنهـنَّ قليـلات الحيـاء، مثـل إصـدار الضَّحـكات الجريئـة الرنّانـة، والخضـوع بالقـول وترقيـق الكلـمات والجُمـل والألفـاظ بلـين ودلال أمـامَ الأجانـب مـن الرجـال وأثنـاءَ الـرَّد على المكالمـات الهاتفيـة، وعلى مَـن يطرق البـاب، وفي المراسـلات والتواصُـلات والشـات، وعـدم التطـرُّق إلى العديـد مـن المَوضوعـات الخاصَّـة والمسـائل الشـخصية مـع فـردٍ أو أفـراد مـن الجنْـس الآخر، فيطمـع مَـن في قلبـه مـرض، وكذلـك الفتيـان أيضًا.

إنَّ الحيـاء كقيمـة يصعـب للغايـة أن تـأووب بعـدَ هدرهـا، فهـو درعٌ يحمـي الإنسـانيةَ مـن تغـوُّل البهيميـة، وسـيبقى جمـالُ الحيـاة مـا بقـيَ بهـا روعـة الحيـاء، كقـول الشـاعر العبـاسي «أبـو تمـام» (803م – 845م):

يعـيش المـرءُ مـا اسـتحيا بخـير ... ويبقـى العـودُ مـا بقـيَ اللحـاء

فـلا والله مـا في العيـش خـيرٌ ... ولا الدنيـا إذا ذهـبَ الحيـاء

إذا لم تخـشَ عاقبـةَ الليـالي ... ولم تسـتحْي فافعـلْ مـا تشـاء

وواقـعُ المجتمعـات المعـاصرة مـعَ الحيـاء مؤسـف، فقَـد بدأ نـزعُ بُرقـع الحياء يتسـلَّل في حيـاة الأطفـال والكبـار خفيـةً وبهـدوء حتـى صـارَ في النهايـة جارفًـا عاصفًـا لا يبقـي ولا يـذر.

فمنـذُ النصـف الثـاني من القـرن المنْصرم وعقـبَ انتهاء الحـرب العالميـة الثانية شـنَّ أعـداءُ الإنسـانية عـلى الحيـاء حربَهـم الحديثـة المعْلنة، بـدأتْ بمظاهر بسـيطة تدعـو إلى ذيـوع الاختـلاطِ بـين الرجال والنسـاء بغـير داع، ثـمَّ.. تطـوَّرت الأمور إلى سـلعنةِ المـرأة (جعْلهـا سـلعة) وانتشـار صوَرهـا في الشـوارع والصحـف وعلى

أغلفةِ المجلات وفي المسلسلات والإعلانات والأفلام بدعوى أنَّ.. «المخرج عايز كده».. «الجمهور عايز كده».. «أهو ده اللي ماشي».. مُستغلين الفتيات الجميلات من الفقيرات المعوزات ذوات الظُّروف الصعبة أو سيئات الخُلق أو الفارّات من بلادهنَّ أو عائلاتهنَّ أو المريضات نفسيًّا، أو اللائي أغْراهن وأغواهنَّ مَن لديهم أغراضٌ خبيثة.. ومع الأيام ازدادَ الطين بلَّة بامتهان بعض النساء لمِهَن من لوازمها ارتدائهنَّ أقلَّ القليل من الملابس، كالفتيات اللائي يعملن كموديلاتٍ في الإعلانات وفي عروض الأزياء، وكالفنانات في الأفلام والمسلسلات، وإبرازهن كقدوات لمقاييس الجمال ليحتذي بها الناس، كما تسرَّبت من الميديا عناوين برامج فضائية لموضوعات لا تعرف رائحةَ الحياء، كما تكاثرتِ الأخبار المجتمعية التي تشيع الجرأةَ على الحياء والتَّحقير منه، وانزلق العديدُ من الشباب الفاجر والفتيات الغريرات في التواصل الجنسي صوتًا وصورة ومقاطع فيديو عبر الإنترنت، وتدنَّى الأمرُ وأمستْ هناك بقاع على أرض الله يمارَس فيها التعرّي كشواطئ العراة ونوادي العُراة التي يقصدها المريدون من كلِّ حدب وصوب، وازدادَ التدني حثيثًا إلى أن أمسى هناك «نجوم» أفلام إباحية – رجال ونساء – يتقاضون الأجورَ نظير القيام بمُمارسات جنسية مختلفة الألوان والأشكال مع أيِّ أحياء، وباستخدام أيِّ أشياء، فذهبَ الحياء من المُمارس والمُشاهد والمُتكلم والسامع والمُستسلم والساكت... إلخ، فنجح أعداءُ الإنسانية – إلى حدٍّ بعيد – في حربهم المعلَنة على الحياء.

في العصور الزاهرة السابقة كان الحياءُ عنصرًا أساسيًّا في أخلاق الناس، حيث كانت حياتُهم تمثل قدوةً في هذا المضمار، ومِن هذه الأمثلة القدوة ما يلي:

بعدَ انتقال النبي صلى الله عليه وسلم إلى الرفيق الأعلى ورحيلِ أبيها «أبي بكر الصديق» – رضى الله عنه – ودفنهما أسفلَ حجرتها، قالت السيدة «عائشة» أمُّ المؤمنين رضي الله عنها: «كنت أخلعُ ثيابي في حجرتي ولم أكنْ أتحرَّج، وأقول زوجي وأبي»، فلما دفنَ الفاروقُ «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه بجوارهما قالتْ رضي الله عنها: «كنت أشدُّ عليَّ ثيابي حياءً من عمر».

استحيتْ رضي اللهُ عنها من رجل ميتٍ مدفون تحتَ الثرى، وغيرُها لا تستحي من الرجال الأحياء الساعين فوق الأرض، وتستترُ من ميت كان في حياته مثالًا للطُّهر والتقوى والعفاف والورع، وغيرها يتكشَّف للأحياء من الذباب والذئاب والخبثاء ومَعدومي الحياء وقليلي الأدب والدين.

وهذه السيدة «فاطمة الزهراء» – رضي الله عنها – ابنةُ رسول الله صلى الله عليه وسلم لما حضرتها الوفاةُ قالت لـ«أسماء بنت عميس» رضي الله عنها: «يا أسماء، إني قد استقبحتُ ما يصنع النساء، يطرحُ على المرأة الثوب فيصفُها» (أي: يغطي جسد المتوفاة بثوب فتبدو مَعالمه)، قالت «أسماء»: «يا ابنةَ رسول الله صلى الله عليه وسلم، ألا أريك شيئًا رأيتُه بأرض الحبشة؟» (كانت «أسماء» رضي الله عنها من المُهاجرات إلى الحبشة)، فدعتْ بجرائد رطبة (زعف النخيل) فحنتها، ثمَّ طرحتْ عليها ثوبًا، فقالت «فاطمة» رضي الله عنها: «ما أحسنَ هذا وأجمله، فإذا أنا متُّ فاغسليني أنتِ وعلي، ولا تُدخلي عليَّ أحدًا». فلّما توفيت غسَّلها زوجها «علي بن أبي طالب» رضي الله عنه و«أسماء بنت عميس» رضي اللهُ عنها، فكانت أولَ مَن غُطِّي عليها نعشُها في الإسلام، وصلى عليها زوجُها «علي بن أبي طالب» رضي الله عنه، وقيل صلى عليها «العباس بن عبد المطلب» رضي الله عنه عمُّ الرسول صلى الله عليه وسلم، ودفنت ليلًا كما أوصتْ بذلك، وفي مَقبرة البقيع أودع جسدُها الطاهر، ونزلَ في قبرها زوجُها «علي» و«العباس» و«الفضل بن العباس» رضي الله عنهم جميعًا.

استحيتْ رضي الله عنها أن يطَّلع أحدٌ على جسدها وهي ميتة، ومُسلمة اليوم تكشف جانبًا من جسدها – قلَّ أو كثر – وهي حية.

وعن «عطاء بن أبي رباح» قال: قال لي «ابن عباس» رضي الله عنهما في الحديث المتَّفق عليه: ألا أريك امرأةً من أهل الجنة؟ فقلت: بلى. قال: هذه المرأة السوداء أتتِ النبي صلى الله عليه وسلم فقالت: إني أُصرَع، وإني أتكشَّف، فادعُ الله تعالى لي، قال صلى الله عليه وسلم: «إن شئتِ صبرتِ ولك الجنة، وإن شئت دعوتُ الله تعالى أن يعافيك»، فقالت: أصبر. فقالت: إني أتكشَّف، فادع الله أن لا أتكشف، فدعا لها.

إنَّها كرهت أن تتكشَّف ويتعرى جسدُها حينما تضربها نوباتُ الصرع التي لا إرادة لها فيها، وغيرها تتكشَّف وتتعرى بإرادتِها وهي صحيحة وفي عافية، لتصرع الرجال.

ويضيق المكانُ عن ذكر المزيدِ من الأمثلة التي يزخر بها التاريخ الناصع للمسلمين.

حقًّا..

شتّان الفارقُ بين مسلمات تلك العصور السالفة الزاهرة وبينَ بعضٍ مِن مسلمات هذه العصور الحالية المنكوبة.

ولا يقتصر الحياءُ على الإناث فقط، بل هو – أيضًا – للذكور قيمةٌ وفضيلة، فهذا هو ذو النورين «عثمان بن عفان» رضي الله عنه ثالثُ الخلفاء الراشدين كان من أشدِّ الناس حياء، فلقد روى «الترمذي» عن «أنس بن مالك»، قَال: قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم: «أرحمُ أمتي بأمتي أبو بكر، وأشدُّهم في أمرِ اللَّه عمر، وأصدقُهم حياء عثمان بن عفانَ...»، صحَّحه «الألباني» في صحيح «الترمذي».

ولعلَّ من أجل قدْر عظَم هذه الخصلة الحميدة التي لا تأتي إلا بخير، كانت الملائكة تستحيي من «عثمان» رضي الله عنه ما لا تستحيي من غيره، كما في الحديث الذي رواه «مسلم» عن «عائشة» رضي الله عنها، قالَت: « كان رسولُ الله صلى الله عليه وسلم مضطجعًا في بيتي، كاشفًا عن فخذيْه، أو ساقيه، فاستأذنَ أبو بكر فأذن له، وهو على تلك الحال، فتحدث، ثمَّ استأذن عمرُ فأذن له وهو كذلك، فتحدث، ثمَّ استأذن عثمانُ فجلس رسول الله صلى الله عليه وسلم وسوَّى ثيابه، فدخلَ فتحدث، فلمّا خرج قالَت «عائشة» رضي الله عنها: دخل أبو بكر فلم تهتش له ولم تبالِه، ثمَّ دخل عمر فَلَم تهتش له ولم تبالِه، ثمَّ دخل عثمان فجلستَ وسوَّيت ثيابك؟ فَقَال صلى الله عليه وسلم: «ألا أستحي من رجلٍ تستحي منه الملائكة؟».

غرسُ العفة:

للعفَّة دورٌ كبير في الحدِّ من طغيان الغريزة الجنسية؛ ولذا كانت المجاهدة للحفاظ عليها واجبة، قال تعالى: {وَلْيَسْتَعْفِفِ ٱلَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُغْنِيَهُمُ ٱللَّهُ مِن فَضْلِهِۦ...} (النور: 33).

إنَّ الشهوة الجنسية ليست مجرَّد فورةٍ تهيج ورغبةٍ تثور وأعضاءٍ تحتقن يجب إشباعُها وإخمادها فورًا وبأيِّ صورة، بغضِّ النظر عن التَّبعات الدنيوية والأخروية؛ ولذا يجبُ تربية البنين والبنات على أنه مَن يهتم فقط بإشباع الدافع الجنسي بأي طريق وبأيَّة وسيلة دون تبصر ودون تحمُّل مسئولية ما يفعل مثله كمثل مَن يهتمُّ بإشباع جوعه بأيِّ غذاء، بصرف النظر عن كونه حلالًا أم حرامًا، صحيًّا أم غير صحي.

يشمل الحفاظُ على العفة جانبين: جانب مادي: وهو الكفُّ عن السؤال حفاظًا على ماء الوجه، والاستغناء عما في أيدي الناس، والاكتفاء بما يسدُّ حاجةَ الجسد بالحلال، ولا مجالَ هنا لتفصيل هذا الجانب. وجانب معنوي: وهو الكفُّ عن الحرام بأنواعه، وضبط النَّفس عن الشهوات والانحرافات، وطهارتها وتزكيتها من أهوائها وتمسُّكها بالفضائل والمحامد، ولزوم الصُّحبة الصالحة، والزواج المبكر... إلخ.

الالتزامُ بغض البصر:

غضُّ البصر قيمة تسدُّ بابًا لاحبًا من أبواب جهنم، وتغلق الطريقَ أمام الشيطان من الوصول إلى القلب والعبث به بوساوس العشق والوَلَه والجنس، وتبعد النفسَ عن التعرض للمُغريات واقتراف المنكرات، وتحفظ العينَ لتستحق شرفَ النظر إلى ربِّ العالمين في الحياة الآخرة.

أمرَ اللهُ – عزَّ وجلَّ – المسلمين والمسلمات بغضِّ البصر في قوله تبارك وتعالى: {قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ

لَهُـمْ إِنَّ اللهَ خَبِيرٌ بِـمَا يَصْنَعُونَ - وَقُـلْ لِلْمُؤْمِنَـاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِـنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُـنَّ...} (النـور: 30-31).

وفي الحديـث القـدسي الـذي رواه الحاكمُ والطـبراني، قال رسـولُ الله صلى الله عليـه وسـلم فيـما يرويه عـن ربِّه عـزَّ وجَـل: «النظرة سـهمٌ من سـهام أبليـس، مَن تركهـا مـن مخافتي أبدلتُـه إيمانًا يجـد حلاوتَه في قلبـه». وفي الحديـث الشريف الذي رواه أحمَـد والطـبراني عـن «أبي أمامـة» رضي الله عنـه، عـن النبـي صـلى الله عليـه وسـلم قـال: «ما مِن مسـلم ينظر إلى مَحاسـن امـرأة ثمَّ يغـضُّ بـصَره إلا أحدث اللهُ لـه عبـادة يجـدُ حلاوتَهـا في قلبه». ويتبينُ مـن ذلـك أنَّ أيَّ لذة دنيوية يحرم الإنسـانُ نفسَـه منهـا خشـية لله وابتغـاءَ مرضاته سـبحانه سـيبدله اللهُ عنها بلذَّة أخـرى خيرًا منهـا في الدنيـا والآخرة.

روى البخـاري عـن «عبـد الله بن عبـاس» رضيَ الله عنهما، قـال: أردفَ رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم «الفضـل بـن عبـاس» يـوم النحـر (في الحـج) خلفَـه على عجُـز راحلتـه (ركبَ عـلى الراحلة خلف النبـي صلى الله عليـه وسـلم)، وكان «الفضـل» رجـلًا وضيئًا، فوقـف النبي صـلى الله عليه وسـلم للنـاس يفتيهـم، وأقبلـتِ امـرأة مـن خثعم وضيئةٌ تسـتفتي رسـولَ الله صـلى الله عليـه وسـلم، فطفـق «الفضـل» ينظـرُ إليهـا، وأعجبه حسـنُها (وفي روايـة: فجعـل «الفضـل» ينظرُ إليها وتنظـر إليه)، فالتفـتَ النبي صلى الله عليـه وسـلم و«الفضـل» ينظر إليها، فأخلـفَ صلى الله عليه وسـلم بيده فأخـذَ بذقـن الفضل، فعـدل وجهَه عن النظـر إليها (وجعـل النبي صلى الله عليـه وسـلم يـصرف وجـهَ «الفضـل» بعيـدًا)». كان «الفضـل بـن عباس» رضي الله عنهـما الشـابُّ الوضيء يـؤدّي فريضـةَ الحج وبصحبـة النبي صلى الله عليـه وسـلم وملازمَـه عـلى راحلتـه، ولكـن ذلـك لم يمنعْـه مـن التأثـر بالنسـاء والنظـر إليهـن، فعاملَـه النبـي صـلى الله عليـه وسـلم بـكل رقـيٍّ ولطـف وبَسـاطة بإمسـاك ذقنِـه وإدارة وجهـه وصرف بصرِه برفـق للناحية الأخرى.

إن إطلاق النظر أمر كله مضار، كقول «أبو الطيب المتنبي» (915–965م):

كلُّ الحوادث مبدأها من النظر ... ومعظمُ النار من مُستصغر الشرر
كم نظرة فعلت في قلب صاحبها ... فعلَ السهام بلا قوس ولا وتر
والمرءُ مادام ذا عينٍ يقلبها ... في أعين الغيد موقوفٌ على الخطر
يسُرُّ مقلتَه ما ضرَّ مهجته ... لا مرحبًا بسرورٍ عادَ بالضرر

لا يحِلُّ للرجل أن ينظرَ إلى امرأة أجنبية عنه (أي: ليست من محارمه) ولا المرأة إلى الرجل الأجنبي عنها (ليس من محارمها)؛ إلا لغرضٍ شرعي، مثل حالات الشهادة وطلب العلاج والرؤية الشرعية بغرض الزواج... إلخ، وكلٌّ بقدر الحاجة دون زيادة. وإن وقعَ البصر فجأة على محرَّم ومن غير قصد فينبغي صرفُ البصر عنه سريعًا، وإنَّ استدامة النظر يوقع في الإثم، لما رواه «جرير بن عبد الله» قال: «سألتُ النبي صلى الله عليه وسلم عن نظر الفجأة فأمرني أن أصرفَ بصري»، (رواه مسلم).

والمحارمُ هي كلُّ امرأة يحرمُ على الرجل الزواجُ منها حرمةً مؤبَّدة، وكلُّ رجل يحرم على المرأة الزواج منه حرْمة مؤبَّدة، ومِن المحارم مَن هنَّ محرَّمات بالنسب أو الولادة (سبع نسوة)، ومَن هنَّ محرَّمات بالرضاعة (اثنتان)، ومن هنَّ محرَّمات بالمصاهرة (أربع نسوة)، وكلُّ هذه الحالات جُمعَت في آيتين اثنتين من سورة النساء في قوله تعالى: {وَلَا تَنكِحُوا مَا نَكَحَ ءَابَآؤُكُم مِّنَ ٱلنِّسَآءِ إِلَّا مَا قَدْ سَلَفَ ۚ إِنَّهُۥ كَانَ فَٰحِشَةً وَمَقْتًا وَسَآءَ سَبِيلًا – حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَٰتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَٰتُكُمْ وَعَمَّٰتُكُمْ وَخَٰلَٰتُكُمْ وَبَنَاتُ ٱلْأَخِ وَبَنَاتُ ٱلْأُخْتِ وَأُمَّهَٰتُكُمُ ٱلَّٰتِىٓ أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَٰتُكُم مِّنَ ٱلرَّضَٰعَةِ وَأُمَّهَٰتُ نِسَآئِكُمْ وَرَبَٰٓئِبُكُمُ ٱلَّٰتِى فِى حُجُورِكُم مِّن نِّسَآئِكُمُ ٱلَّٰتِى دَخَلْتُم بِهِنَّ فَإِن لَّمْ تَكُونُوا۟ دَخَلْتُم بِهِنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ وَحَلَٰٓئِلُ أَبْنَآئِكُمُ ٱلَّذِينَ مِنْ أَصْلَٰبِكُمْ وَأَن تَجْمَعُوا۟ بَيْنَ ٱلْأُخْتَيْنِ إِلَّا مَا قَدْ سَلَفَ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَّحِيمًا} (النساء: 22–23).

يجوز للرجل أن ينظرَ من ذوات محارمه إلى ما يظهر منهنَّ غالبًا كالرقبة والرأس والكفين والقدمين ونحو ذلك، وليس له النظرُ إلى ما يستتر غالبًا كالصَّدر والظهر

والبطن ونحو ذلك، فليس هناك حاجة للنظر، وقد لا تؤمن معه إثارة الشهوة، ولا تليقُ بشهامة الرجولة، ولا تتفق مع عفافِ الأنوثة، فيحرم على المُحرم الذكر – ولا سيَّما إذا بلغ سنَّ المراهقة – أن يرى إحدى مَحارمه من النساء وقد ارتدتِ الثياب القصيرة الكاشفة أو الثياب الرقيقة الفاضحة أو الثياب الضيقة الواصفة.

ويحرمُ على المرأة أن ترى ما بين السرَّة والركبة لأحد محارمها من الرجال.

وللمرأة أن تبدي زينتَها لزوجها وباقي مَحارمها المذكورين بالآية التالية: {وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوْ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ...} (النور: 31). ومواضعُ زينة المرأة عند العرب خمسةٌ، هي كالتالي: الحلق في الأذن – العقد أو القلادة في الرقبة – الأساور في المعصم – الخلخال في القدم – الدُّمُلوج في العضد (مثل ما كانت تلبسُه المصريات في عصور قدماء المصريين).

ولا يجوز نظرُ الرجل إلى الرجل فيما بين سرَّته إلى ركبتيه، كما لا يجوز أن تنظرَ المرأة الصالحة إلى المرأة فيما بين سرَّتها إلى ركبتيها، أما المرأةُ الفاجرة التي من المُمكن أن تصف النساءَ للرجال فيجب أن تستترَ منها النساء وكأنها رجل أجنبي.

والأصلُ في ذلك ما رواه مسلم عن «أبي سعيد الخدري» عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: «لا ينظر الرجلُ إلى عورة الرجل ولا المرأةُ إلى عورة المرأة» رواه مسلم والترمذي، وما رواه «عبد الله بن أبي جعفر» عنْ رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: «ما بين السَّرة والرُّكبة عورة» (رواه الترمذي).

إنَّ مَن عفَّ عن محارم الناس وأعراضهم عفَّ الناسُ عن محارمه وأعراضه، وإنَّ مَن انتهك أعراضَ الناس سلط الله عليه مَن ينتهك عرضَه ويفضحه ولو في جوف بيته، مصداقًا لما رواه «ثوبان» عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: «لا تؤذوا عبادَ الله ولا تعيروهم ولا تطلبوا عوراتهم فإنَّ مَن طلبَ عورة أخيه طلب اللهُ عورته حتى يفضحَه في بيته» (رواه أحمد).

سترُ العورة:

العـورةُ هـي مـا يجب سـترُه من جسـم الإنسـان، وهـي إمـا مغلَّظـة أو مخففة. والمغلظـة هـى القبلُ والدُّبـر، أما المخففة بالنسـبة للرجـل ما بين الـسَّرة والركبتين. وبالنسـبة للمـرأة جميـعُ بدنهـا عورةٌ مـا عدا الوجـه والكفين عنـد أغلـب الفقهاء.

الطفـل/ الطفلـةُ الصغـير ابـنُ أربعة أعوام فـما دونَها فلا عـورةَ له، أمـا إذا زاد عمـرُه عـن أربع سـنوات صـار من الواجـب سـترُ عورتـه المغلَّظة. وقـد يكون من المُهـم – خاصَّـةَ في هـذا الزمـان – تعويدُ الطفـل/ الطفلة قبـلَ بلوغه أربعـة أعوام على سْـتر عورتـه المغلَّظة عـن الغير.

وينبغـي عـلى الوالديـن أن يسـترَا عوراتهما عن أطفالهـما ذكورًا وإناثًـا من ذوي العامـين أو العامـين والنصـف، فـلا يجلسـا بالمَلابـس الداخليـة أو ملابـس النـوم الخاصـة أو يقومـا بتغيـير ملابسـهما أمامهم.

كـما يجـب تبـصرةُ البنـين والبنات بدَنـاءة مَن يكشـف عورتـه برضـاه ورغبته، وكأنـه بذلـك يرفـض إكـرامَ الله تعـالى لـه ومنَّـه عليه بسـتره كإنسـان، كـما في قوله تعـالى: {يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ قَدۡ أَنزَلۡنَا عَلَيۡكُمۡ لِبَاسٗا يُوَٰرِي سَوۡءَٰتِكُمۡ وَرِيشٗاۖ وَلِبَاسُ ٱلتَّقۡوَىٰ ذَٰلِكَ خَيۡرٞۚ ذَٰلِكَ مِنۡ ءَايَٰتِ ٱللَّهِ لَعَلَّهُمۡ يَذَّكَّرُونَ} (الأعراف: 26).

كـما ينبغـي عـلى الفتـاة أن تتربَّى عـلى ألّا تخلـع ثيابها في غـير بيتهـا إلا لضرورة كالكشـف عنـد الطبيب، ولا تخلع ثيابهـا إلا في مكانٍ آمن لا يطَّلـع عليها أحد. لقد كثـرتِ الأماكـن التـي تخلع فيهـا الفتـاةُ ثيابها خـارج بيتهـا كمحلّات بيـع الملابس والنـوادي وحمّامـات السـباحة وصـالات الألعـاب الرياضيـة (الجيم) والشـواطئ ودورات الميـاة العامـة... وغير ذلك.

وللأسـف الشـديد هنـاك مَـن يختلـس النظـرات، ومَـن يسـجل ويصـور مـا يحـدث في هـذه الأماكن مـن خلع النسـاء الغافلات لَملابسـهنَّ أيًّـا كان الغرضُ من هـذا الخلـع، بقصـد التمتُّع بالنظـر إلى أجسـادهنَّ أو المبادرة باسـتغلال ما سـجلوه وصـوروه ماديًّـا ولا أخلاقيًّـا، والمواقـع الإباحيـة مـلأى بمثـل هـذه الأفـلام التي

تـمَّ تصويرهـا في غفلةٍ مـن ضحاياها، ومحاضر أقسـام الشرطة وسـجلات المحاكم زاخـرةٌ بالتهديـدات الابتزازيـة، ومـا طوتْه الأيـام وسـترَه اللهُ تعالى أكثـر وأكثر.

إنَّ كشـف الإنسـان لعورتـه نـوعٌ مـن العقـاب الـذي ينزلـه اللهُ تعـالى عـلى العصـاة، فلقـد كشـف الله – عزَّ وجـلَّ – عـورةَ أبي البـشر «آدم» وأمِّ البشر «حواء» عليهـما السـلام نتيجـةَ عصيانهـما لـه سـبحانه وطاعتِهـا للشـيطان الرجيـم بالأكل مـن الشـجرة المحرمـة عليهـم، فقـال في كتابـه الكريـم: {فَوَسْـوَسَ لَهُـمَا ٱلشَّـيْطَٰنُ لِيُبْـدِيَ لَهُـمَا مَـا وُۥرِيَ عَنْهُـمَا مِـن سَـوْءَٰتِهِمَا...} (الأعـراف: 20).

لقـد حـذَّر النبـي صلى الله عليه وسـلم النسـاءَ من ذلـك، فعن «عائشـة» رضي الله عنهـا أنَّ نسـوةً مـن أهـل حمص (بلد بالشـام) اسـتأذن عليهـا فقالـت: «لعلكنَّ مـن اللـواتي يدخلـنَ الحمّامـات؟ (حمامـات عامَّـة تسـتحم فيهـا النسـاء) سـمعتُ رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم يقـول: أيـما امـرأة وضعـت ثيابَهـا في غـير بيـت زوجهـا فقـد هتكـتْ سـترَها بينها وبـين ربهـا» (رواه أحمـد وأبـو داود والترمذي).

رهَّب الإسـلامُ النسـاءَ مـن ارتداء الملابـس الفاضحة كاشـفة العـورة فتحركُ شـهوةَ مَـن يراهـن مـن الرجـال، وتوعدهـن بعـدم دخولهـنَّ الجنـة أو حتـى شـمّ ريحهـا، فقـد روى «أبـو هريـرة» رضي الله عنـه أنَّ رسـول الله صلى الله عليه وسـلم قـال: «صنفـان من أهـل النار لم أرَهمـا، رجال معهم سـياطٌ كأذناب البقـر يضربونَ بهـا النـاس، ونسـاء كاسـيات عاريـات مُميـلات مائلات رؤسـهنَّ كأسـنمة البخت المائلـة لا يدخلـنَ الجنـة ولا يجدنَ ريحهـا، وإنَّ ريحَها ليوجَد من مسـيرة كـذا وكذا» (رواه مسلم).

ولا يجـب أن يصـدر حـذاءُ المـرأة صوتًـا حينـما يـضرب الأرضَ بغـرض لفت الانتبـاه إليها، اسـتجابةً لقول الله تعـالى: {..، وَلَا يَضْرِبْـنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَـمَ مَا يُخْفِينَ مِـن زِينَتِهِـنَّ...} (النور: 31).

إنَّ اتبـاعَ الشريعـة الإسـلامية يعفـي الإنسـانَ من الخـوض في تجـارب أليمة تفسـد عليـه دنيـاه ودينَـه، ومـا أنكـر النـاس أمـرًا حسـمتِ الشريعة الإسـلامية

قضيتَه إلا وتجرَّعت البشرية آلامَ هذا الإنكار تجرعًا سواء كان الناس مسلمين أو كفارًا. فها هي ذي الشرطة الجنائية في ألمانيا تعلن في أجهزة إعلامِها أنَّ: «لزيِّ المرأة وطريقةِ مشيتها علاقةٌ وثيقة بجرائم الاعتداء على الأعراض، خاصَّة في فصل الصيف، حيث ترتدي الفتيات الثيابَ القصيرة والكاشفة والضيقة المجسَّمة». كما أن أحد قيادات الأمن بوزارة الداخلية المصرية قدَّم نصيحة لكلِّ فتاة حتى لا تتعرضَ للاغتصاب قائلًا: «كوني مُحتشمة ولا تتبهرجي في ماكياجك؛ لأنَّ الشاب حين يرى الفتاة ترتدي ملابسَ خليعة ووجهَها مُغطى بالماكياج الصارخ فإنه قد يفسرُها تفسيرًا خاطئًا، وقد يكون ذلك مَدعاة لحالات الاغتصاب، حيث إننا لم نرَ فتاة واحدة محجَّبة تعرضتْ لحالة اغتصاب واحدة».

ارتداءُ النساء للملابس الشرعية:

إنَّ أمرَ الفتاة بالالتزام بالتكاليف الشرعية لا يكون إلا إذا بلغتِ المحيض، ولكنَّ التدرجَ معها منذ طفولتها في تدريبها على تلك التكاليف يسهلُ عليها النهوض بها حين بلوغها، ولذا كان من المُستحبّ للوالدين والمربين تدريبُ البنات على ارتداء الحجاب قبلَ بلوغهن، أما إذا كانتِ الفتاة قبلَ بلوغها المحيض تُشتهَى لحُسنها وجمالها، والفتنة من ورائها قائمةٌ؛ فوجبَ ارتداؤها للملابس المتوافقة مع الشَّرع قبل البلوغ، دفعًا لاحتمال وقوع المنكر وإبعادًا للشرِّ والفساد عنها وعن المجتمع.

إنَّ تربية الطفلة على الحياء بمفهومِه الواسع سيسهل عليها كثيرًا الاقتناعَ بالحجاب وارتدائه حينما تصير فتاة، فالحجاب قرينُ الحياء، ولو لم تقتنعْ به الفتاة وتميلُ لارتدائه منذ الصغر فقد ترتديه مُكرهةً تحت ضغط مَن ولِي أمرها، مما سيؤدّي – في الغالب – إلى تحايلها بشتّى الطرق لمسخه وإخراجه عن وظيفته، ولن تعجزَ عن إيجاد مَخرج لها تنفذ من خلاله ما تشاء. فالحجابُ ليس قطعة من قماش ترتديها الأنثى لتستترَ به بدنها وفقط، بل يمتدُّ بمفهوم

أشـملَ كمبـدأ حيـاة وكفكـرةٍ راسـخة وكقناعـة مرْكـوزة وعقيـدةٍ ثابتـة، وتترجُمه الجـوارح والأعضـاءُ إلى واقـع عمـلي تُثـاب عليـه الفتـاة وتؤجَر.

ولأنَّ اللعـب مـن الأمـور المفضَّلـة لـدى الأطفـال، فـلا بـأسَ أن تقـوم الأم بتفصيـل ملابـس الحجـاب للدُّمية المفضلة لـدى طفلتهـا، تكون ذات ألـوانٍ زاهية مزَركشـة تنتقيهـا ابنتهـا، وتقوم بتغيير الحجـاب بآخر لدميتها بنفسـها، ومـن المُفيد أن تشـاركها الأمُّ في اللَّعـب بهـا، فمـن خـلال اللعب يمكـن أن تتعلمَ الطفلـة أكثرَ وبشـكل أيـسَر مما تتعلَّـم بالتلقـين أو الـكلام المباشر.

في هـذا العمـر يكـون تقليـدُ الكبـار هو ديـدنَ الأطفـال، ولـذا إذا وجدتِ الطفلـة أمَّهـا وأختهـا الكـبرى وعمتهـا وخالتهـا وكلَّ مَـن حولهـا مِـن النسـاء يرتديـنَ الحجـاب فسـتعمدُ إلى الاقتـداء بهـنَّ وتقليدهـن، خاصَّة لـو أن العلاقة بهـن كانـت جيدة.

إنَّ توعيـةَ الفتـاة بالحجـاب وفرضيتـه وإعانتَهـا وتشـجيعها عـلى ارتدائـه مِن أوجـب واجبـات وليِّ أمرهـا. ومـن ذلـك تعريـف الفتـاة بفضائل الحجـاب، التي منهـا مـا يلي:

– الحجـابُ طاعـةٌ لله عـزَّ وجَـل، وطاعـةٌ لرسـول الله صـلى الله عليه وسـلم. فقـد أطاعـت نسـاءُ الأنصـار عـلى الفور مـا أمرَهم بـه الله تعـالى، كما قالتِ السـيدة «عائشـة» – رضي اللهُ عنهـا – حينـما وصفتهـنَّ عندمـا نزلـت سـورة النـور: «وإني واللَّه مـا رأيـت أفضـلَ مـن نسـاء الأنصـار وأشـدَّ تصديقًـا لكتـاب اللَّه ولا إيمانًـا بالتنزيـل، لقد أنزلتْ سـورة النـور {وَلْيَضْرِبْـنَ بِخُمُرِهِنَّ عَـلَىٰ جُيُوبِهِـنَّ ۖ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُـنَّ...}، فانقلـبَ رجالهـنَّ إليهـنَّ يتلـونَ عليهـنَّ مـا أنـزل إليهنَّ فيهـا، ويتلو الرجـلُ عـلى امرأتـه وبنتِـه وأختـه وعـلى ذي قرابته، فـما منهـنَّ امـرأة إلّا قامت إلى مرْطهـا (كسـاء من حرير أو صـوف أو كَتان يُؤتَزر بـه وتتلفَّع به المـرأة)، فاعتجرتْ بـه (أي: أخـذت منـه قطعةً لفَّتها على رأسـها) تصديقًـا وإيمانًا بما أنـزلَ اللَّه في كتابه، فأصبحـنَ وراء رسـول اللَّه للصبـح مُعتجـرات، كأنَّ عـلى رؤوسـهن الغربان».

– الحجابُ حماية: لقد جعل اللهُ تعالى انجذابَ الرجل الجنسي للمرأة يبدأ بالنظر، من أجل ذلك فرض الإسلام على المرأة ارتداءَ الحجاب لتستتر به عن عيونِ الرجال، وارتداء ملابس ليست بشفّافة يرى ما وراءها ولا ضيقة تصفُ جسدها ولا بها ما يلفتُ أنظارَ الرجال، فملابسُ بهذه المواصفات تمدُّ المرأة بالحماية وتجنِّبها التعرضَ للأذى أيًّا كان نوعه لفظي أو جسدي، كما قال اللهُ تعالى: {يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِيُّ قُل لِّأَزۡوَٰجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَآءِ ٱلۡمُؤۡمِنِينَ يُدۡنِينَ عَلَيۡهِنَّ مِن جَلَٰبِيبِهِنَّۚ ذَٰلِكَ أَدۡنَىٰٓ أَن يُعۡرَفۡنَ فَلَا يُؤۡذَيۡنَۗ وَكَانَ ٱللَّهُ غَفُورٗا رَّحِيمٗا} (الأحزاب: 59).

– الحجابُ طهارة: فقال سبحانه: {وَإِذَا سَأَلۡتُمُوهُنَّ مَتَٰعٗا فَسۡـَٔلُوهُنَّ مِن وَرَآءِ حِجَابٖۚ ذَٰلِكُمۡ أَطۡهَرُ لِقُلُوبِكُمۡ وَقُلُوبِهِنَّۚ ...} (الأحزاب: 53.

– الحجابُ تقوى: قال اللهُ تعالى: {يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ قَدۡ أَنزَلۡنَا عَلَيۡكُمۡ لِبَاسٗا يُوَٰرِي سَوۡءَٰتِكُمۡ وَرِيشٗاۖ وَلِبَاسُ ٱلتَّقۡوَىٰ ذَٰلِكَ خَيۡرٞۚ ذَٰلِكَ مِنۡ ءَايَٰتِ ٱللَّهِ لَعَلَّهُمۡ يَذَّكَّرُونَ} (الأعراف: 26).

– الحجابُ غيرة: يتناسب ارتداءُ الحجاب مع الغيرة التي جُبل عليها الرجلُ السَّوي، الذي يأنف أن تمتدَّ النظراتُ الخائنة إلى زوجته وبناته، وكم من حرب نشبت بينَ القبائل العربية قبل الإسلام وبعدَه بسبب الغيرة على النساء.

ولأنَّ الأشياء بأضدادها تُعرَف كان للتبرج سوءاته التي تظهر محامدَ الحجاب ومآثره، ومن هذه السوءات ما يلي:

– التبرج معصيةٌ لله ورسوله صلى الله عليه وسلم، ومَن يعص الله ورسوله فإنه لا يضرُّ إلا نفسه، ولن يضرَّ الله شيئًا.

– التبرج كبيرةٌ مُهلِكة: جاءت «أميمة بنت رقيقة» إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم تبايعُه على الإسلام، فقال: «أُبايعُك على أن لا تُشركي بالله، ولا تسرقي، ولا تزني، ولا تقتلي ولدَك، ولا تأتي ببهتان تفترينَه بين يديك ورجليك، ولا تنوحي ولا تتبرجي تبرجَ الجاهلية الأولى» (رواه الإمام أحمد)، فقرن صلى الله عليه وسلم التبرجَ بأكبر الكبائر المهلكة.

– التبرجُ يستجلب الحرمانَ من الجنة: ففي الحديث الذي رواه مسلمٌ عن «أبي هريرة» قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «صنفان من أهل النار لم أرَهما؛ قوم معهم سياط كأذناب البقر يضربونَ بها الناس ونساء كاسيات عاريات مميلات مائلات رؤسهنَّ كأسنمة البُخت المائلة لا يدخلنَ الجنة ولا يجدنَ ريحها، وإنَّ ريحها ليوجَد من مسيرة كذا وكذا». والبُخْتُ نوع من الإبل لها سنامان.

– التبرجُ نفاق: فقد قال صلى الله عليه وسلم: «خيرُ نسائكم الودود، الولود، المواتية، المواسية، إذا اتَّقين الله، وشرُّ نسائكم المتبرجات المُتخيِّلات، وهنَّ المنافقات، لا يدخلن الجنةَ منهنَّ إلا مثلُ الغراب الأعصم» (صححه الألباني).

– التبرجُ معولُ هدمٍ في البناء الأخلاقي المتين الذي ارتضاه الإسلام للمجتمع والناس.

الحجابُ في التاريخ البشري:

إنَّ ارتداء المرأة للملابس ساترة أمرٌ معروف وشائعٌ بالمجتمعات القديمة، سواء تلك التي اتبعت دينًا سماويًّا أو حتى التي لم تتَّبع. لقد كان الحجابُ قديمًا – ومازال – رمزًا لحريةِ المرأة، حيث درجتِ العادة ألا تلتزم الإماءُ به بشكل كامل، وهذا من باب إظهارِ القيمة العالية للحرائر في مقابل وضاعة مكانة الإماء.

الحجابُ عند الأمم القديمة:

كان من عادةِ النساء اليونانيات قديمًا أن يحجبنَ وجوههنَّ بطرف مآزرهنَّ أو بحجاب خاص، وكانت الفينيقيات يحتجبنَ بحجاب أحمر. وفي أسبرطة (مدينة يونانية قديمة) كانتِ الفتيات متى خرجنَ إلى الأسواق أوجبَ عليهنَّ الاحتجاب، سواء كنَّ عذارى أو متزوجات، وأنهنَّ متى تزوَّجن احتجبنَ عن الأعين بأغطيةٍ للرأس، وقد دلتِ النقوش على أن النساء كن يغطينَ رءوسهنَّ ويكشفنَ وجوههن فقط.

أما نساءُ الرومان فقد كنَّ مغالياتٍ في الحجاب لدرجة أنَّ كثيراتٍ منهن كنَّ لا يخرجنَ من بيوتهن إلا برداء طويل يلامس الكعبين، وفوقَ ذلك عباءة وغطاء للرأس.

وفي الجاهلية كانت النساء العرب يرتدين قناعًا للوجْه وهو «البرقع»، فها هو الفارسُ والشاعر الجاهلي «عنترة بن شداد» العبْسي يقول في حبيبته:

وكشفت برقعَها فأشرق وجهُها حتى أعادَ الليل صبحًا مُسفرَا

الحجابُ في الديانات السماوية:

– الحجابُ في اليهودية:

كانت اليهوديات يغطينَ رؤوسهن، وفي أحيان أخرى وجوهَهن، فلا يظهرنَ أبدًا في الأماكن العامة دون خمار. وقيل إن الحجابَ العبْري القديم كان في بعض الأحيان كبيرًا إلى درجةِ أنه كان يغطّي كامل البدن، وبعضهم اعتبرَ المرأة الكاشفة رأسَها إنما تُهين حشمتَها، وإذا خرجتْ بدون غطاء رأس توقَّع عليها غرامةٌ لاقترافها هذه الجريمة.

وقال علماءُ اليهود: «قال اللهُ منذ اليوم الذي بُني فيه المعبد: الحشمةُ هي أمرٌ مناسب».

وردَ في التوراة المتداوَلَة في أيديهم وبمواضع عَديدة، منها: {ورفعت رفقة عينيها فرأت إسحاقَ فنزلت عن الجمل ¤ وقالت للعبدِ مَن هذا الرجل الماشي في الحقل للقائنا؟ فقال العبدُ: هو سيدي، فأخذتِ البرقعَ وتغطَّت} (سفر التكوين 24:65). والبرقعُ هو غطاءٌ للوجه.

– الحجابُ في المسيحية:

تأكدَ وجوبُ الحجاب في المسيحية من عدَّة أدلةٍ وشواهد ونصوص تحثُّ على الحجاب وعدم التبرج ووجوب التزام الحشمة والتفرغ لإدارة البيت والأسرة.

ولقد منعَ المسيحيون قديمًا المرأةَ من أن تخرج عاريةَ الرأس، وإذا خالفتِ القانون وذهبت إلى الكنيسة عاريةَ الرأس تعاقب بقصِّ شَعرها، حسبما جاءَ في رسالة القديس «بولس» الأولى إلى أهل كورنثوس التي نصُّها: {وأما كلُّ امرأة تصلي أو تتنبّا ورأسُها غير مغطّى، فتشين رأسها، لأنها والمحلوقة شيء واحد بعينه}(1 كو 11: 5).

وفي ذات الرسالة السابقة النصُّ التالي: {احكموا في أنفسكم: هل يليق بالمرأة أن تصلي إلى الله وهي غير مغطّاة؟}(1 كو 11: 13).

في الصور والتماثيل التي يتصور أنها تعبِّر عنْ هيئة السيدة «مريم العذراء» عليها السلام تبيِّن ارتداءها لغطاءِ رأس أبيض، وكذلك الحالُ بالنسبة للراهبات، فهنَّ يرتدينَ الحجاب والعبايات الواسعة الفضفاضة سواء داخل الكنائس أو خارجها.

– الحجابُ في الإسلام:

وبعدَ ذلك جاء الإسلام، الذي جعل الحجابَ أمرًا شرعيًّا، وفريضةً واجبةَ الاتباع، لا يخضع لهوى النفس، ولا لموضة عصْر.

أقر الإسلام شروطًا لحجاب المرأة تنسجمُ مع الحكمة المُرادة من تشريعه، وهي كالتالي:

1 – ساترًا لجسد المرأة لا يكشفه عدا الوجه والكفين، على خلاف في ذلك.

2 – سميكًا، لا يشف الجسد، والثياب الرقيقة لا تعتبر حجابًا، لأنها لا تمنعُ الرؤية ولا تحجب النظر.

3 – ليس زينة في نفسه، أو تظهر فيه ألوان تجذب النظر إلى المرأة.

4 – فضفاضًا وغير ملتصق ببدن المرأة، ولا يجسد جسمها.

5 – ليس معطرًا لأن في ذلك لفتًا للانتباه إليها.

6 – ليس مشابهًا لثياب الرجال.

كما لا يجب على المرأة أن تضعَ المساحيق ومستحضراتِ التجميل وتتعطر

ثـمَّ تخرج من بيتها استـجابة لقـول الله تبارك وتعـالى: {.، وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ ٱلْجَٰهِلِيَّةِ ٱلْأُولَىٰ...} (الأحـزاب: 33)، وخوفًـا مـن تحذيـر النبي صلى الله عليه وسـلم حينما قـال: "أيـما امرأة اسـتعطرتْ فمـرَّت على قـوم ليجدوا ريحَهـا فهي زانيـة وكلُّ عين زانيـة" (رواه الترمذي وأبو داود والنسـائي).

لماذا على المرأة أن تنتبه لكل هذا؟

لأنَّهـا بفعلهـا هذه الأمورَ تحرِّك شـهوةَ مَـن في قلبه مرض فتثير في نفسـه ما كان راكـدًا فيتحـرَّش بها ويؤذيها جنسـيًّا قـولًا/ أو عملًا؛ لأنهـا تمتلـك الإرادةَ المحركة والتـي تحـرك الرجلَ لينفـذ، وهو يمتلـك الإرادةَ المنفـذة التي تجعله يفعل.. (سـبق شرح ماهيـة الإرادة المحركـة والإرادة المنفذة بالفصل الأول).

ولـذا يمكـن القـول بـلا أيِّ تحفـظ إنَّ المـرأة الخبيثـة تسـتخدم إرادتَهـا المحركـة في الاسـتثارة الجنسـية لغير زوجها إذا خرجت من بيتها متكشِّـفة متزيِّنة مسـتعطرة، وتخضع بالأقـوالِ وتطلـق الضحكات وتـأتي بالإيماءات والحـركات التي يشـوبها أو يلوثها مغزى جنسـي، وبالمثـل.. يسـتخدم الرجـل الخبيـثُ إرادته المنفـذة للإثارةِ الجنسـية لغـير زوجته بكلـمات الغـزل وبلمسـات التحـرش، حينئذ يكـون كلٌّ من الرجـل والمرأة قد اسـتخدمَا إرادتيهـما الفطريـة التـي وهبَهـا اللهُ إياهمـا في إثـارة الآخـرَ مع غير الشـخص الـذي أحله الله تعـالى لهـما، فأصبـح كلاهُمـا مجرمًا.. كلاهمـا آثمًا.. وبنـاءً على ذلـك نسـتطيع القول إنَّ الرجـل يصبـح مجرمًـا آثمًا إذا تحرك وقـام بفعلٍ جنسـي تجاهَ امـرأة لا تحلُّ لـه، وإنَّ المرأة – أيضًـا – تصبـح مجرمـةً آثمة إذا تزيَّنـت وتصنعَت لغـير زوجها، ممهـدة له الطريـقَ وفاتحةً لـه الأبـوابَ ليتحـرك منفذًا معها نشـاطًا جنسـيًّا.. فصارت الجريمة الجنسـية كاملـة – أيًّا كانـت درجتهـا – فأحدُهمـا «حرك» والآخـرُ «نفذ»، فكلُّ إنسـان مسـئول عن اسـتخدام إرادتـه في خـير أو في شَر.. كلُّ إنسـان مسـئول عـن أفعالـه التـي يمتلكهـا جنسـه.. {كلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ} (المدثر: 38).

ولا يعنـي هـذا أنـه إذا اسـتخدمَ أحدهمـا إرادتَـه للفعـل الجنسـي أن يعطـي الآخـر رخصـةً أو تبريـرًا أو عـذرًا ليسـتخدم إرادتـه ليتـم الفعـل الجنسي. فـإذا ما

استخدمتِ المرأة إرادتَها المحركة في الاستثارة الجنسية – أيًّا كانت وسيلتها – فذاك لا يعطي الرجلَ الحق في استخدامه لإرادته المنفذة ليتمَّ الجريمة الجنسية أيًّا كانت درجتها، وكذلك الحالُ إذا استخدم الرجلُ إرادته المنفذة بفعل جنسي فلا يجُب أن تستسلم له المرأة وتجاريه.

إنَّ أفضَل وأجمل وأكمل طريقةٍ هي أن يجتمع امتناعُ المرأة عن استخدام إرادتها المحرِّكة لطلب الجنس بالحرام، فتكفّ عن تزيُّنها وتكشفها ومحاولة جذبِ انتباه الرجال، وأن تتوارى بالحجاب، جنبًا إلى جنبٍ مع امتناع الرجل عنِ استخدام إرادته المنفذة لممارسة أيِّ شكلٍ من أشكال الجنس بالحرام، وأن يلتزم بقيم غضِّ البصر والتعفف.. إنَّ هذا من صميم ما أمر به الخالقُ تبارك وتعالى ذاك الخصيم المبين، ليحوذَ خيري الدنيا والآخرة، ولكنه.. كثيرًا ما يأبى.

إنها الطريقةُ الفريدة الواقية التي نمنعُ بها – أو على الأقل نحد من – فتنة الرجال بالنساء وفتنة النساء بالرجال، نمنع بها – أو نحد من – تعكير صفو تفكير الرجل وإشغاله بالكاسيات العاريات في كلِّ موقع ومكان، فنمنع بها – أو نحد من – استخدام الرجال للإرادة المنفِّذة للجنس بأقوال وأفعال حرام، نمنع بها – أو نحد من – شعور المرأة حينما تخرج من بيتها بالتهديد وعدم الأمان.

تقليصُ فرصِ الاختلاط بين الجنسين:

أجازتِ الشريعةُ الإسلامية الاختلاطَ بين الجنسين في ظلِّ ضوابط معينة، فحركةُ الإنسان الطبيعية في الحياة سيلحقها من هذا الاختلاط نصيبٌ قلَّ أو كثر، ولكنها لم تجعله أصلًا أو قاعدة من قواعد النظام الاجتماعي.

ومِن ضمن هذه الضوابط ما يلي:

– الحرصُ على ألا يخلو الرجُل والمرأة الأجنبيين دون وجودِ مَحرم لها: فعن «ابن عباس» – رضي الله عنه – عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال في الحديث الصحيح الذي رواه البخاري: «لا يخلونَّ رجلٌ بامرأة إلا مع ذي مَحرم».

– التعاملُ على قدْر الحاجة: فهناك مهارات يجب تربية البنت عليها حينما تلجأ للحوار مع الرجال الأغراب، من بينها مهارةُ الإجابة على الأسئلة بعبارات مُختصرة لا تحتمل تطويلًا، حازمة لا تشوبُها ميوعة، واضحة لا تحتمل تأويلًا. ولنا في قصَّة سيدنا «موسى» عليه السلام والفتاتين بالقرآن الكريم الأسوةُ والعبرة، قال تعالى: {وَلَمَّا وَرَدَ مَآءَ مَدْيَنَ وَجَدَ عَلَيْهِ أُمَّةً مِّنَ ٱلنَّاسِ يَسْقُونَ وَوَجَدَ مِن دُونِهِمُ ٱمْرَأَتَيْنِ تَذُودَانِ ۖ قَالَ مَا خَطْبُكُمَا ۖ قَالَتَا لَا نَسْقِى حَتَّىٰ يُصْدِرَ ٱلرِّعَآءُ ۖ وَأَبُونَا شَيْخٌ كَبِيرٌ ۞ فَسَقَىٰ لَهُمَا ثُمَّ تَوَلَّىٰٓ إِلَى ٱلظِّلِّ فَقَالَ رَبِّ إِنِّى لِمَآ أَنزَلْتَ إِلَىَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ ۞ فَجَآءَتْهُ إِحْدَىٰهُمَا تَمْشِى عَلَى ٱسْتِحْيَآءٍ ۖ قَالَتْ إِنَّ أَبِى يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَا ۚ فَلَمَّا جَآءَهُ وَقَصَّ عَلَيْهِ ٱلْقَصَصَ قَالَ لَا تَخَفْ ۖ نَجَوْتَ مِنَ ٱلْقَوْمِ ٱلظَّٰلِمِينَ ۞ قَالَتْ إِحْدَىٰهُمَا يَٰٓأَبَتِ ٱسْتَـْٔجِرْهُ ۖ إِنَّ خَيْرَ مَنِ ٱسْتَـْٔجَرْتَ ٱلْقَوِىُّ ٱلْأَمِينُ} (القصص: 22–26)، فعندما سألهما موسى عليه السلام، ما خطبُكما؟ أجابتاه بأسلوب مُختصر حازم واضح: قالتا لا نسقي حتى يصدرَ الرعاء وأبونا شيخ كبير، ثمَّ قالت إحداهما التي جاءتْ إليه وهي تمشي على استحياء: إنَّ أبي يدعوك ليجزيك أجرَ ما سقيت لنا، ولم تقل: إنني أدعوك أو تعالَ عندنا أو أهلًا بك... أو ما شابه، بل تكلَّمت على لسان وليِّ أمرها لتنقل رسالةً موجزة واضحة حازمةً من أبيها إليه، إنَّ هذا هو الحياء بعينه، فكان ثوابها الدنيوي والأخروي زواجَها من نبي الله وكليمه "موسى" عليه السلام.

– عدمُ الخضوع بالقول: كما في التوجيه القرآني بسورة الأحزاب (آية: 32): {يَٰنِسَآءَ ٱلنَّبِىِّ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ ٱلنِّسَآءِ ۚ إِنِ ٱتَّقَيْتُنَّ فَلَا تَخْضَعْنَ بِٱلْقَوْلِ فَيَطْمَعَ ٱلَّذِى فِى قَلْبِهِۦ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَّعْرُوفًا}. إنه توجيهٌ من الخالق – عزَّ وجلَّ – لخير النساء وهنَّ أمهات المؤمنين، واللائي يعشنَ وسطَ خير الرجال وهُم الصحابة، وفي مجتمع يعدُّ من أطهر المجتمعات التي عمرت الأرض قاطبة، رغمَ ذلك كان هناك في هذا الجيل الفريد من النساء والرجال مَن في قلبه مرض، فما بالُ الأمر بنساء اليوم اللائي لسنَ كأمهات المؤمنين، ورجال اليوم الذين ليسوا مثلَ الصحابة، وبمجتمع لا يداني مجتمعَ الصحابة في طهره ونقائه.

إنَّ المؤيدين للاختلاط بين الجنسين يزعمون أنَّ الاختلاطَ يقلل من أثر كلٍّ جنس على الآخر، لأن الشاب والفتاة أو الرجل والمرأة يتعودّان على رؤية بعضهما البعض، وأنَّ الاختلاط تنفيس وترويح، وإطلاق للرغبات الجنسية، ووقاية من الكبت ومن العقد النفسية، وتخفيف من حدَّة الضعف الجنسي، وما وراءه من اندفاع غير مأمون، وأنَّ الاختلاط يهذب المشاعر والعواطف الجنسية وينمّي روحَ الزمالة والصداقة والأخوة بين الجنسين... إلخ.

والحقيقة التي يحاول المؤيدونَ للاختلاط بين الجنسين إخفاءها هي أنَّ الاختلاط لا يقلل من انجذاب الجنسين إلى بعضهما البعض، وأنَّ الجنسين مهما اختلطا فلن يعتادَا على بعضهما البعض اعتيادًا يفقدهما التأثيرَ الجنسي على بعضهما البعض، وإلا كان من الأولى أن يجلب اعتيادُ الزوجين على بعضهما بعدَ عشْرة زوجية دامتْ عشرات الأعوام اختفاءَ الجاذبية الجنسية بينهما وما يتبعها من زهدٍ وامتناع عن المعاشرة الجنسية، ولكن هذا لا يحدث.. فمازال الإقبالُ الجنسي بين الزوجين قائمًا ما مضى بهما العُمر، ومهما امتدَّت حياتهما الزوجية.

كما أنَّ اعتياد الرجل على رؤية المرأة وكثرةَ تعرُّضها له وضعَها في مَصاف المتاحة سهلة المنال وقد يجعله أكثرَ جرأة عليها بالكلمات والتلميحات واللمسات، وكم من امرأةٍ جرحت أنوثتها وكرامتها جروحًا نازفة بسبب جرأةِ الرجال عليها.

كما أنه من السَّهل أن يؤدّي هذا الاختلاط غيرُ المنضبط إلى اقتراف المعاصي، ولقد رصدت العديد من حالاتِ فقْد العذريَّة والزنا وهتك العرض والاغتصاب والحمل غير الشرعي من جرّاء الاختلاط بين الجنسين، مما دحضَ قولَ إنَّ الاختلاط يخفف من تأثير كلِّ جنس على الآخر، فهذا قول باطلٌ يُراد به باطل.

ثمَّ..

هل تخفيف تأثر كلِّ جنس بالأخر هو المطلبُ والهدف، أم إنَّ تهذيبَ هذا التأثر وقيادته بطريقة سوية ليحدث أثرَه المطلوب من زواج وإنجاب وإعمار أرض هو الأصوب؟

ولكنَّ الخبثاءَ هكذا يفعلون، ودائمًا ما يفلسفون خبثَهم ويُزينونه في كلِّ عصر وزمان ومصر ومكان.

والأدْهى من ذلك والأمرُّ أنَّ اعتيادَ الرجل على النساء المعروضات عليه طوال الوقت ويطللنَ عليه من كلّ مكان جعله يبحثُ عن مصدر أو مصادرَ أخرى غيرهنَّ لاستثارته جنسيًّا ونيْل لذته الجنسية، فلم تعدْ هؤلاء النسوة يشبعنه أو يغنينَه جنسيًّا بعدما أماتَ الاعتياد مكانتهنَّ وقدرهنَّ وقيمتهن، فتوجَّه إلى أمثاله من الرجال أو إلى الأطفال أو الحيوانات أو الأشياء ليحصل على بُغيته من الاستثارات الجنسية ويُفرغ فيهم طاقتَه الجنسية، فعلق بألوانٍ من الاضطرابات الجنسية التي أخرجته من إنسانيته إلى بهيميَّة اختارَها بنفسه لنفسه، (ستردُ نبذة عنِ الاضطرابات الجنسية بالفصل السادس).

عدمُ التشبه بالجنس الآخر:

التشبُّه بالجنس الآخر في الأقوال والأفعال والملبس والزينة وسائر الأحوال من الأمور التي يحرمُها الدينُ الحنيف وتستنكرُها الفطرة السليمة. فلا يجوز للمرأة أن تتشبَّه بالرجال فيما اختصّوا به، ولا يجوز للرجل أن يتشبَّه بالنساء فيما اختصَصْن به، ومَن فعل شيئًا من ذلك فقد عرَّض نفسه للطرد والإبعاد عن رحمة الله تعالى، فقد جاء في حديث ابن عباس: «لعنَ رسول الله صلى الله عليه وسلم المتشبهين من الرجال بالنساء، والمتشبهاتِ من النساء بالرجال». رواه البخاري. وفي سنن أبي داود قالت «عائشة» رضي اللهُ عنها: «لعنَ رسول الله صلى الله عليه وسلم الرّجلةَ من النساء». والرجلةُ من النساء هي المرأةُ التي تتشبَّه بالرجال في زيِّهم وهيئتهم.

فالرجلُ ينبغي أن يعتزَّ برجولته، وأن يأبى ويأنفَ من مُشابهة النساء، والمرأة كذلك ينبغي أن تفتخرَ بأنوثتها، وأن تأنف وتنفرَ مِن محاكاة الرجال، وليس الدافعُ هنا هو احتقارَ الجنس الآخر، ولكنه اعتزازٌ بالهوية الجنسية التي خلق بها الإنسان. إن الطفلَ أو المراهق السَّوي إذا نعتَ بأنه أنثى احتدَّ

وغضب، مع أنَّ صفة الأنثى ليست سبةً في حدِّ ذاتها إلا أنها وضعت في غير محلِّها فصارت كالوصْمة، وإنَّ الطفلة أو المراهقة السوية إذا نعتَت بأنها رجلٌ اعترضت وغضبت، مع أن صفة الرجل ليست سبَّة في حد ذاتها إلا إذا ألصقتْ بالأنثى، هؤلاء هُم الأسوياء الذين قنَعوا بجنسهم، ورفضوا التشبهَ بالجنس الآخر، وافتخروا بهويَّتهم الجنسية، وأبَوا مجرَّد نعتهم بأنهم على غير جنسهم.

التشبهُ بالجنس الآخر انحرافٌ خلقي، ويعدُّ صورةً من صور الاعتراض السَّمج الجهول على حكمة خلق الله تعالى للإنسان في صورتين متمايزتين مختلفتين متكاملتين متضافرتين كذكرٍ أو أنثى، كلٌّ له ما يجمله من صفات وما يحمله من مسئوليات وما يزيِّنه من ملكات وما يمتلكه من قدرات.

إنَّ التشبه بالجنس الآخر له أسبابٌ كثيرة منها ضعف الإيمان، وخواء النفس، والتعرض للإساءات والأساليب المعيبة غير التربوية كعدم تأكيد الهوية الجنسية، والتقليد الأعمي للغرب في انحرافاته عن الفطرة، والإصابة بالأمراض والعقد النفسية والاضطرابات الجنسية... إلخ.

الاحترازُ من الوقوع في الشبهات الجنسية:

الوقايةُ دائمًا خيرٌ من العلاج، كما أوضح رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح الذي رواه الشيخان: «الحلال بيِّن والحرام بيِّن، وبينهما أمورٌ مشتبهات، لا يعلمهنَّ كثيرٌ من الناس، فمَن اتقى الشبهاتِ فقد استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في الشبهات وقعَ في الحرام»، فهناك شبهاتٌ كثيرة – ومِن ضمنها الشبهاتُ الجنسية – لا يعلمها خلقٌ كثير، ولذا يقعونَ فيها فيقترفون الحرام، ومِن أمثلة ذلك ما يلي:

– من الحلال أن ترافق الفتاة صديقاتها الطيبات، ومن الحرام أن تختلي بشاب أجنبي في مكان لا يوجد فيه غيرهما، ومن الشبهة أن تكون بصحبة مجموعة مختلطة (أو ما تسمى بالشلة) من الشباب والفتيات.

– مِن الحلال أن تحادث الفتاةُ صديقتها تليفونيًّا أو عبرَ الإنترنت مادامتْ لا تضيع فريضة ولا تتكلم في حرام. ومن الحرام أن تحادثَ الفتاة شابًّا أجنبيًّا عنها في خصوصياتها أو بكلمات الحبِّ والعشق والجنس.. ومن الشبهة أن تردَّ الفتاةُ على الأرقام الغريبة بهاتفها أو تتواصَل عبر الإنترنت وتطيل الحديثَ مع الأغراب من الرجال.

اتِّقاءُ الشبهات مَنجاةٌ من الوقوع في الحرام

اتباعُ سُنن الفطر:

من سُنن الفطرة الختانُ والاستحداد (إزالة شَعر العانة) ونتفُ الإبط وتقليم الأظافر، وكلها أمورٌ ذات صلة مباشرة بالتربية الجنسية، فعنْ «أبي هريرة» – رضي الله عنه – عنِ النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: «الفطرة خمس: الختان والاستحداد ونتف الإبط وقص الشارب وتقليم الأظافر» (رواه البخاري).

يجب تعريفُ الأبناء والبنات وتعليمُهم كيفيةَ إتمام عملية إزالة شَعر العانة والإبط، واختيار وسيلة مناسبة مريحة من الوسائل المُستخدمَة في الإزالة، ومِن هذه الوسائل ما يزيل جزءَ الشَّعر الذي يعلو سطحَ البشرة تاركًا البصيلات كاستخدام شَفرات حلاقة الشَّعر وكريمات إزالة الشَّعر، ومنها ما يزيل الشعرَ من بُصيلاته مثل الشمع وعجينة السكر (أو ما تسمَّى سوقيًّا بالحلاوة)، ومنها ما يضعف أو يقتلُ بُصيلات الشعر كالليزر والتحليل الكهربي.

تأكيدُ الهوية الجنسية وترسيخها:

تأكيدُ الهوية الجنسية للإنسان وترسيخُها من بديهيات التربية الجنسية وأساسياتها. ويبدأ هذا التأكيدُ والترسيخ منذ أن كان هذا الإنسانُ رضيعًا، ويستمرُّ معه في رحلةِ حياته مرورًا بطفولته ثمَّ مراهقته حتى رشدِه.

إنَّ جسده جسدُ ذكر، فلا بدَّ وأن يشعر تمامًا أنه ذكر، بل ويفتخر بانتمائه إلى جنس الذكور، ويتربَّى تربية الذكور، ويسلك سلوكياتِ الذكور، ويؤدّي مسئوليات الذكور، ويتحمل تبعاتِ هذا الأداء ويسعد به.

وإنَّ جسدها جسدُ أنثى، فلا بدَّ وأن تشعر بأنها أنثى، بل وتفتخرُ بانتمائها إلى جنس الإناث، وتتربَّى تربية الإناث، وتسلك سلوكَ الإناث، وتؤدّي مسئوليات الإناث، وتتحمل تبعاتِ هذا الأداء وتسعد به.

هذا هو صميمُ المقصود بتأكيد الهوية الجنسية وترسيخها.

أساليبُ تأكيد الهوية الجنسية وترسيخها:

« تجنُّب الأساليب غير التربوية كالحماية الزائدة والقسوة المفرطة، فالطفلُ الذكر الذي يتعرَّض للحماية الزائدة – مثلًا – سيحرَم من حقِّه في ممارسة حريته والمرور بتَجاربه واكتساب خبراته وتحمُّل مسئولياته اتخاذ قراراته بنفسه وتجشم نتائجها وتبعاتها، وبذلك قد تقتل الحماية الزائدة فيه رجولتَه وتحوِّله إلى ما يُشبه الإنسانَ الطفيلي العالة الذي يحتاج دومًا إلى من يرعاه ويهتمُّ به. وكذلك المُعاملة التي تتَّسم بالقهر والضغط والقسوة المُفرطة على الطفلة الأنثى قد تؤدّي بها إلى رفضها لأنوثتها التي أشعرتْها بالضعف، فتتحوَّل إلى أنثى «مسترجلة» تتشرَّس على مَن حولها لتقتنص حقَّها وتنال وضعها، أو تزداد خضوعًا واستسلامًا لتصير بعدَ وقت طال أو قصر سرابَ أنثى.

كلتا المعاملتين – الحماية الزائدة أو القسوة المفرطة – قد يؤدّيان إلى حدوث تشويهٍ للهوية الجنسية للطفل/ الطفلة.

التدليلُ المُفرط والقسوةُ الزائدة قد يزعزع انتماءَ الطفل/ الطفلة لجنسه/ جنسها.

« الحرصُ من الأب (أو وليِّ الأمر من الذكور) على أداء دوره التربوي كاملًا، وأن يتمثلَ به النموذج الذكوري المطلوب أمامَ ابنه الطفل، وكذا حرصُ

الأم (أو أيِّ امرأة تقوم مقامَها) على أداء دورها التربوي، وأن يتمثل بها النموذج الأنثوي المنشود أمامَ ابنتها الطفلة، فغيابُ الأب (أو أيِّ رجل يمثل النموذج الذكوري) عنْ حياة الطفل الذكر وغيابُ الأم (أو أي امرأة تمثل النموذجَ الأنثوي) عن حياة الطفلة الأنثى سواء كان هذا الغياب جسديًّا (بوفاة أو سفر أو طلاق وفراق) أو نفسيًّا (بالإهمال والانشغال)؛ يُفقد الطفل/ الطفلة القدوةَ والتوحُّدَ مع نفس جنسه، مما سيؤثرُ على نموه النفسي الجنسي وبالتالي تتيح الفرصَ لخلخلة الهوية الجنسية.

« إقامةُ العدل بين البنين والبنات ومراعاةُ منح كلِّ جنس حقوقَه وفقًا لنوع جنسه التي قد تختلف قليلًا عن الجنس الآخر، وعدمُ تمييز الفتى عن الفتاة داخلَ الأسرة كما في المجتمعات التي تفضلُ الذكورَ عن الإناث، مما يلجئ الفتاة – في بعض الأحيان – إلى السلوكيات الذكورية لتماثل أخاها الفتى في نيْل بعض حقوقه.

وإنَّه من الطبيعي أن تختلف حقوقُ البنين عن البنات طبقًا لتَباين الأدوار والمَهام والوظائف والقدرات الخاصة بكل جنس، فالبناتُ لهنَّ من الملابس ما يفوق أشقائهنَّ كمًّا وكيفًا، ولهنَّ من الإكسسوارات والزينة والمصوغات الذهبية ما ليس لأشقائهن ألبتَّة، كما أنَّ للبنين حظًّا أوفرَ من البنات في حرية الحركة والخروج من المنزل وسهولة الإسفار والقيام بالرحلات... وهكذا.

« متابعةُ ومراقبة الآباء والأمهات لسلوكيات أبنائهم الذكور للتأكدِ من توجُّههم التوجيه المناسب نحو هويتهم الذكورية الصَّحيحة الذي يبدو في ميْلهم إلى اللعب بألعاب الصبيان، وإلى ارتداء ملابس الصبيان وإلى مصاحبة وملازمة الصبيان، وكذلك الحالُ مع البنات للاطمئنان على أنهنَّ يتوجَّهن صوبَ هويتهنَّ الأنثوية السوية التي تبدو في ميلهنَّ للَّعب بألعاب البنات وارتداء ملابس البنات ويرافقن البنات.

« ازدراءُ نماذج المرأة المسترجلة كالمعلمة المسترجلة أو الأمّ المسترجلة أو النجمة السينمائية المسترجلة أو... أو... حتى لا تتلقَّى هذه النماذج القبولَ والتقدير الخاص، مما يجعل الفتاةَ تقلدهنَّ فتميل لأن تسترجل هي الأخرى.

« كـفُّ الآبـاء والأمهـات عـن معاملـة الطفلـة الأنثـى وكأنهـا ذكـر، أو حتـى تكليفهـا بمهـامّ الرجـال وتحميلهـا مسـئوليات الرجـال، فتتـدرَّب عـلى أدائهـا وإتقانهـا، فيثبتـون ويؤصلـون السـلوكياتِ الذكوريـة في نفس وسـلوك الطفلة منذ الصغـر، فتصبـح مـع الوقـت كالرجـال في تصرفاتهـا.

إنَّ مـن الآبـاء مَن يتفاخـر بقوله: "أنا ربّيـت بنتي زيّ الرجل"، حتى تسـتطيع ابنتـه – في ظنِّـه – مجابهـة الحيـاة وتحدياتهـا كالرجـال، إنَّ هـذا الصنـف مـن الآبـاء يتباهـى ويتفاخَـر باقتراف هـذا الخطأ التربـوى الفـادح المُخزي، إنما خلقـت البنت أنثـى لتربـى كأنثى، فهي بالمسـتقبل سـتتزوَّج رجـلًا يريدهـا أنثى لتغـذّي رجولته، ولم يتـزوج رجـلًا يتناطَح معـه ويبـارزه، تربَّى الفتاة كأنثـى لتؤدّي دورَهـا الأنثوي النمطـي الحيـوي الجوهري المحْـوري الذي لا غناءَ عنـه مطلقًا كزوجـة متميزة وأم رؤوم، إن هـذا الفكـر غير التربـوي والمنحرف عـنِ الفطرة نبعَ كنتـاج ميراث قديم أليـم سـادَ فيـه الفكـر الذكـوري عـلى الأرض، فعانَـت البشريـة وتألَمـت مـن عدمِ احـترام دور المـرأة الرائـع كأنثى تعـينُ وتدعم، وأم تـربي وترعي.

« إصرارُ بعـض الآبـاء والأمّهات عـلى معاملة الطفـل الذكر وكأنـه طفلةٌ أنثى بتدليلـه وتمييعـه، فتخفتُ لديه هويتـه الذكورية.

« الاحـترازُ مـن وقـوع اعتـداء الجنـسي على الطفـل/ الطفلـة مما قد يـؤدّي إلى أن يتكـوَّن لديـه/ لديهـا موقـفٌ عدائـي مـن نفس جنسـه/ جنسـها أو مـن الجنس الآخـر ممّـا قـد يجعله يتنكـرُ لجنسـه بدرجة مـا مـن الدرجات.

« توخّـي الحـذر عندمـا يتصـفُ الأطفـال الذكـور بملامـحَ أنثويـة خشـية أن يجلَـب لهـم مظهرهـم القريـب مـن الإنـاث بعـضَ التحرشـات التـي قـد تؤدّي بالمسـتقبل إلى انحـراف هويتهـم الجنسـية.

« تلعـب التخيلاتُ الجنسـية للمراهـق/ المراهقة دورًا هامًّا في تأكيد الهوية الجنسـية، فـإنْ كانـت التخيـلات الجنسـية غيرية (أي: تجـاه الجنس الآخـر) تأكَّدت الهوية الجنسـية الصحيحـة، أمـا إذا كانتِ التخيلات الجنسـية شـاذة (أي: تجـاه نفس الجنس) فـإن الهويةَ

الجنسية ستأخذ طريقَها لتُغاير الجنس البيولوجي، ثمَّ تتأكد هذه الهويةُ المغايرة مع تكرار واستمرار هذه التخيلات الجنسية، حتى تبرزَ على السطح كأفكار أو سلوكيات شاذة؛ ولذا يجب ملاحظةُ بوصلة التخيلات الجنسية التي تشغلُ المراهقين والمراهقات لمعرفة أيّ السبيلين يسلكون؛ الطريق الصحيح أم المنحرف.

لقد كان أعداءُ البشر في مسألة الهوية الجنسية للإنسان بالمرصاد، فوقفوا ضدَّها صفًّا واحدًا، وأرادوا أن يجعلوا الإنسان «حرًّا» في اختيار الجنس الذي يروقُ له حتى وإن كان اختيارُه على غير الجنس الذي كانت عليه ولادته، ومهَّدوا الطريق لشرْعنة انسلاخ كلِّ جنس عن جنسه، والتي يتبعها حرية كلِّ إنسان في الزواج بالإنسان الذي يراه مناسبًا له جنسيًّا حتى لو كان من نفس جنسه، وقد لزمَ لهذا التمهيد تمييعُ معنى نوع الجنس كخطوةٍ أولى لإلغائه وإدخال مصطلح آخر في الحياة الاجتماعية لم يكُن موجودًا من قبْل وهو النوع الاجتماعي أو الجندر Gender type لجعله بديلًا عن كلمة نوع الجنس Sex type، وقد نجحوا في ذلك بدرجة واضحة.

– تقويةُ المقاومة ضدَّ الضغط المجتمعي المناهض للتدين والهادم للقيم:

شاعَ في هذا العصر كلُّ ما يُغضبُ الله عزَّ وجلَّ، من اختلاط فجٍّ بين الرجال والنساء، وذيوع العلاقات الماجنة والتعاملات المُستهترة، وانتفاءِ الحياء وإفشاء التعري، وارتكاب الزنا ومقدماته، واقترافِ الفواحش، وانتشار الأفكار المضللة والفلسفات المَدمِّرة والتبريرات المقزِّزة والحقوق الفاسدة، وانتشار المواد الإباحية وممارسة الاضطرابات الجنسية بكافة صورها وتخطي كلِّ الخطوط الجنسية الحمراء... إلخ.

ولكن..

شيوع أيِّ أمرٍ لا يمنحه شرعية وليس برهانًا على صحته.. فالحقُّ سيظلُّ حقًّا ولو قلَّ معتنقوه، والباطل سيظلُّ باطلًا ولو كثُرَ متَّبعوه.

لقد أراد اللهُ تعالى بحكمته أن يكون أصحابُ الحق في كلِّ العصور قلة، بينما أهلُ الباطل والضلال والكفر والشرك والجهل كثرة.

يقول تعالى في مُحكم التنزيل: {وَإِن تُطِعْ أَكْثَرَ مَن فِي ٱلْأَرْضِ يُضِلُّوكَ عَن سَبِيلِ ٱللَّهِ ۚ إِن يَتَّبِعُونَ إِلَّا ٱلظَّنَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ} (الأنعام: 116)،

ويقول: {قُلْ سِيرُوا فِي ٱلْأَرْضِ فَٱنظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَٰقِبَةُ ٱلَّذِينَ مِن قَبْلُ ۚ كَانَ أَكْثَرُهُم مُّشْرِكِينَ} (الروم: 42).

ويقول: {وَلَقَدْ صَرَّفْنَٰهُ بَيْنَهُمْ لِيَذَّكَّرُوا فَأَبَىٰٓ أَكْثَرُ ٱلنَّاسِ إِلَّا كُفُورًا} (الفرقان: 50).

ويقول: {الٓمٓر ۚ تِلْكَ ءَايَٰتُ ٱلْكِتَٰبِ ۗ وَٱلَّذِىٓ أُنزِلَ إِلَيْكَ مِن رَّبِّكَ ٱلْحَقُّ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يُؤْمِنُونَ} (الرعد: 1).

ويقول: {لَخَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَكْبَرُ مِنْ خَلْقِ النَّاسِ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ} (غافر: 57).

ويقول أيضًا: {وَلَئِن سَأَلْتَهُم مَّن نَّزَّلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَحْيَا بِهِ ٱلْأَرْضَ مِنۢ بَعْدِ مَوْتِهَا لَيَقُولُنَّ ٱللَّهُ ۚ قُلِ ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ ۚ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ} (العنكبوت: 63).

وفي المقابل كانت القلةُ هي التي حظيت برضى الله تعالى، كما فيما يلي من الآيات:

فالقلةُ شاكرة: {..ٱعْمَلُوٓا۟ ءَالَ دَاوُۥدَ شُكْرًا ۚ وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِىَ ٱلشَّكُورُ} (سبأ: 13)..

والمؤمنون الذين اتَّبعوا سيدنا «نوح» كانوا قلة: {..وَمَآ ءَامَنَ مَعَهُۥٓ إِلَّا قَلِيلٌ} (هود: 40)..

واستثناءُ المؤمنين من سائر عموم الناس لقلَّتهم: {إِلَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَقَلِيلٌ مَّا هُمْ ۗ} (ص: 24).

ومن أروع ما قاله البشرُ في هذا الأمر قولُ عابد الحرمين «الفضيل بن عياض» (107-187هـ): «اسْلُك طريق الحق ولا تيأسْ من قلة السالكين،

ولا تمشِ في طريق الباطل وتنخدعْ بكثرة الهالكين». وقول الفيلسوف والأديب «أبو الحيان التوحيدي» (922–1023م): «الحقُّ لا يصير حقًّا لكثرة مُعتقديه، ولا يستحيل الباطلُ باطلًا بقلَّة منتحليه».

إنَّ إعلاء كلِّ سلوكيات المجتمع والخشية من مُخالفة آراء الناس ووضع وزنٍ لكلامهم وأحكامهم سواءً كانوا على باطل أو على حقٍّ هو مِن الخطوات الخفية نحوَ الشرك بالله عزَّ وجَل.

لقد فعلها المشركون من قبل، حينما آثروا رأيَ الناس على حُكم ربِّ الناس، فكانت الهلكة في الآخرة، ومثالًا على ذلك «أبو طالب» عمُّ النبي صلى الله عليه وسلم، الذي رفض اعتناقَ الإسلام حينما عرضَه عليه النبي صلى الله عليه وسلم وقتما حضرته الوفاة، وما منعه من ذلك إلا خشية من أنْ يقول الناسُ فيه بعدَ موته ما يسوؤه، فقد روى «البخاري» و«مسلم» و«أحمد» و«الترمذي» والنسائي عن «أبي هريرة»– رضي الله عنه – قال: لمّا حضرتْ وفاة «أبي طالب» أتاه رسولُ الله صلى الله عليه وسلم، فقال: «يا عماه قل لا إله إلا الله، أشهد لك بها يوم القيامة»، فقال: «لولا أن تُعيرني قريش يقولون ما حملَه عليه إلا جزعِ الموت لأقررتُ بها عينك، ولا أقولها إلا لأقر بها عينك»، فأنزل الله عزَّ وجَل: {إِنَّكَ لَا تَهۡدِي مَنۡ أَحۡبَبۡتَ وَلَٰكِنَّ ٱللَّهَ يَهۡدِي مَن يَشَآءُۚ وَهُوَ أَعۡلَمُ بِٱلۡمُهۡتَدِينَ} (القصص: 56).

لا شيء يعلو على أوامرِ الله تعالى وتوجيهاتِ رسوله صلى الله عليه وسلم، لا شيء يعلو ولو اجتمعَ الناس كلهم على صعيدٍ واحد ضدَّ أوامر الله تعالى وتوجيهات رسوله صلى الله عليه وسلم، فالنجاة تكمنُ في جهادِ النفس لتسيرَ على نهج شرع الله تعالى وفق هدي النبي صلى الله عليه وسلم.

وفي تفسيرِ لأحد المفسرين المحدثين ما يضيفُ لهذا الموضوع بُعدًا عميقًا ما كتبَه حول استعلاء الإيمان مع بعض التصرف كالتالي؛ حيث يقول:

«إنَّ للمجتمع منطقَه السائد وعُرفه العام وضغطَه الساحق ووزنَه الثقيل على مَن ليس يحتمي منه بركن ركين، وعلى مَن يواجهُه بلا سند متين، وللتصورات السائدة والأفكار الشائعة إيحاؤهما الذي يصعب التخلصُ منه بغير الاستقرار على حقيقة تصغرُ في ظلها تلك التصوراتُ والأفكار، والاستمداد من مصدرٍ أعلى وأكبر وأقوى.

والـذي يقف في وجْـه المجتمع، ومنطقِه السـائد، وعُرفه العام، وقيمـه واعتباراته، وأفـكاره وتصوراتـه، وانحرافاتـه ونزواته؛ يشـعرُ بالغربة كما يشـعر بالوهَـن والحزن، مـا لم يكـنْ يسـتند إلى سـندٍ أقـوى مـن النـاس، والله لا يـترك المؤمـنَ وحيـدًا يواجـه الضغـط، وينـوء به الثقـل، ويهدُّه الوهـنُ والحزن، ومن ثـمَّ يجيء هـذا التوجيهُ الإلهي: {وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ} (آل عمران: 139).

يجـيء هـذا التوجيـهُ ليواجه الوهـنَ كما يواجـه الحزنَ بالاسـتعلاء الـذي ينظر مـن عـلٍ إلى القوة الطاغيـة، والقيم السـائدة، والتصـورات الشـائعة، والاعتبارات والأوضـاع والتقاليـد والعـادات، والجماهـير المتجمعة عـلى الضلال.

إنَّه الاسـتعلاء الذي يجب أن يسـتقرَّ عليه نفسُ المؤمن إزاءَ كلِّ شيء، وكلِّ وضع، وكل قيمـة، وكلِّ أحـد، استعلاء على قـوى الأرض الحائـدة عنْ منهج الإيـمان، وعلى قيـم الأرض التـي لم تنبثـق مـن أصـل الإيـمان، وعـلى تقاليـد الأرض التـي لم يصغهـا الإيـمان، وعـلى قوانـين الأرض التـي لم يشرعْها الإيـمان، وعلى أوضـاع الأرض التي لم ينشـئها الإيمان، الاسـتعلاء الـذي لا يتهاوَى أمام قـوةٍ باغية، ولا عـرفٍ اجتماعي، ولا تشريـع باطـل، ولا وضـعٍ مقبول عنـد الناس لا سـند له مـن الإيمان.

ذلـك لأنَّ الله تعـالى يريـد أن يكـون المؤمـن هـو الأعـلى سـندًا ومصـدرًا، فـما يكـون وزنُ الأرض كلهـا؟ ومـا تكـون قيمـة النـاس كلهـم؟ ومـا تسـاويه القيـمُ السـائدة في الأرض والاعتبـارات الشـائعة عنـد الناس؟ وهـو مِـن الله يتلقَّى، وإلى الله يرجـع، وعـلى منهجه يسـير؟

فليـسَ لهـذا المؤمـن أن يطأطـئ أمـام النـاس وأن تؤثرَ فيـه كلماتُ النـاس وأن توجِّهـه آراءُ النـاس وأن تغـيره تصـورات النـاس. إنَّه بذلك سـيمتلك القـدرةَ على التغيـير دون أن يتغـيَّر هـو، هكذا كان قدوتنا رسـولُ الله صلى الله عليه وسـلم حينما لم يضـع اعتبـارًا لكلـمات النـاس ولا لآرائهـم ولا لتصوراتهـم، بدَّلهـم ولم يتبـدل، غيَّرهـم ولم يتغـير، ولـولا ذلـك ما كانَ هنـاك إسـلام ولا كان هناك مسـلمون».

انتهى كلامه ولا تعليق.

التربيةُ الجنسية العلمية الثقافية

تتغذَّى التربيةُ الجنسية الواعية على روافدَ علميةٍ وثقافية تراعي إدراكَ المتربي وعمرَه واحتياجاته وطبيعته وقيمَ مجتمعه، بغير انغلاقٍ يؤدي إلى جهلِ ما يجب معرفتُه، أو انفتاح يُفضي إلى الاطِّلاع على ما يضر. ومن أهمِّ هذه الروافد العلمية الثقافية ما يلي:

1) التثقيفُ الجنسي:

الثقافةُ الجنسية بالمفهوم الدولي هي عبارة عن مجموعةِ معلومات متعلقة بالجنس، بشتى صوره وأشكاله وعلاقاته المباحة والمحرَّمة، الإيجابية والسلبية، الطبيعية والشاذَّة، الطبية والنفسية، الذكرية والأنثوية، وغيرها، وبذلك خرج مفهومُ الثقافة الجنسية الذي تتبنّاه المؤسساتُ الدولية (كالأمم المتحدة) عن إطارِ التربية الصحيحة، وبذا لا يعدُّ التثقيفُ الجنسي بهذا المفهوم صالحًا لتربيةِ الأطفالِ والمراهقين، بل مفسدًا لهم ومدمِّرًا، وإنما يكون التثقيفُ نافعًا إذا انحصَر فيما يفيد دينيًّا وعمليًّا وساعد في توضيح ما ينفعُ وتجنّب ما يضرّ، وعلاج مَن تأذَّى، واستشفاء مَن أصيب.

بوجهٍ عام يخشى كثيرٌ من الآباء والأمهات من أن يؤدّي تثقيفُ أبنائهم وبناتهم جنسيًّا إلى نزع الحياء منهم وتفاقُم قيامهم ببعض التَّجارب والمُغامرات الجنسية في سنٍّ مُبكرة. إنَّ هذا التخوف له ما يبررُه، خاصَّة إذا فاقت المادة التثقيفية التي تُتاح للمُتربي إدراكَه واحتياجاته، وفتحتْ شهيتَه، وأثارت غريزتَه، وأدخلته نفقَ الجنس المظلم في وقت مبكِّر.

ولكن..

إحاطةُ الثقافة الجنسية بجدارٍ عازل حرجًا أو جهلًا أو عُرفًا يحرمُ الصغارَ مِن نقاءِ ونظافة وطُهر تلقي ثقافة جنسية صحيحة سويَّة من مصادرَ علمية دينية، فحفر الفجَرة والفسقةُ والفسدة وتجار الرقيق الأبيض أنفاقًا، ولجوا من خلالها إلى ضَحاياهم من الصِّغار والكبار، وأعْملوا فيهم معاولَهم الهادمة فأفسدوا حياةَ الإنسان وراحةَ الإنسان وطمأنينة الإنسان.. أفسدوا حياةَ آباء مع بناتهم وأمَّهات مع أبنائهنَّ وأشقاء مع شقيقاتهم.. أفسدوا حياةً زوجية ناشئة أو قائمة.. أفسدوا صلاتِ رَحم وقربى وجيرة وزَمالة.. أفسدوا أجيالًا وشعوبًا وأممًا.. أفسدوا الدين والدنيا.. وما حياةُ البشرية الآنية التي تزخرُ بكافة الموبقات الإباحية منّا بغائبة.

إنَّ تجنَب الحديث تمامًا عن العلاقة الجنسية أو تقديمها بصورةٍ مُبتسرة مُبهَمة ربما يوقعُ المراهق/ المراهقة في انتهاج مَسلك من اثنين أحلاهما مُر، وهما:

1) الانغماس:

الغموضُ الذي يحيط بالجنس أو تقديمُه كمحرَّم لا يجب الاقترابُ منه قد يغري المراهقَ والمراهقة لخوض غِمار ذلك المجهول بحثًا عن هذه المعلومة المثيرة الغامضة أو الغائبة، ويتولَّد لديهما شغفٌ ليسمَعا عنه ويقرءا فيه، فيدأبا في الحصول على ما يريدا من أي مصدرٍ كالإنترنت والفضائيات والمجلّات والأصدقاء والزملاء، وغيرها من الوسائل غير الآمنة، وفي أجواء يغلبُ فيها أنْ تصاغ بها المعلومةُ إمّا بشكل غير تربوي أو بطريقةٍ إباحية فجَّة تؤدي إلى عواقب بالغة السوء.

2) الانطواء:

وقد ينطوي المراهقُ والمراهقة على أنفسهما، ويستقرُّ في خلدهما أنَّ الجنس أمر مُنفّر مُستقذَر، وأنَّ العلاقة الجنسية معيبة مؤلمة، فيتكوَّن لديهما موقف مضادٌّ

للجنس ورهبةٌ من هذا المجهول، الأمرُ الذي يؤثر فيما بعدُ بالسَّلب على نظرتهما إلى جنس الآخر وإلى علاقتِهما الجنسية الزوجية المستقبلية، وربما تتطور لأزمةِ زواج حقيقية، خاصَّة بالنسبة للفتيات حينما تستقذر الفتاةُ الجنس، فتنظر إلى عريسِها بالمستقبل نظرةَ ازدراء وتجنب وتخوف.

والذي أزاد الطين بلة ما وفره هذا العصر الرقمي – من ضمن ما وفر – تداول وتناول المعلومات الجنسية بصورة غير مسبوقة، فانطحن الأطفال والمراهقين بسبب فضولهم الفطري أو شغفهم بالجنس بين مطرقة التبكير في تلقي المعارف الجنسية وسندان التلوث في المضمون، فعلم الصغار ما كان يعلمه السابقون وهم كبار، بل وزاد الأمر أن ارتشفوا راغبين أو راغمين سمومًا زعافًا من ذلك المستنقع الآسن الذي يزخر به الجزء الملوث من الإنترنت.

وتعرض طفل/ طفلة مرحلة الطفولة لكثير من التشويش والتضليل والتجهيل وسوء الظن نتيجة تلقيه تأنيبًا لتقليده سلوكًا جنسيًا رآه، أو لأدائه لعبه ذات مغزى جنسي ببراءة، أو اطلاعه على مواد إباحية نقلًا عن من يكبره، أو تعرضه لـ«تثقيف جنسي» فاق عمره وإدراكه ومنحه «حقوقًا» تتلفه وتفسده وتحيد به عن فطرته، أو لفرض السرية على تداول المعلومات الجنسية فتفتحت شهيته للمزيد منها، أو عدم تلقيه إجابات تشبع فضوله على أسئلته الجنسية، أو اعتبار الطفل/ الطفلة سيء الأدب لرغبته في خوض غمار هذا الصنف من المعلومات..، إلخ.

وبالطبع كان وضعُ المراهقين من المشقَّة والصعوبة ما فاق وضعَ الأطفال إزاءَ هذه الأمواج العاتية من الضغوط الجنسية العارمَة، بسبب ما جدَّ على حياتهم من استيقاظ الرغبة الجنسية من كُمونها، وأحاطة أذرع أخطبوط الجنس بهم من كلِّ حدب وصوب، وتفجُّر انجذابهم العاطفي والجنسي تجاهَ الجنس الآخر، وعسرة أو استحالة اطِّلاع آبائهم وأمهاتهم على مشاعرهم الجنسية والعاطفية الجديدة، وإيثار تداولِ المعلومات الجنسية معَ أقرانهم متَّقدي الرغبة الجنسية ومحدودي الخبرة أو منحرفي الثقافة.

قد يزيدُ من وطأة هذا الكمِّ من الضغوط الجنسية الموجعة جهلُ الآباء والأمَّهات والمربين والمربيات بطبيعة مراحل الأبناء والبنات العمرية المختلفة ومستلزمات نُضجهم ونموّهم واحتياجاتهم للتعلم والمعرفة والإدراك وسعيهم وراء ما يمتعهم، وما بني على هذا الجهل من تعاملاتٍ خاطئة معهم.

ولذا يجبُ على الآباء والأمهات والمربّين إدراكُ أنَّ من الثقافة الجنسية ما هو من الواجبات الشرعية التي لا مجال للتنصُّل منها أو تجاهلِها والجهل بها، مثل حدود العوْرة ووجوب سَترها وتعليم كيفية الاستنجاء بعد قضاء الحاجة والطهارة والغسل بعد الحيْض وبعدَ الإصابة بالجنابة والالتزام بضوابط الملابس الشرعية والتعامل الشرعي بين الجنسين وحدود العلاقة بينهما... إلخ، ومنها ما هو للوقايةِ من الأذى الجنسي كالتحرُّش والاغتصاب والانحرافات الجنسية، وتدريب الأبناء والبنات على وسائل الدفاع عن النفس وتقوية شخصيتهم وإنْماء التفكير الناقد وإزْكاء الوازع الديني الذي يقلصُ من فرص تعرضهم للمثيرات الجنسية المحرَّمة والضارَّة، والابتعاد عن أصدقاء السّوء وتجنُّب الاختلاط الماجن بالجنس الآخر وتصفح المواقع الإباحية... إلخ، وإشباع فضولِهم وإرواء ظمئهم للتعلم والتعرفِ والإجابة على أسئلتهم الجنسية سواء كانوا أطفالاً صغارًا أو مراهقين بالغين أو حتى شبابًا وفتيات راشدين وراشدات، ومنها ما هو علاجي حين التعرُّض للأذى الجنسي وطلبًا للاستشفاء من آثاره النفسية والعضوية، وأولى المستلزمات ليتمَّ ذلك ألّا يكون بين الأبناء وآبائهم مانعٌ نفسيٌّ يحولُ بين بوح الأبناء لآبائهم بما تعرضوا له من أذى جنسي وقعَ عليهم من الآخرين، وأن يتمَّ الحوارُ بهدوء ورباطة جأش، والسماح – إذا دعتِ الحاجة – بتدخل المتخصّصين ليقوموا بأداء الدور العلاجي للاستشفاء من آثار الأذي الجنسي.

كما يعتمد علاجُ الاضطرابات الجنسية نفسيةِ المنشأ في جزءٍ كبير منها على التثقيف الجنسي وإعطاء معلومات طبية وعلميَّة حولَ الوظائف الجنسية الطبيعية للإنسان، وعلى تعديل أفكار المُضطرب جنسيًّا عن مفهوم الأداء الجنسي وعن الأساطير الشائعة المرتبطة بالجنس.

الثقافةُ الجنسية الصحيحة مطلوبةٌ لتغطّي الجوانبَ الشرعية وأساليب الوقاية من الأذى الجنسي وطرق العلاج حين التعرُّض له، وليستْ لإثارة الغرائز الجنسية.

ولا يأتي المَقتل من المحتوى الجنسي الذي يتعرَّض له الأبناء والبنات فقط؛ وإنما أيضًا في توقيت تلقيهم لهذا المحتوى. فالكثيرُ من الآباء والأمهات يظنّ أنَّ التثقيف الجنسي لا يبدأ إلا عندَ اكتشاف اطِّلاع الأبناء والبنات على مقاطع جنسية، أو مَعرفة أنهم يمارسون ممارساتٍ جنسية غير مقبولة، أو حينما يطرحونَ أسئلتهم الجنسية، أو حين بدء الارتباط بالجنس الآخر، أو أنَّ التثقيف الجنسي ينحصرُ في العلاقة الجنسية بين الزوجين وكفى.. وفي هذا تقليصٌ مخلٌّ للثقافة الجنسية توقيتًا وكيفًا، وعدم الأخذ بزمام المبادرة، بما قد يستجلب الضررَ على نمو الأطفال بوجه عام.

وقد يتبادر إلى الذهن سؤال:

هل يؤثر تأخُّر تلقي الثقافة الجنسية المناسبة في أوْجه النمو الأخرى؟

بالتأكيد يؤثر...

فكيف هذا؟

يتداخل النموُّ الجنسي مع جوانب النموِّ الأخرى التي تتطور في الأطفال والمراهقين، وهي جوانبُ مترابطة يشدُّ بعضها أزرَ بعض، ويعضِّد بعضها بعضًا، وأحدُ روافد النمو الجنسي هو التثقيفُ الجنسي السَّوي الصحيح، وإهمال هذا الرافد سيؤخر النموَّ العاطفي للطفل أو المراهق، وسيحيد به عن التعامل السَّوي مع الجنس الآخر، كما سيؤثر سلبًا في نموه الاجتماعي والفكري والمعرفي بوجْه عام، وفيما يخصُّ الجانب الجنسي بوجه خاص.

من أجل ذلك كان من المحبَّذ إمدادُ الطفل/ الطفلة فترةَ الطفولة المبكرة وأوائل الوسطى بطلائع المعلومات الجنسية البسيطة. ولأنَّ للقصص عندَ هؤلاء

الأطفال مكانةً ولها عليهم عظيمُ الأثر؛ فيمكن عن طريقها ضخُّ المعلومات الجنسية المرْغوبة، كأن يقصّ عليهم كيف خلق اللهُ – عزَّ وجلَّ – «آدم» عليه السلام، وكيف كان خلقُ «حواء» من «آدم»، وخروجهما من الجنَّة بعد عصيانهما لأمر الله، وكيف كانت «حواء» لـ«آدم» مؤنسًا ومساندًا، وكيف كان هو لها صاحبًا وداعمًا، وكيف كوَّنا معًا أسرةً واحدة وأنجبَا أطفالًا، وإنه لولا الإنجابُ لما كان للناس أبناء وبنات.. ولولا الإنجابُ لما كان هناك خلفٌ من بعد سلف.. ولولا الإنجابُ لانقرض البشر بمجرَّد موتهم، وحتى يتمَّ الإنجاب خلَق اللهُ تعالى في الجسد البشري أجهزةً خاصَّة تقوم بالوظيفة الإنجابية. وقد يكون من الهامِّ أن يشرح للطفل أجهزة جسم الإنسان وأعضاءه المختلفة، ولا بأس من الاستعانة بنماذج وصور وبما يحويه الإنترنت من إمكانات، وسيلاحظُ الطفل أنَّ الجهاز التناسلي هو الجهازُ الوحيد بالجسم المختلف في الذكر عن الأنثى.

كما يمكن الاستفادةُ من مشاهدة الحيوانات الداجنة كما في القرى، واقتناءِ وتربية الحيوانات الأليفة ومراقبة سلوكياتها في المأكل والمنْكح، أو القيام بزياراتٍ إلى حدائق الحيوانات المفتوحة والمغلقة للمعرفة والتعلم، والاستفادة بما تحويه برامج الكمبيوتر وتطبيقات أجهزة التابلت وما تبثُّه بعضُ البرامج الفضائية المهتمَّة بعالم الحيوان وسلوك الحيوانات، وإدراك أن كلَّ الحيوانات من حول الأطفال من ذكر وأنثى، كما قال الله تعالى في مُحكم آياته: {وَمِن كلّ شَىْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ} (الذاريات: 49)، وتثقيف الأطفال بالفروق الجسدية والجنسية بين الأسد واللبوءة، وبين الديك والدجاجة، وبين ذكر الطاووس وأنثاه... إلخ، والإلمام بطبيعة الحياة بين الذكور والإناث وتكوينهم لعائلاتهم وإنجابهم لصغارهم، وأن الذكر له مهامُّ كثيرة كالحماية والدفاع عن أنثاه وصغاره، وأنَّ الأنثى هي التي تحمل وتضع الجراءَ الصغيرة وترضعهم كما في الثدييات أو تضعُ البيض وترقد عليه بالتبادل معَ الذكر لحين فقسِه كما في الطيور، أو تضعه بمكان آمنٍ وتتركه حتى يخرج منه الأفراخ الصغيرة كما في الزواحف والحشرات.

مصادرُ الثقافة الجنسية الأساسية في فترةِ الطفولة المبكرة وأوائل فترة الطفولة الوسطى هي الاستكشافاتُ والقصص ومشاهدةُ الحيوانات.

أمّا ما بقي من فترةِ الطفولة الوسطى وأثناءَ فترة الطفولة المتأخرة وبعدما عرفَ الطفل القراءة والكتابة فيمكن إضافةُ وسائل تعليمية وتثقيفية جديدة، بالإضافة إلى التعليقاتِ التربوية على بعض المشاهد الجنسية التي تظهر أمام الأطفال في الشارع والميديا والإنترنت... إلخ، دونَ مغالاة أو تجاهل مع تِبيان ما ينبغي أن يكون في العلَن مما يجب أن يكون في الخفاء من هذه المشاهد.

وفي المراهقة يلزمُ أن يندمج الآباءُ والأمهات مع مُراهقيهم اندماجًا للنخاع، حتى يسهلَ عليهم مدُّ أبنائهم بالاستشارات الجنسية الواجبة والوقوف بجوارهم، خشيةَ تجربتهم لأي نشاط جنسي يضُّر بدينهم ودنياهم.

ولا بدَّ من التنويه على أنَّ الخرافات والمعلومات الجنسية الخاطئة تسهم بشكل مباشر أو غير مباشر في تشجيع القيام بسلوكياتٍ جنسية مَعيبة وفي إيجاد عددٍ من الاضطرابات الجنسية والنفسية والاجتماعية.

الخرافاتُ الجنسية قد تؤدّي إلى الانحرافات الجنسية.

أهميةُ معرفة كل جنسٍ بعض المعلومات العضوية والنفسية التي تخص الجنس الآخر:

قد يعتقد أغلبُ الآباء والأمهات أنَّ أبناءهم الذكور ليسوا بحاجة إلى معرفة بعض المعلومات حول بلوغ أخواتهم الفتيات، وأنَّ البنات لا ينبغي لهنَّ أن يعرفن ماهيةَ عملية البلوغ عند إخوتهنَّ الفتيان، وهذا خطأ معرفي علمي تربوي.

إنَّ جهلَ كلِّ جنس بما يطرأ على الجنس الآخر من تغيرات عقبَ البلوغ سيعرضهم ويعرضهنَّ للعديد من المواقف المحرجة.

فالابـنُ يـرى أمَّـه وأختـه لا تصليـان لبضـع أيـام متتاليـة بالشـهر، أو تفطران في بعـض أيـام بشـهر رمضـان، فيجـب أن يكـون واضحًـا لديـه السـببُ الشرعي في ذلـك، وإلّا – بغـير علـم – سيشـهِّر بهـا أو يسـَخر منهـا أو يتَّخذَهـا قـدوة ويـترك الصـلاة أو يتهـاون في الصيـام.. وقد يـرى قطراتٍ مـن دماء حيـض أمِّه أو أختـه وقـد لوثـت ثيابَهـا فعلمُه لسـبب ذلـك سـيدفعه إلى تنبيههـا ولفـتِ نظرِهما وسـْترهما، وإلا سـينزعج ويرتبُـك ويسـألها أو ينـشر أمرَهـا شـفقة بهـا.

والأخـت التـي أرادتْ إيقـاظَ أخيها من نومـه ليؤدّي صـلاة الفجر فلاحظت انتصـابَ قضيبه، فـإن كانت تعلـم ذلك الأمرَ سـتغضُّ من بَصرها وتتركه وشـأنه، وإلا سـتنزعج وترتبـكُ وقـد يصيبهـا القلقُ عـلى أخيها، وقد تسـأل أمَّهـا أو أختها عـما لاحظتـه، أو وجدت آثارًا مِن سـائله المنـوي بملابسـه الداخلية أثنـاءَ إعدادها للغسـيل أو عـلى فراشـه أثنـاءَ تهيئتـه وترتيبـه، فـإن كانـت تـدرك عـن أن ذاك أمـرٌ طبيعي فسـتعذر وتسـتر، وإلا سـتظنُّ أنه يبول على نفسـه بـولًا عجيبًا، وقـد تُعايره بذلـك أو تسـأله عنه فتتسـبَّب في أحراجه.

إنَّ الآفـةَ التـي تعـاني منهـا الأسَر الناشـئة في هـذا العـصر هـي الجهـلُ القادح للرجـل في فهْـم نفسـية الأنثى، والجهـل الفادح للأنثـى في فهْم نفسـية الرجل، وأنَّ لهـذا الجهـل المتبـادل عواقـبَ وخيمـةً للغاية حينـما يجمع الله تعـالى الشـاب والفتاة كزوجـين في بيـت واحـد، فيرتكبـا أخطـاءً أثنـاءَ التعامـل مـع بعضهـما البعض، مما سـيؤدّي حتـمًا إلى تفجـر حزمةٍ من المشـكلات والخلافـات العصية التي تتسـبَّب في عـدم اسـتقرار الحيـاة الزوجيـة وقد تهـدد بقاءها.

وإنـه من الحكمة الاسـتفادةُ من وجود إخـوة وأخوات في بيـتٍ واحد ليتعرف كلُّ فـردٍ عـلى نفسـية الجنـس الآخـر المختلفة عنـه، ويتدرَّب معـه وفيه عـلى الطرقِ الصحيحـة في التعامل معه. فالصبي/ المراهقُ يجـب أن يتعلمَ في أخته كيفية التعاملَ مـع جنـس الإنـاث.. يجب أن يـدرك أثـرَ الهدايا الإيجـابي عليهـا، فيُهاديها بمناسـبة وبغـير مناسـبة.. يعرف أن حملَـه لحقيبتها الثقيلة ومشـترياتها الكثيرة أمرٌ يُسـعدها.. يـدركَ بـأنَّ قيامـه بإيصالها إلى المكان الـذي تريـدُ وشراء ما ترغبـه ومرافقتها كلَّما

احتاجته هي أفعال تسرُّها.. يتفهَّم أن قيامه برعايتها والاهتمام بها ونجدتها إذا استغاثت به – أو حتى قبل أن تستغيث – هي أمورٌ تغبطها وتشعرها بالأمان وبقيمتها عنده وتزيد من ارتباطها به واعتمادها عليه حين الحاجة.. يتعلم أنها بالعاطفة تطيعُ وبالرقَّة تستجيب وبالاحتواء تَلين وبالحوار تستريح.. يدرك أن أختَه حينما تمرُّ بفترةِ الحيض يتغير مزاجُها ويقلُّ صبرها وتنتابها آلام بجسدها وتصيرُ بالغة الحساسية سريعةَ البكاء.. يتعلم كلَّ ذلك ليريحها مادامت هناك حياة بينهما.. إنَّ كلّ ذلك يؤهله ليصير زوجًا كريمًا بالمستقبل مع مَن هي مِن جنس أخته، فتعيش معه في انسجام ووئام وراحة بال.

وإنْ لم يتوافر للصبي أختٌ فله أن يتعلمَ ما يجب عليه معرفتُه حول نفسية الأنثى في أمِّه أو إحدى محارمه من النساء كخالته أو عمَّته. وحتى يبلغ التعلم مداه الوافي ينبغي اقتداءُ الفتى بأبيه أو أخيه الأكبر أو خاله أو عمه في التعامل مع الإناث، وسيصبح التعلم مُبتسرًا إذا كان هؤلاء لا يعلمونَ عن نفسية المرأة الشيء الكثير.

يتعلَّم الفتى في أخته وأمِّه وخالته وعمَّته نفسيةَ الأنثى، وقدوتُه في ذلك أبوه أو أخوه أو خاله أو عمه.

وكذا الفتاة – أيضًا – يجب أن تتعلمَ في أخيها كيفيةَ التعامل مع جنس الذكور لتريحَه وتستريح، وكذلك استعدادًا لحياتها الزوجية المستقبلية.. تتعلمَ فيه تحضيرَ الطعام وكَيَّ الثياب والقيام بسائر الخدمات.. تتعلمَ فيه كيفية استدراجه برقتها وأحيانًا استعطافه بضَعفها ليقوم بخدمتها.. تتدرَّب على ألا تتدخلَ في حياته إلا إذا طلبَ منها ذلك.. تتعرَّف على كونه قليلَ الكلام ومن طبعه عدمُ إبداء مشاعره بسهولة.. وكلها أمورٌ معرفتُها مفيدةٌ للفتاة من أجل حياة زوجية أكثر تفهُّمًا واستقرارًا حينما يرزقها الله بزوج من جنس أخيها، فيستريحُ معها ويريحها، وتشعر بجواره بروْعة الرجل وجميل احتوائه لها واهتمامه بها.

وإنْ لم يكـن للفتـاة أخٌ فلهـا أن تعـرفَ مـا يجـب عليهـا معرفتـه عـن نفسـية الرجـل في أبيهـا أو أحـدِ محارمهـا مـن الرجـال كالخـال والعـم. وحتى يبلـغ تعلمُ الفتـاة جرعتَـه الكافيـة يجب أن تقتـدي بأمِّها أو أختهـا الكبرى أو عمتهـا أو خالتها في التعامـل مـع الرجـال، وسـيختلُّ الأمـرُ إن كان هـؤلاء النسـوة لا يعلمـنَ عـن نفسـية الرجـال شـيئًا ذا بال.

تتعلـمُ الفتـاة في أخيها وأبيها وخالها وعمِّها نفسـيةَ الرجـل، وقدوتُها في ذلـك أمُّها أو أختها أو خالها أو عمها.

2) توفيرُ بيئة خاليةٍ من المثيرات الجنسية:

مِـن طبيعة الميـل والاشـتياق إلى الجنس الآخر أنـه دائمٌ ومتجدد، ينشـط ويلحُّ فـترة ثـمَّ يسـكنُ ويهـدأ فـترة، ثـمَّ يعـود نشـيطًا لَحوحًـا مـرة أخـرى وهكـذا، وأنَّ إثارتـه وتنبيهَـه في كلِّ حـين تزيـد من حدَّتـه وتتسـبَّب في ثورته باسـتمرار، فالنظرة تثـير، والحركة تثـير، والضّحكة تثـير، والكلمة تثـير، والدعابة تثـير، والنبرة المعبرة عـن الرغبة الجنسـية تثـير، والرائحـة تثير، واللمسـة تثـير... إلخ.

إنَّ الخـطَّ الدفاعـي الأسـاسي لحمايـة الإنسـان مـن فتنتـه بالجنـس الآخـر هـو سـدُّ أبـواب المثـيرات الجنسـية، بحيث يظـل ميلُ الإنسـان الجنسـي سـاكنًا لفتراتٍ أطـول، أو يكـون في حـدودِه المقبولـة التـي لا تؤثر سـلبًا عـلى دنياه وأخـراه، حتى يلبَّـى عـن طريـق الـزواج المـشروع في الوقت المقـدر له.

إنَّ هـذا مـن أوجـبِ مـا عـلى الوالديـن فعلُـه.. سـدُّ أبـواب المثيرات الجنسـية التـي تحيـط بأبنائهـم وبناتهـم، وتقتحـم عليهـم حياتهـم وتطاردهـم وتراودهـم في جـل أوقاتهـم، وجعـل وسـائلها غـيرَ متاحـة أمامهـم، إنـه أمـرٌ مهـمٌّ وجـذْري في إطفـاء الـشرارة الأولى للإثـارة الجنسـية قبـل أن تصبـح سَـعيرًا يحـرق. ويتـمُّ ذلك

من خلال بعض الإجراءات وأوَّلها القدوة الوالدية العفيفة التي تنبو عن قول أو فعل جنسي مُحرَّم، ثمَّ يتلو ذلك حذفُ القنوات الفضائية المخلَّة من ذاكرة جهاز المستقبل (الريسيفر)، وتأمين الأجهزة الرقمية (كمبيوتر – لاب توب – هاتف محمول) ببرامج الوقاية من الإباحيات، والمتابعة الدقيقة للأبناء والبنات بتلمس أخبارهم ومحادثاتهم وقراءاتهم وتنقلاتهم وأصدقائهم، وغير ذلك.

يجب تعريفُ الأبناء والبنات للتَّبعات السلبية للاستثارات الجنسية المتكررة على الإنسان من النواحي الدينية (كفسح الطريق للتَّهاون في أداء العبادات المفروضة والوقوع بسهولة في الحرام وقطع صلة الرحم) والخلقية (كالأنانية والإفساد) والقانونية (ارتكاب الجرائم والوقوع تحتَ طائلة القانون) والصحية (كالإصابة بالأمراض الجنسية العضوية والمشكلات النفسية) والدراسية والمهنية (التشتُّت وإضاعة الوقت وضعف التحصيل)، والاجتماعية (كالانطواء والانعزال وإفساد المجتمع)، ويتبع هذه المعرفة استشعار الإنسان بمسئوليته الشخصية تجاه أنشطتِه الجنسية أمامَ الله – عزَّ وجلَّ –، وأمامَ نفسه وأمام مجتمعه.

3) تهيئةُ الأطفال للبلوغ:

في مرحلة الطفولة المتأخرة – أو حتى في أواخر مرحلة الطفولة الوسطى – يجب البدءُ في تهيئة الطفل/ الطفلة لدخول فترة البلوغ وخوض غمار مرحلة المراهقة، فتهيئةُ الأطفال لمرحلة البلوغ خطوةٌ لا يمكن إهمالها أو تجاوزُها أو تخطيها لأهميتها ومحوريتِها في سلاسة وسلامة التربية الجنسية والحياة المستقبلية للإنسان.

تتمُّ هذه التهيئةُ من خلال جلسات عدَّة تعقَد على فترات متباعدة، يتدرَّج فيها سكبُ المعلومات بشأن التغيرات الجسدية والفسيولوجية والعاطفية المُرافقة للبلوغ على قدْر الحاجة ووفقَ استيعاب الطفل وإدراكه، مع تحين الفرص واستثمارها عند سنوحِها لتوضيح أمرٍ أو استنباط درس أو استشفاف عظَة، مع استخدام المصطلحات الشرعية في الشَّرح والتوضيح مثل المَنْي والمَذْي والوَدْي

للطفل الذكر، والحيض والدورة الشهرية وإفرازات المِهبل للطفلة الأنثى، وتعليمهما ألفاظًا مثلَ الطهارة والغسل والنكاح والجِماع والتكاثر... إلخ، فذلك من شأنه إعلاءُ لغة الحوار وإكسابُها الكثير من الاحترام والقداسة.

لا تُسكب المعلوماتُ الجنسية دفعةً واحدة وينتهي الأمر، لكنْ ينبغي إعطاؤها على دفعاتٍ متقاربة أو متباعدة، وبجَرعات مناسبة؛ كي تترسَّخ المعلومات في ذهن الطفل تدريجيًّا.

ولا ينبغي أن يدعَ الآباءُ والأمهات غيرهم يقومون بدلًا منهم في أداء هذه المهمة، فلن يُغني كثيرًا معلمو مدرسة ولا شيوخ مسجدٍ ولا مربون مؤقتون ولا مدربون نادٍ عن دور الآباء والأمَّهات التعليمي التربوي في هذا الموضوع المهم والخطير، حتى يكون الآباءُ والأمهات هُم المرجعَ الأساسي لأبنائهم وبناتهم في هذا المجال، فإذا ما حامت في رؤوس الأبناء والبنات تساؤلات جنسيةٌ لجأوا لآبائهم وأمهاتهم كمنبع لمعلوماتهم وثقافتهم، وإلا سيضطرّون إلى استقاء هذه المعلومات من جهات خارجية مَجهولة المصدر والنيَّة، جهولة العلم والخبرة، فتجلُب لهم الضَّرر، وترشدهم إلى الحرام والخطأ، ربما بجهلٍ أو بدون قصد. فإذا حالَ جهلُ الآباء والأمهات دونَ أداء هذا الدور فينبغي الاستعانةُ بالمتخصِّصين من التربويين والتربويات للقيام به.

أولًا: دورُ الأب في تهيئة ابنِه الطفل لاستقبال البلوغ:

ابدأ أيها الأبُ الشَّفوق في حوارٍ هادئ دفيء مع طفلك حولَ البلوغ قبل أن يشارف العاشرة من عمره، متفننًا في اختيار الوقت المناسب والجرعة الملائمة وبأسلوب رقيق. فبلوغُ الأطفال الذكور يبدأ – غالبًا – من عُمر أحد عشَر عامًا إلى ثمانية عشَر عامًا.

أخبرْه بعلامات البلوغ في عباراتٍ يفوح منها الحبُّ والقرب، وأنك ستفرحُ معه بعد قليل عندما يتسارع جسدُه في النمو ليزدادَ طولًا ووزنًا، وكتفاه قوة وعرضًا، وأنَّ الشَّعر سيبدأ في الإنبات بإبطيْه وعانتِه ثمَّ وجهه مكوِّنًا لحيتَه وشاربه وسيزداد بالسّاقين والذراعين وقد يتكوَّن بالصدر، وأنَّ صوته سيودع نغماتِ الطفولة الرقيقة ويستقبل نغمات الرجولة الرخيمة المؤثرة.

أعطِه – أيها الأب – فكرةً عن تركيب ووظيفةِ الجهاز التناسلي في الرجل.. (ارجعْ إلى الفصل الأول).

ومِن الضروري أن تعطيَه فكرة عن انتصاب القضيب، وتحوُّله من حالة الارتخاء الرَّخوة الصغيرة الحجم إلى حالة الانتصاب الصلبة الكبيرة الحجم، وهي عمليةٌ لا إرادية تحدثُ نتيجة تدفُّق الدماء فيه خاصَّة حين الاستيقاظ من النوم صباحًا، وهي حالةٌ تشبه ما يحدُث ببالون الأطفال قبلَ امتلائه بالهواء يكون صغيرًا مُتهدلًا وبعدَ امتلائه بالهواء يتضخم ويتصلب، مجرد هواء يغيِّر حالة البالون، وكذلك يصنع تدفقُ الدماء في القضيب، فيتحوَّل من عضو مرتخٍ رخوٍ صغيرٍ إلى عضوٍ منتصب صلب كبير.

وأنه قد يجدُ حرجًا إذا حدثَ انتصاب عضوه الذكري وهو وسطَ أصدقائه وأقرانه وسائر الناس؛ فيجب ألا يحاولَ تثبيطَ هذا الانتصاب وتهدئته وقهرَ قَضيبه على الارتخاء بتوجيهه عنوةً للأسفل أو لأحد الجانبين أو ضغطه بارتداء ملابس داخلية ضيقةَ أو بأيِّ طريقة أخرى، ففي هذه التهدئة القسرية تدريبٌ لهذا العضو على الارتخاء السريع، فيتسبَّب في إضعاف الانتصاب مع تكرارِ فعل ذلك، وهو أمر له مضارُّه الجسيمة على الحياة الجنسية حين الزواج.

ويجب تذكيرُه بالتقليل من ارتداء ملابس ضيِّقة ملاصقةً لجسده التي تعرقل عملَ كيس الصِّفن في تهيئة درجة الحرارة المناسبة لتكوين حيوانات مَنوية سليمة، فلا يلحق بها الضرر وتتأثر خصوبته سلبًا.

وأخبرْه – أيضًا – عمّا قد يسببه النشاطُ الزائد للغدد الدهنية، خاصَّة تلك التي بالوجه، وما يترتب عليه من تراكم إفرازات هذه الغددِ فتملأ مسامَّ الجلد وتسدّها وتكون بثورًا، قد تتطورُ إلى ما يسمَّى بحَب الشباب، الذي قد يمثل عنده سببًا للقلق النفسي لما يحدثُه من تغيُّر في مظهر الوجه إلى الأسوأ، وطمئنْه أنَّ حَب الشباب هذا عرضٌ زائل لا يلبث إلا أنَ ينتهي. كما سيزداد إفرازُ الغدد العرقية للعرق الذي ستصبح له رائحةٌ واضحة، مما سيستلزمُ الاستحمامَ المستمر واستخدام العطور ومزيلات العرق، فبالبلوغ يتحولُ عرقُ الطفل عديم الرائحة إلى عرقِ البالغ ذو الرائحة.

ومما يجبُ على الفتى معرفتُه هو بعض الأحكام الفقهية المتعلقة بالنواحي الجنسية الخاصة بالذكور، فله أن يعلم أن ما يخرجُ من قضيبه أربعةُ سوائل، هي كالتالي:

1 – البول وهو سائلٌ نَجس يجب الاستنجاءُ منه عقبَ الانتهاء من التبول.

2 – المْني وهو السائلُ المنوي المميّز برائحته الفريدة وبنكهته الخاصَّة غير المألوفة لدى الفتى حديث عهد بالبلوغ، وهو الذي يخرجُ في العادة بقذف وشهوة أثناءَ النوم أو اليقظة، وأنَّ خروجه بهذا الشكل يصيب الشابَّ **بالجنابة**، والجُنُب (الإنسان المُصاب بالجنابة) لا تجوزُ له الصلاة ومسُّ المصحف وحملُه وقراءةُ القرآن والمكثُ بالمسجد والطوافُ حول الكعبة حتى يغتسل.

و**الغسلُ** هو تعميمُ البدن بالماء، وفرائضُه غسلُ الفم والأنف وجميع البدن، أما سننُه فتشمل البدءَ بالنية والتسمية والتسوك وتخليل اللِّحية وتخليل الأصابع ودلْك ما يمكن دلكه من الجسم.

ولا يوجب الغسل في الحالات التالية:

– إذا خرجَ المْني من غير شهوة، بل لمرضٍ أو برد أو ضرب على الظهر، أو حملَ شيئًا ثقيلًا.

– إذا احتلمَ ولم يجد منيًّا فلا غسل عليه.

– إذا أحسَّ بانتقال المنِي عندَ الشهوة فأمسك قضيبَه فلم يخرج منيُّه فلا غسل عليه.

والظاهر أنَّ المنّي طاهر، وإن ذهبَ بعضُ العلماء إلى القول بنجاسته، وأنَّ المكان في الثوب الذي يصيبه المني يجب غسلُه إن كان رطبًا، وفركُه إن كان يبسًا.

3 – الوذْي وتفرزه غدة البروستاتا.

4 – المذْي وتفرزه غدة كوبر.

وكلاهما نجسٌ عندَ كثير من العلماء ولكن بعضهم ذهبَ بطهارتهما، ويجب غسلُهما ولكن لا يوجب الاغتسال بسبب نزولِهما، بل يجزيهما تنظيُف ما أصاب البدنَ والثوب منهما ثمَّ الوضوء.

الاحتلام :

مِن الضروري أن يعلم الصبيُّ قبلَ بلوغه بأمر **الاحتلام** الذي سيعلن لحظةَ بلوغه حين حدوثه لأول مرة. فالاحتلام عملية فسيولوجيةٌ طبيعية لا إرادية، تحدث أثناءَ النوم، وهي واردةٌ عند كلٍّ من الجنسين منذ البلوغ. ويتمُّ الاحتلامُ على هيئة رؤية مَنامية لمشاهد جنسية أو مُمارسة جنسية أو إحساس برُومانسية عارمة أثناءَ النوم، وهو أكثر شيوعًا وأشدُّ وضوحًا عند الذكور ممّا هو عند الإناث.

للاحتلام مجموعةٌ من الفوائد للرجل والتي منها تفريغُ مخزون السائل المنوي القديم ليحلَّ محلَّه سائلٌ منوي جديد، كما يعتبر بمثابة بديلٍ طبيعي للشعور بالممارسة الجنسية وبلوغ ذروة اللذة الجنسية خاصَّة عند غير المتزوجين، كما أن خروجَ المني من جسمِ الشاب يساهم في تخلصه من التوتر، ويساعدُه على الشعور بالاسترخاء والنوم جيدًا، وقد يكون الاحتلامُ هو الوسيلةَ التي يتبعها المخُّ للسيطرة على الرغبة الجنسية.

والاحتلام أمرُه واضحٌ جَلي، بسبب ما يلحظه المراهق/ الشابُّ على ملابسه الداخلية من بللٍ أحدثَه السائل المنوي ذو النكهة الخاصَّة، وما قد يجدُه

مـن شـعورٍ بمتعة جنسـية، وقـد يلتبَّس عـلى المراهق الصغـير الأمرُ عنـدَ أول عهدِه بالاحتـلام، فـلا يـدرك أنه احتلَـم، وقد يعتقـد – في الغالـب – أنه تبوَّل على نفسـه بشـكلٍ لا إرادي بـولًا غريبًـا في ملمسـه ورائحته.

يحـدثُ الاحتـلامُ للمراهـق – كـما يحدثُ للراشـد – مـرَّة بالأسـبوع أو مرتين بالشـهر، فليـس له معـدلات محددة.

أنواعُ الاحتلام:

للاحتلام عندَ الرجل نوعان:

(1) طبيعي: وهو يحدث نتيجةً لما يلي:

– ازدياد مخزون السائل المنوي فلزمَ تفريغه.

– التفكير في المسائل الجنسية.

– التعرض لمثيرات الجنسية، وورود التخيلات الجنسية على الذهن قبل النوم.

– يتضافـر الانتصـابُ الليـلي الطبيعـي للقضيـب مـع مـا قـد يحدثُه النـومُ على البطـن وكذلـك ارتـداء الملابـس الداخلية الضيقـة في إحداثِ ضغطٍ عـلى القضيب المنتصـب ممّا قـد يسـتجلب الاحتلام.

(2) مرضي أو غير طبيعي: وهو نتيجةُ الآتي:

– القلق النفسي المستمر.

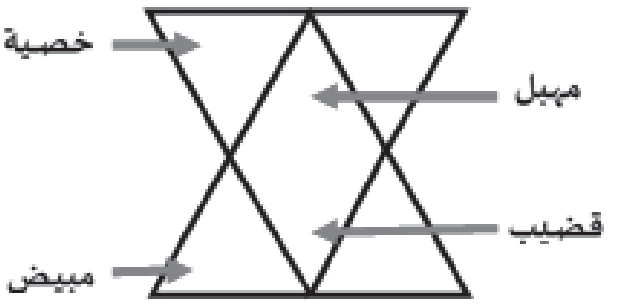
– الإرهاق العصبي المستديم.

– أسـباب عضويـة كاحتقان غدَّة البروسـتاتا، أو التهـاب بالحويصلات المنوية أو بمجـرى البول، أو بسـبب الإمسـاك المزمن... إلخ.

ومـما يخفُـف من أثر الاحتـلام المَرَضي التبـولُ قبل النـوم، وعلاج الإمسـاك، وتجنبُ مسـبِّبات القلـق والإرهـاق، وارتـداء الملابـس الداخليـة الخفيفـة الواسـعة التـي تقلـل الاحتـكاكَ بالقضيـب أثناء النوم، وتجنـب النوم على البطـن، وتناول وجبة العشـاء مبكرًا عـلى أن تخلـو مـن اللّحـوم الكثـيرة والتوابل، والاسـتحمام بالماء البـارد يوميًّـا... إلخ.

أمّـا إذا تـوالى القذفُ ليلًا ونهارًا بمناسـبة وبدون مناسـبة، فهذا يعنـي أنَّ هناك خلـلًا عصبيًّا ما، ويجـب حينئذٍ استشـارةُ طبيب مختص.

ولا بـأسَ مطلقًـا من أن يتـمَّ إيضاحٌ بسـيط للمراهق – أو طفل مـا قبل البلوغ بقليـل – عـن طبيعـة العلاقـة الجنسـية بـين الزوجـين، فالسـؤال عنهـا لا بـدَّ وأن يـردُ إلى ذهـن المراهـق ويشـغل بالَـه ويطـارده كـي يجـدَ لـه إجابـة ترضيـه، كشرح والـد لابنـه الـذي يبلـغ من العُمـر أحد عـَشر عامًـا العلاقة الجنسـية بـين الزوجين بـأن رسـمَ هـذا الوالـد مثلثـين متداخلين بحيـث تكـون رأس أحدهمـا متجهًا نحو قاعـدةِ الآخـر (شـكل: 32)، وقـال: هـذا المثلـث الـذي قاعدتـه لأعـلى ورأسُـه لأسـفل هـو الخصيتـان والقضيـب لـدى الرجـل، والمثلـث الـذي قاعدته لأسـفل ورأسـه لأعـلى هـو المبيضان والمهبـل عنـد المـرأة، وأنَّ الخصيتين سـوف تنتجان مع إفـرازات الحويصـلات المنويَّة وغدة البروسـتاتا سـائلًا يسـَّمى بالسـائل المنوي كما تنتـج الغـددُ اللعابيـة اللعـابَ في الفـم والغـدد الدمعية الدمـوع في العينـين، ولكنَّ الأمـر هنـا يختلـفُ عـن القدرة عـلى البَصـق أو البـكاء، فهذا السـائل سـوف يجري مـن قضيـب الـزوج ثـمَّ يوضـع في مهبـل الزَّوجـة بواسـطة عمليـةٍ تسـمَّى الجماع، فيندمـج حيـوانٌ منوي مـن ملايين الحيوانـات المنوية الموجـودة بهذا السـائل المنوي مـع البويضـة القادمـة مـن المبيـض ليكوِّنـا الجنينَ الـذي تحملـه الزوجـة في رحِمها حتـى يكـبر وينضـج، ثمَّ يولـد لتصبـح الزوجـة أمًّا ويمسـي الـزوج أبًا.



شكل (٣٢)

يجب أن يعلمَ الصبي أنه ببلوغه قد وصلَ إلى نضج يجعله مسئولًا عن أفعاله واختياراته وقراراته ومتحملًا نتائجها، وأنه أمسى - بعد بلوغه - محاسَبًا من قبَل الله عزَّ وجلَّ على كلّ ما يقوله ويفعله، فلا تهاون بعد اليوم في الصلاة والصيام، ولا تأخر عنْ فعل الخيرات وترك المنكرات وصلَة الرحم والتأدب بغضِّ البصر، وأصبح الوقتُ مناسبًا لمراجعة ما تعلمه في الماضي من أحكام شرعية خاصَّة بالصيام والصلاة والطهارة.

إنَّ أبًا يهيئ ابنَه لاستقبال مرحلة البلوغ والمراهقة بهذا الأسلوب وهذه الروح هو أبٌ يتحمَّل مسئولياته جيدًا.. أب يدفع ابنه لينصبَه مرجعًا له في هذا الموضوع الفارق الهام.. أب يشجع ابنه ليكون أوَّابًا إليه حينما يستعصي عليه سؤال أو يتعرض لموقفٍ جنسي غامض، وسيحمل له ابنُه هذا العملَ الجليل كجميل له مغزى تربوي رائع يزيد القربَ ويجلب الود.. جميل لا ينسَى مادامت بينهما حياة.

ثانيًا: دورُ الأم في تهيئة ابنتها الطفلة لاستقبال البلوغ:

ينبغي على الأمِّ أن تبدأ في حوار هادئ مع ابنتها حولَ بلوغها بأسلوب مريح سَلس، مُفعم بالحب والود، مليء بالاهتمام والقرب، مُزيَّن بالتفاهم والدفء، من قبل أن تبلغ ابنتُها من عمرها عامها الثامن أو التاسع، وتوضِّح لها أنها ستقبل على فترة تعتبَر من أجمل الفترات التي تمُرُّ بها الفتاة على الإطلاق، ستنتقل على أثرها من مجرَّد طفلة صغيرة إلى امرأة جميلة.

تناولي معها - أيتها الأم - الحديثَ حول ما سيطرأ على جسدها من تغيرات، وأنَّ ثدييْها سيبدءان بالتبرعُم والنمو، ربما حينما تصلُ لعمر التاسعة، أو قد يتأخَّر نموهما عن ذلك، وسيستمرّان في النمو إلى عُمر السابعة عشر أو الثمانية عشر، وقد يستمرّان عندَ بعض الفتيات حتى عُمر العشرين عامًا. وأنها قد تلاحظُ عند بدء ظهور ثدييْها أنَّ أحدهما أو كلاهما أصبح على شكل كتلة صلبَة قليلًا خلفَ الحلمة، وقد تكون هذه الكتلة في بعض الأحيان مؤلمة، ثمَّ

تأخـذ في النمـو لتتَّخـذ شـكل الثـدي الناضـج، وأنـه مـن الطَّبيعـي أن ينمـو أحـدُ الثديـين قبـل الآخـر، ولكنهما سـيصبحان – في الغالـب – مُتماثلين حجمًا مع مرور الوقـت، ثـمَّ.. يبدأ شَـعر مناطـق الإبطـين والعانَة في الظهـور، وقد يظهر الشَّـعر – أيضًـا – عـلى الفخذيـن والذراعين، ومن المحتمـل ظهورُه بشـكل خفيف في منطقة فـوقَ الشـفة العليا.

وسـتلحظ ازديـادَ قامتهـا ووزنهـا مما سـيؤدّي إلى حـدوث تباين في نسـبِ نموّ أعضـاء جسـمها المختلفـة وإلى عـدم التناسـق بين أجـزاءِ وجهها وأعضاء جسـمها وقتيًّا، ممـا قـد ينمـي لديهـا شـعورًا بالخجل والحَـرج، كـما يسـبب أيضًا ما يسـمَّى بعـدم التـآزر الحركـي الـذي من شـأنه إحـداثُ خلـلٍ بسـيط في قدرتها عـلى حفظ توازنهـا وفي إمسـاك الأشـياء بإحـكام، وكأن الجسـم خـرج قليـلًا عـن السَّـيطرة، ممـا قـد يـؤدّي إلى أن تتعثـر أثنـاءَ سَـيرها لأتفه الأسـباب كالتعثُّـر بطرفِ سـجادة، وسـهولة سـقوط الأشـياء مـن يدها ككـوب ماء.

أخبريهـا – أيتهـا الأم – أنَّ التغـيرات التـي سـتحدث لهـا سـتظهر أنوثتَهـا الجميلـة، مـن تراكـم الدهـون في مناطـق الجـذع والبطـن والأرداف والسـاقين ليعطيهـا اسـتدارات جسـدِها الأنثـوي الخـلاب، وأنَّ صوتهـا سـتزينه النعومـةُ ممّا يزيـد مـن جمالهـا وروعتهـا ورقتهـا.

أقْـرني حـوارَك معهـا بـزرع الثقـة في نفسـها بـأن تبيِّنـي لهـا أنهـا سـتصبح لهـا شـخصيتها واحترامهـا، ويمـسي حياؤهـا يزينُهـا ويصونُهـا مـن الانحـراف والانجـراف، ويزيدهـا جاذبيـةً وجمـالًا، حتـى يتنامَـى لديهـا الافتخـار بانتمائها إلى جنـس الإنـاث الرائـع.

مـن الـضَّروري توضيـحُ بسـيط لتركيـب الجهـاز التناسـلي في الأنثـى وكيفيـة عملـه.. (ارجعـي إلى الفصـل الأول).

عرِّفيهـا بما قد يسـببُه النشـاطُ الزائـد للغدد الدهنيـة، خاصَّة تلـك التي بالوجه والذراعـين وربـما أجـزاء أخـرى بالجسـم، ومـا يترتَّـب عليـه مـن تراكم إفـرازات

هـذه الغـدد فتملأ مسـامَّ الجلـد وتسـدُّها، وتكوِّن بثـورًا التـي قد تصبح ما يسـمَّى بحَـب الشـباب وظهـور الـرؤوس السـوداء، واحْـرصي عـلى مُعالجتهـا مـن هـذه البثـور، ولا تنسـيْ تذكيرَهـا بـأن عرقَهـا عند بلوغها سـتصير لـه رائحـة بعدما كان عديـمَ الرائحة إبـان طفولتهـا الآفلة.

حدّثيهـا – أيتهـا الأم – عنِ الإفـرازات المهبلية الطبيعية التـي اختصَّ اللهُ تعالى بهـا المهبَـل ليحافظ بها عـلى صحته ونظافتـه ورطوبته.

وعرِّفيهـا عـما سـيحدث لهـا عندما يأتيهـا الحيـضُ لأوَّل مـرة، وهي تجربة شـديدةُ الحساسـية بعيـدةُ الأثـر في نفس كلّ فتـاة، وإن حدوثَـه يمثل الخطَّ الفاصـل بين توديعها لمرحلـة طفولـة الأنثى التـي لا تكاليـفَ فيهـا ولا حسـاب ودخولها مرحلـة المراهقـة حيـث التكليفُ والحسـاب. ويمكـن أن تمهِّـدي لطرح هذا الموضـوع الهـامّ بإفهامها أنَّ هنـاك فـترةً لا تصـوم فيهـا المـرأة ولا تصـلي وهـي فـترةُ حيضهـا عندمـا تـراك تفطرينَ أيامًـا في رمضـان ثـمَّ تقضينَهـا في أيـام أخَـر، أو لا تصلـين الفروض في أيـام الحيض.

وأخبريهـا أنَّ الـدورة الشـهرية لا تبـدأ عنـدَ الفتيات جميعهـنَّ في العُمر نفسـه، فقـد تبكِّـر عنـدَ بعضهـن في التاسـعة مـن العمـر، وقـد تتأخَّر عنـد أخريـات حتى عُمـر السادسـة عـشرة، حيـث إنَّ لكل فتـاة نظامَهـا الداخلي الخـاص بهـا، وأنه إذا بـدأت الـدورة الشـهرية لـدى فتـاةٍ قبـلَ أخـرى فذلـك لا يعنـي مطلقًـا أنَّ الأولى طبيعيـة وأن الثانيـة غـير طبيعية.

ومـن المفضَّـل إعطـاءُ فكـرة علميـة عـمّا يـدور بداخلهـا حتـى تعـي نفسـها أكثـر. فالبويضـة التـي ينتجها المبيـض تتجهز للإخصاب بواسـطة حيوانٍ منوي يـأتي من الزوج بعمليـةِ الجـماع، فـإذا مـا تـمَّ الإخصـابُ تكوَّنـت اللاقحـة، والتي سرعـان ما تنقسـم إلى عـدد مـن الخلايـا وتنغرسُ في بطانة جـدار الرحم كـما تنغرس البـذرة الصالحة في الأرض الخصيبـة، ثـمَّ تتوالى عليهـا الانقسـامات الخلويـة لتعطي جنين الإنسـان.

أثنـاءَ إعـداد البويضـة للإخصـاب يتـمُّ تهيئـةُ الرحم ليسـتقبلها حينـما تخصبُ وتصبـح لاقحـة، ويبـدو ذلـك في ازديـاد سـمك بطانـة جـدارِ الرحم مـن الداخل

وازديادِ الأوعية الدموية الرقيقة به لتوفير بيئة غذائية غنية ووثيرة للجنين المنتظر، وكأن الرحم عشٌّ يبنيه الطائرُ ويهيئه ويبطنُه بالريش والأعشاب ليكون صالحًا لاستقبال البيْض ومهيئًا للرقود عليه حتى فقسه. وإذا لم يتمّ تخصيبُ البويضة بالحيوان المنوي – كما هو حال الفتاة قبلَ زواجها – فستنهار بطانةُ جدار الرحم من الداخل وتتمزق الأوعية الدمويةُ الرقيقة التي به، ويهدم «العش»، وينزلُ هذا الغشاء المُنهار وما به من دماء من خلال عنقِ الرحم إلى المهبل متسربًا خارجَ الجسم خلال فتحة المِهبل في صورة دم الحيض. فالحيض هو استعدادٌ شهريٌّ للرحم لطردِ بويضة لم تخصب والتأهبَ لاستقبال بويضة جديدة صالحة للإخصاب، والتي قد تمسي بعدَ الزواج جنينًا، ثمَّ مولودًا جميلًا.

وكأنَّ الرحم أوتي المقدرةَ على فحص البويضة المقبلة إليه عبرَ قناة فالوب، فإن وجدَها مخصَّبة أو صارت جنينًا ذا بضع خلايا فسيرحبُ بها، وسيقبل بشغفٍ خوضَ تحدّي حدوث الحمل والعناية بالجنين ورعايته واحتوائه وتغذيته حتى خروجه إلى الدنيا وليدًا. أما إذا وجدَ البويضة غيرَ مخصَّبة فسيفقد حماستَه في احتضانها ويمتصها أو يلفظها مع ما سبق وأعدَّه لها من بطانة رحمٍ وثيرة، لتخرج غيرَ مأسوف عليها ومعها كراكيبها في صورة دم الحيض.

وأعْلميها أنَّ نزولَ دم الحيض عادةٌ لا يصاحبه أيُّ أعراض مرضية أو آثار جانبية عند العديد من الفتيات، ولكن قد تشعرُ الفتاة بآلام الدورة الشهرية أو ما يسمَّى بعُسر الحيض Dysmenorrhea وهو أكثرُ اضطرابات الدورة شيوعًا، ويبدأ من وقت بدايةِ الحيض أو قبله بقليل، ويستمرُّ في العادة لأقلّ من ثلاثة أيام، وتتجلَّى هذه الآلام في منطقة أسفل البطن، ويمكن أن تمتد إلى الظهرِ والفخذين، والسببُ في حدوثها هو التقلصاتُ العضلية التي تحدثُ في جدارِ الرحم لسلخ بطانته وقد تترافق مع أعراض أخرى كالغثيان أو القيء أو الصداع أو بألم وانتفاخ بالثديين والميل إلى النوم، وكلها أمورٌ طبيعية. كما أنها قد تشعر قبلَ وأثناء فترةِ الحيض بتقلباتٍ في المزاج والشعور ببعض الضيق وسرعة الغضب والقلق والحزن، فمستوى هرمونات الفتاة خلال الشهر غيرُ ثابت مما

يؤثـرُ عـلى حالتهـا المزاجيـة وأحاسيسِـها ومشـاعرها. وتميـل هـذه الأعـراض إلى التحسُّـن مـع التقـدم في العمر أو بعـد إنجـاب الأطفال.

وأخبريهـا أنـه يمكـن التقليـلُ مـن آلام الـدورة الشـهرية وذلـك بمُمارسـة النشـاط البـدني مثـل: المشي لفـترة طويلـة أو السـباحة أو تمارين التنفـس العميق، كـما أنَّ الاسـتحمام بالمـاء الفاتـر يعطـي إحساسًـا بالاسـترخاء، كـما يزيـل الروائحَ المنفـرة المرتبطـة بالحيـض، وأنَّ تنـاول المشروبـات الدافئة مثَـل: الينسـون والنعناع والقرفـة والحلبـة والمراميـة؛ مفيـدٌ في تلـك الفـترة، وأنَّ الابتعـاد عـن المشروبـات البـاردة لـه أثـرٌ جيـد في التخفيفِ مـن الآلام، ويعتـبر تنـاولُ أدوية مسـكِّنة للألم – بعـد استشـارة الطبيـب المختـص بالطبـع – هـي إحـدى الحلول.

أيتهـا الأمُّ الرحيمـة، مـن الـضروري أن تكـوني قريبةً مـن ابنتك عنـدَ حدوث حيضهـا الأوَّل، ذكِّريهـا حينئـذ بـما أخبرتيهـا به نظريًّا مـن قبل حول الحيـض، فهذا يشـعرُها بالثقـة والاطمئنـان عندمـا تـرى أنَّ مـا سـمعته منـك أضحـى الآن واقعًا يتحقـق أمامهـا. وأعْلميهـا حينئذٍ أنَّ الحيض يبدأ بسـائلٍ بني ثمَّ دم أحمـر ثمَّ يتحول للَّـون الأصفـر ثـمَّ يصير أبيَـض، وبـذا تنتهي الـدورة، وأخبريهـا بأن الحيـضَ يأتي عنـدَ غالبيـة الفتيـات كلَّ ثمانيـة وعشريـن يومًـا تقريبًـا، ولكنَّـه قـد يبكـر أو يتأخَّر عنـد بعضهـن، وعلميها كيف تحسـب دورته للاسـتعداد لـه كلَّما حان وقتُـه المقدر، وطمْأنيهـا أن الـدورةَ الشـهرية قـد تكـون عنـد بـدْء ظهورهـا غـير منتظمـة، وقـد تحتـاج إلى فـترةٍ مـن وقت حتـى تنتظم.

أخبريهـا بالإجـراءاتِ الصحيحـة لاسـتخدام حفّاضـات الحيـض (الفـوط الصحيـة) لامتصـاص دم الحيـض، والمحافظـة عـلى نظافـةِ وطهـارة هـذه المنطقـة الحسّاسـة، وعـدم اسـتخدام أنـواع الصابـون العـادي لأنهـا تحتـوي عـلى مـواد كيميائيـة قـد تتسـبب في جفـافِ واحمـرار الجلـد في هـذه المنطقة الحسّاسـة، كـما أنَّ هـذه المـواد قد تقتـل البكتيريـا والخمائـر النافعـة الموجودة بشـكل طبيعـي فيها وفي المِهبـل، لذلـك يُنصح بتنظيف المنطقـة إما بالماء الدافـئ وحده، أو باسـتخدام أنواعٍ مـن الصابـون الخاليـة مـن المعطرات.

ومـن الجديـر بالذكـر مراعـاةُ تنظيف المنطقـة الحسّاسـة في اتجاه مـن الأمام إلى الخلـف، أي مـن منطقة فتحـة المهبـل إلى منطقة فتحةِ الـشرج، وذلك منعًـا لانتقال الجراثيـم المحتمـل وجودُهـا عنـد فتحـة الـشرج إلى منطقـة المهبـل، كـما يُنصـح بتجفيـف المنطقـة جيدًا بنفـسِ الطريقة باسـتخدام المَناديـل الورقية ناعمـة الملمس، أو فوطـة قطنيـة بـشرطِ تغييرِهـا يوميًّـا، أو كلـما دعـتِ الحاجـة لذلـك. كـما يجـب الوضـعُ في الاعتبـار أن تحفـظ الفوطَ الصحيـة قبلَ اسـتعمالها في مكان جـافٍّ بعيدًا عـن الرطوبـة حتـى لا تتسبَّب في حـدوث مشـكلات صحيـة كبيرة.

واعلمي أنَّ التدريبَ العملي على مسـألة الحيض هـامٌّ للغاية، فلم تكتفِ الصحابيات الجليـلاتُ بتعلـم فقه الحيـض نظريًّا بـل تلقّوه أيضًـا دروسًـا عملية، فقـد روى البخاري في صحيحـه عـن «أمِّ علقمة» مولاةِ السـيدة «عائشـة» رضي الله عنها قالت: كانت النسـاءُ يبعثـن إلى «عائشـة» بالدُّرَجَـةِ (قطعـة مـن القـماش تلفُّ فيهـا الأشـياء)، فيها الكُرسُـفُ (القطـن)، فيـه الصُّفـرَةُ (من دم الحيـض)، فتقـول رضي الله عنها: «لا تعجلـَّن حتى ترين القصّـة البيضـاء (مـاء أبيـض يدفعـه الرحم عند انقطـاع الحيـض)». فقد كانـت إحداهنَّ عندمـا تـرى دمَ الحيـض قـد توقـف، وتحـول للَّـون الأصفـر؛ تشـكُّ في أمرها فـلا تدري هـل انتهـى الحيـضُ أم لا، ولكـي تتأكد تأخـذ بعضًا من هذا السـائل الأصفـر الخارج من المِهبـل وتمسُـحه بقطنـة وتلـفُّ القطنـة في قطعـة من قـماش وتذهب به للسـيدة «عائشـة» رضي الله عنهـا لتسـألها هـل بهـذا السـائل الأصفـر يكون الحيُـض قـد انتهي، وأنـه قد آنَ أوان الاغتسـال والتطهـر؟ فكانـت تعلمهـا قائلة مـا مَعناه لم ينتـهِ الحيض بعـد، وانتظري ولا تغتسـلي حتـى ينـزل السـائلُ الأبيـض فهـو علامـةُ انتهـاء الحيـض، وبنـاء عـلى هـذا الفقـه العمَـلي وتلـك الإيجابيـة الرائعـة؛ فلا بـأس أن تريـك ابنتَك الفـوطَ الصحيـة التي اسـتخدمتها حتـى تبيِّنـي لهـا علامات اسـتمرار الحيض مـن علامـات انتهائه.

كـما أنَّ لتركيبـة دم الحيـض بعـَد خروجهـا مـن المهبـل رائحـةً طبيعيـة كرائحة الدمـاء وقـد تصـير غيرَ مسـتحبة، وهـي تختلف مـن فتـاة لأخـرى في وضوحِها أو خفائهـا، ويمكـن لممارسـاتِ النظافـة الشـخصية الجيـدة أن تحجـب هـذه الروائـحَ وتجعـل فـترة الحيـض أكثـرَ راحة.

علِّميها أيتها الأمُّ الرحيمة كيف تتطهرُ من الحيض، ووجوبَ الاغتسال وكيفيته عقب انقطاع دم الحيض، وأنه يحرم عليها الصلاةُ والصيام ودخول المساجد ومسُّ المصحف (إلا بحائلٍ كالقفاز مثلًا) أثناء فترة الحيض، ولا بأس مطلقًا من تخصيص وقتٍ لقراءة فقه الحيض وأحكامه معها، وأن تسألا الفقهاء إذا عسر عليكما فهمُ أمر.

وفي هذه الأيام الأولى للحيض تحدَّثي معها حولَ حكمة الله – عزَّ وجلَّ – في خلقه ورحمته بالمرأة في الإعداد المتدرج لها للقيام بدوْرها العظيم ورسالتها الكريمة في الحمْل والولادة والأمومة، وعن قدرة الله – عزَّ وجلَّ – في تهيئة الأسباب لحفظ النوع والنسل. وحدثيها عن حكمةِ الله تعالى في خلق الإنسان من ذكر وأنثى، فيولد الطفلُ في كنف أبٍ قوي يَحميه ويحرص على تلبية احتياجاتِه، وأمٍّ حنون تدأبُ على احتوائه واحتضانه ورعايته.

ويجب توضيحُ دور غشاء البَكارة في التعبير عن عفَّة الفتاة بأسلوب علمي يخلو من التهوين والتهويل والتخويف والتعويم والتعتيم، وأنَّ الله تعالى حبَا الفتاة – دون الفتى – بهذا الغشاء حفاظًا عليها وصوْنًا لها.. وأنَّ الله – عزَّ وجلَّ – لم يهِب الفتى تركيبًا مماثلًا يؤدّي ذاتَ الوظيفة الاجتماعية – وهو القادر على ذلك – لأنَّ حكمة الله تعالى اقتضتْ أن تكون الفتاةُ هي صمامَ أمان عفة المجتمع، الضابطة لسلوك الرجال.. المانعة للفسق والفجور.. ففتاة واحدة منحرفةٌ مستهترة قادرة على أن تجرفَ العشرات بل والمئات من الشباب للانحراف والاستهتار، وإنَّ ضبطها لسلامة المجتمع بأسْره لمهمة طاهرة شريفة لا تمنح إلا للطاهرة المؤهّلة لصيانة الشرف. إنَّ صيانة الفتاة لنفسها في أفعالها وأقوالها هو جزءٌ مكمِّل لمعنى العفة في إطارها الأوسع والأعم، وأنَّها صارت بعدَ بلوغها وحدَها المسئولةَ الأولى عن صيانة نفسها، والحفاظِ على عفافها، فالفتاة العفيفة غالية بانية، أما الفتاةُ المستهترة فرخيصةٌ هادمة.

لقد آنَ الآوان – أيتها الأم الحكيمة – أن تقدمي لابنتك الضوابطَ الشرعية لحياتها الجديدة.. آنَ الأوان لتلتزم جديًّا بالفرائض من صلاةٍ وصيام وطهارة

وارتداء الملابس الشرعية، وأن تتأدَّب بأدبَ الحوار وآداب المجالس. إنَّ ابنتك الآن صارت أنثى جميلة دخلت إطارَ التكليف، وأضحت محاسَبَة من قبَل الله تعالى، متحملةً نتيجةَ أقوالها وأفعالها واختياراتها.

تطرَّقي أيضًا – أيتها الأم الرؤوم – إلى موضوعِ احتلام الفتاة أثناء نومها، وما قد يستجلبه – أو لا يستجلبه – من الشعور بالمُتعة الجنسية، وفي كثيرٍ من الأحيان قد لا تشعرُ الأنثى بذروة اللذة الجنسية أثناءَ الاحتلام، ولكن قد تجد أثرًا لنزول الإفرازات المهبلية بملابسها الداخلية أو تجد المهبلَ مُبللًا ورطبًا بعد الاحتلام (على خلاف الرجل الذي يزيد احتمال شعوره بذروة لذَّة جنسية وحدوث القذف أثناءَ النوم)، وربما السبب في ذلك احتياجُ الأعضاء التناسلية الأنثوية المحتقنة بالدماء إلى مُحفِّز إضافي يسبب نوعًا من الضغط عليها أو الاحتكاك بها لكي تصلَ إلى ذروة اللذة الجنسية، لكن إن كانت الأنثى تمرُّ بدورة الاستثارة الطبيعية للجسم في الليل، وكان جسمُها لا يتطلب الكثيرَ من الاستثارة والاحتكاك للوصول إلى ذروة اللذة الجنسية، فمِن الممكن أن تشعرَ بالنشوة الجنسية خلال النوم.

كما أنَّ الاحتلام لا يعمُّ بالضرورة جميعَ الإناث، فالاحتلام عندهنَّ قليلٌ بالمقارنة بالذكور، حتى إنَّ بعضهن – لقلَّته – يستنكرنَ وقوعه، وقد تعيش إحداهنَّ عمرَها كله ولا تعرف إنزالَ الإفرازات المهبلية الناتجة عن الاستثارة الجنسية إلا حين الجماع أو مُمارسة العادة السرية، حتى وإن كانت ترى في مَنامها دواعي الاحتلام كما يراها الرجل.

ولذا كان الاحتلامُ عند النساء فيه شيء من اللبس، وعلى المرأة حينئذٍ أن تأخذ بغالبِ الظن.

مِن أسباب الاحتلام عند الفتيات ما يلي:

– احتقانُ الأعضاء التناسلية بسبب توارِدِ الدم إلى منطقة الحوض ليلًا بطريقة طبيعية.

– مداعبةُ الفتاة لأعضائها التناسلية، خاصَّة في أوقات ما قبل النوم وهي على الفراش، وما يستتبعه ذلك من تضخم في البَظر والشفرين الصغيرين.

– كثرةُ التعرض للمثيرات الجنسية التي تجعل الفتاةَ تعيش باستمرار في مناخ من الحب الرومانسي تارة ومن الجنسي تارة أخرى.

– إحداثُ ضغط على الأعضاء التناسلية الخارجية بسبب احتضان وسادة (أو دمية) أو وضعها بين الفخذين.

– قد تحتلمُ المرأةُ المتزوجة بسبب وجود فتورٍ جنسي وجفافٍ عاطفي في العلاقة بينها وبين زوجها، أو شعورها بعدم إشباعِ احتياجاتها الجنسية نتيجة غياب زوجها، أو ضعف قدرته على إشباعها أو قلةَ رَغبته الجنسية بالنسبة لها، أو عجزه الجنسي، أو بسبب المُباعدة بين اللقاءات الجنسية، أو إهماله لمشاعرها، أو لكثرة الخلافات الزوجية وقسوتها.

أعْلميها – أيتها الأم الفاضلة – الأحكامَ الفقهية الخاصة باحتلام الفتيات وهي وجوب الغسل حينما ترى الفتاة المحتلمة آثارَ احتلامها من بللٍ نتجَ عن الإفرازات المهبلية في الثياب الداخلية أو في الفراش، سواء تذكرت احتلامها أو لم تتذكره، شعرت به أمْ لم تشعر، أما مَن رأت حلمًا جنسيًّا ولم تجد ما يشيرُ إلى البَلل عند استيقاظها فلا يعتبر حينئذ الغسل عليها واجبًا.

ومِن المفيد – أيضًا – أن تتطرَّقي أيتها الأمُّ الخبيرة إلى الحديث عن طبيعة العلاقة بين الجنسين وأساسياتها، وأن تؤكدي على عدم خلطتها بالرجال بغير ضَرورة، وأن تعلم مَن هُم المحارم ومَن هُم غيرُ المحارَم من الرجال، لتحسن التصرف مع كلّ فئة بما يُرضي الله تبارك وتعالى، ويحفظ عليها دينَها ودنياها، فقد زحفَ إليها الميلُ الفطري نحو الشباب، وطرقَ حياتها الشعورُ بالرَّغبة العاطفية والجنسية التي لن يشبعها بطريقةٍ طبيعية إلا أحدهم، ولا يجب أن يتمَّ هذا الإشباع إلا من خلال ما شرعه الله من زواج يباركه الأهل والأقارب والأصحاب والأحباب، كما تربي فيها خلق الصبر والمثابرة لحين قدوم فارس الأحلام.

وإنه ليس من الضَّروري أن تغوصي في سردِ تفاصيل العلاقة الجنسية بين الرجل والمرأة في هذه المرحلة، ولكن في نفس الوقتِ لا تتجاهلينَها بالكليَّة، بل تحدثي معها بالقدر الذي يُفهمها أنَّ هذه العلاقة طبيعية وليست شيئًا مَعيبًا مهينًا بشعًا وضيعًا مُسْتهجنًا لا يصح الحديثُ عنها أو الخوضُ فيها؛ بل هي علاقة فطريةٌ ستلبّى بطريقتِها الشرعية وفي وقتها المناسب مع الشخص المناسب.

إنَّ أمًّا تهيئ ابنتَها لدخول مرحلة البلوغ بهذا الأسلوب وبذاك النهج هي أمٌّ تعي دورَها جيدًا، وستلجأ إليها ابنتها بالسؤال كلَّما عسرَ عليها فهمُ مسألة مرتبطةٍ بهذا الموضوع، وستستشيرها كلما همَّت بفعل أمر، وفي هذا مكسبٌ أيُّ مكسب.

يكتمل البلوغُ حينما يبدأ أولُ احتلام للفتى وأولُ حيضٍ للفتاة، ويتمُّ استعدادُ الجهاز التناسلي لكلا الجنسين لأداء وظيفته التَّناسلية، ويصير مؤهَّلًا للجماع والإنجاب.

4) استثمارُ الأوقات وإدارةُ الاهتمام نحو المعالي:

يتمدَّد التفكيرُ في الجنس ويتضخَّم عندما يكون هناك فراغٌ كبير بالحياة.. فراغ من حبٍّ حقيقي في الله ولله.. فراغ من بعض القيم والمبادئ.. فراغ من الانشغالات النافعة المفيدة كالثقافة والرياضة والفنون والعلوم والآداب.

إنَّ استمرارَ وجود فراغات في حياة الإنسان هي من أخطرِ المُهيئات للانشغال بالأمور الجنسية، وتمحور الطاقات حول الجنس، فالنفسُ إن لم تنشغل بالحق شُغلت بالباطل.

إنَّ ملء وقتِ الأبناء والبنات بما هو مفيد يعدُّ من أهمِّ الوسائل الوقائية التي تحدُّ من النشاط الجنسي وتضبطه. ويتم ذلك بمُمارسة الأنشطة الدينية والثقافية والفكرية والعلمية والاجتماعية والأدبية والفنية والرياضية والترفيهية،

وكلها أساليبُ تربوية ذاتُ فعالية لتصريف الجهودِ في مجالات واهتمامات تستنفد وتستثمر الطاقات وتضيق على مساحة التفكير في الجنس.

عندما تكون اهتماماتُ الإنسان راقيةً سامقة فسيسعى إلى الأنشطة التي تتَّسم بالرقي والسموق، وسيبذل جهوده ويستثمر أوقاتَه وينفق أمواله ويسلك كلَّ سبيل لإرواء هذه الاهتمامات.

إنَّ المهتَّم بقضية من القضايا سيقوم بنَهَم وسعادة بقراءة المقالات التي تتناولها، ومشاهدة برامجها المتخصصة في الفضائيات، والتجوُّل في الإنترنت بينَ مواقعها ومنتدياتها، وشراء الكتب الخاصة بها، وحضور دورات ومحاضرات وورش عمل فيها، واستثمار الوقت وبذل المال والجهد في الاستزادة منها، متلذِّذًا بوعورة الطريق، مضحيًا بتأجيل تحقيق الكثير من رغباته، دؤوبًا في سلك سبلِ تنميةِ ذاته، وبذلك يبتعد كثيرًا عن الانزلاق إلى التفاهات وسفاسف الأمور والانحراف والانجراف لإرضاءِ دوافعه ونزواته الجنسية بأي صورة وعلى أي وضع.

هكذا الإنسان..

طبقًا لاهتماماته يتوجَّه.. وإلى إشباعها يسعى.

5) تهيئةُ البنين والبنات للزواج:

من أهمِّ الأمور التربوية التي لم تلقَ الاهتمامَ اللائق بها من قبَل الآباء والأمهات هو إخضاعُ الأبناء والبنات لبرامج تؤهِّلهم وتؤهلهنَّ للحياة الزوجية بما فيها من مفاهيم وقيم وأعباء ومسئوليات نفسية وعملية. إنها برامجُ تثقيفية نفسية اجتماعية تدريبية عملية، تبدأ من الطفولة وتمتدُّ حتى دخول عشِّ الزوجية، وبها تتمُّ معالجةُ كيفية التعامل الصائب مع الجنس الآخر تعاملًا يريح الطرفين، ويتناغم مع الطبيعة الفطريَّة لكليهما، والتأكيد على الهوية الجنسية لكلٍّ من البنين والبنات، وترغيب كلِّ فرد في القيام بمَسئوليات

وواجبات جنسه النمطية التقليدية راضيًا مُقبلًا محبًّا. إنها البرامج التي تمثل حجرَ الزاوية في إنشاء حياةٍ زوجية آمنة مستقرَّة للأبناء والبنات بالمستقبل.

وأولُ أركان هذه البرامج هو استماعُ الأبوين لأحلام وأفكار أبنائهم وبناتهم من المراهقين والمراهقات حول الزواج وتصوُّراتهم عنه، جنبًا إلى جنب مع استماع الأبناء والبنات لرؤى والديهم في أمور زواجهم، كلٌّ يسرد تصوراتِه ورؤاه عن أزواج وزوجات المستقبل، عبرَ حوارات يزكِّيها الحبُّ ويملؤها الاحترام، لتقريب وجهاتِ النظر وتصويب المفاهيم.

فالفتاة منذ أن كانتْ طفلة لا يعْدو عمرُها أربعةَ أو خمسة أعوام وهي تحلم بالعُرس.. وملابسِ العرس.. وزفَّة العرس – كما ذكر قبلًا – ثمَّ عندما تكبر قليلًا تشرعُ في رسم صورة ذهنية لفارسِ الأحلام الوسيم المَمشوق القوام الثري الذي سيختطفها على حصانِه الأبيض بعدما يقاتل في سبيل الحصول عليها الوحوشَ والضواري، فيقتحم على التِّنين كهفَه ويقتله ويأخذ التاج الذي على رأسه ليقدمَه لها مهرًا! وتطول لياليها الحالمةُ بعد بلوغها لسنوات حتى يأتي لها مَن كانت تحلم به يطرق بابها طالبًا يدها من وليِّها، فكيف يترك الوالدان ابنتَهما تحلم وحدَها بعريسها وتشكلُ في خيالها صورةً ذهنية له قد تشردُ بها عن السياق السَّوي الواقعي وهمَا بمنأى عنها؟ وكيف يحتفظ الوالدان في أذهانهما فقط برؤيتهما الخاصَّة في أزواج بناتهم وزوجات أبنائهم ثمَّ يفاجئونهنَّ ويفاجئوهم بها حينما يأتي الخطّاب إلى البنات أو يذهب الأبناءُ ليتخيروا شريكات الحياة؟

كما تقف معرفة كلِّ جنس بالطبيعة النفسية للجنس الآخر المختلفة عنه تمامَ الاختلاف على قمة ما ينبغي عليهم معرفته والعلمُ به، وأن يتدربَ كلُّ جنس على تقديم العوْن والمساندة والدعم للجنس الآخر بالطريقة التي تناسبه، وأن يتعلم كلّ جنس احترامَ الجنس الآخر وليس النظر إليه بشهوةٍ ورغبة فقط، حتى يسودَ التقدير والاحترام والتفاهم والتناغم حياتهم الأسرية مع والديهم وإخوانِهم وأخواتهم في الحاضر وحياتهم الزوجية بالمستقبل.

كما يجب حضورُ الشباب والفتيات دوراتٍ ومحاضرات لتأهيلهم للزواج، فقد خلتْ مناهجُ التعليم من أوَّله لآخره من أي مادةٍ تعدُّ الشباب والفتياتِ ليكونوا أزواجًا وزوجات أو آباءً وأمهات. وإنَّه من الأفضل أن يشاركهم آباؤهم وأمهاتهم حضور هذه الدورات – خاصة إذا لم يسبق للوالدين خوض تجربة تزويج أحد أبنائهما – حتى يسهلَ التقارب والاتفاق، ويعرف كلّ منهم دورَه وحدودَه في آليات الخطبة وعقدِ الزواج وإتمام الزفاف وما بعدَه، فالزواج ليس ارتباطًا بين شابٍّ وفتاة وفقط قدرَ ما هو اندماج بين عائلتين.

وحتى تستقيم الحياةُ الزوجية يجب أن يكتسبَ الشباب والفتيات بعضَ المهارات اللازمة لديمومة الحياة الزوجية، والتي من أولويّاتها التدربُ على القيام بالمَهام التقليدية النَّمطية للجنس وإتقانها، والحصول على قدرٍ جيد من الثقافة الجنسية السويَّة، تمهيدًا للتطبيق العملي المتميز حينَ الزواج.

إنَّها تربيةُ الطفل والمراهق على أن يكون رجلًا بحقٍّ مُتحمِّلًا مسئوليات الرجولة وتبعاتها كاملة، وتربية الطفلة والمراهقة على أن تكون امرأةً بها الأنوثةُ المُبهرة القادرةَ على تحمُّل مسئوليات الإناث والقيام بواجباتهنَّ على خير وجه، فالتربية التي تنتج رجلًا حقيقيًّا وامرأة حقيقية هي صمامُ أمان لتكوين بيتٍ زوجية مُستقر، وما يحدثُ في هذا العصر من كثرةِ حالات الطلاق كان سببُه الرئيسي غيابَ الرجولة الجادَّة من الشباب والأنوثة الحقة من الفتيات، والحقيقة أنه إذا امتلأ الشباب رجولة رجعت الفتياتُ إلى أنوثتهنَّ كما قالت إحداهنَّ في بوست لها على موقع التواصل الاجتماعي «فيس بوك» كاتبةً.. «أيها الشباب عودوا إلى رجولتكم حتى نعودَ إلى أنوثتنا».

6) القيامُ بأنشطة جنسيةٍ مكروهة أو محرمة:

إنَّ اشتعالَ الرغبة الجنسية يُحدث ضغطًا هائلًا على المراهق أو الراشدِ الذي لا يجد نكاحًا، خاصة مع توافر أجواء الاستثارة الجنسية من حوله، فيشعر بتوترٍ شديد فيندفع لمُمارسة بعض الأنشطة الجنسية محاولًا تخفيف الضغط

الواقـع عليـه وتنفيسًـا لتغـوُّل الرغبـة الجنسـية، ومِـن أبرزهـذه الأنشـطة مطالعـةُ المـواد الإباحيـة وإدمان العـادة السِّرية، وممارسـة التحـرش أو الزنـا أو الاغتصاب الجنـسي أو التعـرض لهـم، سـواء طوعًـا أو كرهًـا... إلـخ، كالآتي:

– إدمانُ العادة السرية:

العـادةُ السِّريـة هي نشـاطٌ جنسي إنسـاني خـاصٌّ يتمُّ بلمْـس أو ضغـط أو فرْك أو دلْـك أو لحْـس أو مَـص أو إدخـال في مناطق بجسـم الإنسـان التي تتَّسـم بالحساسـية المثـيرة للشـهوة الجنسـية، وهـي القضيـبُ عند الرجـل خاصَّـة منطقته السـفلية خلف القمـة مبـاشرة، والبَظـر والمِهبـل وحلمة الثـدي عندَ المـرأة، إمّا باسـتخدام الأصابع أو اليـد أو أجسـام صلبـة أو باللعـب الجنسـية أو بـالأدوات والأجهزة الجنسـية، وتسـبق هـذه الممارسـةَ تخيلاتٌ جنسـية منبعُها الخيال أو بالاسـتعانة بمشـاهدة صـور إباحية أو مطالعـة مـواد إباحية أو إقامة تواصلات جنسـية عـبرَ الإنترنت.. وغـير ذلك، بغرض إلهـابِ الإثارة الجنسـية كخطوة سـلبقة للوصـول إلى ذروة المتعة الجنسـية.

يـمارس الذكـورُ العـادةَ السِّريـة عـن طريـق تدليـك القضيـب وخاصَّـة قمتـه والجـزء السـفلي منها. أمـا الأبكار مـن الفتيـات فيعمـدْنَ إلى دلْك أو فـرْك أو حكِّ عنـق البَظـر وحشـفته ولحْس ومَـص حلمة الثـدي، والأخريات من السـيدات غير الأبـكار قـد يعبثـن في بَظرهن أو قـد يؤثرنَ إيـلاجَ شيء مـا بالمِهبل تقليـدًا للجماع. ولقـد ثبـتَ علميًّـا وواقعيًّا أنَّ الذكور يمارسـون العـادة السرية بشـكل – إلى حدٍّ ما – أكثـرَ مـن الإنـاث، وأنهـم قد يجاهـرونَ بذلك وسـطَ أقرانهـم أكثر مـن الفتيات.

أسبابُ ممارسة العاده السرية:

لمُمارسة العادة السرية أسبابٌ، منها التالي:

1 – تلبيـةُ نـداء الغريزة الجنسـية بهدف الاسـتمتاع والشـعور باللـذة وتخفيف التوتـر الناتـج عن ضغـط الرغبة الجنسـية، فيشـعر الرجلُ بعدهـا أنَّ الشـحنة التي كانـت مخزونـةً بداخلـه قـد تـمَّ تفريغهـا، وتشـعر الأنثـى أنَّ رغبتهـا العطشـى قـد

ارتـوت ولـو جزئيًـا، ثـمَّ.. يسـتريح الإنسـانُ لعـدة سـاعات أو أيـام حتـى تتراكَم شـحنة أخـرى في الرجل تتطلـب التفريـغ، أو تتعطَّش رغبة المرأة الجنسـية للإرواء، فيعمـدَا إلى معـاودة مزاولتهـا مـن جديد.

2 – تجربـةُ مـا سـمعه أو مـا رآه من مُمارسـة للعـادة السِّرية، فالنفـسُ تهوى أن تجـرب ما تسـمع ومـا ترى.

3 – تأخرُ الزواج.

4 – وفرةُ بيئة مشحونة بأجواء الإثارة الجنسية.

5 – كثرةُ الخلوة مع النفس والانفراد بها والميل إلى الانطواء والوحدة.

6 – وسـيلةُ هـروب مؤقتـة مـن الظـروف الضاغطـة والتخفيـف مـن بعـض الصعوبـات القاهـرة.

7 – بديـلٌ عـن الجـماع في حـال تعـذُّره بسـبب العزوبيـة أو الحيْـض والنفاس أو الإصابـة بالتهابـات أو ضعـف الرغبـة الجنسـية لأحـد الزوجين، أو غـير ذلك.

8 – بعضُ السـمات الشـخصية السـلبية مثـلَ الاعتمادية وضعـف الثقة بالنفس والميـل إلى الانطوائيـة والخجل وتجنـب الناس والعزوف عن التنافسـية.

نبذةٌ تاريخية:

للعادة السرية تاريخٌ مع البشر، مُمكن إيجازُه في التالي:

تعـدُّ العـادةُ السِّريـة مـن أقـدم مـا مارسَـه الإنسـان، فقد وجـدت الكثـيرُ من الرسـومات والنقـوش على جـدرانَ الكهـوف التي قطنهـا الأقدمون تبـيِّن أنَّ هناك رجـالًا ونسـاءً كانـوا يمتعـون أنفسَـهم ذاتيًا بممارسـة العـادة السرية.

اعتقـدَ السـومريون (أصحـابُ أقـدم حضـارة عرفَها التاريـخ وكانـت بالعراق) أنَّ العـادةَ السريـة تسـاعد عـلى تحسـين القـدرة الجنسـية للإنسـان، وكانوا يشـجِّعون ممارسـتَها بطريقـة جماعيـة. كـما ادَّعت الأسـاطير السـومرية أن الإله «إنكـي» قد خلق نهـري الفـرات ودجلـة بمُمارسـة العـادة السِّرية والقـذف، فماؤهمـا هو مِن مـاء الإله!

كما ادَّعى قدماءُ المصريين أنَّ الإله «آتون» خلقَ الكونَ كله بالعادة السرية والقذف!

في شمال أوروبا زعموا أنَّ الإله «فورتن» بالدنمارك والسويد والنرويج وأيسلندا وألمانيا قد قذفَ منيَّه على الأرض فخصبَها، وأنتجت بعد ذلك النباتات والحيوانات وحتى الإنسان.

رأى الإغريق القدماءُ أن العادةَ السِّرية جائزة وصحيَّة وغير مستنكرة وغير مقززة.

وكان العربُ في جاهليتهم يمارسون العادةَ السرية ويسمّونها جلد عميرة، فقال شاعرهم:

إذا حللت بوادٍ لا أنيس به فاجلدْ عميرة لا إثم ولا حرج

وعلى الطرف الآخر هناك شعوبٌ استنكرت ممارستَها بل وحاربتها، فلقد احتقرَ الصينيون القدماء من الهندوس والبوذيين مزاولةَ العادة السرية، ورأوا أنه يجبُ على الإنسان أن يسْمو فوق شهوته.

وفي بريطانيا إبّان عهد الملكة «فيكتوريا» (1819م ـ1901م) سادَ اعتقادٌ أنَّ ممارسة العادة السرية تؤدي إلى العمى وإلى الجنون أو الموت المفاجئ، وإلى نمو الشَّعر في راحتي يدِ الإنسان، وما إلى ذلك من خرافات. ففي هذا العهد ببريطانيا تمَّ عام 1889م اختراعُ حزام العفة للمراهقين الذكور لمْنعهم من ممارسة العادة السِّرية.

وفي عام 1903م تمَّ اختراعُ لباس داخلي للشباب سمي بـ «كلسون الحياء»، يقوم عندَ حدوث الانتصاب بغلق دائرة كهربائية فيتعرَّض القضيب لصعقةٍ كهربائية صغيرة كافية لوقف التَّهيج الجنسي وانحسار عملية الانتصاب.

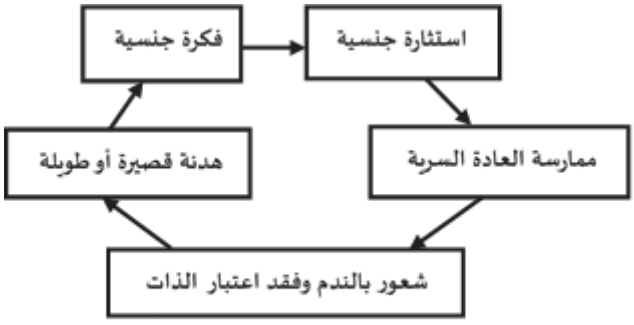
وفي عام 1909م تمَّ اختراعُ أداة يرتديها المراهُق تشبه إلى حدٍّ بعيد الفخ، وعندَ حدوث انتصاب القضيب تطبق هذه الأداة على خصيتيْه بقسوة مسببةً ألمًا شديدًا، كما تؤثر في توارد الدم إلى القضيب فيتوقف الانتصاب.

اكتشفَ الإنجليز أنَّ التيار الكهربائي بـ«كلسون الحياء» في أحيان كثيرة قد يكون عاملًا مهيِّجًا أكثر، فقاموا في عام 1917م باختراع جهازٍ جديد خصِّص لمُعالجة المراهقين الذين يمارسون العادةَ السرية، وهو عبارة عن سروال قصير

(شورت) من الجلد له وصلةٌ معدنية تغلَق بقفل، وفي داخله أنبوبٌ كخرطوم قصير يوضَع بداخلها قضيبُ المراهق بحيث يمكن أن يقضي حاجتَه ولكنه لا يستطيع ممارسةَ العادة السرية.

دورةُ العادة السرية:

للعادة السرية دوّامة تأخذ ممارسَها ليدور في حلقة آسرة محكمة (شكل: 33)، تبدأ بتوارد فكرة جنسية على الخاطر، ثمَّ تتنامَى هذه الفكرة وتتضخَّم فتجلب استثارةً جنسية، تزداد حدتُها وقوتها بمداومةِ التفكير، فتفرز الهرمونات الجنسية في الدم والتي تدفع صوبَ الممارسة بقوة، فيبدأ الأمرُ في الخروج عن السيطرة، فينقاد الإنسانُ – ذكر أو أنثى – إلى تفريغ شهوته وإروائها بممارستها، ثمَّ قد يشعرُ بالندم ويجلدُ نفسه معَ شعور بفقدان اعتبار ذاته، ثمَّ يأخذ هدنةً قصيرة أو طويلة، ثمَّ ترد إلى خاطره فكرة جنسية جديدة، والتي لا تلبث أنْ تتنامى فتزداد حدةُ الاستثارة الجنسيةَ، فيتمُّ إفرازُ الهرمونات الجنسية في الدم، ويزداد بالتالي الاندفاعُ صوبَ الممارسة، التي تتم، ثمَّ قد يستبدُّ به الشعور بالندم وجلد النَّفس مع فقدان اعتبار الذات، ثمَّ يأخذ هدنةً قصيرة أو طويلة، ثمَّ ترِدُ إلى ذهنه فكرةٌ جنسية جديدة، فاستثارة جنسية، ثم.... ثم.... ثم..... إلخ. إنها حقًّا حلقة آسرة.



شكل (٣٣): دورة ممارسة العادة السرية.

إنَّ الذين يمارسون العادةَ السرية على أوقات متباعدةٍ لا يمرون – في الغالب – بفترةِ الشعور بالندم وجلد النفس وفقد اعتبار الذات، وكذلك أولئك الذين ليس لديهم خلفيةٌ ثقافية أو اجتماعية أو دينية أو طبية تعضدُ الإحساس بهذه المشاعر السلبية وتدفع للتقليل من الممارسة.

الرؤيةُ الطبية بخصوص العادة السرية:

لا يأخذ الأطباءُ ضدَّ ممارسة العادة السرية موقفًا مُخيفًا أو تحذيرًا رادعًا من آثارها إلا حينما تكون إدمانًا، فممارستها – وليس إدمانها – لا تضرُّ الصحةَ العامة ولا القدرة الجنسية ولا الإنجابية، بل إنَّ بعضهم ينظر إليها كجزءٍ من مراحل النمو النَّفسي – الجنسي للإنسان، وإنَّها تجربة أولية للنشاط الجنسي، يستكشف بها الإنسانُ أماكنَ الشعور باللذة الجنسية في جسده قبل الخروج بالممارسة الجنسية إلى العلاقة الزوجية الطبيعية التي يشاركه فيها فردٌ من الجنس الآخر.

بناءً على إرث تاريخي تليدٍ ألصق بممارسة العادة السرية – وليس إدمانها – سلسلة طويلة من الأضرار الوهمية مثل، العمى والإصابة بخللٍ في العقل وتآكل الركبتين والعقم والضعف الجنسي ونفاد الرصيد من السائل المنوي وضعف الانتصاب وضعف النظر أو العمى وهزال الجسد وتقلص حجم الأعضاء التناسلية وظهور حبّ الشباب... إلخ، وكلها أضرار من نسج الخيال.

إنما تنبعُ الأضرار الحقيقية لممارسة العادة السرية – وليس إدمانها – أساسًا من الخلفية الثقافية والاجتماعية والدينية والطبية التي تربَّى عليها الإنسان وسمعَ بها، والتي تتمثل في الإحساس بالدونية والانطوائية والانزواء والقلق والكآبة والخزي والعار ومنافاة المروءة ومقت النَّفس والشعور بالنفاق والإحباط وشرود الذهن، وتصل في بعض الحالات إلى الانتكاس والتنكب عن الطريق السَّوي للشعور بازدواجية الشخصية وتأرجحها بين الانضباط والتفلت، وتجلب احتقار الذات وضعف الثقة بالنفس، وتوقع الأضرار الصحية الوهمية الجسيمة بالمستقبل.

ولكن ستتقلب العادةُ السرية بالفعل إلى عرض مرضي في الحالات التالية:

1 – حين تصبح قَهرية، لا يستطيع ممارسُها التحكمَ في نفسه، ويشعر بحالةٍ من التوتر الشديد مع رغبة عارمة في ممارستها للتخلص من هذا التوتر، فيقاوم هذه الرغبةَ القوية – وقد لا يقاومها – ولكنه في النهاية سيستسلم لها ويرضَخ، فيمارسها ليستريح بعضَ الوقت، ويعاوده التوترُ مرَّة أخرى بعد مدة قصيرة غالبًا، ويحاول المقاومة – وقد لا يحاول – ويفشل فيستسلم ويرضخ فيمارسها... وهكذا، ربما يتكررُ ذلك عدةَ مرات في اليوم الواحد، إنه ينغمسُ فيها لأوقات طويلة حتى لو كان لا يستمتع بها.

إنه لا يجد ريًّا ولا إشباعًا بالممارسة؛ لأنَّ ذروة اللذة الجنسية تحدث عنده على المستوى العضوي ولم تكتمل على المستوى النَّفسي، فالشعور بالمتعة والارتواء ليس حاجة جسدية وفقط وإنما هو حاجة نفسية أيضًا.

إنَّ هذه الممارسة القهرية أشبهُ ما تكون بمُدمن المخدرات الذي لا يشبع ولا يكتفي ولا يرضى، وإنما يظلُّ دومًا في احتياج للمخدّر، جاعلًا منه قبلتَه التي إليها يتوجَّه ويسجد، وجحيمه الذي منه يرتوي ويكتوي.

2 – حينَ الإسراف فيها إلى درجةِ الإدمان، يكمن خطرُ ممارسة العادة السرية الأفدحُ في إدمانها والإفراط فيها واستمرار تكرارها، واستحواذها على التفكير وسيطرتها على حركة حياةِ مدمنها، ويبدو ذلك بأدائها عندَ سنوح أي فرصة أو إتاحة أي خلوةٍ مع النفس، وفي أوقات متقاربة متتابعة، بل قد يعمدُ مدمنها إلى خلق الفرص الواحدة تلوَ الأخرى والإكثار من الاختلاء بالنفس مرة إثر أخرى.

إن ممارسة العادة السرية على النسق الإدماني تتسبب في حدوث مشكلات نفسية وعضوية، مثل ما يلي:

❄ ينجم عن إدمانِ الرجل للعادة السرية إصابتُه بخلل في عملية قذفِ السائل المنوي أثناء الجماع (كتأخره أو الإسراع فيه أو توقفه)، الأمرُ الذي قد يضُّر ضررًا بليغًا بجودة أدائه للجماع حينما يتزوج.

❄ قد يتسبَّب عنفُ الرجل وشدته وسرعة حركة يدِه وزيادة الضغط على قضيبه عند ممارسة العادة السرية في حدوث بعض التورمات أو الانتفاخات بالقضيب أو تمزق بالجسمين الكهفيين أو أحدهما أو الغلاف المحيط بهما، فيسببُ شعورًا بالآلام وحدوث انحناءٍ شديد به الذي يبدو أكثرَ وضوحًا حينما ينتصب، وكلها أمورٌ تحتاج لتدخل علاجي أو جراحي.

❄ قد يكون هناك تأثيرٌ لممارسة العادة السِّرية على عذريةِ الفتاة وسلامة غشاء بكارتها إذا كانت تستخدم أصابعها أو أداة صلبَة بطريقة تحاول بها تقليدَ الإيلاج الطبيعي عبرَ فتحة المهبل. وقد تظلُّ الفتاة البكر التي مارستِ العادة السرية بهذه الطريقة – ولو لمرة واحدة – في حالة نفسية سيئة بسببِ الشك في سلامة غشاء بكارتها وتتساءل بقلق.. «هل تمزق الغشاء أثناء الممارسة أم لا؟»، خاصَّة وأنه في منتهى الصعوبة – التي قد ترقى إلى درجة المستحيل – أن تكشف الفتاةُ بنفسها عن عذريتها وسلامة غشائها من تمزُّقه.

❄ إنَّ الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية بواسطة ممارسةِ العادة السرية للفتاة البِكْر يتمُّ عن طريق مداعبة وتدليك البَظر، بينما الوصول إلى ذروة لذتها الجنسية حينَ الجماع يتُّم بإيلاج قضيب زوجها في مهبلها، وبذلك لن يحظى بَظرها أثناء الجماع بالمُداعبة والتدليك الكافيْن كما تعوَّدت هي أن تفعل أثناءَ ممارستها للعادة السرية قبل زواجها، مما قد يؤدّي – في أحيان قليلة – إلى عدم إحساسها بذرْوة المتعة الجنسية المنشودة إلا بالطريقة التي تعوَّدت عليها عبرَ مداَعبة البَظر.

❄ الفتاة التي أدمنتِ العادةَ السرية وممارستها بصورة مستمرة ومتكررة ولمدَّة طويلة وعاشت في تخيلات جنسية خاصة بها قد يتأخَّر – أو لا يتأخر – وصولُها إلى ذروة اللذة الجنسية بالجماع، الأمرُ الذي سيؤثر سلبًا في قدرتها على الاستمتاع الجنسي مع زوجها، لأنها تعوَّدت على إعطاء نفسها وقتًا طويلًا نسبيًّا أثناءَ ممارسة العادة السرية للاستمتاع بالتخيلات الجنسية، وتظل عندَ زواجها في حاجةٍ إلى هذا الوقت الطويل من المداعبات كما تعوَّدت، الأمرُ الذي يعدُّ أداؤه بالنسبة لزوجها شيئًا صعبًا، خاصَّة في بدء حياتهما الزوجية.

❄ الشعورُ بالضعف العامّ والإنهاك والإرهاق وضعف المناعة والتشويش وضعف التركيز والتشتت الذهني وارتعاش الأطراف، وفقدان الثقة بالنَّفس والاكتئاب وحدوث اضطرابات بالنوم واحتقانات متكررة بمنطقة الحوض وغدة البروستاتا.

❄ فقدانُ الاهتمام بالأنشطة اليومية الحياتية، وسوء الأداء الدراسي أو الاجتماعي أو المهني.

3 – حينما تعبرُ عن مشكلة نفسية: قد يميل الإنسانُ الخجول المنطوي إلى مزاولةِ العادة السرية هروبًا من الارتباك والتلعثم والصعوبة التي يجدُها في التعامل معَ الناس وإقامة علاقات اجتماعية صحية.

كما قد يخرج الإنسانُ العدواني غضبَه وعدوانيته في صورة ممارسة للعادة السرية، وكأنه يعاقب نفسَه ويعاقب الآخرين بهذه الممارسة، ويحدث لديه مزجٌ بين لذَّة الممارسة وألم العقاب، وبما أنه يريد طوال الوقت معاقبة نفسه أو معاقبة الآخرين فإنه يعاودُ الممارسة مراتٍ عديدة في اليوم الواحد حتى يصلَ إلى حالة من الإرهاق الجسدي والنفسي.

4 – حينما تعبرُ عن مرض نفسي أو اضطراب شخصية: الإنسان المكتئبُ مفتقدٌ للاستمتاع مفتقد للحب، لذلك يحاول من خلال مُمارسة العادة السرية تنشيطَ قدرته على الاستمتاع أو تخيل مشروعَ حب، والمكتئب أيضًا لديه شعورٌ بالذنب، ولذلك كان انْغماسه في ممارسة العادة السرية كوسيلةٍ يعاقب بها نفسَه وتؤدي إلى استنزاف قوته وطاقته.

كما أنَّ الإنسان النرجسي المعجَب بذاته والمنشغل بها يجدُ نفسَه في إمتاع نفسه بنفسه بمزاولة العادة السرية.

والفصامس هو إنسانٌ منكفئ على نفسه ومُنعزل عن العالم وليست لديه القدرة على التواصل الإنساني الطبيعي، ولهذا تنتشر العَادةُ السِّرية بين الفصاميّين خاصَّة وأنَّ عددًا منهم لا يتزوجون.

5 – حينما تصبحُ بديلًا مفضلًا عن العلاقة الجنسية الزوجية الطبيعية: قد يتطور الأمرُ عند بعض مِن مدمني ممارسة العادة السرية خاصَّة الذكور بحيث يصير المدمُن بعدَ زواجه غير مُستمتع جنسيًّا بالجماع مع زوجته مثلما يستمتع بممارسة العادة السرية. وسببُ ذلك ما يلي:

– تسريُب الطاقة الجنسية بإدمان العادة السرية قد يتسبَّب مع الوقت في استنفاد كامل لهذه الطاقة، واستمرارها بعد الزواج بصورةٍ منتظمة يسرِّب هذه الطاقة بعيدًا عن الشريك، مما يعرض العلاقةَ الجنسية داخل إطار الزواج للفشل والقصور، كمًّا وكيفًا.

– الإصابةُ بنوع من العجز – ولو جزئيًّا – للاعتياد على ممارسة الجنس الذاتي مع نفسه، مما يترتب عليه قصور في العلاقة الجنسية أو فتورُها وعدم التلذُّذ بها، فيختار تفضيلَ ممارسة العادة السرية منفردًا عن إقامة جماع مع شريك الحياة، أو ارتداء ثوب الزاهد في الجنس الآخر، أو التمرد عليه ليبدو ظاهريًّا مُستغنيًا عنه أو كارهًا له، أو انتحاء سبيلٍ غيرِ الزواج طلبًا للسلامة وهربًا من جماع يشك في نجاحه.

– في الغالب يُحدث الشابُّ أثناءَ ممارسة للعادة السرية ضغطًا على قضيبه بيدِه يفوق ذلك الضغط الطبيعي الذي يسببه المِهبل أثناء الجماع، كما أنَّ سرعة الاحتكاك التي يحدثها بيدِه على قضيبه أثناء ممارسة العادة السرية تفوق سرعة الاحتكاك الطبيعية للقضيب مع المِهبل خلال الجماع، وبذلك لا يتمُّ الشعورُ باللذة عن طريق الجماع كما هو الحال حين ممارسة العادة السرية، فيسبِّب ذلك مع الوقت استغناءً جزئيًّا أو كليًّا بالعادة السرية عن الجماع، مما يؤدي إلى مشكلات جمة في الحياة الزوجية بالمستقبل. بالإضافةِ إلى ذلك استغناءُ الرجل المدمن للعادةِ السرية – إلى درجة ما – عنْ رومانسيات ما قبل الجماع يزيد مِن استغنائه عن وجود شريك جنسي.

– يبرمج إدمانُ العادة السرية المخَّ ويدرب الجهازَ التناسلي على وفق نسق العادة السرية لنيل اللذة الجنسية، مما قد يعسر – إلى حد ما – القيامَ بجماع ناجح

على الأقل في أول أسابيع أو شهور الزواج، ولذلك قد يأخذ جهازَا التناسل لدى العريس والعروس المُدمنان للعادة السرية وقتًا طويلًا وعددًا غيرَ قليل من مرات الجماع حتى يعاد برمجة المخين وتدريب الجهازين التناسليين ليتكيَّفا على نسق الجماع ويحدث بينهما التناغم والتوافق المنشودين.

– قد تفضِّل بعضُ الشخصيات النرجسية أو الشخصيات المنطوية والتجنبية أو نتيجة نفور من الشريك أو الكيد له أو العدوان عليه؛ ممارسة العادة السرية عن الجماع.

– وجودُ ميول جنسية شاذة، فيفضلُ الإنسان ممارسةَ العادة السرية مع التخيلات الجنسية الشاذة على إقامة علاقة جنسية سوية مع شريك الحياة.

– التعلقُ بخَيالات الطفولة والمراهقة – كحالةٍ من النكوص – وجعلها بديلًا عن العلاقات الأكثر نضجًا.

فوائدُ العادة السرية:

أولًا: في النواحي النفسية:

ممارسةُ العادة السرية باعتدال دونَ إسراف أو إدمان أو مبالغة قد تساعدُ في التالي:

1 – الوقاية من الوقوع في كبيرةِ الزنا عند وجود رغبة جنسية جارفة.

2 – الوقاية من الإصابة بالأمراض المنقولة جنسيًّا.

ثانيًا: في النواحي الطبية:

أحيانًا يُستفاد من العادة السرية في النواحي الطبية، وكعلاج تحت إشراف الأطباء، في الحالات التالية:

1 – وسيلةٌ لاستخراج السائل المنوي بغرض أخذِ عينة منه وإجراء تحليل مَعملي لها، أو لإجراء التلقيح الصناعي وأطفال الأنابيب.

2 – وسيلةٌ لعلاج القذف السريع. انظرِ الفصل الخامس.

3 – تنشيط الرغبة الجنسية وعلاج لبعض حالات العجز الجنسي.

4 – الممارسة التبادلية التوافقية للعادةِ السرية بين الزوجين قد تكسرُ الملَلَ وتجلب التجديد في العلاقة الجنسية. كما يستفاد منها في حالة عجز أحدِ الزوجين عن إشباع الآخر بالجماع لأي سبب عارض أو حتى دائم.

5 – علاجُ بعض الاضطرابات الجنسية. انظرِ الفصل السادس.

أحكامُ ممارسة العادة السرية في الديانات السماوية:

1 – اليهودية: اعتبرتِ الديانة اليهودية ممارسة العادة السرية عملًا مكروهًا وليس محببًا.

2 – المسيحية: اعتبرَ المسيحيون أنَّ ماءَ الرجل شيء مطهّر يأتي منه الروح، ولذا يجب ألا يهدَر أو يحتقر بممارسة العادة السرية، والكاثوليك حرَّموها على إطلاقها، ففي إعلان الفتيكان لأخلاقيات الجنس الذي صدرَ في 29 ديسمبر 1975م نصَّ على: «العادة السرية اضطرابٌ داخلي خطير وإثمٌ عظيم»، وقد نظرَ قادة الكنيسة إلى هذه العادة على أنها فعل غير طبيعي لأن هدفَ التكاثر أو غاية التناسل ليست متوافرة، ووصفوها بأنها امتهانٌ للنفس وتدنيسٌ للجسد وتلويثٌ للروح.

3 – الإسلام: جاء الإسلامُ لتأخذ العادةُ السرية آراءً شتَّى، كالتالي:

الرأيُ الأول: ينتحي منحَى التحريم على أيَّة وجه، وهو ما عليه فئةٌ كبيرة من فقهاء وعلماء المالكية والشافعية والحنيفية الذين حَصروا قضاءَ الشهوة في الزوجة، وبيَّنوا أن مَن طلب قضاءَ الوطر في غيرها فقد بغى وطغى، تأويلًا لقوله تعالى: {وَٱلَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَٰفِظُونَ – إِلَّا عَلَىٰٓ أَزْوَٰجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ – فَمَنِ ٱبْتَغَىٰ وَرَآءَ ذَٰلِكَ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْعَادُونَ} (المؤمنون: 5–7).

وقد بنى مَن يحرِّم العادةَ السرية على أنَّ ممارسها – كحلٍّ مؤقت – سيؤدّي به الأمرُ مع استمرار الممارسة إلى إدمانها ثمَّ الاكتفاء بها، مما يضيق الطريقَ أمام

الـزواج الحـلال، ثـمَّ الدخول في سلسـلةٍ مـن الانحرافات التـي لا نهاية لهـا، وهذا واقـع بالفعـل في العديدِ من الحـالات، فمِن الممكـن للممارس أن يدمـَن حينما يُكثر مـن الممارسـة، ومـن الممكـنِ للمدمـن لها – مـن الرجـال بالـذات – الاسـتغناء بها عن الجـماع الحلال.

الـرأيُ الثاني: قـضى بالتحريم في حالة عدمِ الـضرورة، والإباحة في حالة الضرورة، وهـو قـولٌ لـ«ابـن حـزم»، و«الحسـن البـصريَ» وبعـضِ كبـار التابعـين، وروايـة عـن الحنابلـة الذيـن قالـوا: «إنـه حـرام، إلا إذا اسـتمنَى خوفًا على نفسـه من الزنـا، أو خوفًا عـلى صحتِـه، ولم تكـن لـه زوجـة أو أَمَـة، ولم يقدرْ عـلى الـزواج، فإنه لا حـرج عليه».

وتأييـدًا لذلك مـا كتبَـه الفقيه والمحـدثُ والمفسِّر الإمـام «ابنُ القيـم الجوزية» (1292م – 1350م) في كتابـه «بدائـع الفوائـد»: «وإن كان مغلوبًـا عـلى شـهوته يخـاف العنـتَ كالأسـير والمسـافر والفقـير جازَ لـه ذلك».

إنَّ مَـن يتبنـى هـذا الاتجاهَ يـرى أنَّ هناك ضرورة لممارسـة العـادة السرية عندما يكـون الإنسـان مهـددًا فعليًّا بارتكاب الفاحشـة أو ما فيـه ضَرر على صحتـه، وأنَّ اللجـوء إلى الممارسـة – وليـس الإدمـان – يكـون كأكل الميتـة للمُضطـر، بغـرض إطفـاء نـيران الشَّـهوة المتَّقـدة خشـية الوقـوع في الزنـا أو مـداواة لعلَّـة، مـن بـاب ارتـكاب أخـفِّ الضررين، فـإذا مـا انقضـت الـضرورة عاد كـما كان يـأكلُ اللحم الطيـب الزكـي، وأنهـا حـرامٌ إن كانـت نتيجةً لإثـارة الشـهوة السـاكنة عمدًا.

ويـرى الدكتور «يوسـف القرضـاوي» (1929م–2022م)، ويوافقُه في ذلك العـالمُ الأزهـري والمفكـر والكاتـب والداعيـة الإسـلامي المـصري الشـيخ «محمـد الغـزالي» (1917م ـ 1996م)، ومفتـي الديـار المصريـة الأسـبق الشـيخ «حسـنين مخلـوف» (1890م ـ 1990م)، وعميـدُ كليـة الشريعـة بالجامعـة الأردنية الأسـبق الدكتـور «عبـد العزيـز الخيـاط» (1924م ـ 2011م)، والفقيـهُ والأديب والقاضي السـوري الشـيخ «عـلي الطنطـاوي» (1909م ـ 1999م)، وغيرهـم، أنـه لا حرجَ عـلى الإنسـان أن لجـأ إلى هذه الوسـيلة ليطفئ بها ثـورانَ الغريزة وخشـية الوقوع في الحـرام، عـلى ألا يسرف فيهـا ويتخذهـا ديدنًا.

الـرأيُ الثالـث يميـل إلى أنـه لا يتعـدَّى حكمُها الكراهيـة، لكونها ليسـتْ من مـكارم الأخـلاق، وهـي رواية عـن «أحمد» و«ابـن عمـر» و«عطاء».

وقد جمعَ العالم الأزهري الشـيخ «السـيد سـابق» (1915م – 2000م) أحكامَ العـادة السريـة السـابقة في كتابـه القيـم «فقـه السـنة» عـلى النَّحـو التالي: «اسـتمناءُ الرجـل بيـدِه ممـا يتنـافى مع مـا ينبغـي أن يكون عليـه الإنسـانُ من الأدب وحسـن الخلـق، وقـد اختلف الفقهـاءُ في حكمه: فمنهـم مَن رأى أنـه حرامٌ مطلقًـا، ومنهم مَـن رأى أنـه حـرامٌ في بعـض الحـالات، وواجـبٌ في بعضهـا الآخـر، ومنهـم مَـن ذهـب إلى القـول بكراهته».

الـرأيُ الرابـع يبـين أنـه لا يوجَـد دليـلٌ صريـح صحيـح واضـحٌ عـلى تحريـم العـادة السريـة، فهـي مِـن الأمـور التـي لم تذكـر بالتَّفصيـل كأحـد المحرمـات، فالأصـلُ في الأشـياء الإباحـه، وقـد قـال تعـالى: {.. وَقَـدْ فَصَّـلَ لَكُـم مَّـا حَـرَّمَ عَلَيْكُـمْ...} (الأنعـام: 119) ولم يذكـرْ جـلَّ وعلا تحريمَ الاسـتمناء في النصوص، ويمكـن تعليـلُ عـدم تفصيـل حكمها بـأنَّ الله تعـالى اقتضـت رحمته عـدمَ التضييق عـلى النـاس في أمـرٍ غريـزي أودعَـه الله تعـالى في البَـشر ويعـرف بعلمـه عـزَّ وجلَّ صعوبـة التحكـم فيه بشـكل مطلـق وفي كلِّ الأحوال، كـما أنَّ العـادة السرية كانت مَعروفـة أيـام النبـي صلى الله عليه وسـلم ولم يثبتْ أنـه حرَّمها، كما لم يثبـت أنَّ أحدًا مـن الصحابـه سـأل النبـي صـلى الله عليه وسـلم عـن حكمهـا قط.

ومِـن داعمي هذا الرأي الشـيخ «عبـد الباري الزمزمـي» (1943م ـ 2016م) وكان مـن علـماء المنهـج الوسـطي في المغـرب العـربي وعضـو مؤسّـس في الاتحـاد العالمـي لعلـماء المسـلمين، الـذي ذهـب إلى أنَّ العـادة السريـة غـير محرمـة لأنهـا ليسـت بزنـا، وإنَّـما هي مـسّ الرجـل فرجَه أو مـسّ المـرأة فرجَها – كما قـال الإمام الحافـظ الفيلسـوف الأندلـسي «ابـن حـزم» (994م – 1064م) – وليـسَ ذلـك بحـرام، وأجـازه الفقيـه الإمـامُ «أحمـد بـن حنبـل» (780م – 855م) وقـال: «إنه إخـراجُ فضلـة مـن البـدن فجازَ عنـد الحاجـة، وأصلُـه الفصـد والحجامـة»، يعني أنَّ اسـتنزال المني بممارسـة العـادة السرية مثل اسـتخراج الـدم من البـدن بالفصد

والحجامة، فكلٌّ منهما يلجأ إليه الإنسانُ للتخفيف عنْ جسده وترويحه، وكلُّ ذلك جائز، وأباحَه الصحابي المحدِّث الفقيه المفسر «عبد الله بن عباس» (3 ق.هـ – 68 هـ) والتابعي «الحسن البصري» (21هـ – 110 هـ) وبعض أئمة التابعين، وقال الفقيه المفسر «مجاهد» (642م – 722م): «كان من مضى يأمرون شبابهم بالاستمناء يستعفونَ بذلك»، وقال «الحسن البصري»: «كانوا يفعلونه في المَغازي»، كما قال التابعي الفقيهُ «عمرو بن دينار» (45هـ – 126هـ): «ما أرى بالاستمناء بأسًا».

والطائفة التي ذهبتْ إلى تحريمه مُستدلين بالآيات من الخامسة إلى السابعة من سورة المؤمنون السابق ذكرها قالوا إنَّ الله أمرَ بحفظ الفروج إلّا من الزوجة والأَمَة، فإذا جاوز المرءُ زوجته وأمتَه واستمنى بيده كان من العادين، هذه الطائفة قد استنبطت استنباطًا ضعيفًا لا يقوم دليلًا مقنعًا على ما ذهبوا إليه لأنَّ المفهوم من نصوص القرآن والسنة الآمرة بحفظ الفروج هو النَّهي عن الزنا، فتارة يذكرُه القرآن بحفظ الفرج كما في قوله سبحانه: {... والحافظين فروجهم والحافظات...} (الأحزاب: 35) وتارةً يذكره باسْمه الصريح فيقول: {وَلَا تَقْرَبُوا ٱلزِّنَىٰٓ إِنَّهُۥ كَانَ فَٰحِشَةً وَسَآءَ سَبِيلًا} (الإسراء: 32) أو يقول: {.. وَلَا يَقْتُلُونَ ٱلنَّفْسَ ٱلَّتِى حَرَّمَ ٱللَّهُ إِلَّا بِٱلْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ ۚ...} (الفرقان: 68).

والعادةُ السرية لا تسمَّى زنا، ومَن مارسها بيده لا يعتبر خائنًا لزوجته، والمرأة إذا مارستها لا تعتبر – أيضًا – خائنة لزوجها، والإشارةُ في قوله تعالى: {فَمَنِ ٱبْتَغَىٰ وَرَآءَ ذَٰلِكَ فَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْعَادُونَ} (المؤمنون: 7)، يراد بها الزوجة والأَمَة – أي من طلب من النساء غيرَ زوجته وأمته – فالزوجة والأَمَة استثناءٌ من النساء المحرمات، ومَن مارسها بيده لا يكون مبتغيًا امرأة سوى زوجته وأمته، كما أنه إذا مارستْها له زوجته بيدها فلا يعتبر أنه قد أتى زوجتَه وأدَّى لها حقها الجنسي، بل إن ممارسة العادة السرية قد يُستعان بها على حفظِ الفرج من الزنا، ومن أجل ذلك ذهب البعضُ إلى القول بوجوبه إذا خافَ المرء على نفسه من الوقوع في الزنا جريًا على قاعدة ارتكاب أخفِّ الضررين.

كما اتَّفق الفقهاء – ومنهم العالم والفقيه اليمني «الشوكاني» (1173هـ – 1250هـ) – على جواز ممارسة العادة السرية إذا كان بيدِ الحليلة (الزوجة)، فكيف تكون العادةُ السرية محرمة بيدِ صاحبها وليست محرمة بيد زوجته؟ وكلها تؤدي نفسَ الغرض وبذات الكيفية؟

كما أنَّ مَن يقول بضررها الصحي عليه الإجابةُ عن التساؤل التالي: كيف تكون مضَّرة صحيًّا بيد صاحبها ولا تكون مضرَّة بيد زوجته؟

هذه الآراء الأربعة المختلفة تشكلُ فسيفساء خلّابة لشريعة رائعة تتَّسع لتتعامل مع كلّ واقع.. شريعة تحترم التفاوت في كلّ زمان وعصر وكلِّ مكان ومصر.. تحترم التبايَن في شدة الاحتياج الجنسي وإلحاحه لدى كلّ الناس على اختلاف الأعمار والأجناس والثقافات والطباع، فليس من الحكمة أن نتصورَ أنَّ هناك حُكمًا واحدًا ينطبق على الشاب الفائر وعلى الشيخ الهائر، أو على الأعزب غير المُحصن وعلى المتزوج المُحصن، أو على مَن هو شديدُ الحساسية تجاه الجنس الآخر ومن هو على عكسِ ذلك، أو على مَن لديه رغبة جنسية عارمة ومَن له رغبة جنسية فاترة، ليس من الحكمة تصور حكم واحد يصلح تطبيقه في كلِّ البيئات على اختلاف أزمانها وأماكنها، وعلى كلِّ الثقافات على تفاوت مشاربها ومصادرها، وعلى جميع المجتمعات على تباين تحضُّرها وتخلُّفها، وعلى كلِّ الأشخاص على تراوح احتياجاتهم الجنسية بين ضعف وقوة.

إنَّ التراوح بينَ هذه الآراء هو المطلوب، والخطأ هو الاندفاع وراء رأي واحد ونكران ضرورةِ وجود الآراء الأخرى، وكلُّ إنسان أدرَى بحاله، ولذلكَ كانت العادة السرية في الإسلام قضية اجتهادية ظنية، يظل الخلاف فيها معتبرًا.

دورُ الوالدين مع أبنائهم وبناتهم الممارسين للعادة السرية:

إذا رأى الوالدان أو أحدُهما رؤيا العين ابنهما/ ابنتهما يمارس العادةَ السرية، أو صارَ لديهما من الشواهد الدامغة التي تثبت ذلك؛ فيجب ألا يظهرَا أنهما اكتشفا هذه الواقعةَ أو علمَا بها، حتى لا يهتك ستر الابن/ الابنة، ثمَّ.. يراعي

اتباعَ الأساليب التي من شأنها التقليلُ من ممارسة العادة السرية أكثرَ من أن تكون سببًا في الامتناع عنها، كالتالي:

1 – التركيزُ على جودةِ العلاقات الأسرية، والمساهمة في أنشطةٍ متعددة في إطار العائلة، فالدفء العائلي ييسِّر كثيرًا التواصل والإقناع.

2 – الاندماجُ في ممارسة الألعاب الرياضية.

3 – تجنُّب الاستحمام بالماء الدافئ.

4 – التشجيعُ على اقتناء وقراءةِ الكتب الدينية والعلمية والمسلية والمفيدة.

5 – التدربُ على الاستيقاظ المبكِّر من النوم، والنهوض من الفراش فورَ الاستيقاظ، وعدم الذهاب إلى النوم إلا عند الشعور بالحاجة إليه.

6 – محاولةُ معرفة وتفهُّم الضغوط التي تقع على الأبناء والبنات، فكثيرًا ما يرتبط ممارسة العادة السرية بأسباب التوتر والقلق ووجود مشكلات دراسية أو أسرية أو مع الأصدقاء أو في العلاقات العامة.

7 – التثقيفُ الجنسي الصحيح العلمي الديني حولَ العادة السرية دون العمل على زيادة التوتر وذكر المخاوف والاستفاضة في الأضرار الطبية المبالغ فيها بغرض التنفير منها.

8 – تقليلُ كمية التوابل في الطعام ومراعاة تجنُّب الأطعمة الدسمة مع تناول الخضار والفواكه والحليب والسلطة والابتعاد عن أكل البيض واللحم والأسماك بكثرة.

9 – تجنُّب دخول الأبناء والبنات في فترات عزلة وانطواء.

10 – محاولةُ ضبط أوقات استخدام الأجهزة الرقمية والاطِّلاع على محتوياتها ووضع برامج حماية ومتابعة ورقابة عليها.

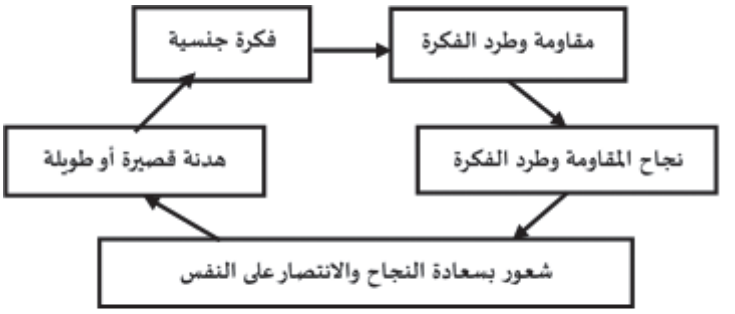
11 – غرسُ القيم التي تحضُّ على الاهتمام بالصحة وانتقاء الأصدقاء الصالحين وأهمية الاستفادة من الوقت وشغله بما يفيد بالمستقبل والاهتمام بكلِّ ما يُعلي من شأن الإنسان في الدنيا والآخرة.

12 – بأسلوبٍ من أساليب التورية غير المباشرة يمكن بدءُ الحوار حول العادة السرية، لتنفيذ برنامج الحدِّ من ممارسة العادة السرية وعدم إدمانها، كالتالي:

إنَّ ورودَ الأفكار الجنسية على ذهن الإنسان أمرٌ طبيعي، ويسهل استدعاؤها في ثوانٍ معدودة بواسطة أجهزة إلكترونية في متناول الجميع، ولذا كانت مقاومةُ بدء تضخم الفكرةِ الجنسية ووقف تصعيد التهيج الجنسي يعتبر أمرًا أساسيًّا في وأد العادة السِّرية في مَهدها حين اشتعال شَرارتها الأولى. وعلى كلِّ إنسان اختيار ما يناسبه ليوقف ما ينزلق فيه من أسباب التهيج الجنسي حتى لا يتطوَّر هذا التهيج أكثرَ وأكثر فيخرج عنِ السيطرة ويصبح الإنسان منقادًا لممارسة العادة السرية.

للخروج من أزمةِ إدمان العادة السرية يجب إيقافُ الدوران في الحلقة الآسرة المحكمة للعادة السرية وذلك بكسرها عند أضعفِ نقطة بها، وهي ورودُ الفكرة الجنسية على الخاطر (شكل: 34)، فإذا تمَّ ذلك تحولَ الإنسانُ من سجين لحلقة آسرة إلى طليقٍ يدور في حلقة آمنة، التي تكون على النحو التالي:

ورودُ فكرة جنسية، ثمَّ مقاومة هذه الفكرة ومحاولة طردِها، ثمَّ نجاح المقاومة والطرد، ثمَّ شعور بسعادة النجاح ولذة الانتصار على النفس، ثمَّ فترة من وقتٍ كهدنة قصيرة أو طويلة، ثمَّ ورود فكرةٍ جنسية جديدة، ثمَّ مقاومة هذه الفكرة ومحاولة طردها، ثمَّ نجاح المقاومة والطرد، ثمَّ شعور بسعادة النجاح ولذة الانتصار على النفس، ثمَّ المرور بفترة هدنة قصيرة أو طويلة، ثمَّ ورود فكرة جنسية ثم.. ثم.. ثم.. ثمَّ التقليل من الممارسة أو ربما تنعدم تمامًا بإذن الله تعالى.



شكل (٣٤): دورة الحد من ممارسة العادة السرية.

إنَّ أسلوب المقاومة بهذه الصورة يحول التلذذَ بمطاوعة النفس وبممارسة العادة السرية إلى التلذذِ بمقاومة النفس والانتصار عليها، ولا شكَّ أن هذه المقاومة أمرٌ صعب، والنتائج في البداية قد لا تكون على الوجْه المرجو، مما قد يصيب الإنسان بنوع من اليأسِ والإحباط. فمن الطبيعي جدًّا أنَّ الإنسان سيتمكن من طردِ فكرة جنسية مرة ولكنها ستعاود الهجومَ عليه مرة أخرى، وأنه قد ينجح في المقاومة مرَّة وقد تنهار مقاومتُه في المرة التي تليها، وهكذا.. فرحَى المعركة دائرٌ داخلَ النفس البشرية، مادام هناك عرقٌ ينبض ونفسٌ يشهق وآخرُ يزفر.

وهل الامتناعُ عن ممارسة العادة السرية لفترة ثمَّ مُعاودة ممارستها مرَّة أخرى يعدُّ كارثةً تفقد الأمل في التخلص منها أو حتى في تقليلها؟

بالطبع لا..

لأنَّ ذلك يعني أنه قد تمَّ إنجازُ شيء ما.. تمَّ إنجازُ الامتناع عن هذه الممارسة لفترةٍ من وقت أو مرَّة من المرات، وهذا إنجازٌ لا يُستهان به، فكلُّ يوم ينجح فيه الإنسانُ بالامتناع عن مزاولة العادة السرية سيزيد من ثقته بنفسه، وقدرتِه على المواصلة في الغد وبعدَ الغد، وكلما جعلَ الإنسان همَّه وتركيزه في أن ينجح «اليوم» فسينجح اليوم بإذن الله.

إنَّ مجردَ شرف المحاولة أمرٌ رائع، حتى لو لم يفضِ إلى النتيجة المنشودة، وإنَّ الدأب في المحاولات هدف في ذاته، لأنه يصنُع الإصرارَ والتصميم على ترك ما تنكره النفس وتأباه ويَحيك في الصدر ويخشاه.

إنَّ أسلوبَ جلد الذات واللوم المستمر للنَّفس عقيم أليم، يدمر القدرةَ على البدء من جديد، ويبقي الروحَ في مهاوي اليأس والقنوط وفقدانِ الأمل، ويحطم الثقةَ بالنفس، مما يُفضي إلى التوقف عنْ محاولات التقليل من الممارسة وعدم الأخذ بأسباب التخلص منها.

إنَّ استمرارَ محاولات تقليص الممارسة هو آية الجدية، والنجاح المحدود والتدريجي والتقليل من هذا النشاط هو نعمة تستحقُّ الشكر، وليس خطوة تافهة الشأن قليلة الأثر، نعمة تستوجبُ تصميم أقوى على المُضي في المقاومة، والترفل بروْعة الانتصار على النَّفس ولو كان قليلًا، وليس التوقف عن المقاومة والتقليل من شأن ما تمَّ إنجازه ولو كان يسيرًا.

فإذا حدثَ سقوط بمعاودة الممارسةِ فيجب النهوضُ مرَّة أخرى وجعل هذا السقوط عارضًا مؤقتًا.

سقوطٌ يتعلم منه الإنسان ولا يستسلم..

سقوطٌ لا يعني نهاية، بل يجب أن يكون بداية جديدة..

سقوطٌ يؤدي إلى محاولة اكتساب عزيمة أقوى..

سقوطٌ يعدل الخطط ويحفِّز الهمم..

سقوطٌ يعقبه القيامُ بخطوتين هامتين هما:

- العزم على تجديد العهد بمجاهدة النفس، مع التوجه إلى الله بالدعاء بنية صادقة..
- الاغتسال من الجنابة والوضوء وأداء صلاة نافلة أو الاستعداد للصلاة المكتوبة.

ومِن الآليات الأخرى التي تعين على تقليل مُمارسة العادة السرية أو إنهائها الانغماس في تنمية وتثقيف الذات وإشغال الوقت بما يفيد وممارسة الرياضة البدنية وكذلك بعض الهوايات والتخلص من أصدقاء السوء... إلخ، وقبل كلِّ ما سبق التقرب إلى الله تعالى بالفروض والنوافل (خاصَّة صوم النفل الذي حضَّ عليه النبي صلى الله عليه وسلم الشباب الذين لا يستطيعون الزواج) والقيام ببرِّ الوالدين وَبِصلات الأرحام ومساعدة المحتاج وطرق مختلف أبواب الخير.

إنَّ الرغبة الجنسية من القوة بحيث أنها لن تستبدلَ بهذه الآليات السابق ذكرها ولن تلغى بها ولا بغيرها، ولكنها ستساعد في تنظيمها وضبطها وتقييدها بلجام من التعقل والتعفُّف والتصبر، إلى أن يحين الوقتُ لتنطلق ولتعبِّر عن نفسها بزواج مبارك مع الشخص المناسب.

- مطالعةُ المواد الإباحية:

من أشدِّ وأفجع ما أنتجه العصرُ الرقمي المعاصر هو إشاعةُ الإباحية بكافة صورها وألوانها وأشكالها وأنشطتها وموادها، وسهولة الوصول إليها في ثوانٍ معدودة خلالَ الإنترنت بواسطة أجهزة رقمية تكاد تكون متوافرة في أيدي وجيوب ومنازل جميع الناس - صغارًا وكبارًا.. رجالًا ونساءً - وطوال الأربعة والعشرين ساعة باليوم والليلة، فتيسَّرت كثيرًا مطالعة الإباحيات، بل وإدمانها لدى قطاع عريضٍ من البشر على مستوى العالم بأسره.

أضرارُ المواد الإباحية:

تضربُ أضرارُ التعامل مع الموادّ الإباحية عددًا من المناحي المحورية في حياة الإنسان، كالتالي:

أولًا: الدين:

يقترف مدمنُ المواد الإباحية هذه المعصيةَ مرَّة تلو أخرى، مستخفًّا بذنبه وبتبعاته، بعدما غلبتْه شهوته وطغيان شقوته واتباعه لشيطانه ولنفسه الأمّارة بالسوء، حتى يبلغ مرحلةَ الران، التي ذكرت في قوله تعالى: {كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِم مَّا كَانُوا يَكْسِبُونَ} (المطففين: 14)، وهي مرحلة كما قال «الحسن البصري» جاءت نتيجةَ اقتراف الذنب بعد الذنب حتى يعمى القلب.

ثانيًا: الحياة الجنسية:

إدمانُ التعامل مع الموادِّ الإباحية يجعل من الصَّعب على الإنسان - والرجل بالذات - الشعورُ بمتعة المعاشرة الجنسية الطبيعية حين الزواج. وسببُ ذلك - في الغالب - أنَّ المخ قد اعتادَ على اللذة المتأتية من الشريك الوهمي في هذه المواقع الإباحية بدلًا من الشريك الحقيقي، وانحرفَ في توجيه الاستثارة التي من المفترض أن يجلبَها الشريك الحقيقي إلى الاستثارة التي يسببها الشريكُ الوهمي، وبذا تتمُّ برمجةُ المخ على الاعتماد على الشريك الوهمي في الحصول على الاستثارة الجنسية.

فالمدمِن صار يبحث دومًا عن المشاهد السوبر أو الشاذة، بل والموغلة في الشذوذ، فقد أمست المشاهد العادية بعدما اعتادها لا تحرِّك فيه ساكنًا، وإن كان متزوجًا فستخفتُ أو تختفي استثارتُه بزوجته وإن كانت من أجمل الجميلات، فيتقلص معدلُ الجماع رويدًا رويدًا حتى يصير حدوثُه من الندرة بحيث يُمسي لا يسمن ولا يغني من جوع، ثمَّ ينتهي به الأمرُ إلى أن يجد الزوجُ المدمن نفسَه عاجزًا عن الممارسة الجنسية الطبيعية مع زوجته.

لقد آلَ الأمرُ إلى هذا المستوى المَرير نتيجة تولُّد بين المواد الإباحية والشعور بالمتعة ارتباط المحفز بالاستجابة لدى المُدمن، فقد يؤدّي هذا إلى توهُّم الرجل خطأ بأنَّ الزوجة الحقيقية لا يمكنها إشباعُ احتياجه الجنسي، أو حدوث ضعف أو فقدان الرَّغبة في الممارسة الجنسية الحقيقية معها، أو حتى فقدان الشعور باللذة الجنسية عند معاشرتها، أو يحدث اضطرابات في أدائه الجنسي كضعفٍ للانتصاب أو حتى انعدامه.

ثالثًا: الصحة العامة:

إدمانُ المواد الإباحية يسبِّب مشكلات صحيةً ونفسية كثيرة للمدمن، منها التالي:

❋ لهذه المواقع والأفلام الإباحية تأثيرٌ مباشر على المخِّ والأعصاب وعلى الهرمونات (الناقلات العصبية) كتأثير المخدّرات والكحوليات، وتسببُ نوعًا من الإدمان لا يقلُّ في خطورته – بل قد يزيد – على الصحة النفسية عن ضرر إدمان الهيروين أو الكوكايين وبعض المواد الإدمانية الأخرى، لأنها تتلفُ خلايا المخ وتخُّل بالتناغم الهرموني والكيميائي بها، وأخطر ما تفعله هو تعطيلُ منطقة الناصية التي تمثل منطقةَ القيادة والتحكم واتخاذ القرار، مما يؤدي إلى فقدان الإرادة وحسن التصرف وصحَّة ردات الفعل، كما تصبح بعضُ الوصلات العصبية نَشطة والأخرى خاملة، فينجم عن ذلك فقدانُ الشعور بالسعادة بالطريقة الطبيعية.

❋ يحدث تغييرٌ دائم غيرُ قابل للاستشفاء وتشويش مُستمر في مخ الأطفال قبل مرحلة البلوغ.

❋ يؤثر سلبًا على مستوى التركيز والذاكرة، ويجعل عمليةَ الاستيعاب بطيئة جدًّا، ويتسبب في سرعة النسيان.

❋ تجلُب الأرقَ وقلة النوم والسرحان الدائم وانشغال الفكر بأفكار بعيدة عن الواقع والمنطق والعقل، والشعور بالإرهاق العام والإجهاد الجسدي والخمول والكسل واستنزاف الطاقة الجنسية، والميل للوحدة والابتعاد عن النشاطات الاجتماعية والأسرية.

❋ الاستنزافُ الذهني الذي يصاحبه عادة عصبية في المزاج وسرعة الغضب والاستثارة والشعور بصداع شديد ومتكرر.

❋ يؤثر سلبًا على النظام المناعي بالجسم.

❋ الشعورُ بآلام في الظهر، وكثرة إدماع العينين واحمرارها.

❋ الإصابةُ بالقلق والاكتئاب.. وهو النهاية الحتمية للإدمان على مشاهدة المواد الإباحية.

رابعًا: الحياةُ الأسرية:

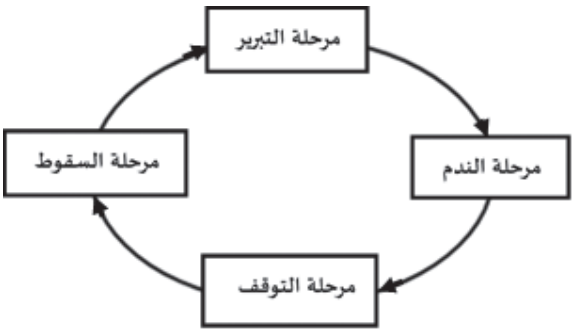
تجزم المرأةُ التي يدمن زوجُها التعاملَ مع الإباحيات بأنه خائنٌ بعدما صدمها في أنوثتها صدمةً قاصمة قاسية. إنها تتألم لأنَّه يطفئ رغبتَه الجنسية في نساء أخريات بالعالم الافتراضي وبممارسة العادة السرية وربما الاكتفاء بها، ومن ثَمَّ الاستغناء عنها، وقد تحاولُ هذه المرأة المسكينة مماثلةَ هؤلاء الفتيات ومنافستهنَّ لتصرفه عنهن ويتَّجه إليها مشبعًا معها رغبته الجنسية ورغبتَها أيضًا، وتتحطم أكثرَ بعدما ترى أنَّ محاولاتها المُضنية والمستميتة قلما تجُد فتيلًا، وأنه مازال موغلًا فيما يرتكبه على طريقتِه المحرمة، فتتزلزل الحياةُ الزوجية وقد تنهار، ولذا تصدرَ الإدمانُ على مشاهدة المواد الإباحية قائمةَ أسباب الطلاق النفسي والفعلي في كثير من البلاد العربية والإسلامية.

خامسًا: المجتمع:

يؤدّي انتشارُ المواد الإباحية والأفلام الخليعة إلى زوالِ الحياء وذيوع الفاحشة وتقليص حيز الحلال واعتياد الحرام مما يضُّر بالمجتمع كله أيًّا ضرر. إنَّ فقدان الحياء هو أولُ الخطى نحو التجرُّئ على المحرمات والوقوع في الرذائل واقتراف الكبائر وانتشار الفاحشة والشذوذ وارتكاب الجرائم، وهل يسلم مجتمعٌ به أمثال هذه البلايا والكوارث؟

دورةُ إدمان الإباحية:

يقع المدمنُ للمواد الإباحية أسيرَ دورة إدمانية تتكوَّن من أربعِ مراحل (شكل: 35) كالتالي:



شكل (٣٥): دورة إدمان المواد الإباحية.

أولًا: مرحلةُ التبرير:

يحاول الإنسانُ في البدء تبريرَ دخوله مستنقع المواد الإباحية بطرق منطقية، كأن يقنع نفسه ببعض الأقوال.. «بعض اللحظات لن تؤذي».. «أستطيع التحكم في نفسي».. «ما كلّ الناس بتشوف الحاجات دي».. «علشان أتعلم واعرف».. وما إن يبدأ حتَّى تصبح اللحظات ساعات، وينتقل من موقعٍ لآخر ومِن فيلم لغيره، ولن يملك السيطرة على نفسه.

ومِن ضمن التبريرات الواهية الخادعة التي يفلسفُ بها المدمن ما يفعل من محرَّمات ما يلي:

1 – لا ضرر مِن مشاهدة قصيرة لبعض الأفلام الإباحية:

إنَّها الأكذوبة.. فالمواد الإباحية لها تأثيرٌ أخطر من ذلك الذي تحدثُه المخدرات والكحوليات، لأن المشاهد الإباحية تظل عالقةً بمخيّلة من شاهدها، بينما يمكن أن تمحى بصورة نهائية تقريبًا آثار مادة مخدرة كالكوكايين من جسم المدمن بعد مضي بعض الوقت مِن الخضوع لبرنامج علاجي، فالضررُ واقع ولا مجالَ لإنكاره، ضرر يحفرُ في الذاكرة فيصيرُ من العسير نسيانه والتخلُّص منه.

2 – مِن الممكن اتخاذُ الأفلام الإباحية كمادةٍ تعليمية للحصول على ثقافة جنسية:

يعتقد كثيرٌ من الشباب والفتيات أنَّ كثرة مشاهدته للمواقع الإباحية وما يدور بها من تمثيليات يقوم بها محترفون في الدعارة تكسبُهم خبرة تساعدهم على إنجاح علاقتهم الجنسية حينما يتزوَّجون، وهذا اعتقاد بعيد عن الصواب بعدًا شاسعًا.

إنَّ ما تقدمه الأفلامُ الإباحية على غير الواقع تمامًا، إنها تقدِّم الزناة من الجنسين في صورة جماع مبالغ فيه وقتًا وأداءً وصوتًا، تقدم الأعضاءَ الضخمة في الحجم والشاذة في الأداء التي توهِم الرائي بعجزه، تقدِّم الشذوذ بأنواعه وألوانه، تقدم التجرؤ على العبث الجنسي مع المحارم والتحرش والاغتصاب والعنف وارتكاب الجرائم، تقدم دعايات للأدوات واللعب الجنسية بكافة صورِها، تقدم نماذجَ لقتل العفة والحياء، وتقدمُ رؤية وفكرة خطأ عن الجنس الآخر، وتنمي الاحتقار والامتهان بين الجنسين، وحصر أدوارهما في الحياة في هذه الزاوية، ووضعها في صورةٍ غاية في الدناءة والوضاعة والبهيمية، ووراء كلّ ذلك جيش عرمرمُ مِن الممثلين والممثلات من «نجوم» الإباحية ومنتجين ومصورين ومخرجين وفنيين ومصممي ديكورات وأزياء ومكياج وكاتبي

سيناريوهات وشركات إنتاج وتوزيع ومواقع إلكترونية واعتمادات مالية ضخمة ومكاسب مادية فاحشة وساسة فسدة... إلخ.

حينما يدخل الشبابُ والفتيات المشاهدون للمواد الإباحية بيوتَهم في ليلة العرس سيدخل معهم كثيرٌ من التخيلات لعلاقات محرَّمة قام فيها الداعرون والداعرات بتمثيلِ حياة جنسية مزيَّفة بعيدة عن الواقع، مما سيجعل الممارسةَ الطبيعية مشوشة بعيدة عن الصواب، ضعيفة الفرصة في النجاح.

3 – إمكانيةُ التوقف عن مشاهدة الأفلام الإباحية بعد الزواج عندما يتوافر شريك الحياة:

يظنُّ بعضُ الشباب/ الفتيات أنهم يستطيعون التوقفَ عن مشاهدة المواد الإباحية بمجرد الزواج، وأن ما يجعلهم يتمادون فيها هو فقط كوْنهم لم يتزوَّجوا بعد. وهذه قناعة خطأ، فمدمنُ المواد الإباحية سيستمرُّ في هذه المشاهدات بعد الزواج، إنه أدمن ولا يستطيع الفكاكَ من هذه الوسيلة الإدمانية بمجرد تغيُّر حالته الاجتماعية، هكذا أثبتتِ الدراسات وهكذا أثبت الواقع أيضًا.

إنَّ مَن لم يغض بصَره ويحصن فرجَه بالاستعانة بربِّه ثمَّ بسيطرته هو بنفسه على نفسه فإنَّ الزواج لن يفيده كثيرًا حتى إنَّه في قول نبيِّنا عن الزواج بأنه «أغضُّ للبصر وأحصن للفرج»، أي إنَّ الزواج يزيد في غضِّ البصر ويزيد في تحصين فرج لَمن أصلًا كان يجاهد لغضِّ بصره وتحصين فرجه.

4 – مشاهدةُ الأفلام الإباحية تثري وتجدد في العلاقة الجنسية بين الزوجين:

قد تقدِّم المواقع والأفلامُ الإباحية للزوجين مادةً تجعلهما مُقبلين أكثر على بعضهما البعض، خاصَّة إن كان بأحدهما عزوف إلى حدٍّ ما عن اللقاء الجنسي، ولكن.. بعدَ وقت قصير وقصير للغاية لن يصبح أحدُهما منجذبًا إلى الآخر الانجذاب المنشود، وقد يوغلُ أحدهما في مشاهدة هذه الموادّ الإباحية فيستغني عنِ الآخر تاركًا إياه وراءَ ظهره، فتوهن بذلك الرابطة الزوجية وتضعف.

ثمَّ..

كيف يرضى الزوجُ «الرجل» أن تنظرَ زوجته إلى أعضاء الذكورة لدى الداعرين من الرجال وتستمع إلى آهات الجماع التي يصْدرونها؟ وكيف للزوجة «الأنثى» أن ترضى لزوجها مطالعةَ عورات الداعرات من النساء والاستماع إلى تأوهاتهنَّ أثناءَ ممارستهن للزنا؟ هل حلَّت الدياثة مكانَ الغيرة والنخوة؟! وهل يُدرك الحلال عن طريق ارتكاب الحرام؟

5 – المحادثاتُ الجنسية وإقامةُ علاقات جنسية بواسطة الإنترنت لا تعتبر خيانة زوجية:

إنَّ ممارسةَ العلاقات الجنسية أيًّا كانت صورتها بواسطة الإنترنت يكون روابط حقيقية بالمخ تماثل تمامًا الروابط التي تنشئوها الخيانة الزوجية الكاملة، فهي إذًا والخيانةُ الزوجية من ناحية النتيجة والأثر سواء.

ثانيًا: مرحلةُ الندم :

بعدَ الاندماج في التجوال بينَ المواقع الإباحية والانغماس في موادِّها سيمارس المدمنُ العادة السرية بعد استثارته الشديدة والتي قد يعقبها الشعورُ بالندم وتأنيب الضَّمير واحتقار الذات والانطواء، ومع تكرار الاندماج وممارسة العادة السرية قد ينتهي بالمدمن إلى إصابته بالاكتئاب واليأس الشديد من تحسُّن أحواله، فقد تَعتريه حينئذ أمواجٌ من الندم التي تدفعه ليراجع نفسه.

ثالثاً: مرحلةُ التوقف:

في لحظةِ استيقاظ الإيمان وصحوة الضمير أو الإصابة بتعب أو زهق أو انكشاف ستر أو الشعور بالاشمئزاز من النفس ومن المواد الإباحية يقرر الإنسانُ التوقفَ عن الاستمرار في مشاهدتها، ويعدُ نفسه بأنه لن يعود إليها أبدًا، وبالفعل يتوقف لفترة من زمان، ينصرفُ خلالها لممارسة أنشطةِ حياته المختلفة، وسيشعر بالفارق الكبير بين جحيم إهدار وقته وصحته ودينه وسط

هـذه المـوادّ الإباحية ونعيم اسـتثمار وقتِه والحفـاظ على صحته ونقـاء دينه بانصرافه إلى أنشـطته الحياتيـة البناءة، مما سـيعود على راحته النفسـية والصحيـة بالخير الوفير.

رابعًا: مرحلةُ السقوط:

قـد يشـعر الإنسـانُ بعـد مرحلـة التوقـف برغبتِـه في العـودة لمطالعـة المـوادّ الإباحيـة مـرة أخرى، خاصـة في لحظات ضعـف إيمانِـه وتحت نيْر بعـض الظروف الضاغطـة المؤلمـة أو المحزنـة أو بعـد قضـاء وقـت متعـب بغـرض التخفيـف مـن ضغوطـه وآلامـه وتعبـه، وقـد نـسيَ الآثـار السـيئة التـي أحدثَهـا إدمانـه لمشـاهدة هـذه المـواد بالمـاضي، وتذكـر فقط لحظـات اللـذة التـي كان يعيشـها معهـا، فصارَ يسـتجلب مـا كان في خيالـه منهـا ويسترسـلُ فيـه حتـى يسـقط في أوحالهـا تـارةً أخـرى، ثـمَّ.. يبـدأ في الدخـول إلى مرحلة التبريـر... إلـخ، فيدخل الدائـرة المغلقة مـن جديد.

دورُ الوالدين في شأن مُطالعة أولادهم للموادّ الإباحية:

حينـما يوقـن الوالدان بمطالعـةِ أولادهم للمـوادّ الإباحية يجب إشـعارُهم بأن ما يرتكبونـه يعـدُّ مشـكلةً حقيقيـة دنيوية وأخرويـة، وأنَّها تحتـاج لحلٍّ عاجـل، وأنَّهم في حاجـة ماسَّـة لمَـن يعينهم عـلى اتباع الحـلِّ ليكفوا عن الاسـتمرار فيـما يفعلون.

هذا ابتداء.. ثمَّ..

اتباعُ برنامج استشفائي يمنع أو يحدُّ من مطالعة هذه الإباحيات، كالتالي:

الاستشفاءُ من إدمان المواقع الإباحية:

حتـى يتـمَّ الشـفاءُ الكامـل مـن هـذا الإدمـان فـلا بـدَّ مـن قضـاء عـام أو عـام ونصـف العـام مـن التوقـف التام عـن الدخـول إلى هـذه المواقـع الإباحية. فـإذا عادَ الإنسـان للممارسـة مـرَّة أخـرى قبـلَ انقضـاء هـذه الفـترة فعليـه أن يبـدأ مـن نقطة الصفـرِ مـن جديـد، مـع ضرورةِ عـدم الشـعور باليـأس والمُبالغـة في تقريـع النفـس

وجلدِها، فمجاهدة النفس دأبُ الإنسان طوال حياته، فإذا ما وقع وهو يجاهدُ نفسه فذاكَ دليلٌ على أنه في صراع مع الشيطان ومع نفسِه الأمّارة بالسوء، وما عليه إلا معاودة المجاهدة بنيَّة صادقة ليتحققَ في الإنسان قولُ الله تعالى: {وَٱلَّذِينَ جَٰهَدُوا۟ فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ۚ وَإِنَّ ٱللَّهَ لَمَعَ ٱلْمُحْسِنِينَ} (سورة العنكبوت: 69).

إنَّه بعد شهر إلى ستَّة أشهر على الأكثر من التوقف يبدأ المدمنُ في الشعور بالتحسن الكبير وبأنه صار أقوى، وتختفي كثيرٌ من الأعراض السلبية التي صاحبت إدمانَ مشاهدة الإباحيات.

ويتمُّ العلاجُ عبر هذه الخطوات الثمانية التالية:

الخطوةُ الأولى:

الإلمامُ بخطورة هذا النوع من الإدمان، وإدراكُ فداحة الخسارة التي تحيقُ بالمدمن في كلِّ ميادين الحياة الدنيا والآخرة، واكتساب الإرادة والعزيمة الصادقة على التخلص من هذا الإدمان.

الخطوةُ الثانية:

التوبة.. قال تعالى: {يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ تُوبُوٓا۟ إِلَى ٱللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا...} (التحريم: 8)، وقال تعالى: {وَإِنِّى لَغَفَّارٌ لِّمَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَٰلِحًا ثُمَّ ٱهْتَدَىٰ} (طه: 82).

وعلى الإنسان أن يتذكر نعمَ الله عزَّ وجلَّ عليه والتي لا تحصى، وأنه سبحانه وتعالى أعطاه فرصةً ليستدرك ما فاتَ من عُمره، ويتفكَّر في سترِه الجميل له، وحلمه الكبير عليه، ورحمته به إذ جعل بابَ التوبة مفتوحًا على مصراعيه، إنه رب رحيم غفورٌ كريم، وصدق مَن قال:

ما أحلم الله عني حيث أمهلني وقد تماديتُ في ذنبي ويسترني

وللتَّوبة المقبولة شروطٌ ثلاثة هي: الإقلاع عن المعصية، والعزم على عدم العودة إليها، وأن تتمَّ قبل الغرغرة، وهي بلوغ الروح الحلقوم، وقد وردَ في الحديث الشريف الذي رواه الترمذي: «إن الله يقبل توبةَ العبد ما لم يغرغر».

ثمَّ..

الإكثارُ من أداء العبادات وفعْل الحسنات التي يذهبنَ السيئات، فتطهيرُ النفس وتزكيتها ستعينُ كثيرًا على ترك الإباحيات.

الخطوةُ الثالثة:

البحثُ عن السبب الحقيقي أو الأساسي من وراء الانغماس في الإباحيات، فليس تلبية نداءِ الغريزة الجنسية هي الدافع الأول في كلِّ الأحوال، فهناك مشكلات أو ضغوطٌ أو صعوبات في الحياة تسببُ للإنسان القلقَ والتوتر فيلجأ للإباحيات أملًا في التَّخفيف منها.

الخطوةُ الرابعة:

دخولُ مواقع الاستشفاء من إدمان المواد الإباحية على الإنترنت – وهي كثيرة – خاصَّة تلك التي أنشأها متخصصون في الإدمان ومدمنون سابقون للموادّ الإباحية تعافوا من الإدمان، فأفضلُ معالجين هُم مَن كانوا في السابق أتعس مدمنين.

الخطوةُ الخامسة:

التخلصُ من المواد والأوساط والأفلام الإباحية أيًّا كان نوعها، وذلك بمحْوها وإزالتها من جميع الأجهزة الإلكترونية والرَّقمية، وإزالة القنوات الفضائية التي تقدم فنونًا هابطة رخيصةً من جهاز المستقبل (الريسيفر)، وتحصين أجهزة الحاسوب ببرامِج حماية من المواد الإباحية، وكذلك التخلص من أصدقاء السّوء الذين رفقتهم تشجِّع وتؤازر مشاهدة هذه الإباحيات.

الخطوةُ السادسة:

استردادُ الثقة بالنفس التي اهتزت كثيرًا بهذا الإدمان.

الخطوةُ السابعة:

مدافعةُ الخواطر والأفكار الجنسية ورفضُ الانسياق وراءها والاسترسال فيها وصرف التفكير عنها وتفريغ القلب منها مستعينًا بالله تعالى هي خطوةٌ لا بدَّ

منهـا قبـل أن تصبـح هـذه الخواطـر والأفـكار رغبة، فـلا يجد الإنسـان نفسَـه إلا وقد تحرَّكـت رغبتُـه الجنسـية وازدادَ حنينـه إلى الرجـوع لمـا كان يقترفـه من إثـم قبل ذلك.

كتـبَ صاحبُ مؤلَّـف «الإحياء في علوم الدين» الفقيهُ والأصولي والفيلسـوف الإمـام «أبـو حامد الغـزالي» (1058م – 1111م): «الخطـوة الأولى في الباطل إن لم تدفـع أورثـت رغبـة، والرغبة تـورث الهَـم، والهمُّ يـورث القصـد، والقصد يورث الفعـل، والفعـل يـورثُ البَـوار والمقت، فينبغي حسـمُ مـادة الشَّر مـن منبعه الأول وهـو الخاطر، فـإن جميع مـا وراءه يتبعه».

حقًّا..

إنَّ فطنـَة الإنسـان تتجـلى في عـدم دخولـه مرحلـة السـقوط مـرَّة أخـرى بطـرد ما علـق بخيالـه من مشـاهد إباحية وعدم الاسترسـال في اجترارها ومعـاودة التفكير فيها.

الخطوةُ الثامنة:

مـلء الفراغ الـذي خلَّفه التخلص من مشـاهدة المواقـع الإباحية بما يشـغل النفس بالمفيـد مـن الأفـكار والأفعـال التي تتنـاول ما يقـربُ من الله تبـارك وتعـالى وما يخصُّ العمـلَ والدراسـة ومصاحبـة الأخيـار وممارسـة الرياضة وبعـض الهوايـات التي تطور الـذات وتُريـح البالَ مثـل الأعـمال الثقافية والخيريـة والفنية والأدبيـة وغيرها.

الاعتداءاتُ الجنسية (التحرش والاغتصاب):

يتَّسم الأطفالُ بالبراءة، وهي كفيلةٌ بإغراء شرار الناس ومَن في قلبه مرض وبسلوكه عوجٌ للإضرار بهم، ولذا كان الأطفالُ – بنين وبنات – فرائسَ يسهل قنصُها بألوان من التجاوزات أو الاعتداءات الجنسية، ويكون الجناة في الغالب أفرادًا من ذاتِ الجنس أو من الجنس الآخر، ويكونون في العادة ممَّن هُم أكبر منهم سنًّا. ومن أشهر هذه التجاوزات والاعتداءات الجنسية ما يلي:

1] التحرشُ الجنسي: هو أقوال (تلميحًا أو تصريحًا) أو أفعال أو أنشطةٌ ذات طابع جنسي يمارسها المتحرشُ مع ضحيته قصدًا وربَّما مع سبق الإصرار والترصُّد، وتمثل مضايقاتٍ وانتهاكات عاطفية أو جنسية مشينة غير مقبولة شرعًا ولا عرفًا، تنتهكُ مشاعر أو خصوصية أو جسدَ الضحية، وتجعله يشعرُ بعدم الارتياح والتهديد والخوف وعدم الاحترام والإهانة، أو يؤخَذ وهو غافل غيرُ مدرك لما يحدث، وقلَّما يستعمل العنف مع الطفل لأنه يضع ثقته في عموم الكبار، خاصة إن كانوا من أقربائه وجيرانه، وهو يدينُ لهم – كما تربَّى – بكثير من الطاعة والاستسلام، ولديه رغبةٌ أصيلة في إرضائهم.

وللتحرش أشكالٌ عدة، منها:

تحرشاتٌ لا جسدية: كتعمُّد إسماع الطفل كلماتٍ إباحية وتعليمه لها وإغرائه ليتفوَّه بها، أو إطلاعه على معلومات جنسية تفوقُ إدراكه، أو فتح مَجال له لمشاهدة صورٍ فاضحة أو أفلام إباحية أو رؤية ممارسات جنسية ما، وقد يطلب من الطفلِ تقليد ما شاهده.

تحرشاتٌ جسدية: أولُ مقدمات التحرش اختلاءُ المعتدي بالضحيَّة أو وجودهما في مكان مُزدحم بالناس بطبيعته. عادة ما تبدأ محاولاتُ المتحرِّش بالمُداعبة، أو أن يطلبَ منه لمسَ أعضائه التناسلية محاولًا إقناعه بأن الأمرَ مجرد لعبة مسلية، وأنهما سيقومان بشراء بعض الحلوى التي يحبُّها الطفل/ الطفلة حينما تنتهي اللعبة، وسيحوِّل المتحرش الأمرَ إلى لعبة "سرّنا الصغير الذي يجب أن يبقى بيننا"، وسيبذل المتحرشُ كلَّ ما في وسعه لإقناع ضحيته بالعواقب الوَخيمة التي ستقع إذا انكشفَ السِّر، فالمحافظة على السِّر هو أمرٌ بالغ الأهمية بالنسبة للمتحرِّش لتلافي العواقب من جهةٍ ولضمان استمرار مواصلة سلوكه المنحرف ضدَّ ضحيته وسطوته عليها من جهةٍ أخرى، أو قد يُخضع المتحرشُ ضحيتَه بالتهديد بفضحه وكشف سرِّه، خاصَّة لو استغلَّ صورًا أو مقاطع فيديو أخذها له خلسةً أو بالاحتيال تُظهره وقد مارسَ "العيب".

وقد يحاول الضحيةُ الانسحابَ والتقهقر ولكنَّ مؤامرةَ "السرية" والتحذيرات المرافقة لها أو التهديدات وما خلَّفته من خوف وقلق ستكون قد أحدثتْ أثرَها واستقرَّت في نفس الضحية، والطفل/ الطفلة غالبًا – وليس دائمًا – ما يحتفظُ بالسِّر دَفينًا داخله طيلة حياته خاصَّة لو خشي المعايرة والعقاب، إلا إذا وصلت به الحيرةُ واستبدَّ به الألم والقلقُ إلى درجة لم يعدْ يطيق احتمالها، أو – حينما يكبر – قد تضطرُّه ظروفُ الخطوبة والزواج إلى كشف السرِّ إن بدأت عواقبُ هذا التحرش في الإضرار بمستقبله الزواجي.

كما أنَّ هناك صنفًا من التحرُّش يتمُّ بصورة جماعية، حيث يمارسُه مجموعة من الأفراد ذكورًا أو إناثًا، يشجِّع بعضهم بعضًا للنَّيل من فتاة/ شاب أو أكثرَ في الأماكن الخاصَّة أو شبه العامة كالحمّامات والمدارس والنوادي وكذلك في الأماكن العامة كالشوارع والطرقات في وضَح نهار أو في بَهيم ليل.

2] الاغتصابُ الجنسي: هو ممارسةُ الجنس مع شخص دونَ رضاه قسرًا وقهرًا أو ترويعًا وترهيبًا، ويتمُّ ذلك عبرَ إدخال المغتصب عضوَه الذكري – أو أصبعه أو أي أداة أخرى – في مِهبل الضحية الأنثى أو في شرَجها، أو في فمِها أو في شرج الضحية الذكر،

بقصدِ الحصول على المتعة الجنسية، أو كنوع من الإعراب عنْ مُعاداة المجتمع وكراهية أفراده، أو نتيجة وجود مشكلةٍ نفسية لدى الجَاني، بالإضافة إلى أن كلَّ مقدمات التحرش الجنسي الجسدي وأشكالِه السابق ذكرها من المُمكن أن تتطورَ إلى اغتصاب جنسي.

الاغتصابُ الجنسي جريمة مركَّبة مضاعفة معقَّدة؛ لأنه يشمل جريمةَ الزنا وجريمةَ اللواط وجريمةَ الإتيان من الدبر وجريمةَ التعري وجريمةَ الغصب والعنف والقهر، بل وقد يشملُ في بعض الحالات القتلَ إذا أعقب الاغتصابَ تصفية الضحية وقتلها والتخلص منها، ولقد انتفشَ مفهومُ الاغتصاب عند بعض النسويات (الفيمينست) ليشمل – أيضًا – الزوجةَ التي يجبرها زوجُها على معاشرته.

للوقاية من حدوثِ التحرش الجنسي / أو الاغتصاب يجب اتباعُ ما يلي:

« انفتاحُ الوالدين في حوارهما مع الطفل/ الطفلة بكلِّ صراحة وحرية وبلا قيود، في غير وجَل ولا خجل حول كلِّ معرفةٍ أو خبرة يمرُّ بها في البيت أو المدرسة أو الشارع أو النادي أو... أو....، هذا الانفتاحُ سيزيد من ثقة الطفل/ الطفلة في والديه وفي تلقّي المساعدة والمساندة والدَّعم منهما، مما يدفعُه إلى اللجوء إليهما حين تعرُّضه لمشكلة جنسية ما أو حين مروره بحادث جنسي يُخيفه، بذلك يتفادَى الانزلاقَ بجهل أو خوفٍ أو ميل إلى الأمورِ الجنسية المشبوهة.

« إرشادُ الطفل/ الطفلة إلى أن جسدَه خاص به، وأنه ملكٌ له وحده، ولا يحقُّ لأيِّ شخص أن يلمسَه أو يتحسسه أو يصوره أو يكشفَه أو يتحدث معه عنه، وخاصَّة عورته التي تغطّيها الملابسُ الداخلية، حتى لو كان هذا الشخصُ من الأقرباء أو المعارف.

« تعليمُ الطفل/ الطفلة أنه إذا أراه أيُّ شخص عورتَه أو طلب منه لمسَها أو مشاهدتها أو تصويرها فهذا معناه اعتداءٌ جنسيٌّ عليه.

« تعليمُ الطفل/ الطفلة الفارقَ بين اللمسة البريئة واللمسة الغير بريئة. فاللمسة البريئة هي ما تتمُّ أثناءَ مزاولة الأنشطة الحياتية المعتادة، ومن لَمْس الأم لصغيرها أثناءَ تغيير ملابسه أو احتضان الأب لولده وتقبيله، أو لَمْس اليدين والكتفين والذِّراعين بصورة سريعة، وهي معَ غير والديه أو مَن يكفله تتمُّ دونَ

الحاجة لكشف أيِّ جزءٍ من جسمه أو خلع ملابسه وكشف عورته، ولا تسبب ألمًا، ولا تتم في الخفاء بعيدًا عن أعين الناس.

أمّا اللمسةُ غير البريئة فهي غيرُ مريحة وغير معتادة، وقد تسبِّب ألمًا، وتعطي شعورًا بالاضطراب وإحساسًا بالخطأ، وهي التي تصيبُ المناطق الحسّاسة وتكون بشكلٍ مستمر، ويحاول المعتدي رفعَ أو خلع ملابس الطفل/ الطفلة ليكشف جسده، وتتمُّ في الخفاء بعيدًا عن الناس.

فليس كلُّ حضنٍ كحضن الوالدين وليست كلُّ لمسة كلمسة الوالدين..

« حثُّ الطفل من عُمر حوالي أربعة أعوام إلى خمسة أعوام على ستر عورته، وعلى أهمية أن يستر الغيرُ عوراتهم، فإن رأى أحدًا ـ مثلًا ـ يكشف عورتَه أمامه، ويريد أن يتحرَّش به أو يعتدي عليه؛ فيسارع الصغير ـ دون فهم للمقصد الخبيث للمتحرِّش – في تنبيهه والصياح به بصوت عال ليغطي عورته.

وفى النقطتين السابقتين يقول الإمامُ "أبو حامد الغزالي": "على الفرد واجبان في عورته، وواجبان في عورة غيره، أما الواجبان في عورته فهو أن يصونَها عنْ نظر الغير، ويصونها عن لَمس الغير، والواجبان في عورة الغير أن يغضَّ بصَره عنها، وأن ينهه عن كشفها".

«تعويدُ الطفل على ألا يدخل الحمام مع أحد أبدًا.

« التأكيدُ على ثقة الطفل/ الطفلة بنفسه بحيث يستطيع إنكارَ ومقاومة التصرفات الجنسية للآخرين، وتشجيعه على التعبير عن مشاعره السلبية تجاههم، وألا يكون سهلَ الانقياد لهم، وذلك بتعليمه الاستنكار والتجرؤ بأدب على معارضة الأشخاص – حتى لو كانوا من الكبار أو الأقرباء – إذا بدَا منهم قولٌ أو فعلٌ على غير ما تربَّى عليه، معارضة تفي بغرض اتِّقاء الشرور وتجنُّب التغرير، تعليمه قولَ كلمة الحقِّ ولا يخشى أحدًا إلا الله تعالى، تعليمه الصراخ بصوت عالٍ لو لمسه أحدٌ بطريقة غير بريئةٍ أو حاولَ نزعَ ملابسه عنه أو تقبيله أو احتضانه بقوة أو بطريقةٍ غير مألوفة أو بلا مناسبة صائحًا: «لا.. لا تلمسنس».. «عيب عليك»..

«لا ما بحبش إنك تمسكني كده».. «هاقول لماما على اللي انت بتعمله معايا».. فالصوت العال يخيف المعتدي ويشدُّ انتباهَ الناس للطفل خصوصًا في الأماكن العامة، وتدريبه على الهروب من المكان الذي جمعَه مع المتحرش بسرعة، وإذا جرى وراءه المتحرشُ فليَجرِ صائحًا إلى مكانٍ أكثر أمنًا به أناس كثيرون.

« تعويد الطفل/ الطفلة على عدم خلع ملابسِه خارجَ بيته أو أمام أحد، وعندَ اضطراره لخلعها يجب التأكدُ من غلق باب الغرفة.

« تعليمُ الطفل/ الطفلة بأنه ليس كلُّ الأسرار بينه وبين الآخرين والغرباء يجب سترُها، وعليه التحدثُ عن هذه الأسرار مع والديه فورًا، خاصَّة إذا طلب منه أحدٌ أن تبقى علاقتُه معه سرًّا بينهما.

« ملاحظةُ الطفل/ الطفلة باستمرار، ومتابعةُ ميوله في اللعب مع أصدقائه وطريقة لعبه معهم وأنواع اللعب التي يتخيرها.

« المراقبةُ الدائمة لعلاقات الأطفال فيما بينهم بعدَ عُمر الخمسة والستة أعوام، وأثناءَ مرحلة التعليم الأساسي، كي لا ينزلقوا في علاقات مَشبوهة، ولكي لا يقيموا بقدْر الإمكان صداقات وثيقة مع مَن يفوقونهم عمرًا.

وأيضًا في علاقاتِ الإخوة والأخوات في البيت الواحد، وكذا العلاقة مع الأقارب، ينبغي إظهارُ المراقبة الحكيمة للوالدين، والاطمئنان على صحَّة هذه العلاقات وسلامتها. كما يلزم بلا تردد الحولُ دونَ ذهاب الأولاد إلى منازل الأصدقاء والجيران والأقارب دون مراقبةٍ جديَّة من الأهل.

« معرفةُ أصدقاء الطفل/ الطفلة معرفةً جيدة وكذلك أهاليهم، ومعرفة أين يذهب الطفل/ الطفلة، وكيف يقضي وقته.

« القيامُ بزيارات مفاجئة لمدرسة الطفل/ الطفلة أو أماكن وجوده مع أصدقائه.

« تعزيزُ الصفات الجيدة وتشجيعُ الأفعال والأقوالِ البنّاءة التي تقي الطفل/ الطفلةَ شرورَ الاعتداءات الجنسية مثل: "أنت شجاع.. أنت بطل.. أنت تقدر تقول له: عيب عليك".. "أنتِ عفيفة وتقدري تقولي له: عيب لا تلمسني".

« تجنُّب ترك الطفل/ الطفلة في خلوةٍ مع المدرس الخصوصي أو الخادم أو السائق أو أي إنسان – رجلًا كان أو امرأة – من الأقارب أو الجيران أو مَن هُم أكبر منه عُمرًا في أماكن خالية أو مغلقة مهْما كانتَ الثقة والقرابة، فلا يجب منحُ الثقة الكاملة لأيِّ شخص، فالتحرشاتُ تحدث مِن المقرَّبين كما تحدث مع الغرباء وربما أكثر، وكم من ذئبٍ يتخفَّى تحت شعار الثقة.

« يحتاجُ الطفل/ الطفلة إلى إدراك أنَّ الغرباء هم مجردُ أشخاص لا يعرفهم، وأنه في حياتِه اليومية سيواجه العديد منهم، وليسَ هناك داعٍ للخوف منهم ولا إلى تجنبهم ولا إلى الانقيادِ إليهم، ولكنَّ الأوْلى هو عدمُ تعامُله مع أيِّ شخص غريب عندما لا يكون بصحبة شخصٍ بالغ يتولَّى رعايته، كما يجب تعليمُ الطفل المفاهيَم والقوانين التي تضبط العلاقةَ مع الغرباء ببساطة وبطريقة مباشرة.

« تجنُّب ارتياد الأطفال للأماكن المزدحمة والمشْبوهة والتي يسهل فيها حدوثُ التحرشات.

« عدمُ خروج الطفل/ الطفلة من المنزل بمفردِه في أوقات الصباح الباكر أو المساء المتأخر.

« عدمُ لعب البنت مع الصبيان أبدًا، خصوصًا إذا كانوا مراهقين أو شبابًا، فمشاركةُ الفتاة في اللعب معهم قد يسبب احتكاكًا جسديًّا – بقصد أو بغير قصد – غير مأمونِ العواقب، كما يهدد الحياءَ وقد يثير الرغبة الجنسية أو – على الأقل – يستجلب الاستمتاعَ بالتماس الجسدي.

« تعليمُ الطفلة طريقةَ الجلوس السليمة، بحيث لا تجلس منفرجةَ الفخذين ولا رافعة لملابسها، فتكشف ساقيها وفخذيها.

« تدريبُ الطفلة على الامتناع عنْ لبس القصير أو العاري خارج المنزل.

« الفصلُ حين النوم بين البنين والبنات.

« يجب أن يكونَ قد وضح للبنت ذاتِ الستة أعوام (وربما أقلّ من ذلك) معنى التحرش والاعتداء الجنسي، والأسباب الحقيقية من وراء منعِ والديها لها من الخروج

مـعَ الأقـارب البالغـين، وكذلـك منعهـا من اللعـب معَ أبنـاء العـم والخال الأكبر سـنًّا منهـا، ومنعهـا من دخـول الأماكن التـي يكثر بها الصبيـة أو الشـباب أو الرجال.

« الحفـاظُ عـلى حياء الطفـل/ الطفلة الفِطـري وعدمُ خدشِـه بأيِّ أقـوال أو أفعال خارجـةٍ مـن المحيطين بـه ومن أي مصـادر أخرى كالميديـا والإنترنـت والفضائيات.

« إذا كان مـن طبيعـة الطفـل عـدمُ ترحيبـه بالتلامـس الجسـدي كالاحتضـان والتقبيـل، فيجـب احـترامُ ذلـك دون جـدال، فـإن إجبـارَ الطفـل عـلى التلامـس الجسـدي وهـو لـه رافـضٌ يعطيـه رسـالةً واضحـة أنـه لا سـيطرة لـه على جسـده أمـامَ مـا يريـده الأخـرون، وهـو مـا سيشـوِّه ثقافتـه الجنسـية ووعيَـه، سـواء أمـام أيِّ متحـرش جنسـي قـد يـأتي في المسـتقبل، أو فيما بعـُد عندمـا يقيم علاقةً جنسـية صحيـة حـين زواجه.

« تعليـمُ الطفـل/ الطفلـة أن يظـلَّ مكانَـه حينـما يتوه مـن والديـه وألا يذهب مـع أي أحد.

« تعليـمُ الطفـل/ الطفلة وتدريبُه على الطريقة السـوية لطلـبِ النجدة والمعونة وممَّن يطلبها مـن الناس.

« تعويـدُ الطفـل عـلى عدم تنـاول حلوى أو طعـام أو شراب من أحـدٍ دون أن يكـون في صحبةٍ آمنـة كوالديه وإخوتـه الكبار.

« تعويدُ الطفل/ الطفلة على قراءةِ الرقية الشرعية.

« تعليـمُ الطفـل/ الطفلة أسـاليبَ الدفاع عـن النفس، والتدرب عـلى المقاومةِ بالـرَّكل والعـضِّ والخمش واسـتخدام المتاح مـن الأدوات التي معـه أو التي بالبيئة المحيطـةِ بـه كسـلاح (سلسـلة المفاتيـح – قلـم – مسـطرة – زجاجـة عطـر تنثره كـرذاذ – تـراب من الأرض – كـوب به شراب سـاخن كالشـاي – رذاذ الفلفل... إلـخ) لإلحـاق الـضَّرر بجسـد أو وجـهِ أو عينـي المعتـدي، وأخـذ فرصـة للهرب، والاسـتغاثة بالنـاس أثنـاءَ انهـماك المعتـدي في لملمـةِ نفسـه أو إزالـة آثـار مـا لحـق جسـدَه أو عينه مـن أذى.

إنَّ ممارسة الطفل/ الطفلة لنوع من فنون الدفاع عن النفس تمنحُه ثقة كبيرة في نفسه وجرأةً أشدَّ عند التعامُل مع مثل هذه الاعتداءات والتحرشات. ويتمُّ تدريبُ الطفل/ الطفلة على أيدي متخصِّصين بالنوادي الرياضية أو على الأقل الاستفادة مما يبثُّه الإنترنت لتعليم فنون الدفاع عن النفس، كما أنه من المُمكن أن يقوم الوالدان – أو أحدهما – بأداء أدوار وتدريب الأطفال ذكورًا وإناثًا على المقاومةِ والتعامل الصحيح في هذه الحالة حتى يتمكنوا من إتقان استخدام أساليب الدفاع عن النفس عند الضرورة.

ويمكن تحضيرُ رذاذ الفلفل بالبيت إن لم يمكن شراؤه جاهزًا، وذلك بالطريقة التالية:

المواد الأولية:

ملعقتان من مسحوق الفلفل الأحمر – كحول إثيلي – زيت أطفال – شاش – كوبان ماء فارغان نظيفان – ملعقة للتقليب – عبوة عطر فارغة صغيرة يسهل حملُها في الحقيبة أو وضعها في الجيب أو مسدس مياه صغير خاص بالأطفال.

طريقةُ التحضير:

- يوضَع مسحوق الفلفل الأحمر في أحد الكوبين ثمَّ يُضاف إليه الكحول بمقدار 1 :2، ثمَّ يقلب جيدًا باستخدام الملعقة.
- يضاف 1/ 2 : 1 سم زيت الأطفال، ثمَّ يرجُّ لمدة دقيقتين على الأقل.
- تصفية الخليط في الكوب الآخر باستخدام الشاش.
- سكبُ محتويات الكوب في زجاجة العطر أو مسدس الأطفال.
- قبلَ الاستخدام يجب اختبارُ تجربة الرَّش في الهواء الطلق لمعرفة مدى قدرة الرذاذ على التطاير، وهل سيخرج ضعيفًا متفرِّقًا أم قويًّا مُندفعًا بكثافةٍ

عاليـة؟ وإلى أي وقـتٍ ومـدًى سيسـتمرُّ الـرذاذ في التطايـر حتـى تضعـفَ قوتـه أو يقـصر مـداه مع اسـتمرار الرش؟ وبعـدَ الاختبار صـار هناك صلاحٌ جاهـزٌ للدفاع عـن النفـس حـين الحاجة.

طريقةُ الاستخدام:

يتـمُّ رشُّ رذاذ الفلفـل (وكـذا رذاذ العطـر) عنـدَ الهجـوم الفعـلي للمعتـدي وقربـه مـن ضحيتـه في حـدودِ مسـافة المـتر، ويصـوب الـرشُّ مبـاشرةً عـلى وجـه المعتـدي صـوب عينيـه وأنفـه.

أسبابُ حدوث التحرش الجنسى والاغتصاب:

- التهـاونُ في أمـر سـترِ العـورة وارتـداء الملابـس الشرعيـة للفتيـات البالغـات أو حشـمة البنـات الصغـيرات خاصَّـة الجميلات منهـن، وعدم غـرس قيم غـض البصر.

- مشـاهدةُ وسـماع ومعايشـة الصغـار والكبـار الدائـم والدائـب للقنـوات الفضائيـة الماجنـة والأغـاني الخارجـة والدرامـا الخادشـة للحيـاء ومطالعـة المواقع الإباحيـة بالإنترنت وسـائر الوسـائط الإعلامية المشـابهة التـي تثير الغرائز وتشـيع الاعتـداءات الجنسـية بكافـة صورها وتهوّن فعلهـا بل وتعلمها للمشـاهدين، وهي مـواد متوافرة بشـكل يسـهل كثيرًا الوصـول إليها في أي وقـت وفي أي مكان، الأمر الـذي يدفـع الكثـيرَ إلى محاكاتهـا وتقليدهـا ما سـنحت لذلـك الفرص.

- الاختـلاطُ غـير المنضبـط بـينَ الذكـور والإنـاث مـن الأقـارب والجـيران والزمـلاء دون رقابـة جـادة، أو بصـوره تتجـاوز الحـدودَ الشرعيـة بمراحـل.

- قـد توجَـد رقابـة بشـكل عـام على البنـت، أمـا الولـدُ فالرقابـة عليه أقـلُّ كثيرًا، رغـم أن الطفـلَ الذكر قد يتعـرض للاغتصاب أو التحرش الجنسـى مثلـه مثل البنت.

- الثقـةُ الزائـدة في الأقربـاء والمحـارم، فـالأسرة قـد تحـرصُ عـلى حمايـة الطفل/ الطفلـة خـارج البيـت، ولكنهـا تفتقـد الوعـيَ الـكافي لحمايـة الطفـل/ الطفلـة ممَّـن يدخلـون البيـت وهـم مِن المفـترض أن يكونوا أهلًا للثقـة من أقرباء وجـيران ومحارم.

- خـروجُ الأم للعمـل واضطرارهـا لإيـداع طفلهـا/ طفلتهـا عنـدَ بعـض الأقـارب أو الحضانـات أو الاسـتعانة بمربيـة أو خادمـة، وكثـيرًا مـا يتعـرض الطفـل/ الطفلـة مـن 2 – 5 سـنوات لخطرِ الاغتصـاب والتحرش الجنـسي على يد أقـرب مَـن يتولـون رعايتـه.

- توفـيرُ أجهـزة هواتـف محمولـة ذكيـة وأجهـزة الكمبيوتـر أو لاب تـوب وسـائر الأجهـزة الرقميـة في أيـدي الأطفـال، وإهمـال فحـص هـذه الأجهـزة بينَ الحـين والآخـر للتأكـد من عـدم اسـتخدامها في مطالعة المـوادِ الإباحية ومـا بها من ترويـج للتحـرش والاغتصـاب.

- افتخـارُ الأم بمَفاتـن ابنتهـا بقصـد أو بغير قصـد، فتلفت انتبـاهَ الآخرين إليهـا، ممـا قـد يجعـل البنـتَ مطمعًـا لمـن في قلبـه مـرض، وفي تراثنـا العـربي الإسـلامي مـا يوضِّـح مثـلَ هـذا الموقـف، فقـد رأى شـاعرٌ فتـاةً أهمـل أبوهـا سـترَها، وكان صاحبًـا لـه، فقـال لـه والدهـا متفاخـرًا بجـمال ابنتـه: هـلّا قلت فيهـا شـعرًا؟ فقـال بلى فاسـمع:

فُقتِ الغزالة في جميع صفاتها فتجمعت كلّ المحاسن فيكِ
لكِ جيدُها وعيونُها ونفارُها أمـا الـقـرونُ فـإنهـا لأبـيـكِ

صـدقَ والله الشـاعر.. جمـالُ الغزالـة فيهـا أمـا قرونُهـا فمِـن نصيـب أبيهـا الديـوث..

- ذيـوع حالـة التكتـم والرفـض والجهل مـن قبَل الآبـاء والأمهات في مسـألة تثقيـف وتوعيـة أولادهم جنسـيًّا.

- مرافقـة الأطفـال والمراهقـين لقُرنـاء السـوء الفاسـدين والمنحرفـين، خاصَّة ممـن يكبرونهـم في العمر.

- التقليـدُ الواعـي أو غـير الواعي لبعـض القيـم الغربية، وبخاصَّـة فيما يتعلق بالنواحي والأنشـطة الجنسية.

- سوءُ الحالة الاقتصادية التي تؤدي إلى السكنى في بيوتٍ صغيرة ضيقة، مما يجبرُ الأبناء والبنات على النوم معًا في غرفةٍ واحدة أو مع الوالدين، فتتاحُ فرصُ اطِّلاع الأطفال على والديهم أثناءَ المداعبات الجنسية أو الجماع أو رؤية الإخوة والأخوات لبعضهم البعض وهم نيام متكشفون أو متلاصقون.

- تحّلي بعُض الأطفال بمظاهرَ وسلوكيات تجعلهم مَطمعًا للمنحرفين وفريسة للشواذ، منها ما يلي:

– قد يمتلك الطفل/ الطفلة جاذبيةً خاصَّة في كلماته الخاضعة وتعبيراته الموحِية وحركاته المُلفتة ووسامته الجاذبة وجمال خلقته الأخّاذة، فيتسبب كلُّ ذلك أو بعضُه في لفتِ نظر المنحرفين وإثارة شهيتهم الجنسية.

– تشبُّه الطفل بالبنات كإطالةِ شَعره وارتدائه لبعض الملابس الشَّبيهة بملابسهن واستخدام بعض الإكسسوارات الخاصة بهنَّ أو إستعمال مساحيق التجميل.

– تردُّد الأطفال على الأماكن المَشبوهة ومخالطة المشبوهين والمشبوهات.

- شيوعُ البطالة.

- تعاطي المواد الإدمانية المخدرة والمهدئة والمنشطة.

- غيابُ دور المدرسة التربوي والإرشادي والتقويمي، وتراجعُ الاهتمام بالمقررات الدينية التي تعالج القضايا الجنسية، وعدمُ ممارسة المدارس أسلوبَ المكاشفة في مواجهة مشكلة التحرش الجنسي التي تحدثُ بين جدرانها، بل تؤثر إدارات هذه المدارس السلامةَ وعدم المجابهة تجنبًا لإحداث شَوشرة وضجيج يضُّر بسمعة المدرسة ومكانتها، فتلجأ إلى التكتم أو المداراة أو تعويم المشكلة أو تقزيمها وتهوينها بادِّعاء أن مثلَ هذه الجرائم مجردُ حالات فردية أوَ مشكلات محدودة، وقد تعمد إلى استبعاد المتحرِّش – وربما ضحيته أيضًا – من المدرسة.

- ضعفُ فاعلية قانون العقوبات الخاص بقضايا الاغتصاب، وفقده القدرة على الردع.

مظاهرُ التحرش الجنسي بالأطفال:

تختلف أعراضُ التحرش الجنسي التي تبدو على الطفل الضحية تَبعًا لعمره، كما يلي:

أعراضُ التحرش على الطفل / الطفلة في عمر أقل من خمس سنوات كالآتي:

فقد الشعور بالأمان – فقد الثقة بالنفس – إظهار الخوف من شخص المعتدي – إظهار الانزعاج عند تغيير الملابس الداخلية – إبداء سلوكات انحطاطية أو جنسية أو إباحية – التلفظ بألفاظ نابية على غير ما كانت تربيتهم – العودة إلى التبول اللا إرادي – كثرة السرحان والتوتر – التصرف كما لو أن لديه سرٌّ يودُّ إخفاءه – قد يلجأ للكذب – التغير في المزاج – يصف نفسه بالسوء والقذارة – يضع نفسَه بمواقف تعرضُه للضرب بسبب شعوره بالذنب ورغبته في معاقبة نفسه – الإصابة بتقرحات في المناطق التناسلية – الميل إلى الشراهة في الأكل – ممارسة العبث في الأعضاء التناسلية بكثرة – المعاناة من الأحلام المزعجة والكوابيس – القيام بسلوك عدواني – الابتعاد عن الهوايات المحببة – ظهور بعض الملامح الجنسية في رسوماتهم.

أعراضُ التحرش على الطفل / الطفلة في عمر اثني عشر عامًا فأكثر ما يلي:

تغيُّر واضح في السلوك والهوايات – إظهار نوبات غضب وهيجان بلا مبرر يستدعي ذلك – الخوف من خلع الملابس – الإصابة بالصداع والقيئ – المعاناة من الكوابيس – الميل للانطوائية والتقوقع حول الذات – الميل للمكث أكثر خارج البيت – ازدياد فرص تعاطي الكحول أو المخدرات – ازدياد احتمالية الإصابة بالاكتئاب – القيام بالسرقة والكذب – التراجع في التحصيل الدراسي – يساوره الشكوك تجاه الآخرين – القيام بمحاولات إغراء جنسي للآخرين – فقد القدرة على إقامة علاقات صداقة سوية.

من أسباب إحجامِ ضحايا التحرش الجنسي والاغتصاب عن الإفصاح عما حدث لهم ما يلي:

1 – الجهل: قد لا تعرف الضحيةُ الصغير/ الصغيرة ما الذي فُعل بها؟ ولماذا؟ وإن عرفت فلا تدري أنها بريئة وأنها مجني عليها، ولا تدري ما قدر دورها في هذا الحادث، وما كان ينبغي عليها فعله؟

2 – الخوف: يستبدُّ بالضحية عددٌ من المخاوف؛ الخوف من المعتدي.. الخوف من الأم والأب وردَّة فعلهما.. الخوف من الاستهزاء بها.. الخوف من عدم تصديقها.. الخوف من التغيير الذي حدث في حياتها.. الخوف من الفضيحة.. الخوف من فقد من تحبهم... إلخ.

3 – الحزن: يستحوذ على الضحية الحزنُ على شيء أخذَ منها بالقوة.. وعلى اغتيال طفولتها وبراءتها.. ولخيانة شخص كانت تثق فيه... إلخ.

4 – الإحساسُ بالعار: قد يتملَّك الضحية الشعورُ بالخزي والعار لأنها شاركت في هذا السلوك المشين.. لأنها ربما لا تزال تحُّب مَن اعتدى عليها لقربه من قلبها كالأخ أو العم أو الخال أو الجار أو.. أو.. إلخ.

5 – الإحساسُ بالصدمة والعجز والقهر: رغم أنَّ التحرش الجنسي بكلِّ أشكاله يترك آثارًا غائرة ومريعة في نفس الضحية إلا إنَّ التحرش الخشنَ العنيف القسري القاسي لإخضاع الضحية جنسيًّا يخلف صدمة أشدَّ عمقًا وأفدح أثرًا في نفس الضحية، بسبب توافر عناصر التهديد والخوف والرعب والعجز والقهر وسحق الكرامة ونزع البراءة في نفَس الوقت.

لا يُلام الطفل/ الطفلة الضحيةُ على إحجامه عن الإفصاح عما حدث له.. فما يجب عملُه هو إعادةُ النظر في مَتانة العلاقة مع والديه وفي أسلوب تربيتهما له.

الآثارُ النفسية السلبية للتحرش الجنسى والاغتصاب وتوابعها:

تكمنُ خطورةُ الآثار النفسية السلبية للاغتصاب والتحرش الجنسي في احتماليةِ امتدادِها لسنوات طوال. ومن هذه الآثار ما يلي:

– شعورُ الضحية بالذنب وتأنيب الضمير؛ لأنه استسلمَ ولم يقاوم.. لأنه لم يستطع إيقافَ ما حدث.. لأنه حافظ على ما حدث سرًّا.. إلخ.

– شعورُ الضحية بالقهر والانكسار والخوف والتردد، خاصَّة إن كان الاغتصابُ أو التحرش سريًّا بين الجاني والمجني عليه، فذلك يتعارضُ مع طبيعة الطفل/ الطفلة البريئة التي تحضُّه على أن يفصحَ دومًا لوالديه (أو أحدهما) عما يراه أو يشعر به.

– قد ينالُ الضحيةُ توبيخًا وعقابًا من والديه، بل ويطالب بالسكوت ولزوم الصمت إزاءَ هذا الموضوع، خاصة إذا كان المغتصبُ أو المتحرش من أفراد العائلة، حفاظًا على علاقتهم به، وكأنَّ الخوف على مشاعر هذا الجاني أعلى وأغلى عند الوالدين من مشاعر ابنهما/ ابنتهما الضحية.

– مساهمةُ المجتمع في تأصيل المَشاعر السلبية للمجني عليه، وتأكيده عن طريق نظرتِه إلى الضحية أنه ارتكب فضيحة.

إنَّ مِن توابع ما سبق من آثارٍ هو فقدُ الضحية الثقةَ في نفسه وفي أسرته – التي من المفترض أن تحميه وتدعمه – وفي المجتمع الذي لم ينصفه وهو المظلوم المعتدي عليه.

– قد يسلك الضحيةُ نفسَ سلوك الجاني بالاعتداء على آخرينَ كنوع من الانتقام، فالغضبُ الشديد المتولد داخله قد يتحول إلى نقمةٍ على نفسه وعلى الآخرين وعلى الحياة بأكملها.

– قد يألف المجني عليه هذه الممارساتِ ويستحبُّها ويستجلبها، فيعمَد إلى المساهمة بنفسه في تهيئة المناخ الملائم لممارستها.

– قد تخافُ الأنثى المجني عليها من العلاقات العاطفية والجسدية مع الذكور، وقد ترتعدُ من أيِّ لمسةٍ بجسدها خاصَّة الأماكن الحساسة، كما قد

تصبح شاذَّة جنسيًّا، ربما بشكل غير مباشر، فتكره جنسَ الرجال وتميل إلى بنات جنسها حيث تشعر معهنَّ بدفء الأمان، وكثيرةٌ هي العلاقات الزوجية التي انهارتْ بسبب اغتصاب أو تحرُّش جنسيٍّ حدث للأنثى حينما كانت طفلة.

– قد يتولَّد لدى الطفل المجني عليه في المستقبل توترٌ مع جنس الإناث، وقد يعاني – في أحيان قليلة – من العجز الجنسي فيعزفُ عن الزواج حينما يكبر.

– رفضُ الفتاة الزواجَ من عريس تلو آخرَ تأجيلًا لفضيحة حتمية حينما يكتشف فقدَها لعذريتها من أثر الاغتصاب.

إجراءاتُ لعلاج الآثار النفسية للتحرش الجنسي والاغتصاب:

إذا تعرض الطفل / الطفلة للتحرش أو للاغتصاب فيجب عملُ الإجراءات العلاجية التالية:

❖ أخذُ الموضوع بجديَّة والتعامل معه بكل هدوء، مع منحه الكثير من الحب والمواساة.

❖ حثُّ الطفل/ الطفلة برفق وصبرٍ وتحكم بالأعصاب على الكلام، وتصديق كلّ ما يقوله.

❖ عدمُ محاولة أخذ كلِّ التفاصيل منه عندما يبدأ في الكلام، ولا يضغط عليه ليعترف بالمزيد، وذلك لأنَّ الطفل/ الطفلة قد يحبسُ جزءًا من ذكرياته، وقد لا يستطيع استرجاعَها إلا بمساعدة متخصص نفسي.

❖ إشعارُ الطفل/ الطفلة بسعادة والديه به، لشجاعته وعدم كتمان أسراره عنهما.

❖ إفهامُ الطفل/ الطفلة أنَّ هذا الاعتداء ليس خطأه، وأن تصرفَه مع هذا الحدث تصرفٌ طبيعيٌّ حكيم، مع الحرص على عدم لوْمه أو تأنيبه أو عقابه... إلخ.

❖ عدمُ إخبار إخوته أو أخواته أو أيِّ أحد من الأقارب أو المعارف بما حدثَ مهما كان؛ لأنَّ مَن سيعرف قد يشهر به – بقصد أو بغير قصد – فيزداد الوضع سوءًا.

❖ التحدثُ مباشرة مع الشخص المعتدي الذي أخبرَ عنه الطفل/ الطفلة، وإن أمكن توبيخُه بشدة أو إيقاع عقاب رادع عليه أمام الطفل/ الطفلة حتى يستردَّ الضحية بعضًا من كرامته، ويشعر أنَّ والديه قادران على حمايته.

❖ من الضَّروري جدًّا ألا يُثار الموضوع مرارًا وتكرارًا أمام الطفل/ الطفلة المعتَدى عليه، بل يجب إهمالُ ذكره، والأمور بإهمالها تضمر وتختفي.

❖ قد يستلزمُ الأمر عرضَ الطفل/ الطفلة على مختصٍّ في العلاج النفسي حتى يتمَّ التخلص من بقايا الآثار السلبية للتحرش أو الاغتصاب.

ردودُ أفعال الآباء والأمَّهات الإيجابية إزاءَ وقوع تحرش أو اغتصابٍ لأطفالهم يتوقَّف عليها كثيرًا سلامة الإشفاء وسرعة التعافي.

❖ قد تلجأ الفتاةُ لإجراءِ عملية ترقيع غشاءِ البكارة الممزَّق أو تركيب بديلٍ له لتجنُّب آثار الاغتصاب الاجتماعية السلبية. وتتمُّ عمليةُ الترقيع جراحيًّا باستخدام جزءٍ من بطانة المِهبل لترميم أو تكوين الغشاء، أو لملمة وتخييط ما بقيَ من الغشاء الممزَّق مع ترك فتحة صغيرة لنزول دم الحيض.

بدائلُ صناعيةٌ لغشاء البكارة:

يعدُّ غشاءُ البكارة الصناعي بديلًا آمنًا لعملية الترقيع الجراحية سالفة الذكر، وهو عبارة عن حلقةٍ مطاطية على شكل دائرة ذاتِ ثقب أو ثقوب، وتحتوي – في الغالب – على طبقتين؛ إحداهما تحتوي على سائل لونُه أحمر، حيث يتمزَّق أثناء الفضِّ كالغشاء الطبيعي، ويسيل منه السائلُ الشبيه بالدم، فتبدو مستخدمتُه وكأنها عذراء.

طرحتْ إحدى الشركات بديلًا صناعيًّا لغشاء البكارة من البروتين، بحيث يفرز سائلًا أحمرَ اللون يشبه الدم، وتقدم الشركة في كلِّ عبوة وحدتيْن؛ واحدة

للتجربـة والاختبـار والأخرى للاسـتخدام ليلة الزفاف.

وممّـا لا شـكَّ فيـه أن مثـلَ هـذه الجراحة أو توافـر بدائل غشـاءِ البـكارة يعالج حـالاتٍ خاصَّـة بعينهـا، ولكنـه في ذات الوقت فتـح البابَ عـلى مصراعيه لحدوث ألـوانٍ من العبـث الجنسي ومـن العلاقـات المحرَّمة.

– الآثـارُ المدمـرة للممارسـات الجنسـية قبـل أو أثنـاء الخطوبـة وبعـد العقـد وقبـل الزفـاف:

أثنـاءَ فـترة العقـد وقـد أصبحـتِ العـروس حـلالًا لعريسـها، وصـار العريـسُ حلالًا لعروسـه، وأمسـى النشـاطُ الجنسي بينهما – أيًّـا كانت درجتُه – جائـزًا وواردًا.

ولكن..

هنـاك عـرفٌ للمجتمـع يجـب احترامُه.. عـرفٌ لا يصطـدم بديـنٍ ولا يخالف خلقًـا قويـمًا.. عـرفٌ أجـازَ المجتمـع فيـه للعاقديـن الخلـوةَ التـي لـنْ تسـلم – في الغالـب – مـن لمسـةٍ وهمسـة وقبلـةٍ واحتضـان وعنـاق، ولكنـه – في نفـس الوقت – لم يجـزْ هـذا العـرف أن يتـمَّ بينهـما جماع.

بالإضافـة إلى حقيقةٍ لا يدركها الكثيرون، وهي خطورةُ الملامسـات السـطحية التـي تفـضي إلى وصـول الاثنـين أو أحدهمـا لـذروةِ اللـذة الجنسـية، وللأسـف لا يقتـصر فعـلُ هـذه الممارسـات الجنسـية السـطحية عـلى العاقديـن وفقـط، بـل قـد يسـتبيح الشـابُّ والفتـاة قبيـلَ العقـد أو حتى قبيـل الخطوبة هـذه الممارسـاتِ التي تصـل بهـما أو بأحدِهمـا إلى ذروة لذته الجنسـية.

يسـتطيع الشـابُّ بالـذات أن يغطـي احتياجاتـه الجنسـية إلى درجةٍ كبـيرة بهذه الممارسـات السـطحية، فيصبـح غيرَ مدفوع للـزواج أو إتمـام الزفاف بالفتاة، سـواء كانـت حبيبتـه أو خطيبتـه أو مَـن عقـد عليهـا. إنهـا المنطقـةُ الرمادية التي يسـتطيع الشـابُّ المكثَ فيهـا طويلًا. بينما الفتاةُ بتأثير هذه الممارسـات والمداعبات السـطحية التـي تصلُ بهـا إلى ذروتها الجنسـية تتطلَّـع لإتمام الـزواج وتتعجل الزفـافَ من هذا الشـاب؛ لأنَّ هـذا الوضـع الوسـط الـذي ليس بـزواج ولا عزوبة يسـبب لهـا قلقًا

واضطرابًا بالغين، فالمكث في المنطقةِ الرمادية لا يصلح أبدًا للفتاة السوية، فتشرَع – وقد تمادت في خلع حيائها – في طلب الزواج والزفاف من خطيبها أو مَن عقدَ عليها، وتمسي وكأنَّها هي المتلهفة أكثرَ منه على الزفاف.. وهل هذا منظر يليق بفتاة تحترم إنسانيتها وأنوثتها؟!

الممارساتُ الجنسية السطحية قبلَ الزفاف التي تؤدّي إلى الشعور بذروة اللذة الجنسية تحول المشهدَ كالتالي:
هي متلهفةٌ على إتمام الزفاف.. بينما هو غير متعجِّل عليه.

ومِن عيوب الممارسات الجنسية السطحية قبلَ الزفاف بين الشاب والفتاة هو الاعتيادُ عليها، وصعوبة مقاومتها والتقليل منها، فمِن طبيعة الإنسان أنه كلما وصلَ إلى مستوى معيَّن في أمر ما سعى في طلب المستوى الذي يفوقه ويليه.

وقد لا تعلم الفتاةُ أنه من الممكن أن تحملَ جنينًا بمجرد حدوثِ مداعبات خارجية سطحية التي تنتهي بقذف الرجل منيّه على السطح الخارجي لفرجِها أو حتى على ملابسها الداخلية.

أضفْ إلى ذلك أنَّ ممارسات ما قبل الزفاف تخفتُ كثيرًا من بهجةِ العرس وروْنق ليلة الزفاف، فقد مارس الشابُّ والفتاة معًا في الظلِّ قريبًا مما يحدث في هذه الليلة.

ولأنَّ الحياة الزوجية لا بدَّ وأن يعتريها فتراتُ ضيق وغضب وعتاب وشجار، فقد يعاير الزوجُ الغاضب أو الموتور أو المتهوِّر أو قليل الأصل زوجتَه حينها بلحظاتِ ضعفها التي أظهرتها له قبلَ زواجه منها، وأنها قد طاردته ولاحقته أو انقادت واستسلمتْ له يعبث بها كيفَ يشاء، وهو موقفٌ غاية في الألم لكلِّ مَن هي سوية.

وثالثة الأثافي أنَّ الشاب بعدما نال مرادَه من هذه الممارسات السطحية الجنسية التي أوصلته إلى ذروة اللذة الجنسية قد يزداد عندَه ميلُه إلى ترك الفتاة وراءَ ظهره كمَن يلقي بمنديل ورق بعدما استعمله أو يلفظ علكةً مضغَها وزالت حلاوتها، وربما تكون قد انحطَّت من عينه وسقطت من نظره – خاصَّة لو كانت حبيبته أو خطيبته – ويدبر باحثًا عن غيرها تكن أعفَّ منها وأطهر، وأليقَ بحمل اسمه وصيانته.

إنَّها الحقيقة التي تجهلها الفتيات.. إنَّ هذه الحمقاء الرَّعناء تريد أن تثبت حبَّها له فبذلت له جسدَها لينالَه كيفما شاء، إنها لا تعلمُ أنها بذلك قد منحتْه بغيتَه ولم يعدِ الآن في حاجة إلى قلبها بعدما حظيَ بفرجها، فطرحها من طريقه. أما هي فتتساءل مستنكرةً منهارة:، «أبعدما أعطيتُه روحي ومنحتُه قلبي ووهبته نفسي يعمل كده؟».. إنها لا تعلم أنها أعطت الأجيرَ أجره قبل أن يؤدّي ما عليه من واجب وهو إتمامُ الزواج منها وزفافه عليها.. أهناك آدميٌّ بعدما يأخذ أجرَه سيوفي بأداء ما عليه من واجبات.. إلا مَن رحم ربي!

الممارساتُ الجنسية السطحية التي تؤدّي إلى الوصول لذروةِ اللذة الجنسية قبلَ الزفاف من الممكن أن تدفعَ الشابَّ لإنهاء علاقته بها تمامًا.

والسؤالُ الذي يفرض نفسه هو..

إذا كانت هذه هي النتيجةَ المؤسفة المخجلة المُشينة للملامسات السطحية الجالبة لذروة اللذة الجنسية للشاب الذي تتجرع جلَّ مرارتها الفتاة، فما بالُ يكون قدرَ المرارة الذي تتجرَّعه فتاة ارتكبت الزنا بجماعٍ متكاملِ الأركان مع مَن هو ليس بزوجها؟

سؤالٌ إجابته كارثية.. ولا شك.

فـإذا أباحـتِ الفتاة نفسَـها للشـاب قبـلَ الزفاف – خاصَّـة بعد الخطوبـة أو قبلها – فسـتغدو عنـده رخيصـةً زهيـدة، رغـم أنه قـد يبدي حبَّـه لهـا واحتياجه إليهـا.. إنه احتيـاجٌ جنسي قريـب – إلى حد ما – مِـن احتياج ذكـور الحيوانات إلى إناثهـا. أما إذا أباحـتْ نفسـها لزوجهـا بعدَ الزفاف فسـتمسي عنـده غالية عفيفـة طاهرة.

والعكس..

إذا امتنعـتِ الفتـاة بنفسـها عـن الشـابِّ قبـلَ الزفـاف فسـتصبح في عينـه غاليـةً عفيفـة طاهـرة رغـم أنه قد يظهـر ضجرَه وضيقـه من امتناعِهـا عنه وهو أشـبهُ بضجر وضيـقِ ذكـر الحيـوان حينـما ترفضُه الأنثـى، أمـا إذا امتنعتْ بنفسـها عنه بعـد الزواج دون سـببٍ شرعـي أو نفـسي أو عضوي فسـتضحَى مقـِّصرة رخيصـة زهيدة.

أيتها الفتاة، لكي تكوني غاليةً دومًا؛ امنعي نفسَك عنه قبل الزفاف، وأبيحي نفسَك له بعد الزفاف..

ولا تكوني رخيصةً تبيحين نفسَك له قبل الزفاف، وتمنعين نفسَك عنه بعد الزفاف.

إن كلَّ ذلـك نتيجـة تعجـل الخطى الذي يوقـع في العثرات، وتعجـل الرزق الذي يكـبُّ المـرءَ في المحرمـات، إن كلّ ذلـك نتيجـة تفريـطٍ في قيـم إسـلامية تليدة راسـخة ومبـادئ إنسـانية جليَّـة واضحـة، بـدأ هـذا التفريـط بسـيطًا تافهًـا، وأخذتِ الشـهوة والنـزوة والغفلـة والبعـدُ عـن الله تعالى تعمقـه وتجذره، وظلـت تصعدُ به هاتكة سـترًا وراءَ آخـر حتـى صـارَ الوضـع متفاقمًا معلـومَ النهاية، أسـى وحزن وخـزي وألم.

وفي السـياق نفسـه أرى مِـن المفيـد نقـلُ مـا كتبـه الدكتـور «محمـد فتحـي» في كتابـه «مباهـج الـزواج» – مـع بعـض التـصرف – وهـي كالتالي:

«إنَّ الفتـاة التـي يثيرهـا الشـابُّ إثـارةً جنسـية شـديدة كاملـة ويـمارس معهـا نشـاطًا جنسـيًّا سـطحيًّا حتـى تبلـغ ذروة لـذة الارتواء ولو بـدونِ إيـلاج لا تصبح كـما كانـت مـن قبل، بـل تصبحُ امـرأة من نـوعٍ جديـد، وبالطبـع لن تكـون عذراءَ

بالدرجة التي كانت عليها قبل هذه التجربة الجنسيَّة العارمة، ولن تستطيع إعادةَ عقارب الزمن إلى الوراء أبدًا.

إنَّها لم تفقد غشاءَ البكارة الذي يثبت أنها عذراء، ولكنها فقدت براءةَ العذراء وطهرها ومشاعرها النقية الصافية، وأصبحت تحنُّ إلى تكرار المُلامسات السطحية والعناق المُثير وبلوغ ذروة اللذة الجنسية مرَّة بعد أخرى، فأمسى حالها من سيّئ إلى أسوأ.

يصفُ «دنلوب» شعورَ هذه المرأة التي فقدت مشاعرَ العذراء ولو ظلت تحتفظ بغشاء بكارتها قائلًا: «إذا أثيرت الفتاة إثارة عنيفةً عارمة تمتعها وتبلغها ذروةَ اللذة، فإنها تكون قد تطورتْ تطورًا نفسيًّا كبيرًا، وأصبحت شخصًا جديدًا، وإذا كانت مشكلاتُها الشخصية سهلةً غير معقدة من قبل فإنها ستصبح – بعد هذه التجربة – معقدةً مثل مشكلات الرجال».

فالمرأةُ التي تستسلم – بدون زواج – لمُداعبات الرجل ومُلامساته السطحية المثيرة تصبح في موقف سيّئ لا تُحسد عليه، إذ تستسلمُ للقوى الجنسية العارمة التي انطلقت من عقالها، وتغدو فريسةً سهلة للرجال الذين يحاولون – باستمرار – اللعب على هذه الأوتار الحسّاسة ويستغلون حاجتها إليهم.

أما السلوكُ الذي يسلكه هؤلاء الرجال غالبًا نحوَ المرأة الغريرة فهو تحميلها وحدَها تبعات أعمالها وعواقب أفعالها. وحينما تسمح المرأة بملاعبتها جنسيًّا متصورة أنها ستنالُ ما يهنأ به – ولو قليلًا – باهَا فإذا بها ينقلب حالها، فهي لا تعرف – غالبًا – ما ينتظرُها من عواقب وخيمةٍ حين تغامر بالملاعبة الجنسية أو الملامسة السطحية.

يجب أن تعرف كلُّ فتاة أنها بمجرَّد دخولها نطاقَ المغامرة الجنسية الجديدة لن تستطيع العودة إلى اطمئنانها السابق، ولا إلى ما كانت عليه من هدوء ودَعَة ومشاعر ساكنة، ويجب أن تعرفَ أنَّ الحياة الجنسية الجديدة التي أقحمت نفسها فيها بهذا الأسلوب مفعمة بالتعقيد بدرجة لا تستطيع تقديرَها مقدمًا بطريقة صحيحة.

ويجب أن تعرفَ كلُّ فتاة أن تيقظَ رغبتها الجنسية يحدثُ بتدرُّج شديد وتعاقب غير ملحوظ، قد يأخذ أيامًا أو أسابيع أو شهورًا، فهو يبدأ بتفاصيل خاليةٍ من الخَطر – في نظرها – ثمَّ يتدرج بخطواتٍ صغيرة وئيدة، ثمَّ يتطور إلى خطوات واسعة حثيثة، وينتهي بأداءٍ فيه متعة عارمة لا تستطيع فيها كبحَ جماح نفسها ولا التحكمَ في ذاتها، ولا تستطيع أن تتنبأ سلفًا باللحظات التي ستفقد فيها قدرتَها على التحكم في نفسها.

فلتحذرْ كلُّ فتاة من أن تؤججَ نيران غرائزها الجنسية بملامسة أو مداعبة قبل الزفاف، إذ سيتعذر عليها أن تعيدَ إلى القماقم العفاريتَ المتمردة التي انطلقت من مَكامنها، وسيصعب عليها أن تترك رغباتِها متقدةً دون إطفاء وإرواء».

انتهت كلماتُ الدكتور «محمد فتحي».. ولا تعليق.

8) تخوفاتُ الفتيات من عملية فض غشاء البكارة:

أغلبُ الفتيات يتوجسَّن من ليلة الزفاف وما سوف يحدثُ فيها نتيجة التهويلات والمبالغات التي تربَّت عليها الفتاة والسلبيات التي سمعتها ممَّن سبقنَها بالزواج، ومن وسائل الإعلام المختلفة، وما بالإنترنت من أفلام وموضوعات جنسية تعرض أحداثَ ليلة الزفاف بطرق أكثرها مُضلل ومغلوط.

يمكن حصرُ تخوُّف الفتاة من ليلة زفافها وفضِّ بكارتها في الآتي:

– توقعُ الشعور بالألم الشديد، والتوجسُ من حدوث نزيف.. «وجع وألم».. «تهتك وتمزق».. «دماء ونزيف».

– التربيةُ المتخلفة المُبتسرة التي أوهمت الفتاة بأنَّ جهلها بأمور الجنس يعدُّ إحدى علامات عفتها وأدبها وأخلاقها الحميدة، ومنذ متى كان الجهلُ بالأمور الطبيعية التي سيقدم عليها الإنسان مَحمدة؟

– الخشيةُ من الفضيحة حيث قد يخيمُ على الفتاة اعتقادٌ بأنها مزَّقت غشاءَ البكارة نتيجة ممارسة العادة السرية بطريقة خطأ أو قامت ببعضِ الحركات

الرياضيـة الصعبـة أو عبثْ هي أو غيرهـا في مِهبلها بأصابعها أو بـأدوات صلبة أو تعرضـت لاعتـداء جنـسي أو اغتصاب.

– التخوفُ من حمل غير مرغوب فيه.

ولتجنُّب حدوث مثل هذه التخوفات يجب عملُ التالي:

– تثقيـفُ الفتـاة المُقبلـة على الـزواج ثقافةً دينيـة علمية بواسـطة المتخصّصين، ولا تترك أذنيها لسـماع تجارب الأخريات السـلبية والمبالَـغ في «دمويتها»، ولا تطلق نظرَهـا لتتلقَّـى علمًا مـن مصادر هادمـةٍ كالمواقـع الإباحيـة. إنَّ الوقاية مـن الوقوع في أغلـب مشـكلات ليلـة الزفاف هو مجـردُ التعليـم والتوجيه، فقـط لا أكثر.

– الحـرصُ عـلى ألا تتـَّم ليلة الزفـاف حتى يتـمَّ الاطمئنانُ إلى تحقيـق التجانس والوئام والانسـجام بين العروسـين إلى درجة مناسـبة.

– عـرضُ الفتـاة كلَّ مخاوفهـا عـلى متخصّصـين لإزالـة أيِّ لبـس أو غموض، ولا بـأس أيضًـا مـن عرضها عـلى عريسـها إن كان قد عقـدَ عليها وقد قـرب موعدُ زفافهـما، ليتعاونـا معًـا في التغلب عـلى مخاوفها.

– ضرورةُ أن تنـال العـروسُ قبـل ليلة زفافها قسـطًا وافرًا من الرّاحة الجسـدية والنفسـية، ولا تنشـغل لدرجـة الإرهاق والإجهـاد والتوتر بأمور العـرسِ وترتيب شـقة الزوجية أو ما شـابه حتى يـوم زفافها.

9) سيناريو ليلة الزفاف وأدابها:

ليلـةُ الزفـاف ليلة لا تنْسـى، ولذا كان مـن المهمِّ للغاية أن يلفَّهـا الأنسُ والملاطفة والتـودد والتفاهـم، واتباع سـنة النبي صـلى الله عليه وسـلم في هذه الليلة. فمِن سـنته صـلى الله عليـه وسـلم أن يدعو العريسُ لعروسـه بالخـير والبركة عقبَ إغـلاق الباب عليهـما، فقـال صـلى الله عليـه وسـلم في الحديـث الـذي رواه أبـو داود: «إذا تـزوَّج أحدكـم امـرأة فليأخـذْ بناصيتهـا (أي: يضـع يـدَه عـلى مقدمة رأسـها) ويسـمِّ الله عزَّ وجـل، وليـدعُ بالبركـة، وليقـل: اللهـمَّ إني أسـألك مـن خيرِهـا، وخـيرِ مـا جبلتَهـا (فطرتَهـا) عليـه، وأعـوذ بك مـن شرِّها، وشر مـا جبلتَهـا عليه».

ويستحبُّ أن يبدأ الزوجان حياتَهما الزوجية بركعتين، فقد أوصى «عبد الله بن مسعود» رضي الله عنه رجلًا تزوج بكرًا، فقال له: «إذا أتتك فأمرها أن تصلّي وراءك ركعتين، وقل: «اللهمَّ بارك لي في أهلي، وبارك لهم في، اللهم اجمع بيننا ما جمعت بخير، وفرِّق بيننا إذا فرقت بخير».

فكانَ من هدي النبي صلى الله عليه وسلم أن جعلَ من هذه الليلة الفريدة فرصةً لعبادة من نوعٍ خاصّ قد لا تتكرر في العمر كله مرَّة أخرى.

فض غشاء البكارة:

ابتداءً، لا يسبب فضُّ غشاء البكارة ألمًا ذا بالٍ كما تتوهَّم العروس، ولا يحتاج لمجهود شاقٍّ كما يتخيل العريس، أنه أمر طبيعيٌّ مورسَ منذ خلق اللهُ تعالى آدمَ وحواء عليهما السلام وسيستمر إلى يوم القيامة.

إنَّ الطريقة المثالية والعملية لفضِّ غشاء البكارة هي طريقةُ الجماع العادي بين الزوجين، والتي تتمُّ بإيلاج القضيب في المِهبل، في ظلال من الودِّ والرفق والتفاهم والتعاون بين العروسين.

حتى تسهل عملية فضِّ غشاء البكارة كان على العريس أدوارٌ وعلى العروس أدوار أخرى..

هي عليها..

ارتداءُ المناسب من الملابس، والتحلّي بسكون البال وهدوء الأعصاب، ثمَّ التعاون مع عريسها إلى أبعد حد..

ثمَّ..

اتخاذُ الوضع المناسب لفضِّ الغشاء وذلك باستلقاء العروس على ظَهرها متجردة من القطعة السفلية من ملابسها الداخلية، ثمَّ المُباعدة بين فخذيْها مع رفع ركبتيها ولفِّ ساقيها حول خصْر عريسها أو وضعهما على ساعديه أو كتفيه، أو أن ترفع فخذيها وتثني ركبتيْها بحيث يلتصق الفخذان بالساقين، ثمَّ تقترب ركبتاها من كتفيها وتبقي فخذيْها وساقيها إلى أعلى.

وقد يمنع الحرجُ العروس من أداءِ هذه الأوضاع من تِلقاء نفسها، فعلى العريس حينئذٍ أن يأخذَ بزمام المبادرة ويحركها بنفسِه وبمنتهى الرِّفق لتتخذ أحدَ هذه الأوضاع.

وتكمنُ أهمية أيِّ وضع من هذه الأوضاع الجنسية في أنه يجعل عضلاتِ قاع الحوض والتي تحيط بمهبل العروس مُسترخية تمامًا، كما قد تجعلُ الشفرين الصغيرين مُنفرجين شيئًا ما، فيسهل من إيلاج القضيب بالمهبل.

هو عليه..

أن يكون لطيفًا وحريصًا على عدم استعمال العنف، أو أيَّة طريقة غير لائقة، فلا تقهر العروس على أمر، أو اتخاذ وضع جنسيٍّ يتصف بالخشونة والعنف.

يجب أن يبادرَ العريس بالابتسامة والهمْس والغزل والملاعبة والمداعبة والتقبيل والاحتضان واللمس، المناسبة زمنًا وأسلوبًا والشاملة لأجزاء جسدِ عروسه المختلفة لإزالة الرَّهبة والخوف وبثِّ الثقة والجرأة، حتى يشعر بأنها قد استرخت تمامًا، واستسلمت واستجابت وصارَ المِهبل رطبًا نتيجة ازديادِ الإفرازات المهبلية فتسهل وتسلس عملية الإيلاج للغاية وتصبح مريحة وممتعة.

ثمَّ يأخذ العريس بتنفيذ أيٍّ من الأوضاع الجنسية السابق شرحُها ويحرك عروسَه برفق مع الحرص على ألا يؤلمها بأصابعه، وعليها أن تستجيبَ له تمامًا ولا تقاومه أبدًا، وحينما يتباعد الفخذان سيصبح فرجُ عروسه أمامَه واضحًا. ولكي يستبين موضعَ فتحة المهبل من ناحية القبُل (أي: من الجهة الأمامية) فعليه المباعدةُ بمنتهى الرفق بين الشفرين الصغيرين بواسطة أصابعه، فإذا لم تتَّضح له فسيجدها بوضوح أكثرَ أعلى فتحة الشرج، فإذا استشكلت عليه فلَه أن يسأل عروسَه عنها بكل هدوء، وليس في ذلك انتقاصٌ من رجولته أو فحولته، وعليها أن تجيب، فالموقفُ ليس موضع حرج.

وحتى تستثار العروسُ بقوة – بعد فاصل من المداعبات المناسبة كمًّا وكيفًا – فعليه أن يمكثَ بين فخذيها ويمسك بقضيبه المُنتصب متجنِّبًا لمسَ المنطقة

التي تشعرُه باللذة الجنسية، ثمَّ يستخدم مقدمةَ قضيبه الناعمة الأسفنجية (الحشفة) في تدليك بظر عروسِه عددًا من المرات، ثمَّ ينزل مقدمةَ عضوه الذكري إلى أسفل قليلًا محتكًّا بالبَظر ثمَّ بفتحة البول متخذًا مسارًا تجاه الخلف بين الشَّفرين الصغيرين عبرَ دهليز الفرج، فيصل بسهولة إلى فتحة المِهبل، فتنزلق مقدمةُ القضيب إلى داخله، ثمَّ يدفع منطقة حوضِه صوبَ العروس بلين ورفق وثبات وثقة، فيدخل القضيب إلى المهبل، فإذا ما تمَّ الإيلاجُ تمزَّق غشاء البكارة ولو جزئيًّا، ثمَّ يسحب العريسُ قضيبَه خارج المهبل قبل أن تأخذَه شهوته فيجد نفسَه مدفوعًا لإتمام المعاشرة الجنسية بتكرار حركات الجماع من إيلاج ونزع ، فيقذف منيَّه، الأمرُ الذي قد تتأذَّى منه عروسُه كثيرًا لكونها قد تعانيَ على الأقل من بعض الآلام.

وغالبًا ما يتمزَّق غشاءُ البكارة من أول جماع إلا إذا كان مَرنًا مطاطيًّا، ومع تكرار الجماع قد يحدث التمزق بأكثر من مكانٍ بالغشاء. ومعَ مرور الوقت يلتئم التمزقُ ويتحوَّل ما بقي من الغشاء الى زوائد لحمية.

إنَّ العريس لن يشعر بوجودِ غشاء البكارة أثناءَ عملية الإيلاج الأولى، فهو مجردُ غشاء وليس حائطَ صدٍّ يرتطم بالقضيب المُنتصب أثناء ولوجِه إلى داخل المهبل.

يعتقد العديدُ من الشباب والفتيات أن فضَّ البكارة ينتج عنه دماءٌ غزيرة، ومن ثمَّ ينتظر العريسُ الدم أو يبحث عنه فلا يجد ما كانَ يتخيله، فتثور شكوكُه وربما ثائرته. إنَّ غشاءَ البكارة رقيق ومزوَّد ببعض الشعيرات الدموية القليلة الدقيقة، وإنَّ عملية فضِّه تؤدي إلى تمزقِه جزئيًّا مع تمزُّق بعض من الشعيرات الدموية الدقيقة الموجودة به، وبالتالي ستكون كمية الدماء عبارةً عن قطراتٍ قليلة، وسيتمُّ تخفيفُها بالإفرازات الطبيعية للمهبل التي تسيل من العروس، وبالتالي كان الناتج في أغلب الحالات هو قطراتٌ من مزيج بين الدم والإفرازات فيكتسب هذا المزيج لونًا ورديًّا خفيفًا. حينما يسحب قضيبَه ويجده وقد علقت به آثار هذا المزيج أو يجد قطراتٍ معدودة منه تظهر خارجةً من فتحة المهبل.

غشاءُ البكارة خالٍ من الأعصاب، فلا يحدث عند تمزُّقه ألمٌ ذو بال، والألمُ الذي قد يحدث يكون طفيفًا وقابلًا للتحمل، وهو – أساسًا – نتيجة تعرُّض المهبل للولوج فيه لأولِ مرَّة، وهو يختلف من فتاةٍ لأخرى من حيث الشدَّة وسرعة التأثر، ويتوقف على الغشاءِ وصلابته وعدم مرونته، كما يتوقف على قدرِ سلامة أداء العريس والعروس لدورهما.

إذا شعرتِ العروس بالراحةِ والإثارة والمتعة وعوملتْ برفق من قبَل عريسها وصار مِهبلُها رطبًا؛ فلن تشعرَ حين فضِّ بكارتها بأيِّ ألم ذي بال.

تزدادُ فرصُ حدوث الألم حينما يرتكب العريسُ بعضَ الأخطاء مثل عصبيَّته أو خشونته أو جهله، وكذلك حينما لا تشعر العروس نحوَ عريسها بالقرب والودِّ والحب أو تكون مرغمةً على الزواج منه، وأيضًا عندما تنفرُ من المعاشرة الزوجية أو تشمئزُّ منها أو حين يزداد تخوفُها من ليلة الدخلة وما يدورُ فيها بسبب ما يبثُّه التهويل الإعلامي والموروث الاجتماعي والقصص الخيالية والأفكار السلبية الخاصَّة بعملية فضِّ الغشاء، كلُّ ذلك يحدث زخمًا في ذهن الفتاة قد يؤدي إلى حدوث انقباض لا إرادي في عَضلات قاع الحوض التي تحيطَ بالجزء السفلي من المِهبل، وبالتالي يضيق المهبل أو ينغلق وتسد فتحتُه، ممّا يعسر عملية الإيلاج ويصعبُها، وقد ترقى في أحيان كثيرة لتكون مستحيلة، فتؤدّي محاولاتُ الفِّض إلى حدوث آلام لا تطاق.

وقد يُنصح – أحيانًا – بوضْع بعض المراهم أو الكريمات أو بعض فازلينات العناية ببشرة الأطفال أو زيت جوز الهند أو زيت الصبار المتوفّرة في معظم الصيدليات إمّا على القضيب أو على فرج العروس أو على كليهما، فيسهل الإيلاج ويسلسه بشكلٍ كبير ويخففُ من عدم الارتياح بالنسبة للعروس على الأقل. وفي بعض الأحيان – تحت إشراف طبي – قد تنصح العروس باستخدام

بعض المسكِّنات الشرجية قبل القيام بفضِّ البكارة، فهي تزيل التشنج وتهدّئ الأعصابَ وتريح العضلات وتخفف من الأوجاع.

ليس فرضًا أن يتم فضُّ غشاء البكارة في ليلة الزفاف الأولى، فلربما تتعثرُ عملية الفضِّ لأسباب كثيرة، فالإجهاد والحرج والرَّهبة وعدم الخبرة عواملُ لا تغفل، كما يجب عدمُ الاكتراث كثيرًا بأسئلة الأقارب والأصدقاء حول ما تمَّ في هذه الليلة.. «الأخبار إيه؟.. طمنينا.. خلاص على خير ولا إيه؟». إنَّ العروسين ليسا مُجبريْن على الإفصاح عما تَّم في هذه الليلة وما دار بها أبدًا، وإن كانت هناك مشكلةٌ ما فيجب الرجوعُ إلى المتخصّصين والخضوع لنصائحهم وتوجيهاتهم.

مِن أسوأ العادات الممقوتة التي درجَ عليها قلة من الناس في بعض المجتمعات البدائية هو فضُّ غشاء البكارة بالأصابع العارية أو المغلَّفة بقطعة من القماش، وهي عملية مؤلمةٌ وقاسية وقد تتَّسم في بعض الأحيان بالخطورة لما لها من نتائج نفسية سلبية على العروس قد لا تفارق خيالَها طوال عمرها، كما قد ينتج عنها نزيفٌ نتيجةَ إمكانية حدوث قطع بفتحة المهبل أو بجدار المهبل نفسه .

كما شاع لدى العديد أنَّ استخدامَ بعض المنشطات والعقاقير الطبية و«التجارية» المنشطة للجنس التي تزخر بها إعلاناتُ الفضائيات والمواقع الإلكترونية، أو تعاطي بعض المخدرات، أو احتساء الخمور، أو الاستماع إلى نصيحة «مجرب» قد تحمس الشابَّ أو تشجعه أو تمتعه أكثرَ أو تكسبه جرأة على خوض «غمار معركة» فض غشاء البكارة وتجعله «فحلًا عنتيلًا»، وهذا خطأ فادح، طالما كانتِ الصحة جيدة طيبة والنفسية مستريحة مقبلة؛ فعمليةُ الفضِّ عملية طبيعية يمارسها العديدُ من الحيوانات الأعجمية دون منشِّطات أو عقاقير أو مخدرات، وإنَّه من البداهة عدمُ استخدام أي منشطات أو عقاقير إلا تحت إشراف أطباء متخصصين.

10) أدابُ الجماع:

بعدَ فضِّ غشاء البكارة ببضع ساعات أو ربما بعدَ يوم أو أكثر تكون آثارُ الفضِّ الجسدية والنفسية قد ولَّت وزالت، حينئذ يمكن للعروسين أن يتمَّ بينهما جماعٌ كامل.

أحدُ روائع التشريع الإسلامي أنْ جعل الجماعَ بين الزوجين نوعًا من العبادة التي يثاب عليها المرءُ كما في الحديث الشَّريف الذي رواه مسلم: «.. وفي بُضْع أحدكم صدقةٌ، قالوا: يا رسولَ الله، أيأتي أحدُنا شهوتَه ويكونُ له فيها أجرٌ؟ قال: أرأيتم لو وضعَها في حرام أكان عليه وزرٌ؟ قالوا: بلى، قال: فكذلك إذا وضعها في الحلالِ كان له أجرٌ».

ولكي يتوافر في الجماع شروطُ العبادة يجب أن يتحلى بالآداب التالية:

❖ أن يكون الجماعُ في الطُّهر من الحيض ومن النفاس حيث قال الحقُّ تبارك وتعالى: {وَيَسْـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَٱعْتَزِلُوا۟ ٱلنِّسَآءَ فِى ٱلْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ...} (البقرة: 222).

❖ أن ينوي كلٌّ من الزوجين بالجماع إعفافَ النفس وإعفاف الطرف الآخر، حتى يكون لهما بالجماع الأجر والثواب، مع الحرص على حصولِ الإشباع والاستمتاع العاطفي والجنسي الكامل لكلا الطرفين.

❖ الاهتمامُ بالنظافة الشخصية والتزين للقاء الجنسي، كما يستحبُّ لكلٍّ من الزوجين أن يغسل أسنانَه وفمه، فذلك أدعى إلى الالتصاق والعناق، وأدْعى إلى القرب وعدم النفور، وقد كان رسولُ الله صلى الله عليه وسلم يحرص دائمًا على استعمال السواك عند دخوله بيته.

❖ ذكرُ اسم الله تعالى قبلَ البدء في الجماع، والتوجُّه إلى الله سبحانه بدعاء رسول الله صلى الله عليه وسلم حين قال: "لو أن أحدكم إذا أرادَ أن يأتي أهله قال: بسْم الله، اللهمَّ جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتنا، ثمَّ قدِّر أن يكون بينهما ولد في ذلك لن يضرَّه شيطان أبدًا" (رواه البخاري ومسلم).

❖ سترُ عمليـة الجـماع ومـا يلازمهـا مـن مداعبـاتٍ عـن أعـين الآخريـن ومسـامعهم، كتوجيـهِ النبي صلى الله عليه وسـلم حين قـالَ: «إذا أتـى أحدكم أهلَه فليستتر»، رواه ابـن ماجـه والطـبراني.

❖ الحرصُ على عدم استقبال القبلة حين الجماع.

❖ التمهيـدُ والتلطيـف قبـلَ الجـماع لقـول الحـقِّ تبـارك وتعـالى: {نِسَآؤُكُمْ حَـرْثٌ لَّكُـمْ فَأْتُـوا حَرْثَكُـمْ أَنَّىٰ شِـئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُـوا لِأَنفُسِـكُمْ ۚ....} (البقـره: 223).

❖ أن يكـون جمـاعُ الزوجـة في المِهبـل، وهـو الموضـعُ الطبيعي الـذي يكون به الإنجـاب، قـال تعـالى: {...فَأْتُوهُـنَّ مِـنْ حَيْـثُ أَمَرَكُـمُ ٱللَّهُ...} (البقـرة: 222)، أي: في فروجهـن وليـس في أدبارهـن.

❖ الوضـوءُ عنـد معـاودة الجـماع مـرَّة أخـرى؛ لحديـث النبـي صـلى الله عليه وسـلم عـن «أبي سـعيد الخـدري» رضي الله عنه قال: قال رسـول الله صـلى الله عليه وسـلم: «إذا أتي أحدكـم أهلـه ثـمَّ أراد أن يعـود؛ فليتوضَّأ» (رواه مسـلم).

❖ الوضـوءُ للجنـب قبـلَ النـوم أو الأكل؛ لحديث «عبد الله بـن عمرو» رضي الله عنـه: أن «عمـر بـن الخطـاب» رضي الله عنـه سـألَ رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم: أيرقُـدُ أحدنـا وهـو جنـب؟ قـال: «نعـم، إذا توضَّـأ أحدُكم، فليرقـدْ وهو جنـب» (رواه البخـاري). وعـن أم المؤمنين «عائشـة» رضي اللهُ عنها أنَّ رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم كان إذا أراد أن يـأكل أو ينـام وهـو جنـب توضـأ وضـوءَه للصـلاة قبـل أن ينام.

❖ الغسـلُ مـن الجنابـة بعدَ الجـماع، لقول الحـق تبـارك وتعـالى: {..وَإِن كُنتُمْ جُنُبًـا فَٱطَّهَّـرُوا ۚ...} (المائدة: 6).

❖ عـدمُ إفشـاء أسرار الجـماع وهتْـك سـتره والتحـدث بـه بقصـد الفخْـر والمباهـاة أو اللهـو والتفكـه أو التشـهير والانتقام، توخيًـا من الوقوع فيـما حذَّر منه النبـي صـلى الله عليه وسـلم، فعن «أبـى سـعيد» رضي الله عنه قال: قال رسـول الله صـلى الله عليه وسـلم: «إن مـن شرِّ الناس عند الله منزلـة يومَ القيامـة الرجلُ يفضي

إلى امرأته وتُفضي إليه ثمَّ ينشر أحدُهما سرَّ صاحبه» رواه مسلم. كما روى «أبو هريرة» رضيَ الله عنه قال: دخل رسولُ الله صلى الله عليه وسلم المسجدَ وفيه نسوةٌ من الأنصار فوعظهنَّ وذكَّرهن وأمرهنَّ أن يتصدقنَ ولو من حليهنَّ ثمَّ قال: «ألا هل عسَتِ امرأةٌ أن تخبر القوم بما يكون من زوجها إذا خلا بها، ألا هل عسى رجلٌ أن يخبر بما يكون منه إذا خلا بأهله»، فقامت امرأة سعفاءُ الخدين فقالت: والله إنهم ليفعلونَ وإنهنَّ ليفعلن، قال صلى الله عليه وسلم: «فلا تفعلوا ذلك، أفلا أنبئكم ما مثل ذلك؟ مثل شيطان لقيَ شيطانة بالطريق فوقعَ بها والناس ينظرون» رواه أبو داود.

11) رفضُ الجماع والتهربُ منه والهجر الجنسي:

مِن أكثر ما يؤلم أيَّ إنسان نفسيًّا ويُشعره بالانكسار والإحباط ويقهر عاطفتَه هو شعورُه برفض زوجها/ زوجته ممارسة الجنس معه دون أيِّ عذر شرعي أو طبي. إنَّ هذا الرفض يُشعر المرفوضَ أنه غيرُ مرغوب فيه.. وأنَّه أناني.. وأنه شهواني.. وأنه حيوان.. وأن همَّه هو الجنس فقط.. إلخ، وكلها مشاعر ضارَّة أيَّما ضَرر بالعلاقة الزوجية، فإلى مَن يتجه لينال حاجته الجنسية التي تلحُّ عليه؟

ومِن الرجال مَن يدَّعي الانشغال أو الإرهاق أو كثرةَ الضغوط أو يفتعل المشكلات أو يثير الأزمات ليفلت من جماع لا يرغبه خاصَّة لو رآها تستعدُّ له بارتداءِ ملابس مثيرة وتتزين وتتعطَّر أو حينما تطلبه تلميحًا أو تصريحًا بطريقة ما من الطرق، ومِن النساء مَن إذا آنست مِن زوجها رغبةً في جماعها وهي لا ترغب أظهرتِ التأوُّه والإعياء والمرض والتشاغل لينصرف عنها، إنَّ كلَّ ذلك وما هو على شاكلته مكرٌ وخبث وعدوانٌ لئيم على الآخر وعلى رغبة الآخر وعلى احتياج الآخر وعلى حق الآخر.

قد يوقع الهجر الجنسي الإنسان في الذلل، قال تعالى: {لِّلَّذِينَ يُؤْلُونَ مِن نِّسَآئِهِمْ تَرَبُّصُ أَرْبَعَةِ أَشْهُرٍ ۖ...} (البقرة: 226) أي إنَّه في حالة الرجال الذين

يحلفـونَ بالامتنـاع عـن معـاشرة زوجاتهم أربعةَ أشـهر يقـوم ولاةُ الأمـر بنصحهم وأمرهـم بالرجـوع عن ذلـك، فإنْ رجعـوا تركوهـم وإنِ امتنعوا فرقـوا بينهم وبين زوجاتهـم بالطلاق.

وهـذا أمـيرُ المؤمنـين الفـاروق «عمر بـن الخطـاب» رضي الله عنه يـدرك ذلك تمـامَ الإدراك، فبينـما كان يمـرُّ بطرقـات المدينـة ذاتَ ليلـة مـرَّ ببيـت فسـمع امـرأةً بداخلـه تنشـد قائلة:

تطاول هذا الليل واسودَّ جانبه ... وطال عليّ أن لا خليل ألاعبه

والله لولا خـشية الله وحـــده ... لحـرَّك من هذا السرير جوانبه

ولكن ربي والحـــياء يكـفّـني ... وأكـرم بعلي أن توطأ مراكبـه

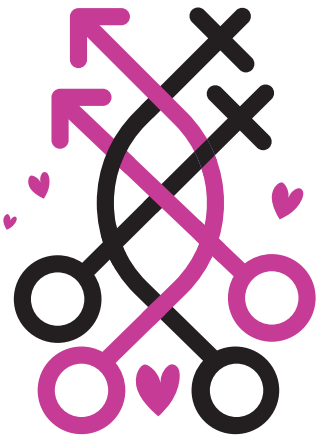
فسـألَ عنهـا «عمـر» رضي الله عنه فقيـلَ له: هذه فلانـة، زوجها غائـبٌ يجاهد في سـبيل الله مـع المجاهدين، فأرسـل إليها تكون معَـه (صيانة لها وحفاظًـا عليها)، وبعـثَ إلى زوجهـا فأقفلَـه (أرجعـه)، ثـمَّ دخل على ابنتـه «حفصـة» رضي الله عنها فقـال: يـا بنيتـى كـم تصبرُ المـرأة عـلى زوجها؟ فقالـت: سـبحانَ الله، مثلك يسـأل مثـلي عـن هـذا؟ فقـال رضي الله عنه: لـولا أنّي أريـد النظر للمسـلمين ما سـألتك. فقالـت «حفصة» رضي الله عنها: خمسـة أشـهر.. سـتة أشـهر. فوقَّـت «عمر» رضي الله عنـه للنـاس في مغازيهـم سـتة أشـهر، يسـيرون شـهرًا، ويقيمـون أربعة أشـهر، ويسـيرون عائدين شـهرًا.

إنـه الديـنُ الخاتـم والشريعة الإسـلامية الغـرّاء التـي وازنت بشـمول بين كلِّ واجبـات الإنسـان واحتياجاتـه في منظومة فريدة لم تعطلِ المعاشرة الجنسـية بسـبب قيـام الإنسـان بأنشـطةِ حياته المختلفـة، كـما لم تعرقلِ الحَيـاة وتؤخرها بسـبب تلبية الاحتيـاج الجنسي.

الفصلُ الرّابع

كراكيب جنسية

في ظِّل فيِض ثورة تكنولوجيا المعلومات وفوْرة الاتصالات غـَزا الجنس الكثيرَ من المجتمعات الإنسانية شرقها وغربها، متخطِّيًا الحدودَ والقيود والمكانَ والزمان. ومن خلال الميثاق «الأخلاقي» العالمي الجديد الذي فرضته الدولُ القوية على العالم بأسره أطلقت حرية السلوك الجنسي للجميع واستبيحتِ العلاقَات الجنسية بكافة صورها، خاصة تلك التي كانت في السابق محرَّمة ومرفوضة وغيرَ قانونية وغير مشروعة، واعترفَ بالإنجاب خارج إطار الزواج بما يسـَّمى بالأم العزباء، وأبيحت حريةُ الإجهاض، ونُشرت ثقافة الشذوذ الجنسي، وشرعت وقنّنت الأسرة الوحيدة الجنس (زواج الرجال بالرجال، والنساء بالنساء).



وبذلتِ الجهود الحثيثة لإزالة الفوارق البيولوجية والنفسية بين الجنسين، وما يترتب عليها من تغيير الأدوار والوظائف النَّمطية لكل جنس، ووضعت برامجُ للتعليم الجنسي داخل وخارج المؤسسات التعليمية بغرض تقديم جميع أنواع «الرعاية» الصحية والجنسية والإنجابية والتعريف بـ«الحقوق الجنسية» ليس فقط للمراهقين والمراهقات بل وحتى للأطفال الصغار من عُمر أربعة أعوام، وأثريتِ الميديا والفضائيات والإنترنت بكلِّ صنوف الممارسات الجنسية دون التقيد بتعاليم دينية أو قيم أخلاقية أو سنن فطرية أو حتى بأعرافِ وثوابت اجتماعية ظلت قرونًا راسخة، فاكتظَّت حياةُ الإنسان بأكوام من الكراكيب الجنسية التي مسختْ حياته، وأردتْه مُناظرًا للحيوانات أو حتى أردأ منها وأدنى موضعًا.

إنَّها أكوامٌ من الكراكيب الجنسية التي تضمُّ ممارسات جنسية تتم بينَ اثنين أو أكثر بغضِّ النظر عن الجنس والعمر والعدد، المهمُّ – في ثقافة العولمة – أن تكون برضا جميع الأطراف، والخطأ يقع فقط أن تمَّت غصبًا وبغير رضا أحد أطرافها! أو ممارسات جنسية بينَ الإنسان وبين الحيوانات أو بعض الأشياء، وثقافة العولمة لا تمنع هذه الممارسات أبدًا، بل تحُّض عليها وتدعو لها وتشجِّعها بدعوى أنه لا بأسَ منها طالما لم تتسبب في إلحاق ضرر بأحد!

إنَّ الذي يحُّض على هذه الممارسات ويدعو لها ويشجعها بالتأكيد لا يَعنيه ما قاله اللهُ تعالى في كتابه الكريم ولا يهمه ما قاله رسولُه صلى الله عليه وسلم في أحاديثِه الشريفة ولا يعبأ بحلال أو حرام، بل يحاولُ فلسفةَ ما يعتقد ويعتنق بعبارات برّاقة قد يكون ظاهرها صائبًا، ولكن بالتأكيد باطنُها خائب وفقًا للمنطق (منطقهم هم) والمصلحة (مصلحتهم هم)، وأمثال هؤلاء ينبغي مخاطبتهم بلغتهم على أساس المنطق والمصلحة.

إنَّ الحكَم بصواب أمرٍ ما أو خطئه إنما يكون بتحديد فائدتِه أو ضَرره إذا شاعَ وانتشر وسادَ وازدهرَ، فإذا شاعت صفات الصدق والشجاعة والمروءة سلمَ الناس، وإذا انتشر عكسُها من صفات الكذب والجبن والخسة تَعسَ

الناس، ولذلك كان الصدقُ والشجاعة والمروءة صفاتٍ مفيدةً حَميدة صائبة يجب ترسيخُها وتأصيلها، وصارَ الكذب والجبن والخسة صفات ضارة ذميمة خائبة ينبغي محاربتُها واستئصالها، وستجد الكاذب والجبان والخسيس يفلسف منطقَه ويبرر سلوكه ولا يرى إلا مصلحته القريبة في دنياه الفانية التي ستكون ولا ريَب على حساب مصالح الآخرين، وأن تغليبَ المصلحة الفردية على حساب مصلحة المجتمع إنما هو هدم للأمة.

وبناءً على ذلك كان..

الاكتفاءُ بالممارسات الجنسية التي لن تتأتَّى بنسل سيوقع خللًا أكيدًا بالمجتمع وبديموغرافيته وتعدادِ سكانه ومستقبله، وأنه لو كان الآباءُ والأمهات السابقون قد تبنوا نفسَ الفكرة واكتفوا بالممارسات الجنسية التي لا تأتي بنسل ما كان هؤلاء الذين يدعون إليها ويتشدَّقون بها موجودين على ظهر الأرض الآن يرتعون ويلعبون.. ويهرفون.

لقد نجحَ أعداء البشرية في تحقيق ما جاءَ في بروتوكولات حكماء صهيون (المشكوك في صحتها ودقة مصدرها) الذي نصُّه: «**يجب أن نعملَ لتنهار الأخلاقُ في كلِّ مكان فتسهل سيطرتنا، إنَّ «فرويد» (عالم الطب النفسي الشهير) منا وسيظلُّ يعرض العلاقاتِ الجنسية في ضوء الشمس، لكي لا يبقى في نظر الشباب شيء مقدَّس، ويصبحَ همُّه الأكبر هو إرواءَ غرائزه الجنسية، وعندئذ تنهار أخلاقه**».

ومِن أشيع الكراكيب الجنسية ما يلي:

- المخدراتُ والجنس:

يعتبر الجنس – في أغلب الأحيان – هو البوابةَ الرئيسية التي دخلَ منها أغلب المدمنين إلى عالم الإدمان والمخدرات، كما أنه – في بعض الأحيان – تكون الدعارةُ هي مِن نتاج الإدمان على المخدرات وليس من أسبابه، حيث في بعض الحالات قد تندفع قلةٌ من الفتيات اللائي وقعنَ في شِراك الإدمان على

المخـدرات أن يمارسَـن الدعـارةَ طوعًا أو كرهًـا من أجل الحصول عـلى المال اللازم لـشراء المخدرات.

عندَ بداية تعاطي المخدرات، يشـعر الإنسـانُ بتحسُّن في مستوى رغبتِه الجنسية وحصولـه عـلى متعة عارمـة نتيجة ارتفـاع في معدَّل إفـراز الهرمونات المسـئولة عن النشـاط الجنـسي وعـن الشـعور بالسـعادة والمتعـة، فلقد اجتمعـت عليه نشـوتان: النشـوة الناتجـة عـن المخـدر إلى جانـب النشـوة الناتجة عـن العملية الجنسـية، فينال المدمـنُ حينهـا إحساسًـا متعاظمًا، لكـن.. مع الوقت واسـتمرارِ التعاطي سـتخفتُ لـدى المتعاطـي رغبتَـه الجنسـية وتتقلـص متعتَـه وتتضـاءل، فيندفـع حتى يسـتعيد متعتـه القويـة ورغبتـه الجنسـية المتَّقـدة إلى زيـادة جرعـة التعاطـي، وبعـدَ قليـل يتقلـص شـعورُه بالمتعـة وتقلُّ رغبتـه تارةً أخـرى فيزيد مـن الجرعة مـرَّة أخرى... وهكـذا، فيئـول الأمـرُ في النهاية على عكـس مـا كان بالبداية، فسرعانَ مـا تتعرَّض الحيـاة الجنسـية للمتعاطـي إلى الانهيـار التّـام الـذي يطـال جميـعَ جوانبهـا، إلى حدِّ العجـز الجنـسي وفقدان الرغبـة التامـة في الجنس.

تأثيرُ المخدرات على العلاقة الجنسية والإنجاب والذرية:

تتسبب المخدرات – على الأقل في الأمد البعيد – في التالي:

– الخلـل في تقديـر زمـن العلاقـة الجنسـية: يشـعر المُتعاطـي للمخـدرات (كالحشـيش) أنـه قضى وقتًـا طويـلًا في العملية الجنسـية على عكس الحقيقـة، نتيجةَ خلـل في شـعوره بالزمـن.

– انخفـاضُ الرغبـة الجنسـية: تؤدّي المخـدرات – بصفة عامـة – إلى انخفاض واضـح في الرغبـة الجنسـية، وذلـك نتيجـة قلـة إفـرازِ هرمـوني التستوسـتيرون والبروجسـتيرون المسـئولَيْن عـن النشـاط الجنـسي لـدى الرجـل والمرأة.

– العجـزُ الجنـسي: يتسـبَّب تعاطـي بعـض المـواد المخـدرة (كالكوكايـين والترامـادول) في هبـوط وظائـفِ الجهاز الـدوري، مما يؤدّي إلى ضعـف الانتصاب الناتـجِ عـن ضيـق الأوعيـة الدمويـة وعـدم تدفـق الـدم إلى الأطـراف.

– تدميرُ الجهاز العصبي: تتعامل أغلبُ المخدرات (كالأفيون والهيروين) معَ الجهاز العصبي بصورة مباشرة. فالأفيون – مثلًا – يُسكن الأعصابَ الطرفية، ويحدث حالةً من الخللِ والاضطراب للنواقل العصبية، ويخفف الإحساس بالعملية الجنسية بتخديرِ القضيب وتأخير القذف، كما يعملُ على زيادة إفراز بعض الهرمونات المسببة للشعور بالسعادة في المخ، مما يشعر مُتعاطيه بنشوةٍ تمنحه انطباعًا زائفًا بزيادةٍ في القدرة الجنسية، ولكن مع الوقت سيسبب هذا التخدير صعوبة في الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية.

– تسهيلُ الإصابة بالأمراض المُنتقلة جنسيًّا: تؤدّي المخدرات إلى ازدياد فرص ارتكاب فاحشة الزنا وإقامة العلاقات الجنسية المحرَّمة مع زناةٍ وزانيات يحملون أو مصابين بالأمراض المتنقلة جنسيًّا.

– جفافُ المِهبل: تسبِّب المخدرات عندَ بعض النساء قلةً في إفراز السوائل المرطِّبة للمهبل، وبالتالي حدوث جفاف – ولو جزئي – بالمهبل، فيسبب الشعور بالألم أثناء الجماع.

– التأثيرُ السلبي على الإنجاب: يؤدّي تعاطي النساء للمخدرات إلى إضعافِ خصوبتهنَّ وصغرِ حجم البويضات وضعف التَّبويض وحدوثِ اضطرابات في الدورة الشهرية. أما في الرجال فتنخفض كميةُ وجودةُ السائل المنوي وتحدث تشوهاتٌ بالحيوانات المنوية ويقلُّ عددها وتضعف قدرتُها على السباحة والحركة، مما يؤدّي إلى تقليل فرص الإنجاب.

– التأثيرُ السلبي على الحمل: قد يؤدّي تعاطي المخدرات أثناءَ الحمل إلى تسمُّم الحمل، وتشنجات في البطن، ونزيف ومضاعفات أثناء الولادة، واللجوء إلى الولادة القيصرية، وقد يصل الأمرُ إلى حدوث الإجهاض وموت الأجنة.

– تشوُّهُ الأجنَّة: تعاطي المخدرات أثناءَ الحمل قد يسبِّب معاناة الجنين من انخفاض حادٍّ في وزنه، ومن تشوهات خلقية تتضمَّن تأخرَ النمو وصغرَ حجمِ الرأس وضيق فتحة العينين وغير ذلك.

- مشكلاتٌ بأطفال أمَّهاتُهم متعاطياتٌ للمخدرات: قد يُصاب الأطفالُ الذين تعاطتْ أمهاتهم المخدرات أثناء الحمل بضعف الانتباه والتركيز وصعوبات في التعلم، وقد يمرُّ الطفلُ بأعراض الانسحاب بعد ولادته وكأنه كان مدمنًا وتوقَّف عن إدمانه، كما يقللُ تعاطي بعض المخدرات من كميةِ الحليب للأم المُرْضعة، مما سيعود بالضَّرر المباشر على الرضيع.

الخمورُ والجنس:

تتميَّز الكحوليات بتأثير مثبِط للجهاز العصبي، وكلما زادتْ جرعة الكحول كلما انخفضتِ القدرة على تحقيق انتصاب قوي مستَمر، كما أنَّ الاستمرار على احتساء الخمور سيؤدّي في النهاية إلى ضعف شديد ومتزايد في القدرات الجنسية.

احتساءُ النساء للخمور يؤدّي إلى حدوث اضطراب بالدورة الشهرية، وحدوث انكماش في المبيض، وصغر حجم الثديين، وقد ينتهي الأمرُ بمَن تعاقر الخمور إلى الإصابة بالعقم.

اللعبُ والألعاب الجنسية Sex toys and games:

اللعبُ (أو الأدوات الجنسية) Sex Toys:

هي أدواتٌ أو أجهزة تساعد الإنسانَ منفردًا أو الشريكين معًا على الاستمتاع جنسيًّا أو على الوصول لذروة اللذة الجنسية بطرقٍ مختلفة ومتنوعة، كما يستخدم بعضُها كوسيلة علاجية تتمُّ تحَت إشراف متخصصين.

بدأت اللعب الجنسية أولًا بغرض التدليك لتصبح اليومَ وبكلِّ وضوح وبدون أيِّ مداراة لغايات جنسية بحتَة وللتسلية والمتعة الإضافية والتغيير واكتشاف أحاسيس مختلفة وممارسة الأنشطة المتعلقة بالاضطرابات الجنسية وقلما تستخدم كوسيلة علاجية. ويخطّط لهذه الصناعة ويديرها وينفذها ويجدِّد فيها ويبتكر قطاعٌ ضخم من العاملين، يدرُّ عليهم الملايين من الدولارات سنويًّا.

مـن أشْـهر اللعـب الجنسـية: الهـزازات Vibrators بأنواعهـا المختلفـة، وهـي تسـتخدم لمداعبـة أيِّ جـزءٍ حسّـاس بجسـم المـرأة أو الرجـل، ومـن أمثلتهـا: القضيـب الصناعـي – المهبـل الصناعـي – الحلقـات – أدوات إدخـال في الـشرج والقضيـب والمهبـل – أثقـال – أدوات تقييـد وتكتيف – أغطية اسـتمناء – دمى جنسـية للجنسين – لعب تشـاركية بين الجنسين وبين أفـراد مـن الجنـس الواحـد – ملابس معينـة – أسـواط... وغير ذلـك كثير، فمازالـت الأفـكارُ تتجـدَّد والقرائـح تنضَـح والمصانـع تنتـج والمسـتهلكون يتدافعـون ومِـن أموالهـم يدفعـون، ممـا يصعـبُ معـه حـصَر كلِّ أنـواع هذه اللعب الجنسـية.

لا تتوافـر اللعـبُ الجنسـية بشـكل قانـوني في بعـض البلـدان العربيـة، فهي تنـدرج تحـت بنـدِ بيـع السـلع غـير المرخصـة بحسـب القانـون التجـاري لهـذه الـدول، ولقـد أدَّى عـدمُ توافرهـا إلى ازدهـار أسـواق خفيَّـة في عـددٍ كبـير من الـدول العربيـة والإسـلامية، بعضهـا يبـاع بوصفـه أدواتٍ للحفـلات التنكرية أو أجهـزة التدليـك، وبعضهـا يتـمُّ تسـويقه بطـرق مُسـتترة أو معلنَـة غـير قانونيـة، إحداهـا الاسـتفادة مـن مواقع بالإنترنـت وصفحات مواقـع التواصل الاجتماعـي لتسـويقها «أون لايـن».

الألعابُ الجنسية Sex Games:

هـي في العادة نسـخٌ من ألعـاب تقليدية أو مُعتـادة، لكنها تَمَّت إعـادة صياغتها لتحمـل مدلولات جنسـية، واسـتخدامها يضفي المزيـدَ من التجديـد والإثارة على حيـاة الزوجين الجنسـية، كما أن لهـا بعضَ الاسـتخدامات المحرمة.

مـن أشـهر الألعـاب الجنسـية: نـرد الحـب – تعصيـب العينـين – لعبـة التقام الطعـام مـن فـوق الجسـد العـاري – البطاقـات الزوجيـة – الاختيـارات – أوراق اللعـب أو البلـوت (الكوتشـينة) – التمثيـل – صندوقي الحب – خـدش الكروت – الزجاجـة الـدوارة، وغـير ذلـك كثير.

أهم استخدامات اللعب والألعاب الجنسية:

1 – كسرُ الملل والخروج على رَتابة الروتين وتجربة ممارساتٍ بأدوات جنسية جديدة، لإضفاء جوٍّ من الإثارة والاستمتاع والتجديد في الجماع وفي بلوغ ذروة اللذة الجنسية.

2 – التغلبُ على اختلاف المتطلبات الجنسية وتباين توقيتات الاحتياج الجنسي واختلاف مستوى الرغبة الجنسية بين الزوجين.

3 – من وسائل الاستمتاع الجنسي الذاتي، وتلبية الرغبة في إمتاع الذات عندَ غياب الطرف الآخر.

4 – تلبيةُ الميول الجنسية الشاذة أو المضطربة.

5 – تحقيقُ بعض الرغبات الجنسية في ممارسات غير اعتيادية، كما ترد في التخيلات الجنسية للزوجين أو أحدهما، أو تجربة ما يتم رؤيتُه بالمواقع الإباحية.

6 – زيادةُ المتعة والحصول على مستويات مختلفة من النشوة أثناء ممارسة الجنس.

7 – علاجُ بعض المشكلات التي تواجه الزوجين أثناء الجماع، فالكثير من الأطباء يوصون باستخدام المرأة للهزازات كعلاجٍ يزيد من تدفق الدم إلى المهبل، أو لتنشيط رغبة الرجل الضعيفة.

ولقد وجدَ أنَّ النساء في الغرب هنَّ الأكثرُ إقبالًا على شراء اللعب الجنسية من الرجال، رغم أنَّ النساء هنَّ في الغالب الأكثرُ خجلًا وربما الأقلُّ احتياجًا للممارسة الميكانيكية للجنس من أزواجهن، وقد يشير إقبالُ هؤلاء النسوة على استخدام اللعب الجنسية بالضرورة إلى وجود مشكلة تتعلقُ بقدرة أزواجهن الجنسية.

مِن أراء المتخصصين:

قدَّمت الدكتورة «ميسون الفيومي» مدرسُ العلوم السلوكية واستشاري العلاقات الزوجية رأيها في هذا الشأن، وكان ملخصُه كالتالي: «إنَّ الأشخاص الذين يلجأون إلى استخدام اللعب الجنسية غالبًا ما يكونون مُصابين بانحرافات جنسية،

حيث إنَّه لا يمكن لشخص طبيعي أن يلجأ لاستخدام تلك اللعب، خاصَّة إذا كان متزوجًا، إلا إن كانت لديْه اضطرابات نفسية نتج عنها انحرافات جنسية».

وأضافتْ أيضًا: «بعضُ الأشخاص ممَّن يقبلون على استخدام اللعب الجنسية غير طبيعيين (شواذ)، كما أن الأمر يرتبط لدى البعض بإدمانِ المخدرات، حيث إنَّ المدمن يفقد عقلَه ويسعى إلى إشباع غرائزه الجنسية بأشكال وطرق غريبة».

وتُكمل الدكتورة «ميسون»: «إنَّ تأخر سنِّ الزواج أيضًا قد يكون دافعًا لإشباع الرغبات الجنسية عن طريق استخدام تلك اللعب».

وعنِ الآثار السلبية الناتجة عن استخدام اللعب الجنسية، نوَّهت الدكتورة «ميسون» إلى المخاطر الصحية الجسيمة على الصَحة، فالشباب الذين يستخدمون تلك اللعب قبلَ زواجهم لن يستطيعوا إقامةَ علاقة جنسية سليمة وطبيعية بعد زواجهم، لأنهم تعوَّدوا من قَبل على شكل وطريقة غير طبيعية.

وأكدَ الدكتور «أحمد عبد الله» أستاذُ الطب النفسي بجامعة الأزهر بمصر أنَّ هناك ثلاثَ شرائح فقط تستخدم اللعب الجنسية، أوَّلها: الذين ليس لديهم شريكٌ مثل الملايين من الشباب والفتيات والمُطلقات والأرامل الذين يعيشون بدون زواج ومحرومين من ممارسة علاقات جنسية شرعية سويَّة، وهي الشريحة الأكبر، وثانيهم شريحة المتزوجين ممن يبحثون عن الإثارة والتجديد في ممارسة العلاقة الجنسية، خاصَّة مع توفُّر عروض اللعب الجنسية والمعلومات حولها بالإنترنت، أما الشريحة الثالثة فأبطالها الأشخاصُ الذين يعانون من بعض الانحرافات الجنسية، كالسادية والمازوخية.. وغيرهم.

ويتابع الدكتور «أحمد عبد الله» مبينًا أنه أحيانًا يتلقَّى شكاوى فحواها أنَّ زوجة استخدمت حزامًا في مقدمته عضو ذكري صناعي لمواقعة زوجها في دبُره كنوع من الإثارة والتجديد، لكنْ مع الوقت تحول الأمر بالنسبة للزوج كعادة، وهو ما يعتبر من الآثار السلبية الناتجة عن استخدام أمثال هذه اللعبة الجنسية.

ويواصل الدكتور «أحمد عبد الله» كلامَه قائلًا: «ينتج أيضًا عن استخدام تلك اللعب أضرارٌ عضوية، مثلًا في حالات استخدام الأعضاء الجنسية الصناعية في فتحة الشرج، والأمرُ في مجمله يشكل خطرًا على صحة مَن يستخدمون تلك اللعب».

يوضِّح الدكتور «جمال فرويز» أستاذُ الطب النفسي بجامعة القاهرة أن: «هناك أشخاص يحتاجون للأدوات الجنسية كعملية تعويضية، واستخدام تلك اللعب أمرٌ شائع في بعض الدول الأجنبية، كالصين وفرنسا والنمسا وغيرها، لدرجة أن لها محالَّ مخصصةً لبيع تلك اللعب التعويضية بدلًا من الصيدليات، ويقصدها الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية وعضوية والمصابون بالاكتئاب، كأدوات تعويضية أثناء ممارسة الجنس».

ويتابع الدكتور «جمال فرويز» قائلًا: «من المفترض أنَّ استخدام اللعب الجنسية يكون وفقًا لرؤية طبيب، لكن للأسف الأمر في مصر عشوائي، لدرجة أن بعضَ الأشخاص يلجئون لاستخدام تلك اللعب بشكل مُفرط، فإن قلنا إنَّ هناك شخصًا واحدًا في حاجة حقيقية لاستخدامها، فإنَّ هناك مائة شخص على الأقل يستخدمونها من باب الهواية والتجربة، وقد يتحول الأمر بالنسبة لهؤلاء الأشخاص إلى مرض».

كما أكدت النقابة العامة للأطباء بمصر أنَّ الألعاب الجنسية قد تسبب ضررًا للأعضاء الجنسية، وذلك لأنه في حال استخدام أدوات جنسية «خشنة أو حادة»، فإنَّ ذلك سيحدث جروحًا، والتي قد تؤدي إلى التهابات خطيرة، علاوة على أنها قد تتسبب في الإصابة بالأمراض الجلدية، وأبرزها الحساسية، والطفح الجلدي.

وتلفتُ نقابة الأطباء الانتباهَ إلى أنه غالبًا ما تكون هذه اللعبُ الجنسية غيرَ نظيفة أو لا تحظى بالنظافة الكافية بعد استخدامها، مما يهدِّد بالإصابة بالأمراض التناسلية، وتبادل اللعب الجنسية يسبب العدوَى أيضًا، علاوة على أن استخدام بعض أنواع اللعب الجنسية يمكن أن يسبِّب تخديرًا في المناطق الحسّاسة لمستخدميها وخاصة النساء، وبالتالى قد تقتل هذه الممارسات المتعةَ في العلاقات الجنسية الطبيعية؛ لذا فإن استخدامها يصير خطرًا على العلاقة الجنسية بين الزوجين.

وللشريعة الإسلامية حكمٌ يختلف من حالٍ إلى أخر، كالتالي:

– بالنسبة لغير المتزوجين والأرامل والمطلقين والمطلقات كان حكمُ استخدام اللعب الجنسية مثل حكم ممارسة العادة السرية.

– بالنسبة للأزواج والزوجات فيجوز استخدامُ اللعب الجنسية بغرض تنشيط الرغبة وكسر الروتين وتحقيق الاستمتاع.

– بالنسبة لمَن لديهم انحرافات جنسية فهذا الاستخدام لا يجوز، لأنه يؤصِّل الانحراف ويقويه بدلًا من معالجته.

– بالنسبة لمَن يعانون من مشكلات في المعاشرة الجنسية فيجوز استخدامُ اللعب الجنسية تحت إشراف طبي، فهي هنا بمثابة علاج لحالة مرضية.

– اللعبُ المصمَّمة لتدخل الشرج أو القضيب غير جائزة شرعًا.

– استعمالُ الدمى الجنسية خاصة تلك التي تشبه المشاهير حرام.

– وضعُ الأطعمة على الأعضاء التناسلية أو الأجساد العارية ثمَّ التقامُها ولعقها حرام، فذلك امتهان لهذه النعمة.

- الجنسُ السطحي Superficial sex:

آلياتُ الجنس السطحي في مُجملها أقرب ما تكون إلى ممارسة العادة السرية، وهي عبارة عن المداعبات المسببة للاستثارة الجنسية، وكذا بلوغ ذروة اللذة الجنسية. يستمتع الرجلُ بحكِّ قضيبه ودلكِه في مناطق جسم زوجته المختلفة كالبظر والأشفار الصغيرة والكبيرة ودهليز المِهبل، وبين الإليتين (دون إيلاج في الشرج) أو بالثديين أو بينهما. كما تستمتع المرأة بملامسة زوجِها في مواطنَ جسدها الحسّاسة جنسيًّا، وأقواها أثرًا البَظر والفرج والثديين وغير ذلك كثير مما سبق الإفاضة فيه.

للجنس السطحي دواعٍ عدة، منها ما يلي:

1 – التنويعُ والتجديد في الحياة الجنسية الزوجية وطردًا للملل.

2 – عـلاج لمَـن تعـاني مـن الـبرود الجنـسي أو تأخُّر النشـوة، وذلك بممارسـته قبـل الجماع حتى تشـتد اسـتثارتها الجنسـية.

3 – عـلاج لمَـن تمـادَت في مزاولـة العـادة السريـة، ولم يعـدْ بإمكانهـا الوصولُ للـذروة الجنسـية العارمـة بالإيلاج الطبيعي للعضـو الذكري في المِهبـل، وذلك لأنَّ بلوغهـا هـذه الذروة الجنسـية أصبـح في الأسـاس بظريًّا.

4 – مخـرج طـوارئ بالنسـبة للـزوج في أوقات حيـضِ زوجتـه أو كونها حاملًا لا تقـوى على ممارسـة الجماع.

5 – حـلٌّ لمَـن تعـاني بعضَ المشـكلات الداخليـة المهبلية، أو الجـروح الداخلية أو الالتهابـات، فيسـاعد في الحصـول على المتعة والوصـول إلى ذروة اللذة الجنسـية بغـير إيلاج.

6 – يمثل نوعًا من المداعبات المثيرة جنسيًّا للطرفين.

7 – يستخدم كوسيلة لمنع الحمل أو ما يسمى بالعزل.

- الزنـــا Adultery:

هـو نـكاحُ الرجـل للمرأة مـن غير عقدٍ شرعـي. والـزاني هو مَن ينكـح مَن لا تحـل لـه، والزانيـة هي مَـن ينكحها مَن لا يحـل لها. **حكـمُ الزنا:**

حـرَّم اللهُ سـبحانه وتعـالى الزنـا، وحـرَّم جميـعَ الطـرق التي تـؤدي إليه في أكثـرَ مـن آية، قـال سـبحانه وتعـالى: {وَلا تَقْرَبُوا الزِّنَـى إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَـةً وَسَـاءَ سَـبِيلًا} (الإسراء: 32). كـما أكـد رسـولُ الله صـلى الله عليه وسـلم عـلى حُرمـة ارتـكاب الزنـا ورهَّـب مـن عواقبـه في الدنيـا والآخـرة بقوله: «اتقـوا الزنـا فـإنَّ فيـه سـتَّ خصـال: ثلاثًـا في الدنيـا وثلاثًـا في الآخـرة، فأمّـا اللـواتي في الدنيـا فيذهـب البهاء ويـورث الفقـرَ ويُنقص العمـر، وأمّا اللـواتي في الآخـرة فيوجُـب السّـخطة وسـوء الحسـاب والخلـود في النـار» (رواه القرطبـي).

وفي تفسيرٍ لأحدِ المفسرين المحدثين في شرح الآية القرآنية السابقة ما يلي:

«إنَّ في الزنا قتلًا من نواحٍ شتى، إنه قتل ابتداء لأنه إراقةٌ لمادة الحياة في غير موْضعها، يتبعه غالبًا الرغبةُ في التخلص من آثاره بقتل الجنين قبلَ أن يتخلَّق أو بعدَ أن يتخلق، قبلَ مولده أو بعدَ مولده، فإذا ترك الجنين للحياة تركَ في الغالب لحياة شريرة، أو حياة مَهينة، فهي حياة مضيّعة في المجتمع على نحوٍ من الأنحاء، وهو قتلٌ في صورة أخرى، قتل في الجماعة التي يفشو فيها، فتضيع الأنسابُ وتختلط الدماء، وتذهب الثقةُ في العرض والولد، وتتحللُ الجماعة وتتفكك روابطها، فتنتهي إلى ما يشبه الموتَ بين الجماعات.

وهو قتلٌ للجماعة من جانب آخر، إذ إنَّ سهولةَ قضاء الشهوة عن طريقه يجعل الحياة الزوجية نافلة لا ضرورة لها، ويجعل الأسرةَ تبعة لا داعي إليها، والأسرة هي المَحضن الصالح للفراخ الناشئة، لا تصح فطرتُها ولا تسلم تربيتها إلا فيه.

وما من أمةٍ فشتْ فيها الفاحشة إلا صارتْ إلى انحلالٍ منذ التاريخ القديم إلى العصر الحديث. وقد يغرُّ بعضهم أن أوروبا وأمريكا تملكان زمامَ القوة المادية اليوم مع فشوِّ هذه الفاحشة فيهما، ولكنَّ آثار هذا الانحلال في الأمم القديمة منها كفرنسا ظاهرة لا شكَّ فيها، أما في الأمم الفتيَّة كأمريكا فإن فعلَها لم تظهر آثارُه بسبب حداثة هذا الشعب واتِّساع موارده، كالشاب الذي يسرفُ في شهواته فلا يظهر أثرُ الإسراف في بنيتِه وهو شابٌّ ولكنه سرعانَ ما يتحطم عندما يدلفُ إلى الكهولة فلا يقوى على احتمالِ آثار السن، كما يقوى عليها المعتدلون من أنداده.

والقرآن يحذرُ من مجرد مقاربةِ الزنا، وهي مبالغةٌ في التحرزِ لأنَّ الزنا تدفع إليه شهوة عنيفة، فالتحرز من المقاربة أضمن. فعندَ المقاربة من أسباب الزنا ودوافعه لا يكون هناك ضمان.

ومن ثَمَّ يغلق الإسلامُ الطريقَ على أسبابه الدافعة، توقيًا للوقوع فيه، يكره الاختلاطَ في غير ضرورة ويحرم الخلوة، وينهي عن التبرج بزينة، ويحضُّ على الزواج لمَن استطاع، ويوصي بالصوم لمَن لا يستطيع، ويكره الحواجز التي تمنع من الزواج كالمُغالاة في المهور، وينفي الخوفَ من العيلة والإملاقِ بسبب الأولاد، ويحُّض على مساعدة من يبتغون الزواج ليحصنوا أنفسَهم، ويوقع أشدَّ العقوبة على جريمة الزنا حينما تقع، وعلى رمي المحصنات الغافلات دون برهان، إلى آخر وسائل الوقاية والعلاج، ليحفظ الجماعةَ الإسلامية من التردي والانحلال».

انتهى كلامه.

وهناك ما يسمَّى بالزنا المجازي، وهو ما روَى البخاري ومسلم عن «أبي هريرة» رضي الله عنه، أن النبي صلّى الله عليه وسلّم قال:» كتبَ على ابن آدم نصيبُه من الزنا، مُدرك ذلك لا محالة، فالعينان تزنيان وزناهما النظر، واللسان يزني وزناه الكلام، واليدان تزنيان وزناهما البطش، والرجلان تزنيان وزناهما المشي، والقلب يهوى ويتمنى، ويصدق ذلك الفرج، أو يكذبه».

قال الإمام «النووي» رحمه الله في شرح مسلم: «إنَّ ابنَ آدم قدرَ عليه نصيبُه من الزنا، فمنهم مَن يكون زناه حقيقيًّا بإدخال الفرْج في الفرج الحرام، ومنهم مَن يكون زناه مجازًا بالنظر إلى الحرام، أو الاستماع إلى الزنا وما يتعلق بتحصيله، أو بالمّس باليد بأن يمسَّ أجنبية بيده أو بتقبيلها، أو بالمشي بالرجْل إلى الزنا، أو النظر أو اللمس أو الحديث الحرام مع أجنبية ونحو ذلك أو بالفكر بالقلب، فكلُّ هذه أنواع من الزنا المجازي». وأمّا كفارتُه فتكون بالتوبة إلى الله – عزَّ وجلَّ – توبة نصوحًا.

أما فيما يختصُّ بالجنين الذي جاء سفاحًا نتيجة الزنا، فإنه يحرمُ أن يتمَّ إجهاضه، وفي حال ولادته لا يكون بينه وبين أبيه من الزنا نسبٌ ولا توريث، وإنما يتمُّ نسبُه إلى أمه، وهو يرثُ منها وترثُ منه، وذلك طبقًا للقاعدة الفقهية التي تنص على أن: «المعدوم شرعًا كالمعدوم حسًّا».

ولكنَّ الواقع الذي يتمُّ بين الناس خلاف ذلك..

فالمدنيـةُ المعـاصرة أباحـت الإجهـاض، أو نبـذ أطفـال السـفاح بعيـدًا عمَّـن أنجبهـم في دور أيتـام أو في كنـف غـير آبائهم الأحيـاء أو تركهم ليَتيهـوا في الأرض كأطفـال شـوارع. في هذا الصـدد كتبتْ «جريس هــ. كيترمان» في مؤلفهـا «أطفالنا والثقافـة الجنسـية» عـنْ إجهـاض البنـات اللائي حملـنَ سـفاحًا ما يلي:

«أصبحـتُ (تقصد نفسَـها) مديرة بيت للأمهـات، وهو ملجأ للبنـات اللواتي تحملـَن وتلـدن أطفـالًا خـارجَ نطـاق الـزواج، وفي تلـك الأيـام كان لا يـزال يعـدُّ بوجـه عـام الحمـلُ غـيرُ المـشروع وولادة طفـل دون زواج عـارًا، ثمَّ جـاءت حقبةُ الحريـة «العظيمـة» وأخـذت دولـة تلوَ أخـرى تبيـح الإجهـاض، وقد بـدا أنَّ هذا هـو الحـلُّ لـلألم الـذي ينجم عن حـالات الحمل غـيرِ المرغـوب فيها، وعـلى الرغم مـن ذلـك اجتـازتِ الكثيرات مـن الفتيـات والنسـاءَ عمليـاتِ إجهـاض، وأحيانًا لأكثـر مـن مرة.

كان الحـزنُ يعتـصر قلوبهـَّن لإزهـاق حيـاة إنسـان، والكثـيرات مِـن هـؤلاء الفتيـات كـنَّ تواجهن حالات خطيرة من الشـعور بالإثم والاكتئـاب تتطلَّب حلًّا، وفتيـات أخريات لا تبدين أيَّ مشـاعر عـلى الإطلاق تجاهَ عمليـة الإجهاض، وهنَّ تدعـين أنهـن لا تشـعرن بأيِّ نـدم أو إثم. أسـلوبُ الحياة هذا سرعان مـا يحولهنَّ إلى إنـاثٍ قسـاة القلب فقـدنَ اللطـف والرقة المرتبطـة بالأنوثة.

الأمـرُ المحـزن بالأكثـر بالنسـبة للمـرأة أن تختـار إجـراءَ عمليـة إجهـاض وتجتازهـا وحدهـا، وهنـاك فتيات كثـيرات هجرهنَ عشـاقهنَّ، وكـنَّ خائفات من إدانـة الوالديـن والأصدقـاء، وهنَّ الآن وحيـداتٌ تمامًـا وفقدنَ الثقـة لدرجة أنهن لا تريـن أيـة بدائل».

انتهت كلمات «جريس هـ. كيترمان».

إنَّهـا مأسـاة مدنيـةُ الغرب التـي شردت عن الفطـرة، ووصلَ بهـا الأمر – لكي يتمتَّـع أصحابهـا بكامـل الحريـة الجنسـية – أن تحـرم الأجنَّـة مـن أعظـم وأقـوى

حقوقِهم الإنسانية، وهو حقُّ الحياة، فأصحابها يتلذَّذون بشتى صنوف المتع الجنسية، فإذا أثمرت هذه المتعُ عن حمل سفاح استؤصل هذا الحملُ وانتزع من الجنين الحياة، أو تَمَّ التنصُّل من تحمل مسئوليّة رعايته وتربيته حتى يمضي أصحابُها إلى المزيد من التلذُّذ بالمتع من جديد، وإلى مزيدٍ من إزهاق أرواح بريئة لم تذنب سوى أنها نتاجُ همجية بهيمية شهوانية لا حدودَ لها ولا ضوابط.. أيُّ حضارة تلك وأيُّ مدنية هذه؟

إنَّ البشرية الآن في حاجةٍ إلى جمعيات حماية «حقّ الأجنة في الحياة» حتى تترمِّم صورة الحرية «العظيمة» التي تنعم بها المدنيةُ الحديثة المعاصرة والبشرية الضّالة الآن، التي تحسب بإباحتها للإجهاض قد أوجدت حلًّا لمشكلة الحمل خارج نطاق الزواج، والحقيقة أنَّها استحدثت مشكلةً جديدة (الإجهاض) وتركت المشكلة القديمة باقية قائمة (الحمل السفاح) بل أزادتها رسوخًا وانتشارًا، فصارَ المطلوبُ إيجادَ حلَّين لمشكلتين؛ واحدة تجذَّرت والأخرى تفجَّرت. حقًّا.. لقد انطبق عليهم قولُه تعالى: {ٱلَّذِينَ ضَلَّ سَعۡيُهُمۡ فِي ٱلۡحَيَوٰةِ ٱلدُّنۡيَا وَهُمۡ يَحۡسَبُونَ أَنَّهُمۡ يُحۡسِنُونَ صُنۡعًا} (الكهف: 104).

الجنسُ الفموي Oral sex:

هو استخدامُ الشفاه والفم واللسان والأسنان لمداعبة وإثارة ومصِّ ولحس وتقبيل أماكن الاستثارة والأعضاء الجنسية في الجنْس الآخر، مما يؤدّي إلى الاستثارة الجنسية التي قد تنتهي بالقذفِ عند الرجل ووصول المرأة لذروة لذة الارتواء.

يلجأ البعضُ إلى ممارسة الجنس الفمَوي كنوع من التجديد والتغيير في الممارسة الجنسية، وإنه – أحيانًا – يساعد المرأة بشكلٍ فعّال لأن تصلَ لذروة النشوة الجنسية، بل إنَّ قلةً منهنَّ يصلن للنشوة الجنسيّة بالجنس الفموي، كما أنه يساعد بعضَ الرجال الذين يعانون من صعوبات بسيطة في الانتصاب في إمتاع زوجاتهم.

الجنسُ الفموي طبيا:

طبيًّا، هناك مَن حذَّر من ممارسة هذا الصنف من الجنس، وهناك مَن أجازه؛ بل وأشادَ به. وحذر الأطباء من ممارسة الجنس الفمَوي غير المحْمي (ممارسة لا تستخدم بها الواقي الذكري أو الواقي الفموي، وكذلك قلة أو عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية خاصَّة نظافة الأعضاء التناسلية والفم) أو عند طغيان هذه الممارسة على الجماع، فتمسي أولوية وإدمانًا عند أحد الزَّوجين، فيجب حينئذٍ استشارة مُختص، فالأمر صار مَرَضيًّا.

لا يسبِّب لعق الإفرازات المِهبلية الطبيعية للمرأة أيَّ ضرر للزوج ما لم تحمل معها الأمراض المنقولة جنسيًّا، فهذه الإفرازات الطبيعية عبارة عن نسبٍ متفاوتة من النشويات والسكريات وبعض أنواع من الدهون والبروتينات، وعلى ذلك فهي غير ضارَّة من الناحية الصحية لخلوِّها من المكونات التي قد تؤثر سلبًا علي صحة الإنسان.

كما أنَّ ابتلاع المرأة للسائل المنوي بعد قذفه في فمِها لا يصحبه أيُّ ضرر صحي، ما لم يكنِ الزوج مصابًا بأحد الأمراض المنقولة جنسيًّا. فالسائل المنوي يتكوَّن كيميائيًّا من الحيوانات المنوية (1 ـ 2٪ من السائل المنوي)، وسوائل، وبعض الإنزيمات والبروستاجلاندن والبوتاسيوم والزنك، وحمض الستريك والأحماض الأمينية والفركتوز، وهي مواد لا يمكن أن تسبب ضررًا للإنسان. ويختلف طعمُ السائل المنوي تبعًا لنوع الطعام الذي يتناوله الرجل، وقد يتسبَّب محتواه العالي من الفركتوز من جعل طعمِه مائلًا إلى الحلاوة قليلًا.

عندَ ابتلاع السائل المنوي يتمُّ هضمُه كأي غذاء، وأنَّ حموضة المعدة كافية لقتل جميع الحيوانات المنوية بسرعة، ولا يسبِّب الحمل مطلقًا.

الجنسُ الفموي نفسيا:

تختلف استجابةُ الرجال للَعْق الإفرازات المهبلية، كما تختلف - أيضًا - استجابة النساء لطعم السائل المنوي، فمِن مفضل ومِن متقبِّل ومِن مشمئز ومِن رافض ومَن لديه حساسية ومَن يصيبه الغثيان والقيئ حين اللعق أو القذف أو الابتلاع.

إنْ لم تفضل المرأةُ مذاقَ السائل المنوي ووجدتْ في زوجها إصرارًا لحوحًا على ممارسة الجنس الفموي فمن الممكن استخدامُ الواقي الذكري ذس نكهة مقبولة محبَّبة حتى لا تجد ما تكرَه، فإن لم تقوَ على فعل ذلك فلا حرجَ عليها إن رفضت الأمر. وسيظلُّ الجنُس الفموي اختيارًا شخصيًّا يتأرجح بين الاستمتاع والامتناع.

الجنسُ الفموي شرعًا:

ليس هناك نصٌّ شرعي يحرم الجنَس الفمَوي، ورغم ذلك اختلف الفقهاءُ في حكم هذه المسألة بين كونها مباحة أو مكروهة أو محرمة.

أشار «أصبغ بن الفرج» (150هـ - 225هـ) وهو من كبارِ فقهاء المالكية: «يجوز أن يلحسَه بلسانه» (يقصد: فرج المرأة).

وممَّن قال بالإباحة العالمُ والداعية السعودي الشيخ «سلمان بن فهد العودة» (1956م) حينما قال: «سألني أحدُهم عن الحكم الشَّرعي عن مسألة مصِّ أو لعق الرجل لفرجِ المرأة، أو العكس - أجلَّكم الله - هل هو حرام؟ فكان الجواب: يجوز لكلٍّ من الزوجين الاستمتاعُ من الآخر بكل شيء ما خلا الدبر والحيضة».

وعلى نفس الخطوات سار أستاذُ الشريعة بسوريا الدكتور «محمد سعيد رمضان البوطي» (1929-2013م)، فقال: «إن الحق المتبادَل بين الزوجين ليس خصوص الجماع بل عمومُ ما سمّاه القرآن الاستمتاع، وهذا يعني أنَّ

لـكل مـن الزوجـين أن يذهب في الاسـتمتاع بزوجِه المذهـبَ الذي يريـد، من جماعٍ وغـيره. ولا يسـتثنى مـن ذلـك إلا ثلاثـة أمور:

1 – الجماع أيام الحيض.

2 – الجماع في الدبر، أي: الإيلاج في الشرج.

3 – المداعبات التي ثبت أنها تضرُّ أحدَ الزوجين أو كليهما، بشهادة الأطباء.

أمّـا مـا وراء هـذه الأمـور الثلاثة المحرمـة، فباق عـلى أصل الإباحـة الشرعية، ثـمَّ إن الاسـتمتاعات الفطريـة التي تهفـو إليها الغريزة الإنسـانية بالطبـع – كالجماع ومقدماتـه – حـق لـكل مـن الزوجـين عـلى الآخـر، ولا يجـوز الامتنـاع أو التّـأبِّي إلا عنـد وجـود عـذر مانـع. وأمـا الاسـتمتاعاتُ الأخرى التـي يتفـاوت الناس – ذكـورًا وإناثًـا – في تقبُّلهـا، مـا بين مُشـمئز منهـا وراغب فيهـا، فلا سـبيل إليها إلا عـن طريـقِ الـتراضي، أي: فليس لأحـدِ الزوجين أن يكـرَه الآخر على ما قـد تعافه نفسُـه منها.

قـال الدكتـور «يوسـف القرضـاوي»: يجـوز تقبيـلُ الزوجـة فـرجَ زوجهـا، والرجـل يجـوز له تقبيلُ فـرج زوجته، فـلا حرج، أمـا إذا كان القصدُ الإنـزال فهذا نـوعٌ مـن الكراهية، ولا أسـتطيع القـولَ إنَّه محرَّم لأنـه لا توجد آيـةٌ حرَّمت هذا ولم يـرد حديثٌ فيـه، ولكنه شيء يسـتقذره الإنسـان».

وتفنيـدًا للحكـم الفقهـي كان الأصـلُ في هـذه الممارسـة الجنسـية الفمَويـة هو الإباحـة، لا سـيَّما إن كان الدافـعُ إليها هو الاسـتمتاعَ بين الزوجـين، والوصولَ إلى الاسـتثاره التامَّـة، ومـن ثمَّ تحقيـق الإشـباع الجنسي لـكلا الزوجين.

وأمّـا كراهيـة بعـض أهـل العلـم لها بحجَّـة مَخافـة ابتلاع المنـي، أو المـذْي ففيه نظـر، ذلـك لأنَّ الراجـح في المنـي طهارته وهـو قولُ الجمهـور، وعلى تقديـرِ ابتلاع المنـي، فلـم يثبـت طبيًّـا أيُّ ضرر في ذلك، ولـو كان فيه ضررٌ لوجـب القولُ بحرمة دخولـه إلى الجـوف، سـواء عـن طريـق الفـم أو عـن طريـق المِهبـل، وهـذا مخالف للـشرع أصـلًا وعرفًا.

وتشير الأدِلةُ النصية إلى استقذارِ المني ومُعافاة النفس منه كما في صحيح مسلم، عن أم المؤمنين «عائشة» رضي الله عنها: أنَّ رسولَ الله صلى الله عليه وسلم كان يغسل المني، ثمَّ يخرج للصلاة في ذلك الثوب. فهذا يدلُّ على أنَّ غاية أمره أن يكون من المستقذرات، وليس من باب النجاسات.

وأما المذي فقولُ الجمهور فيه النجاسة، الذي تدلُّ عليه الأدلة النقلية، ولكن كيف يُقال بنجاسته وهو يدخل في تكوين المني كما أثبتَ الطب؟ فالثابت علميًّا أنَّ المذي هو من إفرازات الجهاز التناسلي وليس البولي، فالأولى القولُ بطهارته قياسًا على المني. وقد أشبعَ الشيخ «محمد الأمين» هذه المسألة بحثًا خلصَ فيه إلى طهارة المذي، وهو ما تؤيدُه الأدلة، وما تستروح النفسُ إليه، فحتَّى ولو حدثَ بلع للمذي أو المني خطأ أو عمدًا، فليس هذا بحرام.

وأما كونُ هذه الممارسة مخالفةً للأخلاق والآداب الجميلة، فالأصلُ هو عموم الإباحة، ويقع بين الزوجين في المعاشرة الجنسية – نتيجة اشتعالِ الشهوة وتأجُّج الرغبة – من الأفعال والأقوال ما لا يليق فعلُه ولا قوله في غيرها، فليس إذًا هناك ثمَّة تعارضٌ بين هذه الممارسة وبين الأخلاق والآداب الجميلة.

وبعضُ أهل العلم يفتونَ بحُرمتها لأنَّ فيها تشبُّهًا بطباع وأفعال الحيوانات، وهذا الاستدلال ضعيف جدًّا، إذ إنَّ هناك بعضًا من أوضاع الجِماع المتاحة (كوضعية الكلب Doggy style) يشترك في صورتها الإنسان والحيوان، فلا يمكن المنع منها بهذه الحجة.

مِن أراء المتخصصين:

ترى الطبيبةُ المصرية «هبه قطب» أن: «الجنس الفمَوي مُمتع ومطلوبٌ عند كثير من الرجال على وجه الخصوص، وأيضًا عند بعض النساء، ولهذا سببٌ علمي من حيث حساسيةِ النهايات العصبية في المنطقة الجنسية لأنواع معينة من المُلامسات التي من شأنها بعثُ إشارات عصبية كثيرة، مما ينتج عنه انفعالٌ حسّي كبير، وتلك هي المتعة التي يشعر بها الرجال والتي يصرّون عليها أحيانًا

كثيرة، ويسعون لتعويد زوجاتهم على الأداء الذي يفرز هذه المتعة».

أما الدكتورة «فوزية الدريع» الطبيبةُ والإعلامية الكويتية فترى أنَّ شيوع هذا النوع من الممارسة عائدٌ إلى عدة أسباب من أهمِّها ما يلي:

– إنه وضعٌ فيه تغيير عنِ الشكل الكلاسيكي في المداعبة، والإنسان حين يمل الجنس العادي يريد التغيير .

– إنها طريقة قد تعطي لذةً عالية جدًّا، بل هي طريقة تعطي أكبرَ قدر من التهيج الجنسي، وذلك يعود لكون كلّ من الفم والجهاز التناسلي مناطق إحساس وإثارة كثيرة، وتلاحمها يعطي لذةً عالية. كما أن الفم واللسان والشفتين والأسنان لديهم قدرات حركة وتلاعب أكثرَ من تفاعل القضيب والمهبل، مما يحقُق قدرًا من الحركة والمداعبة الشديدة المثيرة لكل من الرجل والمرأة.

– إنها طريقةٌ بديلة لتجاوز الظروف البيولوجية والصحية الحائلة دونَ الجماع، كأوقات الحيض والنفاس والحمل ووجود التهابات عند المرأة، وأيضًا لبعض المشكلات الصحية كفشل الانتصاب والقذف السريع بالنسبة للرجل.

والذي تستريح النفسُ إليه هو القول..

ممارسةُ الجنس الفمَوي أمرٌ مباح، ولا حرجَ فيه بين الزوجين إذا تحقَّق به قضاءُ الوطر والإشباع الجنسي والاستمتاع والإعفاف، وكان برضا الطرفين ورغبتهما.

- الجنسُ الشرجي Anal sex:

إنه الإيلاجُ في فتحة الشرج (للرجل والمرأة) للحصول على اللذة الجنسية، وهي ممارسةٌ جنسية محرَّمة على وجه القطع. تتمُّ هذه الممارسة المَمجوجة ليس فقط بإدخال القضيب عبرَ فتحة الشرج والقذف داخل المستقيم بالأمعاء

الغليظة ولكن أيضًا بايلاج الأصابع أو كفِّ اليد أو لعبة جنسية أو أي جسم صلب... إلخ.

للأسف هناك العديدُ من الرجال والنساء يتحصَّلون على المتعة الجنسية بممارسة هذا الصنف من الجنس. كما قد تمارسه بعضُ الفتيات قبل الزواج للحفاظ على بكارتهن.

يشعر بعضُ الذكور بالمتعة بإيلاج القضيب خلال فتحة الشرج لذكر أو أنثى، كما يشعر بها - أيضًا - إذا تلقى قضيبًا أو لعبة جنسيَّة في شرجه بسبب الاحتكاك بغدة البروستاتا، والتي تمثل - كما يروِّج البعض - بقعةَ «جي» الذكرية. أما المرأة فقد تتلذذ نفسيًّا بالجنس الشرجي، ولكنها إذا رافقتِ الممارسة بمداعبة البَظر فسوف تحصل على ذروتها الجنسية.

إنَّ ميدانَ الجنس الشرجي عبرَ فتحة الشرج يتَّسم بالقذارة والنجاسة، ولذلك يضطرُّ الممارسون لهذا الصنف من الممارسة الجنسية الحرام إلى تنظيف المكان داخليًّا وخارجيًّا، واستخدام موادّ تزليقية واستعمال الواقي الذكري.

الأضرارُ الصحية بالجنس الشرجي:

1- استرخاءُ عضلات قاع الحوض وتهدُّلها حول فتحة الشرج ممّا يسبب - مع الوقت - فقدانَ القدرة على التحكم في التبرز وخروج الريح، وأحيانًا قليلة يفقدُ الإنسان القدرةَ على التحكم في إخراج البول.

2- سهولةُ انتقال الأمراض الجنسية أكثر من انتقالها بالجنس المهبلي.

3- احتماليةُ الإصابة بخدوش وجروح ونزيف بالمستقيم جرّاء الاحتكاك، فالمكان غير مهيَّئ لمثل هذه الممارسات.

4- قد يُصاب متلقي القضيب بسرطان فتحة الشرج.

5- تكوُّن البواسير أو تفاقم وجودها.

6- زيادةُ فرص الإصابة بالناصور الشرجي.

7- قد ينجمُ عن الممارسة حدوثُ ثقبٍ في القولون يحتاج إلى تدخل جراحي.

للجنس الشرجي ثلاثةُ أنماط، هي كالتالي:

أولًا: اللواط:

هي إتيانُ الرجل للرجل في دبُره، وهي فاحشةٌ من أعظم الكبائر، وأقبح الذنوب، وهي تدلُّ على انتكاس الفطرة وطمس البَصيرة وضعف العقل وقلّة الدين. لم يبتلِ اللهُ تعالى بهذه الكبيرة قبَل قوم لوط أحدًا من العالمين لعظم مفسدة هذه الكبيرة، فعاقبُهم الله العزيزُ عقوبةً لم يعاقب بها أمَّة غيرهم، فنكلَ بهم نكالًا لم ينكلْه بقوم سواهم، وجمعَ عليهم صنوفًا من الهلاك، فقلب عليهم الديار، وخسفَ بهم الأرض، ورجَمهم بحجارة أسقطت عليهم من السماء، وطمس أعينهم.

قال تعالى: {وَلُوطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ أَتَأْتُونَ الْفَاحِشَةَ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِنَ الْعَالَمِينَ - إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُسْرِفُونَ - وَمَا كَانَ جَوَابَ قَوْمِهِ إِلا أَنْ قَالُوا أَخْرِجُوهُمْ مِنْ قَرْيَتِكُمْ إِنَّهُمْ أُنَاسٌ يَتَطَهَّرُونَ - فَأَنْجَيْنَاهُ وَأَهْلَهُ إِلا امْرَأَتَهُ كَانَتْ مِنَ الْغَابِرِينَ - وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ مَطَرًا فَانْظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُجْرِمِينَ} (الأعراف: 80 - 84).

وروى الترمذي وأبو داود وابن ماجة عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنهما قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ وَجَدْتُمُوهُ يَعْمَلُ عَمَلَ قَوْمِ لُوطٍ فَاقْتُلُوا الْفَاعِلَ وَالْمَفْعُولَ بِهِ»، صححه الألباني في صحيح الترمذي .

وقد أجمع الصحابةُ على قتل اللوطي، لكن اختلف الفقهاءُ بعد الصحابة، فمنهم مَن قال يقتل على أيِّ حال كان، محصنًا أو غير مُحصن، ومنهم مَن قال: بل يعاقب عقوبة الزاني، فيرجَم إن كان محصنًا، ويجلَد إن كان غير مُحصن، ومنهم مَن قال: يعزَّر التعزير البليغ الذي يراه الحاكم.

إنـه لِعظـم بشـاعةِ هـذه الكبـيرة كانـت أخـفُّ عقوبـة لمرتكبيهـا سـواء كان الفاعـل أو المفعـول بـه (غـير الصغـير الـذي لم يبلـغ الحلـم أو المجنـون أو المكـره) غايـةً في السـوء.

ثانيًا: إتيانُ (وطء) المرأة في دبرها:

إتيانُ المـرأة في دبرهـا كبـيرةٌ عظيمة من الكبائـر، حتى لو وافـقَ الطرفان، فالتراضي عـلى الحـرام لا يجعلـه حـلالًا. وقد لعن النبـي صلى الله عليه وسـلم مَن فعل هـذا فقال: «ملعـونٌ مَـن أتى امرأةً في دبرهـا»، رواه الإمام أحمـد في صحيح الجامع.

وقـد أخـبرَ النبي صـلى الله عليه وسـلم أنه يجـوز للـزوج أن يـأتي زوجتَه كيف شـاء من الأمـام والخلف مـادام في موْضع الولـد، أي بالإيـلاج في المِهبل.

وقـد ذكـر «ابـن القيم الجوزية» شـيئًا مـن الحكـم في حرمةِ إتيـان المرأة في دبرهـا في كتابـه «زاد المعـاد» مـا يأتي (مـع بعض الاختصـار): وأمـا الدبرُ فلم يبـحْ قـطّ عـلى لسـان نبـي مـن الأنبيـاء. ومِـن حكـم تحريـم هـذه الكبـيرة ما يـلي: للمـرأة حـق عـلى الـزوج في الـوطء، ووطؤهـا في دُبرهـا يفـوّت حقَّها، ولا يقـضي وطرَهـا، ولا يُحصـل مقصودَهـا، وأنَّ الدبرَ لم يتهيَّأ لهـذا العمل ولم يخلـق له.

ثالثًا: إتيانُ المرأة للرجل في دُبره باستخدام لعبة جنسية:

مِـن اللعـب الجنسـية قضيـبٌ صناعـي مـن الممكـن أن تدخلَـه المـرأة في دُبـر زوجهـا، كـما أنَّ هنـاك قضيبًـا صناعيًّـا مثبتًا في حـزام من المُمكـن للمرأة أن ترتديَـه فتبـدو وكأن لهـا قضيبًـا، وتسـتخدمه في إتيـانِ الرجـل في دبره عبرَ فتحـة شرجـه، وكلها ممارسـات تدخـلُ في إطـار المحرمات، فكما ذكـرَ قبلًا في شـكوى تلقّاهـا د. «أحمد عبـد الله» أنَّ امـرأة فعلت ذلك مـع زوجها فصارت عـادةً عنده.

حكمُ الإسلام في ممارسة الجنس الشرجي:

تجوز مداعبةُ الزوجة والاستمتاع بدُبرها ولو بغير حائلٍ بشرط عدم الإيلاج عبرَ فتحة الشرج، لأن الدبر كسائر جسدها في الإباحة، إنما المحرمُ هو إيلاجُ القضيب داخلَ الدبر ولو باستخدام حائل. أما الممارساتُ الجنسية الأخرى من تقبيل ولعق فتحة الشرج، فالأمر متروكٌ لتراضي الزوجين، ولا ينبغي للرجل أن يكرَه زوجتَه على أمر لا ترغب فيه أو تستقذره، كما لا ينبغي للزوجة أن تطلبَ من زوجها فعلَ ما لا يرغب فيه أو يستقذره. وإذا أثبتت البحوث الطبية ضررَ هذه الممارسات على أي من الزوجين فستصيرُ من المحرماتِ لأنَّ الشريعة الإسلامية تحُّض على أن تجنب الضرر أولى من جلب النفع.

لقد حرَّم الإسلام حرمةً قاطعة إتيانَ الرجل لرجل في دُبره (اللواط)، وكذا إتيان المرأة في دبرها، أو إتيان المرأة لزوجها في دُبره باستخدام لعبة جنسية، إنَّها ممارسات تأباها وتحاربُها الشريعة الإسلامية وتلفظُها النفس السوية.

- العقدُ النفسية الجنسية:

العقدةُ النفسية هي ببساطة حالةٌ نفسية قد تكون استجابةً إيجابية أو سلبية لما تمَّ اختزانُه في العقل اللاوعي من خبرات، كما قد تكون نتيجةُ استخدام وسائل تربوية بها أخطاءٌ أو تجاوزات مقصودة أو غير مقصودة في مراحل الحياة الأولى للأطفال والمراهقين. والعقدُ النفسية الجنسية هي العقدُ النفسية المرتبطة بالعلاقة مع الجنس الآخر. ومن هذه العقد ما يلي:

1 – عقدةُ أتريوس Atreus complex:

هي عقدةُ الرجل الذي كرهَ بيته وأولاده حينما خانتْه زوجته، وقد يخططُ للانتقام منها في أولاده، ولكنه – في الغالب – لا يتدنَّى لدرجة تنفيذ ما يخططُ له، وفي أحيان نادرةٍ قد يفعل. و«أتريوس» في الأسطورة اليونانية القديمة خانته زوجتُه مع أخيه فعافت نفسُه ولديْه منها.

عقدةُ أتريوس هي عقدةُ الأب النابذ لأولاده.

2 – عقدةُ كليتمنسترا Clytemnestra complex:

هي عقدةُ المرأة التي لديها رغبةٌ لا شعورية بقتل زوجها بسبب حبِّها لرجل آخر، مثلما فعلت «كليتمنسترا» في الأسطورة اليونانية التي قتلت زوجَها في الحّمام ليخلوا لها الطريق مع عشيقها.

عقدةُ كليتمنسترا هي عقدةُ المرأة التي لديها رغبةٌ لا شعورية بقتل زوجها بسبب حبّها لرجل آخر.

3 – عقدةُ إليكترا Electra complex:

تنشأ عقدة إلكترا من تعلُّق الفتاة بأبيها وغيرتها من أمِّها وكرهها لها ورفضها لوجودها في حياة والدها، فهي تراها منافسةً لها فيه، وتوجِّه الابنة كافةَ مشاعرها تجاهَ أبيها، بل ويمتدُّ بها الأمر ليصل إلى حدِّ وجودِ رغبات جنسية جامحة تجاهه.

وترى البنت المصابةُ بعقدة إليكترا أنَّ أمها هي العقبةُ الوحيدة أمامها، فتعمَد إلى تقليد أمِّها في الحركات والإيماءات وطريقة لبسها لتحوز إعجابَ أبيها.

وصفَ هذه العقدة الطبيبُ النفسي النمساوي «سيجموند فرويد» واستمدَّ اسمَها من شخصية «إليكترا» في الأسطورة الإغريقية، التي أحبَّت والدها وحرَّضت أخاها على قتل أمِّها وعشيقها انتقامًا منهما لقتلهما والدها.

عقدةُ إليكترا هي تعلقُ الفتاة بأبيها وبُغضها لأمها.

4 – عقدةُ أوريستس Orestes complex:

عقدةُ رجل عشقت أمُّه رجلًا غيرَ أبيه. و«أوريستس» في الأسطورة الإغريقية هو الابنُ الذي تآمرت أمُّه مع عشيقها على قتلِ أبيه ليخلوا لهما

الطريـق، ونفَّـذا بالفعـل مؤامرتهـا الخسيسـة، فانتقم «أوريسـتس» لأبيه فقتـلَ أمَّه وعشـيقها معًا.

عقدةُ الرجل الذي عشقت أمُّه رجلًا غير أبيه.

5 – عقدةُ ميديا Medea complex:

هـي عقـدةُ المـرأة التـي هجرَها زوجهـا أو خانَها مع أخـرى أو تـزوَّج عليها أو طلقهـا وعـاش مـع غيرهـا مـن النسـاء، فباتت تكيـد لـه وتتفنَّـن في ذلـك، وتنتقمُ منـه في أولادهمـا، وانتقامهـا قـد يقتـصر – في العـادة – عـلى نبـذ الأولاد، كما تفعل بعـض النسـاء في مثل هذه الحـالات، وقد يزيـد عندها الأمرُ فتحـاول إلحاقَ الأذي بهـم لفظيًّـا أو جسـديًّا أو أخلاقيًّـا، وقد يتطـور إلى التفكـير في قتلهم، وقـد تقتلُهم بالفعـل، وقـد تنسـب لضرَّتهـا أو أهـل زوجهـا محـاولاتِ قتـل أبنائهـا، أو تتَّهمهم بأنهـم يريـدون إجهاضَها وهـي حامل.

ومِـن أعـراض عقدة «ميديـا» عجزُ الأم عـن إرضاع صغارهـا ورفضها لذلك رفضًـا قاطعًـا وعزوفها عنهـم وكراهيتها لهـم، فينضبُ ثَدياها بـلا إرادة منها.

إنهـا عقـدةٌ تحوِّل الأم مـن كائنٍ ناعم رقيقٍ حسّـاس إلى مخلوق شـديدِ القسـوة والشراسـة والضراوة.

عقدةُ ميديا هي عقدةُ الأم النابذة لأولادها.

6 – عقدةُ أوديب Oedipus complex:

هـي عقـدةُ تعلـق الابن بأمِّه بشـكل جنـوني، وغيرتـه عليهـا من أبيـه، وكرهه لـه كرهًـا شـديدًا قـد يصل بـه إلى التخطيـط لقتلـه، تتكوَّن هـذه العقـدة في الغالب نتيجـةَ الضغـط الزائـد مـن قبَـل الأب، والكبت الـذي يتولَّـد داخل الأبنـاء نتيجة لهـذا الضغط.

أول مَن وصفَ وفسَّر هذه العقدة هو «سيجموند فرويد» الذي رأى أنَّ الطفل الذكر المصاب بهذه العقدة يرتبط لا شعوريًّا بأمِّه، وينظر لأبيه كمنافس له في حبِّ أمه، ويرفض وجودَ أبيه بحياتها؛ لذا فهو يعزفُ عن أبيه ويعرضُ عنه، كما أنه يغار عليها من أيِّ دخيل، وأنَّ ارتباطه بأمه وحبَّه لها مَشوب بدوافع جنسية، ولكنه يضطرُّ إلى كبت هذه الدوافع ولا يصرِّح بها، تجنُّبًا لنزول العقاب عليه من أبيه.

والطفل من طبيعته – كأي محب – لا يحبذُ أن يكون له شريكٌ فيمن أحب، بل تأخذُه الغيرة ممَّن ينافسه على هذا الحب، كما يأخذُه الغيظ على كلِّ مَن يعتدي على حقه في هذا الحب، لكنه غيظٌ يولد في نفسه الخوفَ من بطش أبيه، كما يقترن في نفسه الشعور بالنقص والشعور بالذنب لما يحملُه نحو أبيه من مشاعرَ سيئة. هذا التناقض في المشاعر بين حبِّه لوالدته والتعلق بها وخوفه من أبيه والرغبة في استبعاده؛ عبارة عن عواطف ومشاعر سلبية يلفُّها الكبتُ فتتكون من ذلك عقدة أوديب.

اعتمدَ «فرويد» في تقرير هذه العقدة وتقريبها للأذهان على أسطورة «أوديب» في الأدب الإغريقي.

عقدةُ أوديب هي تعلُّق الفتي بأمه وكرهُه لأبيه.

7 – عقدةُ جريسلدا Griselda complex:

إنها عقدةُ الوالد الذي يرفض ويقاوم ويعسر أمرَ زواج ابنته خشيةَ فقدانها، وإصراره على إبقائها لنفسه دون سواه، مدعيًا أنه سينالها الذلُّ والهوان إن تزوَّجت وتركته، وأنه أحرصُ الناس على سلامتها، وأنه المصدرُ الأوحد لسعادتها، وكلما تصور أنَّ ابنته سيمتلكها آخرُ ويكون لها زوجًا، وتنجب أولادًا منه؛ استيقظت في نفسه مشاعرُ الرفض القوية، فيزداد حرصًا على ابنته وإصرارًا على استبقائها لنفسه معه.

كانـت «جريسـيلدا» في الأسـطورة الإغريقية مضربَ المثل في الجَـمال والكمال، ونسـجت مـن حولهـا الروايـات، وقـد تعنـت والدُهـا في أمـر تزويجها، فـكان ينفرُ النـاس مـن خطبتِهـا أو يشـترط لزواجها الـشروطَ المعجـزة ليفرَّ منهـا الخطاب.

عقدةُ جريسيلدا هي عقدةُ الأب الذي يحبُّ ابنتَه حبًّا يدفعه ليمنعها من الزواج.

8 – عقدةُ ديانا (عقدة أرتيمس) Diana complex:

هـي العقـدةُ التـي تبين تمـردَ الفتاة عـلى أنوثتهـا، وإبداءهـا الكثير مـن صفات الرجولة، فتندفع لتسـلك سـلوكياتٍ عشـوائية، وتلبـس ملابسَ الرجال، وتتشبَّه بالرجـال، وتميـل إلى امتهانِ مِهنهم، وقـد تتزعَّم الرجال كـ«جـان دارك» (1412م – 1431م) القائـدة الفرنسـية إبّـان حـرب المائـة عـام التـي نشـبتْ بـين إنجلـترا وفرنسـا في القـرن الخامس عـشر الميلادي.

وتـرى «هيلـين دويتـش» أنَّ هـذه العقـدة نتجت مـن أنَّ بعض النسـاء وجدنَ الأنوثـة حائـلًا بينهـنَّ وبـين تحقيـق بعـض أهدافهـن التـي لا تتناسَـق مـع طبيعـة جنسـهن، وحينـما يجـدنَ الأنوثـة عقبـةً تعـوق تحقيـق أهدافهـنَّ تتحرك بهـنَّ الميولُ الذكوريـة وتقـوى، وتتعطل في نفـسِ الوقت الكثيرُ مـن وظائفهـن الأنثوية، فتغالي المـرأةُ في السـلوك الذكـوري عـلى حسـاب الأنوثة. وأضافـت «هيلـين دويتش» أنَّ المـرأة المُسـترجلة تحـاول أن تكـونَ شـيئًا في عـالم الرجـال، وأن تتميـزَ عـلى غيرهـا في عـالم النسـاء، ولكنهـا – في الغالـب الأعـم – لا تحقـق أيًّـا مـن أمانيهـا، فلا هي احتفظـتْ بأنوثتهـا ولا هـي صـارتْ كالرجـال، ويتسـبَّب ابتعادهـا عـن الأنوثـة واقترابهـا مـن الرجولـة في خوْضهـا صراعات تزكّيهـا دوافعُ غبيـة، صراعات ليس لهـا حـدود، وتنتهـي بهـا إلى إنهاكهـا واسـتنفاذ طاقتها.

والواقـعُ المعـاصر يوضـح أنَّ العديدَ من النسـاء انصرفنَ عـن دورهن الأنثوي بدرجـة مـا من الدرجات، وقصرن في واجباتهن كسـيداتٍ في سـبيل النجـاح المِهني

على حساب زوجها وأولادها وبيتها وأعصابها، وبعثرت طاقتها خارج البيت وداخله فتمزقت. وفي العادة يتسبَّب تراوح المرأة بين النمط الأنثوي والنمط الذكوري في تصدُّع شخصيتها وانقسامِها على نفسها.

عقدةُ ديانا هي رغبةُ الأنثى في أن تكون ذكرًا.

9 – عقدةُ نابليون Napoleon complex:

يطلق علماءُ النفس على هذه العقدة «عقدة أصحاب البنية الضئيلة»، حيث يكون صاحبُ هذه العقدة ضئيلَ الجسم أو به عيوبٌ ظاهرة في جسده أو ذا إعاقة معينة، فيسعى إلى التفوق على زملائه وأترابه وأقرانه وقيادتهم أو الحصول على شعبية كبيرة بينهم، أو يقوم بتصرفاتٍ يعوِّض بها هذه العيوب فيصير عدوانيًّا وعنيفًا مع النساء، ويكثر من غشيانِ النساء ويتصرف مثلَ «دون جوان».

سمَّى العالم النفسي النمساوي «ألفرد أدلر» (1870م – 1937م) هذه العقدةَ على اسم القائد العسكري والسسياسي الإمبراطور الفرنسي «نابليون بونابرت» (1769م – 1821م) لأنه اتصف بمعاناتِه منها.

10 – عقدةُ فيدرا Phaedra complex:

وهي زوجةُ الأب التي تقع في حبِّ ابنِ زوجها، وتريده لنفسها ولكنه يستعصمُ منها.

عقدةُ فيدرا هي عقدةُ زوجة الأب التي تقع في حبِّ ابنِ زوجها.

11 – عقدةُ مادونا والعاهرة:

هي العجزُ عن الحفاظ على الإثارة الجنسية خلالَ علاقة ملتزمة ومحبَّة. تتطور هذه العقدةُ لدى الرجال الذين يرون النساء إمّا قديسات كالأمهات أو

منحرفـات كالعاهـرات. إنهـا عقـدةُ الرجـل الـذي يـمارس الجـماعَ مع امـرأة، لكنه لا يحترمهـا مطلقًـا ولـن يتزوَّجهـا أبـدًا، فهـي في نظـره ملوَّثـة ونَجسـة ولا تليق به كزوجـة، ومـع أنه قد يمتلـك مشـاعرَ عاطفية نحوها، ولكنه لن يسـمح لنفسـه أن يكـونَ معهـا لبقيـة حياته فهذه هـي «العاهرة»، وسـيبحث عـن فتاةٍ أخـرى «جيدة للـزواج»، ويحبّـذ أن تكون باردة جنسـيًّا، لكنها جيـدةٌ في الطهـي والتنظيف وإدارة المنزل بشـكل عـام، كما أنها المرأةُ التي سـتحمَل وتـربي أولاده وهذه هـي «مادونا».

الرجـالُ الذيـن يعانـون من هـذه العقدة غـيرُ قادرين عـلى دمج هـذه الصورة «الثنائيـة للمـرأة»، أي قدرتها عـلى التعبير عـن رغباتها الجنسـية، وإمكانية أن تكون – في نفـس الوقـت – شريكـةَ حيـاة، فكل امـرأةٍ في الواقـع قادرة على ذلـك، إلا إنَّ هـؤلاء الرجـال ليـسَ لديهم هـذه الرؤية الثنائيـة لنفس المـرأة الواحدة.

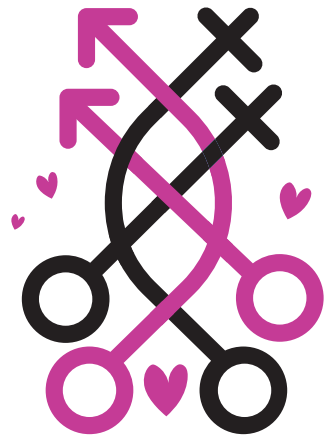
وعـنْ أصحـاب هذه العقـدة كتبَ «فرويـد»: «عندمـا يحبُّ هـؤلاء الرجال لا يرغبـون، وعندمـا يرغبونَ لا يمكنهـم أن يحبوا".

عقدةُ مادونا والعاهرة هي عقدةُ الرجل الذي لا يتصوَّر أنَّ المرأة قد تكون محافظةً في أوقات ولعوبًا في أوقات أخرى.

الفصلُ الخامس

السلامةُ والصحة الجنسية

الصحـةُ الجنسـية هـي: «حالـةٌ مـن الشـعور بالصحـة البدنيـة والعاطفيـة والعقليـة والاجتماعيـة فيما يتعلق بممارسـة الجنـس مـع شريـك الحيـاة، وشـعورُ كلِّ طـرف فيهـا بالرضا والسـعادة النفسـية والبدنيـة حـولَ طبيعـة وأجـواء ومعـدل ممارسـتها، بحيث لا تتضمن أيَّ شـكل من أشـكال الإكراه أو الاغتصـاب أو الإهانة أو العنف، وتخضـع لبعض الإجراءات الوقائيـة لتجنـب المشـكلات الصحيـة الجنسـية وتوفـرُ حمايـة الطرفـين مـن الأمـراض المنقولة جنسـيًّا».



أولًا: إجراءاتٌ صحية وقائية

المحافظةُ على الصحة الجنسية العامة:

يمكن الحفاظُ على الصحة الجنسية بالإجراءات التالية:

– اتباعُ نظام غذائي صحي متكامل يساهم في تقوية القدرة الجنسية وتقليل فرص الإصابة بالأمراض، والتخفيف من سلطانِ الغريزة وجموح الشهوة، كتناوُلِ الطعام في أوقات محددة، وتجنُّب الأطعمة المحتوية على البهارات والتوابل أو الإقلال منها، والإقلال ما أمكنَ من المنبِّهات العصبيه كالقهوة والشاي، وعدم الإكثار من اللحوم الحمراء والبيض، كما ينصح بالتقليل من الوجبات الدَّسمة. وإنه من الأهمية الحرصُ على صيام النوافل وتلافي الشبَع وامتلاء المعدة، فمقاومة شهوة الطعام تدعم تهدئةَ الشهوة الجنسية.

– تجنُّب التدخين وتعاطي المخدرات واحتساء الكحوليات، وكلها من أكثرِ العادات السيئة التي تؤثر سلبًا على صحة الجسم بشكل عام والصحة الجنسية بشكل خاص.

– الحفاظُ على الوزن الصحي، فزيادةُ وزن الجسم تقلصُ من القدرة الجنسية، وتقلِّل من فرص الحمل، وتستجلب العديد من المشكلات الجنسية الأخرى، كما أن نقصَ وزن الجسم عن معدله الصحي قد يضعف من صحة الإنسان، مما يؤثر على أدائه الجنسي.

– الاهتمامُ بالنظافة الشخصية بصفةٍ عامة ونظافةِ المنطقة الحسّاسة بصفة خاصة، للتقليل من احتمالية الإصابة بالعدوى والفطريات والالتهابات.

– تجنُّب التعرض للضغوط النفسية قدر الإمكان.

– عدمُ تناول أي أدوية أو عقاقير إلا تحت إشراف طبي.

المحافظةُ على صحة القضيب:

أنَّـه مـن الأهميـة بمـكان أن يعـرف الرجـلُ كيفيةَ الحفـاظ على صحة وسـلامة قضيبـه، ويتـم ذلك بـألا يعرضَـه للصدمات الكثـيرة والتي قـد تؤثر عـلى وظائفه، وقـد تتسـبَّب في تشـوُّه شـكله وازديـاد انحنائـه زيـادةً كبـيرة، كـما يجـب اجتنـابُ الاسـتثارات الجنسـية المتكـرِّرة قدرَ الجهـد حتى لا تسـبب احتقانًا مسـتمرًّا بالمنطقة التناسـلية دون أن تكـون هنـاك فرصـة جمـاع لتفريـغ هـذا الاحتقـان. وإن كانـت هنـاك ممارسـةٌ للعـادة السريـة فيجـب أن تتـمَّ بطريقـة صحيـة، فمداومـة الممارسـة العنيفـة بتوقيـع الضغـط الشـديد عـلى القضيـب وإحـداث سرعـة احتـكاك فائقة أثنـاء الممارسـة بقصدِ اسـتجلاب لـذة قصوى من شـأنها إلحاقُ الأذى بـه على المدى المتوسـط أو البعيد.

ينبغـي مراجعـةُ الطبيـب المختـصّ إذا وجـد الرجلُ عـلى قضيبه طفحًـا جلديًّا غريبًـا أو كدمـات كبـيرة ومنتـشرة وذات لـون غـير مألـوف، أو رأى أيَّ ثآليـل أو تكتـلات عليـه، أو إذا خرجـت منـه إفـرازاتٌ غريبـة ذات رائحـة غـير طبيعية، أو تغـير لـونُ السـائل المنـوي أو تبدَّلـت درجـةُ لزوجتـه، أو إذا شـعرَ بحرقـان أثنـاء التبـول، أو تغـيرت طريقـةُ القـذف، أو حدث نـزف للدم أثنـاء التبـول أو القذف، أو شـاهدَ تقوسًـا شـديدًا للقضيـب أو سـبَّب لـه ألمًـا، أو ازدادت الرغبـة الجنسـية زيـادة مفاجئـة أو انخفضـت انخفاضًـا كبيرًا.

المحافظةُ على صحة المهبل:

يجبُ مراعاةُ الإجراءات التالية محافظة على صحة المهبل:

– ارتـداءُ الملابـس الداخليـة القطنية، مع الحـرص على تهوية المنطقة الحساسـة بعـدم ارتداء ملابـس داخلية لبعـض الوقت.

– تناولُ الأطعمة الصحية.

– الإكثارُ من تناول الزبادي الخالي من السكر.

– تجنُّب تنظيف المهبل من الداخل، فالمهبل يقوم بتنظيف نفسه بنفسه، والاكتفاء بتنظيف المنطقة الخارجية بالماء الفاتر وحده أو باستخدام الصابون الخالي من المعطرات.

– تجنُّب استخدام المضادات الحيوية – إلا باشراف الأطباء – حتى لا يقضى على بكتيريا المهبل النافعة.

– الاستنجاءُ من الأمام للخلف حماية لمنطقة المهبل من انتقال البكتيريا الضارة من منطقة فتحة الشرج غلى فتحة المهبل.

– غسلُ بقايا السائل المنوي النازح من المهبل بعد الجماع.

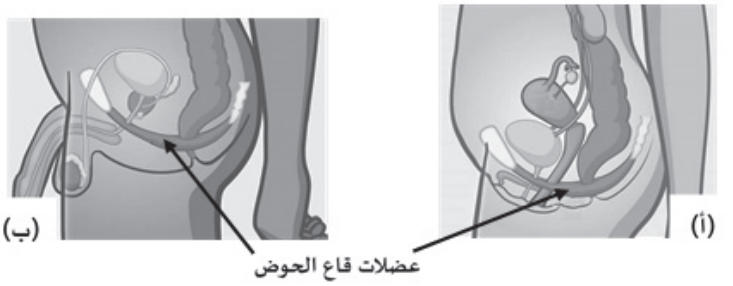
– إفراغُ المثانة البولية بعد الجماع للمساعدة في التخلص من أي بكتيريا ضارة تكون قد انتقلت إلى مجرى البول أثناء العلاقة.

– المحافظةُ على النظافة خلال فترة الحيض، وعدم استخدام الفوط الصحية أو السدادات أو أي وسيلة أخرى لفترات طويلة.

– استخدامُ الواقي الذكري أثناء العلاقة الجنسية قدر الإمكان.

– التركيزُ على ممارسة الرياضة بصفة عامة، وممارسة تمارين «كيجل» خاصة بعد الولادة بهدف الحفاظ على عضلات قاع الحوض.

ولتمارين «كيجل» قصة، ففي عام 1948م وصفَ طبيبُ النساء والولادة «أرنولد كيجل» تمارينَ رياضية لتقوية عضلات قاع الحوض بالرجل والمرأة (التي سمّيت بعضلات كيجل) كعلاج غير جراحَي لبعض المشكلات الناجمة عن ضعف هذه العضلات. وعضلات قاع الحوض قوية جدًّا (شكل: 36)، وهي تساعد في تثبيت المَثانة البولية والمستقيم والرحم في أماكنهم بالجسم، كما تسهم في إغلاق مجْرى البول وفتحة الشرج وتضييق المهبل، ولكن هذه العضلات عرضةٌ لأن يصيبها الضعف والوهَن بسبب الحمل والولادة، أو بعد إجراء بعض العمليات الجراحية، أو زيادة الوزن، أو بلوغ الشيخوخة.



شكل (٣٦): قطاع طولي في منطقة الحوض مبينًا
عضلات قاع الحوض: (أ) المرأة. (ب) الرجل.

ولهذه التمارين فوائدُ عديدة للنساء والرجال، كالتالي:

بالنسبة للنساء:

1 – تخفُف من سلس البول أثناءَ فترة الحمل وبعد الولادة، كما تساهم في منع تسرُّب قطرات البول عند العطس أو السعال أو الضحك أو حمل الأشياء الثقيلة، ولكنها لن تفيد في حالة تسرب البول الشديدة.

2 – تساعدُ على منع تسرب البراز والتحكم النسبي في خروج الريح.

3 – تقللُ من الشعور بالآلام الطبيعية أثناء الولادة، كما تعمل على تسهيل عملية الولادة إلى حد ما.

4 – تعملُ على تضييق المهبل بعدَ تكرار الولادات الطبيعية التي تتسبب في اتساعه، مما يسمح بممارسة معاشرة جنسية أكثر متعة لكل من الزوجين.

5 – لها تأثيرٌ إيجابي في حالات هبوط المِهبل، والمساعدة في منع هبوط الرحم والتقليل من حدته.

بالنسبة للرجال:

1 – علاجُ ضعف الانتصاب.

2 – التحكمُ في سرعة القذف.

3 – تحسِّنُ من تدفق الدم إلى الجهاز التناسلي.

4 – تساعدُ في الإحساس بشعور أقوى للمتعة الجنسية أثناء الجماع.
5 – تسهمُ بقدر ما في علاج التهابات البروستاتا وتسكن من آلامها.
6 – تساعدُ في التحكم في نشاط المثانة وعلاج سلس البول إلى حد ما.

كيفيةُ القيام بتمارين كيجل:

أولًا: تحديدُ مكان عضلات قاع الحوض: حتى يعرف الإنسانُ على أيِّ عضلات سوف يعمل ويركز، يتمُّ قبضُ العضلات الموجودة حولَ فتحة الشرج والتي تحبس البراز (وكأنَّ الإنسان يريد وقفَ التبرز) وتلك الموجودة حول فتحة التبول والتي تحبسُ البول (وكأنَّ الإنسان يريد وقف التبول).

إذا واجهتِ السيدة صعوبةً في تحديد عضلات قاع الحوض يمكنها من أن تدخل أصبعها في مهبلها ثمَّ تقبض هذه العضلات وستشعرُ بالضغط يزداد حولَ أصبعها، وعندما تبسطها سيتحرَّر الأصبع. كما يمكن للسيدة أن تحدد عضلات قاع الحوض خلالَ ممارسة الجماع مع زوجها، وذلك بقبض هذه العضلات وتقليصها فيشعر الزوج بالضغط على عضوه الذكري وهو داخل المِهبل، فتتيح فرصة للاستمتاع أكثرَ بالمعاشرة الجنسية لكلا الزوجين، حيث سيكون المهبل وكأنه يعانق القضيب بقوة أكثر.

ثانيًا: البدءُ في ممارسة التمرينات بقبض عضلاتِ قاع الحوض لمدة 5 ثوان، ثمَّ بسطها لمدة 5 ثوان أخرى، ثمَّ تكرار هذه العملية خمسَ مرات متتالية، ثمَّ تؤخَذ فترة استرخاء قدرها 10 ثوانٍ، ثمَّ معاودة تكرار مجموعة أخرى من هذه التمرينات، وهكذا حتى يتمَّ إجراء عشْر مجموعات في المرة الواحدة، ثمَّ تكرَّر هذه المجموعات ثلاثَ مرات باليوم الواحد، مع مراعاة أنْ يتمَّ التنفس بالطريقة العادية وعدمَ حبس الأنفاس أثناء ممارسة التمارين.

يجب التركيزُ على عضلات قاع الحوض فقط، والحرص على عدم شدِّ أيِّ عضلات بالبطن أو الأرداف أو الفخذين، وإذا شعرَ الإنسان بألم قليل في الظهر أو البطن أثرَ ممارسة تمارين «كيجل» فهذا مؤشرٌ على أنه لا يؤدي هذه التمارين بطريقة صحيحة.

مِن مزايا هذه التمارين أنه يمكن إجراؤها بسهولة في أوضاع الجلوس على كرسي أو الاستلقاء على الأرض أو على الأريكة أو الوقوف، وسيتمُّ جنيُ نتائج فعّالة في غضون 4–6 أسابيع من مزاولة هذه التمارين إذا مورستْ بانتظام كروتين يومي.

وممّا يجدر الإشارةُ إليه أن هناك أساليبَ عدة لأداء تمارين «كيجل» للرجال والنساء يزخر بهم الإنترنت، ولمختلف الأغراض الوقائية والعلاجية.

وسائلُ حماية الثياب من التلوث بدم الحيض:

تستخدم المرأةُ في خلال أيام الحيض عدةَ وسائل بغرض منع دماء الحيض من تلويث ثيابها، ومن أن تقيد حركتَها خارج بيتها، ومن أشهر هذه الوسائل التالي:

1. حفاضاتُ الحيض (الفوط الصحية) Sanitary Pads:

هي قطعةٌ ماصَّة من أنسجة طبيعية وصناعية تلصق بالسطح الداخلي للجزء السفلي من ملابس الأنثى الداخلية في الموضع المواجه لفتحة المِهبل وما حولها خلالَ فترة الحيض أو النزيف التالي للولادة أو عند التعافي من جراحة نسائية أو في حالة الإجهاض أو في أي حالة تتطلب امتصاصَ دم أو سوائل يحتمل خروجها من فتحة المهبل.

2. السداداتُ القطنية (التامبون) Tampons:

السدادةُ القطنية عبارة عن قطعةٍ أسطوانية الشكل من القطن الممزوج بالحرير الصناعي والمتشرب بمواد غروية ماصة ومغلَّفةَ بأسطوانة بلاستيكية لازمة لإدْخالها بالمهبل، ومزوَّدة بخيط في أحدِ طرفيها ليسهل سحبها عند نزعها، ولها عدة أحجامٍ لتناسب جميع النساء.

3. كأسُ الحيض Menstrual cup:

يتَّخذ كأس الحيض شكلَ القمع أو الجرس، وله جذع يستخدَم في إدخاله وإخراجه من المهبل، وهو مصنوعٌ من مادة مَرنة من السيليكون أو المطاط،

ويعمل على جمع دم الحيض دون أيِّ تسريب بدلًا من امتصاصه كما يحدثُ عند استخدام الفوطَ الصحية أو السدادات القطنية.

4 – السروالُ الداخلي للحيض Menstrual Underwear:

هو سروالٌ مصنوع من خامات مطاطية ومصمَّم بمَقاسات تناسب مختلفَ أحجام النساء، يتم ارتداؤه كالسروال الداخلي تمامًا، وهو يستطيع امتصاصَ دم الحيض بصورة جيدة ويكون محكمًا لا يسمح بتسريبه.

كلُّ الوسائل السابقة تصلحُ للنساء الثيبات أما الفتيات العذارى فيستخدمن حفاضات الحيض أو سراويل الحيض الداخلية حفاظًا على بكارتهن.

توقيعُ الكشف الطبي قبل الزواج:

يستحبُّ قبلَ عقد الزواج والزفاف إخبارُ الطبيب بأيِّ مشكلات صحية وإجراء بعض التحاليل والفحوصات الطبية اللازمة للاطمئنان على السلامة الجنسية والتعرف مبكرًا على أيِّ مشكلات صحية تتعلق بالمعاشرة الجنسية والقدرة على الإنجاب، والبدء في علاجها، والوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًّا، وخلوّ أطفال المستقبل من احتمالات الإصابة بالأمراض الوراثية... إلخ، خاصَّة حينما تكون هناك صلةُ قرابة بين العروسين، فذلك سيبعث على اتخاذِ قرار إتمام مشوار الزواج من عدمِه على بصيرة. ومن هذه التحاليل والفحوصات ما يلي:

- فحصُ الغدتين الدرقية والكظرية.
- فحصُ وتحليل السائل المنوي.
- فحصُ المبايض لدى النساء.
- فحصُ القضيب والخصيتين والقدرة على الانتصاب واختبارات القدرة الجنسية.

تنظيمُ الأسرة

لا يمنع الإسلامُ تنظيمَ النسل متى كانت هناك ضرورةٌ تقتضي لجوءَ الإنسان إليه، وذلك باتخاذ وسيلة مشروعه يمنع بها الحمل، ولقد انتهى قرارُ المجمع

الفقهي الإسلامي بشأن قضيةِ تحديد النسل إلى عدم جوازه بصفةٍ مطلقة، وأنه لا مانع من تعاطي أسباب منع الحمْل أو تأخيره في حالات الضَّرر المحقق أو لأسباب أخرى شرعية أو صحية، ليباح التحديد في حالة ما إذا كان الرجل مَعيلًا لا يستطيع تربيةَ أبنائه التربية الصحيحة، وكذلك إذا كانتِ المرأة ضعيفة أو كانت موصولة الحمل، أو كان الرجلُ فقيرًا، ففي مثل هذه الحالات يُباح تحديد النسل، بل إنَّ بعضَ العلماء رأى أنَّ التحديد في هذه الحالات لا يكون مباحًا فقط بل يكون مندوبًا إليه، وألحقَ الإمام «أبو حامد الغزالي» بهذه الحالات حالةَ ما إذا خافتِ المرأة على جمالها، فمن حق الزوجين في هذه الحالة أن يمنعَا النسل، بل ذهب كثيرٌ من أهل العلم إلى إباحته مطلقًا شريطةَ أن يتمَّ بالوسائل المشروعة.

إنها شريعةٌ غرّاء.. تصلح لكل زمان ومكان.. وكل عصر ومصر.

منعُ الحمل

لتجنُّب حمل غير مخطَّط له، أو لتنظيم إنجاب الأطفال، بضبط الفترة الزمنية التي تفصل الحمل عن الذي يليه لجأ الناس إلى تنظيم الأسرة بمنع الحمل مؤقتًا لفترة من وقت أو لفترات قد تطول أو تقصر أو لمنعه على الإطلاق.

وسائلُ منع الحمل Contraception:

لا تتوفَّر – حتى اليوم – وسيلةُ منع حمل مؤقتةٌ قادرة على منعِه بنسبة 100٪ وخالية من الآثار الجانبية أو الأخطار الصحية.

أنواعُ وسائل منع الحمل:

يتمُّ منعُ الحمل بوسائل شتى، منها ما هو خاصٌّ بالرجال ومنها ما هو للنساء، كالتالي:

أولًا: بالنسبة للرجال:

يمكن تقسيمُ وسائل منعِ الحمل للرجال طبقًا لآلية عملِها إلى التالي:

1 – العزْل Withdrawal كوسيلة طبيعية:

يقوم الزوجُ بعملية الجماع بشكلٍ طبيعي، وقبلَ القذف بلحظات يسحب قضيبَه من مهبل زوجته ويقذف سائله المنوي خارج مهبلِها. إنها من أقدم الطرق التي استخدمها الرجالُ في منع الحمل، وهي الطريقة التي اتَّبعها الصحابة الكرام رضوان الله عليهم في تنظيم نسلهم، ففى صحيح البخارى عن «جابر» رضي الله عنه قال: «كنّا نعزل على عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم والقرآن يُنزل».. أي: إنَّ القرآن لم ينه المسلمين عن فعل ذلك.

هذه الطريقة لا تحقق – في الغالب – الرضا الكاملَ لكلا الزوجين، كما أنَّه في بعض الأحيان لا يستطيع الزوجُ التحكمَ في نفسه فتأخذه شهوتُه أخذًا فيقذب منيّه بمِهبل زوجته، وفي بعض الحالات قد تحمل المرأة – رغم العزل – لتسرُّب جزءٍ يسير من السائل المنوي إليها.

2 – الواقي الذكري (الكبوت – الكوندم) Condom:

هو الوسيلةُ الأكثرُ شيوعًا التي أثبتت كفاءةً عالية في منع الحمل، وهو عبارة عن غلافٍ رقيق أسطواني الشكل مصنوعٌ من موادّ مطاطة مثل البوليسوبرين والبوليوريثين يتمُّ إلباسُه للقضيب المنتصب قبل الإيلاج، يعمل على حبس السائل المنوي المقذوف واحتوائه بالكامل داخله ومنعه من الوصول إلى المهبل.

3 – الحقنُ بمادة هلامية:

حقنٌ مستحضَر من مادَّة هلامية (جيل) في الوعاء الناقل للرجل فيسدُّه مانعًا بذلك مرورَ الحيوانات المنوية خلاله إلى بقية القناة التناسلية. يمتدُّ مفعولُ هذا المستحضَر من عام إلى عامين كحدٍّ أقصى، ويمكن أن ينتهي مفعولُه بحقنة ثانية تذيب هذه المادة الهلامية، وتعيد فتحَ مجرى الوعاء الناقل حين الرغبة في الإنجاب.

4 – المنعُ جراحيا بقطع الوعاء الناقل :

هـي عمليـةٌ جراحيـة يتـمُّ بهـا قطـعُ وإغـلاق الوعائـين الناقلـين فـلا تواصل الحيوانـات المنوية طريقَهـا إلى حيـث قنـاة القـذف، وبالتـالي يصبـح السـائلُ المنوي المقـذوف خاليًـا مـن الحيوانـات المنويـة وبالتـالي فاقـدَ القـدرة عـلى الإخصاب.

هـذه العمليـة مـن أسـهلِ وأسرع العمليـات الجراحيـة، بسـبب قـرب الحبـل المنـوي المسـتهدَف مـن سـطحَ الجلـد، فيسـتطيع الطبيـب الجـرّاح الوصـولَ إليـه بسـهولة، وإجراؤهـا يسـتغرق مـن خمس عـشرة إلى ثلاثين دقيقـة. يفقـد الرجلُ بها قدرتـه عـلى الإنجـاب تمامًـا بواسـطة الجماع.

5 – المنعُ بالهرمونات:

(1) الحقنُ الهرموني:

يسـاعد حقـنُ هرمـوني البروجيسـتيرون والتستوسـتيرون تحـتَ الجلـد بنسـب معينـة عـلى منـع إنتـاج الحيوانـات المنويـة. يسـتمر مفعـولُ هـذا الحقْـن مـن ثلاثة إلى أربعة أشـهر. ولكـن بمجرَّد التخـلي عنها يعود الجسـمُ إلى طبيعته في إنتـاج الحيوانات المنويـة، كـما أنَّ ليـس لها أعـراض جانبية ذات بـال، إلا – في بعض الأحيان – تتسـبَّب في ظهـور حـبِّ الشـباب وزيادة الـوزن وانخفـاض الرغبة الجنسـية.

(2) حبوبُ منع الحمل :

لم تلـَق حبـوبُ منـع الحمـل للرجـال نصيبَها مـن القبـول والنجـاح ليس على المسـتوى العلمـي قـدر ما هـو الشـك في جـدوى القيمـة الاقتصاديـة لإنتاجها.

وحبوبُ منع الحمل للرجال على عدةِ أنواع، كالتالي:

– حبـوبٌ تعمـل على عدم نزول السـائل المنـوي، وقد تؤدي إلى عـدم القذف، ولكنهـا لا تمنع حصـول الرجل على ذروة اللذة الجنسـية.

– حبـوبٌ تقـوم بتعطيـل الحيـوان المنـوي عنـد الدخـول إلى الرحـم، ويمتـد مفعولهـا لأكثـر مـن ثلاثة أشـهر.

- حبوبُ جانداروسا: وهي حبوبٌ مشتقَّة من نبات «جوستيكا جينداروسا» *Justica gendarussa*، وهي تقوم بالقضاء على الحيوانات المنوية.

ثانيًا: بالنسبة للنساء:

1 – الطرقُ الطبيعية:

(1) المنعُ بالرضاعة الطبيعية:

تنقطع – عادة – الدورةُ الشهرية خلالَ فترة الرضاعة – أو جزء منها – بسبب تثبيط هرمونات الرضاعة للهرمونات المسئولة عنْ تحضير البويضة للإخصاب، فيتوقفُ نموُّ الجريبات ويمنع التبويض، الأمرُ الذي يجعل من الرضاعة الطبيعية وسيلةً طبيعية لمنع الحمل.

يمكن للرضاعة الطبيعة أن تمنعَ الحمل بنسبة 98٪ في أول ستة شهور بعد الولادة إذا اعتمدَ الرضيع في غذائه اعتمادًا كليًّا عليها، وأن تتمَّ الرضاعةُ مرة كلَّ أربع ساعات في النهار، وكلَّ ستِّ ساعات في الليل على الأقل.

(2) قصرُ الجماع على فترة الأمان:

يعتمد تقديرُ أيام الأمان التي لا يحدث فيها حملٌ حتى في حال الجماع بدون عزلٍ أو اتباع أحد طرق منع الحمل على انتظام الدورة الشهرية للمرأة. ففي حالِ انتظام الدورة الشهرية فإنَّ يوم التبويض غالبًا ما يكون قبلَ ما يقارب أربعة عشَر يومًا من يوم بدْء الحيض التالي، وبناءً على أنَّ البويضة تعيش لمدة يوم كامل تقريبًا (على الأكثر) بعدَ التبويض، بينما تعيش الحيوانات المنوية ما يقارب خمسة أيام (على أطول الأعمار) في الرَّحم بعد الجماع، فإن الأيام التي يجدر فيها تجنبُ الجماع تقدر بما يقاربُ سبعة أيام من كلِّ شهر، وهي يومُ التبويض واليوم الذي يليه والأيام الخمسة السابقة له.

يمكن تقديرُ يوم التبويض بدقة من خلالِ تتبع علامات التبويض لعدَّة أشهر متتالية وتقدير اليوم الذي يتم فيه التبويض من كلِّ شهر، ومن طرق تحديد يوم التبويض ما يأتي:

– تتبعُ درجة حرارة الجسم الأساسية لعدة أشهر في الأيام المتوقعة للتبويض، حيث أنها ترتفع بشكل محدود بعد التبويض.

– مراقبةُ إفرازات عنق الرحم، حيث إنها تكون أقل لزوجة ومائلة إلى المائية في يوم التبويض.

– استخدامُ جهاز تتبع التبويض المنزلي، وهو جهاز يشبه جهاز تحليل الحمل المنزلي.

ومما يجدرُ ذكرُه أن عدمَ انتظام الدورة الشهرية وتذبذبَ موعد التبويض في بعض الأشهر لن يمكن المرأة من تقدير أيام الأمان للجماع، لذلك فإنَّ طريقة تحديد أيام الأمان للجماع في هذه الأحوال تعتبر غير مناسبة تمامًا لمنع الحمل.

2 – المنعُ كيميائيا:

(1) المبيداتُ المنوية Spermicides:

هي موادُّ كيميائية تستخدمها المرأةُ قبل الجماع لقتل الحيوانات المنوية أو منعها من الحركة ومن دخول الرحم بعد قذفها. تتوافَر هذه المبيدات في عدة أشكال منها الكريم، والمادَّة الهلامية (الجل)، والغشاء، والتحميلة المهبلية (الأقماع)، والأقراص الرَّغوية، والإسفنجة المهبلية والغسول المهبلي... إلخ، وإنَّه من الأفضل دمجُها مع وسائل المنع العازلة لتزيد من فاعلية المنع.

(2) مانعُ الحمل المناعي:

هو لقاحٌ يحفز الجهازَ المناعي لجسم المرأة على إنتاج الأجسام المضادَّة التي تهاجم الجنين، ويؤمن اللقاح منعًا للحمل لمدة ستةِ أشهر بعد تناول الجرعة.

3 – المنعُ فيزيائيا أو فيزيائيا/ كيميائيا:

(1) اللولبُ النحاسي:

هو أنبوبٌ بلاستيكي على شكل حرف **T** يلفُّ حولَ ساقه سلك نحاسي (شكل: 37)، يتمُّ إدخالُه في الرحم بمعرفة الطبيب/ الطبيبة (شكل: 38)،

وهـو يعمـلُ عـلى إيقـاف حركـة الحيوانـات المنويـة بسـبب مـا بـه من نحـاس، كما يعيـق انغـراسَ الجنـين في بطانـة الرحم.

شكل (٣٧): أشكال متنوعة من اللوالب.

شكل (٣٨): اللولب في موضعه بالرحم.

(2) الواقي الأنثوي Female Condom:

هـو كيـسٌ مـن غشـاء مَـرن أسـطوانيُّ الشـكل، لـه طرفـان ينتهـي كلٌّ منهـما بحلقـة مَرنـة، ويكـون أحـد الطرفـين مفتوحًـا والآخـر مسـدودًا (شـكل: 39). يعمـل الواقـي الأنثـوي عـلى جَمْع السـائل المنـوي داخلَـه ويمنعـه من الدخـول إلى المهبـل خـلال الجـماع وبعـدَه.

شكل (٣٩): الواقي الأنثوي.

(3) الغرسةُ الجزئية:

هي عبارة عن لفافةٍ من الستانليس ستيل ذات مرونةٍ عالية من الخارج، وتتكوَّن من ألياف البولي إيثيلين، يتمُّ زرعُها في الرحم وأنابيب فالوب لتسدّها بالألياف المكونة لها.

(4) الحاجزُ الرحمي Diaphragm:

هو عبارة عن قطعةٍ مَرنة من المطّاط أو السيليكون كالقلنسوة أو الكأس المسطح دائرية الشكل، تتميز بحافةٍ مَرنة تغطي فوهةَ عنق الرحم تحولُ دونَ دخول الحيوانات المنوية إليه، ويستخدم معها مبيدُ الحيوانات المنوية لقتلها أو شلِّ حركتها.

(5) الإسفنجةُ المانعة للحمل:

هو قرصٌ مصنوع من إسفنج البولي يوريثان، ومزوَّد بشريط على أحد جوانبه ليسهل إزالته، وهو يسدُّ الطريقَ أمام الحيوانات المنوية ويمنعها من دخول الرَّحم، ويحتوي على مبيدٍ للحيوانات المنوية الذي يؤدّي دورَه في قتل وشلِّ حركة الحيوانات المنوية.

قبلَ الجماع، يجب إدخالُ الإسفنجة داخلَ أعماق المهبل بحيث تغطي عنقَ الرحم، وستقوم عضلاتُ المهبل بتثبيتها في مكانها.

4 – المنعُ جراحيًّا:

تعتمد هذه العمليةُ على استئصال جزءٍ من قناتي فالوب أو إغلاقهما لقطع الطريق الموصل بين الحيوانات المنوية والبويضة حتى لا يلتقيَا فيمتنع الحمل. إنَّ إجراء هذه العملية لن يمنعَ البويضة من الخروج من المبيض في موعدها المحدد كلَّ شهرٍ؛ لذلك ستحتفظ المرأةُ بالدورة الشهرية وانتظامها، ولن تشعر بأي تغيير.

5 – المنعُ بالهرمونات:

تتعارَض موانعُ الحمل الهرمونية مع التغيرات الهرمونية الطبيعية الحادثة في جسم المرأة بشكل يمنع عملية التكاثر والإباضة.

(1) أقراصُ منع الحمل:

هـي أقـراصٌ تؤخَـذ عـن طريق الفـم، وهي عـلى نوعـين؛ أقـراص مركبة مـن هرمونـين، أو أقـراص تحتـوي عـلى هرمـون واحـدٍ فقـط. وتعمـل هـذه الأقـراص على:

- إيقاف عملية الإباضة.
- ترقيق سُمك بطانة الرحم كي لا تصبح مؤهلة لاستقبال الجنين.
- تكثيـف الإفـرازات المخاطيـة لعنـق الرحـم لسـدِّ الطريـق أمـام الحيوانات المنويـة ومنعهـا مـن الولـوج إلى الرحم.

(2) اللولب الرحمي الهرموني:

هـو قطعـةٌ بلاسـتيكية عـلى شـكل حـرف T تفـرز أحـدَ أنـواع هرمـون البروجسـتيرون، وتوضـع داخـل الرحم إما بغـرض منع الحمـل أو بغرض العلاج مـن بعـض الأمـراض النسـائية.

(3) اللاصقات (الرقعات) المانعة للحمل:

لاصقـاتُ (الرقـع) منـع الحمـل مـن أسـهل طـرقِ منـع الحمـل الحديثـة. واللاصقـة (الرقعـة) عبـارة عـن قطعـة صغـيرة الحجـم ومربَّعـة الشـكل تحـوي هرمونـاتٍ أنثويـة تلصـق ذاتيًّـا عـلى الجلد مبـاشرة في إحدى مناطق الجسـم سـواءً أعـلى الـذراع أو أعـلى الظهـر تجاهَ أحـد الكتفـين أو على أحـد جانبي أسـفل البطن أو عـلى المؤخـرة أو الأرادف، ولا توضَـع مطلقًا عـلى الجلد الملتهـب أو على الثديين أو جـزء مـن الجسـم الـذي تلتصـق بـه الثياب.

يتـمُّ اللصـقُ خـلالَ السـاعات الأولى لفـترة الحيـض، ويتـمُّ تغييرُهـا أسـبوعيًّا لمـدة ثلاثـة أسـابيع متتاليـة، ثـمَّ التوقـف عن اسـتعمالها أسـبوعًا واحدًا.

تعملُ اللاصقة بنفس الطريقة التي تعمل بها حبوبُ منع الحمل المركبة.

(4) الحقنُ بالهرمونات:

تتميز هذه الوسيلةُ بإمكانية انعكاس تأثيرها واستعادة القدرة على الحمل لمعظم السيدات عند الكفِّ عن استخدامها.

(5) موانعُ الحمل المزروعة:

وهي على عدَّة أنواع، مثل:

- أقراص أو عصّي هرمونية يتم زرعها تحت الجلد في الذراع العلوي للسيدة من خلال عملية جراحية صغرى. تستمرُّ فاعلية هذه الوسيلة إلى مدَّة تصل إلى خمس سنوات.
- قطعُ مطاطية صغيرة الحجم بها الهرمونُ المانع للحمل توضَع تحت الجلد في القسم العلوي من الذراع بواسطة الجراح، تقوم هذه القطع الصغيرة ببثِّ الهرمون الذي يمدُّ بحماية من الحمل لمدةٍ زمنية تتراوح ما بين ثلاث إلى خمس سنوات.

(6) الحلقةُ المهبلية:

هي حلقةٌ بلاستيكية مَرنة وشفافة (شكل: 40)، يتمُّ وضعُها بسهولة في المهبل حيث تطلق الهرمونات الشبيهة بهرمونات الإستروجين والبروجيستيرون، ولذلك فهي تمنع الحملَ عن طريق إطلاق الهرمونات على غرار حبوب منع الحمل المركبة.

شكل (٤٠): الحلقة الهرمونية المهبلية.

ثانيًا: مشكلاتٌ جنسية

قلقُ الأداء الجنسي Performance Anxiety Sexual:

إنَّه من مشكلاتِ ليلة الزفاف، وهو حالة تنتاب العريسَ وتؤدّي إلى ارتخاء قضيبه بعدَ انتصابه كلما اقترب من عروسه، وعندَ العروس تؤدّي إلى انقباض العضلات حول المهبل والحوض والفخذين كلما اقترب منها عريسها.

العجزُ الجنسي Sexual dysfunction:

العجز الجنسي وصفٌ عام لأيِّ مشكلة تؤثر سلبًا في أيِّ مرحلة من مراحل العلاقة الجنسية وتمنع إتمامَها بشكل كامل ينال رضا الشريكين. وإنه من الطبيعي أن يتأثرَ الإنسان خلالَ عُمره من طفولته إلى شيخوخته وهرمه بعوامل تقدُّم العمر التي لا تغيبُ بصمتُها على كفاءته الجنسية.. رغبة وقدرة.

قد تمرُّ بالإنسان فترةُ ضعف جنسي عارض سريعة، وكأنها نوبةُ صداع أو نزلة برد، وقد تؤدّي المبالغة والحساسية الزائدة تجاهَ هذا الضعف المؤقت إلى إطالة هذه الفترة قليلًا أو كثيرًا.

ممارساتٌ قد تؤدي إلى العجز الجنسي:

⏮ في مرحلة الطفولة:

قد يشبُّ الأطفال (ذكورًا وإناثًا) في بيت يستقذر الجنسَ ويستقبحه تربويًّا، ثمَّ حينما يكبر هؤلاء الأطفال ذكورًا وإناثًا ويتزوَّجون فإنهم لن يتحرَّروا بسهولة من استقذار الجنس وتقبيحه بوعي أو بدون وعي، ومن ثمَّ فإنهم قد

يصبحون عاجزين أو مقصِّرين في القيام بواجباتهم الجنسية تجاه أنفسهم وتجاه شركاء حياتهم.

كذلك الطفلُ الذكر الذي يعيش في بيتٍ تكون فيه الأمُّ مسيطرةً بالقسوة والصرامة، فهي من غير وعي منها تساهم في تقليص شعور طفلها الذكر برُجولته بالمستقبل، مما قد ينعكسُ سلبًا على مستقبل حياته الجنسية والزوجية.

في مرحلة المراهقة والشباب:

غالبًا ما تبدأ الممارسةُ الجنسية للمراهق والشاب قبلَ زواجه عن طريق مزاولة العادة السرية، والتي قد يعتادها اعتيادًا وقد يدمنُها إدمانًا ويمارسها بطريقةٍ غير صحية ومؤذية، فيشتكي بعدَ فترة من آلام بالقضيب والخصيتين وضعفٍ في الانتصاب، مع العديدِ من التصورات المرضية، مما قد يؤدّي في النهاية إلى شعوره بالعجز الجنسي.

الضعفُ الجنسي بعد الزواج:

يؤدّي الجهلُ بالجنس وعدمُ معرفة أساليبه الصحيحة إلى فشلِ العروسين في الممارسة أو الممارسات الأولى، وحين يفشل العريُس يضطرب ويدَبُّ فيه القلق، ويحاول مرةً تلوَ أخرى، وقد يصيب وعندها تحلُّ المشكلة. أما إذا تواتر الفشل وتتابع، تبدأ المشكلات من ناحية العروس/ أو أهلها وتتفاقم، مما يؤثرُ أكثرَ على نفسية العريس ويضعف من أدائه أكثر فأكثر، فتتولد لديه عقدةٌ نفسية ربما تفضي إلى كرهِه المعاشرة الجنسية واستشعاره أنها عبءٌ كئيب يجثم على صدره وحياته، وقد يضطر إلى القيام بالمعاشرة الجنسية فقط لمحاولة إرضاءِ زوجته وإسكات أهلها دون أن يشعر أثناءَها بأيِّ عاطفة أو شوق أو متعة، مما يؤثرُ بالفعل على قدرته تأثيرًا سلبيًّا بعدما خفتتْ رغبته وانطفأت، فيتجذر العجز ويشتد.

ولتلافي كلَّ ذلك يجب على الشابِّ والفتاة قبلَ الزواج أن يستقيا المعلومات الجنسية الصحيحة من مصادر علمية عليمة أو عن طريق المواقع المتخصصة في الإنترنت أو حضور دورات وورش عمل أو استشارة المتخصصين.

الضعفُ الجنسي في فترة منتصف العمر:

تحَت نيْر الانشغال (الرجل بعملِه والمرأة بأبنائها) والإرهاقِ المستمر وكثرة المسئوليات والالتزامات والتعرض لشتى صنوف الضوائق والعوائق وروتينية الحياة وكثرة المشكلات والخلافات الزوجية وفتور العواطف والشعور بالملل ورتابة الأداء الجنسي؛ قد تصير المعاشرةُ الجنسية التي كانت يومًا ما مُشبعة عملًا روتينيًّا ميكانيكيًّا، لا حياةَ فيها ولا دفء، وربما تأخذُ طريقها إلى الأفول.

الضعفُ الجنسي في الشيخوخة والهرم:

من الطبيعي أن تضعفَ الرغبةُ الجنسية مع تقدم العمر، وهذه سنَّة الحياة، ولكنها – في الغالب – لا تفقَد بالكلية. والمفروض أن يعوض الودُّ ورصيدُ العشرة الطيبة السابق هذا الضعفَ مهما كانت درجته، لكن البعض قد يتناسى تقدمَ عمره ويحاول ممارسةَ ما كان يفعله وهو مازال شابًّا في الثلاثينيات من عمره، وهنا يشعر بعَجزه، فآماله تضادّ سننَ الحياة وطبيعتها، فهو الآنَ يتمهل إذا صعد السلمَ عكسَ ما كان يفعل وهو شاب، وهو يتقبَّل ذلك ويؤدّي أداءً متوافقًا مع ظروفه الصحية الحالية، ولكن من ناحية الجنس فهو يرفض عجزَه ويريد من نشاطه الجنسي أن يظلَّ به حيوية الشباب وإمكانات الشباب. والحكمة تقتضي تقبلَ هذا الضعف والتكيفَ مع الواقع الجديد كنتيجة طبيعية لكبَر العمر وزحف الشيخوخة والهرم.

أنواعُ العجز الجنسي (الاضطرابات الجنسية) عند الرجال:

1 – اضطراباتُ القذف (سرعة/ تأخر/ انعدام القذف):

(أ) سرعةُ القذف (القذف المبكر) Premature ejaculation:

يعتبرُ من أكثر مشكلات القذفِ شيوعًا عند الرجال هو وصولُ الرجل إلى ذروة اللذة الجنسية سريعًا وحدوث القذف مبكرًا قبلَ الإيلاج أو بعدَه بلحيظات، وهو وقت أقلُّ ممّا هو مرغوبٌ فيه من قبَل المرأة، فيسبب لها الضيق والتوتر والانزعاج والغضب.

لا توجَد قاعدة أو زمنٌ محدد يكون فيه توقيتُ القذف مناسبًا، بل يعود الأمرُ للزوجين حول مدى توافقهما ورضاهما بالعلاقة الجنسية.

ولا تعتَبر سرعة القذف إذا حدثتْ على فترات متباعدة أمرًا يسْتدعي القلق، أما في حال تكرارها في حوالي نصف المعاشرات الجنسية فيكون من الأفضل الحصول على مساعدة علاجية.

من أسبابِ سرعة القذف ما هو عضوي وما هو نفسي كما يلي:

الأسبابُ العضوية الشائعة:

- مشكلاتٌ بغدة البروستاتا.
- مشكلاتٌ بالغدة الدرقية (فرط أو قصور في نشاط الغدة الدرقية).
- وجودُ اختلال كيميائي في مراكز بالمخ التي تتحكم في هذه الوظيفة (سبب بيولوجي عصبي).
- حساسيةُ القضيب المفرطة للمس.
- تناولُ بعض العقاقير المنشطة.

الأسبابُ النفسية الشائعة:

- الإصابةُ بالاكتئاب.
- الوقوعُ تحت ضغط نفسي وعصبي.
- وجودُ مشكلات جمَّة في العلاقة العاطفية والزوجية.
- القلقُ من سوء الأداء الجنسي وتوقع الفشل، خاصة في بداية العلاقة الزوجية، أو عندما يكون لدى الرجل مشكلات سابقة في الأداء الجنسي.
- الشعورُ بالخوف من رفض الزوجة.
- المرورُ بتجارب جنسية سلبية في مرحلة الطفولة، كرؤية مشهد جنسي بين الوالدين أو التعرض لاعتداء جنسي.
- المعاناةُ من ضعف الانتصاب.

- إدمانُ ممارسة العادة السرية والاعتياد على تعجل القذف.
- الخضوعُ لتنشئة صارمة خاصة لو تعلق الأمر بالجنس.

العلاج:

أولًا: اتباعُ بعض الإستراتيجيات، مثل التالي:

– مزاولة العادة السرية قبل الجماع بساعة أو ساعتين.

– استعمال واقٍ ذكري سميك ليساعد في تقليل الاستثارة الجنسية والإحساس.

– أخذ استراحةٍ والتفكير بشيء ممل.

– ممارسة الجنس أكثرَ من مرَّة على فترات متقاربة.

– استخدام تقنيات سلوكية، تتضمَّن تقنية «إيقاف التشغيل»، وهي تعلم التحكم في القذف، وذلك بالتوقف عند الشعور باقتراب القذفِ والراحة لعدم تصعيد الاستثارة الجنسية، ثمَّ معاودة المزاولة أو «التشغيل» مرة أخرى ثمَّ التوقف قبل القذف، والراحة، ثمَّ تكرار الممارسة والتوقف قبل القذف، وهكذا عدَّة مرات، ثمَّ يتم القذف في نهاية الأمر، فذلك يمنح القدرة – مع الوقت – على التحكُّم في سرعة القذف. إنها تقنيةٌ تعتمدُ على التقريب بشكل متكرِّر من القذف، يتخللها فتراتُ توقف وراحة، وبذلك يتم التدربُ على تجنب سرعة القذف.

– استخدام تقنية «الضغط»: تتضمَّن هذه التقنية عصرَ نهاية القضيب قبلَ القذف مباشرة لتقليل الرغبة في القذف، ويمكن للرجل إجراءُ هذه التقنية بمفرده أو مع زوجته.

– القيام بتمارين «كيجل» لتقوية عضلات قاع الحوض.

– العلاج النفسي والاستشارة بتوجيه من المعالج، يمكن استكشاف أي مخاوف كامنة حول الجنس وتخفيفها.

– يؤدّي الوخز بالإبر الصينية إلى زيادة الوقت المستغرق في القذف بعد الإيلاج بنحو نصف دقيقة.

– استخدام طب الأعشاب الصيني يزيد من وقت القذف بعد الإيلاج بحوالي دقيقتين.

– تشتيت التركيز من خلال التفكير في أي أمر آخر أثناء العلاقة الجنسية مما يؤدي إلى تقليل الإثارة ويسمح بالقذف بعد فترة أطول.

– ممارسة تمارين اليوجا يمكن أن تطيل الوقت قبل القذف.

– الاهتمام بالتغذية الصحية الجيدة المتكاملة خاصة الأطعمة الغنية بالزنك والماغنسيوم، فسوء الصحة بشكل عام يزيد من خطر إصابة الرجل بالاختلال الوظيفي الجنسي، بما في ذلك سرعة القذف.

– المحافظة على وزن الجسم المناسب، مما يزيد الثقة في النفس ويقلص تمامًا من فرص حدوث قلق الأداء. ويتم ذلك بممارسة التمارين الرياضية بانتظام والحصول على ساعات كافية من النوم الليلي، لأنه يقلل من التوتر ويحافظ على صحة الجهاز المناعي.

ثانيًا: العلاجُ الدوائي:

يمكن أن تساعد أدويةُ علاج القذف المبكر في تحسين الوضع، ولكنها قد لا تعالج المشكلة تمامًا. من هذه الأدوية ما يعطى عن طريق الفم، ومنها ما يكون في صورة كريم أو بخّاخ موضعي على القضيب.

– **(ب) تأخرُ القذف Delayed ejaculation:**

وهو القذفُ الذي يتأخر كثيرًا، ويتخطَّى وقتَه بعد وصول الزوجة إلى ذروة لذتها الجنسية بفترة زمنية، وقد يستغرق تأخرُه إلى حوالي من ثلاثين دقيقة إلى ستين دقيقة.

يمكن أن يبدأ القذف المتأخر في الظهور فجأة وبدون سابقة إنذار، أو قد يكون لدى الرجل دائمًا تأخر في القذف وهي حالة قليلة الشيوع.

الأسباب:

أولًا: الأسبابُ العضوية:

الإصابةُ بمرض السكري (غالبًا النوع الأول)، وإصابات الحبل الشوكي، الإصابة بمرض التصلُّب المتعدد (مرض يلحق الضررَ بالألياف العصبية والأعصاب البصرية والحبل الشوكي)، وإجراء عمليات جراحية بالمثانة أو غدة البروستاتا، والتقدم في العمر، وتناول بعض الأدوية التي من شأنها تأخيرُ القذف مثل مضادات الاكتئاب وبعض أدوية ارتفاع ضغط الدم والمرخيات العضلية لمعالجة الأمراض العصبية الحركية والتصلب المتعدد، وأدوية الذهان وبعض مسكنات الألم القوية.

ثانيًا: الأسبابُ النفسية:

تتشابَه الأسبابُ النفسية المحتملة لتأخر القذف مع أسباب القذف المبكر.

- (جـ) انعدامُ أو ضعف القذف:

هو ضعفُ القذف أو انقطاع السائل المنوي فلا يتمُّ القذفُ أبدًا رغم القيام بتنفيذ كلِّ آليات الجماع، أو عدم القدرة على القذف على الأقل نصفَ مرّات الجماع رغم أنَّ الانتصاب طبيعي، رغم وجود الرغبة فيه.

قد ينتج انعدامُ القذف أو ضعفه بسبب ما يسمَّى بالقذف الارتجاعي Retrograde ejaculation، الذي يمثل إحدى مشكلات القذف النادرة، حيث يتَّجه السائلُ المنوي إلى المثانة بدلًا من المجرى البولي، ولا يؤثر ذلك على شعور الرجل بذروة اللذة الجنسية ولا يشكل خطرًا صحيًّا عليه، لكن قد تتأثر قدرته على الإنجاب.

ويتضمن القذفُ الارتجاعي الأعراض الرئيسية التالية:

- عدم خروج السائل المنوي أو خروج كمية قليلة منه فقط أثناء القذف.
- ظهور بول غائم (عَكِر) عند التبول لأول مرة بعد ممارسة الجنس نتيجة احتوائه على السائل المنوي.

2 – اضطراباتُ الانتصاب (ضعف/ انعدام الانتصاب):

هو عدمُ القدرة على إكمال الإيلاج أو الوصول إلى الانتصاب عندَ إقامة العلاقة الجنسية أو فقدان الانتصاب بسرعة أثناء العلاقة الجنسية وقبل تمامها.

الأسباب: مِن أهم أسباب هذا الاضطراب ما يلي:

1] تؤدّي الإصابة بمرض السكري إلى تراجع مستوى هرمون التستوستيرون وأحداث تأثيرات سلبية على الأعصاب، ومن ثَمّ إضعاف الانتصاب.

2] ترفعُ زيادة الوزن خطرَ الإصابة بداء السكري، وما يتبع ذلك من إضعاف الانتصاب. كما أن زيادة الوزن المفرطة تؤثر سلبًا على كفاءة إنجاز الجماع على الوجه المرْجو.

3] يمنعُ ارتفاع ضغط الدم والجلطات الدموية القلب من إمدادِ أعضاء الجسم بالدم على نحو كاف، بما في ذلك الأعضاء التناسلية، كما يؤدي إلى ضعف الانتصاب.

4] يتسبَّب التدخين وزيادةُ الكوليسترول بالدم في ضيق الأوعية الدموية، ومن ثَمَّ يتباطأ سريان الدم بها، مما يسبب مشكلات في الانتصاب.

5] الإصابةُ بالفشل الكلوي/ الكبدي الناجم عن تعاطي الأدوية والعقاقير والمخدرات والإفراط في شرب الخمر تؤثر بالسلب على القدرة الجنسية.

6] تتسبَّب الأعباءُ النفسية في ارتفاع مستوى هرمون الأدرينالين، الذي يؤثر بالسلبِ على سريان الدم بالجسم، وبالتالي على كفاءةِ الانتصاب، كما يؤدّي الاكتئاب والقلق والتوتر إلى ذات النتيجة.

7] إصاباتُ منطقة الحوض.

3 – ضعفُ أو انعدام الرغبة الجنسية:

قد يُصاب الرجلُ بقلة أو انعدام الرغبة في إقامة العلاقة الجنسية وفقدان حدوث الاستثارة الجنسية. من أهم أسباب ذلك وجودُ أمراض جسدية

(مـرض السـكري – مـرض ضغـط الدم المرتفـع – زيـادة الكوليسـترول في الدم)، ومشـكلات نفسـية (القلـق – الاكتئـاب)، وأسـباب فسـيولوجية (نقـص هرمون التستوسـتيرون)، وأسـباب اجتماعيـة (كثـرة المشـكلات الزوجيـة/ أو العائليـة/ أو المهنيـة)، وتنـاول بعـض الأدويـة (مضـادات الاكتئـاب – أدويـة ضغـط الـدم المرتفع).

4 – ألمُ الجماع:

من أسباب حدوث آلام الجماع ما يلي:

ـ تهيج الجلد في مناطق الأعضاء التناسلية.

– مـرض بـيروني، ويحدث بسـبب نمو نـدوب ليفية داخل القضيـب، ويؤدي إلى انحنـاء القضيب انحنـاءة تقارب 90°.

– تضيق قلفة القضيب، أو ما يعرف بالشبم.

– كـسر القضيـب Penis fracture وهو من الحالات النـادرة التي تحدث حينما يتعـرض القضيـب المنتصـب للصدمـات أو الالتـواءات الفُجائيـة القويـة والعنيفة بسـبب انـزلاقِ القضيـب خـارج المهبـل أثناءَ الجـماع ودفعه بقـوة عن طريـق الخطأ في اتجـاه الحـوض، أو بسـببِ ممارسـة العـادة السريـة بعنـف أو حينـما يثني الرجلُ قضيبَـه المنتصـب بقـوة وعنـفٍ وربـما بفجائيـة بغـرض تهدئـةِ الانتصـاب أو لأيِّ سـبب آخـر، ومـا قد ينجمُ عـن ذلك من حـدوث تمـزُّق ببطانة الجسـميْن الكهفيّين فتظهـر بعـضُ الأعـراض منهـا آلام شـديدة بالقضيـب وتورُّمـه وظهـورُ كدمـات داكنـة اللـون به نتيجـةَ النزيـف، واعوجاجـه، وفقـد القدرة عـلى الانتصاب.

– وجـودُ التهـاب بالبروسـتاتا أو بمجـرى البـول أو بالأعضـاء التناسـلية أو التهـاب المثانـة الخـلالي (حالـة مزمنـة يشـعر المريـض بحاجتِـه إلى التبـول أكثرَ من المعتـاد، وبكميـات أقـلَّ بالمقارنة مع الأشـخاص الأصحـاء، كما يشـعر المريض بألم في المثانـة وربـما الحـوض تتراوح شـدته من بسـيط إلى شـديد).

– الإصابةُ بالأمراض التناسلية.

أنواعُ العجز الجنسي (الاضطرابات الجنسية) عند النساء:

1 – ضعفُ أو انعدام الرغبة: من أهم أسبابها:

– وجودُ ضغوط نفسية قوية.

– الخوفُ من ممارسة الجنس بسبب ما سمعته أو عاشته المرأةُ من قصص ووقائع مؤلمة حوله أو المرور بتجربة أو تجارب جنسية سابقة سيئة، أو غير ذلك.

– سوءُ العلاقة الزوجية.

– وجودُ أمراض مزمنة (ضغط الدم المرتفع – داء السكري).

– الخوفُ من الحمل.

– الإجهاد.

– قلةُ النوم.

2 – اضطراباتُ الاستثارة الجنسية Sexual Arousal Disorder:

هو العجزُ الدائم أو المتكرر عن بلوغ استثارةٍ جنسية كافية للرضا الجنسي أو الحفاظ على الانتصاب (بالنسبة للرجل) أو استجابة ترطيبِ المهبل بإفرازات الاستثارة (بالنسبة للمرأة). ومن أهمِّ أسبابه:

– نقصُ تدفق الدم في الأعضاء التناسلية.

– اختلالاتٌ في التوازن الهرموني.

– قصورٌ في المداعبات كمًّا وكيفًا.

– الإصابةُ بالتوتر والقلق والاكتئاب.

3 – اضطراباتُ بلوغ ذروة اللذة الجنسية Orgasm Disorder:

هو صعوبةُ الوصول لذروة اللذة الجنسية أو التأخير الشديد في بلوغها أو عدم الوصول إليها Anorgasmia

من أهم أسبابه:

- التقدمُ في العمر وبلوغُ سنِّ اليأس وما يسببُه من اختلال في التوازن الهرموني وانخفاض معدل هرمون الإستروجين.
- التوترُ الزائد، والخوفُ من الحمل.
- الإصابةُ بالأمراض المزمنة، خاصَّة في الرحم/ أو المِهبل.
- إجراءُ عمليات جراحية في الرحم/ أو المهبل.
- تناولُ بعض الأدوية.
- قلة/ عدمُ المداعبة التي تتلقّاها المرأة من زوجها... إلخ.

3 – حدوثُ ألام جماعٍ شديدة Pain Disorders:

هو الشعورُ بنوبات ألم مستمر أو متكرِّر تحدث قبلَ أو أثناء أو بعد المعاشرة الجنسية. من أهمِّ أسبابها:

- التشنُّجُ المهبلي: حيث تنقبض عضلاتُ قاع الحوض التي تحيط بالمِهبل فتنغلق فتحةُ المهبل مما يجعل إيلاجَ القضيب أثناءَ الجماع أمرًا عسيرًا أو مستحيلًا، فيسبب ألمًا شديدًا.
- جفافُ المهبل: حيث لا يتم إنزالُ سوائل المهبل بالكمية المناسبة.
- التعرضُ للضغوط النفسية والعاطفية.
- نتيجة إجراء عمليات جراحية في المهبل/ أو الرحم.
- التعرضُ لصدمة جنسية سابقة.
- وجودُ التهاب/ إصابة في المهبل/ أو الرحم.
- وجودُ خرّاج المبايض.
- وجودُ مشكلات في بطانة الرحم.
- الإصابةُ بالإكزيما (مرض جلدي) وبالأمراض المنقولة جنسيًّا.

- وجودُ أورام الرحم الليفية الحميدة، وهي تظهر مع التقدم في العمر.
- الإصابةُ بسرطان عنق الرحم.
- تشوُّه الأعضاء التناسلية نتيجة الولادة أو التعرض للصدمات الجسدية.
- الألمُ الفرجي، هو الشعورُ بالألم في منطقة الفرج بسبب واضح وفي بعض الأحيان لا يكون واضحًا. إنها حالة شائعة عندَ بعض السيدات.

4 – البرودُ الجنسي: مصطلحُ "البرود الجنسي" هو مصطلح شعبيٌّ وجدَ طريقَه إلى الدوائر العلمية، غير أنَّ عددًا غير قليل من العلماء يرى أنَّ هذا البرودَ المزعوم ما هو إلا نتاجُ حالة نفسية رسَّختها بيئة وتربية وثقافة وتعامل غير واعٍ من شريك الحياة.

في كتابها "برود النساء" ترفض الدكتورة "فوزية الدريع" المصطلحَ والمضمون، مؤكدة أنه لا توجد امرأةٌ باردة جنسيًّا، وأنَّ كلَّ النساء مولودات دافئات وقابلات لأنْ يصلنَ إلى ذروة اللذة الجنسية، وأنَّ ما يُشاع عن النساء من البرود ما هو إلا تعاطي سلبي للمرأة مع العلاقة الجنسية.

ومِن أسباب هذا التعاطي كتبتْ د. "فوزية" ما يلي، (مع بعض التصرف):

١) التربيةُ المَعيبة: بسبب وسائل التربية المَعيبة التي تهدف إلى حماية الفتاة من خلال المبالغة في التحذيرات والتخويفات من لمس أعضائها، أو الاعتقاد بأنَّ العلاقة الجنسية حرامٌ أو عيبٌ أو شيء منكَر أو مقزز، فتكبر الفتاةُ ولديها جزعٌ ونفورٌ من العلاقة الجنسية.

2) التجاربُ الشخصية السلبية: المرورُ بتجربة جنسية شخصية سيئة كاغتصاب أو تحرش جنسي، أو مشاهدة مقاطع إباحية أثارتِ اشمئزاز الفتاة.

3) ضعفُ الثقة بالنفس: قد تكون نظرةُ المرأة الدونية إلى نفسها وضعفُ ثقتها بنفسها وجسدِها؛ يُشعرها أنها غير مؤهلة أو غيرُ جديرة بأن يكون لها زوجٌ تمارس معه حياةً عاطفية وجنسية جيدة.

4) القدوةُ السيئة: تتأثر الفتاةُ سلبًا إذا تربَّت في بيت تكثرُ فيه المشكلات والضغوط والخلافات والمشاحنات الزوجية والجنسية، فجنتْ إرثًا أصابها بحالةٍ من النفور والتوتر والتحفظ إزاءَ التواصل الجسدي مع زوجها.

5) الصحةُ المُعتلة: ضعفُ الصحة العامة أو وجودُ أمراض مزمنة أو مشكلات بالجهاز التناسلي يؤثر بالسلب على استمتاعِ المرأة بالعلاقة الجنسية، ومن ثَمَّ العزوف عنها.

6) رداءةُ أداء الزوج وسوءُ جودة العلاقة الزوجية: الكثيرُ من حالات ضعف التفاعل الجنسي للزوجة تعود إلى سوء أداء الزوج. إنه يصعب – وأحيانًا يستحيل – على المرأة التي تتلقَّى دومًا انتقادَ زوجها لها وسخريته منها وازدراءها خصوصًا في ما يخصُّ أنوثتها وشكلها وقوامها وذوقها، أو تلك التي ترى زوجها صغيرًا في عينها هينًا في قلبها بعيدًا عن حياتها أن تعطي أو تتفاعَل معه بإيجابية أثناءَ المعاشرة الجنسية. فكثيراتٌ هنَّ الزوجات اللواتي يرفضنَ المعاشرة الجنسية ويزهدن فيها لا لخلل عضويٍّ بهن، بل لعدم انسجامهنَّ النفسي مع أزواجهن. كما قد يرجع سببُ ضعف استجابة المرأة لممارسة الجنس إلى المشكلات الجنسية العضوية أو النفسية التي يعاني منها زوجُها مثل سرعة القذف أو ضعف الانتصاب.

7) الظروفُ المحيطة: قد تكون مشكلةُ المرأة في الظروف التي تحيط بها وتخصُم من رصيد تركيزها وانتباهها، وبالتالي من قدر متعتِها وسعادتها، قد يكون أبناؤها الذين يأخذون جلَّ تفكيرها وكلَّ طاقتها، أو عملها المهني، أو مرورها بحالات طارئة كوفاةِ شخص عزيز، أو القيام برعاية مريض أو مُسنٍّ مدةً طويلة، أو تعرضها لاضطرابات وأزمات مادية شديدة متلاحقة... إلخ».

انتهت كلمات د. «فوزية الدريع».

العُقم Infertility

العقم هو عدمُ قدرة الإنسان على تحقيق الحمْل والإنجاب، رغمَ ممارسة الجماع الكامل والمنتظم بغير استخدام وسائل مانعة للحمل على مدار سنةٍ واحدة أو أكثر.

العقمُ عند النساء:

من أسبابه ما يلي:

– قد تكون هناك مشكلةٌ متعلقة بعملية الإباضة واضطراباتها المختلفة، ابتداءً من الوطاءHypothalamus بالمخ، مرورًا بالغدَّة النخامية، والاضطراب في إفراز هرمونات LH وFSH ، وصولًا لاضطرابات بالمبيض نفسه. وتضمُّ اضطراباتُ الإباضة ما يلي:

- قلة الإباضة أو عدم انتظامها أو انقطاعها أو غيابها Anovulation.
- وجود خلل في وظيفة الغدة النخامية التي تتحكم في بدء عملية الإباضة.
- وجود متلازمة تكيُّس المبايض.
- فشل المبيض المبكر Early Menopause وهو حدوث اضطراب أو انقطاع الدورة الشهرية للمرأة قبل بلوغها الأربعين عامًا، حيث لا يقوم المبيض بإنتاج الكمية الكافية من هرمون الإستروجين المناسبة لإتمام عملية الإباضة.
- فرط إفراز مادة البرولاكتين بالدم.
- الإصابة بمرض السكري.
- السمنة.
- وجود ضغوط نفسية قاسية وتوترات شديدة.

– من الممكن أن يؤدّي الوزنُ المنخفض بشكل كبير، أو الوزن الزائد جدًّا، أو حتى الارتفاع أو الانخفاض المفاجئ والكبير في الوزن لانعدام التوازن بمستويات هرمونات LH و FSH، فتتأثر الإباضة سلبًا.

– خلل في تطور الجسم الأصفر: حينما لا يفرز المبيضُ كميةً كافية من هرمون البروجيستيرون بعد الإباضة فلن يكون الرحمُ قادرًا على استقبال البويضة المخصَّبة أو الجنين ذي البضع خلايا، ولذلك لا يستمر للحمل إن حدث.

– انسداد قنوات فالوب وحدوث التصاقات بها عقبَ التعرض لتلوث أو حمل خارج الرحم في القناة نفسها أو نتيجة إجراء العمليات الجراحية.

– انسداد في عنق الرحم انسدادًا ميكانيكيًّا ناتج عن بنية غير سليمة لعنق الرحم، أو انسدادًا كيميائيًّا يتمثل في عدم إفراز المادة المخاطية التي تساعد الحيوانات المنوية على الحركة بصورة سليمة.

– التقدم بالسن، حيث تنخفض جودةُ البويضات، كما تنخفض كميتُها بشكل ملموس، مما يؤدي لزيادة صعوبة حدوث الحمل.

– التدخين يضُرُّ بالمادة المخاطية الموجودة في عنق الرحم، كما يؤدي لاضطرابات بقنوات فالوب مما يزيد من احتمال حدوثِ حمل خارج الرحم، كما قد تقلُّ كمية البويضات وتنخفض قدرة المبيضين مبكرًا على الأداء السليم.

– ممارسة المرأة للنشاط الجنسي الحرام مع عددٍ من الرجال يزيد من احتمالِ إصابتها بالأمراض الجنسية، وبالتهابات الحوض، مما قد يؤدّي لمزيدٍ من التعقيدات، ويتسبب في تراجع الخصوبة وأحيانًا ينتهي بالعقم.

– في بعض الحالات القليلة تؤدي مبالغةُ المرأة المُفْرطة في شرب القهوة والكحول إلى العقم.

في أغلب الحالات لا يتُّم التعرفُ على سبب مشكلة العقم أو النقص في الخصوبة، ويتمُّ بالتالي التكهنُ بوجود عدة عوامل صغيرة مجتمعة أدَّت له.

العقمُ عند الرجال:

من أهمِّ أسبابه ما يلي:

1 – مشكلاتٌ خاصة بالحيوانات المنوية:

ما يقارب 40–50٪ من مشكلات الخصوبة عندَ الرجال سببُها يخصُّ الحيوانات المنوية تحديدًا، منها ما يلي:

أ – قلةُ عدد الحيوانات المنوية: على الرغم من أنَّ حيوانًا منويًّا واحدًا يكون كافيًا للإخصاب، فإنه يجب أن يتوافر أكثر من مائتي مليون حيوانٍ منوي في السائل المنوي المقذوف حتى يتمَّ الإخصاب، فإذا كان عددهم مائة مليون أو أقل سيجعل هناك صعوبة في الإخصاب، ولكنه لا يمنعه.

الأسباب:

i. داخلية، منها الإصابةُ بدوالي الخصية، والسمنة، وتراكم طبقات الدهون التي تؤدّي إلى رفع درجة حرارة الخصيتين عن الحدِّ المناسب لسلامة الحيوانات المنوية.

خارجية، منها ما يلي:

– التعرضُ لدرجات حرارة مرتفعة تعيق إنتاجَ الحيوانات المنوية تمامًا، مثل ما يحدث عند بعض عمال الأفران، أو عند بعض سائقي سيارات النقل الكبيرة الذين يقودون لأوقاتٍ طويلة، ولمن يلبس دائمًا ثيابًا داخلية ضيقة تلصق الخصيتين بالجسم فتكون درجةُ حرارتهما مماثلة لدرجة حرارة الجسم.

– الإفراطُ في المعاشرة الجنسية.

– الإفراطُ في التدخين وفي احتساء الكحوليات.

– الشعورُ بالإرهاق المستمر.

ب – انخفاضٌ في قدرة الحيوانات المنوية على الحركة والتنقل داخل الجهاز التناسلي الأنثوي، وإضعاف قدرتهم على اختراق البويضة بنجاح لإخصابها.

جـ – غيابُ الحيوانات المنوية تمامًا في السائل المنوي المقذوف، أو تبلغ من القلة إلى درجة يصعب معها ملاحظتها أثناء الفحص.

د – إنتاجُ حيوانات منوية مشوهة شكلًا وحجمًا بنسبة أكبر من إنتاج حيوانات منوية طبيعية.

2 – تراجعُ مستوى هرمون التستوستيرون:

يؤثر انخفاضُ مستوى هرمون التستوستيرون سلبًا على خصوبة الرجل وعلى الانتصاب. ومن بعض أسباب انخفاض هذا الهرمون زيادةُ الوزن وقلة الحركة والتقدم في العمر.

العنفُ في العلاقة الجنسية:

يمكن تقسيمُ العنف في العلاقة الجنسية إلى شقين، كالتالي:

الأول: أثناء المداعبات التي تسبق الإيلاج:

تتنوع أشكالُ العنف الخفيف أثناء ممارسة المداعبات الجنسية، مثل: صفع المؤخرة وتغطية العينين وشدّ الشعر والعضّ اللطيف والقرص البسيط، والتقييد، والتلفُّظ ببعض الكلمات البذيئة. ومن الأهمية البالغة أن تكون ممارسة هذا العنف مقبولةً من الطرف الآخر قبولًا اختياريًّا وليس إجباريًّا، ومتوافقًا مع الحالة المزاجية لكل من الزوجين.

العديدُ من النساء يُفضلنَ المداعبات ذاتِ المسحة العنيفة بين الحين والآخر، وكثيرٌ من الرجال يفضلونه كذلك، وتكمن المشكلةُ حينما لا يتقبل أحدُ الطرفين هذا الأمرَ بينما يصرُّ الطرف الآخر عليه.

والمتعةُ في ممارسة المداعبات العنيفة قد تجبى بسبب زيادة مستوى هرمون الأدرينالين ورفع ضغط الدم، كما أن هناك تداخلًا بين مراكز الشعور بالألم في المِّخ ومراكز الشعور بالمتعة الجنسية خاصة عند النساء.

مِن أسباب هذه الممارسة العنيفة الرغبةُ في التجديد ودفع الملل وتجربة أساليب متنوعة، أو الوقوع تحتَ ضغوط في العمل أو في النواحي المادية أو الاجتماعية مما يجعل العنَف تنفيسًا، أو تقليدُ ما يرى في المواد الإباحية.

يكون العنف مفسدًا إذا أحدثَ أضرارًا بدنية أو نفسية لأحد الطرفين، أو حينما يطغى على العلاقة الحميمة الطبيعية، أو عندما ينتقل العنفُ من داخل غرفة النوم إلى خارجها، أو حينما لا يستمتع أحدُهما إلا بالعلاقة العنيفة بينما يتضرر الطرفُ الآخر منها.

الثاني: عند الإيلاج والرهز:

قد يتسبَّب الاعتيادُ على ممارسة العلاقة الجنسية بعنفٍ في حدوث بعض المشكلات الصحية، التي تتطلب التوجهَ إلى الطبيب المُختصِّ؛ للسيطرة عليها وتلقي العلاج اللازم، منها ما يلي:

1 – كسرُ القضيب:

قد يعاني الرجلُ من مشكلة كسر القضيب وما يصاحبها من آلامٍ مبْرحة وفقد الانتصاب.

2 – جروحٌ بالمهبل:

من أبرز الأسباب التي تُحدث جروحًا بالمهبل العنفُ في ممارسة العلاقة الجنسية، خاصَّة لو رافقه جفافُ المهبل.

3 – التهابُ المسالك البولية:

قد تدخل البكتيريا إلى المجرى البولي أو المثانة أثناءَ الجماع مما يسبب التهابات بالمسالك البولية.

4 – الصداعُ الجنسي:

الصداع الناتجُ عن العلاقة الجنسية من الأمور الطبيعية التي يفرزها المجهودُ البدني المبذول عند الجماع، وعادة ما يصاب به بعضُ الأزواج قبلَ أو أثناء أو بعد الممارسة الجنسية.

ولكـن قـد يتطلَّب الصـداعُ الجنسي التوجـهَ إلى الطبيـب المختـص إذا صاحبته الرغبـةُ في الغثيـان، لأن ذلـك قـد يشـير إلى الإصابـةِ ببعـض المشـكلات الصحيـة الخطـيرة، وأبرزهـا انخفـاض ضغـط الـدم، أو وجـود ورم بالمـخ، أو نزيـف بالمخ.

5 – النوباتُ القلبية:

بـذل مجهـودٍ بدني مضاعـف عندَ ممارسـة العلاقة الجنسـية قد يعرض الإنسـانَ إلى خطـر الإصابـة بالنوبـات القلبيـة، التـي يصاحبها بعـضُ الأعـراض، التي منها الشـعور بـألم في الصـدر قـد يسـتمرُّ لبضـع دقائـق أو بـألم في الظهر وارتفـاع ضغط الـدم وضيـقٍ في التنفس وعـدم انتظام ضربـات القلـب والغثيان.

6 – السكتاتُ الدماغية:

نـادرًا مـا تحـدث الإصابةُ بالسـكتات الدماغيـة عندَ ممارسـة العلاقة الجنسـية، ولكـن هنـاك بعـض مـن العوامـل التـي تزيد مـن خطـر التعرض لهـا، ومـن بينها ضعـفُ عضلـة القلـب والإفـراطُ في تنـاول الأطعمـةَ الدسـمة والإكثـارُ مـن المشروبـات المنبهـة. ومـن أبرزِ الأعـراض التي تصاحـب السـكتةَ الدماغية صعوبة الـكلام والصـداع وصعوبـة التركيـز والضعـف العام.

ثالثًا: الأمراضُ الجنسية المُعدية

هـي الأمراضُ التـي تنتقل من المريض إلى شـخص آخر عن طريـق الاتصال الجنسي أيًّـا كان نوعـه، كـما أن بعضها من المُمكـن أن ينتقلَ منً المـرأة الحامل إلى جنينهـا أثناءَ فترة الحمـل أو مـن الأمِّ الوالـدة إلى مولودهـا أثنـاء عملية الـولادة ومن المُرضعـة إلى رضيعها أثنـاءَ الرضاعـة الطبيعيـة، وبعضُها ينتقـل عن طريق مُلامسـة المصابين أو اسـتخدام فوط أو ملابـس المـرْضى الملوثة أو اسـتعمال مقاعـد المراحيض الملوثـة، وغير ذلك.

تنقسمُ هذه الأمراضُ إلى التالي:

1 – أمراضٌ فيروسية مثل: الهربس التناسلي والإيدز والثآليل التناسلية.

2 – أمراضٌ بكتيرية مثل: الزهري والسيلان والكلاميديا والقرحة اللينة.

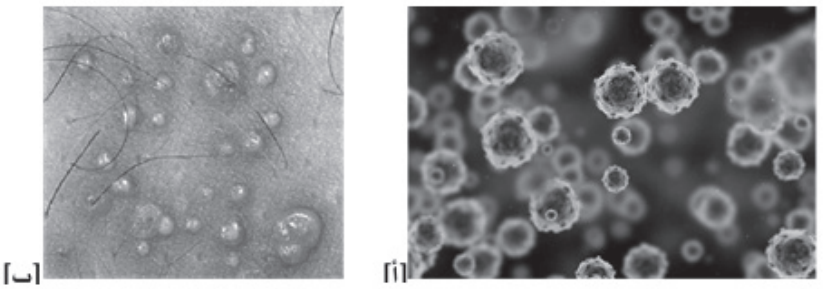
3 – أمراضٌ فطرية مثل: الفطريات العنقودية.

4 – أمراضٌ طفيلية مثل: المشعرات المهبلية والجرب وقمل العانة.

1) الأمراضُ الفيروسية:

1 – الهربس التناسلي Herpes:

الهربـس هو اسـمٌ لمجموعة من الفيروسـات التي تسـبّب بثـراتٍ وقُرَحًا مؤلمـة، وأحدُ أنواعه يسـبب قرحًا حول الأعضاء التناسـلية ويسـمَّى بالهربس التناسـلي (شـكل: 41 أ).



[ب] [أ]

شكل (٤١): فيروس هيربس التناسلي. [أ] شكل الفيروس. [ب] البثرات.

إنـه مـن أكثر الأمـراض غموضًـا، ولا يمكن الشـفاءُ منه تمامًا، ورغـمَ اختفاء أعراضـه بعـد فترة مـن العدوى فإنـه يظل في الجسـم مدى الحيـاة. إنه يسـتطيع أن يمكـثَ لفـترة طويلـة خامـلًا داخـلَ خلايـا الجسـمَ، ولكنه ينشـط حـين حدوث توتـر أو إعيـاء أو إجهـاد أو ضعـفٍ للجسـم أو القيام بنشـاط زائد أو سـوء تغذية أو التعـرض للشـمس لفـترات طويلـة أو أثنـاء فـترة الحيـض أو لأسـباب أخرى، فيتحـوَّل إلى الطـْور النَّشـط الـذي يبدأ في الانقسـام والانتشـار، فتظهـر الأعراض مـرة أخرى.

ولهـذا الفـيروس خطـورةٌ عـلى حديثـي الـولادة أو عـلى الأفـراد ذوي جهـاز المناعـة الضعيـف، كـما أن لـه مضاعفاتٍ خطـيرةً منهـا التهابُ أغشـية المـخ، وربما يـؤدّي إلى الإصابـة بالـصرع أو حتـى إلى الوفـاة.

طرقُ العدْوى:

❖ الاتصالُ الجنسى بكافَّة أنواعه، المهبلي والفموي والشرجي.

❖ ملامسـةُ الشـخص المصـاب من خـلال جرح بالجلـد أو من خـلال جلد الفم أو القضيـب أو المهبـل أو فتحـات الجهاز البـولى أو عنَق الرحـم أو فتحة الشرج.

❖ انتقـالُ العـدوى مـن الأعضاء التناسـلية للشـخص المريـض إلى أصابعه ثمَّ إلى عينيـه وإلى أيـة مناطق أخرى بالجسـم.

❖ انتقـالُ العـدوى مـن الأمِّ المصابـة إلى وليدِها أثنـاء عملية الـولادة. فالجنينُ مـادام في رحـم أمـه فهـو في أمـان مـن العـدوى، وإنَّـما تنتقـل إليـه العـدوى حينما تكـون الـولادةُ طبيعيـة لمـروره أثناءَها بالأعضـاء التناسـلية المصابـة، وحينئذ يلجأ الطبيـب إلى الـولادة القيصريـة حتـى يجنِّـب الوليـدَ المـرورَ خلال هـذه الأعضاء.

الأعراض:

يمرُّ المصابُ بهذا المرض بعدةِ مراحل فورَ إصابته بالعدوى، هي كالتالي:

1 – المرحلةُ الأولى:

تبدأ الأعراضُ في الظهور بعد يومين إلى ثمانية أيام – وربما أكثر – من الإصابة بالفيروس، وغالبًا ما تتسبَّب العدوى بتكوُّن مجموعةٍ من البَثرات الصغيرة المؤلمة في المنطقة التناسلية، وقد يكون السائلُ الذي يوجد بهذه البثرات رائقًا أو عكرًا، وتكتسب المنطقة المحيطة بالبثرات لونًا أحمرَ (شكل: 41 ب)، وقد تتحوَّل البثرات إلى قرح مفتوحة وتصبح حاكَّة ومؤلمة مما يعيق إقامةَ العلاقة الجنسية لما تسببُه من ألم أثناءَ الجماع، ثمَّ تلتئم هذه التقرحاتُ لاحقًا، كما قد يكون هناك ألم أو حرقان يصاحب عمليةَ التبول، أو ارتفاع في درجة الحرارة، أو أعراض تشبهُ أعراضَ مرض الأنفلونزا، وصداع وآلام في العضلات، وتضخم في الغدد الليمفاوية، وشعور بالتَّنميل في المنطقة التناسلية والطرفين السفليين والردفين. تختفي قرحة الهربس عادة في غضون أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع.

في بعض الحالات قد لا تظهر البثراتُ مطلقًا حتى إنَّ المصابين قد لا يدركون أنهم مرضى. وعندَ بعض النساء يمكن أن تكون قرحةُ الهربس مستترةً داخل المهبل حتى إنَّ بعضهنَّ قد لا يعرفنَ أنهنَّ مصابات بالمرض.

2 – فترةُ الكُمون:

وهي فترةٌ لا تظهر فيها أيةُ أعراض أو بثرات أو قرح، ولكن يتمُّ فيها انتقالُ الفيروس من الجلد إلى الجهاز العصبي.

3 – مرحلةُ النشاط والانتشار:

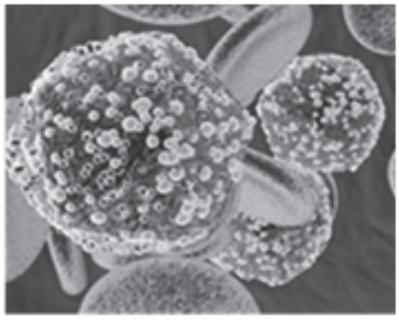
وفيها ينشطُ الفيروس ويتضاعَف في الأعصاب بكثرة، وينتشرُ في سوائل الجسم مثلَ اللعاب والسائل المنوي وسوائل المِهبل انتشارًا كبيرًا، ولا يبدو على المريض خلالَ هذه المرحلة أعراض مرضية.

4 – مرحلةُ عودة الإصابة مرة أخرى:

تعود البثراتُ والقرح للظهور مرَّة أخرى بعد اختفائها، وتكون الأعراضُ هذه المرة أقلَّ سوءًا مما كانت عليه في المرحلة الأولى.

2 – مرضُ نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) AIDS:

يدمِّر فيروسُ نَقص المناعة البشرية Human Immune–deficiency Virus أو اختصارًا HIV (شكل: 42) قدرةَ الجهاز المناعي في الزَّود عن الجسم، فيصبح المريض فريسةً سهلةَ المنال للميكروبات المسببة للأمراض، والتي تنقضُّ على هذا المريض فاقدِ المقاومة وضعيف المناعة وتقضي عليه.



شكل (٤٢): فيروس الإيدز

طرقُ العدوى:

يتم انتقالُ العدوى بهذا الفيروس عن طريق:

- ❖ الاتصال الجنسي بشخص مصاب.
- ❖ نقل الدم أو مشتقاته الملوثة بالفيروس.
- ❖ زراعة الأعضاء من متبرِّع مصاب بالمرض.
- ❖ استخدام أدوات حادَّة ملوثة بالفيروس مثل أمواس الحلاقة وأدوات الوشم أو أدوات ثاقبة للجلد مثل إبر الحقن.
- ❖ الجروح وإن كانت صغيرة جدًّا.
- ❖ المرأة الحامل إلى جنينها أثناءَ فترة الحمل، أو من الوالدة إلى وليدها أثناء ولادته، أو من المرضعة إلى رضيعها بواسطة الرضاعة الطبيعية.

الأعراض:

❋ بعدَ ثلاثة إلى أربعة أسابيع من حدوث العدوى ودخول الفيروس إلى الجسم يعاني أغلبُ المصابين من توعك وخمول وألم في الحلق واعتلال بالعقدِ الليمفاوية وآلام عضلية وتعب وصداع، ويظهر طفح بقعي على الجذع.

❋ تستمرُّ هذه الأعراض لمدَّة أسبوعين أو ثلاثة أسابيع ثمَّ تختفي ويدخل الفيروس في طور الكمون.

❋ يستمرُّ طورُ الكمون من شهور إلى عدة سنوات، يتكاثر خلالها الفيروسُ ويصيب أكبرَ قدر ممكن من خلايا الجهاز المناعي.

❋ في المراحل التالية تظهر أعراضٌ على شكل تضخُّم منتشر ومستديم في الغدد الليمفاوية، وتدوم ثلاثة أشهر على الأقل معَ عدم وجود سبب واضح لهذا الاعتلال.

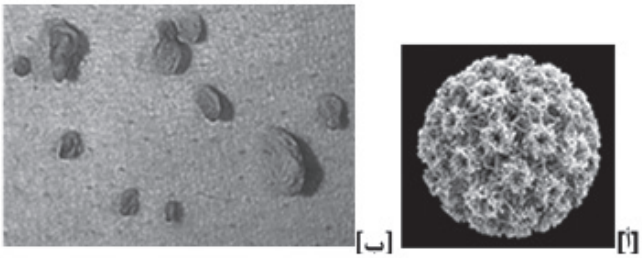
❋ تتطورُ الحالةُ لتشمل المظاهرَ التالية: نقص الوزن – فتور وتعب – فقد الشهية – إسهال – الإصابة بالحمى – التعرق خاصة أثناء فترات الليل – الإصابة بالصداع والرجفة – الشعور بالحكة – انقطاع الحيض – تضخم الغدد الليمفاوية – الشعور بالضعف العام.

❋ مِن العوامل التي تساعد على سرعة ظهور الأعراض تكرارُ التعرُّض للعدوى والحمل والإصابة بأمراض تضعف المناعة.

وبالرغم من أنَّ الوسائل العلاجية لمرض الإيدز قد تطورتْ كثيرًا في السنوات الأخيرة بسبب الاهتمام العالمي للقضاء عليه فما تمَّ التوصلُ إليه من هذه الوسائل يمكن أن يقوم بإبطاءِ عملية تطور المرض أو السيطرة عليه في بعض الأحيان، ولقد أجريتْ أبحاثٌ كثيرة بهدف التوصل إلى لقاحٍ مُضاد للإيدز ولكنَّ قدرة هذا الفيروس على الإفلات من الدفاعات المناعيَّة وعلى التحول؛ جعلتْ هذه المهمةَ بالغةَ الصعوبة.

3 – الثاليل التناسلية:

يسبِّب هذا المرض فيروسُ الورم الحليمي البشري (شكل: 43 أ).



شكل (٤٣): الورم الحليمي البشري. [أ] الفيروس.
[ب] كتل لحمية صغيرة على البشرة.

طرقُ العدوى:

- الاتصالُ الجنسي بشخص مصاب.
- الملامسةُ المتكررة لمنطقة الإصابة.
- عدوى ذاتية من المناطق المصابة إلى مناطق أخرى سليمة من جسم المصاب.

الأعراض:

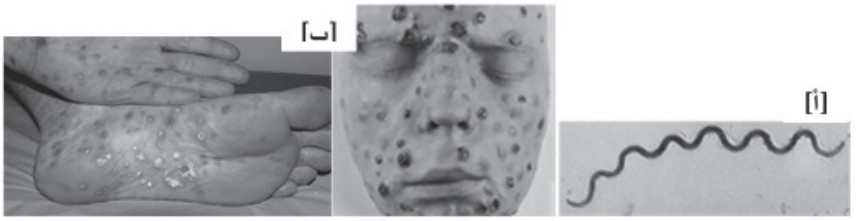
في البداية تكون الثاليلُ التناسلية نتوءاتٍ صغيرة وقاسية وغيرَ مؤلمة في منطقة الفرج أو على القضيب أو حول الشرج، وإذا لم يتمُّ علاجها فإنها يمكن أن تتضخمَ وتتحوَّل إلى كتلٍ لحمية صغيرة تشبه نباتِ القرنبيط (شكل: 43 ب). بمقدور أنواع معيَّنة مِن هذا الفيروس أن تسببَ مرضَ سرطان عنق الرحم، وأنواعًا أخرى من سرطانات المناطق التناسلية المختلفة.

2) الأمراضُ البكتيرية:

1 – الزهري (السفلس) Syphilis:

تسبِّبه بكتريا اللولبيات الشاحبة *Treponema pallidum* (شكل: 44 أ) مرض الزهري، وهو من أكثر الأمراض الجنسية خطورةً على الإنسان نظرًا

لتأثيره على معظم أعضاء الجسم، حتى بعدَ سنوات طويلة من الإصابة به، ويصير أكثر خطورةً إذا ظلَّ بلا علاج.



شكل (٤٤): مرض الزهري. [أ] بكتيريا اللولبيات الشاحبة. [ب] الطفح الجلدي.

طرقُ العدوى:

- الاتصالُ الجنسي بأنواعه المهبلي والفموي والشرجي.
- الملامسةُ والتقبيل والاحتكاك بالمصاب أو بالمنطقة المصابة.
- نقلُ الدم الملوث.
- الانتقالُ من المرأة الحامل الى جنينها.

الأعراض:

للزهري ثلاثُ مراحل متعاقبة:

المرحلةُ الأولى: تبدأ القرحةُ الأولية لمرض الزهري بنقطة التهاب حمراء اللون، ثمَّ تأخذ شكلَ بذرة نبات العدس، وخلال أيام قليلة تتضخَّم وتتحجر، وقد تأخذ شكلًا آخرَ مثل التسلخ أو التشقق، وتظهر هذه القرحة على الأعضاء التناسلية الخارجية في الذكر والأنثى، كما تظهرُ على أماكن أخرى مثلَ الشفاه واللسان واللوزتين والأصابع وحلمة الثدي وفتحة الشرج، وأماكن أخرى من الجلد أو الأغشية المخاطية، كما قد تظهرُ على حشفة القضيب، وفي القناة البولية بعد عشرة أيام وحتى تسعين يومًا من التعرُّض للعدوى، وتشفى هذه القرحات في غضون ستة أسابيع دون أن تترك أيةَ آثار، حتى لو لم يتمّ علاجها.

المرحلةُ الثانية: تبدأ هذه المرحلة بعدَ ستة أسابيع إلى ستة أشهر من التعرُّض للعدوى، وتستمرُّ من شهر حتى ثلاثة أشهر. في هذه المرحلة يظهر طفحٌ جلدي زهريُّ اللون على كفّي اليدين وفي أخمص القدمين عادة (شكل: 44 ب)، وقد تظهر أحيانًا ثآليلُ طريةٌ في المنطقة الأربية (الجزء السفلي من جدار البطن الأمامي المتصل مع الفخذ)، كما تظهر بقعٌ بيضاء في داخل الفم، وانتفاخٌ في الغدد اللمفاوية، وحمى، ونقص في الوزن.

وفي حالات قليلةٍ تكون هذه المرحلة مصحوبةً بارتفاع في درجة الحرارة وآلام بالمفاصل والعضلات خاصة ليلًا، وتضخم الطُّحال، والإصابة بفقر الدم والتهاب الكبد والتهاب بأغشية المخ. هذه المرحلة مثل المرحلة الأولى تزول وتتلاشى بدون علاج.

المرحلةُ الثالثة: يصل المصابُ إلى هذه المرحلة عندما لا يتمُّ علاجُ المريض في المرحلتين السابقتين، وهي تتميز بمُضاعفات خطيرةٍ في القلب والمخِّ والأعصاب، والتي يمكن أن تؤدّي بدوْرها إلى الشلل العام والهزال الشديد والعمى والخرف والصَّمم والعجز الجنسي.

2 – السيلان Gonorrhea:

هو مِن أكثر الأمراض البكتيرية الجنسية انتشارًا نظرًا لسهولة وسرعة العدوى به، وتسببه بكتيريا تسمى المكورة البنية *Neisseria gonorrhoeae* (شكل: 45)، وهي من مجموعة البكتيريا الكروية سالبة الجرام، وتظهر الأعراضُ بعد ثلاثة إلى سبعة أيام من الإصابة.

شكل (٤٥): بكتيريا نيسيريا جونوري المسببة لمرض السيلان.

طرقُ العدوى:

- الاتصالُ الجنسى المهبلي والفموي والشرجي بالمصاب.
- ملامسةُ المصاب أو الاحتكاك بالمنطقة المصابة فيه.
- استخدامُ الفوط وأدوات الحمام والأغراض الملوثة.
- قد تعدي الوالدةُ المصابة وليدَها أثناء الولادة.

الأعراض:

1 – في الذكور: خروجُ إفرازات صديدية صفراءَ من القضيب، ويشعر المصابُ برغبة متكررة في التبول الذي يصاحبه ألمٌ في بعض الأحيان، وحدوثُ التهاب حادٍّ بمجرى البول قد يؤدّي الى تكوُّن خراج، وضيق بمجرى البول قد يؤدّي إلى عسر التبول أو إلى الضعف الجنسي، والتهاب بالبربخ أو بالخصية قد يؤدّي إلى العقم، والتهاب مزمن بالبروستاتا والحويصلة المنوية نتيجة تشجيع بكتيريا السيلان الميكروبات الأخرى على غزو غدة البروستاتا والاستقرار بها.

2 – في الإناث: قيحٌ مهبلي، وصعوبة في التبول، وحدوث حرقان أثناء التبول، ونزف دم غير دم الحيض، ونزف بعد الجماع، وتهيجٌ في الأعضاء التناسلية. وإذا تركت المرأةُ المصابة هذه الأعراضَ دون علاج قد تحدث لها مضاعفات خطيرة مثلَ مرض التهاب الحوض، وألم مزمن بالظهر، وإفرازات خفيفة من مجرى البول أو من المهبل، والتهاب بغدة بارثولين قد يؤدّي إلى حدوث خرّاج بها، والتهاب بقنوات فالوب يتبعها ألم بأسفل البطن، وقد يؤدّي إلى انسدادٍ بالقنوات وبالتالي إلى العقم، وارتفاع بدرجة الحرارة، واضطرابات بالدورة الشهرية، وفقر دم حاد، واعتلال الصحة.

لا تظهر أيُّ أعراض لمرض السيلان عندَ أكثر من نصف النساء المصابات به، أو تكون الأعراض خفيفة لدرجة أنه يمكن تجاهلها والاستهانة بها.

3 – في المواليد: قد يلتقطُ الوليد هذا المرضَ نتيجة مروره بمِهبل أمه المصابة به أثناء الولادة الطبيعية، مما قد يسبِّب التهابًا بعينه وقد يؤدّي ذلك إلى فقدانه لبصره.

ومِن مضاعفات المرض الإصابةُ بالتهاب وورم بالمفاصل يؤدّي إلى تدمير أربطتها وتعطيل حركتها والتهاب بعضلة القلب والجدار المحيط به.

3 – الكلاميديا Chlamydia:

تسبِّب هذا المرضَ بكتريا تسمَّى *Chlamydia trachomatis*، التي تعيش في الخلايا الحية والتي تقتلها (شكل: 46). وتوجد أنواعٌ من البكتريا تصيبُ فقط عنقَ الرحم وقناة مجرى البول، والأنواع الأخرى تسبب أمراضًا بالعين.

شكل (٤٦): بكتيريا كلاميديا تراكوماتس في تركيب شبكي بجوار نواة الخلية المصابة.

طرقُ العدوى:

❖ الاتصالُ الجنسي المهبلي أو الفمي أو الشرجي بالمصاب.

❖ انتقالُ الإفرازات التي توجد بها البكتريا من مكان لآخر على نفس جسم المريض فتسبب انتشارَه فيه.

الأعراض:

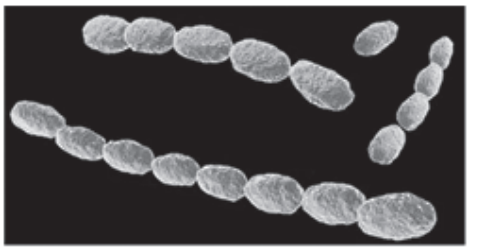
لا تظهر أيةُ أعراض لهذا المرض على العديد من المصابين به.

في الذكور: خروجُ إفرازات شفافة أو تشبه اللبنَ من القضيب، والشعور بحرقان أثناء عملية التبول. من الممكن أن تنتقلَ العدوى إلى البربخ بالخصيتين وقد تتسبَّب في الإصابة بالعقم.

في الإنـاث: الشـعورُ بعـدم الارتياح عند التبـول، وخروج إفـرازات مهبلية بها دمٌ خفيـف في الفـترات بين الحيضات، وشـعور بعـدم الراحة أثنـاءَ التبرز، وخروج إفـرازات غـير طبيعية من فتحة الـشرج. من الممكن أن تسـبِّب الكلاميديـا المتقدمة عـدوى الزائـدة الدودية والقلـب والكبد، وتعدُّ من الأسـباب الرئيسـية في حدوثِ أمـراض التهابات الحـوض التي قد تفـضي إلى العقم.

4 – القرحةُ اللينة Chancroid:

هي مرضٌ بكتيري تسببُه بكتيريا تسمَّى *Haemophilus ducreyi* (شكل: 47).



شكل (٤٧): بكتيريا هيموفيلس دوكرياي المسببة لمرض القرحة اللينة.

طرقُ العدوى:

عن طريق الاتصال الجنسي.

التلامسُ المباشر بالمنطقة المصابة.

الأعراض:

تـتراوح فترةُ الحضانـة (الفترة التي بـينَ الإصابة بالبكتيريا وبـين ظهور الأعراض) بـين يـوم واحـدٍ إلى أسـبوعين. تبـدأ الأعـراضُ كنتوءٍ عـلى هيئة خـرّاج صغـير ملتهب أحمَرَ اللـون وممتلـئ بالصديـد. ثمَّ يـزداد هذا الخـراجُ في الحجم حتـى يتمزَّق طـاردًا ما بـه مـن صديـدٍ نحو الخـارج، ويصبـح الخرّاج قرحـةً خلال يـوم واحدٍ مـن ظهوره.

وقـد تظهـر الإصابـةُ بالمـرض في صـورة قرحـةٍ واحـدة فقـط (عنـد كثـير من الرجـال) أو أكثـر مـن قرحـة (عنـد أغلـب النسـاء). وتتميَّـز هـذه القرحـة بأنهـا

مؤلمة، وتختلف في الحجم حيث يتراوح حجمها من 3 إلى 50 مم، ولها حوافٌّ واضحة لكنها غيرُ منتظمة الشكل وكأنها ممزَّقة، وقاعدتُها مغطاة بمادةٍ صفراء أو رمادية اللون، وتنزف بسهولة إذا تم حكُّها.

تظهر هذه القرحة في الذكور بالقضيب وكيس الصِّفن، أما في الإناث فتظهر على الشفرين ومدخل المهبل وحول فتحة الشرج وبالجزء الداخلي من الفخذ. وتتسبَّب في الشعور بالألَم أثناءَ عملية التبول وأثناء العلاقة الجنسية، وخروج إفرازات مهبليَّة، وأحيانًا يحدث نزيفٌ من منطقة الشرج. بعضُ السيدات المصابات يكنَّ حاملاتٍ للمرض ولا يظهر عليهنَّ أيُّ أعراض.

وقد تؤدّي الإصابةُ بهذه البكتيريا إلى التهاب في الغدد الليمفاوية الإربية الموجودة في منطقة العانة. وقد يحدث هذا الالتهابُ في جانب واحد من الغدد الليمفاوية أو قد يحدثُ في الجانبين معًا. وتكون هذه العقدُ الليمفاوية مؤلمة ويتضخَّم حجمُها تدريجيًّا حتى تتمزقَ مؤدِّية إلى نزوح الصديد منها.

3) الأمراضُ الفطرية:

مِن أكثر الأمراض الفطرية الجنسية شيوعًا هو ما تسببُه الفطريات العنقودية.

الفطرياتُ العنقودية:

طرقُ العدوى:

1 – الاتصالُ الجنسي مع المصاب.

2 – العدوى الذاتية وذلك عن طريق التلوثِ من الشرج لأولئك المصابين بمرض الفطريات العنقودية بالأمعاء.

الأعراض:

في الذكور: يغلب حملُ المرض دون أعراض ظاهرة، ولكن في بعض الحالات قد تؤدّي الإصابة به إلى سيلان من مجرى البول أو التهاب بالعضو التناسلي، خاصَّة بعد الاتصال الجنسي.

في الإناث: تؤدّي إلى التهابٍ بالمهبل مع خروج سيلان به قطع دقيقة بيضاء اللون.

وهناك عددٌ من العوامل التي تساعد على انتشار المرض:

– استعمالُ المضادات الحيوية لفترةٍ طويلة يؤدّي إلى قتل الجراثيم التي تعيش بأمعاء الإنسان وتقاوم نمو الفطريات بها.

– الحمل.

– الإصابةُ بداء السكرى الذي يهيّئ الظروفَ المناسبة لتكاثر الفطريات العنقودية.

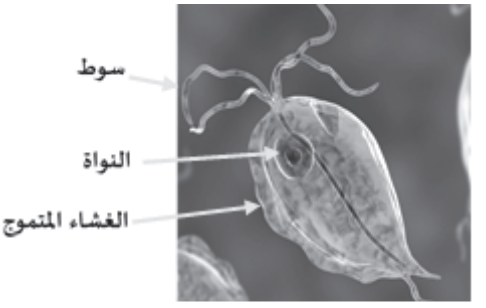
– فقرُ الدم الخبيث الذي يضعف من مقاومة المصاب.

– استعمالُ بعض الهرمونات لمدة طويلة خاصَّة الكورتيزون والبروجستيرون، والعقاقير التي تستعمل لعلاج الأورام الخبيثة، وكذا استخدامُ حبوب منع الحمل.

4) الأمراضُ الطفيلية:

1 – المشعراتُ المهبلية Trichomoniasis:

سببُ هذا المرض نوعٌ من الطفيليات الأوَّلية اللاهوائية تسمَّى بالمشعرات المهبلية *Trichomonas vaginalis* (شكل: 48)، وهي تمكثُ في المهبل عند السيدات، وفي مجرى البول عند الرجال.



شكل (٤٨): طفيل ترايكوموناس فاجينالس
المسبب لمرض المشعرات المهبلية.

طفيلُ المشعرات المهبلية وحيدُ الخلية، وله ذيلٌ رفيع يشبه السوطَ يتحرك به خلال مخاط المهبل ومجرى البول.

ويستطيع الطفيلُ الحياةَ لمدة 24 ساعة في البول أو السائل المنوي أو حتى في الماء. كذلك يستطيع أن يظلَّ حيًّا على سطح رطب لمدة ساعة إلى ساعتين.

طرقُ العدوى:

الاتصالُ الجنسي.

ملامسةُ الأعضاء التناسلية الملوثة.

في حالاتٍ نادرة جدًّا تكون العدوى عنْ طريق استخدام الأدوات الخاصة أو مناشف الاستحمام الملوثة أو استعمال أحواض الاستحمام الدافئة حيث يستطيع الطفيلُ العيشَ بها مدة أطول نسبيًّا.

الأعراض:

في الذكور: تكون نسبةُ المصابين بالمرض دون ظهور أيِّ أعراض كبيرة، ويتمُّ التخلصُ من الطفيل تلقائيًّا خلال أسابيع معْدودة. وفي الحالات القليلة الأخرى تكون الأعراضُ كالآتي:

- الإحساسُ بحكَّة بسيطة في مجرى البول.
- وجودُ إفرازات بسيطة تخرج من مجرى البول.
- الشعورُ بحرقان أثناء أو بعد التبول أو بعد القذف.
- وفي بعِض الحالات تحدث تقرحاتٌ بالعضو الذكري، ونزيف مع المني، والتهاب مزمن بالبروستاتا والحويصلة المنوية، ونادرًا جدًّا ما يحدث التهابٌ في الخصية قد يؤدي – أحيانًا – إلى العقم.

في الإناث: على عكس الذكور، تكون نسبةُ المصابات بالمرض دون ظهورِ أعراض قليلة، وتتمثل الأعراض في الآتي:

– إفرازات مهبلية رغوية كريهة الرائحة تشبه رائحة السمك، ذات لون أخضر أو أصفر.

– كثرة التبول.

– حكَّة في منطقة المهبل والشفرين والجزء الداخلي العلوي من الفخذ، وقد يصبح الشفران منتفخيْن بعضَ الشيء.

– الشعور بعدم الراحة أو ألم أثناء الجماع.

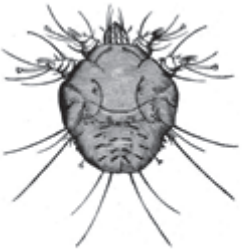
– التعرض للإجهاض.

– الإصابة بالعقم في بعض الحالات.

– احتمالية الإصابة بسرطان بعنق الرحم.

2 – الجرب Scabies:

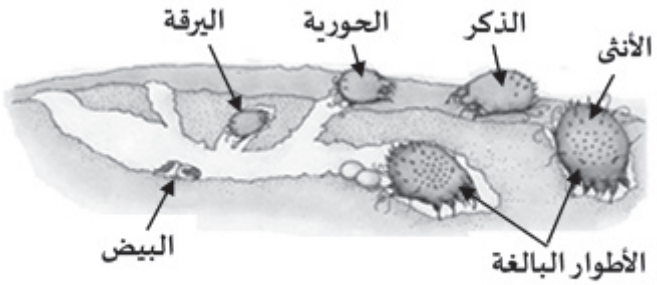
هو مرضٌ جلدي مُعدٍ شائعٌ يسببُه نوعٌ من القمل الصغير جدًّا، المنتمي إلى رتبة العنكبيات، ويسمَّى بالقارمة الجربية *Sarcoptes scabiei* (شكل: 49).



شكل (٤٩): القارمة الجربية

يظهر قملُ القارمة الجربية أحيانًا فوقَ الجلد كقطنة بيضاء صغيرة جدًّا في الحجم بحيث يمكن رؤيتُها بصعوبة بالغة بالعين المجرَّدة. أنثى القمل هى التي تسببُ المرض، وهي مستديرةٌ ولونُها أبيض.

والذكر حجمُه نصفُ حجم الأنثى، ويقوم بتخصيب الأنثى فوقَ الجلد ثمَّ يموت. تقوم الإناث المخصبات بالحفر في الطبقة الخارجية لجلدِ الإنسان باستخدام إنزيمات مذيبة حتى تضع البيضَ في هذه الحفر. ويفقس البيض ليخرج منه جيل جديد كلَّ 3 أسابيع من اليرقات التي تتحولُ إلى طفيل بالغ خلال 10–14 يوم مرورًا بطورِ الحورية. وتبدأ الطفيليات البالغة الجديدة في التزاوجِ وإنتاج البيض لتستمرَّ دورةُ الحياة (شكل: 50).



شكل (٥٠): دورة حياة القارمة الجربية بجلد المصاب.

طرقُ العدوى:

– الاتصالُ الجنسي بشخص مصاب، أو احتكاك البشرة المباشر معه.

– استعمالُ أدوات المصاب خاصة الملابس الملوثة والمناشف وأغطية الأسرة.

– تنتشرُ العدوى بسهولة أكثر في الأماكن المزدحمة، وفي الحالات التي فيها الكثير من التماس المباشر مثل معسكرات الجيش والسجون.

– الاحتكاكُ ببعض الحيوانات المصابة مثل القطط والكلاب والأغنام والجمال.

الأعراض:

تسبِّب الإنزيماتُ التي تفرزها الأنثى وهي تحفرُ الجلدَ لوضع بيضِها حساسيةً شديدة فينتج عنها حكة، خاصة بالمناطق الدافئة كمنطقة العانة والأعضاء التناسلية وثنايا الجلد بالجذع والأطراف والإبطين وبين الأصابع وحول السرة والأرداف والمرفقين وباطن الرسغ.

وتظهر الحفرُ كأخاديد متموجةٍ قصيرة محمرَّة أو خطوط مظلمة على سطح الجلد. في المرأة يظهر على الحلمتين والصدر، وفي الرجل يظهر على القضيب وكيس الصِّفن عقدٌ أو بثور حمراء، وقد يظهر الطفح الجلدي كبثورٍ صغيرة شديدة الحكَّة في الأطراف والجذع بعد عدة أسابيع من العدوى.

وبسبب الخدوش الناتجة من الهرش الشديد قد تظهر فقاقيعُ متقيحةٌ على الجلد تمثل التهاباتٍ بكتيرية نتيجة الإهمال في العلاج وعدم الاهتمام بالنظافة الشخصية.

3 – قملُ العانة Scabies Pubic:

قملُ العانة هي حشرةٌ صغيرة (شكل: 51)، تتغذَّى على الدم، وتغزو شعرَ منطقة الأعضاء التناسلية، تغرز رأسها عند بوصيلةِ الشَّعر وتضع بيضَها به، وقد يصيب هذا القملُ أيضًا شعرَ الإبط والحواجب والصدر، لكنه ينتقل إلى منطقة العانة بعد ذلك. ويمكن رؤيةُ قمل العانة والبيض باستخدام عدسةٍ مكبرة.

شكل (٥١): قمل العانة.

طرقُ العدوى:

– الاتصالُ الجنسي مع شخص مصاب.

– ملامسةُ الأدوات والمناشف والأقمشة الملوثة مثل الملاءات والبطاطين.

– استخدامُ مقعد مرحاض ملوث.

– تكثرُ العدوى نتيجة قلة النظافة الشخصية، خاصة بين طلاب المدارس وأطفال الملاجئ والمساجين ومجنَّدي الجيش.

الأعراض:

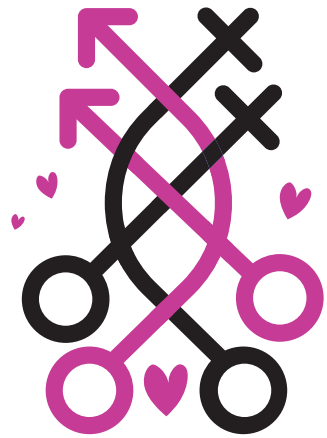
– الهرشُ في منطقة العانة المغطّاة بالشَّعر، ويزداد الأمر سوءًا في فترة المساء.

– في بعض الأحيان تسبِّب اللدغةُ التهابًا في الجلد بحيث يتغير لونُه إلى الرمادي المائل للزرقة.

– الهرشُ المستمرُّ قد يسببُ خدوشًا أو جروحًا بالجلد مما ييسِّر الإصابة بعدوى أخرى.

الفصلُ السّادس
الاضطراباتُ النفسية الجنسية

الاضطراباتُ الجنسية هي سلوكياتٌ جنسية غير طبيعية تستهجنها الفطرةُ السوية وتلفظها المجتمعاتُ المتدينة والمحافظة، وهي وفقَ نسقين؛ إما استنكار المضطرب جنسيًّا جنسَه الذي به ولد (اضطرابات الهوية الجنسية)، أو حصول المضطرب جنسيًّا على الاستثارة واللذة الجنسية عن طريق محفزاتٍ ومثيرات جنسية غير طبيعية وشاذة (اضطرابات التفضيل الجنسي).



أ) اضطراباتُ الهوية الجنسية
Sexual Identity Disorders (SID):

يتملك الإنسانَ المضطرب جنسيًّا شعورٌ بعدم الارتياح والقلق والرفض لنوع جنسه البيولوجي الذي ولد به، بينما يستحوذ عليه الشعورُ بالانتماء إلى الجنس الآخر، مما يسببُ اختلالًا في أدائه الجنسي والاجتماعي والمهني. هذا الاضطراب أكثرُ حدوثًا في الذكور عنه في الإناث.

تنقسمُ اضطراباتُ الهوية الجنسية إلى أربعةِ أقسام من الاضطرابات، هي كالتالي:

(1) اضطرابُ الهوية الجنسية عند الأطفال:

تبدو مظاهرُ هذا الاضطراب في تكرار التصريح بالرغبة أو الإصرار على أن يكون/ تكون من الجنس الآخر، ويفضل/ تفضل بشدَّة وباستمرار أداءَ أدوار الجنس الآخر، وتستحوذ عليه/ عليها التخيلاتُ المستديمة بأنه/ بأنها من الجنس الآخر.

تبدأ أعراضُ اضطراب الهوية الجنسية بالظهور في عُمر ما قبل المدرسة، حينما يلوح في الأفق اختلافُ سلوك الطفل الذكر عن نمطِ السلوك الذكوري المألوف، واختلافُ سلوك الطفلة الأنثى عن نمطِ السلوك الأنثوي المعروف، ثمَّ تزيد هذه الأعراضُ مع مرور الأيام، ويمسي هذا الاختلاف أكثرَ وضوحًا أثناءَ المرحلة الابتدائية وخاصة في الفئة العمرية 7–8 سنوات.

يشعر الطفلُ الذكر المضطربة هويتُه الجنسية بعدم الارتياح وهو يرتدي ملابَس الذكور، ويرفض مخالطتهم واللعب معهم بألعَابهم الخشنة وينفرُ من أنشطتهم الذكورية النمط، ويتهرَّب من عنفهم، ولا يشاركهم في اهتمامتهم، وإن خالطهم أشْعرَهم أنه من جنسٍ مختلف عنهم. وفي نفس الوقت يخالط

البنـاتِ ويريـد ارتـداءَ ملابسـهن أو تقليدهـنَّ في ارتداء ملابسـهن، ويحـب اللعب معهـنَّ وبألعابهـن، ويرغب في امتـلاك دميةٍ مثلهـن، ويميل إلى حواراتهـن، فيتمثلُ ضعفهـن واسـتكانتهن، ويهتـمُّ بـأدوات التجميـل ويسـتخدمها ما اسـتطاعَ لذلك سـبيلًا، ويتسـم سـلوكُه بالترقُّـق واللطـف والخجـل والحساسـية، وقد يعلـن، «أنا مـش ولـد، أنـا هاطلع بنت»، وقد ينشـئ علاقـةً مع فتـي ويلعب فيهـا دورَ الأنثى.

أمـا الطفلـةُ الأنثـى المضطربـة هويتُهـا الجنسـية فتشـعر بأنهـا مختلفةٌ عـن باقي البنـات، فهـي لا تسـتريح بارتـداء ملابـس البنـات، وتفضِّـل ارتـداءَ الملابـس التي تشـبه ملابـسَ الصبيـان أو الملابـس التي لا يظهـر عليهـا الطابع الأنثـوي، فترتدي خفيَـةً ملابـسَ أخيهـا فتشـعر بسـعادةٍ طاغيـة وكأنهـا اسـتردَّت ذاتهـا الحقيقيـة، وترفـض أن تخالـطَ البنـات واللعـبَ معهنَّ بلعبهـن فتنبـذُ اللعب بالدمـي، وتكره حـواراتِ البنـات وضعفهـنَّ واسـتكانتهنَّ ورقَّتهـن واهتماماتهن، كـما تميل في نفس الوقـت لمخالطـةِ الفتيـان ومصادقتهـم وإلى ألعابهـم الخشِـنة وعنفِهـم واهتماماتهم، ولا تسـتخدم مسـاحيقَ التجميـل أبـدًا، ولا تهتمُّ بأظافرهـا كما تهتمُّ البنـات، وتقلد أسـلوبَ الفتيـان في مشـيتِها، وتقـصُّ شَـعرها وتهندمـه مثلهـم، وكثـيرًا مـا تجلس جلسـةَ الذكـور مُنفرجة الفخذيـن، وقد ترفـض التبولَ في وضعيـة الجلوس، وتميل للَّعـب بالمسدسـات وممارسـةِ الألعـاب الرياضيـة ذات الطابـع العنيـف، ويتَّسـم سـلوكُها بالخشـونة والمنافسـة، تقـول: «لمّـا أكـبر هاكـون ولـد».. «مـش هيطلع لي ثديـان».. وقـد تنشـئ علاقـةً عاطفيـة مـع فتـاةٍ وتلعب فيهـا هـي دور الرجل.

(2) اضطرابُ الهوية الجنسية عند المراهقين / المراهقات:

تبدو على المراهق/ المراهقة المصاب/ المصابة باضطرابِ الهوية الجنسية الأعراضُ التالية:

– شـعورٌ شـديد بالانزعـاج المسـتديم والكرب المُسـتمر من جنسـه/ جنسـها البيولوجـي، وإبـداء الرغبـة الملحَّـة والصريحـة والإصرار منـه/ منها عـلى التحول للجنـس الآخر.

– الرفضُ الدائم لجنسه/ جنسها ولتركيبته الجسمية (رفض القضيب عند الذكر، رفض الثدي عند الأنثى).

– الانشغالُ بأنشطة الجنس المغاير، وتقمُّص سلوكيات الجنس الآخر، سواء في الواقع أو في الخيال، ورفض السلوك الطبيعي النمطي لنفس جنسه البيولوجي.

– الميلُ الشديد لارتداء زيِّ الجنس الآخر، ليشعرَ بالارتياح ويغذي انتسابه إلى الجنس الآخر، وليس بغرض الحصول على الاستثارة الجنسية، كما هو الحال في اضطراب تحول الزي الفيتيشي.

– الرغبةُ في أن يعيش أو يعامل على أنه/ أنها من الجنس الآخر.

– القناعةُ بأنَّ لديه/ لديها مشاعر وردود أفعال الجنس الآخر.

– قد يكون لديه/ لديها اعتقاد أنه ولد في الجنس الخطأ، «أنا بنت بس في جسم ولد»، أو، «أنا ولد بس جسمي جسم بنت».

– الإحساسُ بعدم ملاءمة دوره/ دورها الجنسي والاجتماعي والمهني لجنسه الفعلي.

– محاولةُ إخفاء مظاهر جنسه/ جنسها، فتلجأ الفتاة إلى إخفاء بروز ثدييها بارتداء الملابس الضيقة جدًّا أو استعمال الضاغط (الكورسيه)، كما قد تندفعُ إلى حلاقة الذقن والشارب كالفتيان لتبرز اللحية وينمو الشارب، وتغير من نبرة صوتها لتحاكي خشونةَ صوت الرجال. وقد يلجأ الفتى لنزع شَعر جسده ليبدو في نعومة ملمس بشرة الأنثى، ووضع المساحيق وأدوات التجميل كالنساء، ويستعمل بعضًا من إكسسوارات الفتيات، ويغيِّر من نبراتِ صوته لتصبح أكثر نعومة.

بعضُ الفتيات يصاحبنَ فتيات مُسترجلات (اللائي يملنَ إلى أداء سلوكيات الرجال) على أنهن فتيات طبيعيات، وأثناء اللقاءات التي تجمعهنَّ قد تتمُّ بعضُ الملامسات غير البريئة، ثمَّ يتطور الأمرُ شيئًا فشيئًا حتى تحدث علاقة جنسيه

كاملة، فالفتيات المسترجلاتُ تزيدهنَّ هذه العلاقات انحرافًا ومسخًا لهويتهن الجنسية، والفتيات العاديات اللاتي وافقن على إقامة علاقة شاذَّة مع هؤلاء الفتيات المسترجلات قد يفقدن – مع الوقت – سلوكهنَّ الجنسي الطبيعي، وميلهنّ الفطري إلى الذكور، وقد لا يصبحنَ قادرات على ممارسة حياتهنَّ الجنسية بصورة طبيعية حينما يتزوَّجن، وقد يمتدُّ بهنَّ الأمر حتى إنهنَّ يفقدن رغبتهن في الزواج. إنَّ صحبة المسترجلات لا يأتي من ورائها خير.

(3) اضطرابُ التحول الجنسي Transsexualism Disorder:

يظهر هذا الاضطراب – غالبًا – في نهاية مرحلة المراهقة أو بداية مرحلة الرشد. من علاماته شعورُ الإنسان اليقيني بالانتماءِ إلى الجنس الآخر، وإظهار رغبة ملحَّة ومستمرة وثابتة للتحول إلى الجنس الآخر، وفي نفس الوقت يعاني المضطربة هويتُه الجنسية من الرَّفض وعدم الارتياح بالانتماء إلى جنسِه البيولوجي الذي ولدَ به وحدَّدته أعضاؤه التناسلية وأكدته المظاهرُ الجنسية الثانوية التي بدتْ عند البلوغ، ويصاحب ذلك الانشغالُ بمحاولة تغيير الملامح الأولية والثانوية لجنسه واكتساب الملامح الجنسية للجنس الآخر، وذلك بالتماس تناول الهرمونات أو السعي لإجراء عمليات جراحية لتغيير مظهر الجسد الخارجي، حتى يتمّ تصحيحُ الشكل الظاهري والوضْع التشريحي «الخطأ»، ولكي يكون أقربَ شكلًا إلى الجنس الآخر الذي يبغي التحول إليه.

إنه امتدادٌ موغِل في الشدَّة لاضطراب الهوية الجنسية في مرحلتي الطفولة والمراهقة، ولكي يتم تشخيص هذا الاضطراب جيدًا لا بدَّ وأن تستمرَّ الرغبةُ في التحول إلى الجنس الآخر تلحُّ على الإنسان مدةَ عامين على الأقل، وألا تكون عرضًا لاضطراب آخر.

في هذه الحالة يكون الشابُّ مكتملَ الذكورة من حيث الشكل والتركيب الوراثي، وأعضاؤه التناسلية ذكورية، ولكنه يشعر نفسيًّا أنه أنثى، ويفضِّل أن يكون أنثى، فمشاعرُه وسلوكياته هي مشاعر الأنثى وسلوكياتها، ولذا

فإنـه يميـل جنسـيًّا إلى الذكـور، ليـسَ لأنه شـاذٌّ ولكـن لأنه يرى نفسَـه امـرأة تميل بطبيعتهـا إلى الرجـال.

إنَّـه يكـره أعضـاءه التناسـلية، ويتمنَّـى لـو اسـتطاع نزعَهـا بيـده والتخلـص منهـا، فهـي رمـزُ ضيقـه وتوتـره وتعبـه، فيبـدأ في التفكـير بإجـراءِ جراحـة تريحُـه ممـا هـو فيـه مُصححًـا وضعَـه. وإذا عـرف طريـقَ الهرمونـات وفاعليتهـا فإنـه قـد يبـادر – في كثـير مـن الأحيـان – بتعاطيهـا دون أيِّ إشراف طبي، فتتراجـع المظاهرُ الذكوريـة الثانويـة، وتظهـر عليـه المظاهـر الأنثويـة الثانويـة، فيصـير صوتـه ناعمًا، ويقـلُّ تدريجيًّـا شَـعر الذقـن والشـارب، وتبـدأ الدهـونُ في التراكـم بالجسـم عـلى نسـقٍ قريـب من النسـق الأنثوي، ويصـير بنـاء العضلات قريبًـا من البنـاءِ العضلي للفتـاة، ويـشرع ثدياه في الكبر.

إنه إصرارٌ عجيب غريب لا ينشأ إلا عن شعور يقيني بأنه ينتمي إلى عالم الإناث.

وبالمثـل تكـون الفتـاةُ مكتملـة الأنوثة مـن حيث المظهـر الخارجـي والتركيب الوراثـي، وأعضاؤهـا التناسـلية أنثويـة، ولكنها تشـعرُ نفسـيًّا أنها رجـل، وتفضِّـل أن تكـون رجـلًا، فمشـاعرُها وسـلوكياتها هـي مشـاعر الرجـل وسـلوكياته، ولذا فهـي تميـل جنسـيًّا إلى الإنـاث، ليـس لأنها شـاذَّة، ولكـن لأنها تـرى نفسَـها رجلًا يميـل بطبيعتـه إلى الإناث.

إنَّ أسـوأ لحظـات حياتها حـين يأتيها الحيض، فتكره ذاتَها وتشـعرُ بالاشـمئزاز والاحتقـار لنفسـها، تكـره أثداءها وتتمنـى اختفاءها، وتمقـتُ أعضاءها التناسـلية وتريـد تغييرهـا، ومـن هنـا يبـدأ التفكـيرُ في الجراحـة لإعـادةِ الأمـر إلى وضعـه «الصحيـح» وهـو أن تصبـحَ رجلًا مـن الناحية الشـكلية والتشريحية حتى تنسـجمَ مـع رجولتهـا النفسـية التـي تشـعر بهـا عـن يقـين. وإذا عرفـت طريـق الهرمونات وأسرارهـا وفاعليتهـا فإنَّهـا قد تـشرع في اسـتعمالها دون أيِّ إشراف طبي في كثير من الأحيـان، ولهـذا تتراجع المظاهـرُ الأنثويـة الثانوية وتظهـر عليها المظاهـرُ الذكورية الثانويـة، فيصبـح صوتها خشـنًا، وينمو شَـعر الذقن والشـارب، وتتخـذ عضلاتها شـكلًا أقـربَ إلى عضـلات الرجـال، ويضمـرُ بعـضَ الـشيء ثدياها، وهـي تحاول

إخفاءَ ما بقي منهما عن الأعين بواسطة ملابسها الضيقة أو ترتدي ملابس ضاغطة (كورسيه).

إنه إصرارٌ عجيب غريب لا ينشأ إلا عن شعور يقيني بأنها تنتمي إلى عالم الرجال.

ومن أجل التعامل الصائب مع حالاتِ اضطراب التحول الجنسي يجب معرفةُ أنَّ هناك ثلاثة أنواع من هذا الاضطراب هي كالتالي:

الأوَّل: يسمَّى بالنوع اللاجنسي، حيث لا وجودَ للرغبة الجنسية عند الإنسان على الإطلاق سواء تجاه نفس الجنس أو تجاه الجنس المخالف، فرغبتُه في التحول للجنس الآخر رغبةٌ صافية خالصة منزَّهة من أيِّ مشاعر جنسية ناحية نفس الجنس أو الجنس المخالف. هو/ هي فقط يريد أن يرضي ذاتَه وكيانَه وأحاسيسه بتحوله إلى الجنس الآخر.

الثاني: لدى المضطربِ ميولٌ جنسية لنفس الجنس، فيبدو ظاهريًّا وكأنه شاذ جنسيًّا، ولكن.. بناءً على فهم طبيعة هذا الاضطراب فإنَّ هذا الإنسان ليس به شذوذ، فالرجل المضطربُ يشعر في قرارة نفسه بيقينٍ أنه أنثى، ولذلك كان من الطبيعي أن يميلَ جنسيًّا إلى الرجال، أين الشذوذ في ذلك؟! إنما الشذوذُ في أن يميل إلى «أنثى مثله»!، وكذلك الأنثى المضطربة يملؤها الشعورُ بأنها رجل، ولذلك كان من الطبيعي أن تميلَ جنسيًّا إلى النساء، فأين الشذوذُ في ذلك؟! إنما الشذوذ في أن تميل إلى «رجل مثلها»!.

الثالث: يبدو للمريض ميولٌ جنسية طبيعية، فالرجل المضطربُ يميل إلى المرأة، والمرأةُ المضطربة تميل إلى الرجل، ولكن.. يريد هذا الرجلُ المضطرب أن يتحولَ إلى امرأة، ورغم ذلك يميل جنسيًّا إلى النساء، وتريد هذه المرأة المضطربة أن تتحولَ إلى رجل، ومع ذلك تميل جنسيًّا إلى الرجال، إنه أمرٌ محيِّر، سلوك جنسي يبدو طبيعيًّا ولكنه في حقيقته اضطراب، فالرجلُ الذي يسيطر عليه أنه امرأةٌ كيف يميل جنسيًّا إلى النساء؟! والمرأة المتيقنة من أنها رجل كيف ترغب جنسيًّا في الرجال؟! من أجل ذلك لا عجبَ في رؤية رجالٍ تزوَّجوا من نساء

وأنجبوا أطفالًا ثمَّ يجرون جراحةً يتحولون بها إلى نساء، والعكس.

الظاهرُ في هذا النوع من اضطراب التحول الجنسي أن الرجلَ يريد أن يمارس الجنس – أو مارسَه فعلًا – مع رجل مثله، وأنَّ المرأة تريد أن تمارس الجنس – أو مارستْه بالفعل – مع امرأة مثلها، إلا إنَّ المشاعر هنا مختلفة عن مشاعر الذين يعانون من الشذوذ الجنسي، ولذلك يختلف العلاجُ النفسي لهذه الحالة عمّا هو متَّبع مع مرضى الشذوذ الجنسي، فالتعامل مع الشذوذ الجنسي يكون على مستوى الميل الجنسي، بينما التعاملُ في حالة التحول الجنسي يكون مع الهوية الجنسية.

(4) اضطرابُ تحول الزي الثنائي الدور (الارتداء المغاير)

Transvestism Disorder:

هو ارتداءُ الإنسان لملابس الجنس الآخر لفترةٍ من الوقت، من أجل الاستمتاع بتجربة مؤقتة وكأنه فردٌ من الجنس الآخر، دونَ أن يصاحب ذلك استثارةٌ جنسية، ودونَ رغبة في تبديل جنسه بصورة دائمة، كما هو الحال في اضطراب التحول الجنسي.

أسبابُ اضطرابات الهوية الجنسية:

– تشجيعُ الوالدين أو صمتُهم أو عدم اكتراثهم لما يظهرُ على أطفالهم ومراهقيهم من جوانب سلوكية لغير جنسهم دون الوقوف على هذه الجوانب، ومحاولة تغيُّرها، أو استشارة متخصص فيها.

– خضوعُ الإنسان منذ صغره لأساليب غيرِ تربوية، التي أفضتْ إلى عدم تأصيل هويته الجنسية وانتمائه لجنسه واعتزازه به، وتسطيح أو تدنّي العلاقة بأحد الوالدين أو كلاهما.

– عدمُ وجود أب أو نموذج يلعب دورَه الذكوري كالأخ أو العم أو الخال ليستقي منه مظاهر الرجولة، وعدم وجود أم أو مَن يحلُّ محلها كالأخت أو العمة أو الخالة كنموذجٍ أنثوي لتعليم البنت مظاهر الأنوثة.

– التعرضُ لنوع من أنواع الإيذاء البدني أو الجنسي يجعله يتصور إمكانيةَ اختفاء أثر هذا الإيذاء لو كان من الجنس المخالف لجنسه.

– الحرمانُ من بعض الامتيازات الممنوحة للأخ أو للأخت من الجنس الآخر، فيتصور – لا شعوريًّا – أنه سيفوز بهذه الامتيازات لو تحوَّل إلى جنس أخيه أو أخته.

– وجودُ ملامح أنثوية لدى الذكور قد يهيئ لحدوث الاضطراب، وكذا الأمر بالنسبة للإناث.

– سلوكُ المخ طريقًا في تجنيسه مخالفًا لجنس الجسد، وهو سببٌ يندر حدوثه. فالمخ قد ينتمي إلى جنس بينما يتخذ الجسد شاكلةَ الجنس الآخر (تشكل المخ على الوجهة الأنثوية واتخاذ الجسد الهيئة الذكورية أو العكس، سبق الاستفاضة في هذا الموضوع بالفصل الأول)، مما يؤدّي الى صراع شديدٍ بين المخ والجسد، فيكره الإنسانُ جسدَه بسبب مخه، فيسعى المخ للتحرر من هذا الجسد الذي يعتبرُه سجنًا له، ولذلك قد تستحوذُ على هذا الإنسان الرغبة العارمة في تغيير هيئة جسده لتتطابق مع هيئة مخه.

إجراءاتٌ علاجية:

1 – اللجوءُ إلى الأطباء النفسيين في حالة اكتشاف هذه الميول المضطربة.

2 – التثقيفُ الصحي لأفراد أسرة الشخص المضطرب جنسيًّا وتقديمُ الدعم والمساندة لهم.

3 – قد يطلبُ البالغون والأشخاص الأكبر سنًّا الذين يعانون من هذا الاضطراب العلاج الجراحي أو العلاج بواسطة الهرمونات، والتدخل الصائب يكونُ فقط لعلاج القلق والتوتر والاكتئاب الناجم عن الصراع الداخلي بين الواقع البيولوجي للمضطربِ ورغبته النفسية المُخالفة له، صراع بين كون الإنسان رجل ذكر وشعوره كأنثى، أو كونها امرأة أنثى وشعورها كذكر،

وذلـك بعمـل برنامـج علاجـي معـرفي سـلوكي لرفـض الهويـة الجنسـية المغايـرة للخلقـة الوراثيـة الجسـدية التشريحيـة والقبـول التدريجـي للهوية الجنسـية المتطابقة مـع هـذه الخلقة.

ويـرى البعـضُ أنـه مهـما كانـت درجـةُ رغبـة إنسـان في أن يكـون مـن الجنس الآخـر أو أن يعامـل عـلى أنـه مـن الجنـس الآخـر، ومهْـما كانـت درجـةُ تفضيلـه لارتـداء ملابـس الجنـس الآخر، أو لعـب أدوار الجنـس الآخر، أو تفضيـل تكوين صداقـات مـع أفـراد مـن الجنـس الآخـر، أو الانزعـاج مـن جنسـه وإحساسـه بعـدم ملاءمتـه لأداء الأدوار الجنسـية والاجتماعيـة والمهنيـة والأكاديميـة لجنسـه البيولوجـي الفعـلي الحـالي؛ فسـوف يجـدُ الطبيـب النفـسي – إن شـاء الله – السـبلَ الكفيلـة بتغـير هذا الإنسـان، فيحب جنسـه الحـالي، وأن يعامـلَ طبقًا لواقع جنسـه الحـالي، ويفضّـل ارتـداء الملابس التي تناسـب جنسـه الحـالي، ولعب أدوار جنسـه الحـالي، وتفضيـل تكويـن صداقات مع أفراد من جنسـه الحـالي، وسيسـعدُه العودةُ إلى جنسـه الحالي، وسـوف يشـعر بالانسـجام مع دوره الجنسي والاجتماعي والمهني والأكاديمـي المتوائـم مـع جنسـه الحالي.

ب) اضطراباتُ التفضيل الجنسي
(انحرافات السلوك الجنس أو الشذوذ الجنسي):

إنها مجموعةٌ من الاضطرابات يحصل بها المضطربُ جنسيًّا على الاستثارة الجنسية الشديدة المتكررة والإشباع الجنسي عن طريق محفز جنسي غير طبيعي كبعض الأشياء غير الآدمية أو الأحياء من غير الجنس الآخر أو القيام بسلوكيات جنسية منحرفة وغير طبيعية. في أحيان كثيرة يتخير أصحابُ هذه الاضطرابات الأوضاعَ والوظائف التي تتيح لهم فرص التعامل مع المثير الجنسي المرغوب.

ومِن هذه الاضطرابات ما يلي:

(1) الفتيشية Fetishism:

يرتبط هذا الاضطرابُ بوجود تخيلاتٍ وإلحاحات وسلوكيات جنسية قوية ومثيرة ومتكررة منذ ستة أشهر على الأقل، مقترنة باستعمالِ مثيرات جنسية غير حيَّة تسمَّى بالأدوات الفيتيشية أو أحيانًا بجزء من جسد الجنس الآخر. تتراوح أهمية الأداة الفيتيشية لدى المضطربِ جنسيًّا من مجرَّد تعزيز الإثارة الجنسية المكتسبة بالطرق الطبيعية إلى أن تكون بديلًا عن الجنس الآخر.

تكاد تقتصُر الفتيشية على الرجال فقط، وأنَّ المضطربين يبدون أشخاصًا طبيعين من حيث السلوك العام.

والفتيشية على ثلاثة أنواع، كالتالي:

1 – فيتيشية متعلقة بأشياء غير حية: تتحقق الاستثارةُ الجنسية وبلوغ ذروة اللذة الجنسية للرجل المضطربَ من خلال متعلقات تخصُّ المرأة كحذائها وملابسها الداخلية وجواربها وقفازاتها أو حتى عرقها أو صوتها، وكلها أشياء تمثل أدوات فيتيشية، أما المرأةُ في ذاتها لا تهُمُّ المضطرب. ويتُّم توجيه النشاط

الجنسي نحو الأداة الفتيشية مثل مزاولة العادة السرية في/ على الحذاء الحريمي أو على الملابس الداخلية للمرأة أو تمزيق هذه الأداء الفتيشية مثل تحطيم الحذاء أو تمزيق الملابس الداخلية، وتأتي الاستثارة الجنسية بهذا التمزيق وذاك التحطيم.

2 – فيتشية متعلقةٌ بالموادّ المصنَّع منها الأدوات الفيتيشية: أكثرُ الرجال المضطربين يفضلون الأدواتِ والملابَس المصنوعة من المطاط، أو تلك المصنوعة من الجلد أو من البلاستيك الأسود اللامع. وهناك حالاتٌ يميل فيها المضطرب إلى الأدوات والملابس المصنوعة من الحرير.

3 – فتيشية متعلقةٌ بجزء من الجسد الأنثوي: وفيها يهتمُّ الرجل بجزءٍ معيَّن من جسد المرأة – كقدمها مثلًا – وينتشي بسببه جنسيًّا. وقد لا يعدُّ هذا اضطرابًا بمعنى الكلمة لكوْن مصدر الاستثارة جزءًا معينًا من جسد المرأة، ولكن انشغال الرجل به عن بقيةِ أجزاء جسدها قد يجعلها تعاني بسبب إهماله لبقيةِ جسدها، الأمر الذي قد يحولُ بينها وبين الاستمتاع الكامل أثناء اللقاء الجنسي.

(2) تحولُ الزي الفتيشي Transvestic fetishism:

هو ارتداءُ ملابس الجنس الآخر بغرض الحصول على الإثارة الجنسية (وليس بغرض تغذية الشعور بالانتساب إلى الجنس الآخر، كاضطراب الهوية الجنسية)، والرغبة القوية في نزع هذه الملابس بمجرد الوصول إلى ذروة اللذة وهبوط الاستثارة الجنسية. يحدث هذا الاضطرابُ في الرجال ويندر وجوده في النساء.

يبدأ هذا الاضطرابُ عادة في مرحلة الطفولة أو بداية المراهقة، وبمرور السنوات يرغب بعضُهم في ارتداء ملابس النساء طوالَ الوقت وإلى الأبد، ويرتدي بعضُهم قطعة واحدةً داخلية، وآخرون يرتدون أكثرَ من قطعة، وقد يضعون المكياج ويرتدون ملابسَ نساء كاملة. وهؤلاء الذكور يفضلونَ في العادة النساء، إلا إنَّ خبرتهم الجنسية مع النساء نادرة، وأحيانًا ينخرطون في علاقاتٍ جنسية شاذة وقد يصاحبها أحيانًا مازوخية.

والرجالُ المصابون بهذا الاضطراب عندما يمارسونَ الحياةَ الطبيعية يبدون شديدي الرجولة في المظهر والمهنة.

تمييزُ هذا الاضطراب عنْ بعض الاضطرابات الأخرى:

❖ يختلف صاحبُ اضطراب تحوُّل الزي الفتيشي عن صاحب اضطراب الهوية الجنسية في أن الأول يستثار جنسيًّا حينما يرتدي ملابَس الجنس الآخر، بينما الثاني يرتديها ليخففَ توتره، ولكنَّه لا يستثار جنسيًّا بارتدائها.

❖ يختلف صاحبُ اضطراب تحوُّل الزي الفتيشي عن صاحب اضطراب التحول الجنسي في أن الثاني لديه إحساس دائم بعدم مناسبة جسمِه له، ولديه رغبةٌ مستمرَّة في تغييره والانشغال بذلك، بينما الأَولُ لا ينتابه هذا الإحساس وهذه الرغبة ألبتَّة.

(3) الاستعراءُ العلني Exhibitionism:

هو ميلٌ قوي ومتكرِّر أو دائم – لمدَّة لا تقل عن ستة أشهر – إلى تعرية وكشفِ العورة المغلظة ليراها الغرباء الذين يغلب عليهم أنهم أطفالٌ أو أفراد من الجنس الآخر، ويتمُّ ذلك بالأماكن العامة.

يشعرُ الشخصُ المصاب بهذا الاضطراب الجنسي بالإشباع الشديدِ عندما يبدي مَن يراه عاريًا شعورًا بالخوف أو الخجل أو الدَّهشة أو التقزز أو الصدمة من رؤيته مُتعريًا، وكلما ازداد خوفُ وخجل واندهاش وتقزز وصدمة الضحية كلما ازدادتْ درجة استثارة المضطرب وإشباعه.

إنَّ المضطرب لا يقصد بفعلِ هذا السلوك غيرِ السوي ممارسةَ الجنس مع ضحيته، ولكن كلُّ ما يهتم به هو ردة فعل الضَّحية، وتَحدثُ اللذة الجنسية للمضطرب عنْ طريق ممارسة العادة السرية أثناءَ أو بعد رؤيته عاريًا.

كثيرًا ما يعمَد المضطربُ إلى التردد على مدارس الفتيات ليتعرَّى أمامهنَّ وقت انصرافهنَّ من مدارسهن، كما يتعرى أيضًا في المنتزهات والحدائق العامة

لاصطيادِ ضحاياه، وعندما يفتضح أمرُه يفرُّ هاربًا، وسرعان ما يعاني من الشعور بالذنب لأنه عادةً ما يقوم بهذا السلوك الشاذّ بصورة غير واعية ولا شعورية.

يسبِّب هذا السلوك للمضطرب انزعاجًا ومعاناة وصعوباتٍ في العلاقات الشخصية، ويقتصر الإصابة باضطراب الاستعراء عمليًّا على الذكور من دون الإناث.

من أهمِّ العوامل التي تزيد من خطر الإصابة باضطراب الاستعراء هو تعرضُ الفرد لاعتداء جنسي في مرحلة الطفولة، وتعاطي العقاقير. ومن أكثر الاضطرابات المتزامنة الحدوث معَ اضطراب الاستعراء هو الاكتئابُ والقلقَ والاضطراب ثنائي القطب واضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة واضطراب الولع بالأطفال واضطراب الشخصية المضادة للمجتمع (الشخصية السيكوباتية).

من المُمكن تصنيفُ مرضى الاستعراء كالآتي:

1 – الجنسيةُ الزائدة: يُظهر المضطربُ منذ سنٍّ مبكرة إسرافًا في إدمان العادة السرية، ويتجول في الطرقات حتى يجدَ الفرصةَ المناسبة لكشف عورته، ويقللُ هذا الاستعراء من حدَّة التوتر الذاتي، ويخفض من الرغبة الجنسية الملحة.

2 – الجنسيةُ الضعيفة: أحيانًا ما يكون حبُّ الاستعراء مظهرًا للضعف الجنسي للمضطرب، وعدم قدرته على القيام بالجماع.

3 – القصورُ العقلي: قد يلجأ المتخلفون عقليًّا إلى عرض عوراتِهم دون وعي أو فهم لأبعاد هذا السلوك المعيب.

4 – الذهانُ المزْمن: عادة ما يتفوَّه المضطرب أثناءَ استعرائه بألفاظٍ بذيئة وهو ما لا يحدث من مرضى الاستعراء العاديين، مثلَ خرف الشيخوخة وزهري الجهاز العصبي.

5 – الصرع: يحدث أحيانًا تكشفٌ واستعراء غيرُ إرادي مع نوبات الصرع الخفيفة والكبيرة والنفسية الحركية.

6 – الإعلاءُ أو التسامي: يرتبط الفنُّ الفاضح بالاستعرائية، فالروائي والفنان والمخرج الذين يستبيحون تعرية النساء والرجال بكلماتهم المَكتوبة

والمسموعة والمرئية يجدونَ لذَّة في الشعور بالصدمة التي يتخيلونها تصيب قراءهم ومستمعيهم ومشاهديهم. إنها إحدى الحيَل الدفاعية المسمّاة بالإعلاء أو التسامي، والتي يحاول فيها المضطربُ إظهارَ الاستعراء ونشر التعرّي في إطار «فن» يتقبَّله المجتمع و«إبداع» يقبل عليه الناس، إنه فعلٌ مُستنكر يقدَّم في إطار «مقبول» حتى يلقى رضا من الناس وترحيبًا.

(4) التطلعُ الجنسي (لذة المشاهدة – البصبصة) Voyeurism:

هو ميلٌ وإلحاح قوي ومتكرِّر أو دائم – لمدَّة لا تقلُّ عن ستة أشهر – إلى مشاهدة الآخرين وهُم عرايا أثناء خلع الملابس أو الاستحمام أو أثناءَ النوم أو وَهُم يمارسون نشاطًا جنسيًّا (جماع، لواط، سحاق، عادة سرية... إلخ)، وتتمُّ المشاهدةُ دون معرفة أو وعي الشخص المراقَب، وتؤدّي في العادة إلى استثارة جنسية وممارسة للعادة السرية أثناء اختلاس النظر أو بعدها.

(5) الميلُ الجنسي للأطفال (عشق الأطفال أو الوله بالأطفال) Paedophilia:

يتَّصف المصابون بهذا الاضطراب بوجودِ دوافع وإلحاحات جنسية قوية ومتكررة نحو الأطفال في عمر ما قبل البلوغ أو البلوغ المبكر لمدَّة ستة أشهر على الأقل، يعقب هذه الدوافعَ والإلحاحات أداءٌ جنسي، كتعريةِ الطفل والنظر إليه ومزاولة العادة السِّرية أو ملامسة الطفل وتقبيله أو لَمْس أو لعْق أعضاء الطفل التناسلية أو خرق مهبل الطفلة أو فتحة الشرج للطفل أو الطفلة بالأصبع أو القضيب، ويظلُّ المضطربُ في خوف بعدَها خشية افتضاح أمره، وقد تراوده رغبةٌ في قتل ضحيته تجنبًا للفضيحة.

مِن المضطربين مَن يُقصر نشاطَه الجنسي على الأطفال، ومنهم مَن يولع بالكبار أيضًا. وبعض المرضى ينجذبون للأطفال الإناث فقط، وبعضهم يقصر انجذابه على الأطفال الذكور فقط، بينما البعض الآخر يهتم بالجنسين على حد سواء، ونادرًا ما يظهر هذا الاضطراب بين النساء.

(6) السادية Sadism:

السادية هي جنونُ القسوة، هي حصولُ الإنسان السادي على الاستثارة الجنسية/ أو الإشباع الجنسي عن طريق إيقاع الألم النفسي والجسدي على الشريك في الفعل الجنسي بالتعدي عليه بالسبِّ أو الإهانة أو الضرب (باليد أو بالسوط أو بالعصي) أو العضّ أو القرص أو الوخز بالإبر أو إسالة الدماء، أو ما شابه ذلك من صنوف التعذيب والإيلام.

السادية اصطلاحٌ أطلقه لأوَّل مرة «كرافت إيبنج» نسبةً إلى الروائي والثوري الفرنسي الماركيز «الفونس دي ساد» الذي كتبَ اعترافات سجل فيها حصوله على الاستثارة الجنسية نتيجة إيقاعه لصنوف من العذاب على النساء اللاتي كن يقعنَ في غرامِه، حتى يتمكن من مباشرتهنَّ جنسيًّا، وإلا فهو العنّين العاجزُ عن المواقعة الجنسية. والسادية أكثر انتشارًا في الرجال عنها في النساء.

وتتراوح الساديةُ بين صورة من صور المداعبات والمشاكسات الثقيلة وبين إلحاق الأذى الشديد ببدن الشريك الجنسي، وقد تصلُ الخطورة إلى درجة القتل، ولذا تشجّع السادية على الاغتصاب والإقدام على ارتكاب جرائم قتل الضحايا بعد ممارسة الجنس، كما أن بعض الساديين يعانون من الفصام.

في العادة تُصاب الزوجة السوية بالرعب حينما يصُرُّ زوجها السادي على ضربها أو توجيه ألفاظ قاسية لها قبل المعاشرة الجنسية، فتُصاب تدريجيًّا ومع الوقت بالعزوف عن الجنس، وتكره اقترابه منها، وفي أحيان غالبة لا تطيق تكملة العيش معه وتسعى إلى الفراق والطلاق.

(7) المازوخية (الماسوشية) Masochism:

المازوخية هي حصولُ الشخص المازوخي على الاستثارة والمتعة الجنسية نتيجة تلقيه العذاب والألم النفسي والجسدي وسوء المعاملة والإهانة والتحقير والقسوة والمذلة والعضِ والضرب والتكبيل من الشريك في الممارسة الجنسية. والمازوخية تصيب الرجالَ والنساء على حد سواء، ولكنها في النساء أكثر انتشارًا.

المازوخية إذًا نقيضُ السادية..

نسبت المازوخية إلى الروائي النمسوي «ليبولد فون ساخر مازوخ» الذي تحفل رواياته بشخصيات تستعذب الألمَ وتستجلبه على نفسها، وتجد في العقاب الذي ينزله الغيرُ بها متعة.

قد تبدأ المازوخية على مستوى التخيل في مرحلة الطفولة أو عند بدْء المراهقة، فيتلذذ الطفلُ أو المراهق حينما يتخيل قيام شخص بتعذيبه جسديًّا أو نفسيًّا، وليس بالضرورة أن يصاحب ذلك متعة جنسية. وقد تبدأ المازوخية عند البالغ على مستوى الخيال الذي يصاحبه استثارة جنسية يعقبها ممارسةُ العادة السرية، ويتمنى هذا المازوخي مقابلة فرد من الجنس الآخر يقبلُ تعذيبَه وإيلامه ليعيش حياته الجنسية المنشودة.

يتردد الرجل المازوخي كثيرًا في الزواج، حيث يصعب عليه حينَ زواجه العثور على امرأة تهينه وتذله وتضربه وتصفعه وتركله وتبصقُ عليه وتكيل له الشتائم وتبول عليه وتضع قدمَها على صدره وتسمح له بتقبيل قدمها، وتعامله كخادم أو عبد، وأن يظلَّ يستجديها ويستعطفها، فذلك كله من لوازم استثارته جنسيًّا، حتى يصير قادرًا بالفعل على مزاولة العلاقة الجنسية الكاملة معها.

والمازوخية نوعان:

أحدهما يتوقف عند مستوى التخيل فقط، وحينها لا يعتبر الإنسانُ مصابًا بالمازوخية، فبعضهم لا يستثارون جنسيًّا إلا إذا سبقَ اللقاء الجنسي خيالٌ مازوخي، فقد تتخيل المرأة نفسها في موضع اغتصاب أو يتخيل الرجل نفسه وزوجته تكيل له الإهانات أو يتخيلها مع رجل آخر، فليس تلك التخيلات باضطراب المازوخية.

وثانيهما هو الذي فيه ممارسة حقيقية للألم والمعاناة.

ومن أمثلة ذلك ما يلي:

– تعرضتْ سيدة للاغتصاب الجنسي من شخص، لم تستسلم له إلا بعدَ مقاومة شديدة مستبسلة خارت فيها قواها تمامًا، ثمَّ وجدتْ نفسها تشعر معه بلذة

جنسية عارمة لم تحصل عليها من قبل مع زوجها، فصارت لا تشعر باللذة الجنسية حينما يعاشرها زوجها رغمَ أنه طبيعي وهي تحبه، إنها صارت تريد الشعور بالألم والعذاب من قبل زوجها حتى تستثار جنسيًّا وتبلغ ذروة لذتها العارمة.

– امرأة أربعينية وأمٌّ لثلاثة أولاد كانت تقوم بممارسة العادة السرية يوميًّا، وكانت تتخيل نفسها وقد تمَّ حرقُها أو تم إيلاج أدواتٍ وأجسام صلبة بطريقة مؤلمة في جسدها حتى تستحضرَ الألم، وأن هذه التخيلات كانت لازمة لشعورها باللذة الجنسية، وهي تعلم أنها تخيلاتٌ مرضية ولكنها لا تستطيع السيطرة عليها، وهي تتحاشى إقامة علاقة جنسية مع زوجها، لأنه لا يؤلمها أثناءَ المعاشرة الجنسية.

وممّا يجدر ذكرُه أنه أحيانًا يثار الفردُ المضطرب جنسيًّا من الممارسات السادية والمازوخية على حد السواء.

ملحوظة هامة:

قد تكون الساديةُ للزوج في حدود مقبولة للزوجة، فتعتاد على تقبل بعض الغلظة سواء اللفظية أو الجسدية، كما قد يتطور الأمرُ معها بشعورها بالراحة والسعادة والمتعة حينما يمارس معها مثل هذه الأفعال القاسية، ويساعد على ذلك الثقافات الموروثة والاحتياجُ إلى وجود شريك حياة على ما به من عيوب، بالاضافة إلى ذلك وجود بعض الميول إلى شيء من المازوخية في عددٍ لا بأس به من النساء اللائي تزداد عندهن الاستثارة الجنسية والشعور بالمتعة الجنسية إذا تحرك فيهن إحساسُهنَّ وكأنهنَّ مسلوبات الإرادة وضعيفات، وأنهن مفعولاتٌ بهن لا يعرفن ماذا سيفعل فيهنَّ أزواجهن، فكل حركة سيقوم بها الزوجُ ستكون مفاجأة لهن، وستجعلهنَّ مثارات بشكل أكثر ومنتظرات للحركة التالية، بالإضافة إلى تعميق شعورهن بسيطرةِ أزواجهن الكاملة عليهن، وأنهنَّ ملكٌ لرجل قوي يفعل بهن ما يشاء، فتلتقي هذه الأمور كلها (سادية الرجل البسيطة ومازوخية المرأة الخفيفة) وتتوافق لتحقق إرضاء مشتركًا بين الزوجين.

المعاشرةُ الجنسية الطبيعية بين الزوجين بها قليلٌ من السادية يبديها الزوجُ في سيطرته على الجماع مع مسحةٍ من المازوخية تحبها الزوجةُ تبدو في استسلامها ورضوخِها أثناء الجماع.

(8) اضطرابُ عُسر الوظيفة الجنسية غير العضوي:

عسرُ الجماع هو الألم المتكرر في منطقة الأعضاء التناسلية أو داخل تجويف الحوض أثناء الجماع أو بعده أو حتى قبله، وقد يكون هذا الألمُ موضعيًّا أو عامًّا، وهو في الغالب شديد وحاد، لكنه قابل للعلاج.

يتضمن عسرُ الوظيفة الجنسية كلَّ الأشكال التي يكون فيها الإنسان – رجل أو امرأة – غير قادر على المشاركة في إقامة علاقة جنسية ناجحة مشبعة. يمكن القول إنَّ النساء مهددات أكثر للإصابة بعسر الجماع خصوصًا بعد انقطاع الحيض، إلا إن ذلك لا ينفي احتماليةَ تعرض الرجال له أيضًا.

وأسبابُ هذا العسر غير العضوية كالتالي:

- انعدام أو فقدان الرغبة الجنسية.
- بغض الجنس، الشعور بالخوف أو الذنب أو العار المرتبط بالجنس.
- عدم الاستمتاع الجنسي، وعدم القدرة على التحكم في الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية.
- المعاناة من الجفاف المهبلي.
- وجود ماض به اعتداء جنسي أو اغتصاب.
- النظرة المتدنية للذات.
- تناول بعض الأدوية مثل حبوب منع الحمل والهرمونات.
- كثرة المشكلات المتفاقمة والمزمنة في العلاقة الزوجية.

– حدوث إجهاد يؤدي إلى انقباض عضلات قاع الحوض (التشنج المهبلي).

ـ الفشل في الاستجابة الضرورية للتفاعل الجنسي المؤثر (كضعف انتصاب القضيب وقلة البلل المهبلي أو جفاف المهبل نتيجة نقص المداعبة قبل الجماع وأيضًا بعد سن اليأس).

– تلقي صدمة من أثر الولادة.

(9) الهوسُ الجنسي Sexual obsession:

يتمحور تفكيرُ المضطرب بالهوس الجنسي واهتماماته حول ممارسة الجنس والاعتقاد بأنه الطريق الوحيد للسعادة والإشباع العاطفي والنفسي وتنفيس الهموم والأحزان والضغوط، فينشغل انشغالًا تامًّا بإدمان العادة السرية وبالتخيلات الجنسية والمواقع الإباحية والأفلام الخليعة وأخبار الشخصيات الفاجرة وسائر الأمور والأنشطة والسلوكيات التي لها صلة بالجنس من تقبيل وضم وعناق وجماع، لدرجة انصرافه عن كلّ شيء، فيقل تركيزه فيما ينفعه ويكثر نسيانه ويضعف انتباهه، كما قد يصاب جسدُه بالهزال والنحول وصحته بالاعتلال ونفسيته بالقلق والتوتر، إن الذي يحركه هي شهوته الجنسية، والذي يستهويه هو إشباع غريزته الجنسية بأي طريقة وعلى أي حال.

ولكنه...

لا يشبع مطلقًا ولا يوقفه عن التمادي فيما يصنع إلا تردي صحته وتدهور عافيته بدرجة صار لا يصلح معها استمرارُ سعيه وراء إرضاء أمواج رغباته الجنسية العاتية المتعاقبة.

يعود سببُ الهوس الجنسي على الأرجح إلى وجود مشكلات عائلية طاحنة، وتوافر بيئة اجتماعية سيئة بها رفقة سوء، وتعرض الإنسان للتحرش الجنسي أو الاغتصاب أثناء فترة الطفولة أو المراهقة، وإدمان مشاهدة الأفلام الإباحية، وإدمان ممارسة العادة السرية والميول الشخصية للإدمان.

(10) الشذوذُ الجنسي (المثلية الجنسية) Homosexuality:

الشواذُّ هم الأشخاص الذين يمتلكون ميلًا جنسيًّا نحو أفراد من نفس جنسهم، سواء كان شذوذهم مكبوتًا أو فاعلًا، وهو فعل جنسي محرَّم بإجماع العلماء.

الشذوذُ الجنسي على نوعين:

اللواط: هو ممارسة الذكر للجنس مع ذكر مثله.

السحاق: هو ممارسة الأنثى للجنس مع أنثى مثلها.

وكلٌّ من اللواط والسحاق شذوذ عن الفطرة السوية في العلاقة الجنسية والنفسية.

درجاتُ الشذوذ:

للشذوذ الجنسي ثلاثُ درجات وفقًا لشدته هي كالتالي:

الدرجةُ الأولى:

فيها يميل الإنسان جنسيًّا إلى أفراد من جنسه ولكنه لا يمارس أيه علاقة جنسية شاذة، أي إن شذوذه يقف عند عتبة الأفكار والمشاعر والتخيلات والميل والاستثارة، ولكنه لا يظهر شذوذه بأية صورة، ولا يحاول التعبير عنه، حتى من خلال الاحتكاك أو الأحضان أو القبلات أو غيرها من الملامسات الجسدية، وإن كانت مثل هذه الأفعال تؤثر فيه لو حدثت مصادفة ودون تخطيط مسبق أو قصد.

وتتميز علاقات شواذ هذا النوع بدرجة عالية من الارتباط، ويعبر الشاذ عن ذلك بحالة من العشق لأفراد من نفس جنسه، وهو في الغالب أحادي الميل الجنسي، أي: يميل فقط إلى نفس الجنس، ولا تكاد تجد بين هؤلاء من يميل إلى الجنس الآخر.

والمصابون بهذا النوع من الشذوذ – بالرغم من وقوفهم عند حدود الأفكار والمشاعر والتخيلات والميل والاستثارة – فإنهم مطالبون بالسعي في علاج أنفسهم، وذلك لعدة أسباب:

1) الخوفُ من تطور حالتهم من مستوى الأفكار والمشاعر والتخيلات والميل والاستثارة إلى حالة الممارسة الفعلية. ولقد ساعد انتشارُ منتديات الشواذ على الإنترنت وسهولة الوصول إلى مجتمعاتهم دخول قطاع من هذا الصنف من الشواذ نطاق الممارسة الفعلية.

2) عجزُهم عن ممارسة حياتهم الطبيعية، سواءً بالعلاقات العادية مع الجنس الآخر أو بالارتباط والزواج.

3) شعورُهم بالمعاناة النفسية الشديدة لما يخفونه من مشاعر لا يحبون أن يطلعوا عليها أحدًا، ولا يحبون أن يبوحوا بها لأحد، والخوف الدائم من انكشاف أمرهم ومشاعرهم، والشعور بالإثم نتيجة لمشاعر الاستثارة التي تنتابهم، أو التخيلات الجنسية التي تداعبهم، ويغلب عليهم أن يكونوا كثيرو السؤال عن الحكم الشرعي لحالتهم، ويخافون من غضب الله تعالى عليهم، وهُم يتوقون كثيرًا إلى الزواج كواجهة اجتماعية، ويتمنون أن يشعروا كالآخرين، كما أنهم يحبون أن يكون لهم أطفال كباقي البشر.

الدرجةُ الثانية:

وهو الذي يميل جنسيًّا ويمارس علاقة جنسية شاذة مع أفراد من نفس جنسه، ويدخل في الممارسة المداعبات والملاعبات والأحضان والقبلات والاحتكاكات والمباشرة حتى الوصول إلى العلاقة الكاملة، بالإيلاج في الدبر للرجال، والوصول إلى ذروة لذة الارتواء بالنسبة للنساء.

الدرجةُ الثالثة:

وهُم ثنائيو الميل الجنسي، الذين يميلون جنسيًّا إلى أفراد من نفس جنسهم، ويمارسون الجنس مع أفراد من الجنس الآخر أيضًا.

مِن أسباب الشذوذ الجنسي:

(1) التعرضُ للأساليب غير التربوية:

قد تؤدّي الأساليبُ غير التربوية كالضرب والإهانة والانتقام والتعذيب والعزل والسخرية والتجاهل والإهمال والرفض والفراغ والترف والتدليل؛ إلى التوجه نحو الشذوذ الجنسي كردٍّ فعلٍ تخفيفي أو انتقامي يأخذ في التضخم يومًا بعد آخر.

1 – غيابُ المراقبة التربوية السليمة:

تحَت نير غياب الوعي والتربية الجنسية الصحيحة قد ينتحي اللعب الجنسي للأطفال وجهة غير سوية، وقد يبدأ الأمر بما يشبه التحرش ثمَّ يتحول إلى مداعبات وملاعبات تستهدف الأعضاء التناسلية، فيستحب الطفل ويعتاد هذه المداعبات وتلك الملاعبات لشعوره بشيء من الراحة، ويستمرُّ هو في ممارسة هذا السلوك ويسعى له مع زميل أكبر منه أو أصغر، وقد تسود ثقافة تعتبر هذه العلاقات عادية، وتتحول إلى ممارسة منتظمة مع البلوغ، فتنمو التخيلات والميول الجنسية في هذا الاتجاه الشاذ.

2 – كبتُ المشاعر الجنسية الطبيعية أو تجريمها أو استقذارها:

هناك تصورٌ خاطئ في أنَّ حماية الطفل أو الطفلة من الانحراف يكون بتجريم المشاعر الجنسية الطبيعية النامية، فيشعر المراهق/ المراهقة عند بداية مرحلة المراهقة بالإثم الشديد عند ميله الطبيعي نحو الجنس الآخر، فلا تجد المشاعر الجنسية متنفَّسًا لها إلا في اتجاه واحد وهو إلى نفس الجنس، حيث لا توجد نفس درجة التجريم والاستقذار والتهديد، فينمو المراهق/ المراهقة ويكبر ولا يعرف ما هو الطبيعي والحلال والمقبول مما هو شاذ وحرام ومرفوض.

3 – عدمُ التزام الأمهات والأخوات البالغات بآداب الحشمة أمام المراهقين:

قد يؤدي تخففُ الكثير من الأمهات وربما بناتهن البالغات من ملابسهن أمام مراهقين فترة المراهقة المبكرة؛ إلى اشتعال المشاعر الجنسية لهم ناحية الأم

أو الأخت، فيرفض المراهقُ هذه المشاعر الجنسية تمامًا ويحتقرها ويكبتها بشكل قوي في هذه الفترة الحرجة التي تتحدد فيها هويته الجنسية. ولضرورة وجود مخرج لهذه المشاعر الجنسية فإنه يوجهها ناحية نفس الجنس هربًا من رغباته المكبوتة ناحية هذه الأم الغافلة أو الأخت الساذجة.

4 – غيابُ النموذج الذكوري/ الأنثوي عن حياة الأطفال:

قد يغيب الأبُ عن حياة الطفل أو الأم عن حياة الطفلة نتيجة الوفاة أو الطلاق أو السفر أو الهجر أو الانشغال الدائم والدائب بالعمل أو وجود قناعات خاطئة راسخة كاقتصار تربية الأولاد ورعاية البيت على الزوجة الأم، وكأن التربية هي شأن أنثوي أمومي مَحْض. وفي المقابل لا يحلُّ محلَّ هذا الأب الغائب (كنموذج ذكوري) وهذه الأم الغائبة (كنموذج أنثوي) أحدُ المحارم من ذات الجنس (عم أو خال أو أخ أكبر أو زوج أم بالنسبة للطفل ـ عمة أو خالة أو أخت كبرى أو زوجة أب بالنسبة للطفلة) بسبب تفكك العائلة الكبيرة أو عمق الخلافات وتجذرها بين أفرادها أو أنانية الأقرباء وانغلاقهم على ذواتهم أو شديد انشغالهم بتدبير شئون حياتهم الخاصة... إلخ.

إنَّ افتقاد الطفل للنموذج الذكوري ليتمثله ويقتدي به أو حرمانه من الاقتداء بهذا النموذج بالإضافة إلى افتقاده للحب والحنان؛ يدفعه ليحبَّ بشدة ويتعاطف بعمق ويقتدي بإخلاص بأي نموذج ذكوري يحتويه، فيتخذه صاحبًا أو قدوة. وفي البدء تغلف هذه المشاعرُ بمعاني البراءة والصداقة والمحبة والقرب والود، ثمَّ يتطور إلى شعور بالإثارة نتيجة تجاوز الحد في التعبير عن هذا الحب، ثمَّ يتطور إلى مشاعر جنسية، ليتحول الأمر في النهاية إلى شذوذ إذا لقى من الطرف الآخر استعدادًا وترحيبًا، أو يتحول إلى أزمة نفسية شديدة إذا لقى صدودًا وإعراضًا، فيشرع الطفل في البحث عن نموذج ذكوري آخر ربما يكون أكثر وضوحًا معه منذ بداية العلاقة مبينًا له ما يحتاجه.

وهذه الصورة أيضًا يمكن أن تنطبق على الطفلة المفتقدة للحب والحنان والاحتواء من أمها، فتبحث عن الحب والحنان والاحتواء عند صديقة، وعندما

تجدها سترتبط بها ارتباطًا مَرَضيًّا، وتعبر عن هذا الحب بصور مبالغ فيها من قبلات وأحضان والتصاق، فتحدث الإثارة فالتجاوب فالتطور إلى إقامة علاقة شاذة.

(2) أسبابٌ ترجع لنفسية الشخص:

1 – البداية السيئة تئول إلى نهاية مؤسفة:

يبدأ الشذوذ في صورةٍ بريئة على هيئة مشاعر فياضة نحو فرد من نفس الجنس، ثمَّ يتطور الأمر إلى ملامسات واحتكاكات دونَ إثارة أي شبهات، ثمَّ يتفق الطرفان ضمنيًّا على كتمان هذه العلاقة، ثمَّ يوغلان فيها حتى يعتاداها، ثمَّ يفيقان وقد نمت مشاعرُهما الجنسية نحو فرد – أو أفراد – من نفس الجنس.

2 – تعرضُ الطفل/ الطفلة في سنٍّ مبكرة للتحرش أو الاغتصاب أو ممارسة الشذوذ:

قد يلجأ الطفل ضحية التحرش الجنسي أو الاغتصاب أو ممارسة الشذوذ إلى القيام بمثل ما تم معه مع آخرين عندما يكبر، ليتغلب على مشاعر الإحباط والهزيمة داخله، فيتحول إلى معتد بعدما كان معتديًا عليه، أو لأنه استساغ هذا الفعل فكرره مع آخرين.

3 – إدمانُ مشاهدة المثيرات الجنسية الشاذة:

في هذا العصر ازداد تعرضُ الأبناء والبنات المبكر للمثيرات الجنسية الشاذة من خلال تصفح المواقع الإباحية المكتظة بالشذوذ أو مشاهدة الممارسات الجنسية الشاذة في وسائل الإعلام والقنوات الفضائيات الماجنة، ثمَّ اعتبار هذا التعرض نوعًا من التسلية والتجديد في أول الأمر، وسرعان ما يتحول إلى أحد سبل الاستثارة الجنسية، ثم.. البدء في تقليد هذا الشذوذ وتجريبه، ثم.. يتحول إلى عادة وسلوك ثابت.

إنَّ إدمان مثل هذه المشاهد الجنسية الشاذة يبرمج المخ بالتدريج على جباية استثاراته الجنسية وجني لذته الجنسية بالطرق الشاذة التي قد تصبح بعد ذلك هي السبيل الوحيد لمتعته الجنسية.

4 – سوءُ الفهم لطبيعة الوظيفة الجنسية:

من أسوأ أساليب تناول الوظيفة الجنسية هو اعتبار المتعة الناتجة عنها هي الهدف والأساس من وجودها وفقط، بغضِّ النظر عن أسلوب تناولها أو الطريقة التي تتم بها، فالوظيفة الجنسية تتلخص في ثلاثة أمور هي: أولًا: الحصول على متعة جنسية بالطريقة المشروعة، ثانيًا: مراعاة مشاعر واحتياجات الطرف الآخر، ثم.. ثالثًا: تحمل النتائج المترتبة على الحصول على هذه المتعة من رعاية الصغار – نتاج هذه المتعة – والقيام على شئونهم وتربيتهم وتعليمهم والاهتمام بصحتهم النفسية والجسدية... إلخ. إن الضلال والتيه يكونا بحصر هدف الوظيفة الجنسية في الحصول على المتعة فقط، دون تحمل تبعاتها والنهوض بمسئولياتها.

5 – عدمُ التعبير المعتدل عن مشاعر الزمالة والصداقة:

الاعتيادُ على السلام بالأحضان والعناق والقبلات المبالغ فيها كمًّا وكيفًا عند اللقاء مع الأصدقاء والزملاء والأقرباء، أو النوم المتجاور مع الأقران وارتداء ملابس خفيفة مع بداية مرحلة المراهقة وما بها من حساسية الأجسام الشديدة للاحتكاك والملامسة، فتبدأ بعض الممارسات السطحية فضولًا أو استمتاعًا عارضًا، ثمَّ في غياب الوعي والرقابة وعدم مراعاة الحدود الشرعية تشذُّ العلاقة عن إطارها السوي.

(3) أسبابٌ خارجية:

1 – عدمُ تثقيف الطفل والمراهق وتوعيتهما بالقضايا المرتبطة بالجنس:

كثيرًا ما يستغلُّ الأشقياء جهلَ الأطفال بالأمور الجنسية ليفعلوا بهم ما يريدون احتيالًا أو قهرًا، ولذا كان العلم بالنواحي الجنسية على قدر إدراك الطفل أو المراهق بمثابة حصن ضد الاستغلال والتحرش والاغتصاب، وهذا دور الأسرة والمدرسة والمسجد والنادي وسائر ما يحيط بالطفل أو المراهق من مؤسسات تربوية وتعليمية ودينية وثقافية.

2 – الوجودُ الدائم مع أفراد من ذات الجنس:

يبدأ التفكير في ذات الجنس كمصدر للاستثارة واللذة الجنسية حينما تخلو البيئة من أفراد من الجنس الآخر خلوًّا تامًّا، كما هو كائن بالسجون ومعسكرات الجيش، فينتحي التفكير في الجنس وتفريغ الطاقة الجنسية مع ما هو متاح من أفراد ينتمون لذات الجنس.

3 – تراخي وضعفُ القوانين الوضعية:

عجزُ القوانين الوضعية الخاصة بالجرائم الخلقية والجنسية عن أداء دورها الرادع مع ممارس الشذوذ، بل على العكس صارت تسنّ القوانين لحماية الشواذ والحفاظ على حريتهم «الشخصية» و«حقوقهم» الجنسية الشاذة.

تصنيفُ الشذوذ الجنسي:

يصنف الشاذون جنسيا حسب ميولهم الجنسية إلى التالي:

– الشاذ الموجب الذي يميل إلى ممارسة الجنس مع نفس نوعه بوصفه هو الفاعل، ولا يقبل بممارسة دور المفعول به.

– الشاذ السالب الذي يميل إلى ممارسة الجنس مع نفس نوعه بوصفه هو المفعول به، ولا يقبل بممارسة دور الفاعل.

– الشاذ المزدوج الذي يجد متعة في ممارسة الجنس مع نفس نوعه سواء بصفته فاعلًا أو مفعولًا به.

في الغالب يكون الرجل الشاذُّ السالب يميل في طريقة لباسه وكلامه وحركاته الى الأنثى، ولكن ليس كلّ المثليين ينطبق عليهم هذا الوصف حيث إن هناك مِن الرجال الشواذ مَن لا ينطبق على مظهرهم أي صفة أنثوية. نفس الشيء ينطبق على المرأة الشاذة الموجبة، فهناك مَن تميل في طريق لباسها وكلامها الى الذكورية، ولكن ليس كلّ النساء الشاذات ينطبق عليهن هذا الوصف.

ولذا يقع الشاذون جنسيا ضمن مجموعتين أساسيتين، هما كالتالي:

الأولى: الشذوذُ الجنسي المطلق، هو ميلُ الشاذ إلى نفس جنسه دون غيره، أي إنَّ الرجل الشاذَّ جنسيًّا يميل إلى الرجال فقط دونَ أدنى رغبةٍ في ممارسة الجنس مع النساء، كما تميل المرأة جنسيًّا إلى النساء فقط دون وجود أيِّ رغبة في ممارسة الجنس مع الرجال.

الثانية: الشذوذُ الجنسي المزدوج، هو ميلُ الشاذ لممارسة الجنس مع كلا الجنسين.

يختلف صاحبُ اضطراب الشذوذ الجنسي عن صاحب اضطراب تحول الزي الفتيشي في أن الأول أحيانًا يرتدي ملابسَ الجنس الآخر ولكنَّ هذا الارتداء لا يسبب له إثارة جنسية، عكس الثاني الذي يستثار بارتداء ملابس الجنس الآخر.

تمييزُ الشواذ عن غيرهم:

بعضُ العلامات التي قد ترجح أن هذا الشخص له ميول جنسية شاذة هي كالتالي:

- التحدثُ باهتمام مبالغ فيه والتركيز الواضح والإعجاب الشديد بالأشخاص من نفس الجنس، والتركيز على التفاصيل الخاصَّة بهم كالابتسامة والخطوات والنظرات وكأنه يتغزل فيهم، وقد لا يحظى الجنس الآخر بهذا الاهتمام والتركيز والإعجاب باستثناء - بالطبع - مزدوجي الميل الجنسي.

- البرودُ والفتور الكبيرين عندما يتعلق الأمر بالجنس الآخر، وكأن ليس لهذا الجنس الآخر وجود في هذا العالم، إلا إذا كان لا يهتم أصلًا بموضوع الجنس.

- يحاول في حواراته التحولَ إلى موضوع الشذوذ الجنسي وأنه حرية شخصية، ويطرح أسئلة غير مباشرة أو مباشرة عن الميول الجنسية والاهتمامات لأشخاص من نفس جنسه. ربما قد يكون الفضول هو ما يدفعه للحديث في هذه المواضيع الحساسة، لكن إن كان الأمر يتكرر باستمرار فهذا قد يدلُّ على أنه شاذ جنسيًّا.

– القيامُ بزيارة الأماكن التي يرتادها الشواذ سواء بطريقة قانونية (في البلدان التي تعترف بـ«حقوقهم») أو بطريقة غير قانونية (في البلدان التي تجرم الشذوذ).

– جلُّ الأصدقاء من الشواذ جنسيًّا.

تعرفُ الفتاةِ على صديقتها الشاذة جنسيًّا:

تقوم العلاقةُ بين الفتاة الشاذة والفتاة العادية أساسًا على الحب والتفاني في هذا الحب وفقط. فالفتاة الشاذة تحب فتاة أخرى وتهتم بها، وتتمنى أن تقضي معها كلّ وقتها، وتضحي وتتفانى لنيل القرب منها. إن الشاذة تلعب هنا دور الرجل الراعي المهتم الحامي القوي المسيطر على الأمور والموجه لها، وعلى الفتاة المحبوبة أن تستجيب بالخضوع الأنثوي وأن تتعامل معها على أنها رجل وليست أنثى مثلها.

تطلب الفتاةُ الشاذة من صديقتها ارتداء موديلات ملابس تماثل ما ترتديه هي عندما تريد الخروج معها، كما قد تطلب استعارةَ ملابسها وارتداءها خاصة الملابس الداخلية والبنطالونات، كما قد ترغب في مشاهدة صديقتها وهي تقوم بتغيير ملابسها أمامها وتستمتع بهذا وتتحايل لجعل صديقتها تقوم بذلك، كأن تختار لها قطعة من الملابس وتطلب منها تجربتها وهي أمامها أو تطلب صراحةً رؤية ملابسها الداخلية، بالرغم من رفض هذه الشاذة الظهور عارية أو تبديل ملابسها أمام صديقتها.

وكثيرًا ما تحب الشاذةُ الولوج في المواضيع الجنسية أو مشاهدة الأفلام الإباحية مع صديقتها، وهي تظهر استمتاعها وشوقها. كما قد تنظر الشاذة إلى صديقتها نظرةً كلها شهوة وحب، كما أنها تحاول الاحتكاك ولمس المناطق الحساسة من جسم صديقتها كثدييها مثلًا، كما قد تعمد إلى تقبيلها وذكر مفاتنها ومحاسن جسدها، ولو اكتسب ذلك شكل المزاح والتهريج.

والشاذة تشعرُ بالغيرة والألم إذا اهتمَّت حبيبتها بإنسان أو إنسانة أخرى، تغار من خطيب أو زوج حبيبتها غيرة واضحة، فتجادل في عدم مناسبته لها،

وتطلب منها أن تعيد حساباتها معه، وتلحُّ عليها لتترك خطيبها أو تعكر صفوَ حياتها مع زوجها، وكثيرًا ما تهجمُ على تصرفاته وأفعاله وتأولها تأويلًا سيئًا منفرًا لتبعدها عنه وعن مواصلة الارتباط به أو الحياة معه.

والشاذة شخصية تحيطُ نفسها بالغموض، فهي تحب أن تعلم عن صديقتها كلّ شيء، وعن خصوصياتها وأسرارها – كبيرها وصغيرها – ولكنها لا تُعلمها بأيِّ أمرٍ عن نفسها إلا قليلًا، كما أنها قد تخوض تجربةَ الزواج ولكنها في الغالب تكون غيرَ موفقة، وقد يكون لديها أطفال لتثبتَ أنها طبيعية أمام الناس، وربما أمام نفسها.

التعرفُ على شريك الحياة الشاذ جنسيا:

أولًا: سلوكياتُ الشاذ عندما يتزوج:

قد يتصرَّف الرجل الشاذُّ جنسيًّا مع زوجته بصورة جنسية قد تبدو مُبهمة أحيانًا ومميزة أحيانًا أخرى، وقد يقيم علاقة جنسيةً ضعيفة وباردة على فتراتٍ متباعدة، وينزع إلى انتقاد جسم زوجته، مظهرًا بها العيوب، مدَّعيًا أنها لا تثيره، لأنها حامل أو مُرضِعة، وكيف أنه كان يحتاج إلى زوجةٍ رشيقة وليست بهذه النحافة أو البدانة، ويستنكر زيادة وزنها بعد الزواج والحمل والوضْع والإرضاع، أو يتأفَّف مدعيًا أن رائحةَ فمها أو عرقها كريهة لا تطاق، ولا مانعٍ لديه أن ينعتها هي بالبرود الجنسي، أو أنه مُنشغل للغاية في عمله، وأنه دائمًا مرهق، وأنه مكبَّل بالمشكلات وتحيط به المتاعب في العمل وفي العائلة وفي كلّ مكان، أو أنه لا بدَّ من استعداداتٍ وطقوس معينة ليقيم علاقةً جنسية وهي لا تستطيع القيامَ بهذه الاستعدادات والطقوس، أو أي عذرٍ واهٍ آخر.

كما أنَّ بعضهم يمارس العادةَ السرية وهو يتخيل قيامَه بعلاقة شاذة، وبعضهم يتخيل العلاقةَ الشاذة وهو في أحضان زوجته مُغمضًا عينيه مطفئًا النورَ كلية حتى يسبحَ في تخيلاته بعمق، وقد يطلب منها عدمَ القيام بأيةِ حركة أو كلمة حتى لا تقطع استرسالَه في تخيلاته الجنسية الشاذة، وبعضهم يطلب الجماعَ في الدبر ويرفض الجماعَ في القبُل، وتصبح هي المخطئة لرفضها طلبه الحرام!

وقد يجاهد البعضُ نفسَه في الشهر الأول أو الشهور الأولى من زواجه ويؤدي الجماع تأدية واجب حتى يحدث الحمل، فهو يظنُّ أنَّ الحمل دليلٌ عملي أمام الناس على رجولته وسلامة أدائه الجنسي، وهذا ما يهمه، ثمَّ تتقلص العلاقةُ الجنسية السوية فتحدثُ على فترات متباعدة جدًّا، أو قد تتوقف إلى الأبد، ثمَّ تمضي العلاقة إما بصمتِ الزوجة رغم تضرُّرها أو باحتدادها المُستمر والتركيز على المشكلات وتضخيم الخلافات، أو تثور فتطلب الطلاق والانفصال.

وفي الغالب يوجَد لدى هذا الشاذ «صديق حميم»، تكثرُ بينهما الكلماتُ الغامضة واللقاءات السرية، والتي تخرجِ كثيرًا عن نطاقِ الصداقة العادية، وقد يَغار «الصديق الحميم» على هذا الشاذِّ من زوجته ويتحامل عليها ويهاجمها بشكل مبالغ فيه.

ثانيًا: سلوكياتُ الشاذة عندما تتزوج:

إنَّ ما ينطبق على الرجل اللوطي ينطبق – أيضًا – على المرأة السحاقية، فقد تطلب الشاذةُ من زوجها طلبات غريبة عجيبة تعجزُه، حتى تمتلك أسبابًا وجيهة لتبتعدَ عنه، وتتعلل بأسبابٍ واهية مثل: التعب والحمل والولادة ومشاق تربية الأولاد وغير ذلك من سائر العلل لينفرَ منها، وتختلق المشكلاتِ أو تدَّعي النوم احتيالًا حتى لا تمكنه من نفسها، وقد تعرض على زوجها حينما يحتدُّ عليها ممارسةَ العادة السرية له بيدِها أو بفمها لتفرغ شهوتَه وتنجو من نكاحٍ لا ترغبه، أو تستسلم له دون إبداء أيِّ حرارة في اللقاء الجنسي.

(11) عشقُ الحيوانات (البهيمية الجنسية – الزوفيليا) Zoophilia:

هو اضطرابٌ جنسي يلجأ من خلاله الشخصُ إلى ممارسة الجنس مع الحيوانات، حيث تشكلُ هذه الحيوانات جزءًا من التخيلات الجنسية والاتصال الجنسي للإنسان المضطرب.

فالرجلُ المصاب بهذا الاضطراب يمارس الجنسَ مع الحيوانات، ذكورًا وإناثًا، مثل: الحمير والكلاب والماعز والإبل، وبعض الطيور مثل: البط

والأوز... إلخ. والمرأة المضطربة جنسيًّا تمارس الجنَس مع الحمير والكلاب والخنازير وغيرهم من الحيوانات، إمّا بإدخال قضيب الحيوان في مِهبلها أو تدريب الحيوان على لعقِ فرْجها.

والزوفيليا هي كلمةٌ إغريقية معناها حبّ الحيوان.

إنها عادةٌ قديمة مستقذَرة، وكان الشعراءُ العرب يعيِّرون مَن اشتهرت قبيلته بتفشي هذا الانحراف فيها. ووردت حكايات عنْ ممارسة الجنس مع الحيوان في كتب الأدب وفي حكايات «ألف ليلة وليلة» مع القرود والدببة تحديدًا. وقد تناولت كتب الفقه هذا الموضوعَ أيضًا. كما عثرَ على بعض المجسَّمات الهندوسية التي تمثل البهيمية في أحد المعابد التي تعود لعصور قديمة، كما دلَّت بعضُ المخطوطات اليابانية القديمة على وجود هذه الممارسات منذ الأزل.

الأسباب:

قد يرجع سببُ هذه الممارسات إلى الرغبةِ في تجربة الجديد ومخالفة الأعراف والتمرد على السلوك الجنسي الطبيعي، أو كنتيجةٍ للتعرض إلى الاغتصاب أو التعرض لصدمة عاطفية كبيرة أو المعاناة من ضعف الشخصية والخوف من الجنس فيفضل المنحرفُ الحيوانَ كشريك جنسي لأنه لا يتذمَّر ولا ينتقد ولا يفشي الأسرار، كما لا يمكن تجاهُل أثر المواد الإباحية التي تتناول هذا الاضطرابَ وتفتح آفاقَه أمام المشاهدين بما يثير شهيتهم للتجربة والتمادي في الممارسة.

المخاطر:

غالبًا ما يتَّسم سلوك الحيوانات عند ممارسة الجنس بحركاتٍ عنيفة لا تخلو من العض والخمش، فهي عادة ما تستعمل مخالبَها الحادة، وأحيانًا أنيابها، لتثبيت أو مداعبةِ شريكها الجنسي. إضافة إلى ذلك فإنَّ تركيب الأعضاء التناسلية للحيوان تختلف عنْ تلك المتعلقة بالإنسان، لذلك قد تؤدّي الممارسات الجنسية مع الحيوانات إلى جروح خطيرة وأحيانًا إلى نزيف، خصوصًا عندَ الممارسة مع

الحيوانـات الكبـيرة مثـل الخيول، وهنـاك حوادث مُماثلـة مع الـكلاب لأنَّ عضوها الذكـري يمكن أن يـؤدّي إلى جروح خطيرة في المِهبل أو المستقيم. كـما أنَّ الاتصال البـشري مـع جسـم الحيـوان يمكـن أن يـؤدّي إلى انتقـال العديـد مـن الأمـراض الخطيرة إلى الإنسـان.

(12) عشقُ القاذورات (الولع بالبراز Coprophilia والولع بالبول Urophilia):

يحُّس المضطـربُ بعشـق القـاذورات بالمتعة الجنسـية حينـما يتبوَّل عـلى شريكة الجنـسي أو حينـما يتبـول عليـه شريكـه ويـشرب بولَـه أو عنـدَ التبرز عـلى الشريك الجنـسي أو يتـبرَّز عليـه شريكـه الجنـسي أو حـين أكل الـبراز، أو يشـعر بالاسـتثارة والمتعـة الجنسـية حينـما يتعامَـل مـع القـاذورات عـلى اختـلاف أنواعهـا، كرائحـة العـرق والجـوارب القـذرة والأحذيـة العفنـة... إلخ.

(13) اشتهاءُ الموتى (جماع الأموات) Necrophilia:

هـو وسـواسُ إشـباع الاحتيـاج الجنـسي بمعـاشرة الجثـث قبـلَ أو بعـدَ دفنها بقليـل، وبعـض هـؤلاء المـرضى يقتلـون ضحاياهـم قبـل معاشرتِهـم جنسـيًّا. وقد رصـدت حالـة سـيدة بأمريـكا تعمـلُ في مؤسسـة لتجهيـز الموتـى تقـوم بمُمارسـة الجنـس مـع جثـث الرجـال. ومـن أسـبابِ هـذا الاضطـراب معانـاةُ المريـض من الذهـان (مـرض عقلي).

(14) الميلُ للاحتكاك للوصول إلى الإشباع الجنسي Frotteurism:

وهـو مِـن الاضطرابات الجنسـية غـير المُصنَّفة طبيًّـا. يتضمن هـذا الاضطرابُ تخيـلاتٍ شـديدةً وإلحاحـات متكـررة، والاسـتثارة الجنسـية الحـادَّة التـي تتمحور حـولَ تكرار لمس أجزاء من جسـم شـخصٍ آخـر كالثديين أو الأرادف أو السـاقين أو منطقـة الحـوض أو فـرْك أعضائَـه التناسـلية فيـه بطريقـةٍ جنسـية في غفلـةٍ منـه،

ودونَ الحصول على موافقته، وعادة ما يكون في الأماكن العامة المزدحمة، بهدف استمدادِ المتعة الجنسية أو الوصول إلى ذروة اللذة الجنسية.

يتمُّ تشخيصُ الاحتكاك على أنه اضطرابٌ في الصحة العقلية عندما يستمرُّ السلوك لمدَّة ستة أشهر، أو تسبب التخيلات والإلحاحاتُ ضيقًا أو خللًا وظيفيًّا ملحوظين في العلاقات الشخصية والأنشطة اليومية.

غالبًا ما يظهر هذا الاضطرابُ لدى الرجال الخجولين ظاهريًّا والمتحفظين والمنسحبين اجتماعيًّا. وهو اضطرابٌ نادر بين الإناث.

(15) اضطرابٌ جنسي مركب:

وقد يجمع المضطربُ عدةَ أنواع من الاضطرابات الجنسية، وكمثالٍ لذلك رجلٌ يبلغ من العمر أربعة وخمسين عامًا، يحتاج لرؤية قدم امرأة كأداة فتيشية، وقد كان يُثار جنسيًّا عند رؤية أقدام النساء منذ أن كان طفلًا صغيرًا، وعندما أصبح بالغًا كان يحبُّ أن تحقره النساء (مازوخي)، وكان يثار بالجلود (فتيشي) ورائحة الأقدام خاصَّة لو كانت كريهة (عشق القاذورات)، كما كان مدمنًا للعادة السرية ممارسًا لها عدَّة مرات في اليوم الواحد.

إجراءٌ علاجي:

قد يُستفاد من مُمارسة العادة السرية في علاج بعض حالات اضطراب التفضيل الجنسي، ولأن المضطرب جنسيًّا يستثار عن طريق تخيلات ومحفِّزات جنسية شاذة وغير طبيعية؛ سيتطلب علاجُه تدريبَه على الحصول على الإثارة الجنسية بتخيلات جنسية طبيعية موجَّهة نحو الجنس الآخر، بدلًا من تلك التخيلات الجنسية الشاذة وغير الطبيعية، ثمَّ تمارس العادة السرية عقب هذه الاستثارة الطبيعية. ومع تكرار ممارسة العادة السرية مع استخدام التخيلات الجنسية الطبيعية والموجهة نحو الجنس الآخر يتكوَّن ارتباط شرطي يحولُ الطاقة الجنسية مع الوقت – بشكل كلي أو جزئي – من المسار الشاذ والمضطرب إلى المسار الطبيعي.

المراجع

اتفاقيةُ القضاء على كافة أشكال التمييز ضدَّ المرأة "سيداو"، رؤية نقدية من منظور إسلامي. اللجنة الإسلامية العالمية للمرأة والطفل. الجيزة. 2010 م.

أحمد عكاشة وطارق عكاشة. الطب النفسي المعاصر. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة. 2013م.

أسامة حسن سحتوت. سلسلة العادة السرية. صفحة على الفيس بوك.

أسامة يحيى أبو سلامة. إبداع وإمتاع في فهم الرضيع. مؤسسة إقرا للنشر والتوزيع. القاهرة. 2015م.

أسامة يحيى أبو سلامة. إبداع وإمتاع في فهم المراهقين. مؤسسة إقرا للنشر والتوزيع. القاهرة. 2012م.

أسامة يحيى أبو سلامة. شريك حياتي، من فضلك، افهمني. الأندلس الجديدة للنشر والتوزيع. القاهرة. 2006م

أسامة يحيى أبو سلامة. شريك حياتي، هيا نتفق. الأندلس الجديدة للنشر والتوزيع. القاهرة. 2011م

أسامة يحيى أبو سلامة. لكي أكون أروع شريك حياة. الأندلس الجديدة للنشر والتوزيع. القاهرة. 2014م

جان كهن وجاكلين كان ناثان وكريستيان فيردو، ترجمة: محمد حسين شمس الدين. موسوعة الحياة الجنسية. دار الفراشة. بيروت. 2005م.

جريس هـ كيترمان. أطفالنا والثقافة الجنسية. مركز بيت الحياة. القاهرة. 2014م.

حامد عبد السلام زهران. علم نفس النمو، الطفولة والمراهقة. عالم الكتب. القاهرة. 2005م.

الحسيني الحسيني معدي. التربية الجنسية للمراهقين والشباب، ضرورة تربوية أم مهزلة أخلاقية. المصرية للنشر والتوزيع. القاهرة. 2011م.

سعيد إسماعيل القاضي. التربية الجنسية للأبناء والآباء. عالم الكتب. القاهرة. 2015م.

سميحة محمود غريب. التحرش الجنسي خطر يواجه طفلك. الأندلس الجديدة. القاهرة. 2010م.

سيد قطب. في ظلال القرآن. دار الشروق. القاهرة. 1981م.

سيما عدنان أبو رموز، النوع الاجتماعي الجندر، رسالة ماجستير، القدس. 2005م.

شادي عبد السلام. الرجالة العوانس. دار إيزيس للفنون والنشر. القاهرة. 2012م.

عادل صادق، في بيتنا مريض نفسي، الدار العربية للموسوعات، بيروت. 1990م.

عبد الحليم أبو شقة. تحرير المرأة في عصر الرسالة. دار القلم للنشر والتوزيع. الكويت. 1999م.

عبد الله عبد المعطي. التربية الجنسية أصول شرعية وقصص واقعية. الأندلس الجديدة للنشر. القاهرة. 2016م.

عبد الله ناصح علوان. تربية الأولاد في الإسلام. الجزء الأول. دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع. القاهرة. 1985م.

عبد المنعم الحفني. الموسوعة النفسية الجنسية. مكتبة مدبولي. القاهرة. 2004م.

علي مدكور. التربية الجنسية للأبناء (2). شركة سفير. القاهرة. 1995م.

عمرو شريف ونبيل كامل. المخ ذكر أم أنثى. مكتبة الشروق الدولية. القاهرة. 2009م.

عمرو عبد المنعم سليم. بلا خجل في فراش الزوجية فنون ومداعبات زوجية في غرفة النوم. دار الضياء. القاهرة. ٢٠٠٨م.

فوزية الدريع. برود النساء. هاني للنشر.

كريم الشاذلي. دوائر اللذة. دار أجيال. القاهرة. 2016م.

مأمون مبيض. معين الآباء في التربية الجنسية للأبناء. المكتب الإسلامي. بيروت. 2005م.

محمد المهدي. خريطة الحب (دليل السعادة الزوجية). الرواق للنشر والتوزيع، القاهرة. 2018م

محمد المهدي. سيكولوجية الأمومة. مجلة النفس المطمئنة.

محمد عبد القدوس. كلام في الحب. دار الشروق. القاهرة. 2009م

محمد فتحي. كيف تسعدين زوجك، دعوة للإمتاع والاستمتاع بالزواج. مكتبة الخانجي. القاهرة. 1989م.

محمد فتحي. مباهج الزواج. مكتبة الخانجي. القاهرة. 2001م.

محمد كامل عبد الصمد. نصائح لمرحلة البلوغ والزواج. مكتبة الدار العربية للكتاب. القاهرة. 2005م.

محمود عبد الرحمن حمودة. الجنس مشكلات وعلاج. الهيئة المصرية العامة للكتاب. القاهرة. 2011م.

مدونة: مودة.

منتدى: لمسات أنوثة.

مواقع إلكترونية: The Sufi girl – arabia.babycenter.com ـdailymedicalinfo.com ـإسلام أون لاين – الكوربيش – المغرب 24 – أنا أصدق العلم – بابونج – بوابة الأهرام – بيتي بيديا – حلوها – سطور – سوبر ماما – صحة الإلكتروني – طبيب الوب – كلّ يوم معلومة طبية – لهن – مايو كلينك – محتوى – مستشفى التعافي للطب النفسي وعلاج الإدمان – وزارة الصحة (السعودية) – ويب طب – ويكي واند Wikiwand.

هبة جمال حريري. كيف تتحدث عن كلّ ما يخص الجنس مع الأبناء. مكتبة الملك فهد الوطنية. جدة. 1441هـ.

فهرس المحتويات

مقدِّمة 5
الفصلُ الأوَّل محطاتٌ في رحلة الإنسان الجنسيَّة 9
المحطةُ الأولى: المرحلةُ الجنينيَّة: 10
مستوياتُ التَّجنيس: 10
خللٌ نادرُ الحدوث: 13
الخلاصة: 22
المحطةُ الثّانية: الخروجُ الكبير 24
الجهازُ التّناسلي في الإنسان: 24
أولًا: الجهازُ التناسلي في الذكَر: 24
ثانيًا: الجهازُ التناسلي في الأنثى: 35
أولًا: الأعضاءُ التَّناسلية الخارجية للمرأة: 35
الشكلُ الخارجي للفرج Vulva: 38
ثانيًا: الأعضاءُ التناسلية الداخلية للمرأة: 40
أ) غشاءُ البَكارة Hymen: 43
ب) غدَّتا بارثولين Bartholin's glands: 45
جـ) بقعة «جي» G. Spot: 45
خصائصُ فريدةٌ بالجهاز التناسلي: 48
المحطةُ الثّالثة: مرحلةُ الرَّضاعة أو مرحلةُ المَهد: 51
ختانُ الرَّضيع الذكر Circumcision: 51
التعلمُ والاستكشافُ والفضول: 52
العبثُ في الأعضاء التناسلية: 52
الهويَّة الجنسية: 53
المحطةُ الرّابعة: مرحلةُ الطفولة (من عُمر عامين حتى البلوغ): 54
أنشطةٌ جنسية طبيعية: 54
تصاعدُ الفضول والاسْتكشاف الجنسي: 55
الألعابُ الجنسية: 56
العبثُ في الأعضاء التناسلية: 57
الأسئلةُ الجنسية: 59

أسسُ الإجابة على أسئلة الأطفال الجنسية: 60
تقليدُ السلوكيات الجنسية: 62
العلاقةُ بين الجنسين: 63
التفكيرُ في الزفاف: 64
ختانُ (خفاض) الإناث: 65
تبعاتُ عدم اتِّباع الطريقة الشرعية في ختان الإناث: 66
حكمُ الشَّرع في خفاض الإناث: 69
رأيُ الأطباء في ختان الإناث: 70
الخلاصة: 71
أنشطةٌ جنسية سلبية يمارسُها الأطفال: 71
نهايةُ مرحلة الطفولة: 72
المحطةُ الخامسة: مرحلةُ المراهقة (من البلوغ حتى عُمر واحدٍ وعشرين عامًا): 73
فتراتُ مرحلة المراهقة: 73
أزماتُ المراهقين الجنسية: 74
مراهقو الأمْس vs مراهقو اليوم: 76
– أنشطةٌ ومشاعرُ عاطفية وجنسية طبيعية: 78
رجولةٌ وأنوثة: 78
الفضولُ الجنسي: 80
المشاعرُ والانفعالات الجنسية: 80
خصوصيةُ المشاعر الجنسية: 81
العلاقةُ بين الجنسين: 81
أنشطةٌ جنسية بين المُستهجَنَة والمحرَّمَة: 82
المحطةُ السادسة: مرحلةُ الرشد 86
الأولى: فترة «الرشد المبكر»: 86
الخطوبة: 86
عقدُ الزواج: 87
الاستعدادُ للزفاف: 88
الوقتُ الأنسبُ للزفاف: 88
العلاقةُ الجنسية: 88
التهيئةُ للّقاء الجنسي: 89
أوقاتُ الجماع المناسبة: 90

إظهارُ الرغبة في الجماع: 90
أوضاعُ الجماع: 91
عددُ مرّات الجماع المناسبة: 93
حوارُ الزوجين حولَ الجنس: 93
أهمُّ الاختلافات بينَ الرجل والمرأة في العلاقة الجنسية: 97
(خدْوهات) بينَ العلاقة الزوجية والعلاقة الجنسية: 108
الحملُ والعلاقة الجنسية: 111
المحطةُ السّادسة: مرحلةُ الشَّيخوخة والهِرَم: 113
الفصلُ الثّاني الجنسُ وظيفيًّا 115
الهرموناتُ الجنسية: 116
1) هرمون التستوستيرون Testosterone: 116
2) الإستروجين Estrogen: 118
3) هرمونُ البروجستيرون Progesterone: 119
4) هرمونُ الأوكسيتوسين Oxytocin: 120
5) الأندروفينات Androfens: 120
6) الفيرمونات Pheromones: 120
7) الهرمونُ المُطلق لموجهة الغدد التناسلية 121
8) الهرمونُ المُلوتِن أو الهرمون المحفِّز للجسم الأصفر 122
9) الهرمونُ المحفِّز للجريبات 122
البلوغُ الجنسي: 123
[1] البلوغُ عند الذكر: 123
[2] البلوغُ عند الأنثى: 124
أعراضُ ما قبل الحيض: 135
المخُّ والأعصابُ واللذةُ الجنسية: 136
دائرةُ المتعة بالمخ: 137
النشوة الجنسية غير المرتبطة بالأعضاء التناسلية: 138
مراحلُ الاستجابة الجنسية: 138
1 – مرحلةُ الإثارة الجنسية Sexual arousal: 139
مناطقُ جسم الإنسان الحسّاسة جنسيًّا: 140
استجلابُ الاستثارة الجنسية: 144
2 – مرحلةُ التوتر الجنسي: 145

3 – مرحلةُ ذروة اللذة الجنسية أو ذروةُ لذَّة الارتواء Orgasm: 147
4 – مرحلةُ الاسترخاء والفتور: 149
5 – فترةُ الكُمون: 150
منحنياتُ الاستجابة الجنسية لكلٍّ من الرجل والمرأة: 150
تزامنُ توقيت الذروة الجنسية بين الزوجين: 152
الرغبةُ الجنسية: 154
اختلافُ شدَّة الرغبة الجنسية بين الزوجين: 155
فسيولوجيةُ الرغبة الجنسية: 157
القدرةُ الجنسية: 157
جودةُ المعاشرة الجنسية بينَ الرغبة والقدرة: 157
فوائدُ الممارسة الجنسية المُنتظمة المشْبعة: 158
العلاقةُ الجنسية المَعيبة: 163
الإخصاب: 163
رحلةُ الحيوان المنوي من لحظة القذف حتى الإخصاب: 164
رحلةُ البويضة من المِبيض حتى الإخصاب: 165
الحمل: 166
أعراضُ الحمل: 166
الحالةُ النفسية للحامل: 168
فسيولوجيةُ الحمل: 169
مراحلُ نمو وتطور الجنين: 172
الجنينُ وبيئةُ الرحم: 173
الجنينُ والأدوية: 174
الولادةُ الطبيعية: 175
أعراضُ ومراحلُ الولادة الطبيعية: 175
الولادةُ القيصرية Cesarean Section: 177
أسبابُ اللجوء للولادة القيصرية: 178
الحملُ التالي للولادة القيصرية: 179
أعراضُ انقطاع الحيض عندَ بلوغ سنِّ اليأس: 179
تأثيراتُ الشيخوخة على الصحَّة الجنسية: 181
الفصلُ الثّالث الجنسُ تربويًّا 185
روافدُ التربية الجنسية 189

التربيةُ الجنسية الإيمانية 189
أهمُّ مفردات التربية الجنسية الإيمانية: 191
الالتزامُ بأدب الاستئذان: 192
الالتزامُ بآداب النوم: 194
إنماءُ قيمة الحياء: 195
غرسُ العفة: 201
الالتزامُ بغضِّ البصر: 201
سترُ العورة: 205
ارتداءُ النساء للملابس الشرعية: 207
الحجابُ في التاريخ البشري: 210
الحجابُ عندَ الأمم القديمة: 210
الحجابُ في الديانات السماوية: 211
لماذا على المرأة أن تنتبهَ لكلِّ هذا؟ 213
عدمُ التشبه بالجنس الآخر: 217
الاحترازُ من الوقوع في الشبهات الجنسية: 218
اتباعُ سُنن الفطر: 219
تأكيدُ الهوية الجنسية وترسيخها: 219
أساليبُ تأكيد الهوية الجنسية وترسيخها: 220
التربيةُ الجنسيَّة العلمية الثقافية 227
1) التثقيفُ الجنسي: 227
2) توفيرُ بيئة خاليةٍ من المثيرات الجنسية: 236
3) تهيئةُ الأطفال للبلوغ: 237
أوَّلًا: دورُ الأب في تهيئة ابنِه الطفل لاستقبال البلوغ: 238
الاحتلام: 241
أنواعُ الاحتلام: 242
ثانيًا: دورُ الأم في تهيئةِ ابنتها الطفلة لاستقبال البلوغ: 244
4) استثمارُ الأوقات وإدارةُ الاهتمام نحو المعالي: 253
5) تهيئةُ البنين والبنات للزواج: 254
6) القيامُ بأنشطة جنسيةٍ مكروهة أو محرَّمة: 256
– إدمانُ العادة السرِّية: 257
أسبابُ ممارسة العاده السِّرية: 257

دورةُ العادة السرية: 260
الرؤيةُ الطبية بخصوصِ العادة السِّرية: 261
فوائدُ العادة السرية: 266
أحكامُ ممارسة العادة السرية في الدياناتِ السماوية: 267
دورُ الوالدين مع أبنائهم وبناتهم الممارسين للعادة السرية: 271
– مطالعةُ المواد الإباحية: 276
أضرارُ المواد الإباحية: 276
دورةُ إدمان الإباحية: 279
أولًا: مرحلةُ التبرير: 279
ثانيًا: مرحلةُ الندم: 282
ثالثًا: مرحلةُ التوقف: 282
رابعًا: مرحلةُ السقوط: 283
دورُ الوالدين في شأن مُطالعة أولادهم للموادّ الإباحية: 283
الاستشفاءُ من إدمان المواقع الإباحية: 283
الاعتداءاتُ الجنسية (التحرش والاغتصاب): 287
أسبابُ حدوث التحرش الجنسى والاغتصاب: 295
مظاهرُ التحرش الجنسي بالأطفال: 298
الآثارُ النفسية السلبية للتحرُّش الجنسى والاغتصاب وتوابعها: 300
إجراءاتُ لعلاج الآثار النفسية للتحرش الجنسي والاغتصاب: 301
بدائلُ صناعيةٌ لغشاء البكارة: 302
والسؤالُ الذي يفرض نفسَه هو.. 305
تخوفاتُ الفتيات من عملية فضِّ غشاء البكارة: 308
سيناريو ليلة الزفاف وآدابها: 309
فضُّ غشاء البكارة: 310
آدابُ الجماع: 315
رفضُ الجماع والتهربُ منه والهجر الجنسي: 317
الفصلُ الرّابع كراكيب جنسية 319
المخدراتُ والجنس: 321
تأثيرُ المخدرات على العلاقة الجنسية والإنجاب والذرية: 322
الخمورُ والجنس: 324
اللعبُ والألعاب الجنسية Sex toys and games: 324

أهمُّ استخدامات اللعب والألعاب الجنسية: 326
الجنسُ السطحي Superficial sex: 329
الزنـــــا Adultery: 330
الجنسُ الفَموي Oral sex: 334
الجنسُ الشَّرجي Anal sex: 339
الأضرارُ الصحية بالجنس الشرجي: 340
أوَّلًا: اللواط: 341
ثانيًا: إتيانُ (وطء) المرأة في دبرها: 342
ثالثًا: إتيانُ المرأة للرجل في دُبره باستخدام لعبة جنسية: 342
حكمُ الإسلام في ممارسة الجنس الشرجي: 343
العقدُ النفسية الجنسية: 343
الفصلُ الخامس السلامةُ والصحَّة الجنسية 351
أولًا: إجراءاتٌ صحيَّة وقائية 352
ثانيًا: مشكلاتٌ جنسية 368
ثالثًا: الأمراضُ الجنسيَّة المُعديَة 387
الفصلُ السّادس الاضطراباتُ النفسيَّة الجنسية 405
أ) اضطراباتُ الهوية الجنسية (Sexual Identity Disorders (SID): 406
[1] اضطرابُ الهوية الجنسية عند الأطفال: 406
[2] اضطرابُ الهوية الجنسية عند المراهقين/ المراهقات: 407
[3] اضطرابُ التحول الجنسي Transsexualism Disorder: 409
[4] اضطرابُ تحوُّل الزيِّ الثنائي الدور (الارتداء المغاير) 412
ب) اضطراباتُ التفضيل الجنسي 415
(انحرافات السلوك الجنس أو الشذوذ الجنسي): 415
[1] الفتيشية Fetishism: 415
[2] تحولُ الزِّي الفتيشي Transvestic fetishism: 416
[3] الاستعراءُ العلني Exhibitionism: 417
[4] التطلعُ الجنسي (لذة المشاهدة – البصبصة) Voyeurism: 419
[5] الميلُ الجنسي للأطفال (عشق الأطفال أو الوله بالأطفال) 419
[6] السادية Sadism: 420
[7] المازوخية (الماسوشية) Masochism: 420
[8] اضطرابُ عُسر الوظيفة الجنسية غير العضوي: 423

[9] الهوسُ الجنسي Sexual obsession: 424
[10] الشذوذُ الجنسي (المثلية الجنسية) Homosexuality: 425
درجاتُ الشذوذ: 425
مِن أسباب الشذوذ الجنسي: 427
تصنيفُ الشذوذ الجنسي: 431
التعرفُ على شريك الحياة الشاذ جنسيًّا: 434
[11] عشقُ الحيوانات (البهيمية الجنسية – الزوفيليا) Zoophilia: 435
[12] عشقُ القاذورات (الولع بالبراز Coprophilia والولع بالبول Urophilia): 437
[13] اشتهاءُ الموتى (جماع الأموات) Necrophilia: 437
[14] الميلُ للاحتكاك للوصول إلى الإشباع الجنسي Frotteurism: 437
[15] اضطرابٌ جنسي مركَّب: 438
المراجع 439