الباب الأول

تمهيدى

obeikandl.com

obeikandl.com

التطور الحضاري
في عالم الجنس

إن الإنسان البدائي الأول كان يمارس الجنس رغبة في التناسل لزيادة الأعداد، وزيادة قوته الفعلية في رحلة الاستمرارية وحب البقاء، فكان يتزوج عشرات النساء وينجب بالمئات، وكان هدفه الرئيسي من ممارسة الجنس الإنجاب – وليس المتعة – من أجل الحماية وعدم الانقراض.

ومما رسخ نظرية الإنجاب هذه لدى الإنسان الأول تواجده بين الحيوانات واقترابه من حياتها، فكان يمارس الجنس مع أمه وأخته وابنته بنفس غريزة الحيوان التي تدفعه لحب البقاء.

ولهذا نرى أن الجنس في تلك الأثناء كان وسيلة لاستمرار الحياة وليس للحصول على متعة من الحياة.

ومع مرور الأيام وتلاقي الحضارات وتطور المجتمعات أصبح الهدف الرئيسي من تلك الممارسات هو المتعة وليس الإنجاب، ويثبت ذلك أننا أصبحنا نطالب بتحديد النسل خوفا من حدوث انفجار سكاني.

وكانت تلك المتعة من قبل وقفا على الرجل، حيث كان الرجل الأول سيداً على الحيوان والمرأة وسلبها كل إرادة جنسية، وكانت لا تعبر حتى عن مشاعرها، وكان يعتقد أن المرأة لا تستمتع بهذه الممارسات، حيث إن دورها سلبي.

ولكن أصبح للمرأة دور جديد فيما بعد، وهو محاولة إمتاعه حتي تحتفظ به ولا ينجذب لأخرى، فكانت تطيعه طاعة عمياء وخاصة أنه عاش عصورا زاهية قبل الميلاد، وكان له الحق في التعامل مع أى عدد من النساء يشتهيه.

واستمرت الحياة على هذا المنوال آلاف السنين رجل يمارس دور السيد المطاع وامرأة تستجيب وأطفال يولدون ويكبرون ويعيدون الكرة.

وبدأت المرأة تبوح بعض الشيء بما يعتري مشاعرها وتمادي الرجل في غيه متجاهلا تلك الرغبات، وظل يعاملها كعنصر سلبي في حياته الخاصة.

ومن ثم جاءت الرسالات السماوية محملة بحقوق المرأة واحترام حريتها ورغباتها، فنرى مثلا الكنيسة قد حرمت على الرجل أن يتعامل جنسيا مع أى امرأة غير زوجته، بل منعت الانفصال عنها أو التزوج بأخرى.. وأصبح الرجل هو المجني عليه فيما بعد وخاصة أن تلك الحقوق التي هبطت فجأة على المرأة بعد آلاف السنين غيرت من سيكولوجيتها فأصبحت متسلطة، قاسية متدللة.. لتحقق ذاتها بعد سنوات الكبت والحرمان.

وهكذا نرى أن الكنيسة وضعت هيكلا للتعامل الجنسي وقننت نظما جديدة مثل منعها زواج الأب من ابنته أو الأخ من أخته.. وهكذا..

وكانت النتيجة غير المتوقعة لتلك الحقوق التي حصلت عليها المرأة فشل في تشكيل حياة جنسية ممتعة بينها وبين الرجل، وبالطبع ليس الخطأ في الحصول على الحقوق ولكن في عدم فهم تنفيذها.

وجاء الإسلام بعد خمسة قرون ليضع اللمسات المنطقية بين الجنسين، حيث أباح الطلاق في حالة استحالة الحياة الزوجية لأى سبب، والزواج من أخرى إذا كان هناك داع لذلك مع مراعاة العدل، وأعطى للمرأة حقوقا كثيرة وكرمها ورفع من قيمتها، ومن هذه الحقوق ألا تكره على الزواج، وأعطاها حرية الاختيار فيمن ترغبه، ولكنه أوضح أن طاعة الزوج من طاعة الله – سبحانه وتعالى – وكان خير دليل وشارح للعلاقة بين الرجل والمرأة، وأصبح دستور حياتنا نستمد منه كل ما نريد معرفته وسنتناول هذا بوضوح فيما سيأتي.

الجنس
والأديان السماوية

عبر التاريخ البشري كان للأديان السماوية دور رئيسي في تجسيد وتحديد سيكولوجية الجنس في المجتمعات على اختلافها.

فمع ظهور اليهودية بدأ ما يمكن أن نسميه تقنين وتنظيم الجنس.. ففي الكتب "الخمسة الأولى" من العهد القديم "دستور اليهود الديني" توالت التحريمات لكثير من السلوكيات الجنسية وأولها الشذوذ وزنى المحارم والزنى مع الحيوانات، وتحريم العادة السرية واعتبارها وبالا من عمل الشيطان.

وبالطبع تلك الصورة أثرت في نفوس الشباب وخاصة المراهقين منهم تأثيرا مدمراً، وخاصة على علاقتهم بدينهم، وأيضا برغباتهم المكبوتة التي لاحول ولا قوة لهم بوجودها داخلهم.

وفي نفس الوقت تناول "العهد القديم" الجنس كمتعة في نشيد الإنشاد الذي من المفترض أنه على لسان النبي سليمان. ولفترات قريبة كان يرفض المتدينون منهم إجراء أى تحليل للسائل المنوي بدعوى أن الحصول على العينة يعتبر كفراً.

أما فى المسيحية فقد كانت النظرة للجنس تصوفية وتغلب عليها الروحانية ومن يريد أن يتقرب لله عليه أن يترك تلك الأمور، ويعيش في الأديرة مبتعداً تماما عن الناس وعن المتع الدنيوية، وأصبح عصب نظرتها للعلاقة الجنسية هو تفضيل العزوبية على عكس اليهودية التى كانت تشجع على الزواج ولا تجعله في مرتبة أدنى، ولقد حددت المسيحية زوجة واحدة لكل رجل وزواجا أبديا، ولا يتم الطلاق إلا في حالات قهرية كالخيانة الزوجية مثلا.. وألا تتزوج المطلقة ثانية لأن من تزوج مطلقة فهو زان..

وقد جاءت قمة الهجوم على العلاقة الجنسية من قبيل القديس " أوغسطين" في القرن الرابع الميلادي، وقد كان فيلسوفا مسيحيا، وكان في شبابه يطلب اللذة أينما يجدها ثم انصرف فيما بعد للإيمان والتقوى، وتحول حبه

عنده للذات إلى حب الله وحب الإيمان وتحدث في كتابه "الاعترافات" عن حبه لله، وكأنه الحب للذات، وقد أكد على أن الشهوة هي التي هبطت بآدم وحواء من الفردوس وباعدت بين الإنسان والرب. وجاء بعد "أوغسطين" عدد كبير من صوفية المسيحية اشتهر منهم يوحنا الصليب والقديسة تريزا.

وجاء الإسلام مبيحا الطلاق مع استحالة العشرة، وحارب الرهبانية التي تجعل الإنسان متفرغا للعبادة عازفا عن الدنيا منقطعا عن إشباع عواطفه وغرائزه، مما يؤدي لإختلال وظائف الجسم وظهور العقد النفسية، فهو دين دنيا ومعاملة، وقد جاء حديث الرسول ﷺ صريحا وواضحا فيما معناه حينما جاء ثلاثة أشخاص يستفسرون عن عبادة الرسول ﷺ وقد قالوا ما يأتي:

قال أحدهم: أما أنا فإني أصلي الليل أبداً.

وقال آخر : وأنا أصوم الدهر أبداً ولا أفطر.

وقال آخر : وأنا أعتزل النساء فلا أتزوج أبداً.

فجاء رسول الله ﷺ إليهم فقال:"أنتم قلتم كذا وكذا؟ أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم له. لكني أصوم وأفطر ،وأصلي وأرقد، وأتزوج النساء، فمن رغب عن سنتي فليس مني".

وعلى الرغم من إباحة تعدد الزوجات في الإسلام لظروف معينة وبشروط إلا أننا نجد الغالبية العظمى لا يرتبطون إلا بواحدة ماداموا يجدون السكينة والهدوء بجوارها ويعيشون في جو مفعم بالحب والود، ويتعاملون معاملة الإسلام وبالفضيلة والحسنى.

- وقد اتفقت جميع الأديان في عدد من الأمور منها:

أولا : طهارة الرجل والمرأة الجنسية.

ثانيا: البعد عن الخيانة وتحريمها، وقد عالج الدين الإسلامي هذا إن استحالت العشرة بالطلاق.

ثالثا: تحريم ممارسة الشذوذ الجنسي لأنه يعتبر من الأمراض النفسية والاجتماعية الخطرة.

رابعا: كفلت جميع الأديان الحرية الجنسية للإنسان ومنحه الحرية الكاملة في اختياره لشريك حياته.

خامسا: نصت الأديان السماوية كلها على مسئولية الرجل تجاه زوجته وأبنائه، وعلى وجوب طاعة الزوجة له ومعاملته بالحسنى.

وعلى الشباب أن يتمسكوا بتلابيب دينهم فهو السبيل الوحيد للمحافظة على سيكولوجية الجنس لديهم وإبعادهم عن كل ما هو ضار.

* * *

obeikandl.com

التربية الجنسية

Sex Education

مما لا شك فيه أن موضوع التربية الجنسية من الموضوعات الشائكة وخاصة في مجتمعاتنا الشرقية، وعلى الرغم من أهميته إلا أن الناس إنقسموا حوله ما بين مؤيد ورافض ومطالب بالحرية الشخصية، ولكل أسبابه.

فالفريق المؤيد يرى أن الثقافة الجنسية مهمة جداً وخاصة للشباب في سن البلوغ، حيث التغيرات التي يفاجئون بها والتي يجب أن نعدهم لها قبل تلك المرحلة حتى لا يتعرضوا لإضطرابات وهزات نفسية، حيث إن استجابة الشباب للمتطلبات الجسدية والنفسية الجديدة سواء أكانت خاطئة أم صحيحة تترسخ في أذهانهم، وتصبح من السمات الخلقية للشخصية فيما بعد.

ويرون أن الحاجة للتربية الجنسية أصبحت ماسة ليتلقى هؤلاء الصغار والشباب تعليما جنسيا مناسبا يجعلهم ينظرون النظرة الصحية للجنس باعتباره مخرجا لطاقة الحب عند البشر، ويشعرون أن الفعل الجنسي في حد ذاته ليس عيبا أو حراما، ولكن العيب والحرام يكمن في التوجه المدمر لنشاط الفرد الذي ينعكس على الجماعة.

ويرون أيضا أنه قد يكون من المفيد أن يتحاب الفتى والفتاة لكي يتمرسا على مشاعر الحب السامية فتنمو عندهما وتنضج مثلها مثل أية مشاعر أخرى، ومن ثم يصبح في المستقبل الفتى أو الفتاة قادراً على اختيار شريكه في الحياة عن وعي وخبرة بما يريد.. ولكنهم أيضاً يضعون شرطا لهذا الاختلاط، وهو أن يكون تحت رقابة الكبار ولو عن بعد، ويقولون في هذا إننا لن نعرف أنفسنا إلا إذا اختلطنا بالغير.

والفريق الرافض يرى أن هذه التربية ممكن أن تضر بأبنائهم وتفتح أذهانهم على أشياء ينبغي ألا يفكرون فيها باعتبار الجنس من المحرمات، وأنه يجب أن ينصب على الكبار فقط وفي أوقات معينة من العمر كلما أقتضت الحاجة لذلك.. وغالبا رأى هؤلاء تكون نتيجة الافتقاد للتعريف الصحيح لمفهوم ومصطلح التربية الجنسية.

وهناك فريق ثالث يرى أن كل هذا الكلام لا لزوم له، ويطالب بالحرية الشخصية في الجنس، كما يحدث في أوروبا، وهؤلاء متأثرون بالثقافة الأجنبية وما يشاهدونه عبر الفضائيات والنت، ولكن ما يؤخذ على هذا الفريق أنه لم يفطن لأمور كثيرة منها أن الجنس لم يترك للأفراد يصوغون علاقاته وفق هواهم، فباختلاف الشعوب والحضارات تتكون قيم وتقاليد تحد من الخروج على ما يتعارف الناس بشأنه.. وهذه القيم وتلك التقاليد تصاغ من التراث الذي يميز المجتمعات عن بعضها البعض.

والحقيقة أننا بالفعل في حاجة لهذا النوع من التعليم ولكن لا نريده تعليما هامشيا يتلقاه الأبناء عبر بعض المعارف كعلوم النبات والحيوان والأحياء كما يحدث غالبا من دمج برامج التربية الجنسية ضمن مناهج المواد الأخرى في المدارس الابتدائية والإعدادية، وليست هناك في هذه المدارس حصص خاصة للمحتوى الجنسي وللتجربة الإنسانية، ولكن يشار إليها أثناء تدريس علوم الصحة أو أي من العلوم العامة.

ونحن في أمس الحاجة لبرامج تعليمية تتناول هذا الموضوع تناولا علميا مقننا شأنه شأن أية معارف أخرى من خلال حجرة الدرس أو الفصل بالمدرسة، وأيضا من خلال مدرسين متدينين يوضحون كيف يتناول الدين مسائل الجنس وأبعاد هذا التناول ومعانيه.. وما هو الحب كما ينبغي أن يكون.. وتعريف الأبناء لمعاني تكوين الأسرة والرجولة والأنوثة والنضج.. إلخ.

المهم أن تكون محصلة التربية التي ترتبط بهذه الثقافة مناسبة من حيث مضمونها للوقت والسن والمرحلة التي تقدم فيها، وأن توجد الوسائل التي تصل عن طريقها المعلومة، وإذا نجحنا في هذا سنحصل على فرد يتمتع بصحة جنسية مفهوما وسلوكا.. فالتربية الجنسية هي التي تدعم وترسخ ما فطرنا الله عليه وهي التي تيسر نمونا نحو النضج الجنسي السليم.

وبالطبع المقصود بالتربية الجنسية هنا، التربية التي تعطينا المعرفة وتزودنا بالعلم الضروري لكي نتعامل بمقتضاه إزاء مسائل حيوية من صميم وجودنا الشخصي والاجتماعي.. فلا يستطيع أحد أن ينكر أن الجنس محور من المحاور الكبرى التي تدور حولها حياتنا.

ولكن المشكلة التي نواجهها في التربية الجنسية أننا نحتاج لكوادر خاصة من المدرسين والمربين لم يتهيأ لنا إعدادهم في بلادنا حتى الآن وليس في برامج معاهد وكليات التربية إلا النزر اليسير في موضوع الصحة النفسية أو التربية الصحية.

فحاجتنا ملحة لضرورة وجود برامج مدروسة في التربية الجنسية لها مطبوعاتها وامتحاناتها، والمدرسون المتخصصون فيها.. وهذا يتطلب أن يُعد مدرس التربية الجنسية إعدادا جيدا من قبل كليات ومعاهد التربية، ولابد أن تتضمن برامج إعداده ثلاثة فروع من المعرفة:

الفرع الأول: يتطرق لمحتوى التجربة الجنسية نفسها من حيث علم الأحياء المتعلق بالتكاثر ودراسة التطور النفسي الجنسي عند الإنسان وتوجهاته الجنسية والسلوك الجنسي الذي يأتيه والعلاقات الزوجية وديناميتها والأسرة وتكوينها.. إلخ.

الفرع الثاني: يتوجه لدراسة التكوين الجنسي للفرد والطرق التي يستطيع بها المدرس أن يجعل المتلقي عنه قادراً على الإحاطة بتكوينه الجنسي، وأن يستمع لآراء الآخرين في الجنس ولا يصادر الرأى الآخر.

الفرع الثالث: يختص بالمهارات اللازمة لمدرس التربية الجنسية، فيجب أن يلم بطرق التدريس التي يمكن أن تؤدي ثمارها مع كل سن ومرحلة.. ويتدرب على التعامل مع الآباء والأجهزة المختصة بالمجتمع، والتي قد يكون لقراراتها تأثير على النتائج التي يطمح في الوصول إليها من تدريسه للجنس.. كما أنه يجب أن يُدرس ديناميات المناقشات الجماعية والطرق التي يمكن بها أن يقود النقاش ويوجهه الوجهة التي يريدها.

ولابد أن تكون للتربية الجنسية أهداف مثل:

– تعميم القيم الخلقية المرتبطة بالجنس، وأن يعي الشباب أن الفضيلة أساس كل تعامل صحيح، وتتوخى التربية الجنسية إعطاء الشباب فكرة ملائمة عن الانحرافات الجنسية ومضارها ومعنى سوء الاستخدام الجنسي، فيكونون قادرين على حماية أنفسهم من التردي في الرذيلة، وأن يتقوا مزالق الأذى التي تضر بهم نتيجة الممارسات الجنسية الخاطئة.

– العمل على زيادة طموح الشباب الاجتماعي بأن تكون مجتمعاتهم خالية من الرذيلة بكافة أشكالها.

– تهيئ للشباب أن يتعرفوا على إمكاناتهم وقدراتهم الجنسية وفوائد التسامي بالغرائز، وتوجيه الطاقة الجنسية نحو البناء في الأنشطة البديلة وهكذا.. إلخ.

وفي النهاية أحب أن أقول أن الجنس مسألة حيوية لتكوين الشخصية ولتفاعلها اجتماعيا، ولذا حظى بكل الاهتمام من الدراسات النفسية والصحية التي عكف عليها الكثيرون من علماء النفس والصحة، وكانوا ينشدون هذا الجانب المهم من حياة الإنسان، وكان من أهم دوافعهم الوصول لإنسان سوي صحيح نفسيا وجنسيا..لأن الشخص الذي لديه معرفة سليمة بنفسه سواء أكان ذكراً أم أنثى، ويعرف كل شيء عن حقيقة جسده ومضمون الأنوثة والذكورة، ويستشعر الرضا عن نفسه، ويسعده دوره ويقوم به كما ينبغي، ويدرك مسئولية الممارسة الجنسية ويتحملها، ويقبل أن يمارس الجنس ويسعد به داخل الإطار الاجتماعي ولأهداف إيجابية بناءة تتجاوز حدود اللذة العارضة هو إنسان سوي ناضج على الصعيد النفسي والجنسي.

وأود أن أقول إننا بالفعل في أشد الحاجة للثقافة الجنسية التي قد تمتد لتشمل ما قبل البلوغ وما بعده من مراحل متعددة، ولا تستغربون إذا قلت إن التربية الجنسية لازمة لكل مراحل حياتنا حتى أنها تلزم مرحلة الشيخوخة بقدر لزومها للمراحل الشبابية.. فهناك تغيرات جنسية تشملنا جميعا، إذ نتجاوز سن الأربعين وهي تغيرات حيوية بقدر ما هي تغيرات نفسية، فكيف نتعامل معها وكيف نوفق بين واجباتنا كآباء ورغباتنا كأزواج، وماذا يحدث للزوجة المحملة بالهموم والتعب، والزوج المثقل بالأعباء، وكيف نتجاوز مرحلة اليأس ونتغلب على محنة انفكاك ترابط الأسرة بزواج أبنائها أو سفرهم أو.. أو حين يكبرون ونحن في أشد الحاجة إليهم.

ولذا وللعديد من الأسباب الأخرى التي من الصعب رصدها لكثرتها نحن في حاجة ماسة لهذا النوع من التربية التي نحتاجها صغارا وكبارا على أن تمارس في ضوء ثقافتنا وتراثنا وديننا.

* * *

سيكولوجية الجنس
Sexpsychology

وجدت هذه السيكولوجية بتواجد الإنسان على الأرض، وتطورت مع كل تطورات الحياة.

وهذه السيكولوجية عبارة عن مجموعة من الأفكار والتصرفات التي تدور داخلنا، بعدما تتسرب من عقلنا الباطن وتصبح المحرك لجميع رغباتنا وتصرفاتنا الجنسية.

ويقول علماء الاجتماع أن الإنسان هو الوحيد الذي له تاريخ على وجه الأرض، أى أن الإنسان حيوان متطور وله عقل يجعله قادراً على نقل المعرفة عبر الأجيال، ولكن الحيوان لا يتطور.. ومعظم الرغبات الجنسية شهوات مكتسبة لا تلعب الغريزة الحيوانية دوراً فعليا في صقلها.

وهذا يعني أن الغريزة الحيوانية للجنس في الحيوان لم تتطور عبر آلاف السنين بعكس الإنسان الذي ميزه الله بالعقل عن بقية المخلوقات ومده بالخيال، فاستمتع بالحياة.. فالإحساس والخيال والإدراك حكر على الإنسان دون غيره.

وبالطبع فإن المتعة الجنسية في الإنسان تفوق الحيوان أضعاف المرات.

وقد يقول البعض أن الغريزة الحيوانية في الإنسان أضعف بكثير من الحيوان وهذا صحيح، ولكن خيال الإنسان وإدراكه وتخيله يجعل رغباته الجنسية أقوى من الحيوان والدليل على ذلك استطاعة الإنسان ممارسة الجنس في أي وقت، أما الحيوان فله مواعيد معينة من كل عام.

ولا ننسى أن علاقات الحب والعواطف المتبادلة بين البشر متعة حقيقية، فهو المولد لشحنات العواطف التي تربط بين الحب والجنس، وبالطبع هذا يفتقده الحيوان.

وسنجد أن علاقة الرجل بالمرأة تطورت سيكولوجيتها.. فبعد أن كانت غريزة محددة لاستمرار البشرية أصبح لها فلسفة خاصة بها.. فمثلا الرجل ظل لآلاف السنين يعتقد أن ممارسة الجنس متعة خاصة له فقط.. وأقنعت المرأة

نفسها بذلك، وارتضته، ولم يكن لها دور سوى إرضاء رغباته وهو لا يعبأ بمشاعرها.

وظلا هكذا هو يستمتع وهي محرومة ومستضعفة لسنوات طويلة وأجيال عديدة،حتى توصل علماء النفس وخاصة "فرويد" لأهمية إشباع المرأة جنسيا، وبدأ الرجال فيما بعد يتصرفون بسيكولوجية جديدة تضع المرأة وإشباعها في الاعتبار.

وتطورت الأبحاث العلمية وبذل علماء النفس مجهودات فائقة في هذا المجال، ومنهم "الفريدكنسى" الذي توصل لمواطن الإحساس في المرأة، حيث أصبحت العلاقة بينها وبين الرجل ذات مفهوم وإحساس ومنطق جديد، وأصبح لسيكولوجية الجنس نظريات وأخذت في التطور حتى أصبحت علما يدرس في بعض المدارس والجامعات.

* * *

obeikandl.com

علم الجنس

Sexology

علم الجنس هو الذى يدرس التفاعلات السلوكية والسيكولوجية والجسدية المرتبطة بالرغبة الجنسية أوالنشاط الجنسي..ويولي هذا العلم اهتمامه بالجهاز العصبي والجلدي والتناسلي، وينظر دائما في الفروق الجنسية والفعل الجنسي نفسه.

وأقسام هذا العلم عديدة منها:

جينية، ومورفولوجية وهورمونية، وهورمونية عصبية وتشريحية عصبية وعصبية كيميائية، وصيدلانية، وسلوكية، واجتماعية ثقافية.

ويتطرق علم الجنس أيضا لدراسة الحمل وموانع الحمل والجنين والنفاس والجنسية في الأطفال، وعند المراهقين وعند البالغين وفي الإناث والذكور، والجنسية عند الأمهات وعند الآباء والشباب والشيوخ.

أما الجنس (Sex) فهو الحالة التي يكون عليها الفرد من حيث الذكورة أو الأنوثة.

وفلسفة الجنس(Sexosophy)، عبارةٍ عن مجموعة الأفكار التي تدور حول الجنس سواء أكانت خاطئة أو صحيحة مثل مفهوم الجنس لدى الأفراد والجماعات وسلوكياته.

ولفلسفة الجنس ناحية تاريخية فهى تتناول الجنس في بلد معين، أو عند شعب معين من الناحية الدينية والعرقية وخلال تطوره عبر رحلة الحياة.

والجنسية (Sexuality) تعنى المعايشة الشخصية للجنس، باعتبار نوع الشخص ومردودها على الزواج والحب والتناسل، وهي من موضوعات علم الجنس وتتصل أيضا بفلسفة الجنس.

* * *

الخيال الجنسي
Sexual imagination

نحن نعلم جميعا أن الخيال يلعب دوراً مهما في حياتنا، وأن آلافا بل ملايين الصور المترسبة في عقلنا الباطن نستمتع بها كثيرا عبر الخيال، إذا لم نستطع تحقيقها.. ولكن هناك حلما أو خيالا يمكن تحقيقه، وهناك ما هو من المستحيل تحقيقه.. وهنا لابد أن نقف على شيئين معناهما متداخل وهما الطموح والمستحيل، فإذا كنا نحلم ونطمح لشيء يمكن تحقيقه ببعض الاجتهاد والمثابرة فهذا شيء مسموح به، أما أن نطمح لشيء مستحيل ويخالف الحقائق الحياتية أو العلمية فنتعرض للفشل والإحباط، وهذا هو الخيال السلبي المؤدي للفشل، وهو الذي لا يجب أن نسمح بمروره بمخيلتنا.

ولذا إذا تخيل رجل متعته الجنسية بصورة مبالغ فيها ومن الصعب عليه تحقيقها، فهذا يشعره دائما بالفشل لأنه لا يحققها، ولكن إذا اقتنع بقدرته وما يستطيع أن يحققه فهذا سيشعره بالسعادة وكذلك المرأة.

- والخيال الجنسي يتكون لدى الفرد من خلال عدة أشياء منها:

الأسرة: فالأسرة لها تأثير كبير على الطفل وخاصة أن الجنس بالنسبة له شيء غامض يحاول أن يصل لحقائقه، ويجب أن نتعامل معه ببساطة ولاننهره إذا تساءل في تلك الأمور، بل نوصل له المعلومة بلاخداع حتى لايتعرف على الحقائق فيما بعد ويفقد الثقة فينا ولاننسى أن نتعامل معه على قدر عمره وحسب فهمه حتى لا نترك الفرصة لخياله أن يذهب لأشياء غير موجودة في عالم الواقع ويجنح لبعيد.

المدرسة: دورها لا يقل عن دور الأسرة بل ربما أكثر لوجود أطفال كثيرين مع الطفل، حيث يوجه بعضهم البعض لهذه الأمور بطريقة خاطئة، ومن الممكن أن تعطي انطباعا سيئا لدى الطفل، فينشأ وبداخله إحساس بالرفض لتلك المسائل الغامضة بالنسبة له والتي يعتقد أنها من الأمور السيئة، ويغذي هذا الاعتقاد خياله الخصب .

خيال الرجل الجنسي

Man's Sexual imagination

أحيانا يكون خيال الرجل الجنسي مريضا فنجده يتوهم أشياء لا علاقة لهـا بالصحة على الإطلاق، فبعضهم يتخيل أن طول فترة الممارسة يظهر رجولته أكثر، مع أن هذا لو كان دون استجابة امرأته له طوال الفترة سيضره ويتعبها.

والبعض يعتقد أن الرجولة في الزواج من النساء وإنجاب الأطفال، والحقيقة أن الرجولة سلوكيات وليست مظهرا فما أسهله الزواج والإنجاب.

وهناك من لا يجد تجاوبا من امرأته في بعض الأحيان لأي سبب يخـصها، فيعتقد أنها ترفضه ويصاب بإحباط.

وهناك من يحاول أن يثبت رجولته بممارسة تلك الأمور عدة مـرات فـي اليوم الواحد مستخدما الأدوية المنشطة أو المخدرات التي تساعده على ذلك مما يضره مستقبلا.

وهناك العديد من الحالات التي يفهم فيها الرجل المرأة بطريقة خاطئة تدل على عدم تفهمه لها عاطفيا وجنسيا، على الرغم من أنه لو تفهم كل منهما طبيعة الآخر وحاول الوقوف على جوانبها لأسعدا بعضهما بلا تعنت، ويجب الابتعـاد عن تلك النظريات البالية التى أكل عليها الدهر وشرب.

خيال المرأة الجنسي

Woman's Sexual imagination

خيال المرأة الجنسي في مجتمعاتنا غالبا مريض، حيث يـصور لهـا دوراً سلبيا تعيشه تحت ستار التقاليد والمبادئ.

فنرى أن المرأة الشرقية ترى أن الرجل لابد أن يكون هـو البـادئ فـي الأمور الجنسية، وتخشى أن تبدأ هى حتى لو كانت ترغبه معتقدة أن هذا يقلـل من قيمتها واحترامها لديه.

كما أنها تحاول أن تغلف إحساسها أثناء الممارسة بالغموض والتعقل.. وإذا وصل رجلها لنشوته قبلها تتهمه بالأنانية غير متفهمة أن هذه عملية لاإراديـــة، وربما لا يتحكم فيها الرجل ولا علاقة لها بالأنانية أو بحبه لها.. وإذا لم تـــصل بإحساسها للذروة تعتبر هذا تقصيرا منه.

ودائما ماتنسى المرأة أنه لابد أن يكون لها دور إيجابي لأن تلك الـــصور الخيالية البالية المتوارثة يجب أن تتطور.

ويكفى أن تلك الصور الخيالية السلبية عن الجنس والممارسة قـــد تـــؤدى لكثير من حالات الإحباط والفشل، ولابد للمرأة أن تسعى لتفهم طبيعـــة الرجـــل بصفة عامة حتى تنجح في علاقتها به، وسنتناول كل ما يخص الرجل وحياته الجنسية فى الباب المنوط به حياة الرجل الجنسية.

* * *

obeikandl.com

الإحباط الجنسي
Sexual Depression

الإحباط الجنسي هو الشعور بعدم القدرة على الممارسة الطبيعية للجنس ويغذي هذا الشعور فقدان الثقة بالنفس. والإحباط الجنسى ينتشر بين الرجال أكثر من النساء لأنه في مجتمعنا يعتبر الرجل العنصر الإيجابي في العلاقة، ويلقي على عاتقه مسئولية إنجاح العلاقة أو فشلها.

والذي يجب أن نفهمه أن علاقة الرجل والمرأة لابد أن يمارسها الطرفان بإيجابية لأن سلبية المرأة في علاقتها قد تضعف الرجل تدريجيا دون أن تدري وتصيبه بالإحباط.. ويجب عليها دائما أن تزيد من ثقته في نفسه وفي رجولته إذا كان يمر بأوقات حرجة لأن أي رجل معرض أن يمر بأوقات ضعف مؤقتة نتيجة لأسباب عديدة قد يعاني منها وإن لم تحسن المرأة التصرف في تلك الأوقات من الممكن أن يتعرض الرجل لمعاناة دائمة.

إن النضج الجنسي والنفسي لا يكتمل باكتمال نمو الأعضاء التناسلية ولكن بشعور كل من الجنسين بأنه مرغوب ومحبوب من الجنس الآخر يمنحه الحب والحياة الجنسية المنسجمة . ولذا ثبت علميا أن النضج العاطفي مهم جدا للنضج الجنسي حتى لا يعاني الإنسان من الإحباط..

وتلعب الأسرة دورا مهما في نضج الأبناء عاطفيا وجنسيا فنجد مثلا أن الأب الضعيف الشخصية يتأثر به ابنه ــ دون تعمد ــ ويكره الرجولة ممايجعله عرضة للإصابة بالإحباط الجنسي فيما بعد، فعلاقة الابن بأبيه وارتباطه به عاطفيا من الممكن أن تجعله رجلا سويا في المستقبل، وعلاقة الابنة بوالدتها تؤثر أيضا في حياتها المستقبلية وثقتها في نفسها وحياتها النفسية والجنسية..

فإحساس الإنسان بكيانه الجنسى ينشأ منذ الطفولة، حيث يحتاج الطفل لحب واحترام والديه والآخرين حتى لا يتكون لديه خيال جنسي مريض يترسب من مرحلة الطفولة في وجدانه، ويؤدي لإحباطه في الكبر.. وقد يؤدي شعور الإنسان بعجزه إلى الانحرافات أو الشذوذ إذا لم ينتبه المحيطون به.

* * *

الـنهـــم الجنســي
Sexual Greediness

بعض الرجال يحلو لهم الممارسة الجنسية يوميا، ويدعون أن هذا للمحافظة على الصحة بصفة عامة، وأيضا للرغبة في الاستمتاع الجنسي، وعلى الجانب الآخر نجد معارضة نسائية لمثل هذا الأسلوب.

وأيضا هناك بعض النساء لديهن نفس النهم الجنسي، والسبب في ذلك قد يرجع لبعض المؤثرات النفسية، حيث وجد أن بعض حالات الاغتصاب الجنسي في سن مبكرة قد تؤدي للإحساس بالرغبة في الانتقام من الرجل وإجهاده، باعتبار أن ما حدث في الماضي بسبب جنسه.. فهل هذه الأسباب حقيقية أم أن هناك أسبابا أخرى..؟!

تشير الدراسات التي أجريت مؤخرا حول العلاقة الجنسية بين الرجل والمرأة إلى أن الإلحاح والطلب المستمر من الزوج لزوجته بممارسة الجنس قد يؤدي لنفورها وتمردها ومحاولة التهرب منه.. وبالتالي قد يؤدي هذا لخلافات لا حصر لها.

ويفسر الأطباء هذا بأن مثل هذا الرجل المصاب بالنهم الجنسي ما هو إلا مريض نفسي بنوع من الاضطرابات الجنسية، وغالبا ما يدفعه اضطرابه لأعضاء المرأة التناسلية دون أن يكون لديها استعداد لهذا .. ويتم هذا بشكل روتيني ليس فيه مراعاة لشعورها أو إحساسها.

ونفس الحال ينطبق على السيدات اللاتي يعانين من هذا، ويطلق عليه "الشبق الجنسي".. وهذا النوع من السيدات لا يرتوي بالقليل من المعاشرة ولكن لابد من المعاشرة بكثرة.. وهؤلاء دائما مصابات باضطرابات هورمونية أو عضوية تؤدي لشعورهن دائما بالهياج الجنسي المستمر .. وقد يعانين من الإصابة بالالتهابات المهبلية التي تجعلهن يهرشن دائما بأعضائهن التناسلية فتصبح لديهن إثارة شبه مستمرة لا ترتوي إلا باللقاء.

ومن الممكن أن يكون النهم الجنسي ناتجا للنضج العاطفي واكتساب الخبرة.

ومن الممكن أن يكون نجاح الرجل في عمله ودرجة يسره ماليا هو السبب في شعوره بالنهم الجنسي.. ولكن يجب أن يعرف من يعانون النهم الجنسي أن الجنس ليس التقاء الأعضاء التناسلية الذكرية بالأعضاء الأنثوية، ولكنه يتوقف على عدة عوامل منها رغبة الطرف الآخر ومدى اشتعالها وعلاقة الحب المتبادل.

وعلى الزوج دائما أن يعرف إن مستوى الإثارة بالنسبة للأنثى يزول بالتدريج كما يرتفع تدريجيا عند بدء اللقاء، لذلك يجب عليه عدم إنهاء العملية الجنسية بمجرد القذف إذا حدث سريعا لأن زوجته من حقها أن تشعر باللذة عند اللقاء.

وقد يكون الرجل قدرته الجنسية ضعيفة إذا ما جامع زوجة تبدي رغبة شديدة للجنس.. بينما تصبح الرغبة طبيعية إذا ما جامع زوجة لا تبدي رغبته في ممارسة الجنس.

وتفسير ذلك أن الرجل إذا ما جامع امرأة لا تبدى رغبة فى ممارسة الجنس يشعر دائما بأنه مالك لزمام الأمور، ويتولد لديه إحساس بالرجولة والقوة.. في حين إذا ما كانت ممارسته مع زوجة تبدي رغبة جنسية جامحة فإنه يعتريه إحساس بأنها أقوى منه، وغالبا ما يؤدي هذا لضعف الانتصاب.

الإفراط الجنسى
Sexual Hyperphilia

قد يكون المفرط جنسيا سويا أى أنه يمارس الجنس دون أن يشكو اضطرابا معينا، إلا أنه يمارسه أكثر من غيره ويتميز فيه، وربما يكون الإفراط نتيجة فرط جنسية بمعنى أن الشخص يتصرف جنسيا بأكثر مما تقدر عليه طبيعته، وهذا ليس دليل فرط صحة جنسية ولكنه علامة على عدم إشباع نفسى جنسى وعلى أنه مريض نفسى.

أما الإفراط الجنسى السوى، أو الذى يدل على فحولة جنسية طبيعية قد يجعل الرجل يتزوج أكثر من زوجة.

وقد يدفع هذا الإفراط المرأة إلى الزواج أكثر من مرة، حتى أن بعض النساء اللاتى لديهن إفراط جنسى أحيانا يلجأن إلى ممارسة البغاء ليس بسبب الحاجة المادية بقدر ما هو طريقة للإشباع الجنسى الحقيقى دون أن تضطر المرأة للتورط مع شريكها اجتماعيا أو أدبيا.

وقد يتمثل الإفراط الجنسى فى كثرة الاحتلام حتى أن الواحد ليحلم فى الليلة عدة مرات ويمنى.. وأيضا الإفراط الجنسى قد تكون له أسباب أخرى لا علاقة لها بالحاجات التناسلية، وإنما أسباب نفسية لابد من معرفتها وعلاجها.

الإقلال الجنسى
Sexual Hypophilia

بعض الرجال لهم تصورات خاصة ولا يمكن أن تستثار شهواتهم إلا بعطر معين أو ألوان معينة أو شكل أو قوام معين للمرأة ويقعون صرعى حبهم لهذه الخصوصية.. فإذا توافرت فى الموقف الجنسى استثيروا وإلا فإنهم لا يمكن أن يأتوا الجنس.

والإقلال الجنسى قد يأخذ فى الذكر شكل العزوف لسبب أو لآخر، وربما كان ذلك لعلة شرعية تتعلق بالحرام والحلال.. فالرجل قد يكون زئر نساء ومع ذلك بسبب مخاوفه الدينية ينأى بنفسه عن فعل الحرام ولا يستخدم المنطقة تحت الحزام كما يقولون ، باعتبار أن ما فوق الحزام هو من قبيل اللمم المكروه ولكنه مغفور، أما ما يمكن أن يأتيه فيما تحت الحزام هو الزنى المحرم شرعا.

وقد تفعل المرأة هذا أيضا فتكون كما تقول الجنس عندها شفهى أى بالكلام والملامسة فقط.. وقد يكون الرجل أو المرأة مرضى بفوبيا الجماع، فكلما هم أحدهما أن يباشر هرب من الموقف أو أصيب أثناءه بالعجز فلا ينتصب الرجل وتبرد المرأة جنسيا حتى ليستحيل الاتصال بينهما.

وهناك أشكال كثيرة لظاهرة الإقلال الجنسى، وقد يعالج هذا دوائيا بالهورمونات أو بالعلاج النفسى بالنصح، والإرشاد أو بالتحدث للزوجين، ومعظم هذه الحالات إن لم يكن لها أسباب عضوية هى ظواهر نفسية.

الامتناع الجنسى
Sexual Abstinence

الامتناع عن النساء أو الرجال قد يأتيه المرء طواعية وقد يجبر عليه، والأصل أن الإنسان يميل لإشباع حاجاته الجنسية إلا أنه كثيراً ما يضطر إلى الامتناع عن إتيان الفعل الجنسى، وقد يكون ذلك منه تعففا أو زهدا أو تقشفا، وكثيراً ما يكون بتأثير عقدة نفسية كالشعور بالذنب أو الخوف من التورط فى المشاكل التى تترتب على الممارسة الجنسية كالحمل السفاح مثلا، أو يكون الخوف أساسه القيم التى تربى عليها الأفراد.. وكثيراً ما يكون التعب والإرهاق من أسباب الامتناع الجنسى..وقد تبين أن امتناع كثير من الرجال ماهو إلا عنة فى حقيقته أو برود جنسى عند المرأة.

ويشكك علماء النفس فى إمكانية التعفف كفعل إرادى خالص.. فالتعفف من وجهة نظرهم لابد له من سبب وغالبا ما يكون السبب داخليا.

وقد قيل أن الفنانين وأساتذة الجامعات والمفكرين والمشتغلين بالمهن العقلية أقل الناس إتيانا للجنس باعتبار أنهم الأقدر على التعفف والأكثر إحتياجا لكل طاقة يوجهونها التوجيه الاجتماعى الأمثل.. ومع ذلك فهناك من علماء النفس من لا يجد أى ارتباط بين التسامى أو التعفف وبين الامتناع الجنسى ، ويقصرون التعفف والتسامى على مجال الأخلاق، وينسبون ما يقال عن تعفف المفكرين وغيرهم إلى قدراتهم الجنسية المحدودة التى تشهد بها تواريخ حياتهم.. حتى أن "فرويد" كان يرى أن الامتناع الجنسى إذا زاد على حده يؤدى للإنهاك العصبى إذا كان الشخص سويا.. أما "كينزى" فيرى أن الرجل أو المرأة فى الظروف الملحة قد يستطيعان أن يمتنعا عن الجنس لمدة أسبوعين مثلا، فإذا زاد الأمر فإن سلوكهما قد يصاب بالاضطراب.. فكيف له أن يمتنع بصفة مستمرة .. لابد له من تلقى العلاج المناسب.

* * *