الباب الثانى

الحـــــب والـجنـــس

obeikandl.com

obeikandl.com

مقدمة

أقوال فى الحب والجنس

يقول د .."لاجاش" أستاذ علم النفس بالسوربون حين أراد أن يحدد العلاقة بين الحب والرغبة الجنسية: "لاسبيل لنا إلى تفسير الحب تفسيراً صحيحا لو أننا اقتصرنا على إرجاعه لمجرد الحاجة الجنسية، والواقع أن الحب إنما يتجاوب مع الارتقاء النفسى للبشر، من حيث إنهم فى حاجة ماسة إلى أن يُحِبوا وأن يُحَبوا، أعنى أن الفرد فى حاجة إلى فرد آخر، وكل ما تفعله يقظة الغرائز الجنسية هو أنها تساعد على خلق الجو النفسى الملائم لمولد الحب.. ومعنى هذا أن الحب يحرر الذات من ضغط القوى الأخلاقية التى تقيم السدود فى وجه عملية إشباع الغرائز.. ومن هنا فالحب هو تلك الإمكانية التى تسمح لشخصين أن يكونا هما وهما فقط".

ويقول العالم الكبير "إريك فروم" فى كتابه " فن الحب" بالنسبة لوجوب احترام لأحاسيس الآخر كل طرف للآخر، وألا يحاول طمس هويته معرفا الحب الناضج بأنه "الاتحاد الذى يتوافر فيه أن يحتفظ كلُ بتكامله، كل بهويته، كل بتفرده" أى لا يعمل كلاهما على أن يصبحا واحدا فى علاقة تضم اثنين.

ويعرف العالم "براندن" الحب الرومانسى بأنه "الالتصاق العاطفى والروحى والجنسى بين رجل وامرأة والذى يعكس بدرجة كبيرة قيمة كل منهما بالنسبة للآخر".

ومن أقوال د."برنس مورو"، أبو التربية الجنسية فى أميركا: "إن الوظيفة الجنسية مرتبطة أتم الارتباط بالترقى الجسمانى والعقلى والخلقى فى البشر، والاستعمال الصحيح لهذه الوظيفة هو أساس صحة الفرد وسعادته ونفعه فى الحياة، كما هو أساس بقاء الجنس وترقيه، وفى إساءة استعمال هذه الوظيفة المهمة قدر من الأمراض والشقاء لا حد له".

ومن أقوال الأستاذ الصحفى "محمد حسن الألفى" فى كتابه "فعل عاطفى فاضح" فى تعريفه لدور المرأة والرجل: "المرأة هى القمر.. والرجل هو

الشمس.. بدون القمر لا يوجد ليل أو نهار.. وبدون الشمس لن يوجد دفء أو حياة. وبدونهما معا، الشمس والقمر، يوجد العدم والفناء والعبث العام.. بدون القمر يظل الرجل يلف حول نفسه ويدور.. إنها دورة الحائر التائة.. يفتش في السماء عن سحابة، أو في الصحراء العارية عن ظله."

ويضيف: "لا يفر الرجل من امرأة إلى أخرى.. من عش إلى عش إلا بسبب العنف العاطفي.. الجفاف العاطفي والنقص الشديد في كالسيوم المودة".

قال الجاحظ في إحدى رسائله "وذلك أن العاشق كثيرا ما يعشق غير النهاية في الجمال ، ولا الغاية في الكمال، ولا الموصوف بالبراعة والرشاقة. ثم إذا سئل عن حجته في ذلك لم تقم له حجة".

قال "سوفوكليس" المسرحي اليوناني القديم عن الحب: "الحب ليس وحده الحب، ولكن اسمه يخفي في ثناياه أسماء أخرى متعددة ، إنه الموت والقوة التي لا تحول ولا تزول، إنه الشهوة المحض ، الجنون العاصف والنواح".

" إننا لا نستطيع أن نعد بأن نحب طويلا، تماما كما أننا لا نستطيع أن نعد بأن نعيش طويلاً، فلا أقل من أن نعنى بحبنا مدى حياة هذا الحب".

قال د. يستوفسكي في رائعته " الإخوة كرامازوف" على لسان الأب "أن لكل امرأة سراً العجوز والصغيرة، السمينة والنحيفة، القصيرة والطويلة، البيضاء والسمراء، وهذا السر لا يلزم بالضرورة أن يكون واضحا لكل إنسان، ولكنه يلتقي مع هوى نوعية معينة من الرجال، فيحدث الانجذاب".

وبعد هذه الآراء الرائعة لا يسعني إلا أن أصمت

فالصمت في حرم الجمال جمال

* * *

الفصل الأول

الحب

بكل لغات العالم

"Love" .. "Amour" .. "Amore" .. Liele"

الحب.. العشق.. الولوع.. الهوى.. الجوى.. الشغف.. الغرام.. الهيام.. الوجد.. اليتم.. التبل.. التدله.. اللعج.. الوصب.. الوله.. الومق وغيرها.

تتفاوت الشعوب فى درجة إحساسها بالحب، وقد بلغ عند العرب درجة يتجاوزها أى وصف، وبينما لا نجد فى كل لغات العالم تعريفا للحب إلا كلمة واحدة مثل (Love) فى الإنجليزية.. و(Amour) فى الفرنسية.. و(amore) فى الإيطالية.. و(liele) فى الألمانية.. إلخ.. نجد فى اللغة العربية الكثير من الأسماء التى تصف حالات الحب المختلفة .. ففى مخصص ابن سيده، فقط توجد كل هذه الأسماء للحب، فما بالنا ببقية الكتب التراثية.

وإذا دققنا النظر فى هذا التفاوت نجد اختلافات فى تناول كل شعب للحب.. من المؤكد الدرجة الوجدانية واحدة ولكن طريقة التعبير تختلف .. فمثلا قيل إن المرأة الفرنسية تمارس الحب على طبيعتها وتظهر عواطفها ببساطة وبلا حياء.. وقيل أيضا أن باريس هى المدينة الوحيدة فى العالم التى يمكن فيها أن يتعانق العاشقان دون أن يلفت هذا نظر المارة من حولهما على عكس إسبانيا أو إيطاليا، حيث يقال إن المرأة مانزال فى مثل هذه الحالات يحمر وجهها حياء، ويمكن أن يثور الرجل هناك للشرف.. مثل بلداننا الشرقية.

أما فى ألمانيا فالحب كما يقول شعراؤهم فى أشعارهم يورث الهمّ الذى يعنى الحرمان والعذاب، وعندئذ يكتب الناس الشعر ونجد أن الشعر الألمانى عن الحب من أروع الأشعار التى كتبت وقد قيل عندنا " أشعر تشعر" .

أما المرأة الإنجليزية فهى عملية أكثر وأقل رقة من الألمانية، وهى تقدر الكلمة كرسول للحب والغرام ولكنها لا تعرف الحرمان.

وإذا انتقلنا للحديث عن المرأة الأمريكية فنجد أنها أقل نساء العالم الغربى معرفة بالحب لأن المبادئ الأمريكية فى الحياة هى الحركة والتقدم والنجاح، وهى أمور تناقض نشوء الحب ولا تلائمه، وقد تجرب الأمريكية الحبيب وقد لا يعجبها بعد ذلك، وقد تتزوجه وسرعان ما تطلب الطلاق، ويقال إن الأمريكى من أكثر الناس سذاجة فى أمور الحب وأشدهم جهلا فى مسائل النساء . (الحياة والحب ، تأليف إميل لودفيج).

أما بالنسبة للحب عند العرب فهو من أعتى الفنون وتراثنا ملىء بقصص الحب الرومانسية والحسية العديدة كقيس وليلى وجميل وبثينة وعنتر وعبلة.. وغيرها الكثير ولم تأت هذه التسميات المعبرة عن الحب من فراغ، فلكل مسمى معنى دقيق يليق به، فمثلا:

سميت "علاقة" حب لتعلق النفس بالمحبوب.. والحب نفسه عاطفة مركبة ومنها العشق هو فرط الحب.. الشغف واللوعة وهما بمعنى الحرقة والألم ويجد فيهما المحب لذته.. الجوى وهو شدة الوجد من العشق.. الصبابة هى رقة الشوق إلى المحب.. الوجد هو الحب الذى يتبعه حزن.. الشجن حب به كثير من الهم.. الشوق والاشتياق بمعنى نزاع النفس للشىء.. الوصب ألم المحبة.. الومق هو شدة المحبة .. والخلة توحيد المحبة التى لا تقبل المشاركة.. الود خالص المحبة.. السهر والأرق والكمد من لوازم الحب والشوق وكل هذا يؤدى للغرام.. أما الوله فهو ضياع العقل فى الهوى.

وإذا نظرنا لكل هذه المسميات فسنجد أن بينها خيطا رفيعا، وأنها فى النهاية مظاهر سلوكية وحالات سيكولوجية لشىء واحد تعنى التأثير الوجدانى بالمحبوب والإحساس بالترابط معه والشوق والحنين إليه..

وهكذا نرى أن الحب مراتب، فمثلا إذا ارتفعت حدته وتأكد تحول لعشق والفرق بينهما كما قيل إن الحب والمحبة يكونان بلا شهوة.. بينما العشق يقرن بالشهوة. وقيل أيضا أن عنصر الشهوة موجود بالحب دائما.. وليس شرطا أن يحوى الحب عنصرا شبقيا وأنه يكفى أن يكون عاطفة أغلب وجداناتها المحبة وتستهدف الارتباط بشخص آخر.

* * *

الحب
والتحليل النفسى

الحب عند علماء التحليل النفسى حالة وجدانية، فيها رغبة المحبة وأن يمتلك الحبيب محبوبه ورغبته أيضا فى أن يسعده وأن يواصله، وأن يجد لديه صدى لحبه فيبادله حبا بحب، وأن يسعد به وبقربه.

ويذهب بعض المحللين إلى القول بوجود مستويات فى العلاقة بين الرجل والمرأة فهناك المستوى الروحى، والمستوى العقلى، والمستوى النفسى والمستوى البدنى.. والحب الأمثل أو الكامل هو الذى يتحقق فيه الإشباع على كافة المستويات .. وبقدر ما ينقص العلاقة بين الرجل والمرأة من أوجه الإشباع فى مستوى من المستويات السابقة فإن كلا منهما قد يسعى لاستكمال النقص خارج هذه العلاقة.

وينبغى التمييز بين الحب كعاطفة وبين أن يكون الحب علاقة بدنية، وذلك أن الإنسان هو كيان نفسى كما هو كيان بدنى، وتنتمى ظاهرة الحب إلى الجانب النفسى، بينما ينتمى الجماع إلى الجانب البدنى، والحب كسلوك عشقى له هذه الاستقلالية النسبية وإن ظل مع ذلك وثيق الصلة بالسلوك البدنى الجنسى.

ولذا فالحب بين الأزواج نوع متميز لا شك فى ذلك، ولا يقوم على اللذة والمنفعة القاصرتين، فكل حب يقوم على أسباب غير إرادة المحبة ذاتها مآله للفشل.

الغيرة والحب:

الغيرة من المشاعر التى لا تكون إلا مع الحب، وهى رغبة تكون بالمرأة أو الرجل للاستئثار بشخص المحبوب.. فهو يخشى أن يفقده أو أن يأخذه منه آخر.. والغيرة الصحية هى التى لا تتحول لنوع من الشك الذى غالبا ما يهدم العلاقات العاطفية وإنما هى الغيرة المقننة التى تشعر المحبوب بمدى الحب الذى يكنه له الآخر وتساعد على نمو الأحاسيس وتأجج المشاعر.

كيمياء الحب:

ولكن ماذا عن كيمياء الحب التى نسمع عنها!

"كيمياء الحب" هو اسم كتاب للطبيب النفسى "اليفيتز" وقد قال فيه عن تعريفه لكيمياء الحب.. إن الإثارة التى نحسها فى الحب الرومانسى ما هى إلا نتيجة مباشرة لنسب وأمواج متتالية من مادتين هامتين من الموصلات العصبيةneurotransmitters وهما مادتا "الدوبامين" و" النورإبينفرين" اللذان يحملان الرسائل والشفرات الكيميائية ما بين الخلايا العصبية فى المخ.. فعندما يرى الشخص ما يجذبه فى الطرف الآخر تبدأ الإثارة الكيميائية بواسطة هذه المواد التى يسبح فيها مركز الاستمتاع فى المخ.

ويعتقد هذا الطبيب النفسي أن الحب الرومانسى الشديد وخبراته التى تزلزل الكيان من الممكن أن تنسب لمادة ثالثة وهى مادة "السيروتونين" التى تصل لنسب مرتفعة فى هذا النوع من الحب .. بينما فى حب "الرفقة أو العشرة" تسود مادة أخرى فى المخ وهى من المواد شبه المخدرة ويطلق عليها اسم "الأندروفين" وهى التى تعطى هذا الحب الهدوء وتكسبه العقلانية.

الحب كعاطفة

نعنى بالعاطفة استعداداً نفسيا ينشأ عن تركيز مجموعة من الانفعالات حول موضوع معين، وهى عبارة عن اتجاه وجدانى نحو موضوع بعينه ومكتسبة بالخبرة والتعلم.

وعاطفة الحب ليست غريزة ولا ميلا أوليا ولكنها عاطفة مركبة.. تشمل كيان الإنسان بكامله جسداً وعقلا وروحا، وتمتزج فيها عوامل عديدة مثل اندفاع الشهوة والانفعال العاطفى والهوى والعطف والتجاوب والتعاطف والمودة والنزوع نحو التضحية فى سبيل مصلحة المحبوب وهنائه وسعادته.. وهكذا يرتبط الإنسان من خلال هذه العاطفة بعلاقات معقدة مع غيره من الناس تختلف طبيعتها من شخص لآخر وتتنوع وفقا لأنفس المحبين وشخصياتهم ووفقا للمكان والزمان والعصر الذى يجدون أنفسهم فيه.

ومن خصائص الحب التى ينبغى ذكرها كونه انفعالا تلقائيا وعفويا بالنسبة لمصدره وبواعثه، يجيش فى قلب الإنسان بدون تكلف أو جهد خاص.

وقد يقال "مرآة الحب عامية" أو " الحب أعمى" والمقصود بهذا أن العاشق دوما يسبغ المعشوق بخصال وخصائص لا يتصف بها من وجهة نظر محايدة بعض الشيء.. وبخلاف الآراء الشائعة يبدو أن الجمال الجسمانى بحد ذاته لا يلعب الدور الأكبر فى الهوى والعشق.. وليس فى هذه الظاهرة ما يثير الدهشة لأنه حين ينظر العاشق لموضوع عشقه من خلال هذا التركيز الهائل لأحاسيسه وانفعالاته وتنبهه لشخص المعشوق لابد أن يراه على صورة تختلف فى ألوانها وظلالها عن الصورة التى تبدو للمشاهد العادى الذى لا يعنيه أمر المعشوق.. لذلك يتبدى للعاشق وكأن المحبوب يتمتع بحضور خاص يتفرد به عن كافة الأشياء الأخرى فيسيطر على جميع حواس عاشقه وقدراته وعواطفه وطاقاته فى ساعة حضوره وأبلغ تصوير لهذه التلقائية ما قاله أحد الشعراء:

إنى أحبك حبا ليس يبلغه

فهم ولا ينتهى وصف إلى صفته

أقصى نهاية علمى فيه معرفتى

بالعجز منى، عن إدراك معرفته

وهكذا نرى إن علاقة الحب والجنس علاقة مركبة مترابطة حتى إنه من الممكن أن تختلط كل منهما مع الأخرى فى الأذهان.. ولكن لو دققنا النظر للاحظنا أن علاقة الجنس دائما حددوها أضيق من الحب، ولذلك فمن السهل أن تفقد بسرعة عكس العلاقة العاطفية فهى دوما راسخة، ومن الصعب فقدانها بسهولة.

الحب والرغبة الجنسية

وإذا انتقلنا للرغبة الجنسية سنجدها بحد ذاتها لا تطلب إلا تفريغ طاقة معينة أو مجرد الإشباع لإزالة توتر عضوى متراكم فى الجسم بغض النظر عن طبيعة الموضوع الجنسى الذى يحقق هذه الغاية وإذا كانت الرغبة الجنسية الشرط اللازم للحب فهى بلا ريب ليست الشرط الكافى لبزوغه وازدهاره، فالإنسان العاشق حقا لا يحب أيا كان أو كيفما اتفق بل يصطفى المحبوب عن

بقية الأشخاص ليركز عليه أحاسيسه وعواطفه وغرامه، كما لو كان هو الشخص الوحيد فى الكون الذى بإمكانه أن يفى بمتطلبات هواه وحبه دون غيره من باقى الكائنات.. أى أن الحب يميز وينتقى ويفرق بخلاف الرغبة الجنسية المحضة التى تعتبر جميع الموضوعات الجنسية سواء بسواء، طالما أنها تزيل توترها وتخفف من حدة هياجها.

وإذا نظرنا للرجل العاشق مثلا فى فترة دوام عشقه نجد أنه لا يعير النساء أى التفات ولا ينظر لمفاتنهن أو محاسنهن بسبب الاكتفاء بحبيبته.. أى أنه يكتسب نوعا من المناعة ضد غيرها من النساء على الرغم من أن كلهن صالحات لإشباع الرغبة الجنسية المحضة.. وكذلك المرأة إذا أحبت ينصب حبها على رجل واحد دون سواه من الرجال مهما كانت الجاذبية الجنسية فيمن حولها.

ولكن لا يستطيع أن يفرق بين الحب والرغبة الجنسية الإنسان الذى يعانى من الكبت المستمر والحرمان الجنسى الطويل لأن هذا الشخص لا يميز بين حالات الشعور بمجرد الانجذاب الجنسى والميل إلى إشباع رغبته فحسب وبين الحب باعتباره حالة تتخطى حالة الانجذاب الأولى، وكثيرا مايقع هذا الشخص فى هيام وحب أول إنسان يبدى نحوه أى اهتمام عاطفى أو ميل غرامى حتى لو كان من باب المصادفة أو المداعبة العابرة.

والحقيقة فى تلك الحالة أن ما يظنه هذا الشخص حبا وهياما ليس إلا رغبة مكبوتة كانت ستشعره بنفس الوله والهيام نحو أى شخص آخر يعترض طريقه كما حدث له.

وبعبارة أخرى ممكن القول بأن الحب يزدهر بعد المرور بمرحلة الانجذاب وتخطيها إلى ما هو أرفع وأهم وأكثر تعقيدا.. ولا حياة له على حساب رغبات الجسد أو نتيجة لكبتها وقمعها فنحن لا ننتظر من الإنسان الذى يعانى الجوع الشديد أن يميز بين أنواع المآكل والمشارب لأن كل مايسد رمقه سيكون بالنسبة له مرغوبا وشهيا ومحببا لنفسه مادام يشبعه ويهدئه.

إذن مما سبق نستنتج أن الحب هو حالة عاطفية مركبة تشمل كيان الإنسان ككل جسدا وعقلا وروحا، وتمتزج فيه عوامل عديدة مثل اندفاع الشهوة والانفعال العاطفى والهوى والعطف والتجاوب والتعاطف والمودة والنزوع نحو التضحية فى سبيل مصلحة المحبوب وهنائه وسعادته.

وقد عبر المسرحى اليونانى القديم "سوفوكليس" عن تلك الحقيقة المركبة للحب قائلا :" الحب ليس وحده الحب ولكن اسمه يخفى فى ثناياه أسماء أخرى متعددة، إنه المودة والقوة التى لا تحول ولا تزول، إنه الشهوة المحضة، الجنون العاصف والنواح"!

وعلى الجانب الآخر هناك من يرى أن الحب علاقة رومانسية تترفع عن دخول العلاقة الجسدية فى إطارها ويتصور أنه إذا دخل الجنس فى علاقة الحب بين الرجل والمرأة فذلك يحقر من مفهوم هذا الحب لأن الجنس فى نظرهم يعنى الغريزة والحب يعنى السمو الروحى وصعب التلاقى بينهما.

* * *

obeikandl.com

الفصل الثانى
الجنس

الجنس بصفته ينقسم لقسمين:

جنس بدون حب: أى جنس ميكانيكى بحت قد يرضى الحالة البيولوجية ولكنه لا يرضى الحالة الوجدانية والنفسية.

جنس مشبع بالحب: وهو الجنس الذى تحلم به كل امرأة وكل رجل أيضاً حيث الإشباع الوجدانى والنفسى والجسدى معا، ونحن نعلم جيداً أهمية الجانب العاطفى كمقدمة لممارسة الجنس للمرأة وكنهايته أيضا.

الجنس كغريزة

الغريزة بصفة عامة هى استعداد فطرى ونفسى يجعل صاحبه يدرك مثيرا معينا، ويعانى خبرة انفعالية خاصة عند إدراك هذا المثير.. ويسلك نحوه مسلكا خاصا، أو على الأقل يحس بنزعة نحو هذا السلوك.. أى أن الغريزة عبارة عن استعداد فطرى لا يحتاج لتعلم يدفع الكائن الحى للقيام بسلوك خاص فى موقف معين وهذا ينطبق على الغريزة الجنسية وغيرها من الغرائز الفطرية.

الجنس والحب

يقوم الكثير من النظريات فى علم النفس على الحاجة للحب فى الجنس وخاصة نظرية إريكسون "Erikcom:Identity: youth and crisis" الذى يذهب فيها إلى أن كل علاقة جنسية تقوم بين الشباب بدون عواطف دافئة من شأنها أن تنتهى.. وأن استمرار قيام هذه العلاقات الباردة قد يوصل صاحبها لحياة ميتة الأحاسيس.. والعواطف الدافئة عند البعض هى التى يحكمها الفهم المتبادل والإخلاص والتواصل. والعواطف الدافئة أساسها أيضا الاشتهاء المتبادل والعمل لدى الطرفين على أن يسعدا بعضهما البعض، وأن يزدادا تعرفا ببعضهما بحيث لا يخجل أى منهما من أوجه الضعف فيه التى قد يكاشف الآخر بها".

ويرى علماء النفس أن الجنس والحب وجهان لعملة واحدة فكلاهما يقوى الآخر وكلاهما يدعم أواصر التواصل والمحبة .. والفصل بين الحب والجنس شيء خاطئ ويساعد على التباعد .. فالجنس هو الجانب البيولوجى للحب، والجنس إذا وضع فى إطاره الصحيح وحجمه الطبيعى وغلف بالأحاسيس والعواطف الرومانسية وإذا تم أداؤه بطريقة ثنائية رائعة وحقق الإشباع النفسى والوجدانى والجسدى طبيعى سيتحقق التوازن بين كل الجوانب.

وجمال الجنس يكمن فى كيفية ترشيد أسلوب ممارسته وتهذيب مفاهيمه.

ويرون أيضا أن الجنس ما هو إلا جزء من علاقة الحب وربما كان هو محور الحب.

ولكن من الغريب أن هناك قصص حب كثيرة تقوم بدون جنس وأحيانا يكون الجنس السبب فى تدمير العلاقة..

ويجمع أهل الرأى على أن كل علاقة لابد لها من وقت لكى تنضج، فالحب مثلا كى يكون صادقا لابد أن يمر بتجارب تصقله.. وليس لزاما أن ينتهى كل حب بالزواج وحتى فى الزواج لا يحب الزوجان بعضهما حبا كاملا ويندمجان عاطفيا وجنسيا إلا بعد مرور سنة على الأقل ليختبر كل منهما عواطف الآخر.

وللأسف الناس قد درجوا على أن يحسبوا كل علاقة حب علاقة جنسية ولكن علماء النفس يسرعون بتعريف الحاجة للحب بأنها دافع يميل بكل منا إلى أن تكون له علاقة حميمة بآخر يبادله المحبة ويفهمه ويتجاوب معه وهذه الحاجة شيء نولد به وليست لها أسباب فسيولوجية وتظهر فيما نبديه أو نتلقاه من معاملة طيبة وحنان ورعاية أو قد تظهر فى حرارة اللقاء أو السلام باليد، وتنعكس ملامحنا سرورا وحبورا وكلاما، وقد نعبر عنها بالأحضان والقبلات وقد تزيد انفعالاتنا فتجيش من خلال الدموع.

وبالطبع هناك فرق بين الحب والصداقة والجنس.. فالحب لا يخلو من الجنس ولكن الصداقة غالبا تكون بلا جنس وغالبا أيضا ما تبقى.

أما الجنس فمرتبط بالجسد وما يعتريه من ضعف أو مرض فهو يرتبط بشيء زائل، ومن الممكن أن يكون الحب خاليا من الجنس عن طريق الإرادة والعقل والفهم السليم للعلاقة بين الرجل والمرأة.

والرغبة تشبع عن الطريق الجسدى أو الحسى وليس عن الطريق الروحى أما الحب فهو يحوى داخله شغفا جنسيا ورغبة فى الاتحاد بالطرف الآخر، ولابد للحب أن يتوافر فيه عنصران مهمان وهما الاهتمام والاحترام والمقصود بالاحترام هنا هو احترام كل طرف لأحاسيس الآخر وتقديره.

فالعلاقة الجنسية ليست حيوانية، ولابد أن يسودها الاحترام والحب، وعندما يحب الرجل امرأته ويحترمها سيبحث بالطبع فى خبايا نفسها على ما يسعدها وما يتعسها، ويحاول إسعادها بالمودة والرحمة وعدم جرحها، ولاننسى أن السبب الرئيسى الذى يكمن خلف الخلافات الأسرية هو الجنس ومشاكله التى يفشل البعض فى حلها.

ومن رأى علماء النفس أن الحاجة للحب هى فى الأصل حاجة لأن يكون بجوارنا من يشبع فينا حاجات أخرى، وهى حاجات حسية تتعلق بالحواس كلها.

ونحن نعلم جيدا أن الجنس هو الجانب البيولوجى للحب، والمؤكد أن تبادل المشاعر والكلمات الرقيقة التى تعبر عن الحب أثناء تأدية العملية الجنسية شيء مهم- كما أوضحت النظريات النفسية- لأنه يعطى دفعة قوية لإشعال المشاعر وتأجيجها وتنتج عن ذلك أحاسيس إضافية تضاف للأحاسيس الفسيولوجية وتزيد من مفعولها.. فكلما شعر طرف بدرجة الاستمتاع كان هذا دافعا على مزيد من التجاوب والإشباع والصمت فى تلك الأثناء إما أن يكون بسبب الخجل أو عدم الرضا، أو أن تكون هذه العملية روتينية لا تمثل أى معنى سوى تفريغ شحنة الجنس فقط.

ولقد حان الوقت لكى نتعلم كيف نختار وكيف نحب وكيف نمارس الحب، وكيف نصادق وكيف نقف على أرض صلبة، فاحتياجات الحبيب غير الزوج غير الجار، ولابد أن نضع حدودا لكل علاقة، ولابد أن نعرف أن السعادة

لاتتوقف على التعبير عن اللذات بل على تحقق الذات، وعلى تحقيق التوافق بين جميع الغرائز، ذلك التوافق الذى يتحقق بتوجيه الغرائز نحو غاية أو مثل أعلى.

وينبغى أن نزول فكرة أن الجنس موضوع شائك يصعب بحثه ، وعندما يحدث ذلك يمكن أن يحتل "الجنس" مكانته كعامل أساسى فى حياة البشر، ليستمتع الناس بالسعادة التى شاءت الطبيعة لهم أن يستمتعوا بها فى تلك الناحية.

والوصول إلى الحياة الجنسية الصحيحة هو شيء هين وميسور لكل فرد.

ولكن تلك الحياة الصحيحة تتطلب قبل كل شيء كثيرا من الشجاعة، ونلاحظ أن المشكلة الجنسية فى حياة بعض الأزواج أشد تعقيدا منها فى حياة البعض الآخر، ومع ذلك يجب أن نذكر أن الحياة الجنسية هى ناحية طبيعية وصحية فى حياة البشر، لذلك يمكن أن تكون طبيعية وناجحة فى حياة كل إنسان، ولنذكر كذلك أن حل مشكلة الجنس حلا صحيحا هو شرط ضرورى للوصول إلى الحياة الجسمية والعقلية والروحية الصحيحة.

* * *

الحب والحياة الزوجية

إن العاطفة المتبادلة هى أساس الرابطة الجسدية والروحية التى شاءت الطبيعة أن تكون دعامة الحياة ومبعث السعادة لبنى البشر رجالا ونساء على السواء.

وإذا كان الرجل فى العادة يجذبه جمال المرأة الجسمانى أكثر من سواه إلا إنه فى معظم الأحيان يخضع لسلطان قوى المرأة العقلية والخلقية، والواقع أن الحب الجنسى ليس مسألة جمال جسدى فحسب ولكن هناك قوة خفية وهى قوة الجاذبية الجنسية وهى معقدة وتحيط بالشخصية ككل.. ونحن حين نستسلم للحب نكون خاضعين لهذه القوة كل الخضوع، فلا تعود حواسنا تتأثر بغيرها، ويتركز انتباه المحب كله فى شخص المحبوب.

ونحن نولى اهتماما باللحظات التى تعقب العملية الجنسية والتى لابد فيها من تبادل المشاعر والأحاسيس، وبقاء الزوجين فى تقارب جسدى وعاطفى مهم جداً، حيث إن هذا يعبر عن صورة من صور العرفان والامتنان لكل ماقدمه طرف منهما للآخر وقد قيل الجنس بدون حب مثير وليس ممتعا يرضى الحالة البيولوجية ولكنه لا يرضى الحالة النفسية .

وللأسف هناك مفهوم خاطئ فى أذهان الكثيرين عن تلك اللحظات ولايعيرونها اهتماما.. فنجد منهم من يأخذ جانبا بعيدا عن الآخر، أو يلقى بظهره فى وجهه وكأن المهمة الموكلة إليه قد انتهت.. وأحيانا يفتعل البعض المشاكل فى تلك اللحظات مما يشعر الطرف الآخر وخاصة المرأة أنها تستغل لمتعة الرجل حينما يشاء ثم يعكر صفو مزاجها أيضا حينما يشاء، وبالطبع هذا يؤذى مشاعرها وأحاسيسها ويفقدها إحساسها باللذة ويجعلها تكره تلك العلاقة وتتجنبها مع الوقت إذا استمر على ذلك.

الجنس والحياة الزوجية

الجنس ليس كل شيء في الحياة الزوجية، ولكنه جزء من كل، ومع ذلك لا يصح أن نبخس هذا الجزء حقه لأنه جزء مهم ومهم جدا في الحياة الزوجية، وهو التعبير الطبيعي عن الحب بين الرجل والمرأة.

إن الرجل.. أو المرأة.. الذي يساعده حظه ويوفق في الحصول على أليفه يضمن بذلك الحصول على اللذة الجسدية والروحية لأن الطبيعة قد رأت أن لا تخبو شعلة الحياة البشرية وشاءت أن يكون التآلف الجنسي بين الرجل والمرأة هو سبيل استمرار تلك الحياة، ولذلك جعلته أهم عامل يسيطر على حياتنا بحيث يتضاءل إلى جانبه كل عامل آخر وسنتناول هذا بإسهاب في الباب التالي.

* * *

وهكذا وبعد كل ما تناولناه نستطيع أن نقول إن هناك علاقة وثيقة بين الحب والجنس بالفعل.. فإذا تصورنا أن الحب هو الشجرة، فالجنس هو رحيقها.. فالجنس جزء من الحب وليس العكس، وإذا تحول للعكس فلينتهي الحب بسهولة حين يضعف الجنس بفعل الزمن أو المرض أو أي شيء آخر.. إذن فالحب معنوي والجنس عضوي وكلاهما مكمل للآخر ولاغني عنه..

وهكذا أيضا إذا كان الحب إيثارا فالجنس إثارة، وإذا كان الحب تضحية فالجنس اندماج والتصاق، وإذا كان الحب فكر وهيمنة وتواضع فالجنس انسجام وعشق وذوبان، وإذا كان الحب نور فالجنس نار وكلاهما معا حياة أبدية.

* * *