3

خفوت الرغبة الجنسية
HSD

obeikandl.com

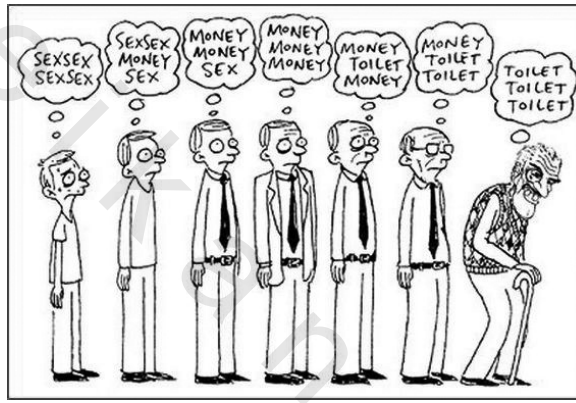
obeikandl.com

obeikandl.com

ما يصطلح عليه علميًا بخفوت الرغبة الجنسية **HSD Hypoactive Sexual Disorder**، ذلك الذي يحدث للرجل على الرغم من استثارته في مواقف غير الفراش أو داخل غرفة النوم، فنجده يتهيج في الطريق العام لمرأى مؤخرة امرأة تلبس الجينز الضيق، أو عندما يشاهد أخرى في سيارتها تبدو كنجمات هوليوود في أناقتها، نظارتها السوداء، سيارتها، وعطرها الفواح. أو أن تكون الاستثارة فقط دون أي حافز لرجل يجلس على كرسيه في مكتبة بمفرده أمام الكومبيوتر المحمول Laptop، وهو يعمل مستغرقًا في عمليات حسابية معقدة للغاية. قالت امرأة حديثة الزواج (سنة أو أكثر)، في معرض حديثها لامرأة أخرى متزوجة في نفس السنة: (تتصوري، إنه مهما لبست لبس مُغري، وتزينّت على سنجة عشرة، وحطيت بارفان ماحصلش، لا يهتم، ولا كإنه هنا، وعندما يراني، لا يحدث له أدنى انتصاب.)، أشاحت المرأة الأخرى بوجهها وهي تكتم ضحكتها صائحة في همهمة غاضبة: (الحال من بعضه يا اختي، مش فاهمة رجالة إيه بتوع الأيام دي؟! قال إيه في سن الشباب، منتصف العشرينيات، المفروض يكسروا الحجر.. أنا مش فاهمة.. حقيقي مش فاهمة!!).

obeikandl.com

هذه هي الحقيقة المرّة على مستوى العالم الغربي حيث يعد خفوت الرغبة الجنسية (H D S) أكثر الإضطرابات الجنسية شيوعًا ، وفي كثير من الدراسات تصل النسبة إلى أكثر من (٢٥٪) من الشباب، لدرجة أنه صار أمرا كالوباء، يغزو البيوت، يمس الرجال، يخيف النساء ويهدد الأسر.



تقول سالي (وهذا ليس اسمها الحقيقي) ... (وكإن الدنيا قد أعطتني كل شيء، المال والجمال تزوجت حديثًا وعندي ولد، زوجي رجل أعمال ناجح، وسيم وجذاب، تخطفه عيون البنات هنا وهناك، وتكاد تأكله نظرات النسوة في المجتمعات التي نرتادها، قررنا الذهاب إلى شرم الشيخ لقضاء عطلة في فندق راقٍ جدًا، تناولنا العشاء في (رستوران) فاخر مذاق طعامه لا يوصف، لكن . وللأسف .

شاب العلاقة بيننا اضطراب ما ، ضرب في منطقة غاية في الحساسية).

استرسلت سالي قائلة (توقف زوجي الشاب، حبيبي الملىء بالحيوية عن الاهتمام بي، ولم تعد لديه أي رغبة جنسية فيّ، ولم يبد عليه أي مظهر طفيف يدل على اهتمامه الجسدي بي، وهكذا تمادى الحال بنا لدرجة . أنه . ولشهور أصبح لا يلمسني، لدرجة إنه يخاف يمسك إيدي أو يقبلني، ولما واجهته، قال بصراحة . أصل الحكاية ممكن تتطور) تتطور!!!، هو احنا سنرتكب إثم أم أنه يخشى اللقاء الحميم ويخافه، أعتقد أنه يخاف الاقتراب منّي، يخاف الحميمية، ومن ثمّ يهرب من الأمر كله!) ... قالت كل هذا وانهمرت باكية في عيادة التحليل النفسي الجنسي، انخرطت في بكاء عميق، غطت وجهها بيديها... ثم صمتت.

مما لاشك فيه أن هذا موضوع ملىء بالتوتر والخوف والخزي، موضوع خفوت الرغبة الجنسية أو الـ (D S H)، فها هي الزوجة تبذل كل جهدها، تظهر في أبهى حُلّة وأحسن صورة، أما الزوج **(فغالبًا)** ولا على باله، هنا لابد وأن ترتبك العلاقة، تنزعج الزوجة طبعًا، وقد تحس أن ثمة عيب فيها **(ربما فقدت سحرها وجاذبيتها)**، **(هنا قد تلجأ إلى جراحات التجميل، بشكل عشوائي أو الإفراط في استخدام الكريمات والعطور، أو اتباع نظام غذائي مرهق لضبط وزنها، وكأنها في رحلة شاقة من أجل أن تصبح موديل،**

مقارنة نفسها بهيفاء ونانسي ومادونا وجينيفر لوبيز).

من الطبيعي في هذه الحالة أن يراود الزوجة الشك في أن زوجها يرغب غيرها، **(رغم أن هذا مستبعد لأنه يبدو مهمومًا، وفاقدًا للرغبة الجنسية تمامًا)**. بالطبع في حالة فتور الزوجة جنسيًا قد لا يظهر الأمر جليًا لأنها **(تزيف النشوة)** و**(تتصنع المتعة)**.

إذا أُهمل هذا الأمر، فإنه قد يؤدي .للأسف. إلى تدمير الزواج تمامًا ونسف أساسياته (مثال على ذلك لزوجين تزوجا بشكل الصالونات، وكان بينهما إلى حدّ ما انسجام رغم فارق السن حيث إن الزوج أكبر من الزوجة ب (١٢) سنة، لكنه في ليلة الدخلة لم يفكر في تقبيلها، خلع بذلة الفرح، لبس البيجامة، أعطاها ظهره ثم غطّ في نوم عميق، أما هي فلقد كانت بين الدهشة والذهول ، وبعد (١١ يوم) استطاع فض بكارتها، لكنه حرص على القذف خارج المهبل، لأنه كان لا يود الحمل، لأنه كان في أعماقه خائفًا من الزواج ومسئولياته أو متوقعًا الفشل، كما أقرت الزوجة .بعد ذلك. استمرت العلاقة الجنسية بينهما كيفما اتفق كل أسبوعين، ثلاثة، ولمدة ستة أشهر فقط سادتها المشاحنات والمشاجرات وعدم الاحترام المتبادل الأمر الذي انتهى بالطلاق).

لقد أصبح الشرق الآن مختلفا غير عن ذي قبل، أصبح يضج

obeikandl.com

بالمشهيات البصرية ذات المدلول الجنسي الواضح الفاضح والصريح، تطورت نسبة الاعتناء بالمظهر لدى الفتيات، وأصبح الرجال يرون بنات زي الشربات يتفنن في لفت النظر **(جسدًا وماكياجًا)**، كانوا دائمًا يقولون إن الرجال إذا اجتمعوا فلن يكون لهم حديث إلّا الجنس والسياسة والمال، الآن يدور حديثهم الجنسي عن الخفوت والعجز **(وكل واحد يحط همّه على التاني، ومن سمع بلوة غيره تهون عليه بلوته، ولم يعد هناك خجل أو تغطيه، وصار الحديث عن الحبوب الزرقاء وعن سبل التعويض، عاديًا كقزقزة اللب وشرب الشاي)**.. هكذا أصبح الأمر بين شباب اليوم .تحديدًا .بشأن الجنس ومتعته مجرد **(تحصيل حاصل)**، واجب، ونسمع عن خطوبة فلان وفلانة حتى يستطيع الخروج معها حتى لو صاحبهما أخوها الصغير، وممكن . أيضًا كتب الكتاب من أجل التصاق جسدي أو جنسي سطحي تفاديًا **(للحرام)** وإضفاء مشروعية على **(الخلوة والقبلة)** وفي تصريح لشاب كاتب كتابه منذ سنة قال **(بصراحة الظاهر إن أنا اتدبست، كان مفروض أتأنى، هو أنا بس كنت عايز أبوس وأحضن براحتي، لكن حتى أبوها بيبقى مستخبي ثم يظهر فجأة زاعقًا ناهرًا إيانا قائلًا .أنا مش فاتح بيتي مبوسة، يصبح الزواج في مثل تلك الحالات اشتراك Package ، بيعة على رأسها الجنس الذي يشتاق إليه الرجل .جدًا .وهو خاطب أو كاتب كتابه، لكن لما يختلي بزوجته يصبح الأمر واجبًا شاقًا فتخفت الرغبة وتموت الأمنية)**.

علي العكس تماما مما يظنه الرجال من أن مساعده النساء في المطبخ والشئون المنزلية الأخرى أمراً يقلل من رجولتهم فأحدث الدراسات تشير إلى أن النساء يعتقدن أن الرجل المتعاون في المطبخ جذابًا، واعترفت المشاركات في الدراسة أنهن يشعرن بالإثارة عند قيام أزواجهن بالواجبات المنزلية، وأن مظهر الرجل يصبح جذابا وهو يقوم بالكنس والمسح والغسل وغسل الأطباق.

كما أشارت الدراسة، التي أعدها معهد الدراسات الإجتماعية بجامعة ميتشجان الأمريكية، إلى أن عدد ساعات مشاركة الرجال في العمل المنزلي ازدادت بشكل واضح، مقارنة بالعقود السابقة.ففي عام١٩٧٦، بحسب الدراسة أن الرجال يقومون بالمهام المنزلية لست ساعات في الأسبوع، في حين أنهم يقومون بها لمده١١ ساعه حاليا في المتوسط، بينما خفضت ساعات عمل المرأة من٢٦ ساعة أسبوعيا إلى ١٧ في الفترة نفسها.

انتفض علماء وأطباء النفس والذكورة في العالم باحثين عن الأسباب، ومفتشين عن الحلول! (بشرت البحوث الخاصة في مجال العلاج النفسي الجنسي بنتائج طبية للغاية، إذا ما التزم الزوجان)، لكن المزعج في الأمر أن كثيرًا ممن يعانون من خفوت الرغبة الجنسية، لا يرون أن هناك مشكلة حقًا وربما تزوجوا لإشباع

الرغبة الجنسية فقط (دون إدراك أن الزواج حياة كاملة ومشاركة وحميمية في جميع الأمور)، هنا يبدأ الشجار في كل الأمور، التافهة والعظيمة، يحتدم الصراع على صغائر الأشياء قبل كبائرها، يبدأ الرجل مثلا في رؤية امرأته التي كانت خطيبته (عادية)، مثل أي امرأة، وتراه هي رجلًا مهملًا أشعث الشعر، كسول، غير مهتم بمظهره، تكمن تحت السطح هنا أمور وأمور أهمها الخفوت الجنسي، فإذا خفتت الرغبة لدى طرف، تآكلت حواف الطرف الآخر، إذا تمهلنا وفحصنا حالة (ماري. وهذا ليس اسمها الحقيقي)، في الأربعينيات من عمرها، سعيدة في زواجها، فجأة ومنذ ستة أشهر اختفت رغبتها الجنسية تمامًا، قالت دون خجل: لا أدرى ما الذي حصل.. صحيت من النوم فجأة، لقيت شهيتي الجنسية مش موجودة، زي ما يكون حوّلت الـ (Switch) الزرار (Off)، لا أنكر أنني وزوجي مازلنا نمارس الجنس مرة كل بضعة أسابيع، لكنه . للأسف . جنس غير متوهج (زي الطبيخ البايت وأحيانًا زي الطبيخ الحمضان). قبل كده كنت باستمتع بالعلاقة، لكن على ما يبدو أن جزءًا حيويًا منها قد فقد جزءًا من تكويني زي ما يكون شلت الـ (Fuse).

كاريكاتير يرغب الزوج في ممارسة بأوضاع مختلفة، بينما الزوجة تقرأ كتابًا عن كيفية اختلاق الأعذار للهروب من الموقعة الجنسية!

بالطبع فإن عموم الناس في حياتهم اليومية لا تعم عليهم شهوة جنسية متأججة دوما لأن هناك مشاكل ومشاغل: الأولاد ودروسهم الخصوصية، انقطاع المياه، التعب والإرهاق بسبب وبدون، الإجهاد العصبي، اللهاث وراء لقمة العيش ليل نهار، حتى نزلات البرد المتكررة والرشح شبه المستمر والحساسية المزعجة، كل هذا وذاك له دور كاف لدفع الرغبة الجنسية بعيدًا.. لكن المسألة ليست قاتمة إلى هذا الحد، فبضع كلمات رومانسية، أفكار مثيرة، وخيالات ذات طابع مهيج قد تقود إلى استعادة الحياة الجنسية الطبيعية بين الزوجين، المثير للفزع. أنه رغم كل شيء. قد لا تعود الرغبة، وكأنها قد ركبت على عربة ومضت في الاتجاه المعاكس!

ونجد في هؤلاء المصابين بالخفوت (D S H)، لا رغبة ولا مثيرات ولا اهتمام..

يبرز هنا سؤال مهم! متى يكون الجنس قليلًا؟ وما معنى ذلك؟ فإذا اشتكى أحد الطرفين من أنه لا يشبع حاجته من الجنس، فإن ذلك قد يعني أن شهيته الجنسية مفتوحة زيادة، ومن ثمّ فإن الطرف الآخر غير قادر على إشباعها تمامًا. يدلل الخبراء على أنه لا قانون للحدّ الأدنى للممارسة الجنسية، بمعنى أن المسألة تختلف وتتفق حسب الظروف، شرط إلّا تطول أو تنعدم!!

في دراسة بريطانية نشرها **(جورنال العلاج الجنسي والزواجي) تأكد أن (٢٤٪)** من الأزواج في العينة المفحوصة، لم يمارسوا الجنس في الثلاثة أشهر السابقة للدراسة، وفي دراسة أخرى شهيرة بعنوان **(الجنس في أمريكا)**، تبين أن ثلث الأزواج مارسوا الجنس . فقط . بضع مرات سنويًا، ولنا . بالطبع . أن نحدد أن تلك الدراسات تركز وتؤكد على **(الممارسة)**، لا على **(الرغبة)** مما لا يحمل دلالة على أن أحد الزوجين قد يعاني من خفوت الرغبة الجنسية **(D.S.H)**.

ومع ظهور الفياجرا والجيل الذي تلاها، ظن البعض أن المشكلة ستحل بحبة صغيرة، لكن المسألة أعقد من ذلك بكثير؛ فحبة الفياجرا مثلًا تضخ بالدم في القضيب لينتصب، لكنها لا تنبه

المخ ليمتلئ بالرغبة، أي أنها ليست بذات فائدة إذا كانت **المسائل (فوق) في (المخ)** في **(النفس)** مغلقة أونايمة في العسل.. مما يدل على أن هؤلاء الناس يحتاجون إلى معالجة نفسية جنسية حقيقية تفتش عن الأسرار والكوامن، عن الصراعات والخفايا، تحلّها، توجهها، تنظمها وترشدها، إذن فليس هناك **(علاج شافٍ نهائي)** بمعنى **(أبلع قرص وكله هيبقى تمام)**، يحتاج الأمر إلى شحن البطاريات، شحذ الهمة النفسية، بث العشق بمعناه الوجداني بمعنى أن يسعى كل رجل لاكتشاف جسد امرأته من جديد، وأن تسعى كل امرأة لأن تمارس الحب **(لا الجنس)** وأن تترك أداء الواجب بعيدًا ، تنتبه للكلمة الحلوة العذبة، واللمسة التي تثير الحواس وتؤججها. أي الأمر يحتاج إلى **(وجود حياة)** لا إلى الكيمياء.. فقط!

ينبغي هنا أن ننبه أن كثيرًا من العقاقير المضادة للإكتئاب تؤثر سلبًا على الرغبة الجنسية خاصة تلك التي تعمل على مادة **(السيروتونين)** والمعروفة باسم **(S'SSRI)**، كذلك فإن اضطرابات الغدة النخامية، قد تؤدي إلى خفوت الرغبة الجنسية، كما تؤكد بعض الأبحاث أن انخفاض نسبة الهرمون الذكري **(التسيستيرون)** في النساء تعد سببًا وراء ضعف شهيتهن الجنسية، وفي ختام الأمر نستطيع القول إن هناك ما يسمى **(فقدان الرغبة. أساسًا)**، بمعنى أن هناك خفوت الرغبة الجنسية الذي يعد أكثر الأمور صعوبة، هذه الحالات تعالج بنجاح، لكن مفتاح هذا النجاح يكون . غالبًا . في يد معالج نفسي جنسي متمكن، وتكمن الصعوبة غالبًا في إقناع

الرجل بأن هناك مشكلة... لا لشيء إلّا لأنه لا يرى هذه المشكلة ولا يريد ألا يذكّره أحد بها.

نصف العرب يعاني من اضطرابات جنسية... والمعدل المطلوب للممارسة الجنسية الزوجية أربع مرات شهريًا! **(هكذا قالوا وقرروا)...**

فجرت نتائج مؤتمر عربي للاضطرابات الجنسية عقد في القاهرة على مدى ثلاثة أيام ، مفاجآت عدة. إذ شارك فيه خبراء وأطباء عرب ونظمته «**الجمعية العربية لجراحي الجهاز التناسلي**»، خاضوا في كل ما يتعلق بالعلاقة بين الرجل والمرأة، ولأنه لا حياء في العلم؛ فإن خصوصيات هذه العلاقة طرحت على طاولة النقاش من دون

موارية أو خجل. ثم صدم كل من تابعوا الجلسة الختامية حين اكتشفوا عبر التوصيات النهائية حقيقة أن (٥٠٪) من العرب يعانون من اضطرابات جنسية (**أزواج وزوجات مع التحفظ على عينات البحث ومناهجه وطرق تطبيقه**).

obeikandl.com