د. سامح مرقس

كلام العلم في الحب والجنس

ضوائر
t.me/twinkling4

جميع الحقوق محفوظة لدا: مكتبة ضَاد، الإلكترونية.©

تمّ تجهيز هذه النسخة بواسطة:

أشرف غالب

المقدِّمة

الحب من أرقى المشاعر الإنسانية، اهتمَّ به الشعراء والكُتَّاب والفلاسفة عبر التاريخ، فكلمة"الحُب" تحمل أسرارًا، وتجلب أفراحًا، فما إن يُصَب الإنسان بالحب، إلَّا ويتغيَّر حاله، وتتبدَّل شؤونه؛ فالحب يفعل ما يفعل في الإنسان؛ لِمَا له من أسرار وأعراض، ويغوص في بحار هذا السِّرِّ الإمامُ"أبو محمد ابن حزم الأندلسي"، في رائعته"طوق الحمامة"، فيُخرِج لنا أصوله، ويُعرِّفنا على أعراضه ونواحيه، وصفاته المحمودة والمذمومة.

أدرك الفيلسوف الألماني آرثر شوبنهاور التأثيرَ القويَّ للجنس على عواطف الإنسان، بقوله:"إن كلَّ نوع من الحب، مهما بدا جميلًا وأثيرًا، ينبع تمامًا من غريزة الجنس"؛ فالجنس غريزة مُطلَقة، استحوذت على اهتمام البشر منذ ظهورهم على وجه الأرض. وفي التراث العربي القديم لم يَستحِ القدماء من الكتابة عن الجنس، مثل كتاب الإمام السيوطي"الوشاح في فوائد النكاح"، وكتاب محمد بن أحمد التيجاني"تحفة العروس ومتعة النفوس"، وكتاب"الروض العاطر في نزهة الخاطر" للشيخ النفزاوي، الذي يُعتبَر الكاماسوترا العربية؛ لأنه مماثِلٌ -وربما يفوق- الكتاب الهندي المشهور عن الجنس"الكاماسوترا". كذلك، أبو نواس؛ من أهم شُعَراء العصر العباسي، عاشق الخمر والمجون، الذي كان يَجهَر -مع غيره من شُعَراء عصره- بحُبِّ الغلمان والتغزُّل بهم غَزلًا مكشوفًا.

وفي حين أن الكُتَّاب والشعراء والفلاسفة العرب

في العصور القديمة لم يخجلوا من الكتابة بصراحة في الأمور الجنسية، فإن هذا التحرُّر اختفى في التاريخ المعاصر، حيث أصبح الحديث عن الجنس في المجتمعات العربية من المحرَّمات، وغير لائق، والغالبية تُفضِّل عدم مناقشة هذه الأمور التي تُعتبَر ضدَّ العِفَّة وقِيَم المجتمع؛ ممَّا قَلَّل من المحاولات الجادَّة لفهم موقف العلم عن هذه الأمور الهامَّة في حياة الإنسان، رغم أهمية هذا الفهم لتلافي العديد من المشكلات الصحية والنفسية والمجتمعية التي تواجه الأفراد والمجتمع؛ بسبب الجهل بالمعرفة العِلميَّة في موضوع الحب والجنس، واللجوء إمَّا إلى دفن الرؤوس في الرمال، أو الاعتماد على مصادر خاطئة أو موروثٍ ثقافي بائد.

يقدِّم هذا الكتابُ للقارئ المفاهيمَ العِلميَّة الحديثة للجوانب المختلفة للحبِّ والجنس، من منظور علوم الجنس، والبيولوچي، والنفس، والاجتماع، والأنثروبولوچي؛ وكذلك التوثيق التاريخي، والرؤية الفلسفية، ودور الفن في التعبير عن مشاعر الحب والغريزة الجنسية عبر تاريخ البشرية، ليشمل الحضارات: الفرعونية والرومانية واليونانية والإسلامية والأوروبية- في مراحلها المختلفة؛ فالفن -بلا شَكٍّ- مرآةٌ للمجتمع، ووسيلة مؤثِّرة للتعبير عن المشاعر والتجارب الإنسانية.

يناقش الكتاب أيضًا أخلاقيَّات وعادات المجتمعات البشرية تجاه الحب والجنس، وتَطوُّرها عبر التاريخ، ودَوْر العلم في تحرير الإنسان من قيود المفاهيم

الخاطئة، والتي لا يوجد مُبرِّرٌ موضوعي لفرضها على الإنسان؛ فالعِلمُ هو دليل الإنسان لفهم نفسه وعالَمه، بناء على التجربة والملاحظة؛ للوصول إلى الحقيقة.

تمَّ توثيق معظم المراجع التي تمَّ استخدامها، وكانت بمثابة المصباح الذي أضاء طريقَ رحلة استكشاف ألغاز الوقوع في الحب، وطبيعة الغريزة الجنسية وتأثيرها على السلوك البشري.

يهدف هذا الكتاب فقط إلى نشر المعرفة العلمية عن الحب والجنس، كما التزم الكاتبُ باستخدام مصطلحات علمية يَسهُل فهمها، مع تَجنُّب أيَّة تعبيرات في مسائل الجنس قد تسيء إلى الذَّوق العام.

أخيرًا، تُسهِّل المعرفة العلمية فهمَ طبيعة المشاعر البشرية والغرائز البيولوچية، وقد تساعد الإنسان في اختيار قِيَمِه الأخلاقية وسلوكه في أمور الحب والجنس؛ ممَّا يُحقِّق استمتاعه بالحياة، بناء على فهم صحيح واحترام متبادَل.

الفصل الأوَّل

كلامُ العِلم عن الحُبِّ

"الحياة بدون حُبٍّ ضَياع...

هل يجب أن أبحث عن الحب الرُّوحيِّ، أم المادِّيِّ، أم الجسدي؟

لا تسأل نفسك هذا السؤال؛ فالحُبُّ لا يحتاج إلى اسم أو تصنيف...

الحُبُّ هو عالَمٌ في حَدِّ ذاته: إمَّا أن تكون في المركز، أو بالخارج، تتمنَّاه!".

"شمس التبريزي"

"الجاذبيَّة ليست مسؤولة عن الوقوع في الحب!".

"ألبرت آينشتاين"

"أجمل ما في الحب، أنه يجعل البَشَرَ أكثر أناقةً وجاذبيَّة".

"نيكولا تسلا"

الحب لغزٌ يتجاوز كلَّ التعريفات والدراسات العلمية، وهذا يجعله جذَّابًا للغاية، وسيستمر انبهارنا واهتمامنا بهذا الشعور البديع، الذي يتميَّز به الإنسان عن باقي المخلوقات.

يمارس الإنسانُ الحُبَّ في المجال العام والخاص، وفي جميع الأحوال يرتقي الحُبُّ بمشاعر الإنسان وسلوكه، بل إن البعض يعتبرونه هو المعادل للحياة؛

فبدون الحب لا توجد قيمةٌ للحياة، ويقول الزعيم الهندي الأسطوري"غاندي":

"حينما يوجد الحب توجد حياة؛ فالحب هو القوة القادرة على فِعل المستحيل، بما يحتويه من مشاعر سامية، ينعكس على أعماق النفس البشرية، وفقدانه يؤدِّي إلى الإصابة بالأمراض النفسية والبدنية؛ فالحب يشفي الناس، سواء الذين يمنحونه، أو الذين يستقبلونه، ليتنا نعيش بالحُبِّ لنظلَّ أسوياء؛ صحِّيًّا وروحيًّا".

كذلك قدَّم بولس الرسول -في رسالته إلى أهل كورنثوس، منذ أكثر من ألفَيْ عام- وصفًا رائعًا للمَحبَّة الإنسانية الرفيعة، بقوله:

"الْمَحَبَّةُ تَتَأَنَّى وَتَرْفُقُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَحْسِدُ. الْمَحَبَّةُ لاَ تَتَفَاخَرُ، وَلاَ تَنْتَفِخُ، وَلاَ تُقَبِّحُ، وَلاَ تَطْلُبُ مَا لِنَفْسِهَا، وَلاَ تَحْتَدُّ، وَلاَ تَظُنُّ السُّوَءَ، وَلاَ تَفْرَحُ بِالإِثْمِ بَلْ تَفْرَحُ بِالْحَقِّ، وَتَحْتَمِلُ كُلَّ شَيْءٍ، وَتُصَدِّقُ كُلَّ شَيْءٍ، وَتَرْجُو كُلَّ شَيْءٍ، وَتَصْبِرُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ. اَلْمَحَبَّةُ لاَ تَسْقُطُ أَبَدًا."(1).

لا شكَّ في أن تاريخ الحب هو أيضًا تاريخ الإنسان؛ لذلك يجب أن يبدأ الفصل الذي يناقش الحُبَّ بتقديم بعض التفاصيل التاريخية عنه عبر العصور والحضارات المختلفة.

تاريخ الحُبِّ

• الحُبُّ عند قدماء المصريين

المصريون القدماء أوَّل مَن جعل للحب عيدًا،

أطلقوا عليه اسم"حب نفر إن سخن"؛ بمعنى"عيد العناق الجميل"، وكان يتمُّ الاحتفال به كلَّ عام فى شهر أبيب (شهر يوليو)، وفيه يحتفل المصريون بزفاف"حتحور" إلهة الحب والجمال والخصوبة، إلى عريسها البطل الشجاع"حورس" (ابن"أوزوريس" و"إيزيس"، ورمز الخير والعدل).

قدَّم المصريُّون القدماء أيضًا أوَّلَ أسطورة حبٍّ في تاريخ البشرية؛ وهي قصة"إيزيس" و"أوزوريس"، كما كان التعبير عن الحب بالشِّعر شائعًا بين الملوك، وأيضًا عامَّة الشعب، ومن الأمثلة الشعبية في التعبير عن الحب وصفُ كاتبٍ مصريٍّ لحبيبته بقوله:"إنها فريدة من نوعها، مُتوهِّجة الجَمال، نظرة عينيها خلَّابة، وشفتاها تتحدثان بعذوبة". وقال كاتب آخر:"حبيبتي هناك على الشاطئ الآخر، يفصل بيني وبينها ماء الفيضان، وعلى رمال الشاطئ تمساحٌ يربض مُتربِّصًا، ولكنني لا أخشاه ولا أرهبه، وسأخوض الماء حتى أصل إليها؛ فينشرح صدري، وأفتح ذراعي لأحتويها بين أحضانى".

استخدم الملوكُ الشِّعرَ للتعبير عن حُبِّهم لزوجاتهم؛"رمسيس الثاني" عبَّر عن حُبِّه الشديد لزوجته"نفرتاري"، بقوله إنها"سَرَقَت قلبه"، وأن الشَّمس"تُشرِق من أجلها". ووصف"أخناتون" حُبَّه لزوجته الجميلة"نفرتيتي" بهذه الكلمات الرقيقة:"أنتِ الوحيدة التي خلقها الإلهُ لتكون نورًا في قلبي لا ينطفئ، فهي منِّي وأنا منها، وكلانا سِرٌّ وجود الآخر". وتوجد قصص حُبٍّ أخرى كثيرة بين الملوك في

مصر القديمة؛ مثل حُبِّ"أنخ أسنامون" لزوجها"توت عنخ آمون"، وقصَّة حب"أنتوني" و"كليوباترا"، التي تمَّ تخليدها في فيلمٍ عالمي عام 1963، لعِبَت"إليزابيث تايلور" فيه دَورَ"كليوباترا"، والممثِّل القدير"ريتشارد بيرتون" دَورَ"مارك أنتوني".

• **الحب عند الإغريق والرُّومان**

كان الإغريق والرومان مُغرَمين بالحُبِّ، وعبَّروا عنه في الرموز الإلهية؛ مثل"إيروس" (Eros) إله الحب عند الإغريق، و"كيوبيد" إله الحُبِّ عند الرومان، الذي اشتهر بأن أيَّ إنسانٍ يصيبه بسهم من سهامه فإنه يقع في الحب بشكلٍ جنوني. ومن الأساطير الإغريقية أن البشر كانوا مخلوقات ذات أربعة أذرع وأربعة أرجُل ووجهَيْن، وذات يوم أغضبوا الآلهة، فشطر الإله زيوس (Zeus) -أكبر آلهة الإغريق- كُلَّ واحد منهم إلى اثنين، ومنذ ذلك الوقت، يبحث كلُّ شخص عن نصفه الآخر، ويعتقد الإغريقُ أن هذا هو القوَّة الدافعة للبحث عن الحب، وربَّما كانت هذه بداية فكرة توأم الرُّوح (soulmate).

كما تعرض الفلاسفة الإغريق أيضًا للحب، ومن أقوال الفيلسوف العظيم"أفلاطون":"كل إنسان يصبح شاعرًا إذا ما لامس قلبَه الحُبُّ".

• **الحب في تاريخ العرب القديم والحديث**

تاريخ العرب القديم به العديد من قصص الحب نذكر منها"قيس وليلي"، و"عنترة وعبلة"، كما حذَّرَت بعض القصص من عذاب الحُبِّ؛ مثل رواية"ألف ليلة و

ليلة":"مَن قالَ إنَّ الحُبَّ فيه حلاوةٌ، ففي الحبِّ أيامٌ أمَرُّ من الصبر".

ولم يقتصر الحب على الأدب؛ من شِعرٍ أو سِيَرٍ شعبية، ولكن تحوَّل إلى طريقة للوصول إلى الله، وأصل الإيمان؛ فللحُبِّ مكانة خاصَّة في الصوفية التي ظهَرَت في القرن السابع الميلادي، ومن مبادئ الصوفية أن تحبَّ كلَّ الناس، وألَّا تكره أحدًا؛ فالحب في الصوفية، هو منطلق كُلِّ خير، وهو الملهِم للإنسان والمحرِّك له، وهو الذي يعطي الإنسان معنى إنسانيته، وأناشيد الصوفية تدور كلها حول الحب، ومن أقوال"ابن عربي" (وهو من أقطاب الصوفية):"أدين بدين الحبِّ فالحُبُّ ديني وإيماني"، فالصوفية جعَلَت الحُبَّ كمعنى عام للحياة والإيمان، ولكن في هذا الكتاب سنحاول فهم بيولوچيَّة الحب وتأثيرها على عقل الإنسان وتصرُّفاته.

استمرَّ الاهتمام بالحب حتى يومنا هذا، وعندما تُغنَّى كلمات الحب الرقيقة في الشِّعر، بصوتٍ عَذبٍ، مع ألحان موسيقية رائعة؛ يوقِدُ هذا المزيجُ الجميل المشاعرَ، ويُنعِش القلوب، ومن أفضل الأمثلة -وفقًا لتحيُّزات كاتب هذه السطور- أغاني سيدة الغناء العربي"أم كلثوم"، وكذلك أغاني المطربة اللبنانية الرائعة"فيروز". اهتمَّ أيضا الكثيرُ من الكُتَّاب العرب في العصر الحديث بالحب؛ من بينهم"خليل جبران"، الذي وصف الحُبَّ بأنه"كلمة من نورٍ، خَطَّتها يدٌ من نور، على صفحةٍ من نور"، وعبَّر"كامل الشناوي" عن المعاناة التي يتعرَّض لها الإنسان بسب الحب من

جانبٍ واحدٍ، ومن المؤكَّد سيستمرُّ الإنتاج الأدبي بغزارة عن الحب ليدغدغ مشاعر الأحِبَّة أينما وُجِدوا في العالم العربي.

• الحب في أوروبا في العصور الوسطى والعصر الحديث

اهتمَّ كُتَّاب العصور الوسطى في أوروبا بالحب؛ ومنهم الكاتب الفرنسي"أندرياس كابلانس"، الذي وصف الحب بأنه نوع من المعاناة الداخلية، يُسبِّبها جَمالُ المرأة، والتفكير المستمرُّ فيه، وأن أفظع عذاب هو عذابُ الحب غير المتوازن، وفي القرن التاسع عشر وصف الرَّسَّامُ العظيم"ڤنسنت ڤان جوخ" الحُبَّ بهذه الكلمات الرائعة:"أحِبَّني كما أنا.. بلا مساحيقَ ولا طلاء؛ فالحبُّ ليس مسرحًا نعرضُ فيه أحدث صيحات الأزياء، لكنَّه الشمس التي تضيء في أرواحنا. أحِبَّني لذاتي، وليس للكُحلِ الذي يمطرُ من العينين، وليسَ للوردِ الذي يلوِّن الخدَّين. أحبَّني شريكةً في الرَّأي والتفكير، وامرأةً شجاعةً تحلمُ بالتَّغيير". وفي القرن العشرين أثار الحبُّ انتباه ومشاعر كثير من الكُتَّاب والفلاسفة، مثل الروائي الإنجليزي"لويس دو برنير"، الذي قال في كتابه"ماندولين كابتن كوريل" (Captain Corelli's Mandolin):"الحب هو جنون مؤقَّت، يندلع مثل الزلزال، يهزُّ كيان الإنسان بشدَّة ولكن الحب الحقيقي هو ما يتبقَّى بعد هدوء الزلزال وعواصف الحُبِّ الأوَّليَّة". واهتمَّ الفيلسوف البريطاني العظيم"برتراند راسل" بالحب في كتاباته، ومن أقواله:"الحب مصدر لأعظم المسرَّات التي تُقدِّمها

الحياة؛ فالحب بين الرجل والمرأة -المتميز بالعاطفة والحنان- لا يُقدَّر بثمن، والجهل به محنةٌ كبيرة لأيِّ إنسان"، و"الحذر بشكل عام واجب، لكن الحذر في الحب يقتل السعادة الحقيقية".

وهكذا نال الحبُّ اهتمامَ الناس على مَرِّ العصور والحضارات، فما هو الحب وما أنواعه؟ ولماذا يبحث الإنسان عن الحب وكيف نحافظ عليه.

تعريف العلم للحب

لا يوجد تعريفٌ واحد مُتَّفقٌ عليه، ويرى الخبراء أن هناك نوعين مختلفين من الحب: الحب العاطفي الانفعالي، والحب المبني على العِشرَة.

الحب العاطفي الانفعالي

هذا النوع من الحب طبيعته استحواذيَّة، يرى فيه العاشقُ المحبوبَ بمثاليَّة متزايِدَة، مع الشعور بسعادة مُفرِطة، ولكن فقدان هذا الحب ينتج عنه حزن شديد.

تظهر أحاسيس الحب الانفعالي سريعًا، ربما بعد أول لقاء، وبدون معرفة جيدة لشخصية المحبوب. غالبًا تَضعُف هذه المشاعر بمرور الوقت، وتختفي في غضون أسابيع أو شهور قليلة على الأكثر.

لذلك من الأفضل عدم التَّسرُّع في اتخاذ قرارت مهمَّة، مثل الزواج، نتيجة هذه المشاعر العاطفية المؤقَّتة، ومن المرجَّح أن تنتهي الزيجات القائمة فقط على الحب العاطفي الانفعالي بالفشل.

الحب المبني على العِشرَة

يتميَّز الحب المبني على العشرة بعُمق العواطف والالتزام تجاه الشخص الآخر، ويعتمد هذا النوع من الحبِّ على معرفة جيدة بشخصية المحبوب، وتقبُّل كُلِّ العيوب، والرغبة القوية في نجاح العلاقة، والاستعداد لأيَّة تضحيةٍ من أجل استمرار الارتباط.

قد تكون العلاقة الجنسية في هذا النوع من الحب أقلَّ سخونةً من الحب العاطفي، ولكن الثقة والاهتمام المتبادَل يَنتُج عنهما تحسُّنٌ في التواصل الجنسي، والتَّعرُّف على التَّصرُّفات التي تثير المتعة الجنسية لكلٍّ من الطرفين.

هذا النوع من الحب ينمو تدريجيًّا، ولا يحدث بين يوم وليلة، ولكنه يستمر لفترة طويلة.

وقد عبَّر فارس التَّنوير الدكتور"خالد منتصر" عن هذا الحب الذي ينمو مع الوقت بقوله:"نحن لا نقع فى الحب، بل نحن ننمو فى الحب، لا بُدَّ أن نفهم أن الحب كالبذرة الصغيرة؛ لا بُدَّ لها من الرَّيِّ، والرعاية، والجهد؛ حتى تنمو إلى نبتة، ثم شجرة كبيرة يستظلُّ بظِلِّها الحبيبان".

وهناك تصنيف آخر لأنماط الحب، وفقًا لخبراء علم النفس، وهذا يشمل:

• الحب الرومانسي؛ الذي يهتمُّ بالشكل الخارجي، ويبدأ من أول نظرة.

• الحب غير الأناني؛ وهو يتميَّز بإنكار الذات، والتضحية، والإخلاص، وبدون أيَّة شروط.

• الحب البراجماتي؛ هو حبٌّ عَمليٌّ وعقلاني، ويتمُّ اختيار الشريك حسب مواصفات مُعيَّنة، وليس بمعايير عاطفية.

• لعبة الحب؛ يمارَس فيها الحبُّ السَّطحيُّ، وبدون أيَّة التزامٍ تجاه المحبوب، ويُعتبَر الزواج مصيدةً يجب تجنُّبها. هذا النوع من الحب لا يهتمُّ بفشل العلاقة، وممارسة الخيانة شائعة.

• حُبُّ العِشرَة؛ يبتدئ بصداقة، ويتدرَّج بهدوءٍ إلى شكلٍ دائم من الحب العاطفي المستقرِّ، ويصبح المحبوب أعزَّ صديق.

• الحب الاستحواذي؛ يتَّسِم بشدَّة العواطف وتقلُّب المشاعر، مع الغيرة، والإحساس بعدم الأمان والاستقرار، وممارسة الجنس في هذا النوع من الحُبِّ أساسًا لإعطاء الشعور بالطمأنينة.

آراء أخرى عن الحب

يعتقد الخبراء أن الحب الكامل يتطلَّب وجود أركان مُثلَّث الحب في نفس الوقت؛ وهي: الشَّغَف (passion)، والألفة (intimacy)، والالتزام (commitment). وهذا ما يحلم به الكثير، وقد يكون تحقيقه صعبًا، علاوة على أن مدى قوَّة الأطراف الثَّلاثة في مثلَّث الحب ليس بالضرورة مُتطابِقًا تمامًا بين طرفي العلاقة، ولكن من المحتمل مع ازدياد التَّطابُق يزداد الشُّعور بالرِّضى والسعادة.

تختلف طبيعة وقوة الحب من شخص لآخر، وتتغيَّر شِدَّة الحب في العلاقات طويلة الأَمَد، وقد تحتوي

أيضًا على فترات من مشاعر سلبية تجاه الشخص الآخر.

يعتقد البعض أن الحب الحقيقي هو مع شخصٍ واحد فقط، ولكن أوضَحَت بعض الدراسات البيولوچيَّة والنَّفسيَّة أنه من الممكن الوقوع بعُمقٍ في الحب مع أكثر من شخص في نفس الوقت، وأن قليلًا من الناس يقعون في حُبٍّ عميق مع شخص واحد فقط مدى الحياة، وفي الواقع أن الغالبية تقع في الحب القويّ مرَّاتٍ عديدةً، والبعض الآخر يكون في علاقة حبٍّ مع أكثر من شخص في الوقت ذاته، وذلك غير مرتبط بجنس الشخص؛ سواء كان رجُلًا أو امرأة.

يتَّفق الكثيرون على أن الحب يرتبط بالشعور الجنسي تجاه الحبيب، والرغبة في ممارسة الجنس معه، وأن العلاقة الجنسية الممتعة هي مصدر للسعادة، والشعور بالامتنان وتوطُّد العلاقة العاطفية بينهما؛ فالجنس مرتبطٌ بالحُبِّ كوسيلة"لرجوع الاثنين لواحد" كما في الأسطورة الإغريقية، والشعور بالذوبان في الحبيب.

التفسيرات البيولوچيَّة ودور الهرمونات في الشعور بالحب والسعادة

الحالة المزاجية للإنسان، التي يشعر الكثيرون بتدهورها بين الحين والآخر لأسباب متعدِّدة، إلَّا أنه يسهل تحسينها وتعزيز الشعور بالحب والسعادة، من خلال تحفيز المخِّ على إطلاق النَّواقِل العصبية المسؤولة عن إفراز مجموعة من الهرمونات (من بينها هرمون الأوكسيتوسين، وهو المسؤول عن

الحب)، هذه الهرمونات تُسمَّى هرمونات"الحب والسعادة".

- **الأوكسيتوسين Oxytocin**

يُفرَز هذا الهرمون في المخ، وتتمُّ زيادة إفرازه عند الوقوع في الحبِّ، وأثناء ممارسة الجنس؛ ولذلك يطلق عليه اسم"هرمون الحب". أوضَحَت الدراسات الطبية أن هرمون الأوكسيتوسين يرتبط بهرموناتٍ أخرى، مثل الدوبامين والسيروتونين، والمعروفة بهرمونات السعادة.

يلعب هرمون الأوكسيتوسين أيضًا دورًا في تشكيل العلاقات الاجتماعية. والأشخاص الذين يفرزون مزيدًا من تلك المادة الكيميائية يكونون أكثر لُطفًا مع الآخرين، وأكثر رضى عن حياتهم، وأكثر كرمًا وحرصًا على أداء الأعمال الخيرية.

- **الدُّوبامين Dopamine**

يتمُّ إفراز هذا الهرمون عندما نقوم بأشياء تُشعِرنا بالسعادة؛ مثل قضاء الوقت مع مَن نُحبُّهم، وأثناء ممارسة الجنس.

الدُّوبامين هو هرمون السعادة والمكافأة المسؤول عن نشاط مراكز"المكافأة" في المخ، والتَّصرُّفات الإدمانية، التي تعطي الإحساس بالسعادة؛ مثل الإفراط في تناوُل الأطعمة الشَّهيَّة والحلويات، وشراء السلع المادِّيَّة، وإدمان ممارسة الجنس، وتعاطي المخدِّرات والتَّدخين.

- **النُّورابينفرين orepinephrineN**

يتمُّ إطلاق هذا الهرمون المعروف أيضًا باسم"النورادرينالين" مع هرمون الدُّوبامين أثناء الانجذاب العاطفي، ويجعلنا نشعر بالحيوية والنشوة، وقد يُؤدِّي إلى انخفاض الشَّهيَّة والشعور بالأرق، وهذا ليس غريبًا عندما يكون الإنسان في حالة حُبٍّ.

أظهَرَت فحوصاتُ المخِّ بالرنين المغناطيسي أن مراكز"المكافأة" الأساسية في المخ يزداد نشاطها بشدَّةٍ عندما يُعرض على الأشخاص صورة المحبوب، وهذا لا يحدث مع رؤية صور أشخاص لا يوجد ارتباط عاطفي والشعور بالحب تجاههم.

- **هرمون السيروتونين**

الانجذاب العاطفي القوي الذي يُميِّز المراحِلَ الأولى من الحب قد يكون نتيجةَ انخفاض في إفراز هرمون السيروتونين، هذا الهرمون مرتبطٌ بالشهية والمزاج. والأشخاص الذين يعانون من اضطراب الوسواس القهري (obsessive-compulsive disorder) لديهم مستويات منخفضة من السيروتونين.

الانفصال العاطفي

أظهرت الدراسات أن الحرمان من الحب الرومانسي ينتج عنه نفس التفاعلات البيولوچية التي تحدث عندما يمتنع المدمنون عن تعاطي المخدرات؛ مثل الكوكايين أو الأفيون، وهذا يمكن تفسيره بنقص إفراز هرمون الدوبامين، مع زيادة إفراز هرمونات التوتُّر والغضب، من أدرينالين وكورتيزول؛ ممَّا يُسبِّب آلامًا في الصدر، والقلق، وفقدان الشهية،

ومشكلات مختلفة في الجهاز الهضمي.

لماذا يبحث الإنسان عن الحب وكيف ينمو هذا الشعور العاطفي؟

الطبيعة البشرية تجعلنا نتوق إلى الحب والترابط الزوجي، وهذا دافِعٌ چينيٌّ للإبقاء على استمرار الوجود البشري، والحب يكون أكثر نجاحًا مع وجود مكوِّناته الرئيسية التي تشمل العاطِفةَ والأُلفَة والالتزام.

يعتقد خبراء عِلم النفس أن الحُبَّ وتَطوُّره خلال حياة الإنسان يعتمد إلى حدٍّ كبير على علاقة الشخص بوالدَيْه منذ مرحلة الطفولة، وما يتعلَّمه الأطفال عن الحب من والِدَيْهم هو ما ينعكس على كيفية حُبِّهم للآخرين فيما بعدُ؛ فنحن نولد أطفالًا عاجزين ومُعتَمِدين بالكلِّيَّة على والدينا لتلبية احتياجاتنا. والشعور بالمحبَّة تجاه الوالدين في مرحلة الطفولة مُرتَبِطٌ بإشباع الاحتياجات، وقد يستمرُّ ذلك فنجد البعض يرتبط الحُبُّ عنده بإشباع الاحتياجات كبالغين. يتطوَّر الطفل إلى شخصٍ بالِغٍ يحب العطاء إذا استُوفيت احتياجاته العاطفية من والديه في مرحلة الطفولة، ولكن إذا لم يتلقَّ الطفل هذه الرعاية والحب غير المشروط سينتج عن ذلك شخصٌ قَلِقٌ، يبحث عن الحب الذي افتقده في طفولته، وهذا لا يعني بالضرورة أن كل الأشخاص الذين أُهمِلوا عاطفيًّا في مرحلة الطفولة سيصبحون غير قادرين على ممارسة الحب، ولكنهم قد يحتاجون إلى بعض المساعدة لحلِّ مشاكلهم العاطفيَّة.

أسباب وقوعنا في الحب

ما زال تَفهُّمنا غير كامل لأسباب وقوعنا في الحبِّ مع شخص مُعيَّن ذات سِماتٍ مُعيَّنة لا ندركها بالعقل الواعي. يعتقد خبراء علم النفس أن الإنسان يميل إلى الوقوع في حُبِّ شخص يُماثِلُه، وليس غريبًا أن نقع في حُبِّ شخص يشبه أحد الوالدين، وهذا التَّشابُه قد يكون في المواصفات الجسديَّة، أو يتعلَّق بالشخصية.

التَّوافُق الاجتماعي، والثقافي، والتعليمي أيضًا، هامٌّ للوقوع في الحب، وكذلك الإحساس بالألفة والرَّاحة النَّفسيَّة في صُحبَة المحبوب، وعدم الشعور بالحاجة لبذل أي جَهدٍ لإثارة الإعجاب والقبول. التَّواصُل بسهولة، والتعبير عن الشعور بوضوحٍ أيضًا عامِلٌ هامٌّ في الحب، من ناحية أخرى، يجد الانطوائيُّون صعوبةً في التَّواصُل، وليس من السهل عليهم بدء علاقة حبٍّ.

التَّواصُل بالنَّظر المركَّز مع عيون شخص آخر غريب، في صمت، قد يَنتُج عنه شعورٌ بانجذابٍ قَويٍّ، على الرغم من أنهم لم يلتقوا من قبل، وقد نقع في الحب أيضًا عندما نتلقَّى إشارات خارجية قد تكون بصريَّة، شَمِّيَّة، سَمعيَّة أو لمسية، مع وجود استعداد لاستقبالها؛ فعلى سبيل المثال: الرائحة التي تصل إلى المخ من خلال حاسَّة الشَّمِّ قد تثير المشاعر العاطفية.

هل الوقوع في الحُبِّ خيارٌ أم هو شيء "يحدث" خارج إرادة الإنسان؟

الكثير يعشقون الرومانسية، ويعتقدون أن الوقوع في الحُبِّ خارجٌ عن سيطرة الإنسان، مُتأثِّرين بقصص الحب والأغاني والأفلام الرومانسية، وأن سهم"كيوبيد" إذا أصاب قلب المحبِّ فلا مجال للنجاة، ولكن علينا أن ندرك أن الحب هو في الواقع اختيارٌ يجب أن يُمارَس بحِكمةٍ، والتَّحكُّم في سيطرة العاطفة على العقل؛ لتجنُّب علاقات ليست فقط غير مناسِبَة، بل قد تكون كارثيَّةً في كثير من الأحيان، كذلك التوقيت هامٌّ للوقوع في الحب، وأفضل شيء هو مقابلة الشخص المناسب، في المكان المناسب، في الوقت المناسب، وعلينا أيضًا التَّغلُّب على مخاوف تكرار علاقات عاطفية سلبية سابقة، والانفتاح لتجارب جديدة قد تكون جيِّدة، ومنبعًا للسعادة، وقادرةً على مَحْوِ الذكريات المؤلمة.

ويبقى السؤال الهام: كيف نحافظ على استمرار الحُبِّ؟

البقاء في الحُبِّ هو اختيارٌ واعٍ، والتزام، وقرار بالتَّمسُّك به، على الرغم من نوبات الأنانية التي قد نختبرها، والشعور بفتور الإثارة، التَّغلُّب على هذه المشاكل يتطلَّب بذل الجهد؛ فقد نقع في الحُبِّ بالصُّدفة، ولكن لا أحد يخرج من الحبِّ بالصُّدفة، واستمرار الحب يتطلَّب التركيز على الإيجابيات والتغاضي عن السلبيات، وأن تتذكَّر أسباب وقوعك في الحب؛ وهذا سيؤدِّي إلى استمرار الارتباط العاطفي، واستقرار العلاقة، مع الشعور بالرضى والسعادة والراحة النفسيَّة؛ فالحب ليس رحلةَ العثور

على توأم الروح، ولكن بناء وتطوير وتنمية المشاعر على أُسُس احترام الطرف الآخر.

احترام حقِّ المساحة الخاصة في العلاقات الزوجية أمرٌ هامٌّ لاستمرار الحب والتَّرابُط العاطفي، وعبَّر عن ذلك"خليل جبران" بقوله:"أحبُّوا بعضكم بعضًا، ولكن لا تكبحوا المحبَّة بالقيود".

ناقش أيضًا الصديق العزيز الدكتور"خالد منتصر" في إحدى مقالاته (جريدة الأهرام،17 فبراير 2021، بمناسبة عيد الحُبِّ) كيف نبني علاقة حُبٍّ ناجحة ومستمرَّة في مجتمع يمارس قمع الحب، طالب الدكتور"خالد" بديمقراطية الحب؛ بمعنى حرية اختيار مَن نحبُّه على أُسُسٍ مَعرفيَّة صادقة، غير ملوَّثة بالنَّرجسيَّة وڤيروس الأنانية، وهذا يتطلَّب أن يقوم المجتمع بتدريب مواطنيه على الحب، وإدراك أن البنت ليست فريسةً، والرجل ليس صيَّادًا، وأن الحب لا يؤخَذ عنوَةً أو اغتصابًا.

الخيانة الزوجية عاملٌ مُهمٌّ في عدم استمرار الحب وتدمير الترابُط الأُسَريِّ؛ لذلك كلُّ مَن يجد صعوبة في مقاومة الإغراءات العاطفية والجنسية يجب أن يطلب النصيحةَ من الأصدقاء المقرَّبين، أو من خُبَراء في مجال العلاقات الزوجية.

الخُلاصة

• منذ قديم الأزل، كان الحب هو الهاجس ووقود حياة الإنسان، وهو ما يتَّضِح في ما تركه قدماء المصريين والإغريق، وغيرهم، من ميثولوچيات

وأساطير الحضارات القديمة، وصولًا للَّحظة الراهنة.

• القصص والشِّعر والأغاني والأفلام والبرامج التليفزيونية والمقالات في المجلات والصحف- عن الحب، أغلبها تُقدِّم طبيعةً أسطوريَّةً لا تُمثِّل الحقيقة الكاملة عن الحب.

• قد نقع في حبِّ شخصٍ ما لأسباب مختلفة؛ قد تكون ابتسامته، أو ذكاءه، أو مَلبَسَه، وهذا ليس حُبًّا حقيقيًّا؛ بل هو"الشعور" بالحب، الذي يتغيَّر، ويختفي بمرور الوقت، ويتبدَّد في النهاية.

• الحب الحقيقي هو قرار، واختيارٌ واعٍ بأن تكون لطيفًا ورحيمًا وحنونًا ومتفهِّمًا تجاه شخص آخر، والالتزام بأن تكون سعيدًا في جَلْب السعادة للشخص الآخر، حتى لو كانت الأشياء التي جعَلَتكَ تشعر بالحب تجاهه لم تَعُد موجودة.

• لا يمكن دائمًا الشعور بالحب، ولكن يمكن دائمًا اختيار التَّصرُّف بحُبٍّ؛ فقد لا تشعر دائمًا بالرغبة في ممارسة الحب، وقد يكون لديك فُرصٌ أخرى أكثر إثارة، لكنَّك إذا أردتَ استمرار الحبِّ فعَليكَ الالتزام به، رغم العقبات؛ لأنَّكَ تدرك أن المكافأة هي استمرار هذا الشعور الجميل بالراحة النفسية الذي يَنتُج عن الاستقرار العاطفي الذي اخترتَه لنفسك.

• الشعور بالحب مرتبطٌ بتفاعُلات بيولوچية وإفراز هرمونات تُسبِّب الشعور بالسعادة، بالمقابل يؤدِّي الانفصال العاطفي إلى انخفاض إفراز هرمونات السعادة، وتنشيط الهرمونات التي تُسبِّب الشُّعور

بالقلق والتَّوتُّر وفقدان الشَّهيَّة.

• يعتقد الرومانسيُّون أن الحب الحقيقي هو الشعور القويُّ والخاص باتجاه شخصٍ واحد فقط، مدى الحياة؛ هذا الوصف المثالي للحُبِّ لا يتطابق مع الواقع الإنساني. أظهَرَت العديد من الدراسات أنه من الممكن الوقوع في الحب مع أكثر من شخص في نفس الوقت، وأن أقلِّيَّة فقط هم مَن يحبُّون شخصًا واحدًا فقط مدى الحياة.

• الأسطورة القائلة بأنه عندما نحبُّ لا يتولَّد شعورٌ جنسيٌّ تجاه أي شخص آخر -بخلاف المحبوب- تتعارَض مع الفهم العلمي الذي يشير إلى أن الرغبة الجنسية لها جذور بيولوچية عميقة تميل إلى التَّعدُّديَّة، ولكن هناك قواعد أخلاقية مُكتَسَبة يجب على الشخص الواعي الالتزام بها للحفاظ على بنية المجتمع واستقراره.

• قد تُقدِّم المرأة الجنس من أجل الحب، وعلى العكس من ذلك؛ قد يُقدِّم الرَّجُلُ الحُبَّ من أجل الجنس، وهذا بالتأكيد ليس هو القاعدة، وفي الواقع فإن العلاقات الإنسانية أكثر تعقيدًا.

الفصل الثاني

تاريخ عِلم الجنس

Sexology

تعرَّض الفصل الأول لشعور الإنسان بالحب، ننتقل الآن إلى موضوع الغريزة الجنسية التي لها ارتباطٌ وثيقٌ بالحب، لكن هل يقترن الجنس دائمًا بالحُبِّ، أم أنه غريزة؛ لممارسته أبعادًا مختلفة نتناولها في الفصول القادمة.

يقول خبير عِلم النفس الأمريكي"چون واتسون" حول أهمية المعرفة العلمية عن غريزة الجنس"من المسلَّم به أن الجنس هو أهم موضوع في الحياة، ومن المسلَّم به أيضًا أن الجنس هو أحد الأسباب الرئيسية لتدمير سعادة الرجل والمرأة، ومع ذلك فإن معرفتنا العلمية بالغريزة الجنسية ضعيفة للغاية".

ونتيجة أهمية الجنس للصِّحَّة النفسية وسعادة الإنسان اهتمَّ العلماء بدراسته عبر القواعد المنهجية؛ ولذلك سنبدأ أوَّلًا بتقديم موجَزٍ عن تاريخ علم الجنس، وهو العلم المختصُّ بدراسة الغريزة الجنسية حسب قواعد المعرفة والبحث العلمي، بعيدًا عن الكتابات العديدة، والمنتشرة عن الجنس، والتي تهدف إلى المكسب المادي عبر إثارة الغريزة الجنسية بما تحويه من معلومات خاطئة تُقدِّم الجنس بأسلوب مشوَّهٍ، بل مُضرٍّ، فيؤدِّي كما يقول د."چون واتسون" إلى تدمير سعادة الرجل والمرأة؛ نتيجة لعدم الممارسة الصحية

لهذه الغريزة البيولوچية الهامَّة والضرورية لاستمرار الجنس البشري، ووفقًا للفيلسوف البريطاني العظيم"برتراند رَسِل"؛ يجب على الآباء تقديم إجابات واضحة لجميع أسئلة أطفالهم حول الجنس بأسلوب يسهل فهمه، وهذا سوف يجنِّبهم الكثير من المفاهيم الفاحشة عن الجنس (Bertrand Russell, Marriage and Morals 1929).

عِلم الجنس

عِلمُ الجنس هو الدراسة العلمية لغريزة الجنس؛ بهدف زيادة تفهُّمنا لجميع جوانب النشاط الجنسي البشري، بما في ذلك اختلاف الميول الجنسية والممارسات الجنسية عبر الثقافات المختلفة.

ونتيجة لتشعُّب التأثيرات المختلفة على هذه العملية الإنسانية؛ فعلى خُبراء عِلم الجنس أن تكون لهم خلفيَّات عِلميَّة مختلفة، تشمل علم النفس، والاجتماع، والأنثروبولوچيا، والبيولوچي، وغيرها من التَّخصُّصات العِلميَّة.

تعتبر غريزة الجنس شاغلًا للإنسان منذ الأزل؛ ممَّا جعلها موضوعًا لاهتمام الفلاسفة والمفكِّرين والعلماء. اهتمَّ فلاسفة الإغريق؛ مثل"أبقراط" و"أرسطو" و"أفلاطون" -في العصور القديمة- بدراسة الغريزة الجنسية، وفي العصر الحديث، مع بداية القرن العشرين، اهتمَّ"سيجموند فرويد"، رائد حركة التحليل النفسي، بدراسة السلوك الجنسي للإنسان، واعتمد بشكل أساسي على دراسة كثير من الحالات التي كان يعالجها؛ لمحاولة فهم أسباب الممارسات

الجنسية المختلفة، بل جعله ركنًا أساسيًّا في تحليله النفسي.

لم يرضَ كثير من علماء عِلم الجنس، منذ خمسينيات القرن الماضي، كامِلَ الرِّضا عن الأفكار التي طرحها"فرويد"، فرفضوا أسلوب التحليل النفسي، واستبدلوه بالأسلوب العلمي الذي يعتمد على التجربة والملاحظة.

كان"ألفريد كينزي" هو أوَّل مَن أجرى دراساتٍ علميَّةً عن الجنس، حيث قام -مع فريقه البحثي- بمقابلة آلاف المواطنين من أماكن مختلفة في الولايات المتحدة؛ لمعرفة تفاصيل حياتهم الجنسية، كذلك درس الفريقُ البحثيُّ أفلامًا تسجيليَّةً لممارسات جنسية مختلفة، بعد الحصول على موافقه المشتركين.

نشر"كينزي" نتائج دراساته في كتابين:"السلوك الجنسي للذَّكَر"، و"السلوك الجنسي للأنثى"؛ هذان الكتابان جعَلَا من"كينزي" شخصيَّةً مشهورة في الولايات المتحدة.

"ويليام ماسترز"، طبيب أمراض النساء، وزوجته"ڤيرچينيا چونسون"، خبيرة علم النفس، أجرَيَا دراساتٍ علميَّةً جادَّة عن الجنس، منذ ستينيات القرن الماضي، فقاما بمراجعة الآلاف من إجابات رجال ونساء عن أسئلة تخصُّ الممارسات الجنسية لهم، وكذلك من نساء يَعمَلن في الدَّعارة، وأيضًا دراسة أفلام لأفراد وأزواج أثناء ممارسة الجنس، فابتكَرَا أدواتٍ جنسيَّة مزوَّدة بكاميرات سمحت لهم بمراقبة

التغيُّرات الفسيولوچية التي تحدث داخل المهبل أثناء الإثارة الجنسية.

نشر"ماسترز" و"چونسون" نتائج أبحاثهما في كتابهما المشهور"الاستجابة الجنسية في البشر". ولكن تعرَّضَت هذه الأبحاث لانتقادات عنيفة في ذلك الوقت من بعض الجهات التقليديَّة المحافِظَة، واعتبروها أنشِطَة إباحيَّة.

تغيَّر موقف المجتمعات الغربية تجاه الممارسات الجنسية منذ ذلك الحين؛ ممَّا انعكس على عِلم الجنس، الذي أصبح أكثر قبولًا، بعد أن كان هناك تَردُّد لاعتماده كتخصُّص علميٍّ مثل أي تخصُّص آخر في مجالات العلوم الطبية والبيولوچية.

يعتمد المنهج العلمي لدراسة الجنس على الدراسات الاستقصائية، والملاحظات المباشرة، وتقارير حالات أو دراسات تجريبية يَستخدم فيها أدوات لقياس الإثارة الجنسية؛ مثل جهاز لقياس ودراسة مدى انتصاب القضيب للذكور، عن طريق قياس التَّغيُّرات في محيط القضيب استجابةً للإثارة الجنسية، وجهاز يمكن إدخاله في مهبل الأنثى لقياس الزيادة في تدفُّق الدم إلى جدار المهبل نتيجة الإثارة الجنسية.

في الآونة الأخيرة، تمَّ استخدام العديد من التطبيقات العلمية الطبية في دراسة علم الجنس، فيستخدم العلماءُ الرَّنينَ المغناطيسيَّ الوظيفي (functional MRI) لتحديد مناطق في المخِّ يزداد نشاطها نتيجة الإثارة الجنسية، وأيضًا عند الوصول

إلى النشوة الجنسية.

كما يستخدم عِلمُ الجنس التجريبي نماذجَ حيوانيَّة (experimental animal models) لدراسة جوانب معيَّنة في غريزة الجنس، ولن نُدخِلَكَ عزيزي القارئ في هذه التفاصيل التي تُبعِدُنا عن محاور هذا الكتاب الرئيسية.

قد يظنُّ البعض أن دراسات السلوك الجنسي في البشر أكثر حرِّيَّة من الدراسات الطبية أو العلمية الأخرى، وذلك غير صحيح؛ فهذه الدراسات يجب أن تلتزم بأخلاقيات وقوانين البحث العلمي التي تشمل الموافقة المستنيرة والدراية الكاملة، بأسلوبِ وأهداف البحث العلمي، مع الالتزام الشديد باحترام الخصوصية والحفاظ على سِرِّيَّة المعلومات الشخصية وهويَّة جميع المشاركين.

الخلاصة

• حاول الفلاسفة والعلماء فهمَ طبيعة الغريزة الجنسية؛ لِمَا لها من أثر على سعادة البشر.

• عانت دراسات علم الجنس من تَعنُّت الجهات المحافِظَة، ووصفها بالإباحيَّة.

• في العقود الأخيرة، مع الانفتاح، وتفهُّم أهمية عِلم الجنس، وانتشار الثقافة الجنسية؛ قَدَّم عِلمُ الجنس معلومات جديدة هامَّة لتَفهُّم غريزة الجنس، وتفسيراتٍ موضوعيَّةً للاختلافات الموجودة بين البشر في ممارسة الجنس، بدون تحيُّزاتٍ عقائديَّة أو ثقافية، والتي تصبُّ في صالح سعادة البشر

وسلامهم النفسي.

الفصل الثالث

التربية الجنسية

Sex education

"يبحث 79 مليون شخص من المجتمعات العربية عن كلمة جنس شهريًّا على موقع جوجل وحده".
(الفضول الشديد عن الجنس في المجتمعات العربية).

بيانات مُحرِّك البحث

"جوجل"

"الفضول الجنسي، مثل أي نوع آخر من الفضول؛ يتلاشى بالمعرفة؛ لذلك فإن أفضل طريقة لمنع الشباب من الهَوَس بالجنس هو أن تُشبِع فضولهم بالمعرفة الكاملة عن الجنس، بدون أي قيود".

الفيلسوف البريطاني

"برتراند رَسِل"

يعتقد البعض أن التربية والثقافة الجنسية قد تشجِّع على الممارسة الفعليَّة للجنس في سِنٍّ المراهقة، ولكنَّ الواقع أثبت أن الكبت الجنسي من خلال التحذير الشديد من ممارسة الجنس يُسبِّب توتُّرات نفسية، بالإضافة إلى عدم تحقيق أهدافه، من خلال نتيجة عكسيَّة، قد تؤدِّي إلى حدوث الحمل في سِنٍّ مبكِّرة.

أوضح خبراء في عِلم الجنس وعِلم النفس أهميَّةَ نشر التربية الجنسية."تمارا كرينين"، الخبيرة الأمريكية

في علم الجنس، قالت:"حتمًا سيتعلَّم الشباب عن الجنس، وسؤالنا يجب أن يكون: أين نريدهم أن يتعلَّموا؟ من وسائل الإعلام؟ من أصدقائهم؟ أم نريدهم أن يتعلَّموا من شخص بالغ متعلِّم ومسؤول؟". النمساوي"برونو بيتلهي"، من خبراء علم النفس، عبَّر عن أهمية فَهْم طبيعة الغريزة الجنسية، بقوله:"لا يمكن الحصول على تربية جنسية دون أن توضِّح أن الجنس أمرٌ طبيعي وممتِعٌ لمعظم الناس". كذلك خبيرة عِلم النفس الأمريكية"آنيتا كليتون"، عبَّرَت عن أهمية التعليم الجنسي للفتاة، بقولها:"التثقيف الجنسي للفتاة يجب أن يشمل تعزيز الصورة الذاتية الجنسية وتقدير الذَّات، ومنحها الأدوات لتقول 'لا'، و'نعم' في الوقت المناسب". تعطي هيئة اليونسكو أيضًا أهمِّيَّةً خاصَّة للتربية الجنسية لمواجهة انتشار مرض الإيدز، وتحقيق أهداف أوسع في مجال الصحة الجنسية، والوقاية من الأمراض المنقولة عن طريق الاتصال الجنسي، والحمل غير المرغوب فيه.

أهداف التربية الجنسية

• خلق معرفة صحِّيَّة عن الذَّات، وفَهمٍ كافٍ للوصف التشريحي للجهاز التناسلي للذكور والإناث.

• فهم التفسير البيولوچي للحمل، الذي يستمرُّ لمدة 9 أشهر لنُموِّ الجنين، وخطر الولادة المبكِّرة أو المتأخِّرة على حياة الجنين.

• تطوير مهارات اتِّخاذ القرارات فيما يتعلَّق بالنشاط الجنسي، وكيفية تجنُّب الحمل والأمراض المنقولة

جنسيًّا.

• توفير معلومات كافية عن استخدام وسائل منع الحمل والواقي الذَّكَري.

• تطوير المهارات اللازمة لإقامة علاقات جنسية ورومانسية صحِّيَّة، على أساس أن الجنس يجب أن يتمَّ الاتفاق عليه بين الطرفين دون أي إكراه، واحترام خصوصية العلاقات الجنسية.

• تَقبُّل الاختلافات والتنوُّع الجنسي، وتفهُّم أن الممارسة الجنسية هي جزء من الطبيعة البيولوچية للإنسان، وأن الجنس شيء ممتع وجيد، ولكن يجب ممارسته بطريقة صحية مبنيَّة على الفهم، وبدون خداع، وبأسلوب لا يُسبِّب ضررًا للآخرين.

• فضح التقاليد المتضاربة والمفاهيم الخاطئة عن الجنس.

• تشجيع ربط السلوك الجنسي بالعاطفة، وكيفية اختيار الشخص المناسب لممارسة الجنس معه.

أساليب التربية الجنسية في الغرب

• التثقيف الجنسي الشامل إلزاميٌّ في مدارس العالم الغربي، ويتلقَّى الطلاب دروسًا مناسبة لأعمارهم حول الجنس.

• استخدام أساليب مُقنِعَة تُحذِّر من مخاطر المواد الإباحية على الإنترنت، والمحادثات الجنسية، والتحرش؛ وكيفيَّة تجنُّب الحمل والأمراض المنقولة جنسيًّا، واحترام الاختلافات والتنوُّع الجنسي، وكيفيَّة

تطوير المهارات اللازمة لإقامة علاقات جنسية صحية.

• التثقيف الجنسي الجيد يحتاج إلى مُعلِّمين رفيعي المستوى، مُتسلِّحين بالنصائح والمعلومات المثبَتَة علميًّا، بعيدًا عن الموروث الثقافي المعتَمِد على مفاهيم خاطئة ومُضِرَّة، وقادرين على شرح كيفية التعامُل مع المشكلات الجنسية المختلفة، دون وضع قيود كبيرة على الموضوعات التي يمكن مناقشتها.

• في الولايات المتحدة هناك ثلاث طرق لتعليم الجنس:

• الطريقة الأولى: التركيز على النَّهي والتحذير عن ممارسة الجنس، ولا يتمُّ توفير أي معلومات حول الحصول على وسائل منع الحمل، والواقي الذَّكَري، وكيفية استخدامها.

• الطريقة الثانية: النَّهي والتحذير عن ممارسة الجنس، ولكن يتمُّ تزويدهم بمعلومات عن وسائل منع الحمل، والواقي الذكري، فإذا قرَّر الطلاب ممارسة الجنس فهم مستعدُّون لتفادي مشاكل الحمل المبكِّر، والأمراض التناسليَّة المُعدِيَة.

• الطريقة الثالثة: التثقيف الجنسي الشامل، لا يتمُّ فيه النَّهي والتحذير، والهدف الأساسي هو تزويد الطلاب بمجموعة واسعة من المعلومات، والتركيز على تطوير مهارات اتخاذ قرار النشاط الجنسي في الوقت والظروف المناسبة للنشاط الجنسي.

• أوضَحَت بعض الدراسات في أمريكا أن نِسَب حدوث الحمل في سن المراهقة صارت أقلَّ، مع التثقيف

الجنسي؛ وأن التركيز على التحذير فقط فشل في تحقيق أهدافه.

• التثقيف الجنسي الشامل إلزاميٌّ في هولندا ودُوَلٍ أخرى؛ مثل: السويد، وأستراليا، وفرنسا، وألمانيا- لجميع الطلاب، منذ تسعينيات القرن الماضي، ويتمُّ تدريب المعلِّمين على كيفية إجراء دروس التربية الجنسية، بموضوعيَّة، وبتفسير علميٍّ واضح، وبدون أيِّ تَحفُّظات في التَّعرُّض لمواضيع مختلفة عن الممارسات الجنسية.

أسباب الاهتمام بالتربية الجنسية في العالم الغربي

بالرغم من التَّحرُّر الجنسي في الغرب، إلَّا أن العديد من الآباء يخجلون من التحدث مع الأطفال عن الجنس، ويُفضِّلون نقل هذه المسؤولية إلى المدارس.

وما يزال بعض الطلاب يعتمدون على أصدقائهم، والمصادر الإباحية؛ للحصول على معلومات جنسية، كنتيجة لاختلاف طُرُق تدريس الثقافة الجنسية.

ويستند التثقيف الجنسي في الغرب إلى إدراكهم أن المراهقين كائنات جنسية، يجب تزويدهم بمعلومات دقيقة وكافية للتعامُل بطريقة صحِّيَّة مع الرغبات الجنسية، وحمايتهم من المشاكل النفسية، والشعور بالذنب تجاه ممارسة الجنس بسبب بعض التقاليد الاجتماعية التي تنكر الاحتياجات الجنسية المشروعة للبشر، وتعتبر الجنسَ سلوكًا قَذِرًا يجب تجنُّبه.

التربية الجنسية في مصر والمجتمعات العربية

للأسف، الثقافة الجنسية في المجتمعات العربية مُنعَدِمة، ومعظم المعلومات المتاحة عن التربية الجنسية تأتي من العالم الغربي، ويعتمد المجتمع على رجال الدين لتوجيه الأطفال -وكذلك الكبار- في هذه الأمور، بالرغم من قِلَّة وعيهم بالنظريات العلمية الحديثة وتفسيراتها.

ويتذرَّع بعض الناس بالقيم الدينية والاجتماعية لمنع تدريس التربية الجنسية، ويرفضون الاعتراف بوجود حقائق بيولوچية يجب التعامل معها بواقعيَّة؛ وفقًا للمفاهيم العلمية.

ويكمن الخوف من التربية الجنسية لدى العرب في قِلَّة الوعي بالحقائق العلمية المتعلِّقة بالجنس، واعتقادهم بأن الثقافة الجنسية لا تتَّفِق مع القِيَم الدينية، وأنها قد تؤدِّي إلى تشجيع الشباب للقيام ببعض التجارب الجنسية في سِنٍّ مُبكِّرة. هذا الخوف يتناقض مع أهداف التربية الجنسية، التي تؤكِّد على ممارسة الجنس في سِنٍّ وظروف مناسبة، كما أنه لا يتعامل مع الواقع الذي يشير إلى انتشار العلاقات الجنسية بين الشباب، ويسعى الكثير منهم إلى تثقيف أنفسهم جنسيًّا من خلال المصادر الإباحية، والتي تُقدِّم صورةً زائفة عن الممارسة الجنسية، تَضرُّ بسلوكهم الجنسي وصحَّتهم النفسية فيما بعد.

غير أننا لاحظنا، في الفترة الأخيرة، أن بعض الصحفيين، والمتخصِّصين، في مصر قد أعربوا عن استيائهم من نقص التربية الجنسية في المدارس، مُشيرين إلى أن مصر تشهد أكبر معدَّلات طلاق؛

بسبب نقص التثقيف الجنسي بين الشباب. من بين هؤلاء: الدكتور"خالد منتصر"، المهتم بالثقافة العلمية، الذي طالب عام 2010 بتدريس التربية الجنسية في المدارس، ودعا إلى تغيير المعتقدات السائدة، مُشيرًا إلى أن الجنس هو غريزة بيولوچية مُهمَّة، وأن التربية الجنسية ليست مسؤوليَّةَ مُدرِّس العلوم فحسبُ، بل تقع أيضًا على عاتق جميع المعلِّمين.

الاهتمام العالمي بتدريس التربية الجنسية

اجتمعت دول العالم في بكين بدعوةٍ من الأمم المتحدة في عام 1995 لمناقشة قضايا تخصُّ المرأة، وانتهت إلى ما يُعرف بوثيقة بكين، التي وقَّعَتها عديدٌ من الدول العربية والإسلامية، ونصَّت على أهمية تدريس مادَّة تحمل عنوان"الثقافة الجنسية".

وتنصُّ تلك الوثيقة على المطالبة بتقديم خدمات الصِّحَّة الإنجابية للأطفال والمراهقين عن طريق التعليم والإعلام، وتعليم المراهقين ما يُسمَّى بالجنس الآمِن؛ أي كيفية ممارسة الجنس، مع تفادي حدوث الحمل، أو نشر الأمراض التي تنتقل بالاتصال الجنسي، وتوفير وسائل منع الحمل للأطفال والمراهقين في المدارس، وإباحة الإجهاض، بحيث يكون قانونيًّا، والمطالبة بالمساواة بين الجنسين في جميع الحقوق.

وتتضمَّن الوثيقة كذلك السماحَ بمبدأ حقِّ الإنسان في تغيير هويَّته الجنسية؛ من ذَكَرٍ إلى أنثى، ومن أنثى إلى ذَكَر، وتُقرُّ الاعترافَ بالمثليِّين، والمطالبة

بإدراج حقوقهم ضمن حقوق الإنسان، ومنها حقُّهم في الزواج وتكوين أُسَر، وتبنِّي الأطفال.

لكن الأزهر، والجماعات الدينية، انتقدوا تلك الوثيقة، واعتبروها مخالِفةً للشريعة الإسلامية، وأن هذه الوثيقة تسمح للأمم المتحدة بفرض النَّمط السلوكي الغربي على المجتمعات الإسلامية.

وفي 3 مارس 2005 أصدرت لجنة البحوث الفقهية في الأزهر بيانًا وافق على تعليم الطُّلَّاب الأمورَ المتعلِّقة بالجنس، بشرط عدم الإثارة، وتفادي استخدام الألفاظ الموحية، ووضَّح البيان أيضًا أن الشرائع السماوية حرَّمَت الممارسة الجنسية غير المشروعة؛ وبالتالي يتفادى الإسلام اللجوءَ إلى وسائل إباحة الإجهاض للتَّخلُّص من الحمل غير المرغوب فيه، وتوزيع وسائل منع الحمل على الأطفال.

الخلاصة

تهدف التربية الجنسية إلى تقديم مفاهيم وإرشادات عِلميَّة حول الممارسة الصحية للجنس، تلك الممارسة التي يجب أن تكون دون إكراه، أو إلحاق أذى للآخرين؛ وكذلك كيفية تجنُّب الحمل والأمراض المعدية نتيجة الاتصال الجنسي.

بينما تخطَّت المجتمعات الغربية الموروثَ الثقافيَّ المحمَّل بمفاهيم خاطئة عن الجنس، والتَّفرِقة بين الرجل والمرأة، والاعتماد على تقاليدَ دَحَضَها العِلمُ؛ فكانت النتيجة إيمانها بأن التربية الجنسية

الصحيحة تؤدِّي إلى حياةٍ جنسيَّة جيِّدة، دون مشاكل نفسية- تلتزم المجتمعات الشرقية بالتجهيل والكبت الجنسي؛ ممَّا يجعل المشكلات الجنسية الموجودة في كل بيت، وداخل كل مراهق نارًا تحت الرماد، نرى انعكاساتها في العديد من المشكلات النفسية والمجتمعية، دون القُدرَة على المصارحة وكشف السبب الحقيقي وراءها؛ فتُرفَض الأساليب الحديثة للتربية الجنسية، بزعم أنها تتعارض مع التعاليم والقِيَم الدينية، وأن النمط السُّلوكيَّ للغرب لا يصلح لها؛ اعتمادًا على صورة نمطيَّة حول الحرية الجنسية المنفلتة في المجتمعات الغربية، وهي صورة تفتقر إلى الصِّحَّة والدِّقَّة في الواقع.

الفصل الرابع

الوصف التَّشريحي للجهاز التَّناسُلي في الرَّجل والمرأة

يتزوج النساء والرجال، ويمارسون الجنس، دون معرفةٍ كافية بالتفاصيل التشريحية لأجهزتهم التناسُليَّة ووظائفها، وقد يؤدِّي هذا إلى عدم الاستمتاع بالجنس وممارسته بشكل غير صحِّيٍّ، بما له من آثار صحِّيَّة ونفسيَّة قد تؤدِّي إلى تدمير العلاقات الجنسية والعاطفية.

أوضح الكاتب الأيرلندي العظيم"چورچ برنارد شو" أهمِّيَّة الثقافة الجنسية، بقوله:"تعليم الجنس لا يقلُّ أهمِّيَّةً عن تعليم فوائد الطعام، ومع ذلك، فإن المراهقين لا يعلمون أي شيء عن فيسيولوچيا الجنس، ولم يُحذِّروهم من أن الانجذاب الجنسي قد يحدث بين أشخاص غير مناسبين لتكوين علاقة جيدة طويلة المدى".

يقدِّم هذا الفصلُ التفاصيلَ التشريحيَّة والفسيولوچية عن الجهاز التناسُلي للرجل والمرأة، بأسلوب مبسَّط، مع بعض الرسومات التوضيحية.

الجهاز التناسلي للذُّكور

أهمِّيَّة العضو الذكري"القضيب" في الحضارات القديمة

كان للعضو الذكري أهمِّيَّة خاصة في العديد من الثقافات عبر التاريخ؛ ففى مصر القديمة كان القضيب

رمزًا للخصوبة، وغالبًا ما كان يُصوَّر الإله"مين" بقضيب منتصب، وكان يتمُّ تكريمه في طقوس تتويج الفراعنة؛ لضمان قوَّتهم الجنسية. كذلك كان للقضيب دور أساسيٌّ في أسطورة إيزيس وأوزوريس، حيث جمعت"إيزيس" أشلاء"أوزوريس"، بعد أن قتَلَه شقيقُه الشرير"سِت"، وكان الجزء المفقود الوحيد هو قضيبه؛ لذلك صنَعَت له بديلًا خشبيًّا، وبتدخُّل من الآلهة؛ حمَلَت"إيزيس" من"أوزوريس"، وأنجَبَت له ابنًا؛ هو الإله"حورس".

في الأساطير اليونانية القديمة، اعتُبِر"هيرميس" إلهًا للعضو الذَّكَريّ، وكان ابنه"بان" (Pan) له قضيبٌ مُنتصِبٌ، يماثل الإله المصري"مين"، وكان"بريابُس" (Priapus) إلهًا للخصوبة وحماية الأعضاء التناسُليَّة الذَّكريَّة، وكان أيضًا ذا قضيبٍ كبير الحجم، ويُستخدَم اسمه في الطب لوصف مرض الانتصاب المستمر (priapism).

الرومان القُدماء أيضًا أحاطوا أنفسهم برسوم فنية للقضيب.

أمَّا عن بعض الديانات الشرقية، فيعبد الهندوسُ الإله الهامَّ"شيفا" (Shiva)، في شكل قضيبٍ، يُسمَّى لينجام (Lingam).

التفاصيل التشريحية للجهاز التناسُلي الذَّكري

القضيب (Penis)

يتكوَّن القضيب من ثلاثة أجزاء: الجذر (الجزء الداخلي للقضيب)، الجسم (Shaft) والرأس (Glans)؛

المغطَّى بجلدٍ يُسمَّى القَلفة (foreskin)، التي يتمُّ إزالتها بالختان. يحتوي القضيب على مجرى البول، الذي ينتهي بفتحةٍ عند نهاية الرأس، وتوجد ثلاث أسطوانات بها أنسجة رخوة ذات طبيعة إسفنجية؛ اثنتان متجاورتان على الجانب الظهري للقضيب، وهما مسؤولتان عن الانتصاب مع ازدياد تدفُّق الدم، وأسطوانة بطنية تحيط بمجرى البول.

توجد اختلافات في شكل القضيب من حيث درجة الانحناء، والطول، فمتوسِّط طول القضيب المنتصب 13 سم، ومحيطه 11 سم، ولا توجد أدلَّة قاطِعَة تُدعِّم وجود اختلافات في حجم القضيب حسب العِرق. حجم القضيب أيضًا ليس ذا أهمية كبيرة كما هو شائع، ولا يرتبط بالقدرة على إشباع احتياجات الأنثى الجنسية؛ لأن المناطق الحسَّاسة في الجهاز التناسُلي الأنثوي خارجيَّة، وليست في الأجزاء العميقة كما سنشرح لاحقًا في الوصف التشريحي للجهاز التناسُلي للمرأة، وقد يُسبِّب القضيب كبيرُ الحَجمِ ألمًا للمرأة أثناء ممارسة الجنس المهبلي، وفي أحد الاستطلاعات 66% من النساء أكَّدوا أن حجم القضيب ليس له أهمية كبيرة للاستمتاع الجنسي؛ وبالتالي فتفضيل المرأة للقضيب ذي الحجم الكبير هو أسطورة لا معنى لها أمام كلام العِلم واستطلاع رأي النساء.

كيس الخصيتين، ويُسمَّى أيضًا"كيس الصفن" (Scrotum)

هو كيس جلد خارجيٌّ يحتوي على خصيتين، وعند

تعرُّضهما لأجواء باردة يرتفع الكيس ليقترب من الجسم للاستفادة من حرارته، حيث تتقلَّص طبقة من العضلات الرقيقة تحت الجلد، أمَّا في درجات الحرارة المرتفعة تسترخي هذه العضلات لتصبح الخصيتان بعيدتَيْن عن الجسم؛ لأن درجة الحرارة المُثلَى للخصيتين أقلُّ من درجة حرارة الجسم بدرجتين أو ثلاث؛ لتوفير بيئة مناسبة لإنتاج الحيوانات المنوية.

المظهر الخارجي للكيس قد يختلف أيضًا من شخص إلى آخر، ومن الطبيعي أن تكون الخصية اليسرى موقعها أكثر انخفاضًا من الخصية اليمنى، ويبلغ متوسط طول الخصية 5 سم، وتُعتبَر الخصية صغيرة إذا كان الطول أقلَّ من 3.5 سم.

الخصية مسؤولة عن تكوين الحيوانات المنوية وإنتاج الهرمون الذَّكَري التستوستيرون (testosterone)، الذي يلعب دورًا أساسيًّا في نُضج الصِّفات الذكورية، وإنتاج الحيوانات المنوية، وقوة الرغبة الجنسية، ويزداد إنتاجه بشكل ملحوظ خلال فترة البلوغ. ويؤدِّي انخفاض إنتاج التستوستيرون - مع تقدُّم العمر- إلى: قِلَّة الرغبة الجنسية، وضعف الانتصاب، وانخفاض عدد الحيوانات المنوية، وتضخُّم أنسجة الثدي، وزيادة الدهون في الجسم، وهشاشة العظام.

يتمُّ تخزين الحيوانات المنوية بعد أن تُفرِزها الخصيتان في جهازٍ يتكوَّن من أنبوب طويل ملفوف على شكل هلال، يقع على ظَهْر كل خصية، ويُسمَّى"البربخ" (epididymis)، تنتقل بعدها

الحيوانات المنوية من البربخ داخل القناة المنوية (vas deference)، وهي عبارة عن أنبوب طويل يخرج من كيس الصفن عبر الحبل المنوي (spermatic cord) إلى داخل البطن، ليلفَّ حول المثانة حتى يصل إلى البروستاتا، ليخترقها، ويصبح قناةَ القَذف (ejaculatory duct) التي تصل إلى مجرى البول.

من الوسائل الفعَّالة لمنع الحمل قَطعُ جزء صغير من القناة المنويَّة، بعملية جراحية بسيطة تُسمَّى (vasectomy)، وليس لها تأثير سلبي على القُدرة على الممارسة الجنسية، أو إفراز الهرمونات الذَّكريَّة.

الحويصلات المنوية (Seminal vesicles)

عبارة عن غُدَّتين صغيرتين تقعان على الجدار الخلفي للمثانة البولية، وتُفرِغ إفرازها في قناة القذف.

يشكِّل إفراز الحويصلات المنوية الجزء الأكبر من السائل المنوي، ويحتوي على العديد من البروتينات والإنزيمات والمعادن، و"البروستاجلاندين"، الذي يجعل عنق الرحم أكثرَ تقبُّلًا للحيوانات المنوية، وكذلك نسبة عالية من الفركتوز؛ المصدر الأساسي لطاقة الحيوانات المنوية.

البروستاتا (prostate gland)

تقع غُدَّة البروستاتا أسفل المثانة، وتفرز سائلًا قلويًّا؛ ليُكوِّن مع إفراز الحويصلات المنويَّة والحيوانات المنوية السائلَ المنويَّ (70% من الحويصلات المنوية، 30% من البروستاتا).

ووَقفُ تدفُّق الحيوانات المنوية خلال القناة المنويَّة

بعمليَّة جراحيَّة لمنع الحمل لا يؤثِّر على استمرار إفرازات الحويصلات والبروستاتا والاستمتاع بالعملية الجنسية.

غُدَد كاوبر (Cowper's glands)

غدَّتان صغيرتان أسفل البروستاتا، تُفرِزان كمِّيَّة صغيرة من السوائل في مجرى البول، عندما يُثار الرجل جنسيًّا ويظهر هذا السائل عند فتحة مجرى البول على شكل قطرة أو اثنتين، وهذا السائل يجعل مجرى البول أكثر ملاءمة للحيوانات المنوية.

يحتوي هذا السائل على عدد قليل من الحيوانات المنوية النَّشِطة، قد تؤدي إلى الحمل، وهذا يتعارض مع الفهم الشائع الخاطئ من أن انسحاب القضيب من المهبل قبل قذف السائل المنوي يُجنِّب حدوث الحمل.

السائل المنوي (semen)

أثناء القذف (ejaculation) يتمُّ إطلاق السائل المنوي عن طريق تقلُّصات في مجرى البول وعضلات موجودة عند جذر القضيب، وحجم السائل المنوي يختلف من رَجُلٍ لآخر، ويساوي -في المتوسِّط- ملعقةً أو ملعقتين صغيرتين، ويحتوي على ملايين من الحيوانات المنوية.

السائل المنوي قَلويٌّ سُكَّريٌّ، وظيفته تغذية الحيوانات المنوية، ومساعدة استمرار نشاطها الحَرَكيِّ، وحمايتها من حموضة مجرى البول والجهاز التناسُلي الأنثوي.

المفاهيم التاريخية عن السائل المنوي ودوره في التكاثُر البشري

الحضارات القديمة اعتقدت أن الكون قد تكوَّن من السائل المنوي للآلهة، في الحضارة السومرية بالعراق قذف الإله"إنكي" سائلَه المنويَّ ليكون نهر دجلة، ومن الطين الناتج من اختلاط ماء النهر بالتراب تمَّ خَلقُ البشر الأوائل، وفي الحضارة المصرية القديمة تكوَّن الكونُ من السائل المنوي ("متوت" باللغة الهيروغلفية) لأتوم (Atum)؛ إله الخلق.

ومنبع السائل المنوي لم يكن معروفًا لدى القدماء؛ فالإغريق، وفقًا لكتابات"أفلاطون"؛ والهنود، حسب النصوص الهندية القديمة (Vedic text)؛ اعتقدوا أن مصدره العمود الفقري، كذلك الرَّسَّام الإيطالي المشهور"ليوناردو دي ڤينشي" أوضح في إحدي رسوماته"موقف الجِماع الطولي" من كراساته التشريحية عام 1493- أن السائل المنوي منبعه العمود الفقري.

دور السائل المنوي في الإخصاب أيضًا لم يكن مفهومًا حتى أواخر القرن التاسع عشر، ومن المفاهيم القديمة -وفقًا للفيلسوف الإغريقي"أرسطو"- أن تكوين الجنين يعتمد على مزج دم الحيض مع السائل المنوي.

الحيوانات المنوية اكتُشِفَت في القرن السابع عشر، والبويضات في القرن التاسع عشر، وفي أواخر القرن التاسع عشر تمَّ الفهم الكامل لعملية الإخصاب، وأنها نتيجة اختراق الحيوان المنوي للبويضة لتكوين

الجنين.

يتم إنتاج الملايين من الحيوانات المنوية في الخصيتين كل يوم، وعندما تتشكَّل ذيولها، تنتقل إلى البربخ، حيث تستمرُّ في النُّموِّ لمدة خمسة أسابيع أخرى، وبمجرد اكتمال نموِّها، تنتقل إلى القناة المنوية.

عندما يُثار الرَّجُل جنسيًّا، يختلط حوالي 200-400 مليون حيوان منوي مع إفرازات البروستاتا والحويصلات المنوية لتكوين السائل المنوي، الذي يتمُّ قذفه خلال مجرى البول أثناء ممارسة الجنس.

يقوم الجسم بتفكيك الحيوانات المنوية وامتصاصها مع توقُّف النشاط الجنسي وعدم قذف السائل المنوي.

ينتج الرجل السَّليم دائمًا حيواناتٍ منويَّةً في السَّائِل المنوي، حتى لو قام بالقذف عدَّة مرَّات في نفس اليوم.

ينخفض إنتاج الحيوانات المنوية مع تَقدُّم العُمر، أو تدهور الصِّحَّة العامَّة.

تموت الحيوانات المنويَّة بسرعة خارج جسم الذَّكر بمجرَّد جفاف السائل المنوي بعد التَّعرُّض للهواء، أو بالختلاط بالماء، الذي يُسبِّب انفصال الحيوانات المنوية عن المواد الواقية في السائل المنوي. في المقابل، تعيش الحيوانات المنوية لمدَّةٍ تصل إلى خمسة أيام في مُخاط عنق الرحم، المناسِبِ للحفاظ على حيويَّتها.

يمكن للحيوانات المنوية البقاء على قيد الحياة إلى أجلٍ غير مُسمًّى بعد تجميدها عند درجة حرارة 196 درجة مئوية تحت الصفر، باستخدام النيتروچين السائل، ويتمُّ ذلك في بنوك الحيوانات المنوية.

الحيوان المنوي (sperm)

أصغر خليَّة في جسم الإنسان، ويتكوَّن من رأس به مكوِّنات الخلية، وذيلٍ للحركة، ويتراوح عدد الحيوانات المنوية من 15 مليون إلى أكثر من 200 مليون حيوان منوي لكل ملليلتر من السائل المنوي. ويُعتبر عدد الحيوانات المنوية منخفضًا إذا كان أقلَّ من 15 مليون حيوان منوي لكل ملليلتر من السائل المنوي.

العناية الصحية بالأعضاء التناسُلية الذَّكريَّة

العناية الصحية بالأعضاء التناسُليَّة هامَّة لتَجنُّب العدوى، وغيرها من المشاكل الصحية؛ فيجب اتباع بعض الإجراءات للوقاية من الأضرار التي قد تصيب هذه الأعضاء، من بينها الاغتسال قبل، وبعد، ممارسة الجنس؛ حيث يُقلِّل هذا من احتمال العدوى. كما أن قَصَّ شَعر العانة (pubic hair) -أو إزالته- يجب أن يتمَّ بعنايةٍ؛ لتَجنُّب جرح الجلد والإصابة بعدوى.

ويجب مراقبة حالة الخصيتين وفحصهما دوريًّا، بشكل ذاتي على الأقل؛ بحثًا عن أي ورمٍ، وفي ذلك تجدر الإشارة إلى أنه يتعيَّن علينا عدم الخلط بين"البربخ" الذي يقع على ظهر كلِّ خصية، والكُتَل غير الطبيعية التي قد تظهر، وتستدعي زيارة الطبيب فورًا للتأكد من ماهيَّتها.

ومن المخاطر التي قد يتعرض لها العضو الذَّكَري، خصوصًا أثناء الأنشطة الجنسية العنيفة، أنه قد يحدث كَسرٌ في القضيب المنتصب، وقد يَنتُج عن ذلك تَشوُّهٌ دائم في شكل القضيب، وخَلَلٌ في أدائه، إذا لم يتمَّ علاجه بشكل صحيح.

الجهاز التَّناسُلي الأُنثوي

يتكوَّن من أعضاء خارجية وداخلية، المصطلح الذي يُستخدَم لجميع الأعضاء التناسلية الخارجية هو الفَرْج (vulva).

نتيجة الجهل المنتشر بين النساء والرجال عن التفاصيل التشريحية للفَرْج، ووظائف كلِّ جُزءٍ فيه؛ يسود اعتقادٌ بأن النشوة الجنسية عند النساء مصدرها اختراق القضيب للمهبل، في حين أنه عِلميًّا لا يُمثِّل هذا الاختراقُ الوسيلةَ الأساسية التي تصل بها معظم النساء إلى ذُروَة النشوة الجنسية؛ ممَّا يُسبِّب ارتباكًا أثناء ممارسة الجنس، فيَصِل الرجل إلى ذروة النشوة الجنسية، بينما لا يتحقَّق ذلك للمرأة، ولا تصل إلى الإشباع الممكِن؛ ممَّا يُؤثِّر على صِحَّتها النَّفسيَّة، واستقرار العلاقة بينهما.

مُقدِّمة تاريخيَّة عن الفَرْج

اعتَبَر التاريخ القديم أن الفرج مصدرٌ للحياة، وكان يُقدَّر بشكل أكبر من كل رموز الخصوبة الأخرى. ظل هذا التقدير يتراجع، إلى أن وصل به الحال -في الآونة الأخيرة- أنه يُنظَر إليه على أنه شيء قَذِر، وإباحيٌّ، يجب إخفاؤه، ويُلمح إليه فقط في إعلانات

منتجات النظافة النسائية؛ ممَّا يعطي الانطباع الخاطئ بأن الأعضاء التَّناسُليَّة الأنثوية غير نظيفة.

الأعضاء الخارجية للجهاز التَّناسُلي الأنثوي

هو عبارة عن مجموعة أعضاء تحيط بفتحة المهبل، وتتكوَّن من:

العانة (mons pubis)

جزءٌ مُرتَفِع أسفل البطن، مُغَطًّى بالشَّعر عند المرأة البالغة. والضَّغط على هذه المنطقة يعطي مُتعَةً جنسيَّة.

الشَّفرتان الكُبرَيان (labia majora)

تتكوَّن الشفرتان الكبريان (الشِّفاه الكبيرة) من الجِلد والدهون، وتحتوي على غُدَدٍ دُهنيَّة وعَرَقيَّة، ويوجد بها شَعرٌ مثل العانة، ومَهمَّتهما هي تغطية وحماية مُكوِّنات الفَرْج، وفتحة مجرى البول، وتشريحيًّا هي مُماثِلة لكيس الصَّفن عند الذكور.

الشَّفرتان الصُّغريان (labia minora)

الشَّفرتان الصُّغريان عبارة عن زوج من الطَّيَّات الجِلديَّة الرفيعة، خالية من الشَّعر، وهما من المناطق الحسَّاسة في الفَرْج، وتعملان على حماية فتحة المهبل (vagina)، ومجرى البول، والبظر (clitoris). وقد توجد اختلافات كبيرة في شكل الشَّفرتَيْن الصغريَيْن؛ من حيث الطول والعَرْض ودرجة اللون.

تُعرَف المنطقة بين الشفرتين الصُّغريَيْن باسم"الدِّهليز" (vestibule)، وتحتوي على فتحة مجرى

البول، وفتحة المهبل.

البظر (clitoris)

البَظرُ يقابل القضيبَ عند الرجل، باستثناء أن البظر لا يحتوي على مجرى البول، ولا يلعب أيَّ دَورٍ في التَّبوُّل، وهو عضو حسَّاس للغاية، وهامٌّ للاستمتاع الجنسي عند النساء، وينتصب مثل قضيب الرَّجُل، مع اللمس والإثارة الجنسية.

تمارس بعض المجتمعات -خاصَّةً في الشرق الأوسط وإفريقيا- بَتْرَ البظر؛ لحماية المرأة من شهوة الجنس، والاحتفاظ بعُذريَّتها، ويُسمَّى هذا الانتهاك لجسم المرأة"الخِتان" أو"الطهارة"، ولكنَّ التَّسمية المناسبة، والمستخدمة حاليًّا، هي"تشويه الأعضاء التناسلية للأنثى"(Female genital mutilation).

يُعتبَر البَظرُ المصدرَ الأساسي للمتعة الجنسية للإناث، إلَّا أن معظم النساء والرجال يجهلون تفاصيله التشريحية؛ لأن غالبية البَظرِ غير مرئي، والجزء التالي يطرح هذه التفاصيل.

يتكون البظر من:

- الحَشَفة (glans)
- جسد البَظْر (body)
- الرِّجلَيْن والبُصَيلَتَيْن الدِّهليزيَّتين (paired crura and vestibular bulbs)

الحشفة (glans)

الحشفة هى الجزء الخارجى من البَظْر، وهى بحجم

حبَّة البازلَّاء، وهي حسَّاسة للغاية لِلَّمس، وتقع فوق مجرى البول.

لا تنتفخ الحَشَفة أثناء الاستجابة الجنسية؛ لأنها لا تحتوي على أنسجة إسفنجية قابلة للتَّمدُّد.

ويوجد أعلى الحشفة غطاء جلديٌّ مُمتَدٌّ من الشَّفرتين الصُّغريين (clitoral hood)، وتختلف أغطية البَظْر في الحجم ودرجة التغطية من امرأة لأخرى.

جسم البظر، والرِّجْلان، والبُصَيلتان الدِّهليزيَّتان

يرتبط جسم البَظْر (clitoral body) بالحَشَفة (glans)، ويتكوَّن من زوجٍ من أنسجة الانتصاب الإسفنجية، والتي تحتوي على الدَّمِ أثناء انتصاب البظر.

ويمتدُّ جسم البظر عدَّة سنتيمترات قبل أن يصبح زوجًا من الأرجُل على شكل حرف"V" مقلوب، مختفٍ خلف الشفرتين الصغريين.

أمَّا البُصَيلتان الدِّهليزيَّتان (vestibular bulbs)، فتقعان بجانب الرِّجْلَيْن، وتحيطان بمجرى البول وقناة المهبل.

وتحتوي البُصيلات والأرجل على أنسِجةِ الانتصاب، التي تتضخَّم بزيادة كمية الدم داخلها أثناء -وبسبب- الإثارة الجنسية.

ويبلغ طول جسم البَظْر والأرجُل معًا حوالي 10 سنتيمترات.

غشاء البكارة hymen

يحيط غشاء البكارة بفتحة المهبل، وله أشكال

مختلفة، ولكن الأكثر شيوعًا على شكل نصف قمر، وهذا الشَّكل يسمح لدم الحيض بالتَّدفُّق خارج المهبل.

ويتمزَّق هذا الغشاء الرقيق مع ممارسة الجنس، واختراق القضيب للمهبل؛ ممَّا يؤدِّي إلى حدوث نزيف دمٍ بسيط.

ويولد بعض النساء بدون هذا الغشاء، أو قد يتمدَّد عند ممارسة الجنس ولا يحدث نزيفٌ؛ ممَّا قد يُسبِّب الشَّكَّ في عذريَّة المرأة.

هذا الغشاء ليس له أهمِّيَّة فسيولوچية، وليس جديرًا بالثِّقة في مسألة عُذريَّة المرأة؛ لأن غشاء البكارة غير موجود عند الكثير من البنات منذ الولادة، ووفقًا لإحدى الدراسات فإن 43% من البنات العَذارى، اللاتي تمَّ فَحصهنَّ طِبِّيًّا ليس لديهن غشاء البكارة.

قد يغطي غشاء البكارة فتحة المهبل بالكامل في بعض الأحيان ويمنع تدفُّق دمَ الحيض من المهبل؛ ممَّا يؤدِّي إلى تَجمُّع الدم داخل المهبل، وانتفاخه، مع ألم في البطن، وصعوبة في التَّبوُّل. والعلاج يتمُّ بعملية جراحية بسيطة لإزالة غشاء البكارة وخلق فتحة مهبلية بحجم طبيعي؛ حتى يتدفَّق دم الحيض خارج المهبل.

فتحة مجرى البول (urethral opening)

تقع هذه الفتحة أسفل البظر، ويتمُّ خروج البول من خلالها.

غُدَّة بارثولين

تقع على جانِبَيْ فتحة المهبل، وتُفرِز كمِّيَّةً صغيرة من مادة مُخاطيَّة أثناء الإثارة الجنسية، ولا يوجد اتِّفاقٌ بين العلماء على أهمِّيَّة هذا الإفراز.

الأعضاء الداخليَّة للجهاز التَّناسُلي الأنثوي

المهبل (Vagina)

يمتدُّ المهبل من فتحة الفرج إلى عنق الرحم، وهي قناة عضلية تمتدُّ بطول حوالي 8 سم، والمهبل لديه القابليَّة لأن يصبح أطولَ عند الجِماع، وأثناء الولادة. يُبطِّن المهبلَ غشاءٌ مُخاطيٌّ يُفرِز سائلًا أثناء الإثارة الجنسية يساعد على انزلاق القضيب إلى داخل المهبل، قِلَّة إفراز هذا السائل يؤدِّي إلى جفاف المهبل؛ مِمَّا يُسبِّب ألـمًا أثناء اللقاء الجنسي.

ومنطقة مدخل المهبل -وليس الجزء العميق- هي المنطقة الأكثر حساسية، وتوجد على كل جانب من المدخل منطقةٌ بها أنسجة إسفنجيَّة تتضخَّم مع تدفُّق الدم أثناء الإثارة الجنسية.

يوجد في الجدار الأمامي على بُعد 5 سم من فتحة المهبل منطقة باسم (G spot)، هناك اعتقاد أن الضغط على هذه المنطقة يُسبِّب النشوة الجنسية، ولكن أوضَحَت الأبحاث الحديثة عدم وجود G spot في حوال 50% من النساء، وهناك أيضًا اختلاف على تحديد موقعها في المهبل.

الرَّحِم (uterus)

الرَّحِم عُضوٌ عَضَليٌّ كُمِّثريُّ الشَّكل، يبلغ طوله

حوالي 7.5سم، وعرضه 5 سم، يقع داخل تجويف الحَوض، خلف المثانة، وأمام المستقيم، ويتَّصل جسمُ الرَّحِم من كل جانبٍ بقناةٍ رَحِميَّة (fallopian tube)، وله عنق يفتح في تجويف المهبل.

تُبطِّن الرَّحِم طبقةٌ خاصَّة من الأنسجة يزداد سُمكُها قبل مجيء الدورة الشهرية، ويتمُّ التَّخلُّص منها أثناء الحَيْض، وتُستبدَل بطبقة جديدة.

والرَّحِم هو المكان الذي ينمو فيه الجنين.

القناتان الرَّحِميَّتان

الاسم الطبي للقناة الرَّحِميَّة هو"قناة فالوب"، والقناتان الرَّحِميَّتان إحداهما يُمنى، والأخرى يُسرى، وتمتدُّ كلٌّ منهما من جسم الرَّحِم إلى المبيض، وطول كلٍّ منهما حوالي 10 سم، وتنتقل البويضة من المبيض إلى الرحم خلال القناة الرَّحِميَّة المبطَّنة بخلايا تساعد على دفع البويضة تجاه تجويف الرحم.

المِبْيَضان (Ovaries)

المبيضان جسمان بيضاويَّا الشَّكل، ويقعان في تجويف الحوض، ويبلغ متوسط طول المبيض الواحد 3 سم، وعرضه 1.5 سم، وسُمكه 1 سم تقريبًا.

المبيض يتكوَّن من قِشرَةٌ خارجية تحتوي على البويضات، وجزءٍ داخليٍّ يُدعَى النُّخاع.

يقابل المبيضُ الخِصيةَ عند الرجل، ويُنتج هرمونَيْن أساسيَّيْن؛ هما: الإستروجين، والبروجسترون، اللذين يتحكَّمان في الصفات الأنثوية، وفي تنظيم الدورة

الشهرية.

تحتوي طبقة القشرة على عدد هائل من الحويصلات البيضيَّة، وفي كل دورةٍ شَهريَّة تنمو عِدَّة حويصلات، ولكن واحدة فقط يكتمل نموُّها، وتنفجر من سطح المبيض، لتدخل القناةَ الرحمية، لتصل إلى تجويف الرحم، لتخرج مع دَمِ الحيض إذا لم يتِمَّ إخصابها.

ويحدث إخصاب البويضة في القناة الرحمية، وتصل بعد ذلك إلى الرَّحِم، لتنزرع في الجدار المبطِّن للرَّحِم؛ لتكوين الجنين.

ومن حين لآخر تنزرع البويضة الملقَّحة في القناة الرحمية؛ مِمَّا يخلق حالةً خطيرةً تُسمَّى الحَمل الخارجي (ectopic pregnancy)؛ لذلك يجب على النساء في سِنِّ الإنجاب، اللاتي لا يستعملن وسائل منع الحمل، إدراكُ هذا الاحتمال في حالة تأخُّر ميعاد العادة الشهرية، إذا وجدن آلامًا شديدة في البطن، أو نزيفًا من المهبل؛ لأن حدوث حمل داخل القناة الرحميَّة قد يُسبِّب انفجارها وإحداث نزيف داخلي؛ قد يؤدِّي إلى الموت في حالة غياب التَّدخُّل الجراحي السريع.

عضلات قاع الحوض (pelvic floor muscles)

تنقبض عضلات قاع الحوض بشكلٍ لا إراديٍ عندما تصل المرأة إلى النشوة الجنسية.

يؤدِّي ضَعفُ هذه العضلات إلى التَّبوُّل غير الإرادي، وهناك تمارين خاصَّة لتقوية هذه العضلات للتَّغلُّب

على هذه المشكلة.

الهرمونات الأنثوية

الإستروچين (Oestrogen)

يساعد الإستروچين على نُموِّ الأعضاء التناسلية في الأنثى، واتِّساع عظام الحوض، وزيادة دُهن الرِّدفَيْن والثَّديَيْن،وتنظيم الدورة الشهرية، ونُموِّ شَعر الإبط والعانة.

البروچسترون (progesterone)

ينظِّم البروچسترون العادة الشهرية، خاصَّةً في الأسبوعَيْن السابقين على الحَيْض؛ لتهيئة الرَّحِم للحمل، ويساعد على استمرار الحمل حتى نهايته، كذلك يُهيِّئ غُدَّة الثدي للرضاعة.

الدَّورة الشهرية (Menstruation)

تؤشِّر الدورة الشهرية ببلوغِ المرأة وقُدرَتها على الحَمل، وهي نتيجة مجموعة من التَّغيُّرات تحدث شهريًّا تؤدِّي إلى التَّخلُّص من بطانة الرحم، مع مجموعة من الأعراض.

تبدأ الدورة الشهرية غالبًا في عمرٍ يتراوح بين 12 إلى 14 عامًا، وتَحدُث كلَّ شَهرٍ قمريٍّ (28 يوم تقريبًا). وعدم انتظام الدورة الشهرية قد يدلُّ على وجود اضطرابات في إفراز الهرمونات.

وتختلف الدورة الشهرية من امرأة لأخرى، من حيث غزارة ومُدَّة نزول دم الحيض، التي غالبًا تتراوح من 3 إلى 5 أيام.

تشعر المرأة بأعراض مختلفة قبل بدء الدورة الشهرية، وخلال حدوثها، وهذه الأعراض تختلف من امرأة لأخرى، وتشمل ألمًا أسفل البطن، والشعور بالتَّوتُّر، ورغبة في النوم لفترات أطول، مع ظهور حَبِّ الشَّباب، وآلامًا في الثدي، واضطراباتٍ في الجهاز الهضمي، وصداعًا. وتتلاشى هذه الأعراض مع انتهاء فترة الحيض.

تتطلَّب المضاعفات النفسية والجسدية، التي قد تواجهها بعض النساء بسبب الدورة الشهرية، التَّفهُّم، والتَّعاطُف، والقبول من الجميع؛ في المنزل وفي العمل.

وتتوقَّف الدورة الشهرية في حالة حدوث الحمل، وتعود بعد الولادة.

هناك بعض الأمور يمكن أن تؤثِّر على انتظام الدورة الشهرية؛ مثل: التَّوتُّر العصبي، أو اتباع نظام غذائي قاسٍ لتقليل الوزن، وممارسة التمارين الرياضية الشاقَّة.

ويتطلَّب انتظام الدورة الشهرية تناوُلَ الأغذية الصحية، وممارسة الرياضة باعتدال، والحصول على فترات نوم كافية، والابتعاد عن التَّوتُّر والقلق.

سِنُّ اليأس (Menopause)

غالبًا ما يكون سنُّ اليأس بين سِنِّ 45 و50 عامًا، ويصحبه التَّوقُّف الدائم للدورة الشهرية، بعد عدَّة شهور من اضطرابات في مواعيدها، وانخفاض في كمِّيَّة دمِ الحيض.

ويصحب سِنَّ اليأس بعضُ الأعراض؛ مثل: الهَبَّات الحرارية في الوجه ومنطقة أعلى الصدر، آلام في الثدي،اكتئاب، فقدان الشَّهيَّة، هشاشة العظام، جفاف البشرة، والصداع النصفي.

علاج أعراض سنِّ اليأس يشمل تناول هرمونات بديلة، وأدوية مضادَّة للاكتئاب، واستخدام مراهم الإستروچين لعلاج الجفاف المهبلي. هذه العلاجات يجب أن تكون تحت إشراف طبي؛ لتَجنُّب حدوث مضاعفات، خاصَّةً مع العلاج بالهرمونات البديلة مثل الإستروچين.

ثدي الأنثى

يُعتبَر الثدي من الأعضاء التناسُليَّة المهمَّة عند الأنثى؛ لذلك يجب توضيح خصائصه التشريحية والفسيولوچية في هذا الفصل.

الوصف التشريحي للثدي

الثدي عبارة عن كتلة غُدِّيَّة تحت الجلد، مُحاطة بأغشية دُهنيَّة مسؤولة عن الحجم والشكل الخارجي، ويتميَّز جِلدُ الثدي بالنُّعومة، وبه عُدَدٌ دُهنيَّة وعَرَقيَّة.

يُفرِز الثَّديُ لبنَ الرضاعة، بجانب دوره في إبراز أنوثة المرأة، والاستمتاع الجنسي.

والحَلمة (nipple) هي منطقة حسَّاسة مُرتَفِعَة عن سَطح الثدي، تقع في منتصف الهالة (areola)، ويخرج منها لبنُ الأمِّ من خلال القنوات اللبنية أثناء الرضاعة.

تحتوي الحلمة على عضلاتٍ لا إراديَّة، تُسبِّب انتصابَ الحلمة أثناء الإثارة الجنسية، وبعض النِّساء يصلن لذُروَة النشوة الجنسية من خلال تدليك وتقبيل الحلمة.

يختلف حجم الحلمة والهالة من أنثى إلى أخرى، وكذلك اللون؛ من الوردي الفاتح إلى البُنِّيِّ الغامق، وهذا مُرتَبِطٌ بلون البشرة، والخَلفيَّة العِرقيَّة، وقد ينمو بعضُ الشَّعر حول الحَلمة.

يزداد حجم و"غمق" لون الحلمة أثناء الحمل وبعد الولادة، تحت تأثير ارتفاعٍ في نسبة الهرمونات، وغالبًا هذا التحوُّل يكون دائمًا.

وتعاني بعض النساء من الحلمة المقلوبة (Inverted nipples)، وهذا قد يُسبِّب صعوبات في الرضاعة.

وتحيط الهالة بالحلمة، ويقدَّر قُطرُها بـ 4 سم، وتوجد على سطحها عِدَّة عُقَد تتكوَّن من غُدَدٍ دُهنيَّة تتضخَّم أثناء الحمل.

المحافظة على صِحَّة الجهاز التناسلي في الأنثى

الاستحمام باستمرارٍ وقايةٌ ضدَّ احتمالات العدوى في المسالك البولية والفرج والمهبل.

وعدم استخدام أجهزة"الدُّشِّ" (مثل الشَّطَّاف) لتنظيف قناة المهبل؛ فهذا قد يؤدِّي إلى إدخال العدوى، وأيضًا تغيير درجة الحموضة الطبيعيَّة داخل المهبل؛ ممَّا يُشجِّع نُموَّ البكتريا وحدوث التهابات مهبلية.

وتنفيذ التَّخلُّص من شَعر العانة بعناية، وتَجنُّب حدوث جروح قد ينتج عنها التهابات جلديَّة.

فحص مُتكرِّر للأعضاء التناسلية الخارجية لملاحظة وجود أي عدوى أو إفرازات غير عادية،

أيضًا فحص دوري من قِبَل طبيب نسائي لعُنُق الرحم لتشخيص سرطان عنق الرحم في مرحلة مُبكِّرة. تحدث الإصابة بمرض سرطان عنق الرحم نتيجة عدوى فيروسية (high risk human papilloma virus-"HPV")، من خلال التواصل الجنسي، يوجد في المملكة المتحدة برنامج دوريٌّ لفحص عنق الرحم، كل 3 سنوات، من سن 25 إلى 49 عامًا، وبعد ذلك كل 5 سنوات حتى سِنِّ 64 عامًا، في هذه الفحوصات يتمُّ الحصول على عيِّنات لاختبار وجود الفيروس HPV والخلايا السرطانية.

ينتشر سرطان الثدي بين النساء بنسبة 12%، حسب بعض الإحصائيات، ويتم تصوير الثدي بالأشعة السينيَّة (mammography) كل 3 سنوات، في جميع النساء التي تتراوح أعمارهن بين 50 و71 عامًا، في بعض البرامج الدَّوريَّة؛ من أجل اكتشاف السرطان في مراحله الأوَّليَّة؛ ممَّا يزيد من فرص نجاح العلاج.

أوضَحَت الدراسات أن اكتشاف السرطان عن طريق الفحص الذاتي الدوري للثَّدي غير فَعَّال للتشخيص المبكِّر؛ لأن الورم الذي يُكتَشَف بالفحص الذاتي في الغالب يكون في مرحلة متقدِّمة، وأحسن فرصة لتقديم علاج ناجح هو اكتشافه مُبكِّرًا قبل أن يصبح كُتلَةً محسوسة في الثدي.

في نهاية هذا الفصل يجب توضيح الوظائف البيولوچية لشَعر العانة، الذي يَظهَر مع النُّضج الجنسي لدى كلٍّ من الذكور والإناث.

شَعر العانة

يظهر شَعرٌ في أماكن مختلفة من جسم الذكور مع البلوغ الجنسي، تحت تأثير التستوستيرون، وفي الأنثى -تحت تأثير هرمون الإستروچين- يَظهر شَعر العانة والإبط.

وظائف شَعر العانة

هناك عِدَّة نظريات حول أسباب وجود شعر العانة، منها أنه يحافظ على درجة الحرارة المثلى في هذه المنطقة عندما يكون الطقس شديد الحرارة أو شديد البرودة، كذلك هو رمز للبلوغ الجنسي والاستعداد البيولوچي للتكاثُر، ويساعد الجاذبية الجنسية عن طريق الحفاظ على الفيروموناتِ (مادة كيميائية تُفرِزُها الكائناتُ الحيَّة، ولها تأثير على سلوك الآخرين من نفس النوع) لفترات طويلة.

يحمي شَعر العانة جِلدَ العانة من الاحتكاك أثناء المشي، أو الجِماع، كما أنه يلعب دورًا في حماية الأعضاء التناسلية للأنثى، مثل الوظيفة الوقائية التي يقوم بها شَعر الأنف ورموش العيون.

لون شَعر العانة في معظم الحالات مُماثِلٌ لِلَون شَعر الحواجب.

إزالة شَعر العانة

إزالة شعر العانة قد تُسبِّب جروحًا والتهابات جلدية، خاصَّة أن البيئة الرطبة الدافئة للأعضاء التناسلية وَسَطٌ مثاليٌّ للعدوى البكتيرية.

تاريخ إزالة شَعر العانة

مارس قدماء المصريين إزالة شَعر العانة لاعتقادهم بأنه شيء غير لائق، ويجب التَّخلُّص منه؛ فاخترعوا استخدام الحلاوة والشَّمع لإزالته، وكانت العانة الخالية من الشَّعر في روما القديمة تُعتبَر رمزًا للمكانة المميَّزة في المجتمع.

تقليم شَعر العانة لم يكن مألوفًا في أوروبا حتى أواخر القرن العشرين، وفي ستينات وسبعينات القرن الماضي، مع انتشار التَّحرُّر الجنسي وحركة الهيبيز؛ رفَضَت النساء إزالة أو قَصَّ شَعر العانة؛ كرمز للتحرُّر ورفض للتقاليد.

في الختام، التَّخلُّص من شَعر العانة أمرٌ اختياري وحرية شخصيَّة، لكن يجب أن نتذكَّر أن هذا الشَّعر له وظائف بيولوچية، حيث يساعد على حماية العانة من الاحتكاك، ولدى الأنثى خصوصًا فإنه يُقلِّل فُرَص دخول البكتيريا ومُسبِّبات الأمراض إلى المهبل.

الخُلاصَة

معرفة التفاصيل التشريحيَّة والفسيولوچية للجهاز التناسلي للرجل والأنثى ضرورية لممارسة الجنس بأسلوبٍ صحّيٍّ ومُمتِع، مع تجنُّب أيَّة ممارسات قد تُسبِّب ضَررًا شخصيًّا أو للآخرين.

الفصل الخامس

الخِتان

ختان الذكور Circumcision

التفاصيل التاريخية

يُعتبَر خِتان الذكور واحدًا من أقدم الإجراءات الجراحية المعروفة، ولكن لا يوجد اتفاق بين علماء الأنثروبولوچيا على تحديد أصوله بشكل دقيق. فيعتقد البعض أنه نشأ بشكل مستقلٍّ في العديد من المجتمعات القديمة، مثل مجتمع السُّكَّان الأصليِّين لأمريكا وأستراليا، وبشكل مُوسَّع في إفريقيا؛ عند قدماء المصريين، إضافة إلى بعض المجتمعات في الشرق الأوسط وجنوب وشرق آسيا.

اختلفت الطقوس الخاصَّة بالختان والسِّنِّ المحدَّد للمختون، ففي بعض القبائل الإفريقية يختنون الذَّكَر مباشرةً بعد الولادة، أمَّا اليهود فيختنون الذكور في اليوم الثامن بعد الولادة، ولكن لا يوجد اتفاق حول السِّنِّ التي يتمُّ إجراء الختان عندها في العديد من المجتمعات الإسلامية، إلَّا أنه يُفضَّل أن يكون في مرحلة الطفولة أو الصِّبا على الحدِّ الأقصى، بينما في بعض المجتمعات الإفريقية تصل السِّنُّ المحدَّدة لإجراء الختان إلى سِنٍّ بلوغ الذَّكَر.

يُرجِع بعضُ خبراء عِلم المصريات إجراءَ ختان الذُّكور كعلامَةٍ على العبودية في مصر القديمة، فكانوا يختنون أسرى الحرب قبل استخدامهم كعبيد، والكثير

منهم كانوا من اليهود الذين تبنَّوا ممارسة الختان فيما بعدُ، ليصبح مع مرور الوقت علامةً للعهد بين الرَّبِّ وبني إسرائيل، ووسيلةً لتمييزهم عن غيرهم من الأُمَم، في العقيدة اليهودية.

ومن الشائع تفسير الختان بأنه وسيلة لتطهير العضو الذَّكَريِّ، وهذا يُفسِّر انتشار لفظ طهارة على عملية الختان.

على الجانب الآخر لم يمارس الإغريق والرومان الختانَ، بل أعطوا قيمةً عالية للقَلَفة، وأقرَّ الرومان عدَّةَ قوانين لحظر الختان.

اتَّخذ المسيحيون موقفًا قويًّا ضدَّ الختان في القرن الأول بعد الميلاد، وفقًا لتعاليم القِدِّيس "بولس الرسول"، الذي ناشد بأهمية التَّخلُّص من ممارسة كل التقاليد اليهودية القديمة، ولكن في مصر، أثناء العصر القبطي، كانت التقاليد المصرية القديمة أقوى من موجة التَّشدُّد للتَّخلُّص من آثار اليهودية؛ فاستمرَّت ممارسة المصريِّين للختان، على عكس العالم المسيحي.

وتنتشر ممارسة الختان على نطاقٍ واسع في العالم الإسلامي، ويتمُّ تنفيذه على أساس أنه واحد من أهم السُّنَن النبوية.

وقد انتشر الختان في الولايات المتحدة في سبعينيات القرن الماضي، فخضع حوالي 85% من الذكور لعملية الختان، ولكن حاليًّا يرفض المزيدُ من الآباء خِتانَ أطفالهم، حيث ثبت عِلميًّا أن الخِتان ليس

ضروريًّا من الناحية الطبية والصحية.

هل الختان الذكور ضروري؟

يوجد اختلاف على أهمية الختان، فالبعض يعتقد أنه يُقلِّل من مخاطر الإصابة بالأمراض التي تنتشر عن طريق الاتصال الجنسي، بما في ذلك مرض الإيدز، وكذلك خطر الإصابة بسرطان القضيب، والرأي الآخر يعتبر الختانَ تَشويهًا للعضو الذَّكَريِّ، ويرى أن الأجزاء المزالة لها أهمية ووظيفة؛ وبالتالي لا يجوز إجراء الختان إلَّا لأسباب طبِّيَّة.

أهمية القلفة foreskin

تحتوي القلفة على عدد كبير من النهايات العصبية؛ ممَّا يزيد من لذَّة الاستمتاع الجنسي، كذلك تُفرِز موادَّ مضادَّةً للميكروبات، على عكس الشائع بأن إزالتها تساهم في منع العدوى وحماية الرجل من الميكروبات. كما تشمل وظائف القَلَفة حماية رأس القضيب، والحفاظ على حساسيته.

تشويه الأعضاء التناسُليَّة للأنثى (ختان الإناث)

التفاصيل التاريخية

من الصَّعب تحديد أصل ممارسة ختان الأنثى، ولكن من المعروف أن قدماء المصريين مارسوه، ثم انتشر مع تجارة الرقيق من الشرق إلى جنوب وغرب إفريقيا.

للأسف، وحتى هذه اللحظة، يُمارَس تشويه الأعضاء التناسلية للأنثى على نطاقٍ واسع في البلدان الأفريقية والإسلامية؛ اعتقادًا بأن الختان

يساهم في عفاف المرأة، فيحافظ على عذريَّتها، ويحميها من الانقياد للخطيئة، عبر تقليل الختان للإثارة الجنسية عندها، مع اعتقاد خاطئ بأن الختان يساعد على نظافة الفَرْج.

يُجرَى الختان للإناث بين سِنِّ الرضاعة وسنِّ 15 عامًا، ووفقًا لإحصائية صندوق الأمم المتحدة للسكان يوجد أكثر من 125 مليون فتاة وامرأة على قَيْد الحياة اليوم في 29 دولة في إفريقيا والشرق الأوسط تعرَّضن لعملية الختان.

ووفقًا لتقرير اليونيسيف لعام 2016 حول نسبة تشويه الأعضاء التناسلية الأنثوية بين جميع النساء في الفئة العمرية من 15 إلى 49 عامًا؛ كانت مصر في المركز السادس ضمن أعلى الدول في نسبة السيدات اللاتي تعرَّضن للختان، بنسبة 87%، بعد الصومال وغينيا وچيبوتي وسيراليون ومالي، ولكن بالقياس إلى عدد السكان فتُعتبَر مصر بها أكبر عدد من النساء والفتيات اللاتي تعرَّضن لعملية الختان، مُقارَنةً بأي بلد في العالم.

يُعتبَر تشويه الأعضاء التناسلية للفتيات والنساء انتهاكًا لحقوق الإنسان، وأصبح فِعلًا مُجرَّمًا يعاقب عليه القانون في أغلب البلاد، ووفقًا لتقرير لليونيسيف 2013، هناك 24 دولة إفريقية لديها تشريعات ضد ممارسة ختان الإناث.

التفاصيل الجراحية لعملية تشويه الأعضاء التناسلية للأنثى (ختان الإناث)

عملية الختان تتراوح بين القطع الرمزي، إلى إزالة قَدرٍ كبير من الأعضاء التناسلية للأنثى، ويتمُّ إجراؤها غالبًا بدون تخدير، وفي ظروف غير صحية.

وقد وصفت منظمة الصحة العالمية (WHO) أربعة أنواع لختان النساء:

• الإزالة الجزئية للبظر.

• الإزالة الكُلِّيَّة للبَظْر والشفرين الصَّغيرين، وقد يشمل أيضًا إزالة الشفرين الكبيرين.

• الختان الفرعوني، وتتمُّ فيه إزالة كل الأعضاء التناسلية الخارجية (البَظْر، والشفرين الصغيرين، والشفرين الكبيرين)، وتقليل فتحة المهبل. ومُصطَلح الختان الفرعوني مَرجِعُه مؤرِّخٌ يونانيٌّ من القرن الثاني قبل الميلاد، ذكَرَ -في برديَّةٍ موجودة في المتحف البريطاني- أن قبائل على طول الساحل الشرقي للبحر الأحمر مارست قطع الأعضاء التناسُليَّة للنساء، بطريقةٍ أُطلِقَ عليها "الأسلوب المصري"، وأُطلِق عليه اسم "الختان الفرعوني" في السودان، وفي مصر يُسمَّى هذا النوع "الختان السوداني".

• النوع الرابع يتمُّ فيه كشط الأعضاء التناسلية، ووضع مواد كاوية في تجويف المهبل.

وبالرغم من كل الألم الذي قد تتعرَّض له الفتاة أثناء إجراء الختان، فختان الإناث ليس له أي فوائد صحِّيَّة، بل قد يؤدِّي الى نزيفٍ حادٍّ، ومشاكل في التبوُّل، وعدوى بكتيرية، وأحيانًا الموت، إضافة إلى ما يُسبِّبه للمرأة من مشاكل جنسية، وإعاقتها عن

الوصول إلى ذروة النشوة الجنسية، وما يترتَّب على ذلك من مشكلات نفسية وخلافات أُسَريَّة تُسبِّب العديد من حالات الانفصال؛ ممَّا يُؤثِّر على المجتمع سلبًا.

هذه الممارسة الهمجيَّة تنتهك حقَّ المرأة المشروع في الاستمتاع بالجنس مثل الرجل.

الخلاصة

يعتقد البعض أن هناك أجزاء في جسم الإنسان إضافيَّة ولا فائدة لها؛ مثل الزائدة الدوديَّة، والقَلفة عند الذكور، عير أن هذا يتعارَض مع المفاهيم العلمية الحديثة، وقد ذكرنا فوائد القَلفة للذكور في هذا الفصل، كما أظهَرَت الأبحاث البيولوچية في السنوات الأخيرة أن الزائدة الدودية هامَّة لصحَّة الإنسان؛ لاحتوائها على خلايا ليمفاوية تساهم في مكافحة العدوى، وتوفِّر مخزونًا لميكروبات الأمعاء المفيدة، التي تساعد في التَّغلُّب على النزلات المعويَّة، وإعادة الأمعاء إلى نشاطها الطبيعي، عن طريق إطلاق مخزونها من البكتيريا في الجهاز الهضمي لتعويض ما فقدته الأمعاء من البكتريا الجيدة أثناء الإسهال الشديد.

في الختام، علينا دحض المعلومات الخاطئة، مثل فائدة ختان الذكور للنظافة والوقاية من العدوى، أو المحافظة على عِفَّة المرأة بتشويه أعضائها التناسلية، فالتَّخلُّص من أي جُزءٍ من جسم الإنسان يجب أن يكون فقط لأسباب طبِّيَّة قويَّة، وليس تحت تـأثير عادات وتقاليد تتعارض مع موقف الطب والعِلمِ

تجاه هذه الأمور.

الفصل السادس

غريزة الجنس

والعوامل التي تؤثِّر على الإثارة الجنسيَّة

مقدِّمة

تسود في بعض المجتمعات مُقابَلةٌ مُجحِفَة بين الجنس والحب، دون تفكيرٍ أن الجنس يُعتبَر تتويجًا للحب، إضافة لكونه من طبيعتنا البشرية، واحتياجاتنا التي تحتاج إلى تلبيتها؛ تجنُّبًا لمشكلات نفسية في حالة عدم تلبية هذا الاحتياج. ولكن علينا أن ننظر بموضوعيَّةٍ للجنس، دون إدانةٍ أو وَصمٍ بالدَّنَس، وأيضًا بالتَّخلي عن الأوهام والأساطير المحيطة به، وأن نكون في حالة وئام مع احتياجاتنا الطبيعية، وتَفهُّم لها، ولكن في الحالتين، سواء في حالة الإدانة أو الهوس، التهويل أو التقليل من شأنه؛ هذا يعكس اهتمام البشر بالجنس. ووفقًا للطبيب والكاتب الأمريكي"ديباك شوبرا"، الذي عَظَّم من قيمة الرغبة الجنسية، وأوصلها إلى درجة التقديس:"الرغبة الجنسية مُقدَّسة وفاضلة، عندما تندمج أنتَ وحبيبك جسديًّا وعاطفيًّا؛ فإنَّكَ تتجاوز حدود الأنا، وتختبر الخلود".

نحن نعيش حاليًّا في عالم ينتشر فيه الاهتمام بالجنس، وهذا عبَّر عنه الكاتب والفيلسوف البريطاني"ألدوس هكسلي"، بقوله:"المثقف هو

الشخص الذي وجد شيئًا أكثر إثارة للاهتمام من الجنس". ومن أقوال الشاعر والكاتب المصري"عمر طاهر" عن أهمية الجنس:"الجنس يحتلُّ المركز الأول فى قائمة أهم عشرة أشياء فى حياة الإنسان، التِّسعة الباقون غير مهمِّين!". ولكن ما زالت المجتمعات الشرقية تعتبر الجنس من المحرَّمات، وينتشر فيها القلق على القدرة والجاذبية الجنسية، وصحَّة الاختيارات الشخصية في ممارسة الجنس.

الكثير يعتقدون أنهم مُلِمُّون بطبيعة الغريزة الجنسية، من خلال تجاربهم وخبراتهم الشخصية، وأيضًا تحت تأثير الثقافة المنتشرة عن الجنس، وهي غالبًا لا تُمثِّل الفهم العلمي الموضوعي لهذه الغريزة الهامَّة.

في هذا الفصل سنناقش العوامل السيكولوچية والبيولوچية والاجتماعية ذات التأثير على الإثارة الجنسية، وكذلك الاختلافات الموجودة بين الذَّكر والأنثى في أمور الجنس؛ لتوفير رؤية عِلميَّة حول الغريزة الجنسية، غير متوفِّرة في الإعلام الشَّعبوي، أو المواد الإباحية.

العوامل التي تؤثِّر في الإثارة الجنسية

العقل البشري

ربما يثير دهشةَ القارئ اكتشافُ أن المخَّ هو أهم عضو جنسيٍّ عند الإنسان، والإثارة الجنسية تعتمد أساسًا على تفسير المخِّ للمؤثِّرات والمحفِّزات المختلفة؛ فعلى سبيل المثال، لمس الأجزاء

الحسَّاسة في الجسم، أو ارتداء ملابس مغرية لن يُؤدِّي إلى إثارة جنسية بدون ترجمة المخِّ لها بأنها مُثيرة للمشاعر الجنسية.

المخُّ هو مركز المراقبة والسيطرة على الإثارة الجنسية، ويتحكَّم في ردِّ الفعل للمؤثِّرات الخارجية التي تثير الغريزة الجنسية، وهذا يعتمد على الخبرات السابقة للإنسان المختَزَنة في المخ، وأيضًا على الحالة النفسية، فالإنسان الذي يعاني من إحباط أو في حالة غضب من الصعب إثارته جنسيًّا، التَّدخُّل الصوتي الخارجي أثناء ممارسة الجنس قد يُسبِّب أيضًا إحباطًا للإثارة الجنسية.

اكتشَفَت دراسات على مُخِّ الإنسان -بمساعدة التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي (fMRI)- أن هناك مراكز في المخ مسؤولة عن الشهوة والاستمتاع الجنسي، ووجود اختلافات بين الأفراد في استجابة المخ لمحفِّزات الإثارة الجنسية، وأن طبقة القشرة في المخ تتحكَّم في التفكير، والذاكرة، والتَّخيُّل، والقدرات اللغويَّة، وهي أيضًا قادرة على تشجيع أو منع الإثارة الجنسية.

يتحكَّم المخ في الرغبة والإثارة الجنسية من خلال إفرازات كيمائية، ومن أهمِّها: الدوبامين، الذي له تأثيرٌ إيجابي؛ والسيروتونين، الذي له تأثير سلبي. فالدُّوبامين يُعزِّز الإثارة الجنسية، بينما السيراتونين يحدُّ منها. والنقص في الدوبامين يؤدِّي إلى صعوبة الوصول إلى ذروة النشوة الجنسية عند النساء، وتوجد عقاقير للسيطرة على الإحباط النفسي،

بعضها يعمل على زيادة نسبة الدوبامين في المخِّ، وتؤدي إلى تحسُّن في الاستمتاع الجنسي، وأخرى تُسبِّب زيادة نسبة السيراتونين في المخِّ؛ ممَّا ينتج عنه انخفاض الرغبة الجنسية، وصعوبة في تحقيق النشوة الجنسية.

الحواس

تصل الإشارت إلى المخ من حواس: البصر، والشَّمِّ، واللمس، والسمع، والتَّذوُّق؛ من خلال شبكة تواصُلٍ مُعقَّدة، وتتمُّ تَرجَمتُها تحت تأثير عوامل نفسية واجتماعية وثقافية، إضافة إلى الخبرات السابقة. واستجابة لتلك الإشارات يُفرِز المخُّ موادَّ كيميائيَّة تؤدِّي إلى تشجيع أو إحباط الإثارة الجنسية، وأي إعاقة أو ضَعف في الحواس لها تأثير سلبيٌّ على التَّطوُّر الجنسي للإنسان.

- **حاسَّة اللَّمس**

اللَّمس عامِلٌ هام في الإثارة واللَّذَّة الجنسية، ونوعية وطبيعة اللمس التي تُسبِّب إثارة جنسية تختلف من شخص إلى آخر، ولكن الأغلبية تستمتع بلمس المناطق الجنسية الحسَّاسة في الجسم، ولكن توجد مناطق أخرى في الجسم لَمسُها قد يُسبِّب لذَّة جنسية؛ مثل الأذن، والرَّقبة، وتصبح منبعًا أساسيًّا للإثارة الجنسية، خاصَّة في المصابين بشللٍ نتيجه تَلَف الحبل الشوكي، وفقدان حاسة اللمس في الأعضاء التناسلية الخارجية.

نوعية اللمس هامَّة؛ فالبعض يستمتع باللمس

الرقيق، وآخرون يفضِّلون اللمس العنيف؛ لذلك يجب أن يكون الشريك على عِلمٍ بما تُفضِّله في الممارسات الجنسية؛ من أجل تحقيق التَّمتُّع الكامل لكلا طرفي العلاقة.

- **حاسَّة البصر**

تأثير حاسَّة البصر على الإثارة الجنسية يختلف من مجتمع إلى آخر، وأيضًا من شخص إلى آخر، ولكن العوامل الثقافية والاجتماعية لها تأثيرٌ قويٌّ على الخيارات الشخصية، وتعميم مواصفات الشَّكل المثالي والمثير جنسيًّا للرَّجُل والأنثى.

ومن الأقوال الشائعة أن الرَّجل يحب عبر عينيه، بينما المرأة تحب عبر أذنيها؛ بما يعني أن حاسَّة البصر لها تأثيرٌ أقوى في الرجل من المرأة، ولكن الدراسات العلمية الحديثة أوضَحَت أنه لا يوجد فرق، وأن الإثارة الجنسية كانت قويَّةً في كثير من النساء نتيجة مشاهدة أفلام إباحيَّة تعرض ممارسات جنسية مختلفة. بعض المجتمعات لها نظرة سلبيَّة في حق المرأة في الإثارة والاستمتاع الجنسي؛ ممَّا يُسبِّب إحباطًا وبرودًا جنسيًّا لكثير من النساء، وخوفًا من التعبير عن حقِّهنَّ البيولوچي المشروع في الاستمتاع بالجنس مثل الرجال.

والأشخاص المصابون بضَعف البصر، أو فقدوا هذه الحاسَّة الهامَّة، يعتمدون على الحواس الأخرى، خاصَّة حاسَّة السَّمع والشَّمِّ؛ للإثارة الجنسية.

- **حاسَّة الشَّم**

تُسبِّب رائحة عطر المحبوب، أو رائحة الشخص نفسه بدون عطور، أو أي رائحة أخرى لها علاقة بممارسة الجنس- إثارةً جنسيَّةً، من خلال التأثير على العقل الواعي وغير الواعي، وكما توجد روائح تعزِّز الإثارة الجنسية فهناك أخرى منفِّرة تؤثِّر سلبًا؛ فروائح الفم، أو إفرازات الجسم من عَرَقٍ -على سبيل المثال- قد تُنفِّر الشريك في العلاقة؛ وبالتالي أصبح استخدام منتجات النظافة الشخصية والعطور أكثر انتشارًا؛ للتقليل من تأثير روائح طبيعية يفرزها جسم الإنسان، ويتم إخفاء أيَّة رائحة منفِّرة من الفم باستخدام محاليل مُطهِّرة، وامتصاص حلوى بها رائحة النعناع، أو مضغ لبان معطِّر.

الفيرمونات هي مواد كيميائيَّة يفرزها الجسم، يستشعر الشريكُ رائحتَها، وتلعب دورًا هامًّا في التواصُل الجنسي بين الحيوانات، ولكن ليس بنفس القوة بين البشر. توجد الفيرمونات بكثرةٍ في منطقة العانة والإبط، وتقوم بدورها في الإثارة الجنسية عبر العقل غير الواعي.

وقد وجَدَت بعض الدراسات أن الاشخاص الذين يعانون من عدم وجود حاسَّة الشم منذ الولادة لهم علاقات جنسية محدودة.

- **حاسَّة السَّمع**

الاستماع إلى أنين وتأوُّه الشريك أثناء ممارسة الجنس، أو استخدام ألفاظ إباحية، أو الاستماع إلى الموسيقى؛ قد يزيد الاستمتاع الجنسي للكثير، ولكن هناك مَن يُفضِّل السكون التام أثناء ممارسة الجنس.

التعبير الصوتي مهمٌّ لإخبار الشريك بمدى استمتاعك بالتواصل الجنسي، وله تأثير إيجابي على الرَّجُل؛ لذا فإن كثيرًا من النساء يستخدمن الصَّوت لإسعاد الشريك وازدياد استمتاعه الجنسي.

ولاحَظَت بعض الدراسات أن التعبير الصوتي في الأنثى أقوى من الذكور أثناء التَّواصُل الجنسي، بدون تقديم تفسير عِلميٍّ لهذه الظاهرة.

وفقدان حاسَّة السمع قد يكون له تأثير سَلبيٌّ على ممارسة الجنس، وضعف الانتصاب بين الرجال.

- **حاسَّة التَّذوُّق**

يوجد ارتباط وثيق بين حاسَّة الشَّمِّ وحاسَّة التَّذوُّق؛ فالاستمتاع بالطعام يَقِلُّ مع احتقان الأنف، وضَعف حاسَّة الشَّمِّ مثلما يحدث للأشخاص الطبيعيين أثناء نَزَلات البرد.

يختلف التَّذوُّق من شخص إلى آخر في تقدير ما هو مُمتِع أو مُنفِّر؛ فالبعض يستمتع بتذوُّق إفرازات الجسم الطبيعية؛ كالسائل المنوي، أو إفرازات المهبل، ولكن هناك مَن يجد هذه الإفرازات غير مُحبَّبة على الإطلاق.

ويربط البعضُ الاستمتاعَ بالجنس بالطعَّام الشَّهيِّ وتناول أجوَد أنواع الخمور.

هرمونات الشَّهوة الجنسيَّة

تلعب الهرمونات دورًا مهمًّا في الرغبة الجنسية للإنسان والثدييات، ونقص هذه الهرمونات له تأثيرٌ

سلبي على الرغبة والقدرة على ممارسة الجنس.

• **الهرمون الذَّكَري "تستوستيرون" (Testosterone)**

تُفرِز الخصيتان والغُدَّة الكظرية (فوق الكلوية) هرمون التستوستيرون عند الرجال، بينما تُفرِزه المبايضُ والغُدَّة الكظرية بنسبةٍ أقلَّ عند الإناث. ولهرمون التستوستيرون دور كبير في الشهوة الجنسية، وله تأثير أيضًا على مخِّ الجنين أثناء الحمل، ويلعب دورًا في تحديد الهوية الجنسية، وهو ما سيتمُّ تفصيله في الفصل السابع. كما رأينا تأثيره على نموِّ الأعضاء التناسلية في الذكور في الفصل الرابع.

ويطرح هذا الجزءُ تأثير التستوستيرون على الشهوة الجنسية، وكما ذُكِر من قبل؛ انخفاض إفراز هذا الهرمون يؤدِّي إلى انخفاض في الرغبة الجنسية، وضَعفٍ انتصاب العضو الذكري، والشعور بالإحباط، ولوحظ أن هذا الانخفاض يتزامن مع تقدُّم السِّنِّ، أو بعد عملية الإخصاء (Castration).

الشهوة الجنسية في الأنثى أيضًا تعتمد على التستوستيرون، وانخفاض نسبة هذا الهرمون -بعد التَّخلُّص من المبايض جراحيًّا، أو في سِنِّ اليأس- يُسبِّب انخفاضًا في الرغبة الجنسية، وهذا يتمُّ علاجه بإعطاء المريض جرعات من الهرمون الأنثوي الإستروچين مع التستوستيرون.

ونسبة التستوستيرون اللازمة لاستمرار الرغبة الجنسية في الرجل والأنثى تختلف من شَخصٍ إلى

آخر.

• **الهرمون الأنثوي إستروچين (oestrogen)**

تُفرِز المبايضُ والغُدَّة الكظرية (فوق الكلوية) هرمون الإستروچين عند الإناث، بينما تُفرزه الخصيتان والغُدَّة الكظرية بنسبة أقلَّ عند الرجال.

الإستروچين بمثابة الرَّاسِم للشكل التشريحي الأنثوي؛ فهو مسؤولٌ عن نُموِّ الأعضاء التناسُليَّة، وتفاصيل شكل الجسم في الأنثى، ويلعب دورًا في الشهوة الجنسية لكلٍّ من الرجل والمرأة، وكلاهما يحتاج التستوستيرون والإستروچين لتعزيز الغريزة الجنسية. علاج انخفاض الرغبة الجنسية للأنثى في سِنِّ اليأس يتطلَّب تقديم كلٍّ من التستوستيرون والإستروچين، وهذا المزيج تأثيره أقوى من استخدام الإستروچين بمُفرَدِه.

• **هرمون الأوكسيتوسين (oxytocin)**

يُفرِز المخُّ هرمون الأوكسيتوسين، ويزيد من إفرازه أثناء ممارسة الجنس؛ ولذلك يُطلَق عليه اسم هرمون الحب، وتأثيره يشمل تحفيز الغُدَد اللَّبنيَّة بثدي المرأة لإفراز اللبن أثناء فترة الرضاعة، والإثارة الجنسية، والشعور بالترابُط الرومانسي القوي مع الشريك. وله أيضًا تأثير إيجابي في التَّواصُل مع الآخرين. ويُسبِّب استنشاق الأوكسيتوسين في البشر عن طريق بخَّاخٍ أنفيٍّ ازديادًا في الشهوة الجنسية، والرغبة في ممارسة الجنس.

المنشِّطات الجنسية (aphrodisiacs)

رغم انتشار أساطير حول دور بعض الأغذية كمنشِّطات ومُقوِّيات جنسية؛ مثل المحار، أو الكوارع، أو الأسماك البحرية والقشريات، أو بعض أنواع الخضراوات والفاكهة، ويصل الأمر في بعض المناطق بإفريقيا أو آسيا إلى تناول بعض الأجزاء من جسم الحيوان؛ مثل قضيب النَّمر- ولكن على عكس الشائع، فلا يوجد أي إثباتٍ عِلميٍّ لتأثير طعام أو غذاء مُحدَّد في الإثارة أو الممارسة الجنسية، وأي تأثير قد يحدث هو نتيجة الإيهام النفسي، ودور هذه الأغذية لا يخرج عن تحسين الصحة العامة للفرد.

والمشروبات الكحولية والمخدِّرات؛ مثل الحشيش، وبعض العقارات؛ مثل حبوب النشوة (ecstasy) ليس لهم فائدة حقيقيَّة لتحسين القدرات الجنسية، أو ازدياد الاستمتاع الجنسي.

توجد عقاقير أثبَتَت كفاءتها لعلاج ضعف انتصاب القضيب؛ مثل الفياجرا، وسياليس، ومن الأفضل استخدام هذه الأدوية تحت إشراف طبِّيٍّ؛ حيث إن الخطأ في الجرعات قد يؤدِّي إلى مضاعفات خطيرة.

التفاصيل البيولوچية للإثارة الجنسية

توجد أربع مراحل للإثارة الجنسية، وفقًا لأبحاث عالِمَي عِلم الجنس "ماستر" و"چونسون"، وهي: مرحلة الإثارة (excitement)، تليها مرحلة الاستقرار (plateau)، ثم ذُروَة النَّشوة الجنسية (orgasm)، وآخر مرحلة هي الارتخاء (resolution).

- **مرحلة الإثارة**

هذه المرحلة هي بداية الإثارة الجنسية، وتستمرُّ حتى مرحلة الارتخاء، ويتمُّ فيها ازدياد تدفُّق الدم إلى الأعضاء التناسلية، الذي يَنتُج عنه انتصابُ القضيب في الذَّكَر، وتَضخُّم البَظر وباقي أعضاء الجهاز التناسلي في الأنثى، مع تَقلُّصات في عضلات الجسم، وازدياد عدد ضربات القلب، وتَورُّد لون الجلد؛ خاصَّة في المرأة ذات البشرة البيضاء. يتمُّ في هذه المرحلة أيضًا انكماش في كيس الصَّفن، واقتراب الخصيتين من القضيب، وفي الأنثى يزداد طول المهبل، مع إفراز سائل من جدار المهبل ليسهِّل انزلاق القضيب إلى داخل المهبل. تمتدُّ هذه المرحلة من بضع دقائق إلى أكثر من ساعة، وتبدأ الإثارة إمَّا عن طريق لمس الأعضاء التناسُليَّة، أو إثارة بصريَّة، أو تَخيُّل عقلي لأمور جنسية.

- **مرحلة الاستقرار**

هي امتدادٌ لمرحلة الإثارة، مع ازدياد في التَّغيُّرات الجسدية، ويتمُّ إفراز بعض النقاط من سائل لَزِج لا لون له من فتحة مجرى البول في الذُّكور، وفي الأنثى يزداد احتقان أعضاء الجهاز التناسلي، مع انتصاب حلمة الثدي. تستمرُّ هذه المرحلة لثوانٍ أو عدَّة دقائق، وتختلف حسب الظروف المحيطة، ومن شخصٍ إلى آخر.

- **مرحلة النشوه الجنسيَّة**

تحدث في هذه المرحلة تقلُّصات مُتكرِّرة للعضلات المحيطة بالقضيب والمهبل مع قذف السائل المنوي، وفي الأنثى ينقبض الرَّحِم عدَّة مرَّات، مع

احتمال خروج سوائل من فتحة المهبل، وقد تَحدُث أيضًا تقلُّصات في عضلات الجسم، لتشمل عضلات أصابع القدم واليد.

قد تكتمل الممارسة الجنسية دون وصول المرأة لمرحلة النشوة الجنسية، رغم وصول الرَّجُل لها بقذفه لسائله المنوي؛ فدخول القضيب في المهبل دون مداعبة ولمس المناطق الحسَّاسة جنسيًّا -مثل البظر أو بعض مناطق الجسم الأخرى- ليس شرطًا لوصول المرأة للنشوة الجنسية، وقد تصل بعض النساء للنشوة عدَّة مرَّات أثناء الممارسة الجنسية.

تستمرُّ مرحلة النشوة لمدة ثوانٍ عند الرجل والمرأة، ولكن قد توجد اختلافات من شخص إلى آخر من ناحية المدَّة وشدَّة الانتعاش.

قد تَحدث النشوة الجنسية بدون ممارسة الجنس مع شخص آخر، أو عن طريق العادة السرية، وتعتمد فقط على التَّخيُّل العقلي، وتحدث أيضًا أثناء النوم، فيما يُسمَّى بالأحلام المبلَّلة أو الاحتلام (Wet dreams)، وهذا أكثر شيوعًا بين الرجال.

يعتقد بعض خبراء علم الجنس أن النشوة الجنسية في النساء لها أهمية بيولوچية؛ لأنها تساعد على استبقاء السائل المنوي في المهبل، وسحب الحيوانات المنويَّة إلى داخل الرحم، كذلك الشعور بالنوم بعد النشوة يساعد على بقاء السائل المنوي داخل المهبل، وكل ذلك يؤدِّي إلى زيادة احتمال الحمل.

يوجد في الذكور نوعٌ واحد فقط من النشوة الجنسية؛ وهي القذف المنوي، ولكن في النساء النَّشوة مَنبَعُها مناطق مختلفة من جسد المرأة، ويعتمد ذلك أيضًا على الحالة النفسية.

تصل النساء إلى النشوة عن طريق المهبل، أو البَظْر، أو من حلمة الثدي، أو عن طريق التَّخيُّل العقلي، وبعض النساء تحدث لهنَّ نشوة متعدِّدة (multiple orgasms) من نفس الممارسة الجنسية، ولكن هذا نادر في الرجال.

وتمارس بعض النساء الخداعَ في النشوة الجنسية (fake orgasm)، وهذا قد يكون بسبب عدم وجود انجذاب جنسيٍّ للشريك، أو شعورهن بصعوبة الوصول إلى قمَّة النشوة؛ ممَّا يضطرُّهن لهذا الخداع لإسعاد الرجل، ومساعدته للوصول إلى قمَّة النشوة الجنسية.

- **مرحلة الارتخاء**

في هذه المرحلة تعود الأعضاء التناسلية إلى حالتها الطبيعيَّة بدون إثارة جنسية، والكثير من الرجال يشعرون بالرَّغبة في النوم خلال هذه المرحلة؛ نتيجة إفراز المخِّ لبعض الهرمونات والمواد الكيميائية التي تساعد على الاسترخاء والنوم، ولكن أغلبية النساء يشعرن بالحاجة إلى احتضانهنَّ، ولا توجد تفسيرات علميَّة لهذه التَّصرُّفات.

الذكور يمرون بكل المراحل التي تم ذكرها ولكن في النساء يوجد اختلافات مقارنةً بالرجال.

يوجد أيضًا اختلاف بين الخبراء على هذه المراحل، وهناك تفسيرات أخرى؛ حيث تُقسَّم إلى ثلاث مراحل، فيما يُعرَف بـ "ثلاثية الإثارة الجنسية"، التي تشمل مرحلة الرغبة الجنسية، وهي الشعور بالاحتياج لممارسة الجنس، ومرحلة الإثارة، التي تمَّ دَمجُها مع مرحلة الاستقرار؛ حيث لا توجد حدود واضحة لفصلهما عن بعضهما البعض، وآخر مرحلة هي بلوغ النشوة الجنسية، وتمَّ حذف مرحلة الارتخاء لأنها لا تُسبِّب مشاكل خاصَّة في ممارسة الجنس.

هناك أيضا نظرية مسار الشهوة الجنسية، التي تُقدِّم أربع مراحل لتطوُّر الشهوة الجنسية، وهي: الإغراء (Seduction)، والأحاسيس (Sensations)، والاستسلام (surrender)، والتفكير (reflection).

الإغراء يبدأ بالمظهر الخارجي، وأسلوب الحديث، والتركيز القوي على المؤثِّرات البصرية، والسَّمعيَّة، واللَّمسيَّة، وغيره من المؤثِّرات الحِسِّيَّة التي تجعل الشخص يريد ممارسة الجنس، والقفز إلى مرحلة الاستسلام، التي تنتهي بالنَّشوة الجِنسيَّة، ثم يتبعها مرحلة التفكير لفحص التجربة الجنسيَّة وأبعادها الإيجابية والسلبية، وتأثيرها النفسي.

نظرية التَّطوُّر والشهوة الجنسية

يَعتبر عُلَماء عِلم النفس التَّطوُّري (evolutionary psychology) أن الجنس هو أقوى غريزة بعد غريزة البقاء على قيد الحياة؛ لاستمرار النوع من خلال الاتصال الجنسي بين الذَّكَر والأنثى.

ويُفسِّر عِلمُ النفس التَّطوُّري أيضًا مَيلَ الذكور لممارسة الجنس مع العديد من النساء ذوات الخصائص الجسدية الجذَّابة التي تشير إلى قُدرتِهنَّ على الإخصاب؛ وهذا بدافِعٍ تَطوُّري لضمان استمرار وراثة چيناتهم، وبدون ادراك العقل الواعي.

يمثِّل تَعدُّد العلاقات الجنسية الوقتية خطورةً للأنثى في حالة حدوث الحمل؛ لعدم ضمان استمرار وجود الذَّكَر للمساعدة في تربية النَّسل وحمايته، ووفقًا لعلم النفس التَّطوُّري، تنجذب الأنثى للذَّكر الذي يوفِّر لها استقرارًا ماديًّا واجتماعيًّا وحماية مستمرَّة للذُّرِّيَّة؛ لذلك تعتبر بعض النساء كِبَر السِّنِّ، مع تَوافُر الإمكانيات المادية أهمَّ من المظهر الخارجي والجاذبية الجسدية في اختيار الشريك المناسب.

وهكذا، بينما يبحث الرجل عن العديد من علاقات مؤقَّتة مع نساء جميلات، تُفضِّل المرأةُ علاقةً طويلة الأَمَد مع رَجُلٍ لديه قدرات مالية كافية لتوفير حياة آمِنة ومُستقرَّة؛ لرعاية الأبناء.

حاليًّا هناك مساواة بين الرجل والمرأة في المجتمعات الغربية، وأصبحت قواعد اختيار الشريك الجنسي هي نفسها بين الجنسين، كذلك لا يوجد فرق في تَعدُّد العلاقات الجنسية الوقتية بين الرجال والنساء.

ويرفض كثير من الخبراء تفسيرات علم النفس التطوري، ويعتقدون أن اختيارات الشريك الجنسي عبر تاريخ البشرية تتمُّ أساسًا تحت تأثيرات اجتماعية،

وليس وفقًا لقوانين التَّطوُّر؛ فمجتمعات الصيد كانت تمارس السلوك الجماعي لتوفير احتياجات المجموعة، وحماية أطفالها، مع انتشار الشراكات الجنسية المتعدِّدة، ولكن مع التَّحوُّل إلى مجتمعات زراعية، وظهور الملكية الخاصة للأرض حدَثَت تغيُّرات جذرية في العلاقة بين الرجل والمرأة، وبداية تَحكُّم الرجل في تصرُّفاتها الجنسية؛ من أجل التأكُّد من توريث الأرض لنسله فقط، ومنع أي احتمال لإخصاب المرأة من قِبَل أي شخص غريب.

نختتم هذا الفصل بقول الكاتب الأمريكي الساخر "هنري لويس منكن" عن أهمية غريزة الجنس:

"الحياة بدون ممارسة الجنس أكثر أمانًا، لكنها ستكون مُمِلَّة بشكل لا يُطاق؛ فغريزة الجنس تجعل المرأة تبدو جميلة، والرجل يبدو حكيمًا وشجاعًا، وإطفاء هذه الغريزة يختزل الوجود البشري إلى حياة مُمِلَّة بلهاء، مثل العيش في مستعمرةٍ من النمل".

الفصل السابع

التَّطوُّر الجِنسيُّ والميول الجِنسيَّة المختلفة

مقدِّمة

أشار"سيجموند فرويد"، الأب الروحي للتحليل النفسي، إلى أن الإنسان -رغم كونه كائنًا جنسيًّا- إلَّا أن أغلب البشر يكافحون بشكل كبير إشباعَ شهواتهم الجنسية، وخاصَّةً المتزمِّتون منهم، وهو ما لخَّصه في مقولته:"غالبًا ما يأتي التراث الثقافي ذو القِيَم الصَّارمة على حساب النشاط الجنسي للإنسان".

اتَّفق العديد من الكُتَّاب والمفكِّرين والفلاسفة والفنَّانين مع"فرويد"، في أن الجنس جزء هامٌّ من طبيعتنا البشريَّة، مثل الفنان والكاتب الأسترالي"نورمان ليندساي"، بقوله:"الجنس ليس فقط أساسَ الحياة، بل إنه سبب الحياة"، كذلك الممثلة الأمريكية المعروفة"سوزان ساراندون"، التي قالت:"الجنس هو أن تقول نعم للحياة، ويجب أن نستمر في ممارسته حتى نهاية الحياة".

بدأت الثورة الجنسية في المجتمعات الغربية في النصف الثاني من القرن الماضي، مع اكتشاف حبوب منع الحمل، وتَقلُّص دور الدين، وتحرُّرهم من قِيَم العصور الوسطى التي كانت تتحكَّم في السلوك الجنسي، وأدَّى نجاح حركة تحرير المرأة إلى حصول المرأة على العديد من المكتسبات؛ ومنها ممارسة

الحقوق الجنسية، دون إدانةٍ أو تمييز بينها وبين الرجل.

على العكس من ذلك، تَعتَبِر المجتمعاتُ الشرقية الحرية الجنسية سلوكًا غير أخلاقي، ويتمُّ إدانتها بموجب قوانين صارمة ومتحيِّزة ضدَّ الحقوق الجنسية للمرأة، بل إن هذه القوانين تميِّز بين المرأة والرجل في الإدانة أو العقوبة.

وتناقش الأجزاء التالية آراء"فرويد" والتفسيرات العلمية الحديثة لمراحل تطوُّر المشاعر الجنسية، والميول الجنسية المختلفة.

مراحل تطوُّر المشاعر الجنسية وفقًا لسيجموند فرويد

• المرحلة الفمويَّة (أول عام من حياة الطفل)

يلعب الفم دورًا أساسيًّا في هذه المرحلة، ويُستَخدَم لاستكشاف العالم الخارجي، وللحصول على لبن الأم من ثديها.

• المرحلة الشرجية (من سِنِّ عامٍ واحد إلى ثلاثة أعوام)

يركِّز الطفل على الشَّرج في هذه المرحلة، مع محاولته في التَّحكُّم الإرادي في التَّبوُّل والتَّبرُّز، ويتولَّد شعورٌ تلقائي بالسعادة مع نجاح التَّحكُّم.

• المرحلة القضيبية (من سن 3 إلى 6 سنوات)

يهتمُّ الأطفال الذُّكور بالقضيب، ويستمتعون بلمسه في هذه المرحلة، ويتولَّد عند البنت اهتمامٌ

بوالدها، والصبيّ بوالِدَتِه، مع الشُّعور بالغيرة تجاه الوالدين من نفس الجنس، هذا الصِّراع العاطفي يتوقَّف مع بداية اكتشاف الطفل هويَّته الجنسية، وهذا يؤدِّي إلى تقوية الارتباط بين الابن والأب والطِّفلة مع والدتها، بدلًا من الشعور بالغيرة تجاهم.

• مرحلة الكُمون (من سِنِّ 6 سنوات إلى فترة المراهقة)

تَخمد الرغبة الجنسية في هذه المرحلة.

• المرحلة التَّناسُليَّة (من سِنِّ المراهقة حتى الوفاة)

يظهر الاهتمام في هذه المرحلة بالأعضاء الجنسية، والرغبة في ممارسة الجنس مع شخص آخر.

لا يوجد اتِّفاق بين خبراء عِلم النَّفس وعلم الجنس على صِحَّة نظرية "فرويد" للتَّطوُّر الجنسي، والاعتقاد السائد حاليًّا هو أن الميول الجنسية تتطوَّر باستمرار خلال حياة الإنسان، تحت تأثير عوامل بيولوچية واجتماعية مختلفة.

التفسير الحديث لمراحل التطور الجنسي للإنسان

• فترة الطفولة

يعتقد الخبراء أن الطفل من بعد الولادة قادِرٌ على الاستجابة بردود فِعلٍ جِنسيَّة، وممارسة الإثارة الذاتية، بلمس الأعضاء التناسُليَّة. مع التَّقدُّم في السِّنِّ يتطوَّر الاهتمام الجنسي تجاه الأطفال الآخرين، وقد يمارس الطِّفلُ التَّقبيلَ، وإظهار الأعضاء التَّناسُليَّة، والاحتكاك الجسدي، ولمس الأعضاء

التَّناسُليَّة لأطفال آخرين. هذه الممارسات قد تحدث مع أطفال من نفس الجنس، أو من الجنس الآخر، ولكن الأكثر شيوعًا مع نفس الجنس، ولا يعبِّر هذا بالضرورة عن ميول مِثليَّة، ولكن هذا السلوك يُمثِّل فقط تَصرُّفات وقتيَّة، واهتمامًا فضوليًّا بالجنس والتَّعرُّف على الجسم البشري.

• سِنُّ البلوغ

هي مرحلة ظهور التَّغيُّرات في الجسم، وغالبًا تبدأ ما بين سِنِّ 10 إلى 12 عامًا، وبداية سِنِّ البلوغ تختلف من شخصٍ إلى آخر، وأيضًا بين الأجناس المختلفة، وغالبًا ما تظهر عند الإناث قبل الذكور.

يزيد إفراز الهرمونات الجنسية في هذه المرحلةن مع ظهور الصفات الجنسية الثانوية مثل نُموِّ الثدي، وشَعر العانة، وشَعر الذَّقن، وتَغيُّر في الصوت ليصبح أكثر خشونةً عند الذُّكور، وتطوُّرات في الأعضاء التناسلية، وبداية الحَيْض عند البنات، وإفراز السائل المنوي عند الذُّكور.

• مرحلة المراهقة

تبدأ مرحلة المراهقة بعد سِنِّ البلوغ، وتستمرُّ حتى سن 19 عامًا، ويظهر في هذه المرحلة الشُّعور بالجاذبية الجنسية، وأول تجربة في الحبِّ ومُمارَسة الجنس.

يبدأ الشعور الجنسي عادةً من سِنِّ 10 سنواتن وقبل نُضج الأعضاء التناسلية، وغالبًا يكون تجاه آخرين من نفس الجنس، وهي مرحلة وقتيَّة تستمرُّ

لعدَّة سنوات، ولا تتطوَّر إلى مُمارَسة المثلية الجنسية بصفةٍ مُستمرَّة في أغلب الأفراد. يتمُّ تفضيل المثليَّة غالبًا بعد فترة من التجارب الجنسية، وهناك اختلافات كبيرة في تطوُّر الميول الجنسية بين الأفراد.

يغلب على الممارسات الجنسية في سِنِّ المراهقة بين الذكور والإناث الطابَعُ الرُّومانسي القوي، ويبدأ بالتقبيل من سِنِّ 12 إلى 14 عامًا، ولمس الأعضاء الجنسية من سِنِّ 15الي 16 عاما، ممارسة الجنس من سنِّ 16 إلى 18 عامًا، ولكن هناك العديد من العوامل التي تؤدِّي إلى وجود اختلافات كبيرة بين المجتمعات في تحديد العُمر لكلِّ مرحلة؛ منها عوامل ثقافية، وعِرقيَّة، واقتصادية، فالمراهقون من الأُسَر التي تعاني من مشاكل اقتصادية يمارسون الجنس في سِنٍّ مُبكِّرة، كما أن انتشار الاتصال الإلكتروني شجَّع على ممارسة الجنس في سِنٍّ مبكِّرة.

تطوُّر الميول الجنسية من الموضوعات التي يوليها عِلمُ النَّفس وعِلمُ الجنس اهتمامًا كبيرًا، ولكن تختلف التفسيرات والتصنيفات بين العلماء، وستتمُّ مناقشة هذا في الجزء التالي.

الميول الجنسية وتصنيفها

لا يوجد تعريف مُتَّفَق عليه لمصطلح الميول الجنسية، واكتشاف هذه الميول يبدأ مع ممارسة العادة السرية، كما أن تأثير الأصدقاء في المراحل الأولى من اكتشاف المتعة الجنسية مهمٌّ في تحديد الهوية الجنسية.

حاليًّا، هناك ثلاثة تصنيفات للميول الجنسية: المحب للجنس الآخر (heterosexual). المحبُّ لنفس الجِنس، أي المثليَّة (homosexual). والمحبُّ للرجال وأيضًا النساء (bisexual).

يختلف الخبراء على هذا التصنيف؛ لأن طبيعة الهويَّة الجنسية مُعقَّدة، وقد تتغيَّر من وقتٍ إلى آخر. كذلك، هذا التصنيف لم يشمل كلَّ الهويَّات الجنسية المتعدِّدة، مثل حبِّ المتحوِّلين جنسيًّا، واللا جنسي (asexual)؛ وعند هؤلاء الرغبة الجنسية ضعيفة أو منعدمة.

قدَّم "ألفريد تشارلز كينسي" (Kinsey)، خبير علم الجنس، تصنيفًا أكثر مرونةً للميول الجنسية، وفقًا لمقياس بدرجات تبدأ من:

- (صفر) المحِبُّ للجنس الآخر فقط.
- (1) مُحِبٌّ للجنس الآخر غالبًا، وممارسة المثليَّة تتمُّ بالصُّدفة.
- (2) غالبًا مُحبٌّ للجنس الآخر، مع تكرار ممارسة المثلية.
- (3) ممارسة الجنس مع الرجل والمرأة بالتساوي.
- (4) ممارسة المثلية أساسًا، وأيضًا مع الجنس الآخر بصفة متكرِّرة.
- (5) ممارسة المثلية غالبًا، وأحيانًا قليلة مع الجنس الآخر.
- (6) ممارسة المثليَّة فقط.

تختلف النساء عن الذكور في الميول الجنسية، فالذُّكور شهوتهم الجنسية غالبًا تجاه الجنس الآخر، ولكن التَّوجُّه الجنسي للمرأة أكثر مرونةً (Erotic plasticity)، وقابلٌ للتَّغيير، كما أنَّهنَّ أكثر خضوعًا للتقاليد الاجتماعية عن الرجال، وأكثر قُدرَةً على ممارسة الجنس على الرغم من عدم الشعور بالرغبة الجنسية، ودراسة النشاط الجنسي للمرأة ليس بالأمر السهل، وهذا ما أكَّدَه "فرويد" بقوله: "الحياة الجنسية للمرأة هي قارَّة مُظلِمة".

رغم الاعتراضات التي تقابل المثليَّة الجنسية نتيجة تجريمها دينيًّا أو أخلاقيًّا في عدد كبير من المجتمعات، إلَّا أن العلم يبحث عن الأسباب، ويفترض النَّظريَّاتِ لتفسير الظواهر وفق منهج قائم على البحث والاختبار والتجريب؛ وبالتالي قام العِلمُ ببحث المثلية الجنسية، ويقدِّم الجزء التالي نظريات تفسِّر أسباب المثلية الجنسية، وأيضًا تاريخ المثلية في الشرق الأوسط، والاختلافات بين المجتمعات الغربية والشرقية تجاه ممارستها.

نظريات تفسِّر الميول الجنسية المثليَّة

على الرغم من أن ما بين 2 إلى 10% من الأشخاص حول العالم مارسوا الجنس المثلي مرةً واحدةً على الأقل؛ إلَّا أنه لا يوجد تفسيرٌ عِلميٌّ واحد متكامل لتفسير هذه الميول الجنسية؛ فالسلوكيات الجنسية للبشر تحت تأثير مزيج مُعقَّد من عوامل بيولوچية ونفسية واجتماعيَّة وعقائديَّة.

يطرح الجزءالتالي التفسيرات السيكولوجية والبيولوچية والاجتماعية لممارسة المثليَّة الجنسية.

النظريات السيكولوچية

اعتقد "فرويد" أن طبيعة الإنسان الجنسية هي ازدواجيَّة، ولكن مع تطوُّره الجنسي والسيكولوچي تصبح ميوله الجنسية قاصِرةً على الجنس الآخر، وأن المثليَّة قد تكون استمرارًا للمرحلة القضيبيَّة، أو نتيجة سيطرة الأم وغياب الأب.

حاليًّا، هناك خلاف حول نظريات "فرويد"، وقد تمَّ طرح تفسيرات جديدة لأسباب المثليَّة الجنسية.

التفسير البيولوچي

هناك مواصفات تشريحيَّة لوحِظَت في بعض المثليِّين الذُّكور، ولكن بدون طرح تفسير فسيولوچي لتَفهُّم أهمِّيَّتها، مثل تَشابُه التفاصيل التشريحية لمخِّ المثليِّين مع مخِّ النساء اللواتي يمارسن الجنس فقط مع الذكور، كذلك عدم تَماثُل الوجه وانتشار هيمَنة اليد اليسرى.

ملاحظة أخرى، هي زيادة فرضيَّة مِثليَّة الأخ الأصغر، مع ازدياد عدد الأخوة الأكبر سنًّا من الذكور، وهذا قد يكون نتيجةَ إفراز أجسام مضادَّة في جسم الأم ضد البروتينات الذَّكَريَّة مع تكرار الحمل بأطفال ذكور، ويظهر تأثيرها على الأطفال الذكور التَّالين، ولكن لا يوجد تَوافُقٌ كامل على هذا التفسير.

هناك أيضًا اعتقاد أن المثليِّين من الذكور والنساء تعرَّضوا لنسبة عالية من الهرمون الذَّكَري

التستوستيرون داخل رَحِم الأم، والذي يؤثِّر على تطوُّر جسم ومخِّ الجنين.

أشار بعض الخبراء إلى أهمِّيَّة الچينات، وأن هناك عددًا من الأدِلَّة مثل تشابُه الميول الجنسية بشكل متزايد مع التَّماثُل الچيني، والتوائم المتطابقة (identical twins) لها نفس الميول الجنسية، وأثبَتَت الدراسات أن احتمالية مثليَّة التوأم لأخيه المثليِّ في التوأم المتطابق من 50-20%. كذلك، قد تنتقل چينات الأنثى التي تجعلها تميل جنسيًّا إلى الرجل إلى الأبناء الذكور، وتجعل ميولهم الجنسية أيضًا تجاه الرجال، وهناك علامات وراثية (epimarks) في الإناث تجعلهنَّ أقلَّ حساسية للهرمون الذَّكَري التستوستيرون، وقد تنتقل هذه العلامات من الأمِّ إلى أجنَّةٍ ذُكورٍ، فتجعل ميولهم الجنسية تجاه الرجال، مع ضَعْف الاستجابة لتأثيرات الهرمون الذُّكوري.

أثارت الكيفية التي يُمكن أن تؤثِّر بها الچينات على الميول الجنسية المثلية جدلًا واسعًا بين العلماء لأكثر من ربع قرن، ولكن حاليًّا يعتقد الخبراء أن تأثير العلامات الوراثية المرتبطة بالسلوك الجنسي المثليِّ قليل جدًّا، وهذا ما أوضَحَته دراسةٌ شملت أكثر من 470 ألف متطوِّع، ونُشِرَت في المجلة العلمية "ساينس" (Science) في أغسطس 2019.

التفسير الاجتماعي

يرفض العديد من الخبراء الادِّعاءَ بأن المثلية الجنسية هي حتميَّة بيولوچية؛ حيث توجد أدِلَّة قويَّة تشير إلى أن التَّوجُّه الجنسي لا يخضع لتَحَكُّمات

بيولوچية صارمة، وأن المثليَّة الجنسية هي عادة تمَّ اكتسابها في وقتٍ مُبكِّر تحت تأثير عوامل اجتماعية، ويؤكِّد بعض المثليِّين أن توجُّهَهم الجنسي هو اختيارٌ واعٍ لاتخاذ شريك من نفس الجنس؛ من أجل الاستمتاع الجنسي.

نظريَّة التطوُّر والمثليَّة الجنسية

تتعارض عدم القدرة على الإنجاب بين المثليين مع نظريَّة التَّطوُّر وبقاء النوع، ولكن هناك رأيٌ أن للمِثليِّين دَورًا تَطوُّريًّا إيجابيًّا من خلال مساعدتهم على حماية ورعاية الأطفال؛ ممَّا يزيد فرص استمرار چينات الأُسرة والقبيلة.

هناك فصيل من الرجال يسمَّى فافين (fafafine) في جزر ساموا (Samoan) بالمحيط الهادئ، منظرهم الخارجي وتصرُّفاتهم مثل النساء، ويمارسون الجنس مع الرجال، ولهم دَورٌ اجتماعي هام في رعاية أطفال القبيلة؛ ولذلك يحترم مُجتمعُ ساموا الفافين، ولا يستخدم مصطلح المثليَّة لوصفهم؛ لأن هذا التصنيف غير موجود في الثقافة الساموية.

سلوك المجتمع تجاه المثليَّة الجنسية

مورِسَت المثليَّة الجنسيَّة في جميع المجتمعات عبر التاريخ، بدرجاتٍ متفاوتة من الانتشار، وتَقبُّل المجتمع قد يؤثِّر إيجابيًّا على انتشار ممارستها، كما هو الحال في المجتمعات الغربية، ولكن حتى في ظِلِّ الرفض الصارم الذي يُطبَّق في المجتمعات الشرقية، فذلك الرَّفض لم يمنع انتشارها، بل تتمُّ ممارستها سِرًّا

بنشاط.

يُمارَس اضطهاد المثليِّين في مجتمعات كثيرة، وغالبًا كراهية المثليَّة في المجتمعات الشرقية منبعها مُعتَقَدات دينية تَعتَبِر المثلية الجنسية تصرُّفًا غير أخلاقي، وأن الجنس الطبيعي هو فقط بين الرجل والمرأة. هناك أيضًا اعتقاد بانتشار الانحلال لجنسي وتعدُّد الشركاء بين المثليِّين الجنسيِّين، وهذا ليس بالضرورة ظاهرة عامَّة. في الواقع، هناك العديد من العلاقات القويَّة والمستقرَّة مع شريك واحد بين المثليِّين.

قديمًا كانت هناك حالة خاصَّة في التعامُل مع المثليَّة الجنسية في المجتمعات الشرقية، وهي واحة سيوه، بالصحراء الغربية بمصر، حيث كان هناك تسامُح تجاه ممارسة المثليَّة الجنسية بين الرجال، وهذا له ارتباط بتقاليد اجتماعية تاريخيَّة، حيث كان غير مسموح للعُزَّاب من الرجال قضاء الليل داخل المدينة المسوَّرة، فكانوا ينامون خارج الأسوار؛ ممَّا شجع ممارسة المثليَّة، ولكنها الآن أصبَحَت أقلَّ انتشارًا، وتمارَس في الخفاء.

المثليَّة الجنسية في الشرق الأوسط عبر العصور

وثَّقَت كتبُ التَّاريخ ومراجِعُ أخرى ممارَسة المثليَّة الجنسيَّة في الشرق الأوسط على مَرِّ العصور، مارسها قدماء المصريين والآشوريين والعرب، رجالًا ونساءً، قبل الإسلام، ومن الروايات الشهيرة عن ممارسة المثلية بين النساء في العصور القديمه قِصَّة "زرقاء اليمامة" وعشقها لهند بنت النعمان

الثالث، ملك الحيرة (كانت مملكة الحيرة تقع في الجزء الجنوبي من وسط العراق، على مقربة من مدينة الكوفة).

وكانت المثلية الجنسية شائعةً بين بعض الخلفاء في العصور الوسطى، ففي العصر الأموي على سبيل المثال، كان هناك الخليفة "الوليد بن يزيد بن عبد الملك"، الذي اشتهر بحبِّ الخمر وممارسة المثلية الجنسية، والتي أصبَحَت ظاهرةً شبه عامَّة في العصر العبَّاسي، ويُحكَى أن الخليفة "الأمين" كان يُفضِّل الغِلمان، وجعلهم في خلوته ليلًا ونهارًا، وكان مُتيَّمًا بأحد الغلمان؛ يُدعَى "كوثر"، أنشد فيه شعرًا يقول فيه: "كَوثَرُ دِيني ودُنيايَ وسِقَمي وطَبيبي". وكذلك الخليفة "المأمون"، أخو "الأمين"، الذي بالرغم من علاقاته الكثيرة مع النساء كان أيضًا مُتعلِّقًا بغلام اسمه "مُهَج"، والخليفة المتوكل كان له عشيقٌ من الغلمان؛ اسمه "شاهك"، وتلاه الخليفة "المعتصم"، الذي روى عنه "المسعودي" في كتابه "مروج الذهب" حُبَّه للغلمان الأتراك، فاجتمع له منهم أربعة آلاف، ألبسهم أنواع الديباج والمناطق المذهَّبة والحليَّ المذهبة.

مارست النساء أيضًا المثليَّة في هذه العصور، وكانت الواحدة منهنَّ تُلقَّب بـ"الظريفة"، ووفقًا لكتاب "أحمد التيفاشي: "نزهة الألباب فيما لا يوجد في كتاب": "إذا قُلنَ فلانة ظريفة عُلم بينهنَّ أنها سحَّاقة. وهُنَّ يتعاشقن كما يتعاشق الرجال، بل أشد، وتنفق إحداهن على الأخرى كما ينفق الرجل على عشيقته،

بل أضعافًا مضاعَفة"، هذا الكتاب النَّادر قدَّم مسحاً شاملًا للظواهر الجنسية، المتخفية منها والظاهرة، في المجتمع الإسلامي حتى نهاية منتصف القرن الثالث عشر.

استمرَّت ممارسة المثليَّة فى عصر الخلافة العثمانية، وكانت مرتبطة بالطريقة "البكتاشية" التي سمحت بممارسة الجنس مع الغلمان، وكان يتمُّ اختيار الأسرى من الغلمان حسب جمالهم لخدمة السلطان شخصيًّا، وكان يتمُّ تدريبهم على الرقص، وارتداء ملابس النساء، ووضع مساحيق الزينة النسائية.

من أهم الشخصيات في تاريخ الخلافة العثمانية السلطان "محمد الفاتح"، الذي كان يختار أجملَ الأطفال للعمل في القسم الداخلي للقصر، ويُروَى عنه عشقه للأمير الروماني "رادو"، الوسيم، شقيق الكونت "دراكولا الثالث"، حاكم ترانسلفانيا، والسُّلطان "بايزيد الأول" كان أيضًا يمارس المثلية وعشق الغلمان.

استمرَّ التسامح تجاه المثلية الجنسية في الشرق حتى أوائل القرن العشرين، على عكس أوروبا، التي كانت تُجرِّمه؛ ممَّا شَجَّع عديدًا من الكُتَّاب والفنانين المثليين الأوروبيين -مثل "أندريه جيد"، و"أوسكار وايلد"- على السَّفر إلى الجزائر والمغرب ومصر، ودول عربية أخرى؛ لممارسة ما حرَّمَته أوروبا.

تغيَّر الوضع في الشرق الأوسط من التَّسامُح إلى الرفض التام للمِثليَّة الجنسية، وتطبيق أشد العقوبات على ممارستها، على عكس من ذلك،

تغيَّرَت أوروبا من موقف مُناهِضٍ للمثليَّة الجنسية إلى القبول الكامل في العقود الأخيرة، والاعتراف بزواج المثليين، الذي يتمُّ عَقدُه مَدَنيًّا، أو في العديد من الكنائس، والتي يسمح بعضها للمثليين بممارسة الكهنوت.

الخاتمة

لا يوجد تفسيرٌ واحد متكامِلٌ للسلوك الجنسي البشري؛ فالميول الجنسية لدى البَشَر متعدِّدة الجوانب، وتخضع لمؤثِّرات مختلفة.

يرفض أغلب الخبراء ربطَ االمثليَّة الجنسية بأمراض نفسية، ومن أهمهم"فرويد"؛ الأب الروحي لعلم النفس، الذي قال، بوضوحٍ:"لا يمكن تصنيف المثلية الجنسية على أنها مَرَض". كذلك دحَضَت الدراسات العلمية وجود چينات محدَّدة تجعل الشخص مِثليًّا، وما زال العِلمُ -بمختلف فروعه- يبحث عن أسباب المثلية الجنسية.

حاليًّا مُنظَّمات حقوق الإنسان الدولية تطالب القيادات السياسية في المجتمعات المحافظة بتَقبُّل المثليِّين، والتَّوقُّف عن معاملتهم كشواذ منبوذين.

الفصل الثامن

الممارسات الجِنسيَّة المختلفة

تُعدُّ دراسة الممارسات الجنسية أمرًا صعبًا؛ نظرًا لوجود العديد من العوامل التي تؤثِّر على الرغبة الجنسية.

يُقدِّم هذا الفصلُ الأنشطةَ الجنسية المختلفة التي يمارسها الإنسان، والتي تختلف بين الرجال والنساء، ومن جيلٍ إلى جيل، وبين المجتمعات المختلفة.

ممارسة الجنس بدون شريك

هناك فصيلٌ -لأسباب مختلفة- ليس لديهم دافِعٌ قَويٌّ لممارسة الجنس مع شخص آخر، بعضهم قد يرغب في إقامة علاقات عاطفية ومُمارَسة بعض الأُلفَة الجنسية، لا تتعدَّى أكثر من حضن الشريك، ولكن أغلبية هذا الفصيل تمارس العادة السرية لإشباع احتياجاتهم الجنسية.

يمتنع الرهبان والراهبات وبعض رجال الدين عن كل الممارسات الجنسية؛ لأسباب عقائديَّة، وهناك أيضًا أشخاص يمتنعون عن ممارسة الجنس لأسباب نفسية، مثل الرَّغبة في السيطرة على الشهوات الجنسية لتحقيق النُّضج الشخصي، ولكن هناك العديد من الأشخاص لا يمارسون الجنس، ليس باختيارهم، ولكن بسبب عدم وجود شريك؛ لأسباب مختلفة، وانعدام العلاقات الجنسية بالنسبة لمن يرغبون في ممارسة الجنس قد يؤدِّي إلى مشاكل نفسية.

التَّخيُّل الجنسي

يستطيع مُخُّ الإنسان أن يخلق تخيُّلاتٍ جنسيَّةً مثيرة تحت تأثير خبرات سابقة، أو مصادر إباحية، أو من محض الخيال، وهذا منتشر بين الرجال والنساء، ويساعد على التَّعايُش مع حياة جنسية غير مرَضية، ولكن وفقًا لفرويد؛ الأشخاص السعداء لا ينخرطون في التَّخيُّلات الجنسية.

تحتوي التَّخيُّلات الجنسية لدى الرجال غالبًا على تفاصيل جنسية أكثر إثارةً من تَخيُّلات النساء؛ فالأنثى تهتمُّ أكثر بالعواطف والمشاعر الرومانسية، وعلى حَدِّ قول الكاتبة التشيلية"إيزابيل الليندي":"أكثر شيء مثير للشهوة الجنسية في النساء هو الكلمة".

حاليًّا، يعتبر خبراء علم النفس أن التَّخيُّل الجنسي هو ظاهرة صحية، وليس بالضرورة بسبب عدم الرضا عن حياتهم الجنسية، بل هو سلوك طبيعي في العلاقات طويلة الأمد، ولكن يعتبر التَّخيُّل الجنسي المستمرُّ لممارسات جنسية ساديَّة خطِرَة غير صحي، وقد يؤدِّي إلى أفعال جنسية قاتلة.

العادة السرية (masturbation)

العادة السرية هي ممارسة الجنس الفردي، وتعتمد على إثارة الأعضاء التناسلية، ويستخدم الرجل يده لتدليك القضيب، مع مشاهدة المجلات أو الأفلام الإباحية، وقد تستخدم النساء أدوات خاصَّة لتدليك البظر والمهبل وحلمة الثدي؛ للوصول إلى النشوة الجنسية.

يمارس أغلب البشر العادةَ السرية، لكنها منتشرة أكثر بين الرجال، وأسباب ممارستها غالبًا لتخفيف الإحباط الجنسي.

وفقًا لقيم العصور الوسطى، وفي المجتمعات الدينية المحافظة؛ الجنس الصحيح هو التَّواصُل الجسدي بين رجل وامرأة من أجل الإنجاب، وتُعتبَر العادة السرية رذيلةً؛ لأنها تُمارَس فقط من أجل المتعة الجنسية.

بدأ هذا الرأي يتغيَّر في أوروبا منذ القرن التاسع عشر؛ مُواكَبَةً للتَّقدُّم في العلوم الطبية التي أثبتت عدم صحة أن تكرار ممارسة العادة السرية يؤدِّي إلى العديد من المشكلات الصحية؛ مثل انتشار حَبِّ الشباب على الوجه، وضَعف مَفاصِل الرُّكبَة، وضعف البصر، وأيضًا احتمال الإصابة بالجنون.

الكثير منَّا يحبون بدء يومهم بتناول القليل من رقائق الذرة المعروفة باسم الكورن فليكس، لكن لهذه الوجبة حكاية مع الموضوع الذي نتحدَّث عنه، فابتكار الكورن فليكس كان الهدف الأساسي منه تقليل ممارسة العادة السرية. ففي أواخر القرن التاسع عشر اعتقد الأطباء أن ممارسة العادة السرية تُسبِّب العديد من المشكلات الصحية، وأن تناول أطعمة نباتية وممارسة الرياضة يحدُّ من ممارستها، ولتوفير وجبة نباتية سريعة التحضير ابتكر الطبيب الأمريكي "چون كيلوج" الكورن فليكس. حتى يومنا هذا يستمتع العديد من الناس في جميع أنحاء العالم بتناول الكورن فلكس كلَّ صباحٍ دون معرفة

سبب اختراعه!

كما أوصى الدكتور "كيلوج" في كتابه "حقائق بسيطة للكبار والصغار" (1881) بإجراء الختان للأولاد دون أي تخدير، مُعتَقِدًا أن ألم العملية سيثنيهم عن ممارسة العادة السرية.

كان من بين الاختراعات الغريبة في ذلك الوقت لإعاقة ممارسة العادة السرية جهاز به جرس، يتمُّ تثبيته على القضيب، ويَصدُر عنه صوت رنينٍ عالٍ في حالة الانتصاب؛ وذلك لفضح ممارِسي العادة السرية، وإحداث شعور بالخزي الشديد؛ قد يؤدي إلى تجنُّب تكرار هذه الفضيحة!

مع التَّقدُّم العلمي في مجال الطب وعلم النفس أصبح واضحًا للخبراء أن ممارسة العادة السرية ليست ضارَّةً، بل هي مفيدة للصحة الجسدية والنفسية للإنسان، كما أنها تُقلِّل من الإصابة بسرطان البروستاتا، وتُعزِّز الشعور بالثقة لعديد من النساء، وممَّا سبق فبالتأكيد، ووفقًا للعِلم، العادة السرية ليست مرضًا يحتاج إلى علاج.

ممارسة الجنس مع شريك

هناك اختلافات عديدة في ممارسة الجنس باختلاف المجتمعات البشرية، وفي هذا الجزء سنعرض الممارسات الجنسية المختلفه الأكثر شيوعًا التي يمارسها البشر.

التَّقبيل

يتميَّز الفم بوجود شبكة عصبية غزيرة؛ ممَّا يجعلها

من المناطق الحساسة للاستثارة والاستمتاع الجنسي، ويُقال إن القُبلَة الأولى تُخبِر بكل شيء؛ فتُعتَبَر القُبلة الأولى من الذكريات الجنسية الهامَّة في علاقة الشريكين؛ ولذلك فإن التقبيل من الممارسات الجنسية المحبوبة، وهناك أنواع مختلفة من التقبيل، ووفقًا لكاماسوترا، الكتاب الهندي الشهير لوصف الممارسات الجنسية المختلفة، هناك 17 نوعًا من القُبلات التي تختلف في قوتها وطريقة استخدام اللسان في التقبيل أو عدمه.

اللَّمس

لمس الأعضاء التناسليَّة والمناطق الحسَّاسة الأخرى من الجسم له دور أساسي في الاستمتاع الجنسي، وتختلف المناطق الحسَّاسة ونوع اللمس الذي يُسبِّب الاستثارة الجنسية من شخصٍ لآخر.

غالبًا ما يمارَس اللَّمس باستخدام اليد، ولكن البعض يستمتع باحتكاك الأعضاء التناسليَّة بجسم الشريك، وتمارس النساء المثليَّاتُ احتكاكَ الفرج، وهو ما يُسمَّى بممارسة المقص.

الجنس الفموي

يُعتبَر استخدام الفم من الطُّرق الشائعة لاستثارة الأعضاء التناسلية أثناء الممارسة الجنسية، بل إن بعض الإحصائيات تشير إلى أن حوالي 75% من البشر يمارسون الجنس الفموي، مع انتشاره بشكل أكبر بين الشباب.

المجتمعات المحافظة تُدين ممارسة الجنس

الفموي، وتعتبره ضدَّ الفطرة والمعتاد، بالإضافة لاعتقادهم بأضراره الصحية.

هناك أنواع مختلفة من الجنس الفموي، وكذلك التعامل مع الإفرازات الجنسية (السائل المنوي والإفرازات المهبليَّة) يجب أن يتَّفق عليها الطرفان، ولا ينبغي اعتبار أي رفض تَقليلًا من الارتباط العاطفي أو الجنسي مع الشريك.

يعتمد البعض على الجنس الفموي للوصول إلى الذروة الجنسية، وقد وجَدَت بعض الإحصاءيات أن 10% من الرجال، و20% من النساء يفضِّلون الجنس الفموي للوصول إلى النشوة الجنسية.

يلجأ البعض إلى الجنس الفموي باعتباره أكثر أمانًا، باعتقاد أنه لا ينقل عدوى الأمراض التناسُليَّة، ولكن الحقيقي أن العديد من الأمراض تنتقل عبر الجنس الفموي؛ لذلك يجب اتخاذ الاحتياطات اللازمة أيضًا في حالة ممارسة هذا النوع من الجنس، تفاصيل هذه الاحتياطات ستُقدَّم في الفصل التاسع.

الجنس المهبلي

الجنس المهبلي بين الرجل والمرأة هو الأكثر انتشارًا، ويتمُّ ممارسته بطرق مختلفة لإشباع المتعة الجنسية؛ لذلك من الضروري الاتفاق على أفضل الأوضاع التي تؤدِّي إلى ذروة النشوة الجنسية، وتجنُّب ممارسة ما يتعارض مع ذلك.

الجنس الشرجي

ممارسة الجنس الشرجي بين الرجل والمرأة قليلةٌ،

مُقارَنةً بالأنواع الأخرى من الممارسات الجنسية، ولكنها لا تصل إلى حدِّ النُّدرة، فوفقًا لبعض الإحصائيات في أمريكا، 50% من الرجال و 30% من النساء مارسوا الجنس الشرجي مرَّة واحدة على الأقل.

هناك اختلافات بين الأفراد حول ممارسة الجنس الشرجي، فبعضهم يعتبره مُقزِّزًا، والبعض الآخر يعتبره مصدرًا للإثارة الجنسية.

تتمُّ ممارسة الجنس الشَّرجي عن طريق اختراق القضيب -أو الأصابع أو أدوات جنسية- لفتحة الشرج، ويُستخدَم الفم واللسان أيضًا لإثارة فتحة الشَّرج.

في حالة الاتفاق بين الشريكين على ممارسة هذا النوع من الجنس فمن الإرشادات التي يتمُّ النُّصح بها تجنُّب العنف في الممارسة، مع استخدام مواد تساعد على انزلاق القضيب برفق خلال فتحة الشرج، واستعمال أدوات جنسية ذات قاعدة كبيرة -فقط- لمنع انزلاقها واختفائها داخل المستقيم.

ينطوي الجنس الشرجي على مَخاطِرَ عاليةً لنقل الأمراض التناسلية؛ لذلك يجب استخدام الواقي الذَّكَري لتجنُّب نقل العدوى أو الإصابة بها، وقد يؤدِّي تقبيل فتحة الشَّرج أو تقبيل القضيب مباشرة بعد خروجه من الشَّرج إلى حدوث التهاب معوي؛ نتيجة انتقال البكتيريا المنتشرة في القولون إلى الفم.

الممارسات الجنسية بين المثليِّين

هناك العديد من الملاحظات حول المثليَّة الجِنسيَّة؛ منها أن المثليَّة الجنسية أقلُّ انتشارًا بين النساء، مقارنةً بالرجال، وغالبًا تتوقَّف مع تَقدُّم العمر.

الممارسات الجنسية للمثليَّات التي تعرضها الأفلام الإباحية لا تُمثِّل الواقع، وتناسب فقط التَّخيُّلات الجنسية عند الرجال، على سبيل المثال؛ الاختراق المهبلي باستخدام الألعاب الجنسية ليس شائعًا، والأكثر شيوعًا هو الجنس الفموي، واحتكاك الفرج، واستخدام الأصابع للمس الأعضاء التناسُليَّة، وتَبادُل ممارسة العادة السرية.

وهناك اعتقاد خاطئ بأن الجنس الشرجي هو أكثر الممارسات شيوعًا بين الرجال المثليِّين، بينما الحقيقي أن الأكثر انتشارًا هو الجنس الفموي، وتبادُل ممارسة العادة السِّرِّيَّة.

هناك ممارسات مختلفة لمن يمارسون الجنس مع الرجال، وأيضًا مع النساء (Bisexual)؛ فالأغلبية تُفضِّل الجنس الفموي، والمهبلي، وتبادُل ممارسة العادة السرية، وبعض الجنس الشرجي، ويُفضِّل أغلب الرجال في هذا الفصيل ممارسة الاختراق، وليس التقبيل في ممارسة الجنس الشرجي مع رجُلٍ آخر.

الجنس الجماعي

الجنس الجماعي هو ممارسة الجنس مع أكثر من شخص واحد في الوقت نفسه، وله أسباب مختلفة؛ منها أنه قد يكون رَدَّ فِعلٍ لفتور العلاقة الجنسية التي استمرَّت لفترة طويلة.

أكثر الممارسات شيوعًا في الجنس الجماعي هو رَجُلٌ واحد مع امرأتين، وكذلك ممارسة المثلية الجنسية بين العديد من الشباب.

تزداد فرص انتقال العدوى التناسليَّة مع ممارسة الجنس الجماعي.

المعدَّل الكافي لممارسة الجنس

ممارسة الجنس بصفة منتظمة هامٌّ للصحة الجسدية والنفسية، وأيضًا للقدرات العقلية، ويؤدِّي إلى تحسُّن وظائف الذاكرة، وكذلك تقوية الجهاز المناعي.

وهناك سؤال قد يَشغَل بال الكثير: هل نحصل على ما يكفي من احتياجتنا الجنسية؟ وما هو المعدَّل الطبيعي للنشاط الجنسي؟ هناك اختلافات من شخص إلى اخر، ويُعَدُّ العمر عامِلًا مهمًّا أيضًا في الأمر، ولعل أفضل إجابة هي أن الكَمَّ الكافي هو ما يوفِّر السعادة والرِّضا الشخصي، ولمن تمارس معه الجنس بانتظام. ممارسة الجنس مرة واحدة في الأسبوع كافية للإشباع الجنسي لمعظم البشر، وأكثر من ذلك لا يعطي بالضرورة المزيدَ من السعادة أو الرِّضا الجنسي، ومَن يدفع نفسه لزيادة مُعدَّل ممارسة الجنس قد يُفقِد الإحساس بلذَّة الجنس؛ فالكَمُّ ليس معيارًا جيِّدًا للرضا والاكتفاء الجنسي.

كما أنه من الصعب توقُّع ردود فِعل البشر تجاه ما يرونه مثيرًا جنسيًّا؛ فالقدرة على ضبط النفس في ممارسة الجنس تختلف من شخص لآخر، ومن وقت

لآخر، وأيضًا وفقًا لعمر الشخص؛ حيث يَقلُّ التَّحكُّم في سِنِّ المراهقة، وفي الواقع فإن القُدرة على ضبط النفس محدودة وليست لا نهائية، وليس غريبًا أن يصبح الشخص غيرَ قادر على مقاومة الإغراءات والانزلاق في مغامرات جنسية قد تُسبِّب فشل الزواج، أو عدوى تناسُليَّة، أو حملًا غير مرغوب فيه.

الممارسات الجنسيَّة غير الطَّبيعيَّة (Paraphilias)

يتمُّ تصنيف بعض الممارسات الجنسية على أنها طبيعية أو غير طبيعية، وفقًا لقِيَمٍ ثقافية واجتماعية، فعلى سبيل المثال، تُعتبَر المثلية الجنسية في المجتمعات الغربيَّة مُمارَسةً طبيعية، ولكن في المجتمعات الشرقية وبعض المجتمعات الإفريقية تُعتَبر شاذَّة، ويعاقِب عليها القانون، هناك أيضًا اختلافات بين المجتمعات في تحديد سنِّ الرُّشد.

الأشخاص الذين يعانون من التَّوتُّر العصبي وعدم القُدرَة على الاندماج الاجتماعي والتعبير عن مشاعرهم هم أكثر عُرضَةً للانخراط في ممارسة ما يتمُّ اعتباره جنسيًّا غيرَ طبيعيٍّ، كذلك الرجال غير القادرين على التحكُّم في شهواتهم الجنسية، وفهمهم للجنس أنانيٌّ وغير واقعي؛ فإشباع ذواتهم جنسيًّا هو مركز العلاقة، دون اهتمام بشعور مَن يشاركونهم الممارسة الجنسية.

ستتمُّ مناقشة الممارسات الجنسية غير الطبيعيَّة، والأكثر انتشارًا في الجزء التالي، ولكن لن يتمَّ طرح تفاصيل الممارسات غير الشائعة؛ مثل الإثارة الجنسية من ارتداء ملابس طفل رضيع، أو مشاهدة شريك

يمارس الجنس مع شخص آخر، أو ممارسة الجنس مع شخصٍ مُعاقٍ جسديًّا؛ وغيره من الممارسات الشاذَّة شديدة التَّطرُّف.

• التركيز على أشياء أو أجزاء من الجسم للإثارة الجنسية (fetishism)

تعتمد الإثارة الجنسية في هذا النوع على أشياء، مثل الملابس الداخلية أو الأحذية ذات الكعب العالي، أو التركيز على جزء غير جنسي من الجسم، مثل القدمين، أو الاظافر، أو الوشم، أو الشَّعر، أو الساقين، أو إفرازات جسديَّة؛ مثل البول؛ للوصول إلى الإثارة الجنسية. لا يُعتبَر هذا النوع مرضيًّا لأنه لا يُسبِّب ضَرَرًا شخصيًّا أو للآخرين، ويتطلَّب تَدخُّلًا طبِّيًّا فقط عندما يكون له تأثير سلبي على استمرار واستقرار العلاقة مع الشريك.

• ارتداء ملابس الجنس الآخر (Transvestism)

في هذا النوع يؤدِّي ارتداء قطع من ملابس الجنس الآخر إلى الإثارة الجنسية، والاعتقاد بأنه منتشر بين الرجال المثليِّين غير صحيح، وأغلب مَن يمارسه من الرجال المحبِّين للنساء، ولا تمارسه النساء المحِبَّات للرِّجال. لا يُعتبر هذا السلوك مَرضيًّا طالما أنه لا يسبب اضطرابات نفسية كبيرة.

• الساديَّة الماسوشيَّة (Sadomasochism)

السادية الماسوشية هي المتعة الجنسية عن طريق إلحاق الألم، أو تَلقِّيه، وتُمارَس لتعزيز المتعة الجنسية، وفي بعض الحالات تكون شرطًا أساسيًّا لا

غنى عنه.

تنتشر السادية الماسوشية بالتساوي بين الرجال والنساء، بمعدَّل حوالي 14%، ومن الممكن أن يتبدَّل سلوك الشخص نفسه بين السادية والماسوشية.

لا تُعتبَر السادية الماسوشيَّة بشكلٍ عامٍّ مَرضًا نفسيًّا طالما أنها تُمارَس بموافقة طرفين في سِنِّ الرُّشد، ولا تُسبِّب ضررًا جسيمًا. ويُفضِّل أغلب ممارسي السادية الماسوشية إلحاقَ -أو تَلقِّي- ألمٍ غير شديد، ولكن بعض الممارسات قد تؤدِّي إلى الوفاة، مثل استخدام الكهرباء، أو إحداث جروح خطرة، أو الاختناق (يعمل نقص الأكسچين على الاستثارة الجنسية وزيادة المتعة الجنسية لدى البعض).

ممارسة الماسوشية لها أسبابٌ مختلفة، فقد يؤدِّي تَلقِّي عقابات جسدية في سنِّ المراهقة لممارسة العادة السرية إلى خلق رابط بين المتعة الجنسية والألم، كذلك الشعور بالألم يساعد على الهروب من الوعي الذاتي، ويمنع مشاعرَ التَّوتُّر التي تعيق التركيز على الإثارة الجنسية.

لم يتم تحديد أسباب مُحدَّدة وراء ممارسة السادية الجنسية، ولكن هناك العديد من النظريات، مثل الهروب من الواقع، والشعور بالقوة لشخصٍ يشعر عادةً بالعجز في الحياة اليومية، أو إطلاق العنان لتخيُّلات جنسية مكبوتة، واقترحت بعض الدراسات أن تَشوُّهات في المخ قد تكون سببَ السادية الجنسية.

• **اختلاس النظر (voyerism)**

مصطلح "voyeurism" مُشتَقٌّ من الكلمة الفرنسية "voir"، والتي تعني "مُشاهَدة".

يمارَس اختلاس النظر بغرض الإثارة الجنسية من مُشاهَدة آخرين أثناء خلع ملابسهم، أو الانخراط في نشاط جنسي، وهو أكثر انتشارًا بين الرجال.

يُعاقِب القانون في العديد من الدول على اختلاس النظر، خاصةً إذا تمَّ تصوير أو تسجيل ڤيديو لتصرُّفات جنسية لشخص آخر دون عِلمه؛ نظرًا لما يحمله هذا التَّصرُّف من أضرار أحيانًا، وقد يؤدِّي نشر هذه الصور أو مقاطع الڤيديو على الإنترنت إلى انتحار الضحية.

• **الاستعراضية (exhibitionism)**

الاستعراضية هي الكشف عن الأعضاء التناسلية، أو السَّير عاريًا؛ لإثارة ردود فِعلٍ عاطفية، مثل الاشمئزاز أو الذُّعر، ولتحقيق المتعة الجنسية.

يمارس الاستعراضيَّةَ فقط الذُّكورُ، ويعاقب عليه القانون في معظم البلدان، ويُعتبَر سلوكًا مَرضيًّا يمارسه أشخاص يعانون من اضطرابات نفسية، وأيضًا الفاشلون في إقامة علاقات جنسية.

• **المكالمات التليفونيَّة الجنسيَّة**

يتمُّ الحصول على المتعة الجنسية من مكالمات هاتفية جنسيَّة، تُستَخدَم فيها لغة بذيئة، عادةً مع غرباء، مع ممارسة العادة السرية أثناء المكالمة.

يُعتبَر هذا التَّصرُّف شكلًا من أشكال التَّحرُّش

الجنسي، ويُعاقِبُ عليه القانونُ في أغلب الدول.

هذه الممارسة أكثر شيوعًا بين الذُّكور، غالبيَّتهم يعانون من اضطرابات عاطفيَّة، مع احتمال تعرُّضهم أو ارتكابهم لاعتداءات جنسية في الماضي، والشعور بعدم الكفاءة والعُزلَة، ويجدون صعوبة في تكوين علاقات عاطفية أو جنسية، وهذه المكالمات هي الطريقة الوحيدة التي يمكنهم من خلالها التعبير عن أنفسهم جنسيًّا.

حاليًّا يقوم بعض هؤلاء الأشخاص بإرسال رسائل إلكترونية جنسية تحتوي على صور للأعضاء التناسُليَّة، أو مقاطع ڤيديو إباحيَّة، بدلًا من المكالمات التليفونية.

- **ممارسة الجنس مع الأطفال**

يعاني مُمارِسو الجنس مع الأطفال من اضطرابٍ نفسيٍّ يجعلهم مَهووسين بالانجذاب الجنسي تجاه الأطفال قبل بلوغهم سِنَّ المراهقة.

يُمارَس الاعتداء الجنسي على الأطفال في الغالب من قِبَل رجال متزوِّجين، وهو منتشر وفقًا لبعض الإحصائيات بنسبة 4%، بعض النساء أيضًا يمارسن هذا الانحراف الجنسي.

يرتبط الاعتداء الجنسي على الأطفال بالعديد من الاضطرابات النفسية، والمشاكل الشخصية، مثل تدنِّي احترام الذات، والاكتئاب، وانخفاض مُعدَّل الذكاء، وصعوبة التَّفاعُل مع الآخرين، والتَّعرُّض لتحرُّشٍ جنسي أثناء مرحلة الطفولة.

يظهر الانجذاب الجنسي تجاه الأطفال أثناء سن البلوغ، ويستقرُّ بمرور الوقت.

يُعتبَر استخدام المواد الإباحية التي تعرض ممارساتٍ جنسيَّة مع الأطفال، والاحتفاظ بها، وكذلك الاشتراك في مجتمعات الإنترنت المخصَّصة لهذا الانحراف- مُؤشِّرًا موثوقًا به على الانجذاب الجنسي للأطفال.

وأوضحت دراسات تصوير المخ بالرنين المغناطيسي أن مُمارِسي هذا الانحراف لديهم كمية أقلُّ من المادة البيضاء، مع احتمال وجود تَلَفٍ في شبكة التواصل داخل المخِّ، وأظهر الفحص بالرنين المغناطيسي الوظيفي (fMRI) أن مشاهدة صور إباحية لممارسة الجنس بين البالغين لا تُسبِّب نشاطًا في مراكز الإثارة الجنسية في مُخِّ المتحرِّشين بالأطفال.

تُعتبَر ممارسة الجنس مع الأطفال قبل سِنِّ الرُّشد جريمةً في معظم المجتمعات، ويعاقب عليها القانون بأشد العقوبات.

- **ممارسة الجنس مع الحيوانات**

ممارسة الجنس مع الحيوانات، مثل الخيول والكلاب والماشية والدجاج أو الطيور، وغيرها من الحيوانات، ممنوعة بموجب القانون في كثير من البلدان، ووفقًا لدراسات عالِم الجنس "كينزي"، فإن 8% من الرجال وحوالي 4% من النساء (يعيش معظمهم في المناطق الزراعية) يمارسون الجنس مع الحيوانات،

وهناك مواقع على الإنترنت لممارسي هذا الانحراف.

تعتبر ممارسة الجنس مع الحيوانات مرضًا نفسيًّا، وقد تُسبِّب انتقال عدوى بكتيريَّة، أو فيروسية، أو طُفَيليَّة، مع احتمال التَّعرُّض لأضرار جسديَّة خطيرة نتيجة التواصُل الجنسي مع حيوانات كبيرة الحجم.

قد تؤدِّي ممارسة الجنس مع الحيوانات إلى إلحاق الضَّرر بأعضائهم التناسليَّة وفتحة الشرج، وتدينه بشدَّة جمعيات الرفق بالحيوان.

- **ممارسة الجنس مع الأموات**

يعتبر خبراءُ عِلم النفس أن الانجذاب الجنسي أو ممارسة الجنس مع الجُثَث هو انحرافٌ جِنسيٌّ مُروِّع، وفي بعض الحالات قد يكون مصحوبًا بميول للقتل.

تشمل الدوافع وراء هذا السلوك ممارسة الجنس مع شريكٍ غير قادر على الرَّفض، أو مع شريك جنسي سابق.

الخلاصة

لا شكَّ أن المتعة الجنسية حقٌّ مشروع للإنسان، ولا يوجد تحديد واضحٌ للمُعدَّل الطبيعي لتكرار ممارسة الجنس، ومدَّة استمرار النشاط الجنسي، ومن المعروف أن تقدُّم العمر يُضعِف الرغبة الجنسية، وكذلك القُدرَةَ على ممارسة الجنس، ولكن غالبًا يستمر التَّمتُّع بالجنس مدى الحياة.

يمكن الحصول على المتعة الجنسية بعدَّة طرق، مع الالتزام بالخصوصية والموافقة الكاملة بين بالِغين،

مع عدم التَّسبُّب في ضَرَرٍ جَسديٍّ أو نفسي عند الممارسة الجنسية.

تُعتبَر بعض الممارسات الجنسية غير الطبيعية سلوكًا مَرضيًّا، يعاقب عليها القانون.

الشخص المستنير لا يخجل من معرفته بالسلوك الجنسي السليم الذي لا يُسبِّب ضررًا شخصيًّا، أو للآخرين، بل يعتبر هذه المعرفة ضروريَّةً لتحقيق واحدة من مُتَع الحياة، عبر الممارسة الجنسية، ولكن ينفر ويدين بشدَّة التَّطرُّف في الممارسة الجنسية بأشكالٍ مختلفة، مثل انتهاك خصوصية الآخرين، أو الاعتداء الجنسي على الأطفال، أو استغلال الحيوانات لأغراض جنسية، وغيرها من الممارسات التي تَنمُّ عن قصورٍ عَقليٍّ أو نفسي لدى مُمارِسيها.

الفصل التاسع

الأمراض التي تنتقل عن طريق الاتِّصال الجنسي

الجنس مصدر مُهمٌّ للمتعة، ولكنه قد يصبح مصدرًا للعدوى؛ لذلك يجب توخِّي الحذر، واتِّباع الإجراءات الوقائية عند ممارسته؛ تَجنُّبًا للإصابة بأمراض قد يؤدِّي بعضها إلى الوفاة، مثل الإيدز.

تنتشر الأمراض المرتبطة بالممارسة الجنسية في إفريقيا وأمريكا اللاتينية، وهي أقل انتشارًا في دول البحر الأبيض المتوسط، وفي الولايات المتحدة الأمريكية وحدها يُصاب سنويًّا 20 مليون شخص بعدوى جنسية؛ نتيجة ممارسة الجنس دون اتخاذ الاحتياطات اللازمة.

العدوى البكتيريَّة

أشهر الأمراض الناتجة عن العدوى البكتيرية عبر الممارسة الجنسية: السَّيلان، والكلاميديا، والزُّهري. وتنتشر هذه الأمراض عن طريق الممارسات الجنسية المختلفة، التي تشمل الجنس المهبلي، والفموي، والشَّرجي.

الكلاميديا

من أكثر الامراض التَّناسُليَّة انتشارًا، وأعراض المرض غالبًا بسيطة، وتشمل عند النساء حُرقةً أثناء التَّبوُّل، وألمًا أثناء ممارسة الجنس، وآلامًا أسفل البطن،

وارتفاع درجة حرارة الجسم، وإفرازات مهبلية لها رائحة قوية، ونزيفًا بين فترات الحيض.

ما لم تُعالَج بالأدوية الفعَّالة قد تُسبِّب الكلاميديا التهاباتٍ في الرَّحم وقناتَيْ فالوب؛ ممَّا يؤدِّي إلى العُقم، واحتمال حدوث حمل خارج الرحم، وآلام مُزمِنَة في الحوض. قد تتسبَّب العدوى أثناءَ الحمل في الولادة المبكِّرة، وكذلك قد تصيب الجنين بالالتهاب الرئوي أو الالتهاب في العين.

أمَّا عند الرجال فتشمل الأعراض حُرقة أثناء التَّبوُّل، وإفرازات صديدية من القضيب، وألمًا في الخصيتين.

وقد تؤدِّي العدوى بعد ممارسة الجنس الفموي إلى التهاب الحَلق، كما أن العدوى نتيجة ممارسة الجنس الشرجي تُسبِّب التهابًا في فتحة الشرج، وبعض الإفرازات.

تُسبِّب عدوى العين التهابَ أغشية العين، التي قد تؤدِّي إلى العَمى إذا لم يتلقَّ المصاب علاجًا مبكِّرًا مناسبًا.

تُعالَج الكلاميديا بالمضادَّات الحيوية، لكن ذلك لا يمنع تكرار حدوث العدوى مرَّةً أخرى بعد الشفاء.

السَّيلان

مرض تُسبِّبه بكتيريا تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي المهبلي، أو الفموي، أو الشرجي. تصيب العدوى الذُّكورَ والإناث على حَدٍّ سواء، ويؤثِّر السيلان على مجرى البول أو المستقيم أو الحلق، كما يصيب عنقَ الرَّحم عند النساء.

تشمل الأعراض عند الذكور ألمًا أثناء التَّبوُّل، والرغبة في التَّبوُّل أكثر من المعتاد، وظهور إفرازات صديديَّة على رأس القضيب، وألمًا في الخصيتين.

تشمل الأعراض عند الإناث إفرازات مهبلية ذات رائحة كريهة، وألمًا أثناء التبوُّل، والحاجة للتَّبوُّل أكثر من المعتاد، وألمًا أثناء الجِماع، ونزيفًا مهبليًّا بين فترات الحيض وبعد الجِماع، وألمًا في الحوض مع وصول العدوى إلى قنوات فالوب.

تُسبِّب إصابة المستقيم ألمًا في فتحة الشَّرج، وظهور نقاط من الدم مصاحبة للبراز.

قد تصيب العدوى العينَ؛ ممَّا يُسبِّب الألم، وحساسية للضوء، وإفرازات صديدية.

تُسبِّب عدوى الحلق انتفاخَ الغُدَد الليمفاوية في الرَّقبة، وآلامًا في البلعوم.

قد تنتشر العدوى إلى المفاصل، وتؤدِّي إلى التهابات شديدة.

تشمل مضاعفات مرَض السَّيلان عند النساء التهابًا مُزمِنًا في الحوض، والعُقم، واحتمال حدوث حمل خارج الرحم؛ الذي قد يؤدِّي إلى نزيف داخلي خطير.

قد تنتقل العدوى من الأمِّ إلى الجنين؛ ممَّا يؤدِّي إلى مضاعفات خطيرة على الجنين، وانتشار العدوى إلى العين والمفاصل والدم.

أمَّا الرجال فأهم مضاعفات السيلان هي التهاب الخصيتين.

يعالج مرض السيلان بالمضادات الحيوية، مثل حُقَن البنسلين، وهناك خوف حاليًّا من انتشار أنواع مقاومة للمضادَّات الحيوية من بكتيريا السيلان؛ لذلك يجب أن يتمَّ علاج الأمراض التناسلية تحت إشراف طبي، وباستخدام أنسب المضادَّات الحيوية بجرعات كافية؛ للتخلُّص نهائيًّا من العدوى.

التهاب غير نوعي لمجرى البول

(NSU"- non-specific urethritis")

هو أكثر أنواع العدوى المنقولة من الاتصال الجنسي عند الرجال، وإذا أُهمل علاجه يمكن أن يُسبِّب العدوى التهابات في المفاصل. وقد تُصاب النساء أيضًا بهذا المرض دون ظهور العديد من الأعراض عليهنَّ.

هناك مضادَّات حيوية مناسبة لعلاج هذا المرض، ويجب تجنُّب ممارسة الجنس حتى نهاية فترة العلاج.

الزُّهري (Syphilis)

عدوى بكتيرية تنتقل عبر الاتصال الجنسي. أصبح الزهري أقلَّ انتشارًا في العقود الأخيرة، ولكنه لا يزال منتشرًا بين الرجال المثليِّين.

تظهر أعراض مرض الزهري على ثلاث مراحل، تفصل بينها فتراتٌ تتفاوت مُدَدُها الزمنية، بدون أعراض، يبدأ المرض بقُرحَة غير مؤلمة في مكان الإصابة بعد حوالي ثلاثة أسابيع من الاتصال الجنسي، تختفي القرحة من تلقاء نفسها في خلال ثلاثة أو ستة أسابيع، وبعد أسابيع قليلة من التئام القرحة تظهر

المرحلة الثانية، حيث يحدث طفحٌ جلدي، وارتفاع درجة حرارة الجسم، وصداع، وفقدان الشهية، قد تختفي هذه الأعراض دون علاج في غضون أسابيع قليلة، وقد تظهر وتختفي بشكل مُتكرِّر على مدار عام. يتقدَّم المرض من المرحلة الثانية إلى المرحلة الكامنة، حيث لا تظهر أيَّة أعراض، وقد تمتدُّ هذه المرحلة لعدة سنوات، مع احتمال اختفاء المرض، أو تطوُّره إلى المرحلة الثالثة في حوالي 15% إلى 30% من المصابين.

تظهر في المرحلة الثالثة تداعيات للمرض في الجهاز العصبي والقلب والأوعية الدموية والكبد والعظام والمفاصل.

قد ينتقل المرض عن طريق المشيمة إلى الأطفال المولودين لأمَّهاتٍ مصابات بمرض الزهري، ويؤدِّي ذلك إلى وفاة الجنين أو لاحقًا، ويُسبِّب الزهري الصَّمَم والتشوُّهات في أسنان وأنف الطفل.

يظلُّ البنسلين الخيارَ الأول لعلاج مرض الزهري في جميع مراحله.

العدوى الڤيروسيَّة

بسبب عدم وجود علاج شافٍ للڤيروسات، تعتبر العدوى الڤيروسية أخطر كثيرًا من العدوى البكتيرية التي يتمُّ القضاء عليها بالمضادات الحيوية.

ڤيروس الورم الحليمي البشري (HPV "Human papillomavirus")

ينتشر عن طريق الاتصال الجنسي والتلامُس

الجلدي. يوجد أكثر من 100 نوع من هذا الفيروس، ولكنَّ أنواعًا مُعيَّنة فقط تُسبِّب ظهور الثآليل الجلدية (warts) عند البشر، وتظهر عند الأنثى في الفرج، والمهبل، وعنق الرحم، وحول فتحة الشَّرج، ويصاحب التَّغيُّرات الجلديَّة آلامٌ أثناء الجِماع، وفي الحوض، ونزيف بين فترات الحيض، وتظهر التَّغيُّرات الجلدية عند الرجل في القضيب، وكيس الصفن، وبجانب فتحه الشَّرج.

قد يتسبَّب الفيروس أيضًا في حدوث تغيُّرات جلديَّة في أي جزء من جسم الإنسان، مثل اليدين، والأصابع، وباطن القدمين.

تكمن خطورة هذا الفيروس في أنه يُسبِّب سرطان عنق الرحم، وتُنصح السيدات من سنِّ 30 إلى 65 عامًا بعمل فحص دوري كلَّ ثلاث سنوات للاكتشاف المبكِّر لوجود أي خلايا سرطانية في عنق الرحم، وأيضًا تشجيع الذكور والإناث لتلقِّي لقاح ضدَّ فيروس الورم الحليمي قبل سِنِّ البلوغ.

الهربس التَّناسُلي

هو عدوى بفيروس الهِربس البسيط، يصيب الأعضاء التناسلية نتيجة الاتصال الجنسي، هذا المرض منتشر بشكل كبير جدًّا بين الرجال والنساء على حدٍّ سواء، ولا يوجد علاجٌ يؤدِّي إلى الشفاء التام منه.

لا تعني الإصابة بالهِربِس الامتناع عن ممارسة الجنس طالما هناك التزام بتطبيق إرشادات منع انتقال العدوى.

قد لا يشعر المصابون بفيروس الهِربِس بأي أعراض، لكن النوبة الأولى غالبًا ما تكون شديدة، واحتمال تكرار الأعراض تختلف من شخص لآخر، وينخفض بمرور الوقت.

تشمل الأعراض ظهورَ بثور حمراء صغيرة أو تقرُّحات بالأعضاء التناسُليَّة والشَّرج بعد أسابيع قليلة من ممارسة الجنس مع شريك مصاب، التغيرات الجلديَّة تختفي في النهاية، وقد يصاحب النَّوبَة الأولى صداعٌ، وأوجاعٌ في العضلات، وارتفاعٌ في درجة الحرارة، وانتفاخ في الغُدَد الليمفاوية.

لا يُسبِّب الهِربِس التَّناسُلي عند البالغين الأصحَّاء مضاعفات خطيرة، ولكن مع ضعف المناعة، قد يتسبَّب الفيروس في التهاب القرنية والمخ.

الأشخاص المصابون بالهِربِس التَّناسُلي أكثر عُرضَةً للإصابة بأمراض أخرى تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي، بما في ذلك الإيدز.

المرأة التي تعاني من تَقرُّحات بسبب الهربس التناسلي أثناء الولادة قد تنقل الفيروس إلى الجنين، ليسبب مضاعفات خطيرة، أهمها: التهاب فيروسي في المخ قد يؤدِّي إلى وفاة المولود؛ لذلك يجب على المرأة الحامل المصابة بفيروس الهربس التناسُلي إبلاغ الطبيب المشرف على الحمل.

لا يوجد علاج للهربس التناسلي، ولكن تناول الأدوية المضادة للفيروسات عن طريق الفم يسرِّع من التئام القروح، ويساعد في تقليل حدَّة النوبات

المتكرِّرة، واحتمال إصابة الشريك الجنسي بالعدوى. ويساعد دهان المراهم المضادة للڤيروسات على المناطق المصابة أيضًا على التَّخلُّص السريع من الالتهابات الجلدية.

وسائل الوقاية من الإصابة بالهربس التَّناسُلي هي نفس وسائل الوقاية من الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الجنس، ويجب الامتناع التام عن ممارسة الجنس أثناء نشاط المرض.

ڤيروس مرض الإيدز (ڤيروس نقص المناعة البشرية)

ما يقرب من أربعين مليون شخص حول العالم في نهاية عام 2021 مصابون بهذا الڤيروس، الذي يُضعِف الجهاز المناعي، ويسلب الجسم قُدرتَه على محاربة العدوى ومقاومة الڤيروسات، والجراثيم والفطريات.

تختلف أعراض مرض الإيدز حسب مرحلة المرض، في المراحل الأوَّليَّة قد لا تظهر أي أعراض، ولكن الڤيروس يستمرُّ في التَّكاثُر و في تدمير جهاز المناعة.

تبدأ أعراض الإيدز بالظهور بارتفاع درجة حرارة الجسم، والصُّداع، وآلام في الحلق، وتضخُّم الغدد الليمفاويَّة، وانخفاض وزن المريض.

قد تظهر المراحل الأخيرة لمرض الإيدز بعد مرور 10 سنوات أو أكثر من الإصابة بالڤيروس،حيث يصبح الجسم فريسةً سَهلةً للعدوى، مع الشعور بالتعب

الدائم، وعَرَقٍ ليليٍّ مُفرِط، وارتفاع درجة حرارة الجسم، وإسهال مُزمِن، وصداع دائم، والإصابة بأمراض سرطانية مختلفة؛ ممَّا يؤدِّي إلى وفاة المريض في سِنٍّ مبكِّرة.

يوجد الڤيروس في السائل المنوي والإفرازات المهبلية، وقد تحدث العدوى من خلال الاتصال الجنسي المهبلي أو الشَّرجي مع شخص يحمل الڤيروس دون استخدام الواقي الذكري، وتحدث العدوى أيضًا من نقل الدم أو منتجات الدم الملوَّثة، أو استخدام إبر الحقن الملوثة بالڤيروس، وقد ينتقل الڤيروس من الأم إلى طفلها أثناء الحمل.

لا تحدث العدوى من خلال المعانقة، أو التقبيل، أو الرقص، أو مصافحة شخص مصاب بهذا المرض. وللقضاء على المفهوم الخاطئ لانتقال مرض الإيدز وكسر الحاجز النفسي بين المجتمع ومرضى الإيدز ووصمهم- قامت الأميرة ديانا -في لفتة إنسانية رائعة- بمصافحة مرضى الإيدز عام 1987.

الوقاية هي طوق النجاة في سبيل التَّحكُّم في انتشار مرض الإيدز، ولا يوجد حتى الآن أي لقاح ضد ڤيروس مرض الإيدز.

يتمُّ التقليل من تأثير أعراض الإيدز باستخدام مزيج من عدَّة أدوية، تهدف إلى التَّحكُّم في كمية الڤيروس في جسم المريض، وإبطاء مُعدَّل تَكاثُره. أدَّى هذا الكورس العلاجيُّ إلى تَحسُّن كبير في السيطرة على أعراض ومضاعفات مرض الإيدز، وتَجنُّب الموت المبكِّر.

المليساء Molluscum

عدوى جِلديَّة فيروسية، تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي، ومشاركة المناشف. يتسبَّب الفيروس في ظهور بُقَع جلديَّة صغيرة غير مؤلمة، لها رأسٌ صغيرٌ أبيض لؤلؤيٌّ في المناطق المحيطة بالأعضاء التَّناسُليَّة، وعادة ما تزول دون علاج في غضون عدَّة شهور.

عدوى الحشرات

قمل العانة حشراتٌ صغيرة بحجم رأس الدَّبُّوس، تعيش مُتخلِّلةً شَعر العانة وشَعر الإبط والساقين والصَّدر، وأحيانًا على الحاجبين وشَعر الوجه، ولكنه لا يصيب شَعر الرأس.

تظهر الأعراض بعد عدَّة أسابيع من العدوى، وتشمل حَكَّ المناطق المصابة، والتهابات في الجلد، مع احتمال ملاحظة مسحوق أسود في الملابس الداخلية ناتج عن فَضَلات القمل.

ينتقل قَملُ العانة بشكل رئيسي بالتلامس أثناء ممارسة الجنس، ولكن نادرًا ما تنتقل العدوى بالاشتراك في استخدام المناشف، أو الملابس، أو الفِراش الملوَّث بقمل العانة؛ وذلك لأن هذه الحشرات تتغذَّى على دم الإنسان للبقاء على قيد الحياة.

يتمُّ العلاج باستخدام الشامبو المبيد للحشرات في مناطق الشَّعر المصابة، ويُكرَّر العلاج بعد 7-3 أيام، ويجب أيضًا غسل الفِراش والمناشف والملابس في ماء ساخن، درجة حرارته أكثر من 60 درجة مئوية؛

لقتل القمل، وبَيْضه، وكذلك علاج أي شريك جنسي خلال الأشهر الثلاثة السابقة لظهور العدوى، وأيضًا جميع أفراد الأسرة.

وللتحذير؛ حَلْقُ شَعر العانة لن يؤدِّي إلى التَّخلُّص من القمل، بل سيستمرُّ بَيضُه عالقًا بالجِلد. وكذلك منعًا لانتشار العدوى يجب تَجنُّب ممارسة الجنس حتى نهاية العلاج.

العدوى الطُّفيليَّة (Parasitic infection)

داء المشعِرات (Trichomoniasis)

مرضٌ طُفيليٌّ شائع، ينتقل عن طريق الاتصال الجنسي، معظم الأشخاص الذين يعانون منه لا تظهر عليهم أعراض؛ ممَّا يسهل نقل العدوى للآخرين.

تظهر الأعراض في غضون من خمسة إلى 28 يومًا بعد الإصابة بالعدوى، وتتسبَّب لدى النساء في إفرازات مهبليَّة ذات رائحة كريهة، وألَمٍ أثناء الجِماع.

أمَّا الرجال فيُسبِّب داء المشعرات لديهم إفرازاتٍ بيضاء تخرج من القضيب، وألمًا أثناء التَّبوُّل، وبعد القذف.

قد يؤدِّي داء المشعِرات أثناء الحمل إلى الولادة المبكِّرة، وانخفاض وزن الجنين عند الولادة.

بدون علاج تستمرُّ الاعراض لأشهر، أو حتى سنوات، مع احتمال نقل العدوى إلى آخرين أثناء ممارسة الجنس.

يؤدِّي تناول الميترونيدازول (مضاد حيوي للقضاء على العدوى البكتيرية والطفيلية، ومن أسمائه التجارية: "فلاجيل"، أو "ميتروزول"، وغيرها) عن طريق الفم لمدة من خمسة إلى سبعة أيام إلى الشفاء من هذا المرض، ويجب عدم ممارسة الجنس لمدة أسبوع بعد الانتهاء من العلاج.

الوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًّا

تنتقل الأمراض الجنسية المعدية من شخص لآخر من خلال ممارسة الجنس، وهناك العديد من الخطوات التي يجب اتِّباعها لتجنُّب الإصابة بهذه الأمراض.

تتطلَّب الوقاية اختيار الشريك الجنسي بحِكمة، وينبغي على أي شخص يعاني من مرضٍ جنسي أن يمتنع عن كل الممارسات الجنسية، وهذا موقفٌ أخلاقي يتطلَّب الصِّدقَ والثقة المتبادَلَة.

استخدام الواقي الذكري هامٌّ لمنع انتقال العدوى، وهناك واقٍ فموي لمنع انتقال العدوى أثناء ممارسة الجنس الفموي، ويُفضَّل استخدام المستحضرات الطبية التي تُقلِّل من شدَّة الاحتكاك؛ لتَجنُّب إحداث تشقُّقات أو جروح في المهبل أو المستقيم أثناء الجِماع.

ينبغي تجنُّب مشاركة المناشف والملابس الداخلية، مع الالتزام بالحفاظ على نظافة الأعضاء التناسلية، ويجب استشارة الطبيب إذا كان هناك اشتباه في الإصابة بمرض جنسيٍّ مُعدٍ.

الخُلاصة

الوقاية خيرٌ من العلاج، والسيطرة العقلانية على الرغبة الجنسية مبدأ هامٌّ للوقاية من الأمراض المنقولة جنسيًّا، والأعراف الاجتماعية التي تمنع الحديث عن أمور الممارسة الجنسية لا تمنع كارثة انتشار عدوى الأمراض الجنسية؛ ومن هنا كان واجبنا التَّنبيه والتَّوعية بخطورة هذه الأمراض، وضرورة اتِّخاذ كافَّة الإجراءات الوقائية، وليس دفن رؤوسنا في الرمال، وفي هذا الصدد نتذكَّر كلمات الفيلسوف والناقد الاجتماعي من جنوب إفريقيا"موكوكوما موخونوان":"ممارسة الجنس بدون وقاية هو محاولة لا شعورية للانتحار".

الفصل العاشر

العَجز الجنسي، أسباب العقم، المفاهيم الخاطئة عن الجنس

يناقش هذا الفصل العجز الجنسي، واسباب العقم وتمثل هذه الموضوعات هاجسًا مقلقًا لدى العديد من البشر باختلاف مستوياتهم، وقد يكون لها آثار سلبية على سعادتهم. للتغلب على هذه الآثار السلبية، من الضروري فهم أسباب هذه المشاكل، وكذلك التخلص من المفاهيم الخاطئة حول الرغبة الجنسية التي تسبب اضطرابات نفسية لا داعي لها.

العجز الجنسي عند الرجال

- **ضَعف الانتصاب**

ضعف الانتصاب هو عدم القدرة المتكرِّر على تحقيق الانتصاب الكافي للأداء الجنسي، الاعتراف بهذا العجز من أصعب الأمور بالنسبة للرجال، ولكن يجب مواجهة المشكلة بصراحة مع الشريك الجنسي، وقد شدَّد الممثِّل الأمريكي المشهور "كاري جرانت" على أهمية المصارحة، بقوله -مازِحًا-: "لكي تنجح مع الجنس الآخر، أخبِرْها أنك تعاني من عجز جنسي؛ ستجدها تبذل كل جهد لإثبات بُطلان ذلك".

بالطبع أفضل حلٍّ هو التواصُل مع طبيب متخصِّص، وهو مَن يستطيع تحديد العلاج الناجح في معظم الحالات، بناء على تشخيصه، والمعلومات المتوافِرَة لديه.

أسباب ضَعف الانتصاب

هناك أسباب عديدة لضعف الانتصاب، منها المشاكل نفسية؛ مثل الاكتئاب، والخوف من الفشل الجنسي، وما قد يترتَّب عليه من انفصال أو خيانة الشريك، وعدم التوافُق مع الشريك الجنسي، وفي بعض الأحيان قد يكون السبب تَوقُّعات عالية من الشريك يصعب تحقيقها؛ ممَّا يؤدِّي إلى فقدان الرجل الثِّقةَ في قدراته الجنسية. على الجانب الفيسيولوچي، هناك عدَّة أمراض قد تتسبَّب في ضعف الانتصاب، منها أمراض المخ، أو الجهاز العصبي، والأمراض التي تُسبِّب ضيقًا في الشرايين؛ مثل السُّكَّري، وانخفاض قُدرة القلب على ضخِّ الدم بشكل جيد؛ كل هذه الأمراض تؤدي إلى ضعف الانتصاب، كما أن الأدوية المخفِّضة للدهون في الدم ومُدِرَّات البول، وغيرها، قد تُسبِّب ضعف الانتصاب، ولكن التَّدخين -بلا شَكٍّ- من أكثر العوامل التي تزيد من فرص الإصابة بالعجز الجنسي؛ لأنه يُسبِّب تَصلُّب الشرايين، وأمراض القلب، وأمراض الجهاز التنفسي.

العلاج

يعالَج ضَعف الانتصاب حاليًّا بأدوية مثل الفياجرا أو سياليس، والآثار الجانبية غالبًا طفيفة وعابرة. ويُمنَع منعًا باتًّا تناول هذه الأدوية مع أدوية تحتوي على نيترات لزيادة تدفُّق الدم في الشرايين التاجية؛ وهذا لتَجنُّب حدوث انخفاض حادٍّ في ضغط الدم، قد يؤدِّي إلى أزمات قلبية أو سكتات دماغية.

في بعض الحالات، يوصي الأطباء ببدائل هرمون

التستوستيرون الذَّكَري، أو الحقن المباشر في القضيب بمواد تساعد على تحسين تدفُّق الدم.

تُستخدَم بعض الأدوات لتحقيق الانتصاب، وفي الحالات المستعصية يمكن إجراء جراحات على الأوعية الدمويَّة لتسهيل تدفُّق الدم، أو عملية زراعة قضيب اصطناعي.

من أهم السبل الوقائية: التَّوقُّف عن التدخين، مع ممارسة نشاط رياضي بصفة مُنتَظِمة؛ مثل المشي أو السباحه، والالتزام بالعلاج الذي يُحدِّده الطبيب، وعدم تناول أدوية دون إشراف طبي؛ لتَجنُّب أيَّة آثار سلبية هامَّة.

• **البرود الجنسي**

البرود الجنسي يعني انخفاض الرغبة الجنسية، وقلَّة الاهتمام بالنشاط الجنسي.

من الشائع فُقدان الاهتمام بالجنس من وقت لآخر، كما تختلف مستويات الرغبة الجنسية أيضًا من شخص لآخر، ولكن انخفاض الرغبة الجنسية لفترة طويلة من الوقت قد يكون في بعض الأحيان مؤشِّرًا على وجود مشكلة صحية.

تُسبِّب بعض الأدوية برودًا جنسيًّا؛ مثل مضادَّات الاكتئاب، ومضادَّات الدهون، والأدوية التي تعالج تَضخُّم البروستاتا، وبعض أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم، كذلك تَعاطي المخدِّرات، أو استهلاك الكحول المفرِط.

العوامل العاطفية والنفسية؛ مثل القلق،

والاكتئاب، والإرهاق، وتدنِّي احترام الذَّات، والتجارب الجنسية السيئة- لها تأثير سلبيٌّ على الرغبة الجنسية والاهتمام بالنشاط الجنسي.

يُسبِّب انخفاض مستوى التستوستيرون في البرود الجنسي عند الرجال، ولكن في النساء تعتقد "چولي بورشيل"، الكاتبة الإنجليزية، أن سبب البرود الجنسي لدى الغالبية العظمى من النساء هو رَجُل فاشِلٌ في الأمور الجنسية، ربما يكون هذا سببًا حقيقيًّا للبعض، ولكن ممَّا لا شكَّ فيه أن سِنَّ اليأس يُسبِّب برودًا جنسيًّا لدى معظم النساء نتيجة لانخفاض مستويات هرمون الإستروچين؛ ممَّا يؤدِّي إلى جفاف المهبل، والألم أثناء الجِماع؛ ما يَنتُج عنه رفض الجنس، وعدم الاهتمام به.

تُسبِّب التَّغيُّرات الهرمونية أثناء الحمل انخفاضًا في الرغبة الجنسية، ولكن قد تؤدِّي لدى بعض النساء إلى نتيجة عكسية وزيادة الاهتمام بالجنس.

تنخفض الرغبة الجنسية لعدَّة أشهر بعد الولادة بسبب تغيُّر الهرمونات، وتقلُّبات الحالة النفسية بالإضافة إلى مُتطلَّبات رعاية المولود.

العقم وأسبابه

العُقم هو عدم القُدرَة على الحَمل، بالرَّغم من الجِماع المتكرِّر، وبدون استخدام وسائل منع الحمل لمدة عام على الأقل، وحوالي 15% من الأزواج يعانون من مشكلة العُقم.

- **أسباب العُقم لدى الذُّكور**

هناك أسباب مختلفة قد تؤدِّي إلى انخفاض عدد الحيوانات المنويَّة، وإذا كان العدد أقلَّ من 15 مليون حيوان منوي لكلِّ ملليمتر من السائل المنوي؛ فهذا سببٌ قويٌّ لعُقم الذُّكور، ضَعف القُدرَة الحركية للحيوان المنوي، أو حتى عدمها، لا تُسبِّب عُقمًا طالما يوجد عددٌ كافٍ من الحيوانات المنوية.

- **أسباب العقم لدى الإناث**

من أسباب العُقم عند النساء وجود خَلَلٍ في إنتاج البويضات، وهذا قد يكون نتيجة تكيُّسات المبايض، وهذا المرض يُسبِّب أيضًا اضطرابات هرمونية وارتفاعًا في مستوى الهورمونات الذَّكريَّة. الأسباب الأخرى تشمل انسداد قناة فالوب، والأورام الليفية في الرحم، وتَشوُّهات خلقيَة بالرَّحم، والتَّقدُّم في العمر. كذلك تؤثِّر السِّمنة المفرطة أو النحافة الشديدة على انتظام إنتاج البويضات ويزيد من احتمال العُقم.

- **علاج العُقم**

يتطلَّب علاج العقم اتِّباع أسلوب حياةٍ صحِّيٍّ، يشمل نظامًا غذائيًّا سليمًا، ومُمارَسة مُنتَظِمة للرياضة، والحفاظ على وزن مناسب، والامتناع عن التدخين أو تناول كميات كبيرة من الكافيين والكحول، وكذلك تجنُّب الضغوط النفسية والزيادة الكبيرة في الوزن.

يعتمد أسلوب العلاج على سبب العُقم، وقد يكون بالأدوية أو بالتَّدخُّل الجراحي، في حالات انسداد قناتَيْ فالوب، أو للتَّخلُّص من أورام ليفية في الرَّحِم.

يلجأ الأطبَّاء إلى ممارسات أخرى، مثل التلقيح

الاصطناعي، والحقن المجهري، وأطفال الأنابيب؛ للتَّغلُّب على بعض مشكلات العقم، وتختلف نِسَبُ نجاح هذه العمليات حسب الحالة وسِنِّ الزوجة، يشمل التلقيح الاصطناعي أخذَ بويضة من المرأة، وعيِّنَة من الحيوانات المنوية من الرجل، ثم تتِمُّ عملية الإخصاب في المعمل (طفل الأنابيب)، بعد ذلك يتمُّ إدخال البويضة الملقَّحة في رَحِم الأم لتواصُل نُموِّها إلى جنين.

بعض الاعتقادات الخاطئة عن الجنس

يعتقد البعض أن تَوافُق توقيت الوصول إلى الذروة الجنسية للرجل والمرأة في الوقت نفسه أمرٌ ضروريٌّ لإشباع الشَّهوة الجنسية، ولكن أوضَحَت الدراسات العلمية أنَّ هذا التوافُقَ الوقتي ليس ضروريًّا لوجود اختلافات بيولوچية بين الذكور والإناث، وأيضًا بين الأشخاص في كيفيَّة الوصول إلى الذروه الجنسية.

هناك أيضًا فهم خاطئ عن شَبَق النساء المرَضيِّ (nymphomania)، فمعظم النساء لديهنَّ رغبات جنسية قويَّة، وتصل بعضهنَّ إلى الذُّروة الجنسية بسهولة، وتحتاج أُخرَيات عِدَّة مرَّاتٍ مُتَّصِلَة من النشوة الجنسية قبل الشعور بالرِّضا الكامل، هذا الاحتياج طبيعيٌّ تمامًا، وإطلاق مصطلح "الشَّبَق المرضي" عليه خاطئ؛ حيث إن الوصف العلمي لشَبَق النساء المرضي هو وجود رغبة شديدة لا تهدأ لممارسة الجنس، والوصول إلى الذُّروة الجنسية، وهذا الشعور قد يدفعهنَّ إلى الجنون.

يظنُّ البعض أن كثيرات من النساء يعانين من

برودٍ جنسي، وهذا غير حقيقي؛ فضَعفُ الرغبة في ممارسة الجنس لدى أغلب النساء هو ردُّ فِعلٍ لجوانب سلبية في العلاقة الزوجية، أو عدم ممارسة ما يُرضي احتياجاتها أثناء الجِماع للوصول إلى ذروة النشوة، وتتطلَّب معالجة هذه الأمور تواصُلًا صريحًا مع الشريك لتوضيح احتياجاتها المشروعة للاستمتاع بالممارسة الجنسية. هناك أسباب أخرى للبرود الجنسي عند المرأة، مثل النقص في الهرمونات الأنثويَّة، أو الاضطرابات النفسية، أو عدم الثقة في جاذبيتها وقُدرَتِها على إشباع احتياجات الرجل الجنسية.

يعتقد الكثيرون أن الجنس ليس سوى علاقة جسدية، ولكن في الواقع فإن الإثارة الجنسية هي مسألة ذهنية، فالبشر -على عكس الحيوانات- يعتمد حماسهم للجنس على ما يعتبرونه عقليًّا مُثيرًا للشَّهوة الجنسية، وعندما يتوافق عقل الرجل والمرأة في أفكارهم عن الجنس تَنتُج علاقة جنسية وثيقة ومُمتِعة للغاية. في الحقيقة فإن الممارسة الجنسيَّة وتوقُّعات اللَّذَّة منها تتمُّ في العقل قبل أن يتلاقى الجسدان.

للأسف، هناك الكثير من المفاهيم الخاطئة منتشرة في بعض المجتمعات؛ مثل اعتبار حق النساء المشروع في الإشباع الجنسي ومطالبتهنَّ به تَصرُّفًا مُخجِلًا، وغير أخلاقي، ويُلحِق العار بها، وهي مفاهيم يجب التَّخلُّص منها في إطار احترام المرأة كإنسان لا تختلف مطالبه الجسدية والجنسية عن

الرجل، وحاليًّا توجد العديد من حركات تحرير المرأة التي تنادي بحقِّ النساء في الاستمتاع الجنسي والوصول إلى ذُروَة النشوة عند ممارسة الجِماع، وأيضًا الامتناع عنه في حالة عدم الرغبة، وأنهنَّ لسنَ مُجرَّد وسيلة إمتاع للرجل.

للأسف، تعيش بعض أساطير وخرافات العصور الوسطى لفترات طويلة، وتموت بصعوبة، ولكن بلا شكٍّ تنتصر الحقيقة في النهاية، رغم مقاومة جُهَّال العصر والمتحجِّرين فكريًّا.

الخاتمة

يعاني الكثيرون من مشاكل في ممارسة الجنس، والقُدرَة على الإنجاب؛ ممَّا يؤدِّي إلى الشعور بالإحباط وفقدان الثِّقة بالنفس.

يتطلَّب التعامل مع هذه المشاكل فهم أسبابها وإدراك أنها ليست فريدةً أو أنها حالات نادرة، ولا ينبغي الخجل منها، وليس مستحيلًا التَّغلُّب عليها بعد التشخيص الطبي الدقيق والعلاج المناسب.

الفصل الحادي عشر

التَّحرُّش الجنسي

والقوانين المتعلِّقة بالممارسات الجنسيَّة

مقدِّمة

التَّحرُّش الجنسي هو سلوكٌ يَتسبَّب في شعور الضحية بالإهانة أو التهديد، وقد يكون التَّحرُّش واضحًا أو غير مباشر، جسديًّا أو لفظيًّا، وقد يشمل أشخاصًا من نفس الجنس، ولا يشترط أن يكون ضد شخص من الجنس الآخر.

قد يحدث التَّحرُّش في أي مكان، مثل العمل، أو المدرسة، أو الجامعة، أو المتاجر، أو في أماكن التَّجمُّع؛ مثل الاحتفالات، أو في وسائل النقل العامة والخاصة.

يمارَس التَّحرُّش بأشكال عديدة، مثل التحديق، والمعاملات الودِّيَّة غير المرحَّب بها، وتَعمُّد الاحتكاك بالشخص أو احتضانه، واستخدام تعليقات ذات إيحاءات جنسية، وإلقاء نِكات جنسية، واستخدام المصطلحات الجنسية، وطرح أسئلة خاصة عن العلاقات الجنسية، وعرض مواد جنسية أمام الضَّحيَّة، أو طلب ممارسة الجنس بشكل صريح أو غير مباشر، أو الاعتداء الجسدي المباشر، مثل لمس المتحرَّش بها، أو محاولة تقبيلها، أو كشف ما تُخفيه من جسدها؛ وهنا ينتقل التَّحرُّش إلى مرحلة الاعتداء

الجنسي.

للأسف، في كثير من المجتمعات، يتمُّ قَمعُ وإخفاء حقائق التَّحرُّش الجنسي التي يتعرَّض لها البعض يوميًّا، وفي كثير من الحالات يصعب إثباته.

أسباب ممارسة التحرُّش الجنسي

قد يدفع الكبتُ الجنسي إلى التَّحرُّش، إلَّا أن الشواهد من المجتمعات الغربية الليبرالية تَدحَض هذا الافتراض؛ لأن التَّحرُّش الجنسي يُمثِّل مُشكِلةً بالنسبة لهم أيضًا.

أوضح تقرير في جريدة الجارديان البريطانية (10 June 2021) انتشار التحرُّش الجنسي بنسبة عالية بين الطلاب في المدارس، وطالب التقرير بتوفير وسائل كافية لحماية ومساعدة أي فرد تَعرَّض للتَّحرُّش الجنسي، ونشر ثقافةِ رَفضِ كُلِّ أشكال التحرش.

يجادل البعض بأن ضعف الالتزام الديني هو سبب ارتكاب التحرش الجنسي، لكن هذا مخالف للحقيقة؛ لأن العديد من المجتمعات المحافظة والدينية، مثل المجتمع المصري، تعاني من انتشار وبائي للتحرُّش الجنسي، ووفقًا لمنظمة الصحة العالمية هناك عوامل تزيد من خطر التحرُّش الجنسي، أحدها مرتبطٌ بالشخص، والآخر بالمجتمع.

تشمل العوامل الشخصية: شُربَ الخمر، وتعاطي المخدِّرات والإدمان، وعضوية العصابات، والمرض النفسي السيكوباثي المعادي للمجتمع، وتدنِّي

المستوى التعليمي، والتَّعرُّض للاعتداء الجنسي أثناء الطفولة، وتَقبُّل العنف في التَّعامُل مع النساء، وممارسة الخيانة الزوجية.

تشمل العوامل المرتبطة بالمجتمع: التَّحيُّز ضد المرأة، وتبرير التَّحرُّش لارتداء النساء ملابس يعتبرها المتحرِّش مُثيرة.

وتؤكِّد منظمة الصحة العالمية أن أحد أهم العوامل التي تُشجِّع على التَّحرُّش هو عدم وجود قوانين رادعة لحماية الضحايا وردع المتحرِّشين.

التحرش الجنسي في مصر

تمَّت دراسة ظاهرة التَّحرُّش الجنسي في مصر، بالجامعة الأمريكية بالقاهرة؛ لمعرفة سبب انتشاره وكيفية معالجته. حاولت الدراسة أيضًا إعادة تعريف الذكورة في الشرق الأوسط، وتحديد خصائص الرجال الذين يمارسون التحرُّش ضد المرأة.

أوضَحَت هذه الدراسة أن الإحباط الذي يعاني منه الذكور قد يدفعهم إلى ارتكاب أفعال جنسية ضد المرأة، وأن التَّحرُّش الجنسي هو أحد أعراض المشاكل الاجتماعية والمادية والسياسية، ويجب أن يدرك المجتمع وجودَ مشكلة حقيقية تتطلَّب منهجًا شاملًا لا يتعامل فقط مع الأعراض، بل يهدف إلى معالجة الأسباب الجذرية لهذه السلوكيات الهمجية، مع تقديم سياسات واضحة لمكافحة التَّحرُّش في جميع أماكن العمل والمؤسسات التعليمية، وتوضيح كيفية التعامُل مع تُهمة التَّحرُّش الجنسي والالتزام باحترام

خصوصية الشاكي والمتهم، وإبراز العقوبات في حالة ثبوت الجريمة، كما يجب تدريب المسؤولين على مستوى عالٍ لتنفيذ هذه السياسات بإنصاف وحياديَّة لتشجيع الأفراد على تقديم شكوى عندما يشهدون، أو يتعرَّضون للتَّحرُّش الجنسي.

ويناقش الجزء التالي القوانين الخاصَّة بممارسة الجنس.

القوانين المتعلِّقة بالممارسات الجنسيَّة

تختلف قوانين الممارسات الجنسية من مجتمعٍ إلى آخر، بينما المجتمعات الغربية تعتبر الممارسة الجنسية ضمن حقوق الحرية الشخصية للمواطن، ولا تُجرِّم ممارسة الجنس بين الرجل والمرأة دون عَقد زواج، وألغت القوانين التي تُحرِّم المثلية بين الرجال، والتي كانت تؤدِّي إلى سجن المثليِّين، أو إجبارهم على تناول هرمونات وأدوية لها آثار ضارَّة على صحتهم الجسدية والنفسية؛ الأمر الذي قد يدفعهم في كثير من الأحيان إلى الانتحار كما في حالة عالِم الرياضيات العظيم "آلان تورينج"، أبي علوم الكمبيوتر والذكاء الاصطناعي، كما لا توجد قوانين تعاقب الممارسات الجنسية المختلفة بين البالغين بالاتفاق، وهذا يشمل الجنس الفموي أو الشرجي؛ باعتبارها ممارساتٍ تَخصُّهم فقط، ولا تخصُّ المجتمع ككل، لا تزال المجتمعات الشرقية المحافظة تلتزم بالقيم والقوانين التي تحظر العديد من الممارسات الجنسية.

وهناك اختلافات بين المجتمعات تجاه السماح بالبغاء، ويحظر القانون ممارسته في العديد من

الدول، لكن بعض المجتمعات تسمح بممارسة البغاء في أماكن محدَّدة، بموجَب قوانين لمنع انتشار الأمراض التناسلية، وحماية البغايا من الاستغلال أو الاعتداء الجسدي.

وتحظر معظم المجتمعات ممارسةَ الجنس مع القُصَّر، بقوانين صارمة، وكذلك ممارسة الجنس مع البالغين دون موافقتهم، وتعتبر المجتمعاتُ الغربية ممارسةَ الجنس مع الزوجة دون موافقتها جريمة اغتصاب، يعاقِب عليها القانون. كما يحظر القانون في معظم المجتمعات نشرَ المواد الإباحية التي تشجِّع الممارسات الوحشية ضد المرأة، أو ممارسة الجنس مع القُصَّر.

استخدام المواد الإباحية

ينتشر استخدام المواد الإباحيَّة بشكل أكبر بين الرجال، وقد وجَدَت بعض الدراسات في أمريكا أن 90% من الشباب و30% من الطالبات يشاهدون المواد الإباحيَّة.

وقد اقترحت بعض الدراسات، بدون أدِلَّة كافية، أن استمرار استخدام المواد الإباحية قد يُسبِّب تغيُّرات في المخ، وله تأثير سلبي على العلاقات الزوجية، ويُشجِّع أيضًا على الخيانة الزوجية، ولكن وجَدَت دراسات أخرى أن استخدام المواد الإباحية له تأثير إيجابي على الحياة الجنسية للمتزوِّجين.

هناك خلاف بين الخبراء حول دور المواد الإباحية في تشجيع التحرُّش الجنسي والاغتصاب، ولكن

يتَّفِق الجميع على أن المواد الإباحية تنشر معلومات غير صحيحة ومُضلِّلة عن العديد من الأمور الجنسية، مثل أهمية القضيب الكبير، وجاذبية التَّخلُّص من شَعر العانة، وأن الاستمتاع بالجنس يتطلَّب استخدام الكلمات البذيئة والشتائم أثناء ممارسته.

الخُلاصة

يحدث الشعور القوي بالمتعة الجنسية مع إدراك أن شخصًا آخر يريد أن يقدِّم جسده لإشباع رغباتك الجنسية، والرغبة المتبادَلة في جعل الآخر سعيدًا جنسيًّا وعاطفيًّا. النقيض هو التَّحرُّش الجنسي؛ لأنه في الحقيقة هو ممارسة السرقة بالإكراه لإشباع الرغبات الجنسية، وكما قال الكاتب الأمريكي"أنتوني ماريه":"التحرش الجنسي هو استخدام ما أعطتنا الطبيعة لأخذ ما ليس لنا".

لا شكَّ أن التحرش الجنسي هو تصرُّفٌ غير أخلاقي، ولا يؤدِّي إلى إشباع الرغبة الجنسية أو الشعور بالسعادة والرضا النفسي، وبالتأكيد فإن أفظع السلوكيات هي ممارسة الاغتصاب الجنسي؛ فهو فِعلٌ إجرامي خطير، يمارسه السيكوباثيين والمنحطِّين أخلاقيًّا.

أخيرًا، الجنس الصحي هو متعة الموافقة على إشباع الرغبات الجنسية لشخص آخر؛ من إجل إسعاده، وتلقِّي معاملة مماثِلة، وهذا بالتأكيد لا يمكن أن يتحقَّق بالقوة أو بالتهديد؛ فالموافقة هي مفتاح إشباع الرغبات الجنسية والشعور بالرضا والسعادة.

الفصل الثاني عشر

الهويَّة الجِنسيَّة

يعتقد بعض الخبراء حاليًا أن الهوية الجنسية يحدِّدها المخُّ وليس الأعضاء التناسلية، وعدم وجود فرق بين الهُويَّة الجنسية التي تعتمد بيولوچيًّا على الأعضاء التناسلية، والهويَّة التي تعتمد على المؤثِّرات النفسية والثقافية والاجتماعية لتحديد الذُّكورة أو الأنوثة في شخص ما.

يناقش هذا الفصل الخلافات المتعلِّقة بتحديد الهوية الجنسية، وهل الإنسان حرٌّ في اختيار هوية جنسية تختلف عن الهوية البيولوچية التي وُلِد بها؟

الهويَّة الجنسية gender identity

تعبِّر الهوية الجنسية عن رؤية الشخص النفسية لطبيعته الجنسية، وهي في الغالب مُتطابِقَة مع الهوية البيولوچية للجنس، ولكن هناك أشخاص من الذكور رؤيتهم النفسية لهويَّتهم الجنسية أنهم إناث، وأيضًا بعض الإناث رؤيتهم النفسية لهويتهم الجنسية أنهم ذكور.

قبل مناقشة الجوانب المتعدِّدة لموضوع الهوية الجنسية، من الضروري توضيح بعض المصطلحات المستخدمة، وكذلك المفاهيم البيولوچية والنفسية والاجتماعية في هذا المجال.

- **الدور الجنسي (gender role)**

يُعبِّر الدَّورُ الجنسيُّ عن التَّوقُّعات المسبقة لتصرُّفات

كلٍّ من الذكور أو الإناث.

الهوية الجنسية البيولوچية

تعتمد الهوية الجنسية البيولوچية على الكروموسومات (XX) للإناث، و(XY) للذكور، والغُدَد (المبايض والخصيتين)، والأعضاء التناسلية، ونسبة الهرمونات الجنسية (هرمون التستوستيرون عند الذكور، والإستروچين عند النساء)، بالإضافة إلى الخصائص الخاصَّة في المخِّ لكلٍّ من الذكور والإناث.

يصعب أحيانًا تحديد الهوية الجنسية لطفلٍ حديث الولادة؛ لأن الأعضاء التناسلية لا تتطابق مع الخصائص البيولوچية للذَّكر أو الأنثى، وتُسمَّى هذه الحالة بالأعضاء التناسلية المبهَمَة (Ambiguous genitalia).

هناك أيضًا أمراض تُسبِّب اختلافات في الكروموسومات، تؤثِّر على التصنيف البيولوچي للجنس؛ مثل متلازمة كلاينفلتر (Klinefelter's syndrome)، والكروموسومات في هذه الحالة (XXY)، وغالبًا ما يُصنَّف الطفل على أنه ذَكَر، ومتلازمة تيرنر (Turner's syndrome)، والكروموسومات في هذه الحالة هي فقط (X)، ويُصنَّف الطفل كأنثى.

وهناك أمراض أخرى تؤثِّر على التصنيف الجنسي لن تثير اهتمام غير المتخصِّصين في مجال الطب.

- **التأثيرات النفسيَّة على الهوية الجنسية**

يُعدُّ تصنيف الهوية الجنسية للجنين أمرًا في

غاية الأهمية؛ لأنه سيفرض عليه جميع التوقُّعات والمعايير الخاصة بكل جنس طوال حياته، وأي طفل يخالف هذه التوقُّعات يواجه صعوبات في الحياة الأُسَريَّة والمدرسية، والتَّواصل الاجتماعي، وفي حالة عدم وفائه بهذه التَّوقُّعات يُعتَبَر غريب الأطوار.

تُؤثِّر ثقافة المجتمعات المحافِظة على تشكيل سلوك كل جنس، والذي غالبًا ما يكون منحازًا نحو سيطرة الذُّكور وإخضاع المرأة، وسائل الإعلام أيضًا لها تأثيرٌ قويٌّ؛ لأنها تقدِّم الأدوار المتوَقَّعة للذكور والإناث، مع تَحيُّز كامل للتصنيف البيولوچي للجنس.

• الاختلافات في التعبير عن الهويَّة الجنسيَّة

تنعت فئات كبيرة بالمجتمع بعضَ الأشخاص الذين لا يتطابق سلوكهم أو مظهرهم مع هويَّتهم الجنسية البيولوچية، فنجد مصطلح "المتحوِّل الجنسي" (transgender)، أو (transsexuals)؛ في حالة عدم القدرة على تحديد جنس الشخص من خلال بنيته الجسدية، أو مصطلح "مُخنَّث"، في حالة ارتداء شخص لملابس تَوافَق المجتمع على أنها تخصُّ الجنس الآخر (transvestites).

وأيضًا قد توجد بعض المصطلحات العامية التي يتمُّ استخدامها باختلاف اللغات والمجتمعات.

• المتحوِّلون جنسيًّا (transgender/ transsexuals)

يرفض المتحوِّلون جنسيًّا هويَّتهم البيولوچية الجنسية، ويريدون التَّخلُّص من أعضائهم التناسلية الأصلية، واكتساب جميع التفاصيل البيولوچية

المميِّزة للجنس الآخر، ويطالبون المجتمع بقبول الهوية الجديدة.

يُسبِّب الصراع النفسي من أجل تحقيق رؤيتهم الذاتية لهويتهم الجنسية التي تختلف عن البيولوجية- الشُّعورَ بالتعاسة، والارتباك النفسي، ويُطلَق على هذه الحالة النفسية "gender dysphoria".

حاليًّا، هناك قبول لعلاج البالغين جراحيًّا، وبالأدوية فقط للقُصَّر، مع توفير العلاج النفسي، وإدراك أن مقاومة رغبة التَّحوُّل الجنسي غالبًا ما يكون مصيرها الفشل.

الأسباب القاطعة وراء رغبة شخص ما في التَّحوُّل الجنسي قد تكون مُتعدِّدة، وقد يشوبها الغموضُ، ولا يمكن تحديدها بشكل مؤكَّد، ولكن غالبًا يشعر الراغبون في التَّحوُّل الجنسي بمَيلٍ تجاه الأشخاص المطابقين لهويَّتهم الجنسية البيولوجية الأصلية؛ وربما لذلك لاحظ العلماء وجود أدِلَّة قوية على وجود علاقة بين الاختيار الذاتي للجنس والمثلية الجنسيَّة.

لا تزال بعض المجتمعات ترفض قبول المتحوِّلين جنسيًّا، وفي المجتمعات الشرقية قد يتعرَّض هذا الفصيلُ للعُزلَة الاجتماعية والتَّحيُّز ضدَّهم.

- **مُحبُّو ارتداء ملابس الجنس الآخر (transvestites)**

يُفضِّل هؤلاء الأشخاص استخدام ملابس الجنس الآخر، وتمتلئ الأعمال الفنية الهزلية من أفلام ومسرحيات بمشاهد كوميدية لفنَّان يرتدي ملابس

الجنس الآخر، ضمن الإطار الدرامي للعمل الفني، وفي العالم الغربي يُطلَق على الفنانين الذين يرتدون ملابس الجنس الآخر (drag kings or drag queens).

ومعظم الرجال الذين يفضِّلون ارتداء ملابس الجنس الآخر لا يمارسون المثليَّة الجنسية، وهناك فصيلٌ يستمتع جنسيًّا بارتداء ملابس الجنس الآخر، يُطلَق عليه المصطلح الإنجليزي "transvestism".

وقبل مناقشة موقف العلم من الهويَّة الجنسية سنوضِّح بعض الاختلافات الهامَّة بين الرجال والنساء.

الاختلافات بين الرجال والنساء

هناك مقولة شهيرة: "الرجال من كوكب المريخ (Mars) والنساء من كوكب الزهرة (Venus)".

يتقبَّل الغالبية وجود اختلافات جوهرية بين الجنسين، خاصَّة فيما يتعلَّق بالجنس، والعلاقات العاطفية والاجتماعيه، ولغة التواصل، ولكن في الواقع الاختلافات الموجودة بين الجنسين أقلُّ بكثير من المعتَقَدات الشائعة.

أظهَرَت بعض الدراسات أن هناك بعض الاختلافات البسيطة في الشخصية بين الرجل والمرأة، مثل الانفتاح على التجربة، والضمير، والانبساطية. ولكن هناك اختلافات أكبر في أمور أخرى، مثل القابلية لاتِّخاذ موقفٍ مُؤيِّد أو موافق (agreeableness)، والعصبية (neuroticism)، فالرجل أقلُّ تَوافُقًا من المرأة، التي غالبا ما تعاني من التوتر والعصبية

أكثر من الرجل، تختلف هذه السلوكيات من مجتمع إلى آخر، فهذا الاختلاف يتفاوت تبعًا لتأثير الثقافة الاجتماعية، وليست نتيجة عوامل وراثية.

هناك اعتقادٌ شائع بأن الرجال أكثر عدوانيَّة من النساء، وهذا فَهمٌ غير دقيق، والاختلاف هو فقط في التعبير، يميل الرجل إلى التعبير عن عدوانيَّته بطريقة مباشرة وجسديَّة، بينما تمارس المرأة العدوانيَّةُ لفظيًّا، وبأسلوب ماكِرٍ غير مباشر، نشرَ أخبار كاذبة على سبيل المثال.

هناك أيضًا بعض الفروق في الاتصال اللفظي وغير اللفظي بين الرجل والمرأة، وهذا يخضع لتأثير ثقافة المجتمع، يميل الرجال إلى قَطع كلام الآخرين أكثر من النساء، وتتمتَّع النساء بقدرات أعلى من الرجال في إدراك وتفسير التعبيرات غير اللفظية التي تشير إلى المشاعر الخَفيَّة، وربما تكون النساء أكثر حساسية لمشاعر الآخرين.

هناك اختلافات مُهمَّة في الأمور الجنسية بين الرجل والمرأة. أظهرت دراسات عِلم الجنس أن الرَّجل يتسرَّع في ممارسة الجنس حتى بعد المقابلة الأولى، كما أنه يمارس العادة السرية ويشاهد الأفلام الجنسية ويفكِّر في الجنس أكثر من النساء، قد يكون هذا الاختلاف نتاج التَّطوُّر السيكولوچي (evolutionary psychology) الذي يُشجِّع استراتيچيات مختلفة للرجل والمرأة في النشاط الجنسي والنجاح في إنتاج ورعاية النسل؛ فالرَّجل مُتساهِلٌ في ممارسة الجنس بحرِّيَّة مع العديد من الشركاء، وهذا

يزيد من فُرَص انجاب ذُرِّيَّة جديدة، بينما النساء يَمِلن إلى الحَذَر في ممارسة الجنس، وهذا في الغالب نتيجة الضغوط الاجتماعية على المرأة لكبت وقمع رغباتها الجنسية في عصور مديدة سادت فيها سُلطَة الرجل، وترسذَخَت في لا وعي الأفراد، واستمرَّ هذا الكبت والقمع في العديد من المجتمعات المحافِظة حتى عصرنا الحالي، كما أن التَّطوُّر النفسي يجعل الأنثى تُفضِّل العلاقات التي تُوفِّر لها الأمن والاستقرار اللازمين لرعاية أطفالها.

هناك أيضًا اختلاف مُثير للانتباه في الطبيعة الجنسية للنساء وهو ما يُسمَّى المرونة الجنسية (erotic plasticity)، فالنساء لا يلتزمن بأسلوب مُعيَّنٍ للإثارة والمتعة الجنسية، ولديهن القدرة على الاستمتاع الجنسي بطُرقٍ متعدِّدة، وأكثر استعدادًا لممارسة المثلية الجنسية، بالإضافة إلى ممارسة الجنس مع الرجال، أسباب هذا الاختلاف بين الرجل والمرأة غير معروفة.

موقف العلوم البيولوچية والنفسية والاجتماعية من الهوية الجنسية

يعتقد بعض الخبراء أن هناك هوية جنسية واحدة فقط، وهي الهوية البيولوچية، وأن التغيير إلى هوية مختلفة لا ينفي وجود الهوية البيولوچية، وأن سبب السلوك الذي لا يتطابق مع الهوية البيولوچية هو الهرمونات التي تعرَّض لها الجنين داخل الرحم أثناء الحمل، التي أدَّت إلى نوع من الارتباك الذي يزداد أثره مع الوقت.

في القرن الماضي، كان عدد المتحوِّلين جنسيًّا قليلًا، ولكن منذ بداية هذا القرن، انتشر هذا الاتجاه على نطاق واسع، وتمَّ تغيير القوانين واللوائح لتمييز الهوية الجنسية المعلَنة على الهوية البيولوچية، وأصبح تعريف الجنس لا يقتصر على الجنس البيولوچي، بل تمَّ إعادة كتابة القواعد الاجتماعية للهوية الجنسية لتصبح غير محدَّدة (gender-fluid) وغير ثنائيَّة بين ذَكَرٍ أو أنثى (non-binary).

يجادل البعض بأن الحقَّ في اختيار الهوية الجنسية ليس مُقنِعًا أو صادقًا مثل حركات الحقوق المدنية التي كافَحَت في الماضي من أجل حقوق المرأة، وإلغاء التمييز العنصري، وحق وزواج المثليِّين، ومناهضة التمييز الذي يفرضه المجتمع على الفئات المهمَّشة، ولا يجب فرض مُعتَقَدات مجموعة ما على الآخرين في مجتمع علمانيٍّ وليبرالي.

هناك أيضًا العديد من الاعتراضات الموضوعية على الاختيار الذاتي للهوية الجنسية؛ فهو يتطلَّب قبول الآخرين صلاحية التعريف الذاتي، بالإضافة إلى ذلك، أدَّى الجنس البيولوچي، منذ بداية البشرية، إلى تَطوُّر الرجال والنساء -على مدى فترات طويلة جدًّا- إلى تكوينٍ جَسديٍّ ونفسي متميِّز للذكور والإناث، ولم يكن هذا نتيجةً لما يُسمَّى بالهندسة الاجتماعية (social engineerin)، فمن أهم أوجه القصور في العلوم الاجتماعية هو رفض دور الطبيعة البيولوچية، واعتبار الإنسان صفحةً بيضاء يُشكِّلها المجتمع، واستخدم خبراء عِلم الاجتماع في ستينات

القرن الماضي مصطلح الهندسة الاجتماعية التي شرحت تفاصيله "سوبرا مانيام"، أستاذة علم المرأة والجنس في أمريكا، حيث أوضَحَت أن الخصائص غير القابلة للتغيير، مثل الجنس والعِرق هي في الواقع تعريفٌ بَشريٌّ شكَّلَته السياقات الثقافية والتاريخية، وأن العِرقَ والجنس والوضع الطبقي ليست سوى بناء اجتماعي بَشَريٍّ مُصطنَع؛ للتمييز، ولتسلُّط الإنسان الظالم على الآخرين، وهذا ليس فهمًا كاملًا للطبيعة البشرية المتعدِّدة الجوانب.

من بين مشاكل التحديد الذاتي للجنس، أنه قد أصبح للذكور المتحوِّلين جنسيًّا الحق في استخدام الحمذَامات أو السجون أو الملاجئ المخصَّصة للنِّساء، والمشاركة في المسابقات الرياضية للنساء، وهذا يتعارض مع توفير المنافسة العادِلَة للإناث، وتجنُّب الفروق الجسدية بين الذكور والإناث، التي تمنح الذُكورَ مَيزةً رياضيَّة ساحقة، مثل السماح لملاكمِ الوزن الثقيل بملاكَمةِ ملاكمٍ من الوزن خفيف، أو السماح للبالغين بالتَّنافُس رياضيًّا مع صغار السن، وعلى الرغم من هذه الأمثلة الواضحة، سمحت اللجنة الأولمبية بقبول التحديد الذاتي للجنس في المسابقات الرياضية الأولمبية.

أظهرت العديد من الدراسات أن الارتباك حول الهوية الجنسية أثناء الطفولة يزول في أغلب الأطفال مع بلوغهم سن الرشد؛ لذلك يجب نصح الوالدين بالمراقبة، والانتظار، والتعامل بتعاطُف مع أي طفل يعاني من ارتباك تجاه هويته الجنسية،

وتجنُّب تقديم علاجات لا رجعة فيها؛ لأن عددًا قليلًا جدًّا من المراهقين الذين تَقلُّ أعمارهم عن ستة عشر عامًا لديهم النضج الكافي لفهم طبيعة هذه العلاجات والموافقة عليها، وهناك العديد من القصص لأشخاص أدركوا بعد تلقِّيهم علاجًا لا رجعة فيه للتَّحوُّل الجنسي، أنهم ارتكبوا خطأً كارثيًّا، جسديًّا ونفسيًّا.

هناك العديد من الاختلافات والتناقضات حول موضوع التعريف الذاتي للهوية الجنسية، وانتشار أدِلَّة غير علمية، وتؤدي معارضة الحق في التَّحوُّل الجنسي إلى ردود فعل عدوانيَّة عنيفة من النشطاء، وعلى سبيل المثال، تعرَّضَت الكاتبة والإعلامية والأكاديمية الأسترالية "چيرمين جرير"، الشهيرة في مجال الدفاع عن حقوق المرأة، لهجومٍ شديد؛ لِمَا جاء في كتابها "المرأة الكاملة" (1999) من أنه لا يمكن قبول الشخص المولود كذَكَرٍ على أنه أنثى، حتى بعد عمليات جراحية مُعقَّدة لتغيير الجنس.

الهوية الجنسية في مصر والمجتمعات العربية

أتاح انتشار استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الحديثة فرصًا لمناقشة الأمور الجنسية والاجتماعية بحرية، مثل برنامج "عيب"، الذي أنتجته شبكة بودكاست في عمان، الأردن، منذ عام 2016، واكتسب شعبيَّةً، على الرغم من تعرُّضه للهجوم بتعامله مع أمور تعتبر من المحرمات.

حاليًّا، ينتشر التَّشدُّد تجاه الأمور الجنسية في مصر، وعلى سبيل المثال، تمَّ القبض منذ عدَّة سنوات

على إحدى النَّاشطات بعد رفع عَلَم قوس قزح، رمز المثليِّين والمتحوِّلين جنسيًّا، في حفل موسيقيٍّ بالقاهرة.

الخاتمة

يشمل مصطلح"المتحوِّلين جنسيًّا" الأشخاصَ الذين لا يتطابق سلوكهم ورؤيتهم لهويتهم الجنسية مع هويتهم الجنسية عند الولادة، ويُفضَّل الآن في العديد من دول العالم الغربي استخدام مصطلح"الجنس المعيَّن عند الولادة" (sex assigned at birth) في شهادة الميلاد؛ لأنه يسمح باختيار الهوية الجنسية فيما بعدُ، ورفض قبول أن الجنس البيولوچي عند الولادة هو الأساس الحقيقي لجنس الشخص.

لا يوجد تفسير مُحدَّد واحد لسبب التَّحوُّل الجنسي، وتجارب المتحوِّلين جنسيًّا متنوِّعة للغاية، وتشير الفرضيات إلى أسباب بيولوچية واجتماعية وثقافية مختلفة.

يعتقد النشطاء أن الهوية الجنسية هي مُجرَّد بناء اجتماعي، ويطالبون المجتمع بتقبُّل حرية الاختيار، التي تتعارض مع الحقائق البيولوچية، وفي نفس الوقت يرفضون حرية الآخرين في عدم تَقبُّلها. كذلك يعترض علماء بيولوچيا الجنس على الاعتبار القائل بأن العوامل المجتمعية هي التي تُحدِّد جنس الشخص، وتجاهُل تاريخ طويل من التَّطوُّر وضع اختلافات مميِّزة لكلٍّ من الجنسين.

هناك إشكاليات أخرى حول التعامل مع المتحوِّل جنسيًّا، سواء في الأماكن المخصَّصة لجنس مُحدَّد؛ مثل الحمَّامات، أو المسابقات الرياضية، أو حتى في التَّعامُلات اليومية.

على الرغم من اختلاف المواقف الفكرية، لا ينبغي إدانة المتحوِّلين جنسيًّا، أو مهاجمتهم، أو اضطهادهم، في أي مجتمع يحترم حرية الرأي وحق الإنسان في اتخاذ خيارات شخصية لا تُسبِّب ضررًا للآخرين.

بعض المصطلحات المستخدمة لتعريف الهوية الجنسية والممارسات الجنسية المختلفة

• مجتمع الميم (في المجتمعات العربية): يُشار به إلى المثليِّين، ومزدوجي الميل الجنسي، والمتحوِّلين جنسيًّا.

• مصطلح LGBT

• L: lesbian (امرأة تُفضِّل الانجذاب الجنسي لامرأة أخرى).

• G: gay (الرجل الذي يُفضِّل الانجذاب الجنسي لرجل آخر).

• B: bisexual (الانجذاب الجنسي نحو كلٍّ من الذكور والإناث).

• T: transgender or transsexual (لا تتوافق هويتهم الجنسية، أو تعبيرهم الجنسي، أو سلوكهم مع ذلك المرتبط بالهوية الجنسية عند الولادة).

• Q: queer (يُستَخدَم هذا المصطلح لوصف الهويات التي تختلف عن معظم الناس).

الفصل الثالث عشر

أخلاقيَّات الجنس

مُقدِّمة

يقول أستاذ الفلسفة الأمريكي"آلان جولدمان":"تعطي ممارسة الجنس الشعورَ بأنك على قيد الحياة؛ فالجنس ليس فقط مجرَّد احتكاك جسدي أو متعة سطحية، بل هو أيضًا رفضٌ للموت، وتَمسُّكٌ بالحياة".

الجنس أيضًا هاجس مُقلِقٌ في المجتمعات المحافِظة، التي تعتبر العُذريَّة، أو عدم التَّماسّ مع الأمور المتعلِّقة بالجنس؛ قولًا وفعلًا- معيارًا للأخلاق والشرف، خاصَّةً أنه مرتبط بالحمل والنَّسل؛ وبالتالي النَّسَب.

حاليًّا، يعتقد العديد من المفكِّرين الليبراليين أن السلوك الجنسي للبالغين، الذي لا يؤدِّي إلى الحمل، يجب أن يكون خارج نطاق النقد الأخلاقي وقوانين المجتمع، فلا توجد رؤية واحدة للأخلاق الجنسية، ويجب النظر إلى الجنس على أنه مجرد متعة، مثل الاستمتاع بأطعمة مختلفة دون عبء الشعور بالذنب.

يشير علماء الأنثروبولوچيا إلى وجود اختلافات كبيرة في أنماط السلوك الجنسي، باختلاف المجتمعات، التي لكلٍّ منها منظومتها القيمية والأخلاقية، وتعتقد المجتمعاتُ المحافظةُ أن السُّلوك الجنسي المنضبط ضروريٌّ للحفاظ على التماسُك

الاجتماعي، ويؤكِّدون على عدم قدرة الجنس وحده على توفير الاستقرار العاطفي والسعادة طويلة المدى، بل هو متعة وقتية.

ورغم أن الجنس غريزة، واحتياج بشري بيولوچي يُلحُّ على الشخص لإشباعه، إلَّا أن المجتمعات المحافظة، وكجزء من ثقافة إدانة الجنس وتدنيس الجسد، تفترض ضرورة ارتباط الرغبة الجنسية بمشاعر الحب والحنان، وتجد أقصى إشباع لها فقط داخل علاقة الزواج الرسمية ومؤسَّسة الأسرة.

يناقش هذا الفصلُ أخلاقيَّات الجنس من منظورٍ فلسفيٍّ وعلميٍّ، ويتجنَّب مناقشة القيم والتعاليم الدينية؛ لأنها تختلف باختلاف المجتمعات والأديان، وهو خارج أُطُر هذا الكتاب، الذي يسعى لعرض قضايا الحب والجنس من منظور عِلميٍّ.

المفهوم الفلسفي لأخلاقيات الجنس

أخلاقيات الجنس هي فرع الفلسفة الذي يتعامل مع السلوك الجنسي للبشر ويسعى إلى فهم وتقييم العلاقات الشخصية والأنشطة الجنسية من منظور اجتماعي وثقافي وفلسفي.

ناقش الفلاسفة عبر العصور الجنس لأنه يثير عددًا من اسئلة فلسفية مثيرة للاهتمام، وهناك رأي باقتصار كون الجنس مسألة أخلاقية على قضايا الاغتصاب أو الاعتداء الجنسي على الأطفال،ولكن عندما نتجاوز هذه الأمثلة الواضحة لتصرفات إجرامية ومُدانة أخلاقيًّا، يصبح تقييم أخلاقيات الجنس أكثر

تعقيدًا.

وفقًا لنظرية القانون الطبيعي، فإن الشيء الجيد هو ما يؤدِّي وظيفته بنجاح، وأن الوظيفة الأساسية للجنس هي الإنجاب؛ وبالتالي فإن النشاط الجنسي يكون جيدًا فقط إذا نجح في تحقيق الإنجاب، والممارسة التي تعمل على منعه هي سلوك غير أخلاقي؛ وبذلك تصبح ممارسة العادة السرية، والمثليَّة الجنسية، واستخدام وسائل منع الحمل، وأيضا الامتناع التام عن ممارسة الجنس- كلها سلوكيات غير أخلاقية.

يرفض معارضو نظرية القانون الطبيعي الارتباطَ بين الجنس والإنجاب، ويجادلون بأن الجنس من أجل المتعة فقط هو حَقٌّ طبيعيٌّ من حقوق الإنسان، ولا ينبغي اعتباره سلوكًا غير أخلاقي.

"أرسطو" وأخلاقيات الجنس

طرح"أرسطو" منذ 2500 ق.م مبدأ الوسط الذهبي، الذي يعني بشكل عام: الاعتدال، وإذا طبَّقنا ذلك على أخلاقيات الجنس وفقًا للنهج الأَرِسطي، فإن الفضيلة هي الاعتدال، بينما الرذيلة هي الإشباع المفرِط لشهواتنا المختلفة، بما في ذلك الجنس، فالشخص الفاضل يمارس الاعتدال في تصرُّفاته، فلا هو مُفرِطٌ في إشباع شهواته الجنسية بلا شرط، ولا هو مُنكِرٌ لرغباته الجنسية الطبيعية، بل يمارس الجنس في الوقت المناسب، مع الشخص المناسب، للأسباب الصحيحة.

"كانط" وأخلاقيات الجنس

يعتقد"كانط" أن الجنس مسموحٌ به أخلاقيًّا في سياق الزواج من امرأة واحدة (monogamy) لمدى الحياة، وأي فعل جنسي خارج هذ السياق مثل المثليَّة الجنسية، والعادة السرية، والزِّنا، والجنس خارج إطار الزواج، وتَعدُّد الزوجات (polygamy)- هو تصرُّفٌ غير أخلاقي.

تستند آراء "كانط" حول الجنس على مبدأ التزام الفرد باحترام الناس كغايةٍ، دون أيَّة شروط. اعتبر "كانط"، مثل القدِّيس "أوغسطينوس"، أن رغباتنا الجنسية، والتَّصرُّف وفقًا لها، أمرٌ غير لائق؛ لأنها تجعلنا ننظر إلى الآخرين باعتبارهم شيئًا مادِّيًّا يُشبِع رغباتنا الجنسية، دون تقديرهم كأشخاص، وهو ما يعتبره "كانط" سُلوكًا غير أخلاقي، إلَّا أنه اعتبر الجنس في سياق الزواج سلوكًا أخلاقيًّا لأنه لغرض الإنجاب، وأن الزواج هو اتِّفاق بين شخصين، يمنح كلٌّ منهما الآخرَ حقوقًا متبادَلة متساوية، ويتعهَّد كلٌّ منهما بالتنازل عن شخصه بالكامل للآخر. افترض "كانط" أن هذا الاتفاق غير موجود في العلاقات الجنسية خارج إطار الزواج،؛ ممَّا يجعلها -وفق اعتقاده- تصرُّفات غير أخلاقية.

المفهوم الحديث لأخلاقيات الجنس

يعتقد بعض الخبراء في علم الجنس وعلم النفس، وكذلك بعض الفلاسفة المعاصرين، عدم وجود قواعد أخلاقية للجنس، ولا يوجد فعل خاطئ لمجرد طبيعته الجنسية، وضرورة حيادية المفهوم الأخلاقي للجنس؛

وذلك لأن الجنس في حدِّ ذاته ليس تصنيفًا أخلاقيًّا، ولكن يضعنا الجنس في علاقات تنطبق عليها الاعتبارات الأخلاقية؛ مثل إيذاء الآخرين، أو خداعهم، أو التَّلاعُب بهم ضدَّ إرادتهم؛ وبالتالي فتصرُّفاتنا وطريقة تعامُلنا مع الجنس هو ما يخضع للاعتبارات الأخلاقية، وليس الجنس في حدِّ ذاته.

يؤكِّد المفهوم العلمي لأخلاقيات الجنس أن ممارسة الجنس بالإكراه فِعلٌ إجرامي يجب أن يعاقب عليه القانون؛ لأنه ليس فقط اعتداءً جسديًّا، بل أيضًا هو سلوك مُهين للآخر، وانتهاك لخصوصيته، ويتسبَّب في أضرار نفسية دائمة في معظم الحالات، كذلك ممارسة الجنس مع القُصَّر أمر غير أخلاقي؛ لأنه نشاط قَسْريٌّ مع أطفال غير قادرين على الموافقة بعقلانية على ممارسة الجنس، وينتج عن انتهاكهم جنسيًّا ضَررٌ نَفسيٌّ طويل الأَمَد. هناك ممارسات أخرى غير أخلاقية لأنها استغلالية وقسرية، مثل استغلال المنصب المهني لممارسة الجنس (الأطباء مع المرضى، والمحامون مع العملاء، والرؤساء مع المرؤوسين، والمدرِّسون مع الطلاب)، أو ممارسة الجنس مع شخص تحت تأثير الكحول أو المخدرات.

يعتقد البعض -تحت تاثير الفكر الأفلاطوني- أن الجنس يجب أن يكون مرتبطًا بالحب المتبادَل والالتزام العاطفي؛ لأن الجنس بدون حبٍّ يُعبِّر عن طبيعتنا الحيوانية الأدنى، ويتعارض مع العقل الذي يجب أن يتحكَّم في السلوك البشري، وأن فقدان السيطرة العقلانية يؤدِّي إلى ممارسة الجنس العرضي وإدمان

الإباحية الجنسية.

الرأي المضاد، والأكثر انتشارًا وقبولًا في العالم الغربي، أن فقدان السيطرة على الممارسات الجنسية أمرٌ جيد؛ لأنه يُحرِّر الإنسان من القَمع الجنسي، ويشجِّع التواصل والتقارب البشري مع الآخرين دون حواجز يفرضها المجتمع، ولكن هناك اعتراض من البعض على ممارسة الجنس العرضي من أجل المتعة؛ لأنها تجعل الشريك مجرَّد شيء جنسي يُستخدَم للمتعة دون أي اعتبار لشخصية الشريك، وهذا بالنسبة لبعض الفلاسفة المتعاطفين مع فلسفة "كانط" سلوك غير أخلاقيٍّ.

ترى وجهة النظر المعارضة لأفكار "كانط" أن الجنس ينطوي بطبيعته على اعتبارٍ الآخر ككائن جنسيٍّ؛ ممَّا يجعله يركِّز على مواصفاته الجسدية، ولا ينبغي اعتبار هذا إنكارًا لشخصية الآخر، خاصة إذا تمَّ أخذ رغبات الشريك وموافقته الواعية على ممارسة الجنس في الاعتبار. يلفت هذا الرأيُ انتباهَنا أيضًا إلى التريليونات التي يتمُّ إنفاقها على العطور ومستحضرات التجميل ومزيلات العرق والملابس الجذَّابة والجراحات التجميلية؛ كدليل على قبول العديد من البشر لاعتبارهم كائنات جنسية جذَّابة على حساب أي مواصفات شخصيَّة أخرى.

هناك إجماع على أن استخدام الآخر برضاه في تحقيق الرغبات الشخصية جائز، ولا يُعتبَر فِعلًا غير أخلاقي، خاصَّة إذا استفاد الطرفان؛ لذلك فإن الموافقة المستنيرة قضيَّة أخلاقية أساسية في

التعامُل مع الآخرين، وخاصَّةً في الممارسات الجنسية.

أخلاقيات الجنس في المجتمعات المحافظة

ترفض المجتمعات الشرقية المحافظةُ -بشكلٍ قاطعٍ- كلَّ الممارسات الجنسية خارج الزواج، وتحظر الدعارة، والزِّنا، والمثلية الجنسية، وممارسة العادة السِّرِّيَّة، واستخدام المواد الإباحية. والمرأة الفاضلة لديها هي المرأة العفيفة التَّقيَّة المحتَشِمة، على خلاف ما نراه الآن من حريات شخصية أو مجتمعية في الغرب.

سيطرت أخلاقيات العصر الڤيكتوري المحافِظ على السلوك الجنسي في المجتمعات الغربية في النصف الثاني من القرن التاسع عشر، وسنتعرَّف أكثر على تفاصيل هذا العصر في الجزء التالي.

أخلاقيات الجنس في العصر الڤيكتوري

خلال فترة حُكم الملكة "ڤيكتوريا"، ملكة بريطانيا، من عام 1837 حتى وفاتها في 22 يناير 1901، ظهرت مجموعة قَمعيَّة من القواعد الأخلاقية المعروفة باسم الأخلاق الڤيكتورية، وكانت مُثيرةً للجدل في وقتها، وحتى الآن. دعت العديد من الكنائس في هذه الفترة إلى معايير أخلاقية صارمة، حتى أصبح العصر الڤيكتوري فترةً من التَّقشُّف، والقمع الجنسي، والأخلاق البيوريتانية المتزمِّتة التي تُلزِم الإنسان بضبط النفس، والابتعاد عن اللَّذَّة الجسدية، ولم يقتصر هذا التَّشدُّد على بريطانيا فقط، بل امتدَّ إلى جانبي المحيط الأطلسي.

التزَمَت المجتمعات الأوروبيَّة قبل ثورة التَّحرُّر الجنسي، في ستينات وسبعينات القرن الماضي، بقِيَم العصر الفيكتوري. كان هذا العصر أيضًا عصرًا للنفاق لأن الأعراف الاجتماعية كانت تعتبر مناقشة الأمور الجنسيَّة من المحرَّمات، ولكن في نفس الوقت ازدهرت المواد الإباحية والدعارة، وأصبح الجنس يُمارَس بنشاطٍ في الخفاء.

كانت أخلاقيات الجنس الصارمة في هذا العصر سِمةً مُميِّزة للطبقة الوسطى، وسيطَرَت هذه القِيم تدريجيًّا على الطبقات الأخرى في بريطانيا وأوروبا وأمريكا، ولكن كما هو معروف في عِلم النَّفس والعلوم البيولوچية؛ لا يمكن ترويض الرغبة الجنسية تمامًا، وعلى الرغم من القَمْع الجنسي، فقد ازدهرت الدَّعارة في هذا العصر، مع انتشار الأمراض التناسُليَّة.

انتشر أيضًا في العصر الفيكتوري عدم المساواة بين الرجل والمرأة، وعانت النساء من قيود شديدة على حقوقهن المالية والاجتماعية والسياسية، ولم يُسمح للنساء بالتصويت، أو امتلاك العقارات، أو رفع دعوى في المحكمة، وكان من المتوقَّع أن تظلَّ المرأة عذراء حتى الزواج، وكانت المرأة الحامل غير المتزوِّجة منبوذةً اجتماعيًّا. أدَّى هذا الازدراء لحقوق المرأة إلى ظهور الحركة النسوية وتحريرها من هذه القيود، فحصَلَت على حقِّها في التصويت في نهاية القرن التاسع عشر.

انتهى العصر الفيكتوري منذ أكثر من 100 عام،

ومع ذلك، لا تزال أخلاقيات هذا العصر نَشِطةً في بعض الدوائر في أمريكا ودول العالم الثالث.

الخلاصة

تتغيَّر أخلاقيَّات الجنس بمرور الوقت والتَّقدُّم المعرفي والاجتماعي والاقتصادي، وقد أدَّى اكتشاف حبوب منع الحمل والتَّحرُّر الاقتصادي للمرأة إلى تحرير المجتمعات الغربية من القوانين الجنسية الصارمة، ولم تَعُد للعذريَّة أيَّة أهمية في هذه المجتمعات.

امتدَّ التَّحرُّر الجنسي في الغرب ليشمل قبول المثلية الجنسية كممارسة طبيعية، وأُلغِيَت جميع القوانين التي تحظرها، وصدرت قوانين جديدة تُجرِّم أي اعتداء على المثليين أو اضطهادهم أو التمييز ضدهم، وحصل المثليُّون على حق الزواج من نفس الجنس، ولم تَعُد المثلية الجنسية مصدرَ خِزيٍ أو وصمَةً اجتماعيَّة، بل تَقلَّد المثليُّون أرفعَ المناصب الحكومية، وبعضهم حاليًّا وزراء، ورؤساء دول في العالم الغربي.

تسمح المجتمعات الغربية بحقِّ البالغين في ممارسة الجنس في خصوصيَّة، ودون إكراه، وتُعاقِب -بقوانين صارمة- على مُمارَسة الجنس مع الأطفال، وتوجد قوانين تُعاقِب انتهاك الآداب العامَّة؛ مثل كشف الأعضاء التَّناسُليَّة عَمدًا، أو ممارسة الاستمناء أو الجنس مع شخص آخر في أماكن مزدحمة؛ ولكن ممارسة الجنس في أماكن منعزلة -في الغالب- لا يعاقب عليها القانون.

تلتزم المجتمعات المحافظة بأخلاقيات جنسٍ ترفض المثلية الجنسية، وممارسة الجنس قبل الزواج، وتهتمُّ بعُذريَّة المرأة، وطهارتها الجنسية، حتى ترتبط بشخص آخر في زواجٍ رَسميٍّ يعترف به المجتمع. ويُعتبَر الحفاظ على هذه العُذريَّة مُمثِّلًا لشرف رجال عائلة المرأة، وينتج أحيانًا عن خدش هذا الشَّرف عُنفٌ يصل إلى القتل، فيما يُعرَف باسم جرائم الشرف. كما أن هناك ممارسات تجري في إطار العادات والتقاليد لإثبات هذه العُذريَّة للمجتمع، يمكن وصفها بأنها تَصرُّف بربري يتم في ليلة الزفاف، يُسمَّى"الدُّخلة البلدي"، أو"منديل الشَّرف"، حيث"يفضُّ" العريس، أو سيِّدة من العائلة، أو قابِلَة- غشاءَ بكارة الفتاة، باستخدام إصبع اليد ملفوفًا بمنديل أبيض، وبعد فضِّ البكارة بتلك الوحشية، يؤخذ المنديل المستخدَم وبه آثار الدماء، ويطوف به أهلُ العروس القريةَ، مُعلِنين عن شرف البنت الذي لم يُمسَّ، وللأسف هذه العادة البذيئة ما زالت تمارس في بعض القرى المصرية بالأخصِّ في الصعيد، وفي هذا الصَّدد يجب أن نذكر الدكتورة العظيمة"نوال السعداوي" (1931-2021) التي كشَفَت في كتاباتها المستنيرة الكثير من العادات والتقاليد القبيحة المهينة للمرأة المصرية، وفي كتاب"المرأة والجنس" قالت:

"هل من الممكن أن يكون الشَّرف صِفةً تشريحيَّة يولَد بها الإنسان أو لا يولد؟ وإذا كان غشاء البكارة هو دليل شرف البنت، فما هو الدليل على شرف

الرجل؟".

الفصل الرابع عشر

الجنس عند قُدَماء المصريِّين

كان المصري القديم يؤمن أنَّ الجنس هو أساس الحياة، ومُجدِّد البشرية، ولم يَخلُ المجتمع فى مصر الفرعونية من القصص المرتبطة بالجنس؛ كحكايات الزنا، والاغتصاب، والشُّذوذ الجنسي، وممارسة العادة السرية؛ وهذا ليس شاذًّا أو غريبًا؛ فالجنس عنصر في الحكايات المنتشرة في كل مجتمع من المجتمعات منذ بدء الخليقة؛ فالجنس -وفقًا للمؤرِّخ الباكستاني"سول"- كان موجودًا منذ فجر التاريخ، وعلى حدِّ قوله:"أبدع الرومان واليونانيُّون في أمور الجنس، لكنَّ المصريِّين القُدَماء كانوا على مستوى لا نظير له".

ارتدى قدماء المصريين قلادات مصنوعة من زهرة اللوتس، ووضعوا عطورًا على رؤوسهم؛ لينشروا في المكان رائحة عَطِرَة تشعل الخيال الجنسي، كما رسموا فتيات يَقُمن بصَبِّ المشروبات للضيوف بطريقة مثيرة؛ فالجسد بالنسبة للمصري القديم مَصدرٌ للمُتعة والتباهي والسعادة، وليس مَصدرًا للخجل، وظهر ذلك في تصميمات ملابسهم التي كانت تكشف أكثر ممَّا تَستُر، فنجد على جدران المعابد رسومًا لراقصاتٍ عارياتٍ، ومُغنِّيات بنهودٍ كبيرة، ووشم للإله"بِس" على أفخاذهنَّ؛ للحماية من الأمراض الجنسية، وكانت الغانيات يعرضن أنفسهن عن طريق ملابس زرقاء مُزَركَشة على شكل شِباك

الصَّيد، ويَطلين شفاههنَّ باللون الأحمر، ويضعن وشومًا على صدورهنَّ أو أفخاذهن، أو يتجوَّلن عاريات.

الممارسات الاجتماعية

وقيم المجتمع المصري القديم

تجاه الجنس والمرأة

اهتمَّ قدماء المصريين بنظافة أجسادهم، واعتبروا الممارسات الجنسية ناقِضَة لطهارة الجسد؛ ولذلك نهوا عنها في المعابد، وكانوا يحلقون كلَّ شَعر الجسم يومًا بعد يوم، ويستحمُّون بالماء البارد يوميًّا. كما اعتاد المصرى القديم على تناول النباتات المقوية والمثيرة للشهوة الجنسية؛ مثل نبات اللوتس، والخس، واعتقدوا في قُدرَة الحشيش على زيادة الإحساس بالمتعة الجنسية، وتركوه فى مقابر بعض الملوك؛ لاهتمامهم بمواصلة ممارسة الجنس في العالم الآخر؛ ولذلك حظي قضيب الميت باهتمام كبير، فكان يتمُّ لَفُّ القضيب بالكتَّان، وإحاطته بأسطوانة خشبية؛ للحفاظ عليه.

كانت المرأة الأكثر خصوبة هي المرأة الجذابة في مصر القديمة، وكانت النساء يتَّخِذن الإلهةَ "إيزيس" قدوةً لهنَّ، ومثالًا للذكاء والحكمة، والروحانية، والأمومة.

منَحَت مصرُ القديمة النساء مكانةً متساوية تقريبًا مع الرجال، ولم يَكُن على المصرية القديمة إخفاء جسدها في ملابسها، بل تمَّ إبراز سحره في اللوحات

الجدارية والنقوش، وهناك أدِلَّة كثيرة على أن الحب الرومانسي كان مهمًّا للمصريين القدماء، وعبَّروا عنه بالشِّعر، ولم يكن الغزل الجنسي ممنوعًا، وكان يُشار إلى النساء بالأخت، والنساء الأكبر سنًّا بالأم، والرجال في نفس العمر بالأخوة، والرجال الأكبر سنًّا بالآباء.

كانت الحياة الجنسية في مصر القديمة مجرَّد جانب آخر من جوانب الحياة على الأرض، ولم تكن هناك مُحرَّمات فيما يتعلَّق بالجنس، أو وصمات عار، وكانت النساء غير المتزوِّجات حرائرَ في ممارسة الجنس مع مَن يخترن، والعذرية في مصر القديمة لم تكن تُستخدَم لوصف المرأة الصالحة؛ ممَّا يشير إلى أن الخبرة الجنسية للمرأة لم تكن لها عواقب، وكانت هناك وصفات لوسائل منع الحمل، وكانت عمليات الإجهاض أيضًا مُتاحَة.

أحَبَّ قدماء المصريين الجسدَ وملذَّاته، ولم يكن لديهم موقف مُتشدِّد تجاه ممارسة الجنس بين البالغين غير المتزوجين، ولكن عندما تتزوَّج المرأة يجب عليها أن تكون وَفيَّةً لزوجها؛ حتى يكون الرجل على يقينٍ من أن وَرَثَة ممتلكاته هم أبناؤه من صُلبه؛ ولذلك جُرِّمت ممارسة الجنس للمتزوِّجين خارج إطار الزواج، وكان العقاب قاسيًا، وهناك سجلَّات بإعدام امرأة بتهمة الزنا.

لم يكن هناك حفل زواج في مصر القديمة، فتعتبر المرأة زوجة للرجل إذا دخلت منزله بعد تجهيزه وفق ما تمَّ الاتفاق عليه بين الوالدين، وكانت نهاية الزواج بسيطةً، مثل البداية، حيث يطلب أحد الزوجين أو

كلاهما الطلاق، ويتم تقسيم الممتلكات المادية وفقًا لاتفاقية ما قبل الزواج، وكان الرجل يُلزَم بدفع نفقة شهرية لزوجته السابقة حتى تتزوَّج مرَّةً أخرى، حتى ولو لم يكن هناك أطفال، وفي حال وجود أطفال فإن الحضانة كانت من نصيب الأم، ولكن الخيانة الزوجية كانت تَحرِم المرأة من كل حقوقها. كان متوسط العمر للزواج 14 عامًا للفتيات، و18 عامًا للفتيان، حيث كان الصبيُّ في هذا العمر قد تعلَّم تجارة والده، والفتاة تدرَّبَت على إدارة المنزل ورعاية الصغار وكبار السن والحيوانات الأليفة.

هناك مستندات تَصِف الزيجات المؤقَّتة أو التجريبية التي تتيح الطلاق السريع إذا لم ينسجم الزوجان، ولكن بشكل عام، كان المصريُّون القدماء يُقدِّرون الانسجام الاجتماعي، والقِيَم التي تُشجِّع على الاستقرار؛ لذلك كان الرجل يتزوَّج امرأة واحدة فقط، ولكن سُمح للملك بأن يكون له أكبر عدد ممكن من الزوجات، كما سُمِح بذلك لأيِّ رَجُلٍ من أصل مَلَكيٍّ.

عبادة الجهاز التناسلي

اعتبر الإنسان المصري القديم أن العلاقة بين الرجل والمرأة، والتي ينتج عنها التَّناسُل بأنها سِرُّ الخلق، ومعجزة كونية؛ فعَبَدَ الأعضاء الجنسية؛ لأنها تمنح الحياة؛ فقدَّس المصريُّون القدماء العضوَ الذَّكَريَّ؛ لأنهم اعتبروا السائل المنوي أساسَ الخَلق، وكذلك المهبل الأنثوي، والثدي؛ لأن المرأة هي التي تنجب وتُرضِع مولودها.

من مظاهر تقديس العضو الذكرى منحوتات جدارية

وتماثيل صغيرة تؤكِّد تقديس القضيب، مثل "الإله بيس"، القزم الذي كان له قضيبٌ طويلٌ للغاية، كذلك صوَّر المصريون القدماء "الإله مين"، إله الفحولة والخصوبة، واقِفًا، منتصب القضيب،

كذلك عُثر على منحوتات تشير إلى تقديس الفراعنة للمهبل الأنثوي.

يرى بعض خبراء علم المصريات أن الفراعنة لم يعبدوا الجهاز التناسلي، بل اقتصر الأمر على التقديس فقط لدوره في خلق حياة جديدة، بينما عبادة الجهاز التناسلي كانت منتشرةً في الحضارات الإغريقية والرومانية.

الممارسات الجنسية المختلفة عند قدماء المصريين

- **المثلية الجنسية**

من خلال مجموعة من الحكايات والأساطير المصدرية القديمة، استدلَّ العلماء على أن المصريين القدماء مارسوا المثلية الجنسية، مثل ممارسة "ست" الجنسَ مع "حورس"، في أسطورة "إيزيس وأوزوريس" الشهيرة، وقصة "ني خنوم" و"خنوم حتب"، وهما رجلان تشارَكَا في مقبرة واحدة بها رسومات لهما في أوضاع حميمية للغاية، ولكن تفسير طبيعة العلاقة بينهما ما زالت محلَّ نقاشٍ.كذلك قصَّة "نفر كارع" و"ساسينيت"، التي تحكي أن الملك "نفر كارع" كان يتردَّد على منزل "ساسينيت"، أحدِ قادته، ويمكث معه لفتراتٍ طويلة مُتعانِقَيْن؛ يمكن أن تُفسَّر بأنها ممارسة للمثلية

الجنسية.

المثلية الجنسية بين النساء لم تكن تُعتبر بالأمر الغريب، ولكن عامَّةً، المثلية الجنسية بين الرجال أو النساء كانت مكروهةً وغير مُحبَّبة.

• **ممارسة الجنس مع الحيوانات**

توجد دلائل أن البعض مارسوا الجنس مع الحيوانات، ولكنه كان فِعلًا مكروهًا، ويُعاقَب من يمارسه بعقوبات مُشدَّدة.

• **زواج الاخوات**

اقتضى العُرف، الذي حافظ عليه المصريون القدماء، ألَّا يتقلَّد ابن البيت الأعظم العَرشَ إلَّا بعد اقترانه بأخته، ولم يكتفِ الملوك بالزواج من أختٍ واحدة، بل كانوا يتزوجون العديد من أخواتهم، بل وبناتهم؛ لضمان استمرار ذُرِّيَّة السلالة الملكية والحفاظ على نقاء الدم الإلهي. لم يستنكر العامَّةُ زواجَ الملوك بأخواتهم، واعتبروه إجراءً طبيعيًّا، وأن كل ما يحدث بحرم البيت الملكي المقدس، هو طاهرٌ ونقيٌّ، وبِوَحيٍ من الآلهة.

ملاحظات أخيرة عن الجنس عند قدماء المصريين

• كان الجنس بالنسبة للمصريين القدماء عنصرًا أساسيًّا في الحياة، على قدم المساواة مع الأكل والنوم، ولم يكن أبدًا من التابوهات أو ما يخجل المرء منه، بل كانت حياتهم الجنسية منفتحةً، ولم يَشُبها الشُّعور بالذنب، وآمنوا أن الجنس ستستمرُّ ممارسته في الحياة الآخرة.

• اعتقد قدماء المصريين أن الخَسَّ المستقيم طويل القامة هو الطعام المفضَّل لإله الخصوبة "مين"، وأن تناوله مُفيدٌ للشهوة الجنسية عند الرجال، كذلك زهرة اللوتس، والبصل، والزنجبيل، والرُّمَّان، والكزبرة في النبيذ، والفجل الممزوج بالعسل.

• الأساطير الفرعونية مليئة بقصص ممارسة الآلهة للجنس، وكان هناك اعتقاد بأن تَدفُّق ماء النيل يعتمد على استمناء الآلهة، وقذف السائل المنوي في النهر.

• "بردية تورين" (البردية رقم 5501 في متحف المصريات في مدينة تورين الإيطاليَّة)، تُعتبَر أهمَّ وثيقة جنسية من الحضارة المصرية القديمة؛ فقد أوضَحَت طبيعة الجنس ومكانته في مصر القديمة، وتضمَّنَت عددًا من الرسومات الجنسية الإبداعيَّة، كما عرَضَت المعتقدات السائدة حول فائدة بعض النباتات لممارسة الجنس؛ مثل اللوتس، والخس، والزنجبيل.

• سمح المصريون القدماء بمساحة حرية كبيرة للممارسة الجنسية قبل الزواج، بينما جرَّموا ممارسة الزنا بعد الزواج.

• من خلال تأويلات لبعض النصوص يوجد اعتقاد بممارسة المصريين القدماء للمثلية الجنسية، ولم يُجرِّموها، وإن كانوا يستنكرونها ويعيبون مَن يمارسها.

• قدَّس المصريون القدماء الأعضاء التناسلية، وإن لم يعبدوها.

الفصل الخامس عشر

الفنُّ والجِنس

لا شك أن هناك علاقة قوية بين الفن والجنس، وهذا ما أكَّده الرسام العبقري"بابلو بيكاسو" بقوله:"الجنس والفن شيء واحد"، وكذلك الشاعر البريطاني العظيم"فيليب لاركين"، الذي قال:"ليس من المستَغرَب أن يكون هناك تحالُفٌ بين الفن والجنس؛ لأن للاثنين طبيعة إبداعية".

منذ بداية الحضارة الإنسانية، سعى الفن للتعبير عن المشاعر بطرق مختلفة، وكان أقدم تعبيرٍ فنِّيٍّ هو تمثال صغير من العصر الحجري لعاشِقَيْن يحتضنان بعضهما البعض. ومن أجمل الأعمال الفنية الحديثة تمثال"القُبلة" لـ"رودان" في أوائل القرن العشرين، ويُشخِّص التمثال الزوجين العاشقين"باولو" و"فرانشيسكا" وهما في حالة توتُّر شديد قبل طعنهما حتى الموت (من ملحمة"دانتي" الشعرية الشهيرة"الكوميديا الإلهية")، كذلك لوحة"القُبلَة" التي رسمها الفنَّان النمساوي العظيم"چوستاف كليمت"، حيث صوَّر نفسه وهو يُقبِّل حبيبته"إميلي لويز فلوج".

كيف تناول الفن التشكيلي على وجه الخصوص أشكال الحب والغرام والجنس المتعدِّدة عبر تاريخ البشرية؟ هذا ما سنقدِّمه في هذا الفصل، مع طرح بعض الأعمال الأدبية المتعلِّقة بهذه المشاعر.

الترابط بين الحب والجنس والفن

الحبُّ هو منبع الإلهام، ووَقود الإبداع الفني، فعلى سبيل المثال، كان الشاعر الروماني "أوفيد" لا يمكنه الكتابة إلَّا إذا كان في حالة حب، وكان الإيطالي "دانتي" نموذجًا للشاعر العاطفي؛ فعندما كان في التاسعة من عمره، التقى بـ"بياتريس"، التي كانت أصغرَ منه ببضعة أشهر، ووقع في حبها من النظرة الأولى، لم يعرفها جيِّدًا، تَبادَلَا فقط التحيات، ولكنه أصبح مهووسًا بحبِّها. وفي العديد من قصائده وصفها بصورةٍ شبه إلهية، وعبَّر عن نفس المشاعر شاعرٌ إيطالي آخر، وهو "بترارك"، الذي تخلَّى عن مهنته كمحامٍ، التي لم يستهوِها، وكان اهتمامه الأساسي هو الأدب اللاتيني وكتابة الشِّعر.

شاهد "بترارك" "لورا" في إحدى الكنائس، ومثل "دانتي" و"بياتريس"، كان لقاء "بترارك" مع "لورا" نادرًا جدًّا، ومع ذلك أيقظت "لورا" فيه شغفًا دائمًا عبَّر عنه في قصائده، وعندما عرف بوفاة محبوبته وقف يبكي أمام قبرها، وينشد المزيد من أشعاره في حبِّه لها ولوعته عليها.

ويبقى السؤال: هل كانت كل هذه المشاعر حقيقية أم مثالية؟ غالبًا ما يستحضر الفنَّانون أفكارًا تُلهِب مشاعرهم، وتشعل خيالهم، تثير هذه الأفكار عواطفهم وتتحوَّل إلى طاقة إبداعية، وكان "فرويد" مُحِقًّا في رأيه بأن الفن يستمدُّ طاقته من الجنس.

هل العري في الفن فضيلة أم رذيلة؟

يأخذ تجسيد العُري في الأعمال الفنية، خاصَّة في

المجتمعات المحافظة، في فترات تاريخية متباينة- نوعًا من الحُكم الأخلاقي، فيُثار السؤال حول ضرورته أو هدفه. العري في الفن ليس فضيلةً أو رذيلة، ولكنه كما قال "وليم بليك" (شاعر ورسام إنجليزي من القرن التاسع عشر): "الفن لا يمكن أن يوجد دون عَرض الجمال العاري"؛ فالعُري يركِّز انتباه الفنان على شكل الجسم، وليس على التفاصيل الخارجية مثل أناقة الملبس؛ فيصل إلى الجَمال الإنساني في صورته الأصيلة، دون حلياتٍ خارجية من ملبس أو زينة. وقد عبَّر عن ذلك الفنان الإيطالي العظيم "مايكل أنجلو" بقوله: "الروح العمياء لا تدرك أن القَدَم أنبلُ من الحذاء، وأن البشرة أجمل من الثوب الذي يُخفيها". كما أعرب عن أهمِّيَّة الفن العاري "بريان يودر"، مؤسِّس"مركز تجديد الفن"، بقوله: "هل البشرية ستكون أفضل حالًا إذا تمَّت تغطية التمثال الرائع 'داڤيد' لـ'مايكل أنجلو' بأوراق التين، أو تمَّ تدميره، أو لم يُنحت؟ بدون شكٍّ الإجابة قطعًا 'لا'".

يستخدم الفنان الشخصيات العارية لإظهار البشر بشكل فريد خارج السياق التاريخي، بينما الملابس يمكن ربطها بالفترة التي كان فيها هذا النوع من الملابس شائعًا؛ فالفن في المقام الأول هو التعبير عن الطبيعة البشرية، وعلى حدِّ قول الصديق العزيز الطبيب والفيلسوف "محمد السماحي": "الاحتفال والفخر بالجسم البشري يُعبِّر عن اعتزاز الفنان بطبيعة بشرية ليس بها نوازع غريزية خشنة، وهذا يحقُّ اعتباره فضيلة". لذلك يجب أن يتمتع الفنان بأعلى درجات حرية التعبير؛ لأن تقييد الإبداع يفرض على

الفنان أن يعدل باستمرار تفسيراته الخاصة وكيفية التعبير عنها؛ حتى لا يتعارض مع الحدود التي وضعها مجتمعه، فيلزم نفسه بسقف لخياله؛ ممَّا يهدم الفن؛ ولذلك لن نجد هذه القيود في أي مجتمع يحترم حرية التعبير الفني".

هل تمثيل العُري في الفن

هو انتصار للخيال على الحقيقة؟

اختفى الجسم المثالي النحيف من الأعمال الفنية الحديثة، وأصبح الجسد العاري المثالي فقط في الإعلانات التجارية التي لا تُمثِّل حقيقة جسم الإنسان العادي.

رغم الاعتقاد بأن الأعمال الفنية هي المكان المناسب لمشاهدة تفاصيل الجسم المثالي، إلَّا أن الفن يأخذ على عاتقه البحث عن الجَمال في ما هو خارج المقاييس والمعايير المحدَّدة، وفي الوقت الحاضر قد يشعر المشاهدُ بعدم الراحة لمشاهدة العري في المعارض الفنية المعاصرة؛ لأنها تَعرِض من خلال منحوتات ولوحات أجسادًا واقعية لرجال ونساء، بأحجامها الضخمة وتَرهُّلاتها، وبملامح غير متناسقة.

وعلى سبيل المثال؛ قدَّم "لوسيان فرويد" (1922-2011)، حفيد سيجموند فرويد- أمثِلةً عديدة للعُري، بواقعية شديدة، ومن أشهر لوحاته "ديڤيد وإيلي"، التي تُصوِّر الجسم العاري لديڤيد داوسون (مساعد الاستوديو لفرويد)، وهو مُستَرخٍ،

وبجانبه الكلب إيلي (أحد كلاب فرويد)، قدَّم فرويد في هذه اللوحة التفاصيل الجسديَّة بواقعيَّة مُذهِلة.

الجنس في تاريخ الفن

• التعبير الفني للجاذبية الجسدية عند قدماء المصريين

اهتمَّ القدماء المصريين بمظهرهم الخارجي، وقدَّمت رسوماتهم وجوهًا ذات ملامح متناسقة، وعيونًا بارزة، باستخدام كحل العين، والتي أشارت الأبحاث إلى أهمِّيَّته الصحية أيضًا؛ لكونه مضادًّا للبكتيريا. وكانت تماثيل الملوك توضِّح جَمال الجسم وقوَّته، وخير مثال على جمال الأنثى المصرية تمثال رأس "نفرتيتي"، الذي يوضِّح جَمالَ الوجه وملامحه الجذَّابة. واهتمَّ النَّحَّاتُ المصريُّ القديم ببيان عَظَمة وقوَّة الملك عبر تماثيل لأجساد فارعة قويَّة، وتُستَثنَى الأعمال الفنية فَترةَ حُكم إخناتون، والتي فسَّرها علماء المصريات بتفسيرات مُتباينَة.

• التعبير الفني عن الجنس والجمال عند الاغريق والرومان

كان موقف الإغريق والرومان تجاه الحياة الجنسية متحرِّرًا، وعبَّروا عن ذلك في أعمالهم الفنية، واستخدموا الرسومات الجنسية في تزيين أوعية الشُّرب، والأواني والأطباق، كذلك خلَّفوا لنا تماثيل ومنحوتات لممارسات جنسية مختلفة.

كان الإله "ساتير" (Satyr) في الأساطير الرومانية نصفَ رَجُلٍ ونصف ماعز، مُغرَمًا بالرَّقص

والنبيذ والنساء، ومن اسمه اشتُقَّ مصطلح "ساتيرياسيس" (satyriasis)، والذي يعني: الرغبة الجنسية المفرِطة لدى الرجال، وهو ما يُصنَّف حاليًّا كمرض، مثل مرض الجنون الجنسي للنساء.

تَميَّز العُريُ في الفن اليوناني القديم بطرح الكمال الجسدي بإتقان، واختيار السِّمات المرغوبة للجَمال الجسدي؛ مثل ملامح الوجه المتناسقة، والجلد الناعم، والتَّناسُب في أجزاء الجسم، وقد أثَّر هذا الأسلوب على التعبير الفني لجسم الإنسان في العصور اللاحقة.

كان تمثال إلهة الحب "أفروديت" أوَّلَ تَمثالٍ عارٍ كبير لشخصية أنثوية في العالم القديم، كما قدَّم الرومان في تمثال "الخنثى" (hermaphrodite) جسدًا به ثديٌ أنثوي، وأعضاء تناسُليَّة ذُكوريَّة؛ كرمز لعدم استقرار الهويَّة الجنسية، وأن الجَمال ثُنائيُّ الجنس.

كما ارتبط القضيب الكبير في الفن اليوناني والروماني بالشَّهوة والغباء، وكان الإله "بيرابس" ذو القضيب الضخم مُحتَقَرًا من قِبَل الآلهة الأخرى، لدرجة أنه طُرِدَ من جبل أوليمبوس، ففضَّلَت الثقافة الكلاسيكية اليونانية والرومانية القضيبَ الصغير على الكبير، وهو ما انعكس في الكثير من المنحوتات التي تُظهِر صِغَر حجم القضيب، وذلك على نقيض ما تُروِّج له المواد الإباحية في العصر الحديث.

ارتبطت رمزية القضيب بالحماية والخصوبة، ومُثِّلَت في أشكال فنية مختلفة، فصُنع منه مُجسَّم صغير من البرونز، كان الرجال يرتدونه في سلسلةٍ حول

العنق لجلب الحظ.

تراجَع تصوير العُري في القرن الرابع الميلادي، بعد سقوط روما، وظهور المسيحية، وأصبح عرض العُري فقط في سياق الفن الديني لتصوير القصص الدينية، مثل قصة خلق آدم وحواء.

• **الفن الجنسي في العصور الوسطي بأوروبا**

من أمثلة الفن الجنسي في العصور الوسطي بأوروبا: "شيلا نا جيج" و"سيرن أباس" عملاق الخصوبة.

• **شيلا نا جيج Sheela-na-gig**

"شيلا نا جيج" هي منحوتات تصويرية لنساء عاريات، ذوات فروج مبالَغ فيها، موجودة على أبواب ونوافذ مبانٍ مختلفة في أيرلندا، وفي معظم أنحاء أوروبا في العصور الوسطى.

تعني كلمة "شيلا نا جيج": "شخصية حجرية لامرأة عارية"، و"جيج" بالعامية الأيرلندية تعني: فرج المرأة.

يختلف العلماء حول أصول منحوتات "الشيلا نا جيج"، ومن المحتمل أنها من بقايا دين للخصوبة قبل ظهور المسيحية.

في الآونة الأخيرة، اعتبرت الحركات النسائية في أيرلندا أن منحوتات "الشيلا نا جيج" تُمثِّل وجهة نظر إيجابية للأنثى، واعتمدتها كرمزٍ للحركة النسائية الأيرلندية.

• "سيرن أباس" عملاق الخصوبة Cerne Abbas

"سيرن أباس" هو نحتٌ طباشيريٌّ بإحدى تِلال

مقاطعة "دورست" جنوب انجلتر، يُصوِّر ذَكَرًا، عملاقًا، عاريًا، قضيبه مُنتَصِب، ويمسك بهراوة كبيرة في يده اليمنى، وحسب المعتقدات الشعبية في العصر الفيكتوري، فالنَّحت قادر على علاج عدم الإنجاب، فالمرأة التي تنام على هذا النحت ستُشفى من عدم قدرتها على الإنجاب، و"سيرن أباس" اسم مُشتَقٌّ من كلمتين: "أباس"، وهي كلمة لاتينية من العصور الوسطى، تعني: "رئيس الدير"، وكلمة: "سيرن"، وهي مُشتَقَّة من اسم الإله الروماني "سيرنونوس" (إله مرتبط بالخصوبة والطبيعة).

نشأت القرية التي بها هذا النَّحتُ الطباشيري حول دير "سيرن" لرهبان "البينديكتين"، وحاليًّا أصبَحَت هذه القرية جزءًا مهمًّا من ثقافة وفولكلور مقاطعة "دورست"، وعامِلًا مُهمًّا لجذب الزُّوَّار.

هناك اختلاف بين علماء الآثار على تاريخ نحت "سيرن أباس"، وعلى الأرجح تمَّ في العصور الوسطى.

- **الفن الجنسي في عصر النهضة بأوروبا**

جعل فنَّانو عصر النهضة -مثل "مايكل أنجلو"- العُريَ عنصرًا أساسيًّا في أعمالهم الفنِّيَّة، وشهد ذلك العصرُ التركيزَ على دور الرسوم في الطقوس والشعائر المسيحية، وظهور تيارٍ فنيٍ يختصُّ بتصوير الجسد البشري العاري.

- **الفن الجنسي في أوروبا منذ القرن التاسع عشر**

ظهرت مدرسة الانطباعية (Impressionism) في

الفن التشكيلي في فرنسا، من منتصف إلى أواخر القرن التاسع عشر، ومن روَّاد الانطباعية الفرنسية "إدوارد مانيه"، الذي يُعدُّ من أهم فنَّاني القرن التاسع عشر، وكانت لوحاته مُؤثِّرةً بشكل كبير في تطوُّر أسلوب الفن الحديث، وتغيير تناول جسد الأنثى العاري في اللوحات التشكيلية.

شهد تصوير الجسد الأنثوي العاري ثورةً من خلال أعمال "بابلو بيكاسو"، وهو واحد من أهم رموز الفن الحديث في المدرسة ما بعد الانطباعية والتكعيبية، فكان أسلوبه في تصوير النساء العاريات ثوريًّا، فخلافًا لتوقُّعات المشاهدين عن جسد امرأة عارية في لوحة تشكيلية بمقاييس واقعية وجميلة، رسم بيكاسو شخصيَّاتٍ مُشوَّهة؛ لاعتماد التكعيبية الخَطَّ الهندسي أساسًا لكل شكل.

أعمال فنية معاصرة

استمرَّ تَناوُل الجنس في العديد من الأعمال الفنية الأوروبية المعاصرة، مثل لوحة "الكونسرفتوار" (2010)، للفنان الأمريكي "چون كورين"، التي تُصوِّر امرأتين شبه عاريتين في معهدٍ موسيقيٍّ يمارسون السحاق، وفي حالة نشوة جنسية، ولوحة "الثقب المظلِم" (2009)، للفنانة البريطانية "تريسي أمين"، يصوِّر الرَّسمُ النِّصفَ السُّفليَّ لامرأة، بينما تمارس العادة السرية، وهو تعبير رمزي من الفنانة لامرأة متحرِّرة، تحاول أن تُسعِد نفسها، ولوحة "أشخاص في حديقة" (2009)، رسمها الأمريكي "چورچ كوندو"، صوَّر الفنان فيها

شخصيات عارية، وجوههم غير واضحة، تستحمُّ، ولكنه حافظ على توضيح المنحنيات الجسديَّة المثيرة. هذه اللوحة مشابهة للوحة شهيرة رسمها الفنان الهولندي "هيرونيموس بوش" منذ 500 عام، بعنوان "حديقة المسرَّات الأرضية"، وصوَّر فيها، بأسلوبٍ رائع ودقيق، أفعالًا جنسيَّة مختلفة.

ولوحة "ثدي المرأة" (2013)، للفنانة الأمريكية "بيتي تومبكينز"، وهي جزء من سلسلة لوحات جنسية تتناول الرغبة الجنسية الأنثوية بأسلوب فني بديع، يعطي الانطباع أنه تصوير فوتوغرافي بالأبيض والأسود، ولوحة "الحياة الجامحة لسِنِّ المراهَقة" (2003)، للرَّسَّامة البريطانية "سيسلي براون"، تُقدِّم فيها الفنانة تساؤلاتٍ حول الطبيعة غير المشروعة للمُتعَة الجنسية، وتلصُّص المشاهد لرؤية امتزاج أجساد العُشَّاق العارية من خلال أغصان وأوراق الشجر، مع استخدام ألوان توحي بسوائل الجسم الجنسية.

في فنِّ النَّحت، قدَّم النحات البريطاني "أنيش كابور" تمثالًا باسم "هستيرية جنسية" (2016)، عبَّر فيه عن جسم المرأة من خلال أشكال بها انحناءات جذَّابة، وإيحاءً للأعضاء الجنسية، تبدو من بعيدٍ كأنَّها شكلٌ تجريديٌّ لفَرج المرأة.

تحدَّثنا عن التعبير عن الحب والجنس من خلال الفن عبر العصور المختلفة في الغرب، فماذا عن الشرق؛ بسحره، وغموضه، وخاصَّة في الهند والشرق الأوسط... هذا ما سنتعرَّف عليه في الجزء التالي.

الفن الجنسي في الهند

تهتمُّ الثقافة الهندية بالأعمال الفنية التي تشرح العملية الجنسية، ويُعتبَر كتاب "الكاماسوترا" من أهم كُتُب الفن الجنسي، ويعود تاريخه للقرن الثاني الميلادي، ومؤلِّفه الفيلسوف الهندي "فاتسيايانا" الذي شرح الأوضاع المختلفة للاستمتاع بالجنس، وأوضح أن الجنس هامٌّ في حياة الإنسان وتَوازُنه العقلي والنفسي.

الفن الجنسي في عصور الخلافة الأمويَّة، العباسية والعثمانية

استخدم العرب الشِّعر والقصص بغزارة للتعبير عن الحب والجنس، ولكن كان دور الفن التشكيلي ضعيفًا خلال هذه العصور، ومُنحَصِرًا في رسوم إيضاحية صغيرة الحجم في كتب عن الحب والجنس.

لم يذكر التاريخ أسماء فنانين تشكيليين عرب مبدعين في هذه الفترة، باستثناء الفنان العثماني "عبد الله بخاري" من القرن الثامن عشر، الذي صوَّر في رسوماته ممارسات جنسية مِثليَّة بين الرجال، وفي نفس الوقت انتشرت رسومات لفنانين مستشرقين أوروبيين تُعبِّر عن تَخيُّلاتهم للحَرَملِك، والتي بالَغَت في تقدير المجون وممارسة الجنس مع الجواري والحريم.

تفنَّن الشعراء العرب فى الغَزَل بالغلمان في هذه العصور، وكان أشهرهم في العصر العباسي "أبو نواس"، الذي قال:

طَرِبتُ إِلى الصَنجِ وَالمِزهَرِ

وَشُربِ المُدامَةِ بِالأَكبَرِ

وَأَلقَيتُ عَنّي ثِيابَ الهُدى

وَخُضتُ بُحورًا مِنَ المنكَرِ

كما كتب الخليفة "الأمين" قصيدةً عبَّر فيها عن حُبِّه لصبيٍّ اسمه "كوثر"، وآلامه الشديدة جرَّاء الإصابة التي لحقت به خلال هجوم جيش "المأمون"، قال فيه:

ضَرَبوا قُرَّةَ عَيني

ومِنْ أَجلي ضَرَبوه

أَخَذَ اللّهُ لِقَلبي

مِن أُناسٍ حَرَّقوه

على النقيض، قدَّم الشِّعرُ الصُّوفيُّ الحُبَّ الروحيَّ بين الذكور، ومن الأمثلة الشهيرة في القرن الثالث عشر، أشعار جلال الدين الرومي، التي عبَّر فيها عن حُبِّه الشديد لصديقه شمس الدين التبريزي.

أَلَّف الكُتَّاب في القرن الخامس عشر العديد من الكتب عن الجنس، أبرزهم كتاب "الوشاح في فوائد النكاح"، لجلال الدين السيوطي، وكتاب محمد بن أحمد التيجاني التونسي بعنوان "تحفة العروس ومتعة النفوس"، الذي قدَّم تفاصيل عن الجنس والزواج من منظور اجتماعي وديني، وأيضًا أشعار عن الحب والجنس والجمال.

حاليًّا، هناك محاولات من قِبَل فنانين عرب متميزين لتقديم رسومات تُعبِّر عن الحب والجنس، بشجاعة.

الخاتمة

يلعب الفنُّ دورًا رئيسيًّا في التعبير عن الطبيعة البشرية، وسلوكياتها المختلفة، ومن أهمِّها: ممارسة الحب والجنس.

استُخدم فنُّ الرواية والفن التشكيلي عبر التاريخ للتعبير عن الحب والجنس، وفقًا لخيال الفنان وقُدراته الإبداعية، وكذلك حسب الحرية المتاحة للتعبير عن الجنس والجسد، وهذا يختلف من مجتمعٍ إلى آخر، وأيضًا من عصر إلى آخر.

خاتمة الكتاب

أتمنَّى أن تكون قراءة هذا الكتاب قد أعطت فهمًا جديدًا للحب والجنس، وأوضَحَت العوامل البيولوچيَّة والنفسية التي تُحدِّد الميول والممارسات الجنسية المختلفة.

الهدف الأساسي لهذا الكتاب إزالة غيوم الجهل والمفاهيم الخاطئة عن الحب والجنس نتيجة عدم وجود مَراجِع جيِّدة باللغة العربية، وضَعف وسَطحيَّة تناول وسائل الإعلام لنشر المفاهيم العلمية الحديثة.

وجود فجوة معرفية تجاه موضوع مثل الحب والجنس لا يعني أننا لن نسعى إلى سَدِّها، ولكن قد يتمُّ ذلك عبر معلومات خاطئة تُقدِّمها المواد الإباحية، التي تُشكِّل صورةً خاطئة عن مفهوم الجنس وطُرُق الممارسة الجنسية، وتَوقُّعاتنا من الشريك الجنسي، بالإضافة إلى ذلك، يمارس الغالبيَّةُ التَّفكيرَ الجماعي، والانصياع إلى أفكار سائدة؛ باحثين عمَّن يشاركهم نفس الاتجاه والرأي، دون محاولة إثارة السؤال وإعمال العَقل؛ وصولًا إلى الحقيقة. هذه الغالبية غير قادرة على التمييز بين ما هو مُهِمٌّ وما هو تافه، ويتابعون فقط الأخبار التي تؤكِّد تَحيُّزاتهم المعرفية والثقافية والاجتماعية، وكما قال"چورچ برنارد شو"، الكاتب الأيرلندي الشهير:"احذر من المعرفة الكاذبة؛ إنها أخطر من الجهل". وأهمِّيَّة المعرفة أكَّدَها أيضًا"بوذا"؛ مؤسس الفلسفة البوذية، بقوله:"لا توجد ثروة مثل المعرفة، لا يوجد فقر مثل

الجهل".

من هنا كانت أهمية تقديم معرفة تعتمد على البحث العلمي، دون التَّقيُّد بأُطُرٍ ثقافية موروثة أو سائدة، وقد أكَّد أهمية المعرفة الصحيحة المتعلِّقة بالجنس، وخطورة الجهل بها، الفيلسوفُ البريطاني العظيم"برتراند راسل"، منذ ما يقرب من مائة عام، في كتابه المميز"الزواج والأخلاق". (published in1929, Marriage and Morals, by Bertrand Russell)، الذي أوضح أن أفضل طريقة لمنع الشباب من الهَوَس بالجنس هي إخبارهم بكل شيء يريدون معرفته.

أخيرًا، قدَّم هذا الكتاب 15 فصلًا تناقش قضايا مختلفة عن الحب والجنس من منظور علمي، فقد ساعد التَّطوُّر العلمي على فهم طبيعة الغريزة الجنسية، وكيفية التَّعامُل معها، والتَّخلُّص من القِيَم والممارسات الخاطئة والضَّارَّة للصحة الجسدية والنفسية.

ناقش الكتاب أيضًا أخلاقيات الجنس في المجتمعات المحافِظة، والمجتمعات الليبرالية، مع التفاصيل التاريخية لممارسة الجنس على مرِّ العصور، وكذلك دور الفن في التعبير عن مشاعر الحب وغريزة الجنس.

تمَّ تقديم فصول هذا الكتاب وفقًا لقواعد الكتابة العلمية، التي تشمل الدِّقَّة، واستخدام جُمَلٍ قصيرة ذات معانٍ مُحدَّدة، وتَجنُّب المفردات الغامضة، وعرض الأفكار بطريقة منطقية، في شكل نقاط واضحة، بعيدًا عن الخيال والمجاز اللَّذَيْن قد يُعيقان القارئ عن

وصول المعلومة له بشكل دقيق.

أتمنَّى أن أكون قد وُفِّقتُ في اختيار هذا الأسلوب لتسهيل وصول المعلومة للقارئ العزيز؛ فالمعرفة مصباحٌ يُنير مسار الإنسان في رحلة الوجود، مُتجنِّبًا مزالِق الجهل والشعوذة والمفاهيم الخاطئة.

المراجع

Books and articles in English

Books

• Marriage and Morals, The Taboo on Sex Knowledge, pp. 104-5, (1929)

• If this be sexual heresy, by Albert Ellis, published in 1966.

• Sex without Guilt ,by Albert Jim Ellis , published in 1967.

• On Flirtation, by Adam Phillips, published in 1994.

• Captain Corelli›s Mandolin, by Louis de Bernières, published in 1994.

• The Naked Nude, by Frances Borzello, published in 2012.

• The Psychology of Human Sexuality, by Justin Lehmiller, published in 2018.

• The Madness of Crowds, Gender, Race and Identity, by Douglas Murray, published in 2019.

• The End of Gender, by Debra Soh, published in 2020.

• Human Diversity; The Biology of gender, race and class, by Charles Murray, published in 2020.

• Medieval legends of love & lust, by Rosalind Kerven, published in 2021.

• TRANS by Helen Joyce, published in 2021.

Articles

• Sexual life in Pharaonic Egypt: towards a urological view, by AA Shokeir and MI Hussein, International Journal of Impotence Research; 2004: 385–388.

• The history of circumcision by W.D. DUNSMUIR and E.M. GORDON, BJU INTERNATIONAL, published in1999, Volume 83, Suppl. 1: Pages 1-12.

• Love, Sex, and Marriage in Ancient Egypt by Joshua J. Mark, published on 26 September 2016, www.worldhistory.org/article/934/love-sex-and-marriage-in-ancient-egypt

• Ancient Egyptian Sexuality, By Caroline Seawright, www.touregypt.net/featurestories/sexuality.htm

• The sacred mystery of public masturbation ceremonies in ancient Egypt . by Mildred Europa Taylor, published on May 03, 2018. https://face2faceafrica.com/article/the-sacred-mystery-of-public-masturbation-ceremonies-in-ancient

egypt-

• Why Did the Pharaoh Masturbate Into the River? by Ben Kageyama, published on August 18,2020, https://medium.com/lessons-from-history/why-did-the-pharaoh-masturbate-into-the-river-65adb08cd0ff·

• Foreskin: Keep or Cut? New CDC guidelines hint at the cultural tension surrounding male circumcision in America, by Emma Green, https://www.theatlantic.com/health/archive/2014/12/foreskin-keep-or-cut.

• Female Circumcision: The History, the Current Prevalence and the Approach to a Patient by Jewel Llamas, 2017, https://med.virginia.edu/family-medicine.

• Sex and Art , Must the Poet Be in Love? by William Todd Schultz, May 14, 2008, https://www.psychologytoday.com/us/blog/genius-and-madness/200805/sex-and-art.

• Contemporary Erotic Artworks From Some of Today›s Most-Known Artists, by Artspace Editors, 2019, https://www.artspace.com.

• Pubic hair has a job to do – stop shaving and leave it alone, by Emily Gibson, https://www.theguardian.com/commentisfree/2012/aug/07

pubic-hair-has-job-stop-shaving./

• Why Do We Still Have Pubic and Armpit Hair? by Kathy Padden, http://www.todayifoundout.com/index.php/2014/06/still-pubic-armpit-hair.

• Why Do We Still Have Pubic and Armpit Hair? by Anna Klepchukova, https://flo.health/menstrual-cycle/lifestyle/hygiene-and-beauty/everything-you-wanted-to-know-about-pubic-hair.

• Female genital mutilation, United Nations Population Fund, UNFPA Egypt, https://egypt.unfpa.org/en/node/22544.

• How ancient Egypt shaped our idea of beauty? by Alastair Sooke 2016, https://www.bbc.com/culture/article/20160204-how-ancient-egypt-shaped-our-idea-of-beauty.

• Nudity in Art: A Virtue or Vice? by Brian Yoder, https://www.artrenewal.org.

• Sexuality in Art, https://arthistoryteachingresources.org/lessons/sexuality-in-art.

• Friday essay: the erotic art of Ancient Greece and Rome by Craig Barker, February 2021, https://www.ancient-origins.net/about-us.

• Big vagina energy: the return of the sheela na

gig, by Jenny Stevens, 8 March, 2021, https://www.theguardian.com/world/2021/mar/08/big-vagina-energy-the-return-of-the-sheela-na-gig.

• That crazy looking Sheela Na Gig, https://www.gaelicmatters.com/sheela-na-gig.html.

• Cerne Abbas Giant: Snails show chalk hill figure ‹not prehistoric'. Published 8 July 2020, https://www.bbc.co.uk/news/uk-england-dorset-53313064.

• Islamic sexology by Mark Hay, https://aeon.co/essays/islam-has-a-long-tradition-of-explicit-sexual-discussion.

• Why Sexual Morality Doesn›t Exist, by Alan H Goldman, 2019, https://iai.tv/articles/why-sexual-morality-does-not-exist-auid-1212.

• Judaism and Sex: Questions and Answers, https://www.myjewishlearning.com/article/judaism-and-sex-questions-and-answers.

• What Is Victorian Morality? by Kelly Kampf, 2021, https://www.regain.us/advice/general/what-is-victorian-morality.

• Chapter 10. Sexual Ethics, https://books.openedition.org.

• Nonmarital Sex: Premarital Sex and Adultery,

http://www3.nccu.edu.tw/~adali/nonmaritalsex.htm

• Human sexuality and relationships , https://www.bbc.co.uk/bitesize/guides/z8kjpv4/revision/5.

• Viva la vulva: why we need to talk about women's genitalia, by Eleanor Morgan, 16 Oct 2021, https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2021/oct/16/viva-la-vulva-why-we-need-to-talk-about-women-genitalia.

• Transgender Ideology Is Riddled With Contradictions. Here Are the Big Ones, by Ryan T. Anderson, https://www.heritage.org/gender/commentary/transgender-ideology-riddled-contradictions-here-are-the-big-ones.

مراجع باللغة العربية

• كتاب "الجنس تواصل لا تناسل" للدكتور خالد منتصر، 2019.

• لماذا تخشى المجتمعات العربية تدريس الجنس؟ محمد صلاح، 2017

https://manshoor.com/society/sexual-education-in-arab-schools

• التحرش: أسبابه وطرق مكافحته

• بحث لهيئة التدريس، الجامعه الامريكيه، القاهره،

July, 2020 14

• العلاقة-المركبة-بين-المصريين-القدماء مي الرفاعي، 24 October 2019

https://raseef22.net/article

• الجنس في مصر الفرعونية، أليسون ليون، 23 August 2016

https://qira2at.com

• الفراعنة: أسرار المتعة الجنسية، ألّفه أحمد عفيفي 16/07/2018

https://lmarabic.com/making-love/ways-to-make-love/ancient-egyptian-erotica

• قصص عن المثلية الجنسية في التراث العربي، حسن عباس، 17 July 2015

https://raseef22.net/article/1148-homosexuality-in-arab-history

• "السلاطين أغرموا بالغلمان".. من حكايات اللواط في العصر العثماني

https://www.turkeynow.news/ottomans

• هل العري في "عصر النهضة" يعود لأسباب دينية أم شهوانية؟ -كيث باوند ,فبراير 2019 https://www.bbc.com/arabic

• الإيروتيكا الإسلامية في تجلّيها البصري، احمد ندا، 2018

https://rommanmag.com

.

شُكر وتقدير

تشكُّراتي للصديق العزيز الدكتور"خالد منتصر"؛ على تشجيعه المستمرِّ، والاستفادة من خبراته في مجال الثقافة العلمية.

أودُّ أن أشير إلى فائدة الحوارات المستمرة مع الأصدقاء الأعزَّاء: دكتور"مارتين ماكللاند" خبير علاج مضاعفات كسور العمود الفقري بشيفيلد،انجلترا، و"بارني هاريسون" استشاري الجراحة بشيفيلد والخبير العالمي في جراحة العُدَد؛ في توضيح بعض المفاهيم الواردة في هذا الكتاب، وتشكُّرات خاصَّة لـ"بارني هاريسون"؛ الذي اقترح كتابةَ فَصلٍ عن دَوْر الفن في التعبير عن الحب والجنس.

كل الشُّكر والتقدير إلى زوجتي العزيزة، التي تحمَّلَت -بصبرٍ عظيم- اختفائي اليومي في مكتبي لساعات طويلة أمام جهاز الكومبيوتر؛ لكتابة فصول هذا الكتاب، الذي استغرق ما يقرب من عامين؛ لن أستطيع أن أوفيها حقَّها، والاعتراف بأفضالها الكثيرة، وتشجيعها المستمر؛ لمواصلة نشاطي المهني والأكاديمي لأكثر من أربعين عامًا؛ فضلًا عن معرفتها الواسعة في مجال صحَّة المرأة ومشاكلها الجنسية، من خلال خبرتها الطويلة كطبيبة أُسرَة، تهتمُّ بشكل خاص بصحة المرأة.

التشجيع الذي تلقَّيته أيضًا من بناتي الثلاث، ومناقشاتهن بمفهوم جيل جديد متنوِّر كان لها تأثير إيجابي على تطوُّري الفكري والثقافي عبر السنين،

ولا بُدَّ من ذِكْر دور ابنتي الدكتورة"سارة مرقس" في توضيح مشاكل الهوية الجنسية، من خلال معلوماتها الموسوعية في هذا المجال، ولَفْت انتباهي إلى مراجع مُهمَّة حول هذا الموضوع.

امتناني وتشكُّراتي إلى الأستاذ "فريد زهران"، رئيس مجلس إدارة مركز المحروسة للنشر، والأستاذ"عبد الله صقر"، مدير النشر؛ لتعاونهما الإيجابي في جميع مراحل إصدار هذا الكتاب.

شكر وتقدير خاصٌّ إلى الإعلامي القدير الأستاذ"خالد منصور"، الذي لعب دورًا هامًّا في مراجعة فصول هذا الكتاب من الناحية اللغوية، وكذلك اقتراحاته الذكية، التي ساهَمَت بشكل إيجابي في توضيح بعض المعلومات العِلميَّة المطروحة.

أخيرًا، يجب أن أُسجِّل شُكري وتقديري لدور جوجل والتكنولوچيا الحديثة في تجميع المعلومات لهذا الكتاب، والترجمة الفورية من اللغة الإنجليزية إلى العربية.

عاش العلم في خدمة البشرية!

نبذة عن المؤلف

أ.د. سامح كامل مرقس

• المؤلف وُلِد في بلدة أبو قير، بمحافظة الإسكندرية، مع احتفالات عيد شم النسيم، يوم 19 إبريل 1949.

• التعليم المدرسي كان في مدارس القديس يوسف المارونية بالظاهر، القاهرة.

• حصل على بكالوريوس الطب والجراحة في يونيو 1971 من جامعة القاهرة.

• هاجر إلى بريطانيا عام 1973، حيث أمضى 5 سنوات في تخصُّص الجراحة، وحصل على زمالة الكلية الملكية للجراحين عام 1978، تلاها تخصُّصه في مجال الأشعَّة التَّخصُّصيَّة، وحصوله على زمالة كلية أطباء الأشِعَّة بأيرلندا عام 1982، وزمالة الكلية الملكية لأطباء الأشعَّة بالمملكة المتحدة عام 1982.

• استشاري الأشعة التشخيصية بالمستشفيات التعليمية بمدينة شيفيلد منذ عام 1983 حتى التقاعد بالمعاش عام 2011.

• تدرَّج في المناصب الأكاديمية بجامعة شيفيلد، حتى كُرِّم بالأستاذية الفخرية عام 2005.

• رئيس الجمعية الأوروبية لأطبَّاء أشِعَّة الجهاز البولي والتناسلي منذ عام 2006 إلى 2008.

• نشر ما يقرب من 200 مقالة علمية في مجلات علمية دولية، وحصل على العديد من الجوائز

التقديرية لأبحاثه في مجال استخدام صبغات الأشعة التشخيصية.

• مؤلف كتاب "كلام في العِلم"، الناشر: "دار المحروسة"، 2021.

---

(1) رِسالةُ بولُسَ الرَّسولِ الأولَى إلى أهلِ كورِنثوسَ الأصحَاحُ الثَّالِثُ عَشَرَ من (8:4)