التفاصيل

من المشاكل المهمة التي ينبغي التركيز عليها هو مشكلة الاحتقان الجنسي، وما يلازمها من مشاكل تعصف بالشاب المؤمن، ومن أجل وضع الحلول المناسبة لذلك قدمنا هذا البحث المتواضع، وهو من اعداد قسم درجات في مؤسسة المصطفى – إعداد الشيخ حيدر العامري.

تحرّر من الاحتقان الجنسي

هذا الموضوع دقيق ومهم جدًا، لأنه يتناول جانبًا نفسيًا وأخلاقيًا واجتماعيًا يعيشه كثير من الشباب، وهو من أكثر القضايا حساسية وتأثيرًا على سلوك الإنسان وتوازنه الروحي.

ونحاول أن نكتب بحثًا متكاملًا بالأسلوب العلمي-الإيماني، والذي يجمع بين التحليل النفسي والاجتماعي والتربوي، مع إشارات إلى العلاج والوقاية والتوجيه الشرعي.

المقدمة:

في زحمة العصر الحديث، حيث تتكاثف المثيرات وتُستباح الحواس وتُستدرج الغرائز إلى ميدان الانفلات، يعيش كثير من الشباب صراعًا داخليًا خفيًّا بين نداء الفطرة ونداء الإيمان، بين حاجة الجسد وصوت الروح. ومن أعمق ما يعتصر النفس في هذه المعركة هو ما يُعرف بالاحتقان الجنسي والإحباط الناتج عن تأخّر الزواج؛ تلك الحالة المركّبة التي تجمع بين الاضطراب النفسي والقلق الأخلاقي والشعور بالحرمان الاجتماعي.

ولأنّ الإسلام دين واقعيّ يَعرف حاجات الجسد كما يعرف أشواق الروح، فقد وضع رؤية متكاملة تضبط الغريزة وتُهذّبها دون أن تقمعها، وتسمو بها من مستوى اللذة العابرة إلى معنى العفّة والكرامة والنقاء. فالاحتقان ليس عيبًا يُستحى منه، بل ابتلاء تربويّ يُمتحن فيه الإنسان بصدق إرادته ونقاء سريرته، وهو باب من أبواب الجهاد الأكبر الذي لا يُرى إلا لمن نظر إلى باطنه بعين البصيرة.

إنّ هذا البحث محاولة لقراءة هذه القضية الحسّاسة بعمق علمي وإيماني متوازن، يربط بين التحليل النفسي والاجتماعي من جهة، والتوجيه الروحي والأخلاقي من جهة أخرى، ليقدّم فهمًا شاملًا للظاهرة في أسبابها وآثارها وسبل علاجها ووقايتها.

إنّه دعوة إلى أنسنة الغريزة وتزكية الرغبة، وإلى النظر في هذا الاضطراب لا كضعفٍ يُدان، بل كطاقةٍ يمكن أن تُوجّه نحو البناء والإبداع والعبادة.

بحث حول الاحتقان الجنسي والإحباط الناتج عن عدم الزواج

أولًا: تعريف الاحتقان

الاحتقان في اللغة: من مادة (حَقَنَ)، أي حُبس ومُنع من الخروج، فيقال: احتقن الشيء" أي تراكم ولم يُصرَّف في مجراه الطبيعي[1]

وفي الاصطلاح النفسي:
هو تراكم الرغبات والانفعالات النفسية والجسدية دون تفريغها بالطرق المشروعة أو السليمة، فينشأ من ذلك توتر داخلي وضغط نفسي وعصبي[2].

ثانيًا: تعريف الاحتقان الجنسي

الاحتقان الجنسي هو حالة توتّر جسدي ونفسي تنشأ نتيجة إثارة الغريزة الجنسية دون تصريف مشروع (كالزواج)، مما يؤدي إلى تراكم الشهوة والخيالات والرغبات المكبوتة في النفس[3].
وهو يختلف عن الرغبة الطبيعية التي تكون متوازنة، إذ إنّ الاحتقان حالة غير متوازنة ناتجة عن الكبت أو الحرمان أو الاستثارة المتكرّرة بلا استجابة مشروعة.

وقد ورد في بعض الروايات ما يشير إلى أثر هذه الحالة كما ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام): اهجروا الشهوات، فإنها تقودكم إلى ركوب الذنوب والتهجم على السيئات))[4].
ومن الواضح أنّ قصد الإمام من هجر الشهوات هو تنظيمها وحكمها في تحت حكم الشرع والعقل.

ثالثًا: المقصود من الإحباط الناتج عن عدم الزواج

١-إبن منظور، محمد بن مكرم، لسان العرب ج٣، ص ٢٦٥
٢-ينظر: ابن سينا، الحسين بن عبد الله، القانون في الطب، ج٢، ص٢٠٢.
٣-ينظر: الكاشاني، محسن، المحجة البيضاء، ج٥، ص٢٣.
٤-مستدرك الوسائل - الميرزا النوري - ج ١١ - الصفحة ٣٤٣

الإحباط بشكل عام- هو شعورٌ باليأس والعجز والفشل أمام تحقيق غاية يرغبها الإنسان بشدّة.
أما الإحباط الناتج عن عدم الزواج فهو حالة انكسار نفسي وفقدان أمل أو رضا يعيشها بعض الشباب بسبب تأخر زواجهم أو صعوبة تحقيقه، خصوصًا مع وجود الحاجة الجسدية والعاطفية القوية.
فكثيراً ما نرى الأمراض النفسية تجتاح الشاب الأعزب بسبب عدم قدرته على الزواج.

وقد يظهر أثر هذا الإحباط في موارد عدة منها:

أ-ضعف الدافع للعمل أو الدراسة: نعم لا شك أنَّ الإحباط يُشكّل مانعاً من النجاح والتفوق، فترى الشاب المحبط يستسلم لليأس ويؤثر ذلك سلباً على عمله ودراسته.

ب-النظرة السلبية للحياة أو للآخرين: الانسان عادة ينعكس الواقع الذي يعيشه على نظرته للآخرين، فبما أنَّه يعيش سلبية من أعماقه، تراه ينظر للآخرين بسلبية أيضاً.

ج-اللجوء إلى الخيال أو العزلة أو بعض الانحرافات: هذه السلبية تنعكس على ذات الشاب فتعجله يحب الانزواء والخلوة ولا شكّ تصدر منه بعض الانحرافات الأخلاقية، والتقصير في كثير من الواجبات كتقصيره بصلة الرحم وغيرها.

د-احتقار الذات أو الشعور بعدم القيمة: كما تعلم عزيزي القارئ- أنَّ هناك تدرجاً وتسافلاً شيئاً فشيئاً في مهاوي الردى، حتى يصل الحال بذلك الشاب إلى احتقار ذاته وعدم شعوره بقيمته التي أعطاه الله، فيفقد قيمة نفسه وهذا قمة التسافل والدنو.

رابعًا: أسباب الاحتقان الجنسي والإحباط الناتج عن عدم الزواج

1- الأسباب الفردية:

أ-قوة الغريزة الفطرية دون تهذيب إيماني:

إن قوة الغريزة عند الشباب هو أمرٌ جبليٌّ فطريّ، فيحتاج المؤمن إلى تهذيب إيمانه وتقويته من أجل مواجهة الشهوات، كما ورد عن الإمام عليّ (عليه السلام): من كَرُمَتْ عليه نفسُه هانت عليه شهوتُه))[5]

ب-كثرة الخيالات والمثيرات الجنسية:

لا شكَّ أنَّ كثرة الخيالات والصور الذهنية للشهوات والصور الخلاعية، تؤثر الأثر الكبير، مما يسبب الإحباط والضغط النفسي، فلا تطلق العنان لخيالك ولا تسمح للصور الفاسدة بالاستيلاء على باطنك الجميل فتفسده، وأجعل باطنك جميلاً طيباً كالبستان الجميل المليء بالورود.

ج-الفراغ والبطالة والكسل الذهني:

من الأسباب المهمة التي تسبب الإحباط هو الفراغ والكسل للشاب المؤمن، عن بشير الدهان قال: سمعت أبا الحسن موسى (عليه السلام) يقول: ((إن الله عز وجل يبغض العبد النوّام الفارغ))[6]

ولعلّ هذه المبغوضية تحصل بسبب المشاكل والخيالات التي تُثار بسب عدم انشغاله بالعمل والقراءة، فإنّ النفس إن لم تشغلها شغلتك.

2. الأسباب الاجتماعية:

أ-تعقيد متطلبات الزواج (المهر، السكن، العادات).

من الأسباب المهمة التي تُشكل عائقاً كبيراً أمام الشاب المؤمن هي مقدمات الزواج المعقدة والمشددة، من غلاء المهور، ولوازم الحفل والزفاف، والولائم الفخمة، وغيرها من الأسباب التي ما أنزل الله بها سلطاناً، نعم هذه الأمور منعت الكثير من الشباب من إكمال نصف دينهم، بينما نجد الشريعة المقدسة منعت من هكذا تصرفات، وأكدت على تبسيط أمور الزواج، بل صار من شؤم المرأة غلاء مهرها، كما ورد عن رسول الله (صلى الله عليه وآله)):

((.... فأما المرأة فشؤمها غلاء مهرها وعسر ولادتها))[7]

ب- الانفتاح الإعلامي المفرط والإباحية في الإنترنت:

لا شكَّ أنَّ الانفتاح على الإعلام الإباحي يشكل خطراً كبيراً على الشباب، وكما تعلم أنَّ الغرب يوجه رسائل منحرفة عبر هذه المنصات، مما يجعل الشاب يجد بغيته من السعادة الموهومة في المواقع الإباحية، فلا يسعى بعد ذلك الى الزواج، ناهيك عن الامراض البدنية والنفسية التي يُبتلى بها الشاب بسبب تلك المواقع.

٥-نهج البلاغة ج٤ ص١٠٥

٦-الكليني، محمد بن يعقوب، الكافي، ج٥، ص٨٤

٧-الصدوق، محمد بن علي، معاني الأخبار، ص٢٤٦.

3. الأسباب الثقافية:

أ- ضعف الوعي بأنَّ الزواج عبادة وسكينة وليس مجرّد متعة.

إنَّ الدافع الرئيس للزواج هو حفظ النفس عن الوقوع في الحرام، إضافةً إلى التكاثر وإمداد النوع الإنساني كما ورد عن أبي جعفر (عليه السلام) قال : قال رسول الله (صلى الله عليه وآله) : تزوجوا بكراً ولوداً ولا تزوجوا حسناء جميلةً عاقراً فإنّي أباهي بكم الأمم يوم القيامة
فإذا كان الشاب يلاحظ اللذة وتلبية نداء الشهوة فقط، فقد يجد طرقاً عديدة لذلك من دون حاجة الى الزواج.

ب- ثقافة الترف والاستهلاك التي جعلت الزواج مشروعًا ماديًا لا روحانيًا:
كثيرٌ من الشباب يتبع الثقافة الغربية التي تجعل الزواج حالةً ماديةً بحتة، يكون التركيز فيها على التكاليف المادية فقط، متناسين الجوانب الروحية للزواج، والمنافع المعنوية الكبيرة، خصوصاً لو لا حظنا وعد الله الصادق بالإغناء من فضله في قوله ((وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ))[9]

ج- ترويج مفاهيم الحرية الجنسية الغربية بين الشباب: في ديننا الحنيف جعل أُطراً للأمور الجنسية ونظمها تنظيماً لطيفاً، عن طريق العقد الشرعي، ولكن الغرب فتح ذلك الباب على مصراعيه مما جعل الأمر يبدو كالغابة بلا حدود ولا قيود، فصار الشاب الغربي لا يرى داعياً للزواج مادام كل شيءٍ متاحاً له وميسراً، لكن هذه النزوات عجزت عن تحقيق السعادة الحقيقية، ولم تلبِ الغاية الحقيقة للزواج، فأوقعت الشباب في الإحباط.

خامسًا: النتائج والمخاطر المترتبة على الاحتقان والإحباط:

1- من الناحية النفسية:

أ- التوتر والعصبية والاكتئاب.

٨-الكليني، محمد بن يعقوب، الكافي، ج٥، ص٣٣٣.
٩-سورة النور، آية٣٢

ب- اضطراب النوم والأفكار الوسواسية.
ج- الشعور بالدونية والفراغ الداخلي.

2- من الناحية الأخلاقية والعملية:
أ- الانجراف نحو العادة السرّية المفرطة أو العلاقات المحرمة.
ب- ضعف الإيمان والحياء.
ج- النظر بشهوة أو كثرة التفكير في الجنس.
د- الإدمان على المواد الإباحية وما يرافقها من تبلّد روحي.

3- من الناحية الاجتماعية:
أ- تفكك العلاقات بين الجنسين في المجتمع.
ب- انتشار الفساد والانحرافات.
ج- ضعف الروابط العائلية والإعراض عن الزواج.

سادسًا: العلاج – كيف يمكن معالجة هذه المشكلة؟

1- البعد الإيماني والروحي:
أ-تعميق الصلة بالله: إدراك أنّ الشهوة جزء من الابتلاء الإلهي، وأنّ الصبر عنها عبادة عظيمة.
قال تعالى: ((وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ))
ب- العبادة المنظّمة: المواظبة على الصلاة والذّكر وصيام الأيام المستحبّة لتخفيف التهيّج الجسدي.
ج- الدعاء الصادق بالزواج الصالح: كدعاء الإمام زين العابدين (عليه السلام) في طلب العفاف.

2- البعد النفسي:
أ- الانشغال العملي: تحويل الطاقة المكبوتة إلى نشاطٍ علمي أو جسدي أو فني.
ب- ضبط الخيال: مقاومة الاسترسال في الصور والمشاهد المثيرة.

ج- التعبير العاطفي المشروع: بالمطالعة أو الكتابة أو العمل التطوّعي، فهي تصرف العاطفة في مجرى نقي.

3. البعد الاجتماعي:

أ- تسهيل الزواج وتقليل المهور.

ب- إيجاد مؤسسات تزويج حقيقية تشرف عليها جهات دينية.

ج- نشر ثقافة الحياء والعفة بطريقة إيجابية، لا قمعية.

خاتمة

الاحتقان الجنسي والإحباط بسبب تأخر الزواج ليسا عيبًا ولا خطأ في أصل الخِلقة، بل هما ابتلاء إلهي في زمن كثرت فيه المثيرات وضعفت فيه العوائق.
لكن الحل لا يكون بالاستسلام ولا بالانحراف، بل بالتزكية وضبط النفس والسعي لتيسير الحلال، مع العمل على بناء مجتمع يُقدّر الزواج ويسهّله ويُكرم العفة.