

www.ibtesama.com/vb

الرجل والمرأة و.. الجنس

عصر الكتب

www.ibtesama.com/vb

منتدى مجلة الابتسامة

دكتور كمال مرعي

الجديد في العصر.. والتلقيح الصناعي.. و طفل الأنابيب.

المؤلف . . .

و العديد من المقالات في كل الصحف وال مجلات العربية والاجنبية



الصورة: حمزة عزام
سياسي، ناقد، وشاعر مصري

وهي غلاف الكتاب، العرب يعمر
الحادي عشر، فيما يدور ثغور مصر
بمسار العهد وحسر التفاصيل

**دعوة مجانية للقراءة
حول موضوع
العقل والتلقيح الصناعي**

رواية مميزة لـ:
مركز التلقيح الصناعي

• فانت تجيء بكتاب

• كل ما تدري زرع الموهبة فيه في

موضوع التلقيح الصناعي
الافتتاحي
والاستمراري حول
هذه زيادة عدد
الموهبة
وهي غلاف الكتاب
موضع سئالاته
وقد انتقد
أوسكار دي
المصري به
الرواية . . .



للمزيد
تلقيح الصناعي
والطبيل . . . طفل
الأنابيب

الباحث
الدكتور كمال مرعي
أدي اسدياداً مبكراً
بدون مقابل ، وشرط الـ

الـ
أرشيل الـ
الـ



الرجل والمرأة والجنس



د . كمال مرعي

الطبعة الخامسة عشر - أبريل ١٩٨٨

الغلاف بريشة الفنان - وجيه وهبة

بسم الله الرحمن الرحيم

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

روشتة

R /

اقرأ هذا الكتاب بعقلك أكثر من مرة ..

د. كمال مرعي

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

مقدمة

● لا يختلف إثنان في أن موضوع الجنس بكل أبعاده ومشاكله . . من الموضوعات التي تهم الرجل والمرأة منذ المراهقة وحتى الكهولة . . وقد قصدت بهذا الكتب أن يكون هداية ومرشدا للجميع لا أن يكون وسيلة للتسلية أو الالاترعة . . فهو يلقى الضوء بشكل علمي على الموضوع من أوله لآخره . . متضمنا آخر ما وصل إليه العلم في هذا المجال . .

● ولا شك أن هناك قصور شديد في الفهم والمعرفة لموضوع الجنس . . يتساوى في ذلك المتعلمون وما دونهم . . الكل في خوف من السؤال . . ومن الحديث حول هذا الموضوع . . والتبيحة عقد ومخاوف واضطرابات نفسية . . وقصور جنسي شديد . . يشتند كلما أطبق الجهل والخوف عليه . .
وقد يلجأ البعض إلى السحر والشعوذة . . وقد يلجأ البعض الآخر إلى الوصفات البلدية في كتمان وسرية شديدة ولا بد أن نعترف أيضا . . ان هذا الكتاب يرغم شموله . . لا يمكن أن يستوعب كل مشاكل الجنس بالتفصيل . . لكنه بداية على طريق المعرفة . .

● وبعد

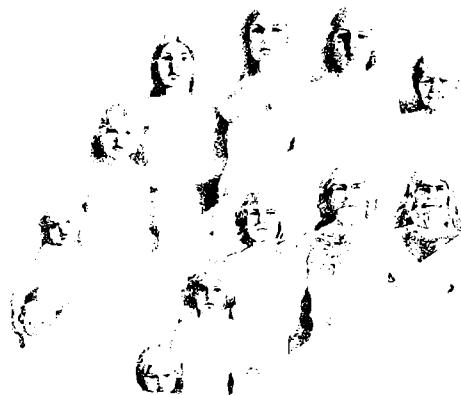
إلى الذين يعانون من كل هذه المخاوف . . وإلى الذين يريدون معرفة حقيقة الجنس ومشاكله وفق أحدث النظريات والتطبيقات العلمية . . .
أقدم هذا الكتاب . . عسى أن أكون قد وفقت . .

المؤلف

الباب الأول

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

الجنس ..؟ ومراحل النشاط الجنسي ؟



ما هو الجنس .. ؟

لا شك أن الجنس هو فلسفة الخالق في استمرار الحياة بأغاطتها المختلفة ولو لا قوه الجذب بين الذكر والأثني في الإنسان والحيوان والنبات لما حدث الالتقاء ثم الاخضاب ثم التكاثر . . ! وإذا كان الالتقاء يحدث في الحيوان والنبات بصورة مختلفة إلا أن النتيجة واحدة لكن الخالق جل وعلا قد خص الإنسان بنوع مختلف من الالتقاء حيث تصاعد العواطف كي تجعل اللقاء أكثر حرارة . . وأكثر انسجاما . .

وإذا رجعنا إلى تاريخ الجنس عند البشر نجد أنه بدأ مع آدم وحواء منذ أن تركا الجنة ونزلوا إلى الأرض ومنذ هذا الوقت والجنس يأخذ أشكالا متعددة بين النظرة الواقعية إلى النظرة الدينية إلى النظرة المتطرفة وأحيانا نرى الجنس هو رمز الاخضاب . كما عند الفراعنة له إله . . وله تماثيل . . وله نقوش تؤكده وتجده هذه العلاقة . وفي أحيانا أخرى نراه كما في الشرق الأقصى حيث قمة الترويض الروحي لاخضاع النفس والسيطرة على الجنس وهم بهذا يؤكدون أن في استطاعة الإنسان أن يكبح جاح الغريزة الجنسية إذا صمم على ذلك . . ثم ظهرت الديانات السماوية لترسم العلاقة غير الشرعية في الجنس وتحولتها إلى علاقة أساسها الاخضاب والإنجاب قبل اللذة والمتعة الجسدية . . وفي عصر الرومان وجدنا أن الشذوذ الجنسي أصبح شديد الصراحة . .

ثم أنت الديانة المسيحية لتوقف هذا الفكر الاباحي ولترسّى قواعد وأصول العلاقة بين الرجل والمرأة . . بل ان الرهبة والانعزالية كان الهدف منها هو كبح جماح الغرائز بما فيها غريزة الجنس . .

ثم جاء الاسلام ليعطي المرأة حقوقا كثيرة تحافظ بها المرأة على كرامتها جسدها .
ففنن العلاقة الجنسية وحرم الزنا وعاقب الزان والزانية وهنا قمة العدالة التي تساوى
الدافع الجنسي عند الرجل والمرأة ولا تلقى باللوم على طرف دون آخر . . .
ثم جاءت المدنية والتطور العلمي والحضاري ليحدث التحول الخطير في المفهوم
الجنسى ويصبح ميدانا خصبا للاستمتاع واللذة الحيوانية بين الرجل والمرأة فتشعر
الاباحية . . وتنتشر المخدرات ويحدث الانهيارات في قدسيّة العلاقة بين الرجل والمرأة
ونقرب من حياة الغاب بكل ملامحها . . ما كانت نتيجته انصراف الشباب عن
الزواج ونفكك الروابط الأسرية وكثرة الابناء غير الشرعيين . . .
وهكذا برزت صورة الجنس الكريه لتعطى للحياة صورة أكثر قاتمة وأكثر يأسا في
عيون الانسان السوى المكافح الشريف . .



النشاط الجنسي في الطفولة . . . ؟

منذ أكثر من مائة عام أعلن «فرويد» أن الطفل يمارس نشاطا جنسيا في سن مبكرة . وقال انه من الجهل الاعتقاد بأن الطفل ليس لديه إحساس باللذة الجنسية وإنما سر نشوة الطفل عندما يعيث بأعضائه التناسلية . ولقد ذكر بعض العلماء الفرنسيين في القرن التاسع عشر مثل «بيريه» و «مارو» انهم شاهدوا أطفالا يمارسون العادة السرية في سن الرابعة . . . ولقد ذكر العالم «روبين» أن الحساسية الجنسية أو ما يطلق عليه اللذة الجنسية تبدأ في الذكور بين الخامسة والرابعة عشر من العمر وفي الإناث بين الثامنة والتاسعة عشرة ولكن من الخطأ أن نعتبر ذلك قاعدة يمكن أن تتطبق على كافة الأطفال .

ولقد أعلن «هلفونك الس» أن الطفل يتأثر بوالديه عن طريق الوراثة . . . فالآباء واللاتهيان جنسيا يكون نضوج إيمانهما مبكرا . . . وقال أيضا انه كلما تأخر الطفل في نشاطه الجنسي كان أنجح في الزواج .

وإذا عدنا إلى «فرويد» فإننا نجد في آرائه أن الجنس في الأطفال هو الذي يتحكم دائمًا في السلوك بل ويحدد شخصيته في المستقبل . . .

ولقد استطاع «فرويد» تقسيم مراحل الطفولة من الناحيتين النفسية والجنسية إلى المراحل التالية :

١ - المرحلة الفمية :

وستستمر حتى يبلغ الطفل ستين من عمره حيث يميل الطفل إلى وضع الأشياء في فمه . مثل حلمة الثدي أو الأصبع أو أي شيء تقع عليه يده . . . ويفسر «فرويد» ذلك بأنها تمنحه نوعا من اللذة الجنسية . . .

٢ - المرحلة الشرجية :

وستستمر هذه المرحلة حتى نهاية الثلاث سنوات الأولى حيث يتوجه انتباه الطفل إلى

التحكم في عضلات الشرج . ويفسرها « فرويد » بأنها أيضا تعطى الطفل للذة من نوع خاص . .

٣ - المرحلة القضيبية :

وببدأ من نهاية السنة الثالثة إلى سن خمس سنوات حيث يجد الطفل متعة كبيرة في العبث بأعضاءه التناسلية . .

٤ - المرحلة الجنسية :

حيث تصاعد تدريجيا الغرائز الجنسية وتشتد الرغبة في الاستقلال برغبته وزواجه . .

ولقد هاجم العلماء كل نظريات « فرويد » بعد ذلك وقالوا أنها نظريات صعبة الإثبات وأن قياس الحس الجنسي أو اللذة الجنسية عند الأطفال أمر شديد الصعوبة ولا يمكن إرجاع كل هذه الظواهر إلى موضوع الجنس . . لكن ما أجمع عليه العلماء أن معظم الأطفال في سن الثلاث سنوات يدركون بعض المعان الجنسي ثم تصاعد تدريجيا مع مشاهدة الأبوين . . ولا شك أن معاملة الأسرة للأطفال هي التي تثير إنتباهم إلى موضوع الجنس . . فتحذير الطفلة بعدم العبث بأعضاءها التناسلية أو بعدم الالتصاق بالأطفال الذكور ثم التحدث بغموض حول هذا الموضوع أمام الأطفال . كل هذا يزيد من رغبة الطفل في التصرف والشوق إلى المخوض في مجال الجنس . .

ويظهر ذلك جليا عندما يختلط الطفل بأقرانه الأطفال في المدرسة . . وتببدأ الأسئلة والاستفسارات والغوص في متأهبات الجنس . .



العالم الكبير . . فرويد

● مهما كان الخلاف حول بعض آرائه ونظرياته فإن له الفضل في هذا
الفيض من الأبحاث والدراسات حول موضوع الجنس

البلوغ والمرأفة والجنس

تعتبر فترة البلوغ مرحلة هامة جداً في حياة الذكر والأثني . والأثنى تصل عادةً لمرحلة البلوغ في سن ١٢ . والذكر في سن ١٤ . . ولكن هناك بعض الحالات التي قد تشدّ عن ذلك . .

وقد تكون مشكلة تأخر البلوغ عند الأولاد ذات أثر سبيء على نفسيتهم . خاصة عندما يتأخر ظهور الشعر أو يتأخر نمو الأعضاء التناسلية . . وكلها من وجهة نظرهم تعتبر مظهراً من مظاهر الرجلة المهمة التي يتباون بها وسط أقرانهم . . أما عند الأنثى فإن تأخر البلوغ لا يسبب لها أي مشكلة . .

ومشكلة تأخر البلوغ مشكلة عارضة قد تنتهي تلقائياً دون أي علاج وإن كانت في بعض الأحيان قد يحتاج الأمر إلى علاج هرموني إذا تبين بالتحليل وجود خلل في الغدد الصماء . مما يؤثر على نمو وتكوين الأعضاء التناسلية . .

والمرأفة والجنس موضوع يشغل بال العلماء في كل التخصصات لأنه يترتب على نتائجه أضراراً جسمانية ونفسية كبيرة إذا لم يتم تداركه في الوقت المناسب . . وكل البحوث تؤكد أن ثلثي المراهقين من الذكور يمارسون العادة السرية وقلة منهم يمارسون الجنس بشكله الطبيعي . .

وبالنسبة للإناث فإن ٣٠٪ منها قد مارسوا العادة السرية في سن الخامسة عشرة و٥٠٪ منها قد مارستها في سن التاسعة عشرة !

ولا شك أن ظهور وسائل منع الحمل قد ساعدت المراهقين على الممارسة الجنسية غير الشرعية . . وهذه حقيقة لا بد أن نعترف بها . .

لا بد أن نقرر أن هناك أعراض للمرأفة تكون واضحة في الذكر أكثر من الأنثى . فهو متواتر دائمًا . . عصبي المزاج . . سريع التأثير . . يغضب ويثور بسرعة . . لكنه أحياناً يميل إلى الانطوانية حيث الخيال والتخييل الذي يحتوي المرمان . .

أما الفتاة فإنها في فترة البلوغ والمرأفة بحكم وضعها السلبي في الأسرة تميل أكثر

إلى الانطوائية والتأمل . . . وأول ما تتأمل الفتاة هو جسدها فتأخذها عاطفة الزهو والاعجاب بجسدها ويتراهى لها جسدها أحياناً وكأنه يمتع بأشياء سحرية . . لذا تبدأ في التزيين ثم تبدأ مناجاة جسدها أمام المرأة فهي معجبة بصدرها . . معجبة بساقيها بل أنها قد تقبل أجزاء من جسمها . . ونحن نراها تنشد العزلة كى تتعم بالتلذذ بمفاتن جسمها وهي في هذه المرحلة لا تحب أن تظل الابنة الخجولة التي لا يجب أن تعرف شيئاً . . بل أنها تهرب من جو الأمومة إلى حيث صديقات عمرها وتحمعهم ساعات طويلة وجحيلة يتباردون فيها المعلومات والأسرار عن الجنس . . ثم انهن يجدن في هذا المجال الحرية للتأمل من بعد على عالم الرجال . .

والفتاة في هذه السن تحب أن تثير إعجاب الشباب . . فنظراتهم تشيع رغباتها وإن كانت أحياناً تخرج مشاعرها لأنها لا ت يريد أن تقع العين على جسمها إلا بالقدر الذي تود إظهاره . . فهي تختار الملابس الضيقة أو التي تظهر مفاتن صدرها مثلاً . لكنها لا تلبث أن تمحى خجلاً وتثور غضباً حين ينظر إليها الرجال بشكل مثير . . فهي تود فقط اللهو بإثارة رغبة الرجل لكنها سرعان ما تراجع بحكم الحياة والتجربة الذي يستولى عليها في هذه السن . .



الباب الثاني

أوجه الخلاف بين الرجل والمرأة

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإيمان سامة

طبيعة الرجل . . وطبيعة المرأة

خطاً . . القول بأن الرجل والمرأة في طباعها وأمزجتها ومويلها سواء . . لا شك أنها يتفقان في كثير من نواحي النشاط البدني والعقلى لكنهما يختلفان في أمور كثيرة . . وفي مجال الجنس ألوان متعددة من الخلاف بين الرجل والمرأة . فهنا يختلفان من الناحية العضوية أو التشريحية . . ويختلفان في الزمن الذى تشتت فيه الرغبة الجنسية . . يختلفان في أنواع الاثارة . . ويختلفان في التطور الجنسي . كما ستبين ذلك تفصيلاً . وقد يجهل الكثيرون أن النشاط الجنسي عند الذكر يبدأ منذ سنواه المبكرة ويسير بلا توقف قبل أن يبلغ مرحلة المراهقة وما بعدها . .

والذكور يجدون متنفساً لنشاطهم الجنسي بوسائل كثيرة مثل . الاحتشام أثناء النوم إلى ممارسة العادة السرية إلى مباشرة العملية الجنسية إذا أتيح لهم الفرصة لذلك . . أما الأنثى ففيها ورغباتها الجنسية لا تظهر إلا متأخرة . .

وتقول الأبحاث إلى أن الفتاة المراهقة يشغلها الجنس بقدر ضئيل جداً إذا ما قورنت بالفتى في مثل سنها . .

والذكر يبلغ الذروة الجنسية في سن العشرين وأحياناً قبلها . لكن يستمر نشاطه الجنسي إلى ما بعد السبعين إذا حافظ على أن يظل معتدلاً في هذا النشاط . . وبشرط أن يحافظ على مستوى معقول من صحته العامة . .

أما المرأة فهي لا تبلغ الذروة إلا إذا اقتربت من الخامسة والعشرين ثم تحافظ على هذا المستوى حتى سن الخامسة والأربعين أو الخمسين . .

ولا شك أن الرجل والمرأة أو الزوج والزوجة يجب أن يتفهمان هذه الحقيقة حتى
يعقّلوا على الرغبة والنشاط في الوقت المناسب والعمر المناسب أيضا .

نأى بعد ذلك إلى الفرق في الآثار عند الرجل والمرأة وستجد أن الفروق متعددة
وواسعة . فالرجل بطبيعته يستجيب جنسياً بعدد لا يحصى من المثيرات . وبخيل
إليه أن الزوجة كذلك في حين أنها لا تستجيب إلا لقلة منها . بل إن الزوجة أحياناً
تصيبها الدهشة إذا ما رأت زوجها يشار لمجرد رؤيتها بالملابس الداخلية في حين أن
رؤيتها لزوجها بالملابس الداخلية لا يحرك فيها شيئا .

وعندما تمر سنوات الزواج مسرعة ويبدأ الفتور الجنسي نسمع شكوى الزوجة من
الزوج . والزوج من الزوجة . فهو يفهمها بأنها لم تعد مثيرة كما كانت وأنها
نسبت ما كانت تفعله في السنوات الأولى لزواجهما . أما هي فتنفي ذلك تماماً
وتلقي بكرة الاتهام إليه وأنه لم يعد يحرك فيها أي مشاعر جنسية لشاغله الكثيرة أو لأن
إمرأة أخرى في ذهنه أو طريقه .

وتشتد الخلافات . ويعمل صوت الاتهامات . وتنتهي العاصفة إما بالصمت
أو بفك الاشتباك !

أليس هذا ما يحدث وما نشاهده في معظم الحالات التي ترد إليها تشكوك من الفتور
الجنسي . . . !



الاثارة الجنسية :

تختلف الوسائل التي تثير المرأة جنسياً باختلاف الطبائع والأمزجة . ثم باختلاف الزمان والمكان . . وغير ذلك .

فالمرأة قد تثار بلمسة خفيفة على يدها . . أو قبلة عابرة . . وأحياناً تحتاج إلى مداعبة طويلة قبل أن تثار . . والمعروف أن المرأة تثار بسرعة من الرجل الذي تجده . . وهذا يؤكد علم الجنس أن المرأة لا يمكن أن تخون زوجها طالما أن رباط الحب بينهما متينا . . والمرأة لا تثيرها الصور العارية . . أو الأفلام الفاضحة مثل ما تفعل ذلك في الرجل لأن الإثارة عندها لا تحدث من الخيال لكن تحدث من المداعبة والاتصال الشخصي . .

أما عن أكثر الأوقات إثارة عند المرأة فهي عادة بعد الحيض مباشرة وأقل الأوقات إثارة هي أثناء فترة التبويض الذي يحدث عادة بعد انتهاء الحيض بأسبوع أو عشرة أيام تقريباً . .

والروائح والعطور تلعب دوراً في موضوع الجاذبية والإثارة الجنسية . . والمرأة تعرف أهمية العطور بل أنها أحياناً تحفظ بسر العطر الذي تتلقىه . . والذي وجدت أنه يشد انتباه رجالها . . بل إن هذا هو السر الذي يجعل المرأة وفيه لوع معين من العطور ولا ترضى عنه بديلاً . . وأحياناً تجد شركات العطور مشقة كبيرة في اقناع المرأة بنوع جديد من العطر . .

وكما أن المرأة تشد انتباه الرجل بجماليتها وأنقتها وعطرها فإن الرجل يشد انتباه المرأة برجولته وشخصيته ورائحته . . ومن المعروف أن الرجال كالنساء ينفرد كل منهم برائحته في شعره وبشرته . . بل إن المرأة أحياناً تغير رائحة الرجل عن بعد . . وليس المهم أن تكون رائحة الرجل آتية من عطر جذاب . . ولكنها مجرد رائحة مميزة . . ومن الممكن أن تكون رائحة عرقه . . المهم أنها تثير عندها أحاسيس مثيرة . . الأغرب من ذلك أن بعض النساء تنجدب لرائحة الغليون . . ومن أقوال جان جاك روسو . . «أن الشم رائحة الخيال» . .

قرب رائحة عابرة لأنف الرجل أو المرأة تسبب الكثير من الانفعالات وتنبه أرق الأحساس . . .

والرائحة التي تثير الشهوة عند الرجل أو المرأة يطلقون عليها « رائحة الحب » وتظل عالقة طالما أن الحب متند بينها . . .

وما زالت بعض الشعوب العربية والأفريقية تستعمل الحنة أو المسك للاثاره . . وكلنا يعلم أن العبر والمسك يستخرج من خلاصة الغدد الجنسية لبعض الحيوانات . . .

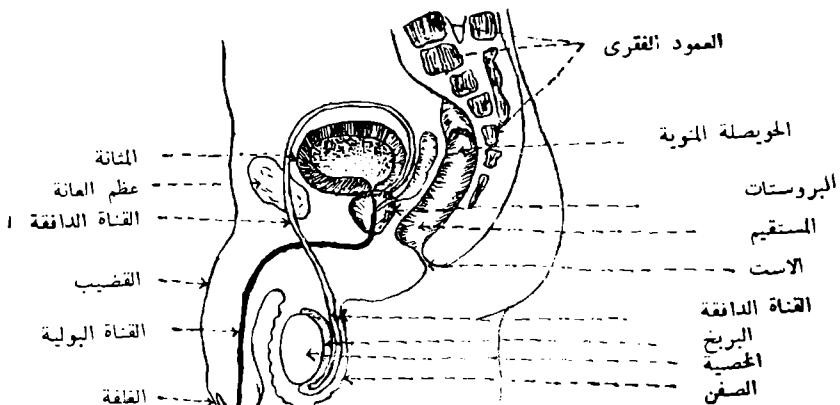
واستعمال العطور يحتاج إلى خبرة وذوق وفن . فعطر الصباح غير عطر المساء . . وعطر الرجل غير عطر المرأة . . أيضاً الأماكن التي تضع فيها المرأة العطر وهي تنحصر في خمس مناطق :

وراء الأذنين - والجزء من العنق أسفل الفك . . وعلى عظمبة الترقوة - وتحت الأنف - وعند الرسفين . . وقد اختيرت هذه المناطق لأنها في مواجهة أنف الرجل حتى لا يذهب العطر هباء دون فائدة ! ! !

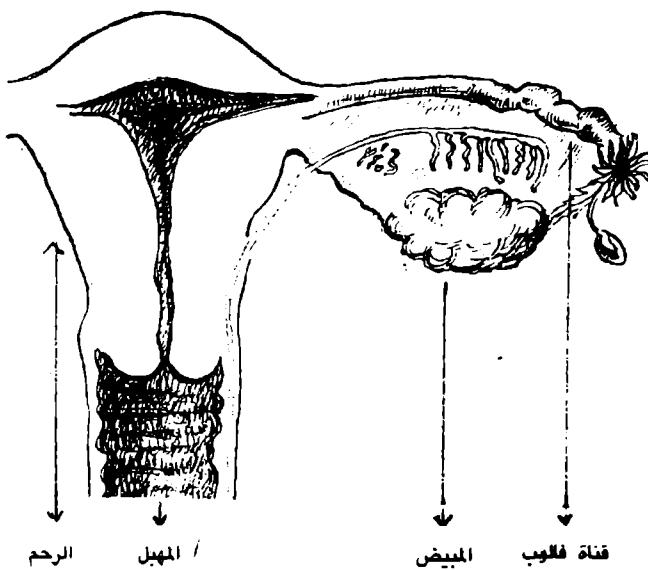
وفي موضوع الإثارة الجنسية تأتي حاسة السمع بعد حاسة الشم . وقد ثبت أن الهمس والكلمات الرقيقة والموسيقى الدافئة تحرك عند الرجل والمرأة كل الأحساس الجنسية . . .

ثم تأتي بعد ذلك حاسة البصر . . والبعض يتصور خطأ أن التطلع إلى جمال ومقاتن الجسم عند المرأة تثير جنسياً أو ان التطلع إلى جسم الرجل وإلى أعضائه التناسلية تثير المرأة جنسياً . . فلقد سبق أن ذكرنا مثل ذلك أن المرأة لا يستهويها جسم الرجل العاري بل أنها تنفر من التطلع إلى أعضائه التناسلية . .

أما الرجل فإن المرأة في ملابسها الداخلية أو حتى الخارجية تصير مثيرة له أكثر من منظرها عارية الجسد . .



الجهاز التناسلي للرجل



الجهاز التناسلي للمرأة

الباب الثالث

الجهاز التناسلي للرجل . . والمرأة

عصير الكتب

www.ibtesama.com/vb

منتدى مجلة الإتسامة

الجهاز التناسلي للرجل

يتكون الجهاز التناسلي للرجل من أعضاء خارجية هي . . . الحصىتان والبربخ والقضيب (العضو الذكري) وأعضاء داخلية هي القناة الناقلة للمني والحوصلة المنوية . . . كي يشتمل على أعضاء مساعدة مثل غدة البروستاتا وفتحة مجرى البول . . .

والخصية تحتاج دائمًا إلى بعض البرودة والتهوية كي تساعد على إنتاج الحيوانات المنوية من أجل هذا خلقها الله سبحانه وتعالى خارج الجسم بخلاف جميع الأعضاء الأخرى كي تأخذ نصباً من التهوية والبرودة لظل درجة حرارة الخصية أقل بدرجتين على الأقل من درجة حرارة الجسم .

ولقد اتضح من الأبحاث التي أجريت أخيراً أن بعض الذين يلبسون الملابس الداخلية الضاغطة (السليليات) مثل الرياضيين وخاصة أثناء التدريب الذي قد يمتد ساعات طويلة . . اتضح ان انتاج الحيوانات المنوية يقل بشكل ملحوظ . . كذلك سائقى التاكسي أو النقل الذين يجلسون فترات طويلة أمام عجلة القيادة معربين الخصية للسخونة الدائمة هؤلاء أيضاً يتخل عندهم انتاج الحيوانات المنوية . .

هذا فانا انصح دائمًا المرضى الذين يتضمن من تحاليل السائل المنوي لهم قصورا في عدد أو حرارة الحيوانات المنوية . . . أنصحهم بعدم ارتداء الملابس الداخلية الضيقة . . . ويفضل ارتداء الجلباب أثناء النوم . . كما أنصحهم أيضا بعمل كمادات باردة على الخصية كل مساء لمدة ساعة على الأقل . .

وهناك اعتقاد خاطئ لدى البعض من أن الكمادات الساخنة على الخصية تنشط الخصية أو تنشط الناحية الجنسية وهذا خطأ وحذار من تكراره فقد يؤدي إلى حالة من العقم يصعب علاجها بعد ذلك . .

أما نصيحتي لسائقى التاكسي أو النقل أو الرياضيين ولكل من تختم عليه الوظيفة الجلوس ساعات طويلة . . أقول لهم عليهم أن يقوموا بكل ثلاث ساعات لمدة نصف ساعة على الأقل لتهوية الخصية والعمل على تبریدها . . ويفضل عمل الكمادات الباردة على الخصية قبل النوم . .

وحجم الخصية حوالي ٤ سم طولا وحوالي ٢,٥ سم عرضا وغالبا ما تكون الخصية اليسرى متولدة بعض الشيء وهذا أمر طبيعي وليس حالة مرضية . . والخصية تضم داخلها العديد من الخلايا المتوجة للحيوانات المنوية . . وأيضا الخلايا المتوجة للهرمون الذكري (الستيسترون) وهذا الهرمون هو الذي يساعد على إبراز مميزات الرجل مثل شعر الذقن والشارب وخشونة الصوت وصغر الثديين ونمو الأعضاء التناسلية . كما يساعد هذا الهرمون أيضا على تشفيط الرغبة الجنسية . . والبربخ يقع على الجانب الخلفي للخصية ويكون من رأس وجسم وذيل وهو بالإضافة إلى أنه مخزن للحيوانات المنوية فهو هام جدا بالنسبة لاكمال نمو الحيوانات المنوية وهذا فإن الحيوان المنوي يقضى جزءا من حياته في البربخ كى يكتمل نموه . . والخصية المعلقة هي نوع من الضعف الخلقي حيث أنها تظل في التجويف البطني ولم تنزل إلى كيس الصفن . .

وإذا كانت الخصيتان معلقتان داخل البطن وكيس الصفن خالي تماما فإن العملية الجراحية لإنزالهما يجب أن تتم في سن مبكرة وإلا فإن بقائهما داخل البطن يؤدي إلى

تليف وتأكل الخلايا الداخلية للشخصية نتيجة ارتفاع درجة الحرارة داخل التجويف البطني مما يتبع عنه توقف انتاج الحيوانات المنوية . . ثم العقم . .

● العضو الذكري (القصيبي) :

وظيفته أثناء الجماع إيصال السائل المنوى إلى الجهاز التناسلي للمرأة . . والجزء الظاهر منه يتكون من جسم ومن رأس (حشفة) تعلوها فتحة القصيبي . وهذا المضو مغلف بطبقة رقيقة فضفاضة مطاطة من الجلد تردوخ في نهايتها لتحتضن الحشفة ويسمى الجزء البارز فيها الغلقة وهي التي تستأصل عند الختان . . ومن طبيعة هذا المضو انه رخو لين في حالة الاسترخاء . . أما في حالة الانتصاب فإنه يتصلب ويرجع ذلك التغير إلى تكوينه الأسفنجي . . فعندما تكون الفراغات الأسفنجية خالية يكون رخوا . . وعندما تمتلىء بالدم تتنفس ويتتصب القصيبي . .

ويبلغ طول القصيبي الطبيعي في المتوسط في حالة الارتخاء نحو ٩ سم ويصل الطول عند الانتصاب إلى ما يقرب من ١٥ سم وتحتاج هذه المقاييس باختلاف الأفراد بغض النظر عن أحجام أجسامهم إذ لا توجد علاقة بذاتها بين حجم العضو وجسم صاحبه . . كذلك لا توجد علاقة بين الحيوانية والكفاءة الجنسية وحجم المضو . . وبعض الناس كثيراً ما تأسّل عن طول المضو وعلاقته بالكفاءة الجنسية أو بعبارة أصح هل لطول المضو أو قصره علاقة بوصول المرأة إلى ذروة الشهوة ؟ !

والإجابة هنا . . لا . . فحجم المضو أو طوله لا يعتبر عاملًا أساسياً في نجاح المباشرة الجنسية . . فالعبرة بدرجة الانتصاب أولاً . . ثم الخبرة أثناء العملية الجنسية . . فالضغط على بظر المرأة هام جداً كي تصل إلى ذروة الشهوة . .

● البروستاتا :

هي غدة عضلية توجد أسفل المثانة وتتقسم من الداخل إلى فصوص أهمها الفص الأوسط وهو الذي يتضخم مع كبر السن ويتطيب الأمر أحياناً عملية جراحية له . .

إفراز البروستاتا يكون حوالي ٤٠٪ من السائل المنوي ويحتوى على كثير من المعادن والأحماض التي تساعد على حركة وحيوية الحيوانات المنوية . .

والتهابات البروستاتا تؤثر على إفرازها لهذا السائل ويؤثر أيضاً على مكوناته وبالتالي يؤثر على حيوية وحركة السائل المنوي . لهذا كان من الواجب علاج التهابات البروستاتا كى يسير في خط متوازى مع علاج العقم . .

وتساهم البروستاتا في عملية الانتصاب وعملية قذف السائل المنوي إلى الخارج فإنه أثناء عملية الانتصاب يختنق الفص الأوسط للبروستاتا كى يقفل مجرى البول وينع ارتداد السائل المنوي إلى المثانة وبالتالي يجد طريقه إلى قناة مجرى البول ثم إلى الخارج . . أما إذا فشلت هذه العملية فإن السائل المنوي بدلاً من أن يقذف للخارج فإنه يقذف لداخل تجويف المثانة . وهذا ما نطلق عليه « بالقذف المرتد » وفيه تكون العملية الجنسية كاملة لكن لا يشاهد أى سائل منوي بعد الانتهاء منها . .

الجهاز التناسلى للأنثى

يطلق على الأعضاء الخارجية التناسلية في المرأة إسم « الفرج » . . ويتكون من البظر وفتحة مجرى البول والشفرتان الكبيرتان والشفرتان الصغيرتان وغشاء البكارة وبعض الغدد . . وسوف نتناول بالتفصيل أهم هذه الأجزاء . .

● البظر :

عضو صغير قادر على الانتصاب ويبلغ طوله ١،٥ سم وهو يقابل القضيب عند الذكر ويعادل في التركيب وإن كان هو صورة مصفرة له . . ويوجد بين الشفتان أعلى فتحة المهبل وهو شديد الحساسية من الناحية الجنسية وله دور كبير في اتمام ونجاح العملية الجنسية . .

ومن أسوأ عادات الشرق العربي عادة طهارة أو ختان البنات . . وتم بإزالة جزء كبير من البظر بطريقة بدائية ولا أحد يعلم حتى الآن المنطق أو المفهوم الذي قامت

عليه عملية طهارة البنات . اللهم لا إِذَا كَانَ يَقْصُدُونَ إِخْرَاجَ الْأَثَارَةِ لِدِيْهِمْ . . .
لَكُنْهُمْ نَسَوْا أَنَّ الْبَطْرَ خَلْقُهُ اللَّهُ تَعَالَى . بِرِيعِ الرَّجُلِ وَالْمَرْأَةِ عَلَى السَّوَاءِ . . إِذَا نَأْتَ
الْعَمَلِيَّةَ الْجَنْسِيَّةَ تَمَّ بِسَهْوَةٍ وَيُسَرٌ وَيُصْلِي كُلَّهُمَا إِلَى ذُرْوَةِ النُّشُوَّةِ فِي دَقَائِقٍ . أَمَا فِي
حَالَةِ الطَّهَارَةِ فَقَدْ تَأْخُرَ ذُرْوَةُ النُّشُوَّةِ عَنِ الْمَرْأَةِ إِلَى أَكْثَرِ مِنْ عَشَرَ دَقَائِقَ مَا يَلْجَأُ
الرَّجُلُ إِلَى الْمَحْدَرَاتِ أَوِ الْمَغَيَّبَاتِ كَيْ نَطُوبُ الْعَمَلِيَّةَ الْجَنْسِيَّةَ . .

هَذَا نَقُولُ إِنَّ طَهَارَةَ الْبَنْتِ جَرِيَّةٌ يَرْتَكِبُهَا الْآبَاءُ فِي حَقِّ بَنَاهُنَّ . إِنْ تَرْكُوهُ كَمَا
أَرَادَهُ اللَّهُ أَنْ يَكُونَ . .

● الشفران الكبيران والشفران الصغيران :

هَمَا عَبَارَةً عَنْ ثَيَابَاتِ جَلْدِيَّةٍ تَحْتَوِي عَلَى كَمِيَّةٍ كَبِيرَةٍ مِنَ الْدَهْنِ وَهَمَا يَحْمِيَانِ
الْأَعْضَاءِ التَّنَاسِلِيَّةِ الدَّاخِلِيَّةِ . كَمَا أَنَّ فِي بَاطِنِ الشُّفَرَانِ الْكَبِيرَانِ تَوْجُدُ غَدْدٌ تَفْرِزُ مَادَةً
مَخَاطِلِيَّةً تَسَاعِدُ عَلَى إِتَامِ الْعَمَلِيَّةِ الْجَنْسِيَّةِ وَتَسْهِلُ عَمَلِيَّةَ دُخُولِ الْقَضِيبِ دَاخِلِ
الْمَهْبَلِ . .

● غشاء البكاراة

يَقْفِلُ فَتْحَةَ الْفَرْجِ عَنْدَ الْعَذَارِيِّ وَهُوَ غَلَالَةٌ هَلَالِيَّةٌ الشَّكَلُ بِهَا ثَقْبٌ صَغِيرٌ يَخْرُجُ
مِنْ دَمِ الْحِيْضُ . كَمَا أَنَّهُ يَتَمَرَّقُ أَثْنَاءَ إِمْخَالِ الْقَضِيبِ لِأَوْلَى مَرَّةٍ دَاخِلِ الْمَهْبَلِ . .

وَهُنَاكَ أَنْوَاعٌ كَثِيرَةٌ مِنْ غَشَاءِ الْبَكَارَةِ مِنْهَا الغَشَاءُ الْمَطَاطِيُّ وَهُوَ عَبَارَةٌ عَنْ حَلْقَةٍ
مَطَاطِيَّةٍ تَنَكِّمُشُ وَتَتَمَدَّدُ أَثْنَاءَ الْعَمَلِيَّةِ الْجَنْسِيَّةِ وَبِالْتَّالِي لَا تَتَمَرَّقُ وَلَا يَنْزَلُ مِنْهَا دَمُ أَثْنَاءَ
عَمَلِيَّةِ الدُّخُولِ الْأُولَى . . وَمِنْهَا أَيْضًا الغَشَاءُ الْغَرْبَالِيُّ الَّذِي تَوْجَدُ بِهِ فَتْحَاتُ
كَثِيرَةٌ . . أَوِ الْأَهْلَالِيُّ . . أَوِ الدَّائِرِيُّ . . أَوِ الْمَشْرِشِرُ . .

وَقَدْ يَتَصَوَّرُ الْجَهَلَاءُ أَنَّ وَجْدَ غَشَاءِ الْبَكَارَةِ سَلِيمًا هُوَ دَلِيلُ الْعَفَةِ . وَهَذَا خَطَأً مَاءَةً
فِي المائةِ . فَالْغَشَاءُ الْمَطَاطِيُّ لَا يَتَهَبَّكُ أَثْنَاءَ الْعَمَلِيَّةِ الْجَنْسِيَّةِ مَعَ أَنَّهُ سَلِيمٌ تَامًا . .
أَيْضًا يَمْكُنُ أَنْ يَتَمَرَّقَ الغَشَاءُ مِنَ الصَّفَرِ بِسَبَبِ الرِّيَاضَةِ الْعَنِيفَةِ أَوْ نَتْيَاجَةِ حَادِثٍ مُعِينٍ
أَوْ بِسَبَبِ مَارِسَةِ الْعَادَةِ السَّرِيرِيَّةِ . . وَكُلُّ هَذِهِ الْأَسْبَابِ تَؤَدِي إِلَى تَهَبَّكِ غَشَاءِ الْبَكَارَةِ
وَلَا تَمْتَ إِلَى مَوْضِعِ الْعَفَةِ بِصَلَةٍ . .

● الثدي :

من أهم الأعضاء الخارجية التي تتميز بها المرأة . . . وهم من الأصل جهاز عذري لتغذية الوليد ولكنها فوق ذلك من أجل ما تحمل به المرأة . . . ولها فوق ذلك وظيفة أخرى هامة في النشاط الجنسي لما زودتها به الطبيعة من حسابة وسرعة استجابة للإثارة لا سيما الحلمة التي تنتصب لأقل رغبة أو إثارة . . .

والجدير بالذكر أن الأنسجة التي تكون منها الحلمة هي نفس الأنسجة التي يتكون منها البظر . . . وعضو الذكر وهي الأنسجة القابلة للانتصاب عند الإثارة . . . وهذه الظاهرة تزيد من رغبة الأم في إرضاع ولديها لما يبعثه فيها من ارتياح ولذة . . .

● الأعضاء الداخلية للمرأة :

تتكون من المهبل - الرحم - البوتين - البيضان . . .

● المهبل :

هو القناة التناسلية عند المرأة فهو الممر الموصل بين فتحة الفرج الخارجية وبين الجهاز التناسلي الداخلي للمرأة . . .

والمهبل قناة عضلية مبطنة بقشرة مخاطي وتجه إلى أعلى مع ميل إلى الخلف . . . ولهذا فإن طول جدارها الأمامي يبلغ ٨ سم والخلفي ١٢ سم . . . لكن عضلات المهبل قابلة للتتمدد (مثل الأوكورديون) لهذا فإنه قد يطول ويتبعد خاصة أثناء العملية الجنسية أو عند الولادة حيث يتحتم على الطفل أن يمر من هذه القناة . . .

ويحتوى المهبل على أوعية دموية وليمفاوية تغذي جدرانه كى يظل رطبا باستمرار بفعل المادة البيضاء (التي تشبه بياض البيض أى زلاله) وهى حمضية كى لا تساعد الجراثيم على النكاثر . . .

● الرحم :

كمثرى الشكل يبلغ فى حجمه حوالى قبضة اليد . . . ويقع بين المستقيم والمثانة

وهو سهل الحركة ينتقل قليلاً من مكانه إذا إمتلأت المثانة مثلاً . . . وله وظيفتان الأولى نزول الطمث الشهري حيث يتهتك جزء من جداره الداخلي ثم يعود ويصلحه بعد انتهاء الدورة . . . والوظيفة الثانية الهامة هي حمل الجنين واحتواه كي ينمو بداخله حتى الشهر التاسع من الحمل . . .

● قناة فالوب (البوقين أو الأنابيب) :

هي قناة دقيقة يبلغ طولها ١٠ سم وهي تند من الرحم إلى المبيض على كل جانب . . . ووظيفة كل قناة إيصال البويضة من المبيض حتى الرحم . . . وفي حالة انسداد القناتين أو الأنابيب فإن البويضة لن تجد طريقها للرحم وبالتالي لا يحدث حمل . . .

وتلقيح البويضة بالحيوان المنوى يحدث في قناة فالوب وعندما يتم الاصداب تتحرك البويضة الملقة إلى داخل الرحم كي تستقر في جداره الداخلي ويبدأ الحمل . . .

والأنابيب معرضة للالتهابات نتيجة أمراض داخلية مثل التهاب الزائدة الدودية أو مرض السيلان أو الدرن وغير ذلك . . . ويتج عن ذلك إنتصابات ثم انسداد جزئي أو كلي للأنباب . . .

● المبايض :

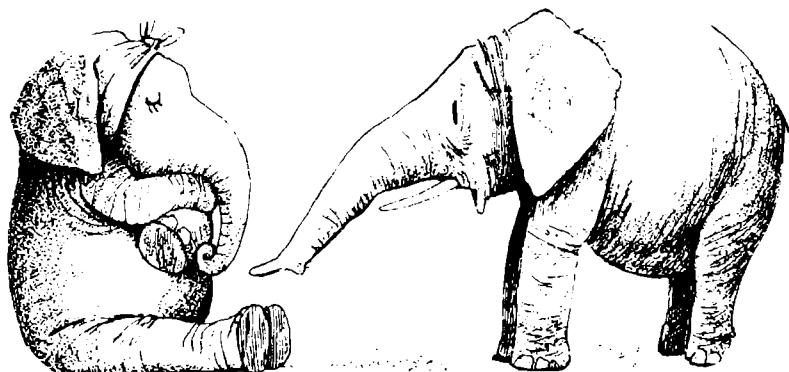
لكل امرأة مبايضان . . . واحد في كل جانب أسفل البطن . . . ويبلغ طول كل مبايض ٣ سم وعرضه ٢ سم وهو جسم أبيض اللون متعرج السطح وهو يعتبر إحدى الغدد الصماء الموجودة بالجسم وإذا كان المبيض هو الذي يفرز البويضة فإن له وظائف أخرى ترتبط بوجдан المرأة وعاطفتها . . .

والمبايض تفرز من المبيض بعد أسبوعين تقريباً من بدء الدورة الشهرية وتظل ٤٨ ساعة على الأكثر فإذا لم تلقيح بالحيوان المنوى تذوب وتتلاشى . . .

وموعد نزول البويضة من الأمور الهامة التي يتوقف عليها موضوع الانجذاب . . . لأنه لا بعدها ولا قبلها يمكن أن يؤدي الاتصال الجنسي بالزوجة إلى الانجذاب . . .

الباب الرابع

الرغبة الجنسية



الرجل .. والجنس

● لماذا يتزوج الرجل ؟ !

يجب أن نعترف أن الزوج في معظم الأحيان يتزوج لأسباب غير التي تتزوج من أجلها المرأة . . بالرغم من الحب الشديد الذي وصل بها إلى الزواج . . ففي فترة ما قبل الزواج يتصاعد الحديث بين المحبين عن المزبل والأثاث والبنين والبنات . . ثم عن الاستقرار والأمان وغير ذلك . .

وفي هذا المجال نجد المرأة صادقة كل الصدق فهي تشد الأمان والاستقرار فعلاً وهي تشد البنين والبنات فعلاً . أما الرجل فإن كل هذه الاهتمامات تأتي في الدرجة الثانية لديه بعد موضوع الجنس . . فهو قد اختارها زوجة كي تكون ملكاً له ثم لا بد وأن تكون قد حرّكت عنده بعض الرغبات الجنسية ولو من النظرة الأولى . . لكن لا حيلة له بعد ذلك إلا أن يسلك طريق الزواج . . والمرأة الذكية تفهم بذلك جيداً وتظل مطبقة على ورقة الجنس حتى تتم كل اجراءات الزواج وعندما كانت ممارسة الجنس مباحة قبل بحث الأديان لم يكن يفكر الرجل إطلاقاً لا في الاستقرار ولا غيره . . وجاءت الأديان بتحريم الممارسة الجنسية بدون زواج . . وبهذا تطور الزواج ليصبح نظام اجتماعي يحترمه الرجل كي يحقق كل رغباته الجنسية . . ثم يحقق للمرأة الأمان والاستقرار . .

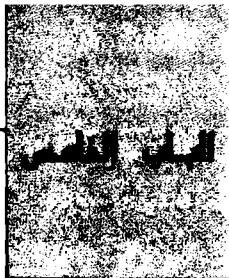
● الرجل والإشارة الجنسية :

أوضحنا قبل ذلك أن الجهاز التناسلي للرجل مختلف كلية عن الجهاز التناسلي

للمرأة . . ونضيف هنا أن هناك اختلاف كبير أيضاً في موضوع الآثار الجنسيّة . .
فما يثير المرأة قد لا يثير الرجل . . والماركز الحساسة عند الرجل تختلف كلية عن
الماركز الحساسة عند المرأة . . ولأن إثارة الرجل لا بد وأن تنتهي بانتصاب القضيب
ثم القدرة على القيام بالعملية الجنسيّة كاملة دون أن يرتحي القضيب في أى وقت من
الأوقات فإن هذه الآثار تحتاج إلى مشهيات أو محرّكات للإثارة تفوق بكثير تلك التي
تحاجها المرأة . وبهذا نجد الرجل يحتاج إلى الكلمة الساخنة . . والمداعبة الرقيقة
الناعمة ثم إلى النظر المثير والنغمات المثيرة . . بشرط أن يائِن كل ذلك في الوقت
المناسب . . وهذا هو دور المرأة لأنَّه لا فائدة من المداعبة ومحركات الإثارة والرجل
مرهق . . أو متعب أو مريض . . أو غير مهيأ نفسياً للعملية الجنسيّة . .







الفتور الجنسي

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الابتسامة

الفتور الجنسي عند الرجل

الفتور الجنسي أو القصور الجنسي شكوى دائمة من الرجال لا ترتبط نسبة معينة أو حالة اجتماعية معينة أو باستقرار عائلي أو غير ذلك . . فالشاب يمكن أن يشكو من الفتور الجنسي بعد الزواج بأيام أو سين قلائل . . والرجل المسن يمكن أن يشكو من الفتور الجنسي برغم العقاقير والأدوية المشطة . .

القديم يشكو . . والغافى يشكو . . المبهج يشكو . . والماكتشب يشكو . . هكذا نجد الفتور الجنسي في كل زمان ومكان . . فهل هو مرض أم حالة طارئة . . أم ماذا ؟ !

والفتور الجنسي قد يبدأ بعدم الرغبة الجنسية . . أى يقول الرجل أنا لا أكاد أشعر بأى ميل للنهاية الجنسية . . وأآخر يقول أنا أكاد لا أحس بأن شيئاً ما بجانبى . . وثالث يقول أن الميل للمرأة قد برد عندي تماماً . . وكل هذه التعبيرات تتساوى في مدلولها وكلها تترجم عدم الرغبة الجنسية . .

ووالآن سنبحث الحالات التي يمكن أن يحدث فيها الفتور الجنسي . . ضع نفسك في الحالة التي تقترب من حالتك ولا تتبعج الأمور . . فسوف تتحدث عن العلاج فيها بعد . .

١ - هل هناك إمرأة أخرى في حياتك . . وجدت عندها الاشباع الجنسي ولم تجده عند الاقتراب من زوجتك ؟ !

٢ - هل كنت تمارس العادة السرية قبل الزواج . . وما زلت تمارسها بعد الزواج ؟ !

- ٣- هل أشعرتك زوجتك في إحدى المرات أنك تعان من بعض القصور الجنسي . . . وانك لا بد أن تعالج مثل هذه الحالة ؟ !
- ٤- هل تشعر بالخوف من الفشل عندما تقترب من زوجتك ؟ ! . . الفشل من حدوث الانتصاب . . أو الفشل من عدم إكمال العملية الجنسية . . أو الفشل من عدم إرضائها حتى تبلغ قمة الشهوة عندها ؟ !
- ٥- هل فرأت أو هل سمعت أن صغر العضو الذكري يمكن ألا يشبع المرأة ؟ وهذا انشغلت بمقاييس القضيب مرتحناً ومتتصباً . .
- ٦- هل أنت لا تستطيع أن تمارس العملية الجنسية بالعدد الذي كنت تمارسه بها من قبل ودائماً تأسأل نفسك لماذا ؟ . . وأنا سليم البنية وصحتي عالٌ العال ؟ !
- ٧- هل أنت لا تشكو من أي مرض آخر مثل الارهاق والضعف الجسماني مثل وأنت لا تريدين أن تشعر زوجتك بذلك ؟ !
- ٨- هل يحدث عندك انتصاب في الصباح ؟ !
- ٩- هل يحدث الفتور أو الارتخاء عندما تقترب من زوجتك فقط أم قبل أن تفك في الاقتراب منها ؟ !
- ١٠- هل الخلافات الزوجية وشكاؤي الزوجة الدائمة من الأولاد تحدث عندك هذا النوع من الفتور أو البرود الجنسي ؟ !
- والآن وبعد أن ندخل في مجال العلاج . . دعني في إيجاز أخخص لك أسباب الفتور الجنسي من وجهة نظر العلم والخبرة :

● عوامل نفسية : وهي تمثل ٨٠٪ من أسباب الفتور الجنسي ولها العديد من الأسباب منها جهل الزوجة وتليقها بالجارحة التي قد تسبب اضطرابات نفسية شديدة الأثر على الناحية الجنسية . . ومنها خوف الرجل من الفشل والاحباط . خاصة إذا كانت الزوجة تبدي رغبتها أو احتياجها إلى ممارسة الجنس . . ومنها الخوف من سرعة القذف . .

● **عوامل شخصية** : مثل الفشل والاحباط في العمل . . .
وعدم تحقيق النجاح الذى كان يرجوه . . . ومثل الخلافات الزوجية المستمرة . . .
ومثل مرض الزوجة أو أحد أفراد الأسرة . . . وغيرها من الأسباب والعوامل التي
تعلق بالشخص وعمله وعلاقاته الأسرية . . .

● **عوامل سلوكية** : مثل الجهل في موضوع الجنس . . .
والخبرة الضحلة في هذا الموضوع . . . والمعلومات الغير صحيحة التي قد تأتي من
الأصدقاء والصديقات والذى يتضح فيها بعد أنهم أكثر جهلا . . .

أعراض الفتور الجنسي :

الفتور الجنسي موضوع نسبي في معظم الحالات . . . فالذى يتصوره البعض فتورا
قد لا يتصوره البعض الآخر كذلك . . . تختلف الكفاءة الجنسية من شخص إلى آخر
وأيضا من وقت إلى آخر . . . فهناك من يشكو من الفتور أثناء الليل ولا يشكو فتورا
أثناء النهار . . .

لكن ما نريد أن نؤكد أنه فتور الجنسي ليس مرضًا في معظم الأحيان لكنه
يعاظم بالجهل أحيانا وبالمزيد من الفشل وتكرار الاحباط أحيانا أخرى . . .

تشخيص الحالة :

كي يتم تشخيص الحالة تشخيصا سليما لا بد أن تمر في الخطوات التالية :

- ١ - وصف الحالة بدقة . . . ولا عيب أن تحضر الزوجة هذا اللقاء الهام لتصحيح
معلومات قد تكون السبب في حدوث الاحباط . . .
- ٢ - التأكد من عدم وجود مرض السكر بفحص البول الصائم ثم بعد ساعتين من
الأكل . . .

- ٣ - تحليل هرمونات الم خاصة هرمون التستيسترون والبرولاكتين .
- ٤ - فحص البروستاتا للتأكد من عدم وجود التهابات أو تضخم .

- ٥ - التأكد من أن المريض لا يدخن بشرابة ولا يتعاطى مخدرات مثل الخمور والخشيش وغير ذلك . .
- ٦ - التأكد من أن المريض لا يتعاطى أدوية مهدئه أو منومة لأنها تحدث فتورا جنسيا . .

علاج الضعف أو القصور الجنسي :

● **العلاج النفسي والسيكولوجي :** وبدأ بشرح العلاقة الجنسية السليمة بين الزوج والزوجة . . وكيفية ممارسة الجنس بأسلوبه الصحيح . . ثم تصحيح المعلومات التي قد تكون خاطئة عن الجنس . . وقد يحتاج هذا النوع من العلاج النفسي والسلوكي عدة جلسات حتى يبدأ التحسن . .

٢ - العلاج الجراحي : مثل تركيب بعض المواد الصلبة في القضيب ونحن لا ننصح بهذا الأسلوب لأنه كثيرا ما يسبب إزعاجا وإحباطا لدى الزوجة . . كما يصيب الرجل بحالة من العصبية أو الاكتئاب . . لأن الموضوع هنا مرتبط بالرجولة . .

٣ - العلاج بالأدوية : مثل البارالوديل والتونوفان والبازوما والبروكوميل والأفرو والبروفيرون وغيرها . .

لكتنا لا ننصح المريض بتناول أي دواء بمجرد أن يسمع أن مفعوله أكيد من أحد الأصدقاء . . لأن الدواء الذي يعالج حالة . . لا يعالج حالة أخرى . .

٤ - علاج البروستاتا : بالتدليك والأشعة القصيرة . . قد يفيد في بعض الحالات خاصة وأن غدة البروستاتا تلعب دورا كبيرا في موضوع الرغبة الجنسية . . لهذا فإن علاجها أمر لا ينفي تجاهله . .

أما عن موضوع المخدرات . . فإنها وإن كانت تعالج بعض حالات التوتر العصبي والقلق النفسي إلا أنها مع التكرار والادمان تفقد هذه الخاصية . . لهذا

نحن نقول لمرضى الفتور الجنسي الذين يلجأون إلى الخمور أو الحشيش أو ما شابه ذلك إن كل هذا لن يفيد في كثير أو قليل .

نأتي بعد ذلك إلى موضوع التدخين فنقول بأن الشيء المؤكد أن التدخين الشره (أكثر من عشرين سيجارة في اليوم) يؤدي إلى الخمول الجنسي . . وهناك حالات تحسنت بسرعة بمجرد التوقف عن التدخين . .

أما موضوع الأطعمة المنشطة والتي يتناول المعلومات عنها الكثير من الشباب والشيوخ على حد سواء مثل الجمبري والكبدة والحمام والمخاصل . . وغير ذلك فإننا نؤكد لهم جديماً أن الطعام لا دخل له بموضوع الجنس . . بل إن العشاء المتخم للمعدة قد يسبب بروداً جنسياً شديداً برغم دسامته هذا العشاء !! !

سرعة القذف :

وكما أن ضعف الانتصاب ليس مرضًا يستحق كل هذا الفزع من الرجل . . فإن سرعة القذف أيضاً ليست مرضًا يشير إلى نوع من القلق . . يجب أن نعرف أن سرعة القذف لا تعنى ضعف كفاءة الرجل الجنسية . . لكنها قد تعيق احساس المرأة بالنشوة الجنسية . . حيث انه من المعروف أن الانتصاب عادة ما يتنهى بعد القذف مباشرة . .

إن سرعة القذف قد تكون مصحوبة بضعف في الانتصاب وقد لا تكون مصحوبة بهذا الضعف . . وعادة ما تبدأ سرعة القذف منذ الصغر وقبل الزواج بسنوات طويلة مثل ممارسة العادة السرية . . وسرعة الانتهاء منها . . ثم تأتي بعد ذلك فترة الخطوبة أو فترة ما قبل الزواج وقد يكون هناك نوع من الاتصال الجنسي بين الرجل والمرأة لا بد أن يتم بسرعة لعدم ملائمة المكان والزمان مما يستدعي سرعة القذف والذي قد يستمر شهوراً أو سنوات إلى أن تأتي ليلة الزفاف ويفاجأ الزوج بسرعة القذف والتي تعود عليه خلال فترة الخطبة . . وتبدأ المشكلة حيث تكون الزوجة مستعدة تماماً لأشباع نشوعها الجنسي فتفاجأ بانتهاء الزوج من العملية الجنسية في دقائق ويبدأ الرجل يفكر جدياً في موضوع سرعة القذف عندما تتكرر شكوك المرأة

من هذا الموضوع حيث أنها تشعر باحتقان شديد وألم في منطقة المبايض بالإضافة إلى الارهق الجسماني العام . . . مما يجعلها تبدأ في الابتعاد عن الزوج أو اتحال الأعذار لعدم اتمام العملية الجنسية خوفاً من المتابعة التي تشكو منها . . . بعد ذلك يصاب الزوج بحالة من الاحباط نتيجة الفشل وتبدأ بعد ذلك مرحلة الفتور الجنسي أو ضعف الانتصاب لتصبح المشكلة بعد ذلك مزدوجة بسرعة قذف وضعف انتصاب . . وهذا ما نسمعه كثيراً من المرضى . وسرعة القذف تأخذ أشكالاً كثيرة . . فمنها القذف الذي يحدث بعد الملامسة أو مجرد المداعبة . . ومنها القذف الذي يحدث بمجرد اقتراب القضيب من المرأة . . ومنها ما يحدث بمجرد دخول القضيب في مهبل المرأة . .

أما العلاج فلا بد أن يبدأ بالخطوات التالية :

- ١ - شرح الموقف بالتفصيل أمام الزوج والزوجة لازالة حاجز الحياة بالنسبة لهذا الموضوع ثم لكتب ثقة الزوجية بعضهما البعض . . وبالطبيب المعالج . .
 - ٢ - تعطى بعض الأدوية التي تنشط حالة الانتصاب . .
 - ٣ - معالجة البروستاتا إذا كانت متضخمة أو بها أي نوع من الالتهابات . .
 - ٤ - تدريب الزوجة على طريقة عصر القضيب أثناء العملية الجنسية . .
- والطريقة المثل للقاء الزوجي لمن يعانون من سرعة القذف أن تتم العملية بأن تكون الزوجة فوق الزوج كي يقلل الزوج من الحركات التي قد تجعل بالقذف . . وإذا أحس الزوج باقتربه من لحظة القذف لا بد أن يبني الزوجة لذلك فتضغط الزوجة على القضيب بيدها بضعة ثوان ثم تتركه ويعاودا الممارسة الجنسية . . وتكرر ذلك إلى المدى الذي يلائمها وتشعر عنده بالنشوة . .
- وطريقة العصر هذه من أنجح الطرق لعلاج سرعة القذف وكلما طالت مدة الممارسة الجنسية ولو لبعض دقائق كلما ثبت نجاح العلاج . .



المرأة والجنس

خطأ من يعتقد أن المرأة ليس لها استمتاع جنسي بل انه إلى عهد قريب لم يكن هناك أحد يتحدث عن كفاية المرأة الجنسية أو عن ضعفها أو عن برودها أو فتور ميوتها الجنسية . . ذلك لأن هذا لم يكن حقا من حقوقها . .

ولا شك أن كل زواج لا تتوافر فيه الكفاية الجنسية عند الزوج والزوجة . . فإن هذا الزواج قد يتنهى بآس كثيرة قد تنتهي بالطلاق . . ولكم من زوج برب خيانته الزوجية بقصور زوجته أو عدم استجابتها له . . وكم من زوجة بررت فعلها في الحياة الزوجية بقصورها الجنسي الذي لا تعرف له سببا . .

والآن تعالوا نتأمل مشوار الجنس مع المرأة منذ طفولتها :

تبدأ مشاكل المرأة مع الجنس منذ الطفولة بموضع الطهارة . . والمعروف أن البظر عند المرأة هو أهم عضو حساس للشهوة واللذة الجنسية وهو يشبه قضيب الرجل رغم انه صغير الحجم . . وهو يتتصب ويكبر حجمه عند التهيج . . والطهارة عند المرأة متعددة في كل الدول المتحضرة محافظة على أعضاء المرأة التناسلية . . ومحافظة على كفايتها الجنسية حتى تصل بشهوتها الجنسية إلى القمة في أقصر وقت دون إرهاق للزوج . . والمرأة لا تنسى عملية الطهارة إذا أجريت لها لأنها عملية وحشية تحس فيها المرأة بالاهانة لأن المجتمع يبت جزءا من أعضائها التناسلية بدون مبرر أو داع . .

بعد الطهارة . . يأتي في الأهمية الحيض أو الدورة الشهرية في حياة المرأة . . وهو حدث يعتبر ولا شك حدثا سعيدا في حياة المرأة . . والفتاة بهما في هذه الفترة أن تعرف كل شيء عن هذا الحدث . . كيف ؟ ولماذا ؟ ! ودائما ما تسائل عن علاقة الدورة الشهرية بالجنس . . وهل إذا توقفت الدورة في سن اليأس تتنهى رغبة المرأة الجنسية ؟ !

الدورة الشهرية عبارة عن نزول كمية من الدم من المهبل لمدة تترواح بين ثلاثة وخمسة أيام بصورة دورية منتظمة كل ٢٨ يوما . . وقد تقل أو تزيد هذه المدة لبضعة

أيام بسبب القلق النفسي أو اضطراب أو زيادة نشاط الغدد والمباضن وتبدأ الدورة منذ سن البلوغ (من ١٠ - ١٦ سنة) ثم تستمر بانتظام حتى سن (٤٥ - ٥٠) وهو ما يطلق عليه سن اليأس وقد تصاحب الدورة الشهرية بعض الآلام قبل نزولها أو أثناء نزولها . . . و يجب على المرأة أن تعتبر أيام الدورة الشهرية أيامًا عادية لا تستحق أي تدخل أو اهتمام وهي ليست مرضًا يستحق أن تمنع الرياضة أو الاستحمام بيها . وتلعب الحالة النفسية دورا هاما في موضوع الدورة الشهرية من حيث انتظامها أو من حيث الآلام التي تصاحبها . . .

نأتي بعد ذلك إلى غشاء البكارة . . . وهو غشاء رقيق عند مدخل المهبل يبدو وكأنه حارس عليه . . . وهو الدليل الوحيد على بكاراة الفتاة وعذريتها . . . وتتعدد في هذا الغشاء فتحة صغيرة تسمح بمرور الدم أثناء الدورة الشهرية . . .
والغشاء له أشكال كثيرة منها الملاهي . . أو الدائرى . . أو المشرشر . . ولكن كل هذه الأشكال تتعزز أثناء الاتصال الجنسي الأول . .

على أن هناك نوع من غشاء البكارة يسمى بالغشاء المطاطي وهو يتمدد أثناء العملية الجنسية دون أن يتخل منه أي كمية من الدم . وهذا النوع يثير القلق والفزع لدى الزوج الذي لا يعرف شيئاً عن طبيعته ويتصور أن زوجته قد مارست الجنس قبل ذلك مما أفقدها عذريتها . . وهي بريئة من ذلك كل البراءة . وكثيراً ما تسأل المرأة عن كمية الدم التي يجب أن تنزل عند فض غشاء البكارة بعد الزواج ؟ ! ونحن نقول أن كمية الدم تختلف من حالة إلى حالة . . فقد لا تزيد عن نقطتين أو ثلاثة . . وقد تزيد لتأخذ شكل التزييف الذي أحياناً يتطلب تدخل الطبيب لايقاوه . .

أما عن أفضل الطرق لفض غشاء البكارة في ليلة الدخولة فهو الاتصال الجنسي الطبيعي . . ولا يجب استعمال الأصباغ أو أي شكل آخر . . كما أن الفتاة لا ترتاح عادة إلى أن يتولى الطبيب ذلك . .

ونحن ننصح الأزواج بعدم الاستعجال في فض غشاء البكارة في ليلة الدخولة

إذ يمكن أن يتم ذلك في أحد الأيام التالية وبعد أن تكون الحالة النفسية قد هدأت وتهأت كل الظروف لقيام ذلك . . .

ثاني بعد ذلك إلى الإفراز المهبلي . . . وهل هو طبيعي أم غير طبيعي ؟ !

للمهبل إفرازه الطبيعي . وهو عبارة عن خليط من مخاط . وظيفته ترطيب ثابياً للمهبل والإفراز العادي يشبه إلى حد كبير زلال البيض وبلا أي رائحة . . أما إذا كانت له رائحة أو أن لونه يميل إلى الأصفرار . . أو كان مصحوباً بلام أو هرش في منطقة الفرج . . فإن كل ذلك يدل على أنه غير طبيعي وقد يحتاج إلى عمل مزدوجة ثم وصف المضاد الحيوي المناسب . . .

والإفراز المهبلي يزيد بشكل طبيعي في فترة المراهقة . كذلك يزيد الإفراز في حالات التهاب عنق الرحم وكذلك في حالات الضعف العام وسوء التغذية . . .

ونحن ننصح كل أئم بأن تلاحظ باستمرار موضوع الإفراز المهبلي لأنه يرتبط بسلامة الجهاز التناسلي للمرأة . . ويجب عليها مداومة الفحص المهبلي بالماء الدافئ (دوش مهبلي) على الأقل مرتين يومياً . . كما ننصح بعدم لبس الملابس الداخلية الخشنة أو الضيقة . . .

أما إذا كان الإفراز غزيراً للدرجة أنه يبلل ملابسها الداخلية فعليها أن تستعمل غسول الخل الأبيض (ملعقة خل أبيض على $\frac{1}{2}$ لتر ماء دافئ) ويستعمل هذا الغسول مرتين يومياً . . فإذا لم يأت بنتيجة فعليها استشارة الطبيب . .

الفتور الجنسي عند المرأة

عادة ما تشعر المرأة في بدء حياتها الزوجية بعدم الارتياب في علاقتها الجنسية مع زوجها . . ولكنها على مدى الأيام تأخذ المسألة قضية مسلماً بها . . فإذا صار حبها زوجها بقوله أنها مصابة بفتور جنسي قبلت حكمه مستسلمة . . وتحول العملية الجنسية بعد ذلك إلى شيء روتيني مثل الأشياء المتزلية الأخرى . .

وقد وجد بالخبرة ان المرأة التي تشكو من تصرفات زوجها وانصرافه لممارسة اشياء تافهة في نظرها . . كاستمتاعه مثلاً ببعض الهوايات كالقراءة أو مشاهدة التليفزيون أو غير ذلك . . أو عدم التحدث معها إلا قليلاً . . أو السهر خارج المنزل مع الأصدقاء . . وجد بالأخبار أن مثل هذه المرأة كثيرة الشكوى غير مررتاحة فعلاً في علاقتها الجنسية مع زوجها . . وما الشكوى إلا تبرير لوقف أو تفریغ لكتب شديد ومع استمرار هذه الحالة تصبح الحياة الزوجية شديدة الوطأة على الزوجين فالصراع مستمر في كل شيء والخلاف دائم على أي شيء وقد يستمر الوضع إلى ما لا نهاية وقد لا يستمر ويتهي بالانفصال . .

يعكس ذلك فإن الارتباط في العلاقة الجنسية بين الزوجين يجعل كل الأخطاء يمكن التغاضى عنها والعيوب الكبيرة صغيرة جداً . . وتسرير عجلة الحياة هادئة مستقرة . .

وإذا ما تركنا الأسباب النفسية التي تقف حائلة دون استمتاع المرأة بالعلاقة الجنسية على الوجه الأكمل فإن هناك عوامل جسمانية منها مثلاً أن تكون مصابة بأحد الأمراض العضوية التي قد تسبب لها ألمًا في أي مكان من جسمها أو أن تكون مصابة بأحد أمراض الجهاز التناسلي مثل التهاب عنق الرحم أو وجود أورام بالمهبل أو الشفتين أو وجود ضيق بفتحة المهبل مما يسبب آلاماً شديدة أثناء العملية الجنسية . .

وفي هذا المجال نتصح الأزواج دائماً بعدم الاقتراب من الزوجات في حالة شكاوهن من أي ألم . . لأن مجرد وجود الألم يضعف الرغبة الجنسية ويبعد الشهوة وقد يصيبها بفتور جنسي إذا ما تكرر ذلك . .

ولا شك أن جهل الزوج بطبيعة المرأة يؤدى دوماً إلى أشد المآسي في العلاقات الزوجية . . فالمرأة التي تخاف من الحمل تضعف رغبتها الجنسية وأيضاً التي تستعمل بعض طرق الوقاية من الحمل . . خصوصاً الواقعى الذكرى . . فالمرأة تحس بكراهية شديدة لهذا الواقعى الذكرى . .

من ناحية أخرى المرأة التي تشتد طفلا . . لا تترك اهتمامها من الناحية الجنسية على الاطلاق لأنها تهتم فقط بفترة التبويض والناحية التناسلية . . لذا تتجدها في غير هذه الفترات في حالة من البرود أو الفتور الجنسي وهو يرجع إلى الحالة النفسية التي عليها الزوجة . .

أيضا الزوجة التي تشاهد زوجها وهو يحاول ممارسة طبيعية للعملية الجنسية ولا يستطيع ذلك . . تتعكس خيبة أمله عليها في شكل خيبة أمل في قدرتها على إثارة هذا الزوج . . وتكرار المحاولة والفشل تؤدي إلى حالة من البرود الجنسي لدى المرأة لهذا نحن نصح الأزواج المصابين بحالة من الفتور الجنسي بعدم تكرار محاولة الاقتراب من الزوجة إلا إذا كان واثقا على الأقل من نصف فرصة النجاح (نصف انتصار) لأنه يمكن بتدخلها إكمال الباقي . .
ثائق بعد ذلك إلى ممارسة العادة السرية . .

المعروف أن ٨٠٪ على الأقل من النساء قد مارسن العادة السرية في وقت من الأوقات . . خاصة في فترة المراهقة ومن الخطأ أن نقول أنها شذوذ طالما أنها لا تصل إلى حد الادمان . . وطالما أنها لا تؤثر على الممارسة الجنسية الطبيعية . . وأضرار العادة السرية واضحة في الذكور أكثر منها عند الإناث لأنها مرتبطة بالقدرة والرجولة . . والاحساس بالذنب وغير ذلك . . أما المرأة فإن العادة السرية عندها لا تمثل أي شيء أكثر من راحة جسدية . . وإن كان الشعور بعقدة الذنب يتبع كل مرة يمارسن فيها العادة السرية مما يؤدى بالتالي إلى الفتور الجنسي خاصة في العلاقة الطبيعية مع زوجها إذا لم تصل إلى قمة الشهوة في عملية الجماع . .

وقد يعتقد البعض أن الزوجات لا يمارسن العادة السرية وهذا أيضا خطأ . . فهناك نسبة لا تقل عن ١٥٪ من الزوجات يمارسن العادة السرية إما من باب التعود أو أنها تصل بهن إلى قمة الشهوة التي لا يصلون إليها أثناء الاتصال الجنسي العادي مع الأزواج . .

ومن أسباب الفتور الجنسي عند المرأة أيضا . . سرعة القذف عند الرجل

أو يتعذر الرجل القذف خارج المهل . . فالمرأة تشعر بنشوة كبيرة في حالة قذف السائل المنوى داخل المهلب وعكس ذلك يشعرها بالاحباط والفتور . .

تأتى بعد ذلك إلى دور الهرمونات في موضوع الكفاية الجنسية . فالمعروف أن فشل المبيض في إفراز هرمون الأستروجيست قد يسبب صفر حجم الثديين وفتور في الناحية الجنسية . . ومثل هذه الحالات ينجح الاستروجين في علاجها . .

وهناك حالات أخرى يلعب فيها هرمون الغدة الدرقية دوراً كبيراً إذا نقص إفراز هذه الغدة يؤدي إلى اضطراب الحيض . كما يعطل نحو الجهاز التناسلي وأيضاً يؤدي إلى خمول الناحية الجنسية . . وتعالج هذه الحالات بخلاصة الغدة الدرقية . .

والمعروف أن هناك ارتباط شديد بين إفراز الغدة الدرقية والمبايض . . بل يقال أن الغدة الدرقية هي متممة للمبيوضين والمرأة عموماً أكثر عرضة لأمراض الغدة الدرقية من الرجل . . وفي النهاية نقول إن الفتور الجنسي عند المرأة قد يكون سببه نفسي منعكس عادة من الزوج . . وهو القادر على اصلاحه . . وقد يكون عضوي وفي هذه الحالة فإن استشارة الطبيب واجبة لازالة الآلام والأسباب التي قد تعدد هامة للغاية . .

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

الباب السادس

الأمراض . . والجنس

التهابات الجهاز التناسلي للمرأة وتأثيرها على القدرة على الانجذاب

لا بد أولاً أن نستعرض - في عجلة - موضوع الالتهابات التي قد تصيب الجهاز التناسلي للمرأة والتي قد يسبب بعضها في مضاعفات للمرأة والبعض الآخر له تأثير على موضوع الانجذاب . . .

هناك التهابات سطحية تسببها بعض البكتيريا مثل الميكروبات العنقودية . . أو قد يكون عند المرأة حالة هرش يتسبب عن وجود بعض الفطريات أو الأفرازات وبؤدي المرض إلى تسلخات ثم التهابات . أيضاً الالتهابات السطحية قد تأتي من عدم النظافة الخارجية للجهاز التناسلي خصوصاً فترات الصيف وخصوصاً أيضاً في حالة وجود شعر كثيف في هذه المنطقة . . .

أما الالتهابات الداخلية للجهاز التناسلي والتي قد يتعرض لها المهبل أو عنق الرحم أو الرحم والبوقين أو المبايض . فلها أسباب كثيرة وقد تسببها أنواع كثيرة من الميكروبات . . لكن قد تعنينا الأعراض أكثر مما تعنينا المسببات . . ففي المراحل الأولى للالتهابات تشكو السيدة من ارتفاع في درجة الحرارة مع صداع وزغالة وألم في أسفل البطن مع بعض الأفرازات المهبالية وأحياناً تزيف مهبل . وإذا لم تعالج الحالة علاجاً صحيحاً تحول إلى حالة مزمنة بمعنى أن السيدة تشكو بين حين وآخر من ألم بأسفل البطن أو من جهة واحدة من البطن ثم نزول بعض الأفرازات بين حين وآخر . وقد يشتد الألم قبل نزول الدورة الشهرية . . كذلك لا ننسى أن آلام الظهر كثيراً ما يكون سببها التهابات مزمنة في الجهاز التناسلي . . ولا يجب أن نغفل أيضاً

الآلام التي قد تحدث عند الجماع أو اضطرابات الدورة الشهرية . . وكلها تأتى نتيجة الالتهابات المزمنة للجهاز التناسلى . .

أما عن العقم . . فالالتهابات المزمنة للجهاز التناسلى قد تحدث أولاً تغيراً في طبيعة الإفرازات المهبلية فتحول إلى إفرازات حمضية تقتل الحيوانات المنوية . . ثم أنها أيضاً قد تحدث فرحاً أو تليفاً أو أمراضًا خبيثة بعنق الرحم أو بجوار الرحم . . ثم قد تحدث التصاقات بالبوقين تحول بعد ذلك إلى انسداد يحول بين لقاء البويضة بالحيوان المنوى . .

وهكذا يasisدنى لا تهملى أى شيء غير طبيعى يحدث للجهاز التناسلى . . فألم البطن من أسفل المصحوب بعض الإفرازات المهبلية والذى قد يصبحه أحياناً آلام فى الظهر واضطراب فى دورة الطمث . . يجب أن تبادرى بعلاجه ليس فقط من أجل العقم ولكن من أجل صحتك العامة ثم سعادتك الزوجية ! ! !

والأن تعالى نستعرض معاً بإيجاز أهم أنواع الالتهابات التى تصيب المرأة والتى لها علاقة بموضوع الجنس أو العقم :

١ - إلتهابات الأعضاء التناسلية الخارجية للمرأة :

ويظهر عادة على شكل ورم بالشفرين أو احرار مصحوب أو غير مصحوب ببرش وقد تكون هناك بعض التقرحات وأحياناً تكون الالتهابات مصاحبة لافرازات من المهبل وقد لا تكون هناك افرازات على الاطلاق . .

وهناك أسباب كثيرة تؤدى إلى هذه الالتهابات منها الفطريات مثل فطر المونيليا أو التريكوموناس أو نشاط ميكروبيات موجودة فعلاً في المهبل أو تأتى مع البول في حالة وجود التهاب في المثانة أو مجرى البول ولكن كيف تحدث هذه الالتهابات :

ـ إما عن طريق العدوى بعد الاتصال الجنسي إذا انتقلت الفطريات أو الميكروبيات من الرجل للمرأة . .

ـ إما عن نشاط ميكروبيات موجودة في الجهاز التناسلى للمرأة نتيجة ضعف

المناعة أو تناول المضادات الحيوية أو حبوب منع الحمل أو أن تكون المريضة مصابة بمرض البول السكري . . كما أنه أحياناً ما تحدث هذه الإلتهابات أثناء فترة الحمل . .

والإلتهابات الأعضاء التناسلية الخارجية للمرأة تسبب ضيقاً شديداً للمرأة كما أنها تضعف الرغبة الجنسية علاوة على الآلام الشديدة التي قد يسببها الاحتكاك أو ممارسة العملية الجنسية . .

وقد تسألني إحدى المريضات عن علاج سريع لثل هذه الحالات . . وأنا أقول لها اتبعي ما يلي :

- ١ — لا بد من إيقاف الاتصال الجنسي فوراً مع زوجك ولحين شفائه تماماً . .
- ٢ — دوش مهيل صباحاً ومساء بماء دافئ ويمكن إضافة ملعقة كبيرة من بيكربونات الصودا أو بودرة بيدالكين . .
- ٣ — يستعمل كريم مهيل مثل چين داكترين صباحاً ومساء . .
- ٤ — في حالة الهرش الشديد يستعمل مرهم الليجنوكاين . .
- ٥ — يتم تعاطي حبوب الفلاجيل ٢٥٠ مللجم . قرصين يومياً لمدة عشرة أيام ولا بد أن يتبعها الزوج هذه الحبوب ولنفس المدة ومنع الاتصال . . ويوقف العلاج أثناء نزول الدورة . .

على أنه يجب أن تفرق بين الإفراز العادي والإفراز غير العادي فالإفراز العادي يمكن أن يتزايد في فترة التبويض (بعد الدورة بسبعين) - وأيضاً يتزايد قبل نزول الدورة الشهرية وأيضاً أثناء الحمل . كما أن الإفراز المهلي يزيد بشكل ملحوظ في حالة الإثارة الجنسية وقبل عملية الاتصال الجنسي . وكل هذه الظواهر أو الحالات ليست حالات مرضية طالما أن الإفراز غير مصحوب بأى أعراض أخرى مثل الآلام أو الهرش أو أن يكون إفراز يميل إلى اللون الأصفر أو له رائحة . وفي هذه الحالة لابد من العلاج . .

٢ - التهابات الأعضاء التناسلية الداخلية للمرأة :

مثل التهاب المهبل . . والتهاب عنق الرحم . . والتهاب البوقن وغيرها وكل هذه الالتهابات تحدث إما نتيجة عدوى ثانٍ من الاتصال الجنسي أو نشاط لبكتيريا موجودة فعلاً في المهبل . وكل هذه الالتهابات تكون عادة مصحوبة بالآلام في منطقة أسفل البطن أو على جانبي البطن أو آلام أثناء عملية الاتصال الجنسي وقد تكون مصاحبة أيضاً لأفرازات مهبلية لها رائحة كريهة والعلاج في مثل هذه الحالات يبدأ بإيقاف عملية الاتصال الجنسي ثم تعاطي مضادات حيوية مثل الامبيسيلين بالإضافة إلى الدوش المهبل وكريم الجينو داكترين الذي سبق أن نوهنا عنه . .

وهنا يأتي سؤال عن التهابات مجرى البول وعلاقتها بالالتهابات الأعضاء التناسلية . . والواقع أنه في المرأة يوجد ارتباط شديد بين التهاب مجرى البول والتهاب المهبل لأن فتحة مجرى البول قريبة جداً من فتحة المهبل وقد تنتقل الجراثيم من هنا أو من هناك . لهذا فإن المرأة التي تشكو من آلام في الكل أو المثانة أو من حرقة أثناء التبول لا بد أن تعالج حتى لا تنتقل الجراثيم إلى الجهاز التناسلي . . وإذا انتقلنا إلى الأمراض التي قد تصيب الجهاز التناسلي للرجل فإنه يمكن إيجازها فيما يلي :

١ - التهابات الخصية والبربخ . .

حيث تكون عادة مصحوبة بارتفاع في درجة الحرارة وتورم في الخصية على ناحية أو ناحيتين مع آلام شديدة . . ولا بد من العلاج الفوري حتى لا تسبب انسداداً في القناة الحاملة للسائل المنوي . .

٢ - التهاب البروستاتا . .

عادة ما تحدث في سن النشاط الجنسي عند الذكور ويحدث الالتهاب من بكتيريا متعددة أهمها بيكروب السيلان وقد يتتحول الالتهاب الحاد للبروستاتا إلى التهاب مزمن وتكون أعراضه :

- نزول إفراز من فتحة البول خاصة في الصباح .
- الشعور بالألم داخل فتحة الشرج .
- كثرة عدد مرات التبول واستمرار نزول نقط بولية بعد انتهاء البول مع ضعف تيار البول وأحيانا ينقسم تيار البول إلى فرعين أو أكثر .
- سرعة القذف .
- الضعف الجنسي .
- يؤثر على حركة الحيوانات المنوية وبالتالي قد يؤدي إلى العقم . . والعلاج المبكر في التهابات البروستاتا هام جدا لتجنب حدوث المضاعفات ويشمل العلاج تعاطي المضادات الحيوية بعد عمل سرعة لسائل البروستاتا وقد يضاف إلى ذلك بعض جلسات التدليك والأشعة القصيرة للبروستاتا لتنشيط الدورة الدموية بها والعمل على تقليل الاحتقان . .

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

الباب الصليبي

الكفاءة الجنسية

الضعف الجنسي لم يعد مشكلة !

من الثابت أن الضعف الجنسي قد يكون سببه عضويا . . لكنه في أكثر الحالات يكون سببه نفسيا . . وينتشر الكثيرون بين « القدرة على الانتصاب » والقدرة على الانجذاب . .

فالزوج قد يكون قادرا جنسيا وناجحا في أداء واجباته الجنسية وبالرغم من ذلك يكون عقيما وغير قادر على الانجذاب وذلك لوجود نقص أو عيب في الحيوانات المنوية أو لعدم وجودها على الاطلاق . .

لكن عندما يكون الزوج غير قادر على الانتصاب أو الاحتفاظ بالانتصاب حتى نهاية عملية الجماع فإنه يكون « عيناً » أو كما تقول مصابا بحالة من الضعف الجنسي . .

والارتجاء قد يكون أولاً أي أن الرجل لم يشعر بالانتصاب طوال الفترة الماضية من حياته وقد يكون ثانياً أي أن الرجل كان طبيعيا ثم جد عليه شيء سوء كان عضويا أو نفسيا أدى إلى فقدانه القدرة على الانتصاب . .

والارتجاء المؤقت قد يحدث لأى رجل عادى من وقت لآخر نتيجة الارهاق الشديد في العمل أو القلق أو الإفراط في تعاطي المخدرات أو شرب الخمر . . وعادة ما تمر هذه الفترة ويعود الرجل إلى حالته الطبيعية . .

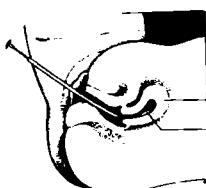
وهناك نوع من الارتجاء يحدث فجأة . . فمثلاً قد يكون الانتصاب قوياً أشلاء المداعبة الجنسية وهي الفترة التي تسبق العملية الجنسية ثم فجأة يحدث ارتجاء ولا تنفع بعد ذلك أى محاولة أو مداعبة من أى شكل . .

وهذه الحالة تحدث نتيجة الاستعجال في اللقاء الجنسي خاصة عندما تكون المرأة من النوع المثير . . فيتضخم خيال الرجل وتحدث نتيجة عكسية أو احباط شديد . . وليس هناك تخوف من هذه الحالة على الاطلاق لأن الرجل يجب أن يهمل هذا الحدث ولا يحاول أن يضغط على نفسه كى يحدث الانتصاب . . وببعض المداعبة الخفيفة وعدم المبالغة فيها حدث سيعود كل شيء لجرياه الطبيعي . .
ولا شك أن الارتخاء يهز الرجل بعنف لأنه يحس بأنه قد طعن في رجولته . .
ويزداد القلق والتوتر النفسي ويدخل في حلقة مفرغة من الفشل الذى يؤدى إلى مزيد من الفشل وأحيانا يصاب الزوج بالارتخاء عند ممارسة الجنس مع زوجته لكنه قد يكون قادرا على ممارسة الجنس بنجاح مع إمرأة أخرى فيؤدى ذلك إلى برود في زوجته أو أحيانا لا يتصلب مع زوجته ويتصب أثناء النوم أو من ممارسة للعادة السرية . .
كل هذه الحالات يطرقها علم التحليل والعلاج النفسي بنجاح وتعود إلى حالتها الطبيعية ويعود الرجل إلى ممارسة حياته بابتهاج وسعادة . لقد طرقنا موضوع القدرة الجنسية لارتباطها الشديد بموضوع الانجذاب فهما يسيران جنبا إلى جنب على طريق واحد فلن يحدث الانجذاب بغير ممارسة قادرة للجنس . .

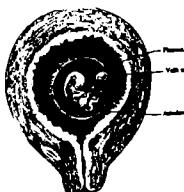
مركز الأطباء العرب . القاهرة التلقيح الصناعي ؟

يحتاج إلى :

- اختبار دقيق للحالات حتى ترتفع نسبة النجاح . . .
- تحديد وقت التبويض هام جدا قبل إجراء التلقيح الصناعي . . .
- الحقن يجب أن يتم داخل الرحم Intra uterine وداخل عنق الرحم cervical
- الخبرة تزيد من فرصة النجاح . . .



أحدث طرق التلقيح الصناعي



البويضة الملقة ثم
الجتن في الأسبوع العاشر

□ التلقيح الصناعي . وباب كبير من الأمل □

مركز الأطباء العرب . القاهرة

أحدث مركز بالقاهرة لفحص وعلاج حالات العقم بمواعيد مسبقة :



□ المركز التخصصى للعقم
للجنسين □

الحجز والاستعلام :

٩ ش الامام علي - ميدان
الاسماعيلية مصر الجديدة
فيلا الأطباء العرب امام
محل موبيليات الأسمرات :

٦٦٠٨٧٩

- لفحص الزوج والزوجة وإجراء التحاليل اللازمة
- اجراء عمليات التلقيح الصناعي من الزوج للزوجة وفق أحدث الاساليب العلمية ويقوم بها شخصيا الدكتور / كمال مرعى خبير علاج العقم والتلقيح الصناعي



■ مع عمليات التلقيح الصناعي

■ الفحوص تسير جنبا إلى جنب

كيف يتم التلقيح الصناعي بمركز الأطباء العرب بالقاهرة

بالنسبة للزوج :

- يجرى تحليل للسائل المنوى ولابد أن تكون هناك نسبة معقولة من الحيوانات المنوية من حيث العدد والحركة كذلك لا يجب أن تكون هناك حيوانات منوية مشوهة أو غير طبيعية بنسبة كبيرة .
- إذا لم يكن السائل المنوى مقنعاً فيجب أن يعطى الزوج فترة من العلاج بعد تحديد السبب ويفضل اجراء فحص هرمونات الدم .

بالنسبة للزوجة :

- يتم التأكد من التبويض من حيث قوته ومن حيث موعده وذلك بإجراء العديد من الفحوص والاختبارات .
- يتم فحص الجهاز التناسلي من حيث صلاحية المبرح والأنايب .
- يتم فحص افرازات عنق الرحم والمهلل .
- تعطى الزوجة منشطات للتبويب مثل حبوب الكلوميد أو حقن البرجونال ولكن يجب أن تعطى بحذر حتى لا تحدث تكيس بالبايض .
- وبعد الانتهاء من كل الفحوص والاختبارات يحضر الزوج والزوجة في المواعيد المحددة حيث تجرى عادة ثلاثة جلسات من التلقيح ولاشك أن الأمر يحتاج إلى كثير من التأن و كثير من الخبرة كي ترتفع نسبة النجاح .

الطب والعلوم

مشكلة عدم الانجذاب

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

هل أنت رجل طبيعي ؟ !

هذه هي المواصفات التي يجب أن تتوفر كى تصبح والدا الطفل . . ولكن في نفس الوقت يجب أن تتأكد من أن زوجتك سليمة وخالية من أي معوقات تمنع حدوث الحمل . . فالطريق الذى يؤدى إلى انجاب طفل يجب أن يبدأ بفحص شامل للزوجة وفحص شامل للزوج . .

والآن هل أنت رجل طبيعي ؟ !

ان أول اختبار يجرى لك هو فحص السائل المنوى ومواصفات السائل المنوى السليم هي أن تراوح كمية بين اثنين وأربعة سنتيمترات (ملعقة صغيرة تقريباً) وألا تقل عدد الحيوانات المنوية السليمة عن عشرين ألف حيوان منوى في المللليمتر المكعب الواحد . . ويجب أيضاً أن تكون ٦٥٪ من عدد هذه الحيوانات في حالة حركة عند بدء الفحص وبعد ثلاث ساعات يجب ألا تقل النسبة المتحركة عن النصف . . ويعتبر السائل المنوى ضعيفاً إذا كان أقل من هذا المستوى ويعتبر الرجل عقيياً إذا كان السائل خالياً من الحيوانات المنوية تماماً . .

لا بد أن ننتبه إلى انه قبل تحليل السائل المنوى يجب الامتناع عن اللقاء الجنسي لفترة تتراوح بين ثلاثة وخمسة أيام وذلك لاعطاء الجهاز التناسلي الفرصة كى يعبر طبيعياً عن حالته ويبدأ فحص السائل المنوى بعد $\frac{1}{2}$ ٪ ساعة من الحصول عليه . . والآن إذا قالت الأرقام ان السائل المنوى طبيعي بهذه خطورة طيبة . . وإذا قالت الأرقام أن السائل المنوى ضعيف فيجب إعادة التحليل للتأكد ويستحسن أن يتم ذلك بعد أسبوعين . فأحياناً يكون الضعف مؤقتاً ثم يعود كل شيء إلى مساره الطبيعي . .

تأتى بعد ذلك الخطة التالية من الفحص وهى الفحص الطبيعى الدقيق للجهاز التناسلى للرجل لاكتشاف ما يمكن أن يؤثر على السائل المنوى أو القدرة الجنسية . .

ثم يتحتم أيضا إجراء فحص طبى عام . . فأحيانا يكون الضعف الجنسى أو ضعف الحيوانات المنوية نتيجة مرض عام مثل مرض السكر أو الأنemia الحادة أو مرض من أمراض الهرمونات وعندئذ يكون طريق العلاج ميسورا . .

أخيرا لا تقلق إذا اتضح انه لا توجد حيوانات منوية في السائل المنوى فقد يكون السبب انسدادا في الحال المنوى أو قد يكون السبب وجود كمية كبيرة من الصديد في السائل المنوى وكلها أمور تعالج وتتصبح بعد ذلك رجلا طبيعيا . .

أيضا لا تقلق إذا طرأت حالة من الضعف الجنسى عليك إنركها ثغر دون أى تعقيد أو إرهاق وسوف تعود طبيعيا . .

هرمونات الاخصاب

نعلم ان الخصية هي المكان الذى يتم فيه انتاج الحيوانات المنوية وهي حجر الزاوية في موضوع الانجاب . .

أيضا الخصية تفرز هرمونات تنشط كل مظاهر الرجلة ومنها القدرة الجنسية . . أما دور البروستاتا فليس أكثر من إفراز السائل الذى يختلط بالحيوانات المنوية ليكون السائل المنوى . لكن من الذى يتنظم عمل الخصية كى تقوم بدورها في انتاج الحيوانات المنوية بكفاءة . . إنها الغدة النخامية . . وهى غدة هامة جدا . . فهي العقل المحرك والمدير للمصنع الذى يتواجد في الخصية والذى لا يتوقف في أى لحظة عن انتاج ملايين الحيوانات المنوية . .

وعن طريق الغدة النخامية تتحرك هرمونات الاخصاب في توازن عجيب أى ان نسبة تواجد كل منها في الدم لا بد أن تكون عند مستوى معين وإنما اضطراب كل شيء . . أما الزيادة التي لا فائدة منها فتفرز في البول . . وهذا نجد في البول نسبة من هذه الهرمونات تعطى مؤشرًا من نسبة هذه الهرمونات في الدم . .

في حالات العقم الكامل لا بد من تحديد نسبة هرمونات الأخصاب لأن إحداث التوازن بينها في كثير من الحالات يؤدي إلى أن تبدأ الخصبة نشاطها وانتاجها للحيوانات المنوية . .

ان قياس هرمونات الأخصاب يتم إما عن طريق الدم بواسطة أجهزة معينة ومقيدة . . وأيضا يتم عن طريق البول بواسطة أجهزة وعاليات معينة وفي كل الحالات يجب التأكد من أن نسبة هرمونات الأخصاب في المستوى الطبيعي وأنها أيضا في حالة توازن كي يسير كل شيء في مساره الطبيعي !! !

حكاية عدم التوافق ! ! !

تتردد أحيانا قصة زواج الأقارب . . أو زواج الحب . . أو الزواج بلا حب . . ثم قصة الزوج الذي يبدو طبيعيا والزوجة التي تبدو طبيعية ومع هذا لم يحدث حل فتعلموا نغمة « عدم التوافق » . يعني أن الحيوان المنوى ينفر من البويضة أو أن البويضة لا تميل لسبب أو آخر إلى نوع من أنواع اللقاء أو الالتحام مع الحيوان المنوى . . ويعلو التساؤل . . هل هو عدم التوافق !

الحقيقة ان هناك ما يسمى فعلا « عدم التوافق » ، لكن لا علاقة له اطلاقا بزواج الأقارب أو زواج الحب أو غيره . .

الأبحاث أكدت ان هناك بعض الحالات التي تفرز فيها المرأة أجساما مضادة للحيوانات المنوية وتتوارد هذه الأجسام المضادة في دم المرأة وفي سائل عنق الرحم فعندما تدخل الحيوانات المنوية إلى عنق الرحم يحدث تفاعل بينها وبين الأجسام المضادة تؤدي إلى إضعاف الحيوانات المنوية أو حتى إلى قتلها وهناك اختبار يجري عادة في حالات العقم ويسمى « اختبار ما بعد الجماع » وهو أن تؤخذ عينة من عنق الرحم خلال ثلاثة ساعات بعد الجماع ويشرط ألا تكون المرأة قد استعملت أي نوع من الدوش المهبلي أو حرق الماء . . وبقصد بهذا الاختبار معرفة تواجد الحيوانات المنوية في عنق الرحم وطبيعة حركتها وحيويتها ومدى تأثير سائل عنق الرحم عليها فقد يكون ذلك هو السبب الوحيد في العقم . .

والسؤال الآن . . هل يمكن إجراء فحوص خاصة بالمناعة والأجسام المضادة ؟ !
والإجابة . . نعم . . لقد يسر العلم ذلك وأصبح من السهل تحديد ذلك . .
وعلاجه أيضا . .

كى يحدث إنجلب . . . لا بد من ممارسة جنسية صحيحة ! ! !

المعروف عميا أن التبويض عند المرأة ينزل بعد أسبوعين تقريبا من بداية الطمث . . وتبقى البو胥ة ٤٨ ساعة على الأكثر فإذا لم تتم ممارسة جنسية خلال هذين اليومين فلن يحدث الحمل ولن يتحقق الانجذاب . . وهناك أزواج يحددون أياما معينة لمارسة الجنس مع زوجاتهم . . بعضهم يخصل الاثنين والخميس من كل أسبوع وبعضهم الخميس فقط أو الأحد فقط . . المهم ان كل ذلك خطأ لأن قد يصادف نزول البو胥ة يوم الثلاثاء ليتهي الأرباء ثم يأتي الزوج كعادته يوم الخميس لمارس الجنس وهو يجهل تماما انه لا توجد بو胥ة في الرحم وأن البو胥ة التالية ستأتي في الشهر القادم . . . !!!

يجب أن يعلم الزوج أن الممارسة الجنسية من أجل المتعة يمكن أن تحدث في أي وقت . . لكن الممارسة الجنسية من أجل إنجذاب طفل يجب أن تتم بصفة متتظمة من اليوم الثاني عشر لبدء الدورة الشهرية . . ولمدة خمسة أيام على الأقل كى نضمن وجود البو胥ة في الرحم في هذه الفترة . .

بعض الأزواج يسألون عن أحسن الأوضاع التي يمارسون فيها الجنس مع زوجاتهم ليضمنون بها دخول الحيوانات المنوية في طريقها الصحيح إلى البو胥ة ؟ !
والإجابة على هذا السؤال تتلخص في أن الوضع الذى تستلقى فيه المرأة على ظهرها يكون جهازها التناسلي في وضعه الطبيعي وأيضا الرحم يكون قد أخذ وضعا مناسبا لتلقي الحيوانات المنوية . .

تبقى كلمة واحدة لا بد أن نقولها . . تلك ان جميع الأوضاع الغير مألوفة في

مارسة الجنس لها آثار جانبية ضارة على الجهاز التناسلي للرجل والمرأة . . كما أنها أيضا لا تساعد على حركة السائل المنوي الصحيح وهو في طريقه إلى الرحم أما إذا وجد من فحص المرأة أن رحمها مقلوب . . في هذه الحالة يلزمها أخذ وضع معين أثناء الجماع على حسب وضع الرحم . وهذا يشرحه الطبيب على حسب نتيجة الفحص . .

كيف يحدث الحمل ؟ ؟

عندما تخرج البويضة (عادة من اليوم الثان عشر إلى اليوم الرابع عشر من بداية الطمث) تدخل إلى الأنوية الموصولة للرحم (توجد أنبوية على كل جانب) وأنثناء تواجدها في هذا الطريق (داخل الأنوية) يندفع إليها حيوان منوي واحد ليتم اللقاح والتلقيح . . بعد ذلك تبدأ الأنوية في الانقباض تلقائياً لتحرك البويضة الملتحقة إلى تخويف الرحم وتأخذ هذه الرحلة حوالي ثلاثة أيام وما أن تصل البويضة الملتحقة إلى جدار الرحم حتى تتجدد مستعداً لاستقبالها أو لاحتضانها . . وهكذا تزرع البويضة ويدأً مشوار تكوين الجنين . .

والبويضة تفرز مرة واحدة كل شهر وتفرز بويضة واحدة من كل مبيض وقد يتم تلقيح بويضة واحدة (طفل واحد) وقد يتم تلقيح بويضتين (طفلان) . . أما إذا لم يتم تلقيح البويضة لسبب أو لآخر . . فإنها تتلاشى في فترة أقصاها ٤٨ ساعة . . وعلى من يرغب في الانجاب الانتظار للشهر القادم في نفس الموعد لنزول بويضة أخرى . .

لماذا لم يحدث الحمل ؟ ؟

هناك أكثر من سبب . .

● عدم وجود حيوانات منوية قادرة على التلقيح . . أو وجود حيوانات ضعيفة أو قليلة العدد والحركة . .

- عدم وجود بويضة لكسيل أو ضعف في المايسن ..
- هناك عائق في طريق الحيوان المنوى أو طريق البويضة ..
- ضعف الغشاء المبطن للرحم بحيث لا يسمح بازدراع البويضة الملقحة .
- وجود مناعة تمنع لقاء البويضة بالحيوان المنوى وهو ما سمي بعدم التوافق .

التلقيح الصناعي

في حديثنا عن العقم لابد أن نتعرض لموضوع التلقيح الصناعي ، والتلقيح الصناعي هو إدخال الحيوانات المنوية الخاصة بالزوج إلى داخل رحم الزوجة أثناء فترة نزول البويضة .

أى اننا نتجاوز وجود عائق في عنق الرحم أو المهبل كان يقتل أو يضعف الحيوانات المنوية .. كما اننا نضمن وجود الحيوان المنوى مع البويضة يوم نزولها .. الأمر الذى لا يتكرر إلا مرة واحدة كل شهر ..
وقد نسأل .. لماذا تتجه إلى التلقيح الصناعي بالرغم من أن الظروف التى أماننا تؤكد أن الزوج طبيعى جدا والزوجة طبيعية جدا ؟

نحن نلجأ إليها إذا لم يفلح علاج بعض المتابع الجنسية عند الرجل بشرط أن يكون رحم المرأة سليما .. وأيضا بشرط أن تكون هناك بويضة ..
أيضا تتجه للتلقيح الصناعي عندما تكون المرأة قد جاوزت من الأربعين والفرصة في اتمام عملية التلقيح بالطريق الطبيعي ضئيلة والخوف من اقتراب سن اليأس وانقطاع الطمث يجعلنا نسرع في إجراء التلقيح الصناعي ..

طفل الأذابيب

الموضوع هنا أكثر تعقيدا .. فهناك بعض الحالات التي لا يتم فيها التلقيح بين البويضة والحيوانات المنوية لا بالأسلوب الطبيعي ولا بالأسلوب التلقيح الصناعي ..

وهناك بعض الحالات لا يساعد الرحم على انزراع البويبضة الملقة في جداره . . وهذا تأكيد أهمية إجراء التلقيح بين البويبضة والحيوان المنوي في جهاز خاص له ظروف خاصة يتم بعد ذلك وضع البويبضة الملقة في جدار رحم الزوجة كى يأخذ مساره الطبيعي . .

والتسمية ب طفل الأنابيب تسمية غير صحيحة لأن ما يتم فعله هو عملية تلقيح البويبضة بالحيوان المنوي أما مراحل النمو كلها فإنها تتم في رحم المرأة الأم والزوجة . . وحتى الآن لم يتوصل العلم إلى طريقة أخرى . .

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة



مشكلات جنسية

الكتب ..

هل يؤدي إلى الضعف الجنسي ..؟ وهل يؤدي إلى العقم ..؟

الكتب عبارة عن غرائز طبيعية محبوسة . . أحيانا لأنها لا تجد الطريق كى تنطلق وأحيانا أخرى يتم سجنهما ذاتيا بواسطه الضغط النفسي أو أى أسلوب من أساليب الترويض وعادة ترتبط كلمة الكبت بالغريرة الجنسية . . وإذا جاز لنا أن نشاهد الكبت الجنسي في سن المراهقة أو ما قبل الزواج فلا يجوز أن نشاهد بعد الزواج . . وإن دفتنا ذلك للقاء مل في العلاقة التي تربط بين الزوجين . . ونحن نعلم أنه إذا سارت الأمور طبيعية فلا يجب أن يحدث كبت على الاطلاق لاف سن المراهقة ولا في أى سن . .

فهرمونات الأخصاب والجنس كلها في مستوى معين بحيث لا يحدث كبت وأيضا من توازن معين بحيث لا يحدث إثارة أو تهيج فالمراة يمكن أن تمر هادئة بلا متابع إذا لم يبحث الفتى أو الفتاة عن طرق للإثارة أو طرق للمتابعة . .

إذن ليس هناك ما يسمى كبتا بالمعنى الدقيق العلمي . . ذلك لأن الطبيعة قد أوجدت الاحتلام مثلا للتخلص من الكبت لكن لو أنها ركزنا الذهن على الغريرة الجنسية بالذات فان كل شيء يتحرك فيها الطريقة تماما مثل الحالة التي نركز فيها على الطعام فان المعدة والجهاز الهضمي يتهيأ لاستقبال الطعام فينزل اللعاب وتفرز المعدة عصاراتها مع أن الطعام لم يتواجد بعد . .

والغرائز كلها وفي مقدمتها الغريزة الجنسية تبدأ بالتفكير ثم التخيل والتركيز ثم الاثارة الذاتية ويأن بعد ذلك مرحلة التحرك لابشاع الغريزة عن طريق العادة السرية أو عن طريق الممارسة مع الزوجة . . .

وأحياناً نسمع أن الكبت يؤدي إلى أضرار في الجهاز التناسلي للرجل والمرأة . . . وهذه أكذوبة لأن كل ما يحدث هو احتقان ونشاط في عمل الجهاز التناسلي لكن عدم إكماله لا يسبب أي ضرر من بعيد أو من قريب . . . وقد يحدث في بعض الحالات التهاباً في الأعضاء التناسلية نتيجة لاحتقانها . . . ولكن ليس بالأمر الخطير . . .
كلمةأخيرة . . إن الكبت في شتى صوره لا يؤثر على القدرة الجنسية ولا يؤثر على القدرة على الانجاب . . والأفضل هو أن نروض النفس كى نبتعد عن طريق الكبت حق لا تحدث الاثارة ثم تتجه إلى العادة السرية في أغلب الأحوال . . .

العادة السرية . . .

يمارس الذكور والإناث هذه العادة بالعbet بعض التناول باستعمال اليد أو أي احتكاك آخر مثل الاحتكاك بوسادة أو دراجة أو أثناء ركوب الخيل . . .
والبنت قد تمارسها بفرك فخذلها معاً . . وتعدد الدراسات حول هذا الموضوع أن نسبة من يمارسون العادة السرية أثناء المراهقة أكبر بكثير من نسبة البنين الذين يمارسون هذه العادة في مثل هذه السن . . لكن تزداد نسبة الإناث في ممارسة هذه العادة بعد فترة المراهقة لأنه من الطبيعي أن المرأة لا تباح لها فرصة الاتصال الجنسي الطبيعي مثل الذكور . . .

ومن الخطأ القول بأن العادة السرية هي نوع من الشذوذ أو الانحراف الجنسي مالم يؤثرها صاحبها على ممارسة الجنس الطبيعي . . .

وقد يبدأ الشاب في ممارسة هذه العادة لمجرد محاكاة زملائه أو بعد سماعه الحديث عنها . . لكن نسبة كبيرة منهم تلجأ إليها من تلقاء نفسها وقد يقضون سنوات وهم يمارسونها سراً . . ولأنها تتم في جو من السرية والكتمان فإن الشباب أحياناً

يصدقون ما يقال عن مضاعفاتها ومن أنها قد تؤدي إلى الجنون وفقدان البصر أو فقدان الذاكرة أو فتور الناحية الجنسية وهكذا . . وأحياناً يردد الشباب أن نقطة واحدة من السائل المنوي تساوى عشرة سنتيمترات مكعبة من دم الإنسان ويستولى عليهم الذعر لأنهم ينسبون عدد مرات ممارستهم للعادة السرية على مدار الشهر فيجدون أنها قد إستنزفت دمهم ! وطبعاً هذه خرافة لا أساس لها من الصحة . .

نأتي بعد ذلك إلى الأفراد في العادة السرية والواقع أن الأفراد في هذه العادة مثل الأفراد في ممارسة العملية الجنسية الطبيعية تماماً . . فالافراد عموماً يصيب الجسم بالضعف والارهاق وكما قلنا سابقاً الجنس ليس عملية إستعراضية فوق طاقة البشر . . لكنه غريرة مثل الطعام إذا زادت عن حدتها تحولت إلى تسمم ثم إلى أضرار كثيرة لا طاقة للجسم بها . .

إن العادة السرية في حد ذاتها ليست لها أضرار إذا تمت باعتدال لكن أضرارها تنتج من شعور الشخص الذي يمارسها بضعف الإرادة والهزيمة عند تكرارها . . وهكذا تحدث عنده في كل مرة نوعاً من الاحتياط واليأس الذي يؤدي إلى الانطوائية والاكتئاب وضعف الشخصية . .

إن العادة السرية مكرورة ما في ذلك شك . . لكنها ليست جريمة تجعل صاحبها يشعر دائماً بالاتهام وعقدة الذنب وكراهيته الذات إن التخلص من العادة السرية سيأن في حينه عند الزواج إذا لم تستطع أن تقلل من ممارستها تدريجياً . . ولا تيأس اطلاقاً إذا فشلت . . فكلنا قد مارسناها في فترة ما من حياتنا . .

إن العادة السرية تأتي عادة ولidle الخيال والتركيز الجنس حيث تقوى الآثار وتتشدد وتنتهي بالعادة السرية . . فلا تستسلم للخيال والتأمل فيما يحرك الطاقة الجنسية . . وإذا حدث فدعها تمر لتحاول مرة ثانية وثالثة دون يأس .

أثر العادة السرية على الأدرينالين

عرفنا أن العادة السرية هي أن يمارس الرجل الجنس بمفرده يعني أن يتتصب عضو الذكور ثم باستعمال يده أو أي أسلوب آخر - غير المرأة - يأتى إلى الاشباع الجنسي ثم

قذف السائل المنوي . . واستعمال اليد هو الأسلوب المألف لدى الرجل . .
أما العادة السرية عند المرأة فتتم أيضاً باستعمال اليد بالضغط أو الاحتكاك في منطقة
الثديتين والبظر حتى تأتى إلى نقطة الإشباع الجنسى . .

وقد يتصور البعض أن العادة السرية قاصرة على الفتى والفتاة وهمما في سن
المراهقة . . لكن ثبت أن ٢٥٪ من الأزواج يمارسون العادة السرية في مراحل
متفرقة من حياتهم وبالرغم من أنهم سعداء مع زوجاتهم ولا يوجد بينها ما يدعو إلى
ذلك . .

كذلك ثبت أن ١٠٪ من الزوجات يمارسن العادة السرية لكن تبين أن المرأة
لا تمارس العادة السرية عادة إلا في حالات الكبت والاحباط الجنسى . .

ولابد أن نؤكد بداية أنه لا يوجد أي ضرر من ممارسة العادة السرية . . بدليل أن
بعض الشيوخ يمارسونها في سعادة بالغة . . ولكن لما كان الشعور بعقدة الذنب
وتأنيب الضمير هو الذي يؤدي إلى الشعور بالاجهاد والارهاق وكان هو السبب في
تخيل المرأة والرجل لأضرار قد تحدث من ممارسة العادة السرية . . أو أنها قد تؤثر
على القدرة الجنسية أو الإشباع الجنسي عندما يتلقى كل منها بالجنس الآخر . . وفي
لحظة يقرران التوقف ويعودان . . ثم يقرران التوقف ويعودان . . وكلها مواقف
من الاحباط . . وتتعذيب الضمير الذي لا يمرر له على الاطلاق . . والبعض
يتصور أن الاجهاد والضعف العام والزغللة والدوخة كلها نتيجة العادة السرية . .

ويجزم العلم أنها ليست السبب . . لكن فترات المحاسبة النفسية وتأنيب الضمير
تؤدي إلى الشعور بالخجل . . وعدم الثقة إلى الارهاق النفسي الذي يؤثر وبالتالي على
الحالة الصحية العامة . .

ووالآن وبعد أن وضحت الصورة الحقيقة للعادة السرية يأتى السؤال . . هل تؤثر
العادة السرية على القدرة الجنسية أو على القدرة على الانجذاب؟ . .
والإجابة . . لا بالتأكيد . . لكن لا يجُب أن تحول إلى إنسان إنطوائي خجول
ففقد الثقة ثم تشكو بعد ذلك من ضعف جنسي ثم لا يجُب أن تمارس العادة السرية

حتى لا تؤدي إلى سرعة القذف وكمية . . كما أن زيادة عدد مرات ممارسة العادة السرية يؤدي إلى احتقان البروستاتا وإلتهابها . .
وأخيراً نسال . . إذا كانت ممارستك للجنس مع زوجتك مشبعة لك وها . .
فلم العادة السرية ؟ !

إن العادة السرية ستجعلك تخيل إمرأة غير زوجتك . . والخيال مع إمرأة أخرى سيقذف بالحب الذي يربطك بزوجتك من النافذة ويصبح الحصول عليه بعد ذلك أمراً صعباً وبعيد المثال . . ومن هنا تبدأ الشكوى من الضعف الجنسي !!!

قوه الجسم . . لا تعنى قدرة جنسية فانقة . . !

بعض الناس يعتقدون خطأً أن الجنس أو القدرة الجنسية مرتبطة بالقوة الجسمية والعضلات المفتولة وطول القامة وعرضها ولكن هذا غير صحيح بدليل العجز عند بعض الرياضيين أقوىاء البنية وتتفوق بعض الضعفاء مرهفي القوام والحس أيضاً . .
إذن أين تكمن القدرة الجنسية . . ؟ !

العلم يقول أن القدرة الجنسية تعتمد على عاملين أساسين . .
أولهما . . التركيب النفسي للشخص . . وثانيهما . . البناء الهرموني للغدد الصماء . . أما ضخامة الجسم وقوه العضلات فليس لها أي دور في موضوع القدرة الجنسية . . .

ولقد ازدادت معرفتنا بالبناء الهرموني للأشخاص خلال نصف القرن الماضي . . فأصبحنا نتحدث عن الشخصية التي تحكم فيها الغدة الدرقية والغدة فوق الكلوية . . وكلما مرت السنين وازدادت دراستنا للهرمونات استطعنا أن نحدد تماماً علاقه هذه الهرمونات بالعواطف الانسانية . .

فمثلاً . . أثبتت التجارب أن الجنس أقوى عند الفنانين والفنانات الذين يتمتعون بحاسة فنية وتلعب العواطف في حياتهم دوراً كبيراً كذلك أثبتت التجارب أن الجنس

عند رجال القانون والقضاء والفلسفه أضعف من ثات آخرى كثيرة ! وإنه لغريب ايضاً أن يكون إحساس الرياضيين واللاعبين وخاصة الدوليين بالجنس أضعف بكثير مما نتصور بل أحهم أقل الناس عنابة بالجنس . . ويبدو أن القلق هو السبب فيما يعانون من عجز جنسى . . ذلك بالإضافة إلى التعليم الخاطئ من المدرسين . .

أخيراً . . نقول أن ممارسة الجنس في شكله الطبيعي يأتى محصلة لنفسية مسترحة ومناخ ملائم ثم لنشاط هرمونى في الحدود الطبيعية واضحك معنا على الذين يعتقدون أن عشاءما فاخرأ ومشروبا معتقدا قد يؤدى إلى ممارسة جنسية ساخنة . . ولكن إذ أنك لو تحقق لترين لك أنهم راحوا في سبات عميق .

إذ أنك لو تحقق لترين لك أنهم راحوا في نوم عميق !!

الحواس والجنس . . !

الحواس التي لها علاقة مباشرة بالجنس هي . . اللمس . . الشم . .
السمع . . النظر . . والذوق . .

اللمس معروف منذ القدم . . فعنان الأحبة هو إشعاع حرارة اللمس وقد تصل أو لا تصل إلى درجة الاثارة . . والقبلة نوع من اللمس في منطقة الشفاة . . وهي منطقة شديدة الحساسية . . والمرأة يشيرها اللمس أثناء العملية الجنسية . . بل أنها تطلب من زوجها دائياً أن يلقي بملابسه بعيداً كى تلمس أكبر مساحة من جسمه . . وهو ما يؤكد بأن اللمس يثير الرغبة الجنسية . . وأحياناً يتطور اللمس فيصبح نوعاً من الشذوذ كمن يتعمد الاحتكاك بالمرأة في الأماكن العامة لدرجة أنه أحياناً مجرد لمس ملابس المرأة يحرك رغبتها الجنسية . . وكل يوم نسمع عن قضايا بسبب ما يحدث في الأماكن المزدحمة أو المحلات العامة . . والأغرب أن الكثير من هؤلاء الرجال ذوي مراكز مرموقة أو منازة . . لكنها حالات مرضية . .

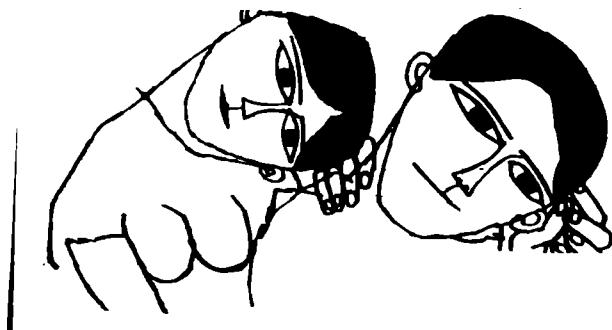
وفي اليابان فتيات مدربات على تدليك الجسم . . والتدليك ما هو إلا دغدغة

لجميع عضلات الجسم . . ولاشك أنه أيضا يثير الرغبة الجنسية . . وإذا كانت القبلة قد اكتشفها الانسان كدليل للحب والعاطفة ثم مبعنا للاثارة الجنسية فانها أيضا موجودة في الحيوانات وفي القبلة تشارك حاسة اللمس والشم وحاسة الشم لها أهمية عظيمة بل إنه أطلق عليها حاسة الخيال . . وكثيرا ما يألف أحد الجنسين رائحة الآخر فترتبط في ذهنه بالمؤثرات الجنسية . . ومن هنا نشأت قيمة العطور وأثرها على الناحية الجنسية . . ويعتقد البعض أن المرأة تستعمل العطر لتخفى رائحة العرق . . وهذا خطأ كبير والواقع أن المرأة تدرك تماماً أثر العطر في إثارة الرجل وشد انتباذه . . وهنا تفنن كل واحدة في اختيار العطر الخاص بها . .

ويقال إن العطور ذات الأصل الحيواني مثل العنبر والمسك شديدة الإثارة للشهوة الجنسية عن العطور ذات الأصل النباتي ومع هذا فإن المرأة بذلك أنها وفطريتها تعرف جيداً نوع العطر المفضل لدى رجلها . . وليس لديها . .

ومن أقوال كازانوفا «لم أجده أشهى وأذل من رائحة المرأة التي أحبها»، ناق بعده ذلك إلى حاسة السمع . . وكلنا يعرف أثر الموسيقى الخفيفة في دغدغة الجسم واسترخائه . . وكلنا يعرف أثر الكلمات الواقعية في أذن المرأة والتي تسري مثل السحر في كل أجزاء جسمها . . بل إن عينيها تدمع أحياناً من شدة التأثير . . وهذا يعني أنها وصلت إلى قمة الانفعال . . ناق بعد ذلك إلى حاسة البصر وهي أقوى المحفزات لأنها هي التي تتطلع وتتأمل وتتخيل . . وقد يتصور البعض أن رؤية الأعضاء التناسلية للرجل والمرأة مشيرة لكليهما . . وهذا خطأ . . فالرجل ثيরه المرأة وهي تكشف عن بعض جسمها وليس جسمها كله . . وأكثر الأماكن إثارة في جسم المرأة هو الصدر . . والأرداف والساقين واليدين والشفتين . . وهذا لا يعني أن الأماكن الأخرى لا تدخل في مجال الإثارة لكنها ناق في المراتب المتأخرة . . فالعين الجميلة تشد إنتباذه الرجل . . لكنه سرعان ما يتحول إلى أماكن أخرى أشد إثارة . . بل إن الرجل أحياناً لا يعنيه وجه المرأة بقدر ما يعنيه صدرها وأردافها ولا تأخذك الدهشة إذا رأيت رجلاً جميلاً يتزوج إمرأة دمية بالقطع هناك ما حرك لديه الشهوة الجنسية في هذه المرأة . . وربما كان صوتها مثلاً ! ! !

وأخيرا . . نقول لأولئك الذين يشكون من البرود الجنسي أو الفتور الجنسي بعد الزواج . . نقول تذكروا ما كان يشركم قبل الزواج وحاولوا بقدر الامكان استعادته . . فالرائحة الجميلة والصوت الهادئ الجميل . . والملابس الأنثقة . . وبعد ذلك كله المداعبة . . كل هذا يزيل البرود الجنسي . . وهو أقوى من أي علاج !





الباب العاشر

شذوذ .. أم مادا ؟

الانحرافات الجنسية . . . ؟

هناك فرق كبير بين الشره الجنسي والانحراف الجنسي والشذوذ الجنسي . . . فالممارسة الجنسية إذا زادت عن مألفها تعتبر شرعاً جنسياً يجب أن يعالج حتى لا يتتفاقم ويدمر العلاقة بين الرجل والمرأة . . أما الانحراف الجنسي فهو سلوك غير طبيعي تجاه الجنس الآخر . . فإذا ما أصبح متأصلاً تتحول إلى نوع من أنواع الشذوذ الجنسي . . .

تردد أسئلة كثيرة حول عدد مرات الممارسة الجنسية بين الزوج وزوجته في مراحل العمر المختلفة . . ثم تتلوها أسئلة حول الزمن الذي يجب أن تستغرقه كل ممارسة جنسية . . والموضوع لا يمكن أن يكون له قواعد ثابتة . . إذ يختلف من شخص إلى آخر ومن علاقة إلى أخرى . . فالمعلوم أن في بداية الزواج يكون هناك نوع من الشره الجنسي خاصية في مرحلة العشرينات . . وبعضهم يقول أن الممارسة الجنسية كانت تتم في شهر العسل بمعدل ثلاث أو أربع مرات يومياً . . ثم بدأت في التناقص بعد ذلك . .

ونصيحتي للأزواج أنه لا داعي لهذا التحمس الغير الطبيعي لاظهار القدرة أو الكفاءة الجنسية . . وأقول للفتيات الصغيرات لا داعي للإثارة أكثر من اللازم ويكتفى مرة واحدة أو مرتين على الأكثرب يومياً في الشهر الأول من الزواج حتى لا تصبح مبدأ أو قاعدة تحدث إيجاباً في حالة التناقص ! !

وإذا ما مر شهر العسل فيجب أن تأخذ شكلها الطبيعي بعد ذلك فيكتفى مرتين أو ثلاث مرات أسبوعياً من السنة الأولى والثانية ثم ترك بعد ذلك للحالة النفسية

والجسمانية ودرجة تبنة الزوج والزوجة هذه العملية . . . وحذاري من الاستعراض في البداية أقوها وأكررها لأنني شاهدت حالات بدأت متوجهة ثم انطفأت تماماً بعد سنة واحدة فقط من بدء الزواج . . . وراح كل واحد يلقى باللوم على الآخر . . .

ويسأل البعض عن بعض الأمور التي تسبق أو تصاحب العملية الجنسية مثل الأفراط في المداعبة باللمس أو الضرب الخفيف أو التفوه ببعض الألفاظ الغير مألوقة . . . أو مطالبة طرف للطرف الآخر باتباع وضع جنسي معين . . . وأنا أقول أن كل ذلك يدخل في حدود الممارسة الطبيعية طالما أنها لا تحدث أثراً نفسياً أو جسمنياً لأحد الطرفين كما أنها تنتهي بانتهاء الممارسة . . . ننتقل بعد ذلك إلى موضوع الانحراف الجنسي . . . وهو أنواع وأشكال كثيرة منها : -

١ - تبادل النكت الجنسية ومشاهدة الصور والأفلام الجنسية . . . وهنا يجب أن نعترف أن هذا النوع من الانحراف غير قاصر على سن معين أو مركز معين . . . فالشباب مثل الشيوخ . . . والقراء مثل الأغنياء وذوى المراكز . . . وكثيراً ما نشاهد معركة أخلاقية بين الأب وابنه عندما يجد الاب يشاهد خفية أحد الأفلام الجنسية وبعد أن يعطي الأب ابنه درساً في الأخلاق . . . نجد الأب يبحث عن مكان خفي لمشاهدة نفس الفيلم !

ويدخل في هذا الباب معاكسات الشوارع والمكالمات التليفونية الجارحة . . . وكلها أمراض نفسية كثيرة ما تدل على كبت أو على تفكك في الأسرة والمجتمع . . .

٢ - السادية والمسؤولية :

و هنا يتلذذ الشخص بعذاب أو تعذيب الآخرين . . . فالسادية هى الآثار الجنسية التي تحدث نتيجة تعذيب الطرف الآخر سواء باللفظ أو التعذيب أو ما أشبه ذلك . . .

أما الماسوشيّه فهي الآثارة الجنسية التي تحدث نتيجة تعذيب الشخص نفسه . . .
وقد يسأل سائل . . أليس ما يحدث في العملية الجنسية هو نوع من السادية مثل
شد الشعر . . وقضم الأسنان وغض الشفاه وتبادل الألفاظ الجارحة وأحياناً بعض
الضرب . .

ونحن نقول . . إن السادي أو السادية لا يهمه في كثيراً أو قليلاً أن تم العملية
الجنسية لكنه يتلذذ من الألم وقد يصل إلى قمة الشهوة دون جاء . . أما الذي
يستعمل بعض ألوان الآثارة السابق ذكرها لاحماء العملية الجنسية فانياً لا تصل إلى
درجة السادية بأي شكل من الأشكال . . وهذا النوع من الإيلام أو الألم موجود عند
الحيوانات فالقط والكلب والذئب وغيرهم لابد وأن بحثوا ببعضهم نوعاً من الألم
أثناء العملية الجنسية .

٣ - الفتشية :

وهنا نجد أن الآثارة الجنسية مرتبطة بشيء معين فقد تكون مرتبطة بحذاء المرأة
أو نوعاً من ملابسها . . أو بشيء ما يستعمله . . وقد تكون مرتبطة بالمكان
أو بمحvodات المكان . . مثل محتويات حجرة النوم مثلاً . . وقد يتحول هذا التعلق
الجنسى إلى نوع من التعود إذا غاب عنها ذهبت الآثارة والعكس صحيح . .

٤ - الميول الجنسية بين الجنس الواحد . .

ولا بد أن نوضح أن الميل الجنسي بين الانثى والأنثى . . أو بين الذكر والذكر قد
لا يصل بالضرورة إلى ممارسة العملية الجنسية بينهما . . فكثيراً ما يسمع أن هناك
صداقة شديدة أو حب شديد بين فلانة وفلانة وقد يتتطور هذا الحب إلى التلذذ
بالأحضان والقبلات وغير ذلك . . دون أن يصل إلى السحاق أو ممارسة العملية
الجنسية بينهما وهذا أيضاً يحدث بين الرجال أحياناً . . وإذا ما تطورت العلاقة إلى
الممارسة الجنسية فانتا ستواجه حالة اللواط (بالنسبة للذكور) أو حالة السحاق
(بالنسبة للإناث) وهذه من أشد الانحرافات أو الأمراض الجنسية تعقيداً . . إذ أن
التخلص منها مثل التخلص من المخدرات صعبوبة وألمًا . .

هل الافراط في الجنس شذوذ . . . ؟

كثير ما نسأل عن عدد مرات الاتصال الجنسي الكافية لاشياع المرأة ؟ ! بل وهناك الكثير من الرجال الذي يتصور بأنه كلما زاد عدد الاتصال يوميا كلما تعلقت به المرأة وكان الرجلة مرتبطة بعدد مرات الاتصال الجنسي ؟ ! !

لقد سبق أن اتفقنا على أن الجنس غريبة يحتاج الجسم إليها تماما مثلما يحتاج إلى الماء والطعام . . لكنها تختلف لأن الجنس يحتاج إلى فترة تحضير ذهني ونفسى ثم إلى درجة عالية من نشاط الغدد التي تفرز هرمونات الجنس والتي تترجم بالانتصاب . . ثم هو يحتاج إلى لياقة هرمونات النساء والتي تترجم بالانتصاب . . ثم هو يحتاج إلى لياقة بدنية وصحة عامة جيدة كى تتم العملية الجنسية في وقت معقول دون ارهاق . .

وقد يتصور الرجل احيانا انه هو الذي يجب أن يقود معركة الجنس بمعنى انه يجب ان يكون قائد اللقاء الجنسي أو المايسترو دون سواه وهذا خطأ . . لأن المرأة لها دور ايجابي . . واذا تعاونت مع الرجل لأصبح اللقاء اكثر استمتاعا . . لكن يجب عليها أن تختار الوقت المناسب الذي يكون فيه الرجل مستعدا للمداعبة بغير ذلك لن يتجاوب الرجل مع أى نوع من المداعبة . .

نأت بعد ذلك إلى موضوع الافراط . .

الافراط هو الرغبة الجنسية التي لا تشبع أو ترتوى واحيانا يطلق عليها الشبق الجنسي . . وقد يكون الافراط الجنسي شيء طبيعى عند الرجل أو المرأة وقد يتتطور ليصبح حالة مرضية . .

وبعض الذكور خاصة الشباب يتفاخر بعدد مرات الاتصال الجنسي وكان ذلك موهبة خارقة . . وهؤلاء عادة يلجأون إلى المخدرات والأدوية التي تحقق لهم مثل هذا الافراط . .

وبعض الإناث يتفاخرن عن جهل ايضا بأنهن يستطعن تحقيق الارتواء أو قمة اللذة أكثر من مرة في العملية الجنسية الواحدة . . وعادة ما يحدث هذا هؤلاء الإناث

اللائق لم يجر لهن عملية الختان . . والى تؤثر على سرعة الوصول الى قمة الشووة في وقت معقول . .

وكثيراً ما نسأل عن عدد مرات الاتصال اللازمة لعملية الانجذاب . . ؟ !
والاجابة هي انه يكفي جداً ان يمارس الجماع ثلاث مرات اسبوعياً خاصة في فترة التبويض والتي تبدأ بعد انتهاء الدورة الشهرية باسبوع تقريباً وتحتدم لمدة اسبوع . .
(من اليوم ١٢ من بدء الدورة الى يوم ١٨ من بدء الدورة ايضاً)

وليس صحيحاً أبداً ما يشاع من أن ممارسة العملية الجنسية يومياً لازمة لاشياع المرأة . . فالمرأة لها فترات تكون فيها غير مهيئة تماماً لهذه العملية خاصة الفترة التي تسبق نزول الدورة الشهرية . .

وأخيراً نقول . . إن الاتصال الجنسي يحتاج الى ان يكون الاثنان في قمة اللياقة النفسية والبدنية لهذا الاتصال . . بغير ذلك يتحول إلى عملية أقرب ما تكون الى الحيوانية سرعان ما تنفر منها المرأة بل وتصيبها بالغثيان أحياناً . .

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

الباب
الحادي عشر

أشياء مترتبة بالجنس

الغيرة .. والجنس .. !

نحن في داخلنا جميعاً حب المنافسة .. وأيضاً حب الامتلاك !
والتنافس دائمًا يسبق الامتلاك وليس بالضرورة أن يكون التنافس بين شخصين
أو أكثر . . فمجرد الحصول أو الفوز بالشيء الذي تسعى إليه أو قررت أن تسعى
إليه يعتبر فوزاً . . لأنك تشعر أنك قد سبقت غيرك وهذا نوع من التنافس . .
وطبعاً جداً أن يأتي بعد ذلك الخوف على الشيء الذي حصلت عليه وهذا ما نطلق
عليه حب الامتلاك . .

والتنافس والامتلاك لا يمكن أن يتم إلا على شيء نحبه ونخطط أو نكافح من أجل
الوصول إليه . . وقد يكون هذا الشيء عملاً أو وظيفة . . أو كسباً من أي
نوع . . وطالما أنها بقصد موضوع الحب والجنس فإن التنافس والامتلاك يكونان في
أشد وأقسى مراحلهما . . وهو ما نسميه بالغيرة . .

لكن لماذا تكون الغيرة قاسية بل ومدمرة أحياناً في موضوع الجنس ؟ لأنها تتعلق
بالغرائز الجنسية التي يمكن أن تدخلها نزعة حيوانية لا حيلة لها فيها لأنها
لا إرادية . . فلهذا نجد الجميع يتساون في التصرف تجاه موضوع الغيرة . .
ونادراً ما يتدخل العقل أو الحكمة لتوقف التصرف الأحقن في موضوع الغيرة . .

وقد سألتني واحدة من مريضاتي . . هل تتصور أن زوجي يغار على من أحد
أقاربي وهو في مرتبة وسن الوالد ؟ ! ! قلت لها . . ليس هناك غرابة في ذلك فقد
يغار أيضاً من أخيه وحتى من أخيك وبعد أن زالت دهشتها قلت لها . . العلم يقول
إن الجنس أعمى ! وهناك مثل إنجليزي يقول « الكل يتساون في الظلم » وقد يدعا

و قبل نزول الأديان التينظمت العلاقة بين الرجل والمرأة . . . قد يما كان الأخ يتزوج أخيه . . . والفراعنة هم أقرب إلى ذلك إذن لا تندهنين . عندما يثور خطيبك أو زوجك إذا قلت له : -

بأن أنا معقول حابص لواحد زى والدى . . . أو زى أخويا ؟ ! لا ياسيدق الحب والجنس ليس فيه زى والدى أو زى أخويا . . لأنه جنس والجنس لا يفرق بين الغنى والفقير . . أو بين الوزير والخفير أو بين الشاب والعجز . .

إن الجنس لا ينفع لقياس أو منطق . . لأنه لو كان ينفع لنطبق لما رأينا رجلا يتزوج أو يرتبط بامرأة منحرفة . . أو أن تكون هناك علاقة بين رجل ورجل أو إمرأة وإمرأة . .

الجنس دائم بلا منطق . . ولا ينفع لقياس . .

أيعنى هذا أن الغيرة مطلوبة في الحب وفي الجنس ؟ ! نعم مطلوبة . . لكن بقدر . . لأن الغيرة المعقولة تشعر الطرف الآخر بالكبرياء والثقة والعزة . . وكل هذه الصفات مطلوبة في الحب والجنس على السواء . . أما الغيرة التي تزيد عن هذا الحد وهي ما نطلق عليه بالغيرة المجنونة . . فانها ليست مطلوبة على الاطلاق بل إنها نتائج عكسية لأن الخوف على الشيء الذي نحبه مطلوب لكن أن نحيط هذا الشيء بالرعب والقلق فان الشك سوف يتسرّب حتى إلى هذا القلق ليضيف عنصراً مدمرة يصعب التحكم فيه . . والغيرة المجنونة حالة مرضية يصعب معالجتها لكن هذا النوع من الغيرة عادة ما يكون عند طرف واحد وليس عند الطرفين فان الطرف المعمول أو المحادي هو الذي يتوقف عليه العلاج إذ لا بد أن يتبع عن موطن الغيرة أيا كان نوعها . . هذا إذا كان حريصاً على أن يستمر الحب مع هذا الشخص وإنما فلا داعي لاستمراره .

نأتي بعد ذلك إلى سؤال آخر . . هل الغيرة تقوى الحب أم تقتله ؟ الغيرة المعقولة تقوى الحب والجنس لأنها كما قلت تعطي الثقة والكبرياء للطرف الآخر وهذا يزيد من الترابط والانفعال . .

أما الغيرة المجنونة فانها تقتل الحب وتقتل الجنس أيضا . .

إذ كيف يمارس الجنس مع طرف يشك في ميله إلى شخص آخر حتى لو كان هذا
وهما . . .

ومعظم حالات الفتور الجنسي تبدأ بمجرد التفكير في أن الطرف الآخر لا يحبه كما
ينبض أو أنه لا يتجاوب معه كما يجب ثم يفسر لنفسه كل ذلك بأن هناك من يعكر
هذا الصفو . . أو هناك من يشد انتباه الطرف الآخر أو يستحوذ على اهتمامه
وعندئذ يبدأ الفتور الجنسي الذي قد يصل إلى العجز الجنسي أحياناً والذى قد ينتهي
بتدمير الحب أو بالانفصال . . ننتهي من هذا إلى القول بأنه ليس هناك جنس معقول
بلا غيرة معقولة ! ! !



الحب .. عاطفة .. أم عطف .. مصلحة .. أم جنس ؟

أعلم مقدماً أن هذا الموضوع سوف يزعج المرأة .. بل وقد تثور ولا تكمل فرائتها ..

لكنني أجزم بأنها ستعود وتقرأه مرة ومرتين وثلاث .. هل الحب عاطفة أم مصلحة أم جنس ؟ ! !

هو كل ذلك ! ! . . وقبل أن ندخل في الموضوع تعالوا بنا نتفق على تعريف الكلمة حب .. الحب في معناه العام هو شعور بالسعادة تجاه شيء ما ! فالرجل يجب عمله لأنه يتحقق فيه ذاته وشخصيته ورجلونه يصل إلى النجاح وهو قيمة السعادة .. والمرأة تحب أولادها لأنهم خرجوا منها وهم ناجٌّ تبعها ومعاناتها .. وهم أيضاً يعطونها نوعاً من الأمان .. حتى لو غدر بها الرجل .. وهناك أشخاص يعشقو المغامرات لدرجة الحب فهناك من يعشق الموسيقى وهناك من يعشق الرسم وغير ذلك .. كل هذه الألوان من الحب لا تشد انتباها لأننا تعارفنا على أن الحب هو الشيء الذي يجمع الرجل بالمرأة ! العاطفة هي الشعور بالليل والانحياز تجاه شيء ما ولابد أنها تدخل على النفس والراحة والسعادة .. وإلا لما تعاطف الإنسان مع هذا الشيء وعندما يقول الرجل .. إنه ارتاح لفلاتة عندما نظر إليها أو تحدث معها .. معنى ذلك أنه قد تعاطف معها .. والعكس صحيح عندما تقول المرأة أنها من النظرة الأولى قد إرتاحت لهذا الرجل .. فالراحة تعني الاسترخاء والشعور بالنشوة .. وهذه الكلمات لابد أن تدخل في دائرة الجنس لأنه لا جنس بغير استرخاء وشعور بالنشوة .. معنى ذلك أن الحب من أول نظرة ليس إلا حب الجنس للجنس الآخر ولابد أن أكرر مرة أخرى وحق لا أثير البعض .. إن المشاري الجنسي بين الرجل والمرأة يبدأ بالليل والشعور بالنشوة ويتهي بالعملية الجنسية لكن ليس بالضرورة أن يتنهي بهذه العملية .. لأن لها ظروفها ومناخها وملابساتها وحساباتها .. لكنها على أية حال تأتى في ختام مشوار الجنس ..

وقد يعا عندما كان الرجل يلجم إل الخاطبة أو ألى واحدة من أقاربه كى تختار له شريكة حياته . . هل كان يطلب منها ثقافة معينة أو فكرا معينا ! وهل كانت الخاطبة تهتم بذلك عندما تذهب خطبة فتاة ؟ ! ! إن كل إهتمامها أولا وأخيرا كان ينصب على الناحية الجمالية من تقاطيع وأجزاء جسم . . مثل السيقان والأرداف وغير ذلك . .

أعتقد الآن إننا قد اتفقنا . . أن الحب من النظرة الأولى ليس حبا لذكاء المرأة أو ثقافتها أو مركزها أو حتى سمعتها وأخلاقها لكنه بالدرجة الأولى حب للجنس مجرد من أي شيء آخر وتأتي بعد النظرة الأولى كل الصفات التي ذكرت عن المرأة وهي قد تغير من وجه حاس الرجل لهذه المرأة . . وقد لا تغير شيئا لأننا كثيرا ما نسمع أن فلانا قد تزوج فلانة برغم علمه بأنها كذا وكذا وقد يقول قائل . . هذا الشخص يعتبر شخصا مريضا . . وأنا أقول له . . لو كان الأمر كذلك لكانت فرص الزواج متاحة فقط أمام أفضل النساء خلقا وثقافة ومعرفة . . لكن الحقيقة للأسف عكس ذلك تماما . .



بل إنني من تجاري أستطيع أن أقول للشخص الذي يتزوج المرأة لشخصيته وفكرة وثقافته . . . بغير أن يكون للجنس دور في هذا الموضوع أقول لهذا الشخص : عليك أن تؤجل هذا الزواج بعض الوقت حتى تعالج وعندئذ أقبل على المرأة بشخصية متفوقة قادرة ولا يمكن للرجل أن يختال بقدراته وتفوقه أمام المرأة والجنس غائب لسبب بسيط ذلك هو أن الجنس هو الذي يعطي الرجل الأرض التي يختال عليها أمام المرأة . . . لكننا نسمع أن الرجل الفلان أو الزعيم أو العالم النابغة . . . وصل إلى قمة التفوق برغم ضعف قدرته الجنسية . . . والرد على ذلك . . . أن التفوق هنا نوع من التعويض وهو يختال بهذا التفوق أمام الشعب أو أمام المجتمع وليس أمام المرأة . . . لكن إذا بحثت في أعماق هذا الشخص ستتجد ألواناً من التعasse والخذد . . والكراء . . والانتقام . . لأنه فقد عنصر الجنس الذي يعطيه الاسترخاء والمعطف والتعاطف بل وحب الناس جيئا . .

نأتي بعد ذلك . . . إلى العطف . . . والعطف يحمل معنى المساعدة والرحمة ونحن لا يمكن أن نبعده عن دائرة الحب وإلا فكيف نفس الكلمات التي تقال بأن الحب موقف والحب شهامة . . . والحب تضحية وغير ذلك . .

والمرأة تكره كلمة العطف لأنها تشعرها بالضعف وتسعد بأن تستبدل كلمة العطف بكلمات الشهامة والتضحية والكرم . . . وغير ذلك . .

وإذا كان عطف الرجل على المرأة مقبولاً بعض الشيء . . . إلا أن عطف المرأة على الرجل غير مقبول بالمرة . . . حتى لو كان هذا الرجل في حاجة ماسة إلى هذا العطف . . . وهنا لابد أن نخرج العطف من دائرة الحب . . . لأن العطف هو عنوان الشيء الذي يجمع هذا الرجل بتلك المرأة . . . حتى لو تفاخرت المرأة بأنها تبذل جهدها لتعطف على هذا الرجل . . . أو أنها فقدت شبابها من أجله نقول لها . . . إن كل ما تفعليه يasicلني بثوابه . . . لكن لا يمكن أن نطلق عليه كلمة الحب . . . ننتهي من ذلك إلى أن العطف في الحب مطلوب بقدر . . . وهو مطلوب من الرجل للمرأة . . . وليس عكس ذلك تماما . .

نأن بعد ذلك إلى موضوع شائك جداً وهو . . هل في الحب مصلحة؟
أولاً . . لماذا تزعجنا كلمة مصلحة؟ ! ولماذا نفكر في المصلحة المادية فقط . .
فالمرأة عندما تسمع كلمة مصلحة تثور ثورة عارمة بل أنها تعتقد أن المصلحة معناها
أن هناك شيء يباع وشيء يشتري وبالتالي مكسب وخسارة؟ !

تعالوا نناقش الموضوع بهدوء . . إذا لم يكن في الحب مصلحة للرجل وللمرأة
للماء إذا الزواج . . عندما يجب الرجل فهناك على الأقل مصلحة عاطفية ثم
مصلحة جنسية تعود عليه بالسعادة والنشوة وغير ذلك . . أليست هذه
مصلحة؟ ! . .

وعندما تحب المرأة أليس في حسابها الأمان والاستقرار والبيت والأسرة والجنس
وكل ذلك؟ ! أليس هذا كله مصلحة؟ !

والمصلحة في معناها الواسع تعنى كسباً لشيء ما . . فما بالك إذا كان هذا
الكسب . . عاطفى جنسى؟ ! ثم تعالوا بنا نتأمل علاقة الزوج بزوجته . . نحن
أحياناً نقول أنه مشاركة . . وهى كلمة صحيحة تماماً . . لكن هل يمكن لفرد ما أن
يدخل في شركة خاسرة الشخص العاقل يدخل في شركة يتوقع منها ربحاً أو عائداً
ويكون أن تسير الشركة بنجاح ستة أو اثنين أو أكثر ثم نفاجأ بأن الشركة بدأت تخسر
وهنا يختلف تصرف مساهم الشركة فالبعض ينسحب من الشركة . . والبعض يؤثر
الانتظار بعض الوقت لعل الأمور تأخذ طريقاً أحسن . . والبعض الآخر يستمر في
الشركة حتى ينهار معها تماماً . . وهكذا الزواج . . وسوف لا نتحدث بتوسيع عن
موضوع الزواج لأننا في صدد موضوع الحب . . لأن الحب قد يتنهى بزواج وقد
لا يتنهى بزواج . . والقواعد التي تحكم موضوع الحب غير القواعد التي تحكم
موضوع الزواج . .

وفي نهاية حديثنا عن الحب نأن إلى موضوع الجنس وهو بطل روايتنا وأكبر
مرة . . وثانية . . وللعشرين . . بأن الجنس حالة تبدأ باسترخاء وهو حالة المحبين
أثناء المجالسة والحديث . . ثم تدرج إلى المداعبة واللاماسة . . وتلك حالة المحبين

أيضاً الذين تسمع لهم ظروف المكان والزمان بذلك . . ثم تتطور المداعبة واللامسة إلى المياج الجنسي المشوب بالخذر والخوف كالقبلات والأحضان . . ثم يتدرج بعد ذلك إلى العملية الجنسية سواء كانت من الخارج أو من الداخل حسب إستعداد وموافقة الطرفين . .

أعلم أن هذا الحديث سيزعج بعض المحبين . . لكنني أقول لها إذا كنتي في مكان يسمع بالضغط على اليدين أو ملامسة الشعر أو بقبة . . هل تترددان في القيام بذلك ؟ !

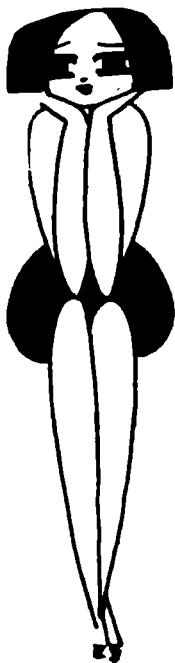
وأضيف . . إذا تكرر التردد على هذا المكان في نفس المناخ الذي بدأنا فيه مشوار الجنس فلابد وأن يتنهى مشوار الجنس بالعملية الجنسية . . وليست القضية هنا في كيفية اتمام العملية من الخارج أو من الداخل . . فالهم أن مسرحة الجنس قد إنتهت أحدهما وأقتربنا من نزول الستار . .

بعد كل ما قدمت من تحليلات نفسية للجنس . . لابد من أن نخرج منه بالأق :
إذا كان الجنس حالة . . وهو أيضاً نجم رواية الحب فلا يمكن أن نفصل موضوع الجنس عن الحب . . ولا يجب أن يزعجنا ذلك . . لكن على المحبين أن يعيدوا حساباتهم مع الجنس فالراحة . . والمداعبة . . والكلمات الهاشمة الناعمة ثم اللامسة والاحتكاك يمكن أن يؤدي ذلك إلى العملية الجنسية إذا سمع المكان وسمحت الظروف بذلك وعلى المرأة أن تدرك جيداً أن مجرد قبوها للزمان والمكان قبول لمارسة الجنس بأشكاله المختلفة . .

ويقول بعض العلماء إن الجنس يبدأ بأسلوب إرادى ويتهنى بأسلوب لا إرادى . . بمعنى أن موعد اللقاء وترتيبات اللقاء ثم برنامج اللقاء كل هذا أمور إرادية تتوقف على موافقة الرجل والمرأة . . أما ما يحدث بعد ذلك فإنه يمكن أن ينزلق من الموافقة الإرادية إلى الموافقة اللا إرادية . . حيث الغريرة الجنسية والشهوة . .

أخيرا . . إذا أصابك بعض الانزعاج من هذا الحديث فهل أطمع في دقائق من المدحه . . ثم العودة إلى الموضوع من أوله . .

أما أنت يا عزيزى الشاب فانا أعلم مقدما أنك ستعيد قراءة هذا الموضوع أكثر من مرة وسوف تمنى من أعماقك لا تقع عين حبيبك على هذا الكلام أبدا ! !



الجنس في فترة الخطوبة .. !؟

سألتني .. ما دور الجنس أثناء فترة الخطوبة ؟ !

قلت .. طالما أن السؤال جاء صريحاً جريئاً فسأعطيك إجابة أكثر صراحة !

نحن تعارفنا على أن فترة الخطوبة هي الفترة التي تسبق الانفاق الرسمي أو الاجراء الشرعي في مشوار الزواج وهي كذلك الفترة التي تسبق الانفاق الرسمي أو الاجراء الشرعي في مشروع الزواج .. وقبل أن ندخل في موقف الطرفين أثناء هذه الفترة .. تعالوا نتفق على أن الخطوبة إجراء عرف أو إجتماعي .. لكن الخطوبة ليست زواجاً ..

بعضنا أن فترة الخطوبة قد تنتهي أحياناً بزواج وأحياناً ولأسباب كثيرة قد لا تنتهي بالزواج .. وفي هذه الحالة الأخيرة يتغير الانفاق بين الطرفين دون أي إلتزام مادي أو أديبي طالما أن الأمر بهذه الخطورة بالنسبة للفتاة فلماذا الاصرار على فترة الخطوبة ؟ !

الواقع أن فترة الخطوبة وقبل سنوات قليلة لم تكن تتم لأكثر من بضعة أشهر قليلة يتم فيها استعداد الطرفين لاتمام عملية الزواج .. لكن نظراً لأن امكانيات الزواج أصبحت معقدة للغاية .. للدرجة أن الحصول على الفتاة الملائمة للزواج أصبح ميسوراً عن الحصول على الشقة الملائمة لهذا الزواج ..

من أجل هذا طالت فترة الخطوبة للدرجة أنها أصبحتنا نسمع عن خطوبة امتدت ثلاثة وأربع سنوات !

إذن الخطوبة هنا تحولت إلى زواج مع إيقاف التنفيذ وأنت عندما تسأل أي شاب أو فتاة عن السبب في إطالة فترة الخطوبة سيقولون لك أن السبب هو أنها مازلت نتعارف على بعضنا البعض أو مازلت نتعرف على ظروفنا .. وهذا غير صحيح لأن التعارف أو التعرف لا يتطلب أكثر من بضعة لقاءات أما إذا امتد التعارف أو التعرف لأكثر من ذلك فلا بد أن يقفز موضوع الجنس ليصبح شريكاً في موضوع التعارف ..

لكن لماذا يحدث ذلك ؟ لأنه في بداية فترة الخطوبة تكون هناك مادة حديث تتناول أحلام المستقبل ثم طموحات الرجل كي يتحقق السعادة لفتاته . . . ويمكن أن يتكرر ذلك في بضعة لقاءات حتى يصبح تكرار الحديث في هذا الموضوع ملما . . . عندئذ يتسرب الجنس وفي البداية يأخذ شكل الاعجاب المتبادل ثم يمتد الاعجاب لبعض أجزاء الجسم ولا مانع من دخول الفيرة . . . كي تلهب العاطفة أو كي تتصاعد موضوع الجنس إلى درجة أعلى . . . وعندما يبدأ الكلام في الجنس . . لن يتوقف . . لسبب بسيط هو أن هناك حالة كبت عند الطرفين . . ثم أن هناك موافقة مبدئية من الأهل والمجتمع كى تتم بعض اللقاءات المنفردة والتي لا يمكن الموافقة عليها قبل الخطوبة . .

وفي البداية تخاف الفتاة من الشريك الثالث - وهو الجنس - لأنه قد يكون تجربة جديدة بالنسبة لها لكن يكفى أن يدعى الشاب الغضب أو أن يقول لها إننى أصبت بحالة شديدة من الكبت وإذا طالت فترة الخطوبة فلابد أن أعالج هذا الكبت مع إمرأة أخرى أو على الأقل أمارس العادة السرية . .

ثم يضيف على ذلك قبل أن تتفق من صدمة الحديث . . . أنسنا إنفقنا على أن نصبح أزواجا . . وأن المسألة مسألة وقت . . بل نحن متزوجون فعلا أمام الله . . بدليل أنها قد قرأتنا الفاتحة . . والأهل قد باركوا هذا الزواج . .

وتتقدم الفتاة حذرة في موضوع الجنس . . وليس لها خيار إلا أن تتقدم خوفا من الفشل أولا ثم خوفا من اتجاه الرجل إلى طريقة أخرى يعالج بها الكبت . . وعندما يجد الفتى أن فتاته قد بدأت تتنازل تدريجيا من الملامة إلى التقبيل يبدأ في الضغط على أعصابها كى تتقدم في مشوار الجنس خطوات أكثر . .

بعد كل هذه المقدمة التي لابد منها تأكيد السؤال :

ما دور الجنس في فترة الخطوبة وإلى أى مدى يمكن أن يتوقف ؟ وأنا يا فتاق أرد عليك بقولي . . إذا بدأ مشوار الجنس فلن يتوقف أبدا . . وإذا طالت فترة الخطوبة إلى حيث تبدأ القبلات والأحضان فان ما بد ذلك يصبح مسألة وقت ومكان . . لهذا

أقول لك . . لابد أن تضمني أمامك هدفا واضحًا منذ بداية فترة الخطوبة . . فإذا كانت ستمتد سنوات فلابد أن يبدأ الاتفاق بعقد القرآن إلى أن تناح الظروف بأعماز الزواج أما إذا كانت قصيرة فلا مانع من بضعة لقاءات . . لكن حذاري من التنازل في موضوع الجنس . . ولا تضمن تعليلات أو مبررات لكل ذلك . . وأنا أقول هذا لعدة أسباب . . أولها أنه لا أحد يضمن أن هذه الخطوبة يمكن أن تنتهي بالزواج ثانية . . إن الرجل سيفكر كثيرا في فتاته التي رضيت بالتدريج في موضوع الجنس دون أي اتفاق رسمي على الزواج وأخيرا إن ممارسة الجنس بشكل أو باخر في فترة الخطوبة يجعل موضوع الجنس يأتى فاترا أو باردا عندما يأتي موعد الزواج أخيرا أقدم أسفى لأن الإجابة قد لا ترضي الرجال وأيضا قد لا تشبع البنات . . لكن خبرق وعلمى وضميرى يدفعوننى كى أقول لك . . حذاري من فترة الخطوبة إذا طالت . . ثم حذاري من مشوار الجنس منها كان الحذر ثم أقول مشددا . . إن الجنس إذا بدأ فلن يتوقف إلا بعقد القرآن ، إذا لم تقع أحداث غير سارة في الطريق . .

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة



● بادکنور

شوف حاجة . . ای حاجة !!!

الطب
الثاني عشر

أنواع من الجنس

هل هناك جنس صادق .. و الجنس كاذب !! !

الجنس اتفقنا قبل ذلك - يمر في مرحلتين - مرحلة ارادية وهي مرحلة الشاعر الارادية . . ثم تأتي مرحلة تكىء تكون لا إرادية عندما تبدأ العملية الجنسية . . وهناك فرق بين الشاعر وبين كلمات الحب . . أو الكلمات العاطفية . .

ولأن المشاعر احساس داخلي فانت قد تحس بشوشة داخلية دون ان تتكلم أما اذا حكمتنا على المشاعر بأنها كلمات تقال فهنا يمكن لعامل التمثيل أو الخبرة دور يمكن أن يتدخل في الوقت المناسب . . فالحبية الغير مهيأة لكلمات الحب الساخنة أو المندفعه من الحبيب قد يضطرها الموقف الى ان تبادله بعض الكلمات وان كانت مشاعرها غير مهيأة تماماً لهذا الموقف . . كذلك الحبية التي لا تختر الوقت المناسب لتتبادل العواطف قد تفاجأ بكلمات باردة لا تعبر عن حقيقة الحب الذي يجمعها . .

تأتي بعد ذلك الى العملية الجنسية . . هل هناك عملية جنسية صادقة وعملية جنسية كاذبة ؟ ! بلا تردد نقول انه ليست هناك عملية جنسية كاذبة او صادقة لأننا طالما اتنا قلنا انها عملية . . فهذه تحمل معنى الاداء او التأدية تماماً مثل اي عملية اخرى بدليل انها عادة ما تؤدي في الظلام وعادة ما تؤدي وكل مقلل عنده ويدو كل منها وكأنه مكتفياً بحاسة السمع فقط . . وهذه كافية جداً لمواصلة الاداء او التأدية في العملية الجنسية لكن هل يعني هذا ان المشاعر المتأرجحة والعواطف الملتهبة تتنهى بمجرد البدء في العملية الجنسية ؟ ! ! نعم . . فالشاعر التي تسبق العملية الجنسية تختلف تماماً عن المشاعر اثناء العملية الجنسية . .

أما لو استمرت المشاعر الساخنة التي سبقت العملية الجنسية إلى العملية نفسها فان ذلك يؤدي إلى سرعة القذف وهذا ما يشكو الكثير من الأزواج منه خاصة في السنة الأولى للزواج . فهو يتصور أن تبادل العواطف الساخنة لابد وأن يمتد إلى بعد أن تبدأ العملية الجنسية وهذا خطأ يدل على قلة الخبرة . لأن نتيجة ذلك أن تصل الزوجة إلى قمة الشهوة في سرعة غير طبيعية تاركة الرجل بعد ذلك يبني العملية الجنسية بالطريقة التي يراها . وقد تكون قد استغرقت في نوم عميق . والعكس أيضا يمكن أن يحدث فالرجل يمكن أن يصل إلى قمة الشهوة ثم القذف تاركا زوجته بعد ذلك لآلام شديدة نتيجة احتقان المايس . وهو نوع من العذاب يجعلها بعد ذلك تنفر بل تكره هذه العملية بالذات .

ونحن نسمع أحيانا عن امرأة تبكي بعد العملية الجنسية دون أن نعرف سبب هذا البكاء . لكن العلم يقول ان سبب البكاء في هذا الموقف اما من شدة الشوّه والوصول الحاد إلى قمة الشوّه . واما من شدة الاحباط لعدم الوصول إلى قمة الاسترخاء وهو الذي تعان منه المرأة كثيرا !!

سألتني مرة احدى الزوجات : هل يمكن ان اعرف ان كان زوجي مخونني مع إمرأة ثانية ام لا ؟ ! ثم اضافت وقبل أن اجيب مع العلم ان زوجي يتصل بي جنسيا بنفس الحماس ونفس النظام الذي بدأ به زواجهنا ؟ !

قلت . . واضح هنا انك تقسيين الموضوع من زاوية العملية الجنسية فقط لكن كما قلت وأوضحت من قبل أن المشاعر التي لا ترتبط بالعملية الجنسية لا يمكن أن تكذب وهي المقاييس الحقيقى لصدق المشاعر . وفي نهاية هذا الحديث - لي رجاء - هو الانزعج انفسنا بموضوع الصدق والكذب في المشاعر أو الجنس لانه لابد أن نحكم على الاشياء بمجموعها وليس ببعض منها . .

فالرجل شهامة . . وحنان . . وجراة . . وطموح . . وتضحية . . والمرأة وداعمة ورقة وعدوبة وامان . . وهي ايضا الدواء لكل هموم الحياة ومتاعب الدنيا . . وكل هذه المعان تحتوى الجنس في داخلها . . وكلها تؤكّد صدق الجنس أو كذبه . . وبغيرها يصبح الجنس بلا اي معنى على الاطلاق !!

الجنس .. وفارق السن

فارق السن بين الرجل والمرأة . . موضوع يشغل بال الكثرين ولا يمكن ان يتفق عليه اثنان - لسيب بسيط هو أن اللاعبين في ارض الملعب يختلفون تماماً في تصرفاتهم ووجهة نظرهم عن المفرجين خارج الملعب . . فما بالك والموضوع يتعلق بالجنس . .

البعض يتساءل بدهشة . . أمن العقول ان تتزوج هذه الفتاة رجلاً في سن ابيها ؟ ! ! . . الم يفكروا في المستقبل بالنسبة لهم وبالنسبة لابنائهم فيما بعد ؟ ! الم يفكروا في اختلاف انطباع الصرفات بين السن الصغير والسن الكبير . . ومن منهم سيداً في التنازل ؟ ! ولسوف يأن الرد من الفتاة حاداً وقاطعاً . . ! انى احبه ! ! اما الرجل فسيقول . . انها المرأة التي كنت انتظرها طول حياتي وهكذا نجد انفسنا في محاورة لا جدوى من الاستمرار فيها لانه في هذا الوقت سيكون كل شيء قد تم والست أصبحت زوجة ويمكن حامل ! ! ! !

لماذا يحدث التقارب بين الفتاة الصغيرة والرجل الذي هو في سن ابيها ؟ ! سيرع البعض ويقول . . انها الطمع في ثروة الرجل التي تتطلع اليها كل فتاة في مثل هذا السن . !

والواقع انى التقيت بحالات ابعد ما تكون عن موضوع الطمع . . وعندما بدأت اتعرف عليها اكثر واكثر اتضح لي ان هذا الرجل يتمتع بشخصية أخاذة بالإضافة الى تعميم بكمية هائلة من الحنان الى جانب صفات اخرى كثيرة آسفة لم يجعل كل فتاة تتطلع اليه تنجدب اليه . . !

وحتى الان لم نجد على التسائل الذي طرحته آنفاً . . لماذا يحدث التقارب برغم فارق السن ؟ ! وقبل ان نصل إلى الاجابة المباشرة نقول إن اي لقاء بين الرجل والمرأة له وجهان أو جانبان في مثل هذه الحالات . .

الجانب الأول . . عبارة عن قضية اجتماعية لها حساباتها التي يتناولها المجتمع مجردًا من اي عاطفة . .

فالمجتمع عندما ينظر إلى هذا الالقاء الذى قد يصل إلى الزواج سوف يضع في حساباته مصير الفتاة وأولادها بعد عشرة سنوات أو عشرين سنة أو أكثر مع الافتراض بأن الزوج سيتهى عمره قبل الزوجة . . ثم تتوالى الحسابات عن المصدر الذى ستغول منه الاسرة البيتية وهل ستزوج هذه الأرملة بعد ذلك أم أنها ستستمر ل التربية الأولاد وكلها مسائل لا يمكن أن نضع لها نهاية محددة . . وإذا كان الزوج له زوجة أولى . . وعنده اولاد منها . فالحسابات ستتصبح أشد تعقيداً وسوف لا تجد هذه الفتاة المسكونة واحداً من الأقارب أو الأغرب يقف بجوارها وستواجه أحد أمرتين . . أما أن تسير وحدها في هذا الطريق منها كانت وعورته . . وأما أن تراجع عن حبها لهذا الرجل وهي عادة ستسلك الطريق الأول باصرار وعناد لأن الحب عندها أقوى من كل الحسابات . .

هذا عن الجانب الاجتماعي . . وهو كما قلنا مرفوض تماماً من المجتمع نائماً بعد ذلك إلى الجانب العاطفي . . أو الجانب الجنسي . . وهو ما تعبر عنه الفتاة بقولها . . أنا أحبه . . وما يعبر عنه الرجل بقوله إنني أحبها ولا استطيع أن أعيش بدونها . .

ما معنى عبارة . . إنني لا استطيع أن أبتعد عنه . . أو عنها ؟ ! لا يمكن أن تأثر هذه العبارة الا تحت عنوان الجنس . . ونعود نكرر بأن الجنس لا يعني بالضرورة العملية الجنسية . . أذن هناك حالة استرخاء عقلي . . وجسمى للفتاة عندما تخليس مع هذا الرجل . . وهذا الارتواء . . والاسترخاء . . هو مقدمة لموضوع الجنس ومثل هذا يحدث عند الرجل عندما يلتقي بفتاته الصغيرة . . لكنه أشد في انفعالاته من الفتاة . . لأن الرجل في هذا السن يحتاج إلى شعلة متقدة لتصحون كل الغدد التي هدرت أو هي على وشك ذلك . . ولا شك أن الفتاة في مثل هذه السن لديها هذه الشعلة . .

لكن لماذا تتوهج هذه الشعلة في السن الصغير ؟ ! لأن كل شيء ما زال متوجهاً لم تند إليه بعد اصابع الايام بتقلها وهمومها كى تأخذ منه هذا الوجه ويتحول الجنس إلى شيء بارد لا طعم له ! اخلاصة القول . . إن الجنس لا يعترف بموضوع فارق

السن . . كما انه لا يلتفت إلى انتقادات المجتمع لأن كل متقد يود في اعمقه ان تناح
له مثل هذه الظروف أو مثل هذا الموقف . .

ولا يعنيها بعد ذلك الكلمات التي قد تصدر من الفتاة أو من الرجل مثل كلمات
الأمان والحنان والشهامة والشخصية وغير ذلك فكلها ايضا تلعب في ملعب
الجنس . .

وكتيرا ما أسئل . . ما رأيك في موضوع فارق السن !

ودائما أقول . . إن الموضع اولا وآخرها يتوقف على درجة افتتان الاثنين بهذه
العاطفة أو هذا الحب ولا بد أن تكون المشاعر صادقة لأن لا وقت للتمثيل
أو الكذب . .

يأتى بعد ذلك موقفهم من المجتمع أو موقف المجتمع منهم . . ورأى انهم اقدر
الناس على اقناع المجتمع مع العلم ان نجاح هذا الزواج يحتاج الى كثير من الجرأة
والى كثير من التحدى وإلى كثير من الامكانيات التي تتبع معيشة مستقرة
هادئة . . بغير ذلك يصبح الزواج نهاية مؤسفة لحب جارف . .

اما رأى فيما يقوله الناس عن المستقبل وعن احتمالات وفاة هذا او ذاك او احتمال
الخلاف الذى قد يشب او غير ذلك من الاحتمالات . . فانا اقول . . ومن يضمن
ان كل هذا لا يحدث في الزواج المكافئ ؟ !

إن هناك آلاف من الزيجات المستمرة نتيجة رفض المجتمع لفارق السن فهل من
المنطق أن نرفض ما يبيحه الدين والشرع ؟ ! ! . . اننى لا اشجع زواج فارق السن
لكنى اقول ان الزواج يعطى نهاية لحب قد يصل الى نوع من أنواع الحب المحرم واذا
كان الله قد قبل وشرع هذا الزواج . . واذا كان النبي عليه الصلاة والسلام قد
اعطانا المثل والقدرة بزواجه من السيدة عائشة رضى الله عنها بفارق سن يصل الى
أربعين عاماً . . فلماذا يرفض المجتمع ما احله الله ورسوله . . واما عن المضاعفات
والاحتمالات فأتركوها لها فهنا أقدر الناس على فهمها وتقيمها والتصدى
لتائجها . . ونحن منها وضعنا من ضمانات لأى نوع من الزواج . . فقد تأى
الرياح بما لا تشتهي السفن ! ! !

الباب
الثالث عشر

أوضاع صحية .. وأوضاع غير صحية

أوضاع صحية ..

في ممارسة العملية الجنسية تدور أسئلة كثيرة حول الأوضاع الصحيحة الأكثر منعة وراحة للطرفين . ولاشك أن وضع الرجل والمرأة أثناء العملية الجنسية هام جدا في حالات كثيرة مثل حالات المرأة البدينة أو الرجل البدين أو في بعض الأمراض مثل مرض القلب أو ضغط الدم أو في حالات الاستعداد للحمل خاصة عندما لا يكون الرحم في وضعه الطبيعي .

من أجل هذا نقول أن تفهم أوضاع الممارسة الجنسية الصحيحة نوع من الثقافة الجنسية كي تتحقق الهدف سواء كان هو المتعة أو الانجذاب وأيضا تفادى حدوث مضاعفات نتيجة هذه الممارسة .

● وضع الرجل فوق .. !

وهذا هو الوضع الشائع أو المألوف وفيه تنام المرأة على ظهرها ثم تفتح ساقيها وبيفضل أن تضع وسادة عند أسفل المظهر وألا تضع وسادة تحت رأسها وعندما يقترب منها الرجل يجب ألا ينزل بثقل جسمه عليها ولكن لا بد أن يرفع جسمه قليلا بارتكاز الكوعين على الفراش . وهذا الوضع هو أنسنة الأوضاع للرجل العادي والمرأة العادية وهو أيضا يساعد على حدوث الحمل لكن ننصح الزوجة التي تتشد الحمل بأن تظل في وضعها هذا نصف ساعة على الأقل بعد انتهاء العملية الجنسية وألا تستعمل الدوش المهبلي أو الغسيل حتى الصباح ..

● وضع المرأة فوق .

في هذا الوضع تتم العملية الجنسية عكس الوضع الذي ذكر سابقاً بمعنى أن المرأة هي التي تأى فوق الرجل . وهذا الوضع وان كان يرضي المرأة في كثير من الأحيان إلا أنه يسبب لها الكثير من الاجهاد لكنه مناسب للرجل المراهق أو المتعب صحياً مثل مرضى القلب أو ضغط الدم لأن الجهد هنا يقع على عاتق المرأة .

● ● وهناك أوضاع كثيرة ننصح بها في حالات معينة مثل الوضع الخلفي وهو مفيد جداً في حالات الرحم المقلوب لأن هذا الوضع يعدل الرحم ويجعل طريق الحيوانات المنوية أكثر اعتدالاً - فقط يجب أن تضع الزوجة وسادة تحت أسفل البطن .

كذلك الوضع جنباً إلى جنب - وهذا الوضع وان كان يعتبر من الأوضاع الغير مألوفة إلا أنه يريح المرأة الحامل لأنه لا يسبب أي ضغط على بطن المرأة . إلى جانب هذه الأوضاع التي ذكرت والتي يمكن أن نقول أنها أوضاع صحية - تأى إلى كثير من الأوضاع الغير صحية مثل الوضع جالساً (يجلس الرجل على كرسي ثم تأى المرأة لتحتضنه في هذا الوضع) - أو الوضع واقفاً وغيرها من الأوضاع التي لها مضاعفات كثيرة والتي لا يمكن وصفها بالمداعبة لكننا سنضعها في بداية طريق الشذوذ .

تبقى كلمة أخيرة لابد أن نهمس بها في اذان الجميع . . ان العملية الجنسية ليست نوعاً من أنواع الرياضة العنيفة فهي تحتاج إلى كثير من الرقة وكثير من الحنان ولا يجب أن يتبع عنها أي ضرر جسماني .

الاحتلام صحة ام هررض ..؟

المعروف أن أكبر فترة تحدث فيها الأحلام الجنسية والاحتلام في الذكور هي سن المراهقة والشباب المبكر (١٦ - ٢٥ سنة) وهو ظاهر صحية إذا كان عدد مرات حدوثها في حدود المعقول . ولاشك أن أهم العوامل المسنة لهذه الظاهرة هي كثرة التفكير في الجنس أثناء النهار أو قبل النوم كذلك مشاهدة الصور والأفلام التي سعى على الإثارة الجنسية . والأحلام الجنسية يمكن تحدث للمرأة عند النوم ويمكن أن تصل بين هذه الأحلام إلى درجة من التشوه الجنسية .

وهناك معتقدات وأفكار خاصة عند الشباب رهى أن الحلم الجنسي وما يتسعه من قذف يحدث نتيجة لوجود فانص من المني محزن في اخصية وهذا غير صحيح على الاطلاق - أيضا قد تظن المرأة أن الحلم الجنسي نتيجة مباشرة للكلت أو عدم الوصول إلى قمة الشووة مع الزوج وهذا غير صحيح لكنه يحدث نتيجة التفكير أو الاهتمام بموضوع الجنس وكثيرا ما يخلوا للمرأة أن حدث امرأة أخرى في تفاصيل الجنس أو تبادل النكت الجنسي وهذا يؤدي إلى محزون من الرغبة الجنسية التي سرجم إلى أحلام جنسية

والاحتلام ليس له أصرار فالمنى الذي يقدّمه البرحل أثناء الاحتلام هو أساساً افرازات من البروستاتا مع كمية قليلة جداً من الحيوانات المنوية أما في المرأة فلا توجد سوى بعض الافرازات المخاطية التي لا تشكل ضرراً وأخيراً أن الاحتلام ظاهرة صحية أما الأجهاد الذي تشكو منه بعد الاحتلام فهو وهم . مجرد وهم !

الطب
الطبعة عشر

أريد أن أعرف ؟ ؟



هل يجب ان نعلم كل شئ عن الجنس ؟ ! ؟

الثقافة الجنسية سلاح ذو حدين . . يجب أن تؤخذ بمتنه الحذر . . فنحن نخاطب اشخاص عاديين وايضا اشخاص مراهقين واسخاصل مرضى لهذا يجب اختيار السن الذى توجه اليه المعلومات الجنسية ويجب ايضا اختبار نوع المعلومات التي تقدم لكل مرحلة من السن . . قلنا في مجال آخر ان الغريرة الجنسية تولد مع الطفل لكنه لا يعرف كيف ؟ ولماذا ؟ ثم ما الذى يحدث بين امه وابيه ؟ !

وعندما يكبر قليلا يسأل نفسه في صمت عن الذى يحدث امامه في شاشة التليفزيون او السينما من قبلات واحضان ومظاهر متعددة للاثارة ومارسة الحب بكل انواعه بل أن بعض المدعين بالتحرر الفنى يعرضون انواعا من الشذوذ الجنسي على أنها شريحة من المجتمع يجب ان يتناولها الفن المسرحي أو الفن السينمائى وهذا خطأ لأن الفن يخاطب مجموع الناس العقلاء ولا يخاطب الشواذ ثم انه لا يسمى كى يحول العقلاء الى شواذ . . . !

ثم نأتي الى السؤال . . ما الذى نقوله للطفل عن الجنس في مراحل عمره المختلفة ؟ وقبل ان اجيب على هذا السؤال لابد ان اقول كلمة صريحة للآباء والأمهات . . ان مناقشة موضوعات الجنس بين الزوج وزوجته هام جدا قبل الاجابة على أسئلة البناء او مناقشة موضوعات الجنس معهم . . إذ انه من غير المعقول أن تعيش الزوجة في غموض وجهل بالنسبة لموضوعات الجنس في الوقت الذي يتصدى فيه الزوج للإجابة على أسئلة البناء .

ليس هناك خجل بين الزوج وزوجته في مناقشة موضوعات الجنس بل إن المناقشة

احيانا تكون سبلا لتصحيح مفاهيم خاطئة وأحيانا تكون سبلا للعلاج في حالات الاحباط أو الفشل شيء آخر هام جدا هو انه لا بد ان يكون هناك اتفاق بين الزوجين على الاجابة عن أسئلة الابناء وايضا على موضوعات المناقشة لانه في الغالب سيتجهون الى الام كى توضح بعض النقاط التي لم يستوعبواها جيدا أو كى تزيل بعض الغموض في نقاط أخرى توقفت عندها المناقشة اذا لم يجدوا الاجابة عند الام او الاب سيتجهون الى الاصدقاء والصديقات عليهم يجدون هناك ما يشفي حب استطلاعهم نحو هذا الموضوع الغامض والشيق في الوقت نفسه والآن نعود الى اسئلة الاطفال ..

الاطفال ابتداء من سن الخامسة أو السادسة حسب درجة نضج الطفل يشغلهم موضوع .. كيف جتنا ؟ !

والاجابة هنا يجب ان تكون مقنعة بمعنى انهم جاءوا من بطن الام بعد أن مكثوا بها تسعة أشهر .. وبالقطع هذه الاجابة لن تزيل كل الدهشة أو الاستغراب .. إذ سيظل السؤال التالي يحتاج الى اجابة كيف نشأنا في بطن الام .. وهل ينشأ ذلك بعد الزواج وكيف ؟ ! ولا بد ان ترك الاجابة على هذا السؤال حتى يصل الطفل الى سن المراهقة وحتى يمكن ان يفهم اعضاء الجهاز التناسلي للرجل والمرأة ثم كيف يحدث اتصال وكيف يدخل الحيوان المنوي ليلقح البويضة ويتكوين الجنين .. كل هذا يجب ان يصل اليه واضححا صريحا بلا اي تردد أو غموض ..

ثم تأتي فترة المراهقة وما تنشأ فيها من اضطرابات وتخيل ثم بدء ممارسة العادة السرية .. وهنا لا بد ان يفهم الابناء في هذا السن .. لماذا يحدث كل ذلك وكيف ان ممارسة الرياضة والهوايات تساعد الجسم على ان يسترخي ثم لا بد من افهمهم ان العادة السرية ليست لها اضرار لكن يجب ان تتم بشكل معقول دون اي ارهاق ..

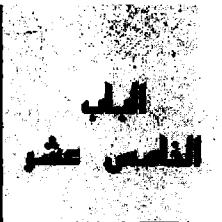
واما مرحلة المراهقة واقتراب الابناء من موضوع الزواج .. يجب ان تصل الثقاقة الجنسية اليهم كى توضح كل غموض ..

فالبنات يجب ان يعلمن كل شيء عن الجهاز التناسلي والدورة الشهرية والتبويب

والحمل والولادة . . كذلك يجب ان يعلمن كل شيء عن البكارة والاماكن الحساسة في الجسم وكيفية التعامل مع الزوج في ليلة الدخلة وما بعدها . . كذلك اسباب الفتور الجنسي وعلاجه وغير ذلك من المشاكل . . ولا خوف اطلاقاً من ان هذه الموضوعات قد تثير البنات او قد تدفعها الى الانحراف . . لانها بالقطع ستسأل صديقاتها وسوف يتداولن المعلومات الخاطئة وما يبعدها من آراء . .

اما الأولاد فالثقافة الجنسية تريحهم الى حد بعيد بل وتعطيهم تفسيراً لكل الظواهر التي يجدون لها تفسيراً مثل فائدة المخدرات والادوية المنشطة والتدخين والافلام الفاضحة وغير ذلك وهكذا يعيشون في الحقيقة بدل التخبط في غياهب الجهل والظلم ثم يأتي فترة الزواج وكما سبق ان قلت انه لا حياء بين الزوج وزوجته فيما يتعلق بموضوعات ومشاكل الجنس . . فكل منها عنده تساؤلات ومشاكل ولا بد من مناقشة الموضوع بصراحة كى يسير مشوار الجنس بلا متابع او أشواك ! ! !





منشطات للجنس ..؟



أغذية وأدوية . . . منشطة للجنس . . .

في كل مكان أذهب إليه . . . وعندما يتعرف الحاضرون على أنني طبيب متخصص في مشاكل الجنس . . لابد أن يمس واحد أو أكثر في أذن بقوله . . ما هو أحسن طعام منشط للجنس ؟
ويقترب أكثر من واحد ليسأل . . ياترى ايه الأدوية الجديدة المقوية للباء ؟ !
والباء يعني الجنس !!

وباديء ذي بدء نقول ان الحالة النفسية والحالة العاطفية والحالة الصحية العامة تلعب ادورا هامة في موضوع الجنس بشرط أن تكون الاعضاء التناسلية سليمة وافراز الغدد للهرمونات متكافئ . . معنى انه اذا حدث نوع من الفتور الجنسي فلا يجب ان تؤخذ ذلك على أن الموضوع قد انتهى ولم يبق سوى ان يسلم النمر . . كما يتفكه البعض . .

كل شخص كما سبق أن أوضحنا رجلا كان أو امرأة . . معرض في حياته لأكثر من فترة لابد وأن يحدث فيها هذا الفتور الجنسي لعديد من الأسباب التي تخرج من ارادته . . وقبل أن يلتجأ إلى الغذاء الدسم بهم أو إلى الأدوية المنشطة بهم أيضا لابد أن يعطي نفسه فترة من الراحة والتأمل حتى يستعيد نشاطه العاطفى والجنسى ايضا . . ولا بد وكما سبق أن قلنا ان تفهم المرأة هذا الموقف جيدا . . حتى لا تصيب الرجل باحباط ينتهي بالفشل . . لابد ان تفهم المرأة ذلك ولا تلجأ الى مضاعفة كميات الطعام الدسم او الى الوصفات البلدية التي قد تصيب جهلها المطبق في موضوع الجنس أو جهل المست فلانة التي سألتها عن هذا الموضوع وكيف انها

عالجت زوجها بهذه الطريقة . . وكانت النتيجة أن ربنا جبر بخاطره في أيام قليلة . . كذلك أقول للزوج . . وقد سبق أن قلته في مكان آخر . . أقول للزوج إذا وجدت زوجتك في حالة من الفتور الجنسي فلا تجعل ذهنك يشرد في مسائل بعيدة أو احتمالات لا وجود لها . إنها أيضاً بشر ومعرضة لنفس الفتور ولا تنزعها بعيراتك القاسية مثل . . ملخصاً راحت عليك . ! !

والخلاصة إن الجنس لا يعالج بالتهاكم أو النقد على جهل فكل ذلك يزيد من الاحباط ويحدث فجوة لا علاج لها بين الرجل والمرأة . . لنعود إلى موضوع الأغذية . .

لا يوجد شعب في العالم الا عنده تراث ومعتقدات عن الاغذية المنشطة للجنس والوصفات التي تساعد على اطالة العملية الجنسية وفي رايى قبل ان نغوص في هذا الموضوع انه لا توجد اغذية منشطة للجنس بشكل مباشر . . وحتى الطعام الغني بالفوسفور مثل السمك والجمبري والاستاكوزا وغيرها يمكن أن تبعث على النوم العميق والاحلام السعيدة . . اذا التهم منها كميات كبيرة . . او اذا كان الشخص غير مهيأ نفسياً مثل هذا اللقاء . .

والابياءيلعب دوراً كبيراً في موضوع التشويق فهو قد سمع عن عصير الجزر والحمام المتبل بجوزة الطيب . . وفي عملية الانتظار لما يسفر عنه هذا الاعجاز تشويق الهرمونات وتزداد كمية التستيرون في الدم وتبدأ الاثاره . . اما اذا حدث ما يشبه التخمة فان جميع اجهزة الجسم ستتكلس . . وتحول الدورة الدموية الى الجهاز الهضمي كى تساعد على هضم ما وصل اليه . . وتكون النتيجة السبات العميق . .

ولقد اجريت تجارب على اشخاص منع عنهم الطعام بثانية لمدة ثلاثة ايام فما عدا الماء وقليل من الجلوکوز . . وتبين ان نشاطهم الجنسي لم يفتر او يهدى كما كان متوقعاً . .

هذا لا يعني ان الطعام ليس له دور في موضوع الجنس . . لكن لابد أن تكون

بالقدر الذى يحتاجه الجسم ولا بد ان يمر وقت لا يقل عن ساعتين بعد الأكل لمارسة الجنس دون أرهاق لأن عملية الهضم تكون قد انتهت وتحول الدورة الدموية الى باقى اجهزة الجسم لمواجهة ما سيحدث بعد ذلك . .

وأحد الأيام جاء لي أحد الشباب ليشكوا انه منذ ليلة زفافه لم يستطع مقاومة النوم . . ويشعر بحالة خمول شديد . ولم يستطع الاقتراب من عروسة طوال هذه الفترة . . ولما سأله عن مدتها قال ثمانية أيام بالتمام والكمال . . وببدأت أسأله عن الاحداث التي مرت طوال هذه الفترة . . وخرجت منها بأن هذا الفتى المسكين كان يأكل ثلاثة ازواج من الحمام المحشى كل يوم بالإضافة الى طبق من الجمبري والمخاصلى الى جانب بعض الفاكهة والحلوى . . وطبعا قام بذلك بناء على نصيحة والدته وتأييد اصدقائه . . وسوف نغفل هنا القليل من المخدرات التي دسها اصدقاؤه مساهمة منهم في شحن الموضوع وتسخينه على حد توصيم . . وكانت التبيجة ان الفتى قد وصل الى هذه الحال . . قلت له بعد الفحص . . انت يلزمك فترة مماثلة على الاقل لا تتناول فيها شيئاً سوى اللبن وخذ عروسك وابتعد عن الجهلاء مدة عشرة أيام وستجد كل شيء قد عاد الى سيره الطبيعي . . وقد كان . . وعاد الفتى وبالبسمة على شفتيه وكانت كافية لترجمة تماماً ما حدث . .

الخلاصة . . انه لا مانع من الاغذية الغنية بالفوسفور أو الخضراء مثل الكربس والجزر . . وحتى لا مانع من دلك المخصوص (نهاية العمود الفقري) بالثوم الطازج كما يفعلون في تركيا . . لامانع من كل ذلك بشرط إلا تأكل بهم متتصوراً بأنها سائبة بالمعجزات وبشرط ان يكون جسمك متقدلاً لهذا النوع من الطعام حتى لا يحدث عسر هضم أو حساسية . . لا مانع من كل ذلك فإذا لم تأت بتبيجة فلا تلقى باللوم كل اللوم على الصنف أو على الذي أشار لك به فالمسألة كلها ايجاء لا أكثر ولا أقل . .

نأتي بعد ذلك الى موضوع الادوية . .

لاشك ان هناك ادوية تضعف الكفاءة الجنسية . . وهذا يحدث بطريقة

المصادفة . . فالادوية التي تستعمل لادرار البول أو العلاج ارتفاع ضغط الدم وهبوط القلب تضعف القدرة الجنسية اذا استعملت لفترة طويلة المهدئات أيضا والمسكنات . . تضعف القدرة لكن في حالات التوتر والخجل الشديد المصاحب أحيانا لليلة الرزاف مثلا يمكن تعاطي المهدئات بجرعات قليلة بشرط لا تستمر فترة طويلة . .

ولا شك أيضا أن هناك أدوية منشطة للجنس . . فمثلا نبات الجنسانا المعروف في كورريا والذي استخرجت منه مادة اطلق عليها اسم الجنسانا . . يطلقون عليه اسم الترياق في الشرق الاقصى . . وهو نسخلصه من جذور النبات ثبت ان له بعض التأثيرات في رفع الكفاءة الجنسية . . تأكّل بعد ذلك إلى الادوية التي تحتوى على منبهات للاعصاب مثل الاورو - والتونوفان . . والبروكوميل وغيرها وهي بالقطع تحدث هذا التأكّل لكن لا بد من تعاطيها تحت اشراف الطبيب المتخصص حتى لا تفقد تأثيرها مع الاستعمال الطويل . . ومن الادوية الحديثة ايضا دواء يطلق عليه اسم البروكربتين (معروف باسم بارلودل تجاريا) وهو مضاد هرمون يعرف باسم الهرمون المدر للبن (برولاكتين) . . وقد وجد أنه في حالة ارتفاع نسبة هذا الهرمون في الدم عند الرجال يحدث حالة الارتخاء وعندما يعود الى وضعه الطبيعي تعود حالة الانصباب الى ما كانت عليه قبل ذلك . .

وفي هذا المجال لابد في عبارة ان نقى بعض الضوء على اثر التدخين والخمور والمخدرات في موضوع الجنس . .

التدخين والجنس :

عند المرأة ثبت بالقطع ان التدخين يجعل يبلغ سن اليأس وهو اثناء الحمل يجعل بحدوث الاجهاض . . اما عند الرجل فهو بالتأكيد يقلل من الرغبة الجنسية ويساعد على سرعة القذف كما انه يؤثر على خصوصية الرجل حيث انه يضعف عدد حيوية الحيوانات المنوية . .

المخدرات والجنس :

المخدرات عموماً (الخمور - الحشيش - الهايروين - الكوكايين وغيرها) تلعب الدور الإيجابي الذي سبق أن تحدثنا عنه في موضوع الأغذية لكنها بالقطع تؤثر على افرازات الغدد الصماء فقلل من هيرمونات الجنس وكلما زادت كلما ضعفت القدرة الجنسية وتحول الشخص إلى إنسان خامل كسول متبلد العواطف ولا تصدقون ما يدعونه مدمى هذه المخدرات . . فكلهم بعد سهرة ساخنة ينامون أما في بيوت أصدقائهم أو ينامون في الطريق أو ينامون بمجرد الوصول إلى منازلهم وأسألوا زوجاتهم وستجدون الحقيقة كاملة . . وفي المستشفيات التي تعالج مدمى المخدرات اتفصح إنهم جميعاً يشكرون من الارتخاء واتضح أن نسبة كبيرة منهم يعانون من حالة عقم شديدة بسبب توقف الخصية عن إنتاج الحيوانات المنوية . .

وإذا كان لي أن أختتم هذا الموضوع بكلمة فإن أقول : لا الأغذية ولا المشروبات ولا الأدوية ولا المخدرات يمكن أن تصنع المعجزات ابحثوا أولاً عن العاطفة ولماذا خدت وهي إن عادت وأطللت برأسها مرة أخرى فسوف تصنع وحدها المعجزات بغير مساعدة من طعام أو أدوية . . أو أفلام مثيرة . . وصور مثيرة وغير ذلك ! ! !



المخدرات . . والجنس . . ١٩١

الباب
السادس عشر

ليلة الزفاف



الجنس .. في ليلة الزفاف ..

لماذا تشعر المرأة بالخوف .. بل بالرعب .. من ليلة الزفاف بالرغم من أنها قد سمعت وعرفت الكثير عنها .. ؟ !

لماذا يعمل لها الرجل ألف حساب بل انه في كل لحظة من لحظات الفرح والزفاف يفكر فيها سيائى بعد ذلك .. ؟ !

لماذا يأتى الفشل احياناً في أولى ليالي الزواج ؟ !

أحد أمررين .. إما أن الرجل عديم الخبرة مع إمرأة أكثر منه جهلاً ! وإما رجل له خبرة وامرأة في حالة خوف بعض النظر عن الخبرة .. .

* * في الحالة الأولى .. نحن امام زواج لا يعرف شيئاً عن الجنس بل لا يكاد يدرى كيف سيمارس الجنس .. بل احياناً لا يعرف في اي مكان سيدخل هذا العضو المتصلب !

ولا تتصيكم الدهشة من ذلك .. فقد سمعتها صراحة من احد الازواج واكذبها زوجته .. .

ونحن امام عروس لا نعرف اكثر ما سمعته من أنها أو من صديقتها من أن ما عليها الا أن تسلم نفسها فقط والرجل سيقوم بكل شيء !! وبظل الزوج يتخطى في متأهلات كبيرة والزوجة تدور معه في هذا التخطيط وهم إما أن يصلوا لما هو مطلوب .. وإما أن يخرجوا من هذه المعركة كما دخلوها تماماً .. وعندئذ تبدأ أولى مراحل الفشل .. ثم يتكرر الفشل وتبدأ المأساة التي قد تنتهي بالذهاب الى الطبيب

بعد ان تكون قد فشلت كل الوصفات البلدية بما فيها فك الرباط بواسطة السحر او العمل او غير ذلك من الخرافات . .

وانا لا اشجع الممارسة الجنسية قبل الزواج . . لكن قليل من الثقافة الجنسية يحبب الكثير من المتعاب . .

* * أما الرجل ذو الخبرة . . فإنه يدخل المعركة بفتونة وكأنه متآكد من النصر والمصيبة الكبرى تنزل اذا انهزم هذا الأسد . . فهو ينزل اللوم على زوجته ويفسدها بالبرود وان درجة الانوثة والجاذبية لديها تحت الصفر . . وفي الواقع هي بريئة كل البراءة من هذا الاتهام وكل الموضوع انه شحن نفسه اكثر من اللازم وتعاطى من الطعام وغير الطعام اكثر من اللازم . . ثم انه اراد ان يثبت فتونته من اللحظة الاولى والمسكينة تتطلع اولاً بإعجاب الى هذا الهرقل ثم يتحول الاعجاب الى اشفاق وهذا الطامة الكبرى . . فهو لا يقبل المزية بأى شكل من الاشكال . . وهذا الزوج عندما يعاود الاتصال بزوجته يحدث ما حدث في المرة الاولى . . لان التحضير : . والتجهيز للمعركة الثانية سيكون مضاعفاً والاحباط في حالة الفشل سيكون مدمراً ولقد شاهدت حالات كثيرة انتهت بالطلاق في الشهر الاول أو الثاني من الزواج وكأن الجنس وراء كل ذلك . . اقول لهذا الزوج المستأسد . . رفقاً . . بهذه المسكينة التي اخترتها زوجة ثم انه ما الداعي لها هذه الفتونة والتحضير غير العادي لهذا الموضوع . إن الجنس من اول المشوار الى آخره لابد أن يسر معتملاً حتى لا تجعل زوجتك في حالة من الرعب والخوف منك خصوصاً اذا كانت لا تعلم شيئاً عن موضوع الجنس . . واول درس تتعلمك منك هي هذه المعركة التي تدور بين اسد وقطة . . وباللهول لو انهزم الاسد !

* * إلى كل هؤلاء أقول :

إن ليلة الزفاف يجب ان تؤخذ على انها ليلة عادية جداً لا تحتاج الى اي تحضير او تجهيز . . وانا افضل الا يبدا الاتصال الجنسي في هذه الليلة لأنها ليلة مرهقة . . ويجب ان تختتم بعض المداعبة ويمكن ان يؤجل موضوع الاتصال الى اليوم التالي

أو أحد الأيام التالية . . ولا داعي للعجلة ولا داعي للإنزعاج ولا داعي للأكل والشرب بهم . . واحيرا . . ولا داعي لللبلابع . . والمخدرات وغير ذلك . . ! ان زوجتك ليست متوجلة كما تتوقع ولا تعتقد ان جبها سيزداد لانك هرقل في العملية الجنسية والدليل على ذلك حالات الطلاق التي تحدث ببرغم ائم جميعا هرقليون . . . !!

زواج بلا جنس .. ؟

قالت : مضى على زواجي عام كامل دون أن يحدث اي اتصال جنسي كامل بيني وبين زوجي . . فهل يمكن أن يستمر هذا الوضع دون حدوث متابع من اي نوع . . ? !

قلت : إن قرار الاستمرار من عدمه يتوقف على عوامل كثيرة . . فإذا ما نظرنا إليها من جانب الزوج لابد أن نسأل : .

— هل ذهب الزوج إلى الطبيب المختص للعلاج ام انه يرفض ذلك حباء او غروا ! ! !

— هل اوقف الزوج التدخين اذا كان مدخنا ام انه يرفض ذلك ؟ !

— هل تصرفات الزوج تحولت الى تصرفات غريبة ام انه ما زال في هدوئه الذي عرف عنه منذ بداية الزواج . .

— هل يمارس الزوج العادة السرية وراء ظهره ويخشى ان يصارحها بذلك ؟ ! كما يخشى ان يصرح الطبيب بها ؟ ! !

* * اذا نظرنا اليها من جانب الزوجة لابد ان نسأل . .

— هل انت السبب في الوصول الى هذه الحالة . . عن جهل وليس عن قصد واذا كنت بريئة من ذلك . . هل تقفين الى جانب زوجك ليجتاز هذه المرحلة الصعبة بشرط الا تجعلها حكاية عند المست وتالتك وعند صديقاتك وعند الجيران وكل من يهمه الامر ؟ ! !

— هل تعلمين ان زوجك سيصبح اكثر عصبية . . واكثر غيرة . . وهذه نتيجة طبيعية للحالة التي يمر بها . .

* * اخيرا . . فاني اقول لكم . .

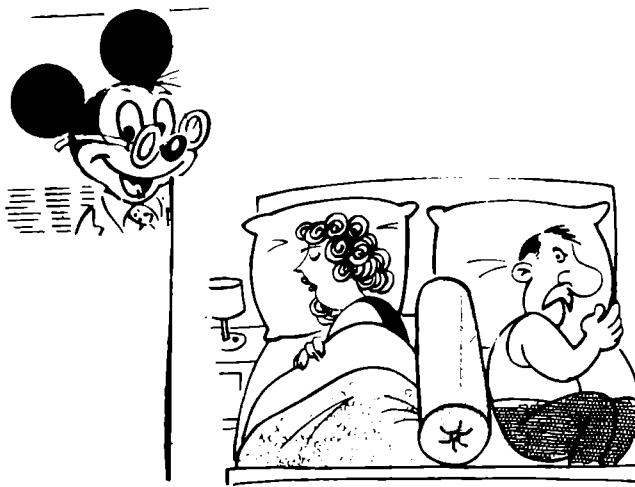
إن الجنس هام بغير شك في موضوع الزواج . . لكن يجب أن نعلم وكما سبق ان كررنا كثيرا في هذا الكتاب ان الجنس ليس العملية الجنسية والا لتحولنا جيعا من بشر الى حيوانات . .

الجنس مشوار بين الرجل والمرأة مملوء بالعواطف الميلية فالشعور بالثقة والامان يعطي الجسم حالة من الاسترخاء الجميل . . الاعزان المتبادل مطلوب . . والختان المتبادل مطلوب . . والرقبة المتبادلة مطلوبة . . كل هذا يولد الشعور بالكبرياء وبذل الجهد للتغلب على كل المصاعب . . اما العملية الجنسية في حد ذاتها فالمقصود منها انتهاء هذا المشوار من المتعة الجنسية في هذا الوقت بالذات حتى تهدى الغريرة وتأخذ الحياة سيرها الطبيعي بعد ذلك . .

وبقليل من الثقة الجنسية يمكن الوصول الى قمة الشهوة والارتواء والراحة بالتدريج على اتمام الاتصال الجنسي السطحي على البظر ويكون ان يصل الرجل الى حالة القذف وتصل المرأة الى قمة الشووة كل هذا بشرط ان يقتتن الاثنان بما يفعلان وان يتم بحب لا ان تقوم به المرأة وهي تضمر المرأة والحسرة على بعثتها الذي مال او في صدر الرجل مرارة لان رجولته قد ضاعت على يد هذه الزوجة فان كان الامر كذلك فلا فائدة من اي شيء ولا بد من الانفصال . . ايضا هناك اكثر من زوجة في مثل هذه الحالة تأتى لتشنيد الانجذاب عن طريق التلقيح الصناعى على أن يؤخذ السائل المنوى من الزوج بطريقة العادة السرية أو بطريق الشفط من الخصية . .

ودائما اقول لهم . . فكروا اكثر من مرة قبل الاقدام على مثل هذه الخطوة . . ودائما انصح الزوج بأن يتم علاجه من الحالة الجنسية أولا . . وبعد أن يعود الى حالته الطبيعية يأتي موضوع الانجذاب بالطريق الطبيعي أو بالطريق الصناعي . . لا يهم . .

٩٠٪ من حالات العجز الجنسي قابلة للعلاج . . والشفاء ايضا لكن بشيء
اصبر والسير في الطريق الصحيح للعلاج اما بالنسبة القليلة التي لا تستجيب
لذلك قد تكون مصاحبة لمرض السكر أو القلب احيانا فالامر هنا يتوقف على
لزوجة بشرط ان تبعد موضوع المطاف عن الزوج . لانه لا عطف في
النهاية . لكن هناك تعاطف ومشاركة . . وايدي وقلوب مشابكة يمكنها ان تجذب
صعوبات . .



الباب
السابع عشر

نصيحتى لها . . ونصيحتى له . . !



للشباب أقوال ..

- قبل أن تسأل أصدقائك عن أسرار الجنس حاول أن تقرأ عن الجنس بشرط أن تأخذك من زاوية الثقافة . . ! !
- الجنس لا علاقة له بضخامة الجسم . . بل ان السمة الزائدة والعضلات المفتوحة قد تعطي صورة هزيلة عن الجنس . .
- ليس هناك عضو ذكر كبير وعضو ذكر صغير . . برغم أن الطول قد يختلف من شخص إلى شخص لكن العبرة بقوة الاتصال وكيفية الضغط على مكان البظر عند المرأة كي تصل إلى قمة الارتواء . .
- سرعة القذف تأتى أحياناً من الحماس الزائد والإثارة الزائدة فقليل من المدورة في المداعبة وقليل من المدورة أيضاً أثناء الاتصال ومع هذا فالعلاج سهل ويسور . .
- لا تلجأ إلى الوصفات البلدية مثل البلايغ والدهانات وإحليل التمساح . . وغير ذلك . . فكلها قد تعطي بعض المفعول لكن رد الفعل عكس ذلك تماماً مثل المخدرات . .
- لا تصدق أن الخمور تنشط الجنس ولا تصدق أن الحشيش ينشط الجنس . . ولا تصدق أن شم الكوكايين يفعل المعجزات . . ان فعل هذه المخدرات لا يزيد عن إحداث التوهان واللامبالاة التي يدعى البعض أنها تطيل العملية الجنسية مع أنها أحياناً تأخذ صاحبها إلى سبات عميق . .
- العادة السرية ليست مضررة ولا تحدث فقدان للذاكرة أو العمى أو الضعف

العام كما سمعت . . كل ما في الأمر هو أن الاعتدال مطلوب ولا داعي للإدمان والارهاق . . ثم أضيف هامسا بضرورة التوقف عنها بعد الزواج لأن هناك البديل ! ! !

● حذاري من الجنس في فترة الخطوبة لأن المسكينة التي هي خطيبتك لا تدرى إن كنت تختبر نفسك معها أو تختبرها هي . . والنتيجة منها كانت ليست في مصلحتك على الأطلاق . . وكى تمنع حدوث ذلك حاول ألا تأخذها إلى مكان يسمح بالاثارة ثم المداعبة ثم الجنس . .

● في ليلة الزفاف لا تأخذ الموضوع بفتونة أو بحماس زائد فالمسألة لا تحتاج إلى كل ذلك . .

● إياك والنهم في الطعام بحججة انه منشط للناحية الجنسية أو كى يعطيك مزيدا من القوة . . لأن كل ما أخشاه هو عسر الهضم والتلذق المعاوى ثم النوم العميق . .

● الصور الفاضحة وأفلام الفيديو الفاضحة كلها مقرزة ولا تصدق أنها مثيرة جنسيا لأن أبطالها من الشواد . . والنتيجة إما مفهوم خاطئ عن الجنس أو حالة من الاحباط لأنك لست مثلهم . .

وللشيخوخة أقول . . .

● الجنس ليس له سن معين يتنهى عنده . . فكلما حافظت على لياقتك الصحية وكلما كنت معتدلا في ممارسة الجنس كلما امتد نشاطك الجنسي إلى الثمانين أو التسعين . .

● لا تشق كثيرا في موضوع الأدوية المقوية أو في موضوع تدليلك البروتستات إلا إذا كان هناك ما يدعوك إلى ذلك . . فقط أنت تحتاج إلى العاطفة وليس العطف . لأنك أصبحت رجلا متقدما في السن . . العاطفة ستشعرك بالحب والتقدير والاعتزاز والثقة بالنفس وكل ذلك سيجعلك موقد الجنس مرة أخرى . .

● لا يجعل الاحباط يتسلل إليك لأنك فشلت أو لأنك لا تستطيع أن تفعل

ما كنت تفعله سابقاً فكل مرحلة لها ملامحها وصفاتها التي تثير المرأة بشرط ألا تفقد قدرتك على العطاء والتضحيـة

● لا تفقد نشاطك ولا طموحـك لأنك ما زلت رجلاً في كامل لياقـتك ولـك من النـسـج والـخـبـرـة ما يـجـعـلـكـ محـطـ الأنـظـارـ والأـسـمـاعـ ولـنـ يـجـارـيـكـ فيـ ذـلـكـ شـابـ فـيـ العـشـرـينـ . . فقط بالـعـقـلـ والـاعـدـالـ . .

وإلى المرأة أقول :

سواء كانت صغيرة أم كبيرة .

● في مشوار تربيـتـكـ أحـطـاءـ كـثـيرـةـ . . لاـ ذـنبـ لـكـ فـيـهاـ . . فقد تربـيتـ عـلـىـ الخـوفـ والـانـطـوـائـيـةـ وـاـنـهـ لـاـ حـقـ لـكـ فـيـ المـناـقـشـ أوـ الرـأـيـ فـيـ كـلـ شـيءـ . . لـيـكـ ذـلـكـ . . لـكـ الـآنـ أـنـتـ لـكـ سـخـصـيـةـ مـسـتـقـلـةـ . . تـزـودـيـ بـالـقـرـاءـةـ . . فالـثـقـافـةـ سـتـضـيـءـ معـالـمـ الطـرـيقـ أـمـامـكـ نـمـ استـمـعـيـ جـيدـاـ لـنـصـائـحـ الآـخـرـينـ بـشـرـطـ أـنـ يـكـونـواـ عـقـلـاءـ وـعـلـىـ سـنـوـيـ مـنـ الـعـلـمـ وـالـخـبـرـةـ . .

- لـسـتـ فـيـ مـعـرـكـةـ مـعـ الرـجـلـ لـأـنـ الـحـيـاةـ وـالـجـنـسـ مـشـارـكـةـ . .
- مشوار الحـبـ وـالـجـنـسـ يـحـتـاجـ إـلـىـ بـعـضـ الـحـسـابـ حتـىـ لـاـ يـقـعـ الـمحـظـورـ وـلـاـ يـبـقـىـ سـوـىـ الـلـوـمـ وـالـبـكـاءـ وـالـخـسـرـةـ ثـمـ السـخـطـ عـلـىـ الرـجـالـ جـيـعاـ . .
- لـاـ تـصـدـقـيـ أـنـكـ كـبـرـتـ فـيـ اـنـسـ وـأـنـ قـطـارـ الزـوـاجـ سـيفـوتـكـ فـفـرـضـيـنـ بـأـيـ رـجـلـ . . أـوـأـيـ كـلـامـ كـمـاـ تـقـولـ الـبعـضـ . . أـنـكـ بـذـلـكـ تـدـمـرـينـ حـيـاتـكـ تـمـاماـ . .
- أـنـ فـتـرـةـ الـمـراهـقـةـ فـتـرـةـ قـاسـيـةـ بـالـنـسـبـةـ لـلـوـلـدـ وـالـبـنـتـ لـكـنـهاـ تـحـتـاجـ إـلـىـ الـقـرـاءـةـ وـالـمـنـاقـشـ وـالـرـيـاضـةـ وـمـارـسـةـ أـيـ هـوـاـيـةـ حتـىـ تـرـ بـسـلـامـ . .
- الـاتـصالـ الـجـنـسـيـ لـيـسـ مـجـرـدـ أـنـ تـسـتـسـلـمـ لـلـرـجـلـ كـيـ يـسـتـمـعـ . . فالـرـجـلـ يـرـيدـ أـنـ يـصـبـحـ مـعـكـ طـفـلاـ مـدـلـلاـ فـهـلـ تـبـخـلـيـنـ عـلـيـهـ بـذـلـكـ . .
- إـذـاـ كـنـتـ غـيرـ مـهـيـأـ لـلـاتـصالـ الـجـنـسـيـ فـأـخـبـرـيـ زـوـجـكـ بـصـراـحةـ بـذـلـكـ حتـىـ

لا تساوره الشكوك بأن هناك رجل آخر . . . ويدأ مشوار الفتور الجنسي عند الطرفين . . .

● إذا وجدت زوجك في حالة من الفتور الجنسي فليس هذا هو نهاية العالم ولا تقولي له . . . جرى إيه ؟ ما كنت كويس ! ! ! . . . أحسن روح اتعالج ! ! كلها عبارات تسبب الاحباط وهو لن يهب للعلاج . . لكنه سينذهب إلى إمرأة أخرى ليثبت انه عكس ذلك . . . وعندئذ ستقولين كل الرجال لاأمان لهم .

● الدورة الشهرية تأتي كل ٢٨ يوما بما فيها فترة نزول الدم وإذا تقدمت أو تأخرت بضعة أيام فلا داعي للقلق . . لأن الحالة النفسية تجعل الدورة غير مستقرة . . أما إذا تأخرت عن أسبوعين فلا بد أن تذهبى لاستشارة الطبيب فقد يكون كسلا في عملية التبويض وعلاجه سهل . .

● إذا كان عندك إفرازات مهبلية فلا داعي للقلق . . فهي إن كانت بيضاء زلالية (مثل زلال البيض) فلا خطر منها . . وأما إذا كانت كثيرة فالغسيل المهبل بواسطة الماء المذاب فيه الشبة بعيد كل شئ إلى وضعه الطبيعي . . أما إذا كانت إفرازات صفراء أو لها رائحة أو مصاحبة بحرش فلا بد أن تستشيري طببك . . والعلاج سهل أيضا . .

● غشاء البكاراة يمكن أن يتمزق من حادث في الصغر مثل ركوب دراجة أو حادث من أي نوع كما انه يمكن أن يتمزق إذا كنت تمارسين العادة السرية بأصعبك وفي حالة إثارة شديدة يدخل الأصبع ويعزق الغشاء . .

لا تنزعجي فعملية إعادة غشاء البكاراة إلى وضعه الطبيعي لا تستغرق دقائق ويمكن إجراءها في عيادة أي طبيب متخصص ولا تحاول أن تشرحى للزوج أي شيء عن هذا الموضوع فإنه في معظم الأحوال لا يصدق حتى لو تأكد من ذلك . .

● إذا لم ينزل دم من غشاء البكاراة أثناء دخول القضيب بالرغم من أنك متأكدة من عدم حدوث حادث . . لا تنزعجي فقد سبق أن شرحنا للرجل أن هناك نوع يسمى الغشاء المطاطي . . وهو يتسع وينكمش أثناء العملية الجنسية ولا ينزل منه دم على الاطلاق . .

● لا . بالفى لغرض إثارة الرجل قبل أو أثناء الاتصال الجنسى بذلك ستنهى العملية بسرعة مذهلة . . وسوف يشكو زوجك من سرعة القذف وسوف تشكين من انه يتركك متعبة مرهقة .

● سن اليأس ليست نهاية مشوارك مع الرجل . . فكل مرحلة من السن لها جمالها . . فقط لا تبالغ في الماكياج ولا في التبرج . . واستعمل كل امكانياتك بحكمة واعتدال . .

● التدخين يقلل من كفاءة المرأة الجنسية و يؤثر على التبويض و يجعل لفمك رائحة كريهة . . والرجل عموما لا يحب المرأة التي تدخن بشراهة . .

● لا تقلقين من تأخر عملية الانجذاب . . فالعلاج أصبح سهلا ميسورا . . بل إننا وصلنا إلى موضوع التلقيح الصناعي . و طفل الأنابيب بعد أن كان ذلك حلم منذ سنوات قليلة . .

● الشكوى المستمرة . . والثرثرة المستمرة . . تضعف من الحماس العاطفى للرجل بل أنها قد تنفس مشوار الجنس من بدايته . . قلل من الشكوى . . والثرثرة . . و اختارى لها وقتا مناسبا وإلا ستندمين بعد فوات الأوان . .



وفي الختام . . .

إلى كل من قرأ هذا الكتاب وخرج منه بعلومة أضاءت له معلم الطريق .
إلى كل من قرأ ولم تعجبه بعض النظريات أو الآراء . أقول :
لقد قدمت لكم العلم والخبرة . بكل أمانة وبكل صراحة أيضا . فالموضوع
صعب . والمناقشة فيه أصعب !
ومع هذا

سوف نظل أصدقاء على الطريق الصعب وإلى أن نلتقي على صفحات كتاب آخر . لكم مني أجمل الأمنيات .

المؤلف

د. كمال مرعي

أبريل ١٩٨٨

عصير الكتب
www.ibtesama.com/vb
منتدى مجلة الإبتسامة

دعوة مجانية للقراء

نحو مزيد

من الاسئلة والاستفسارات



يقول الدكتور : كمال مرعي مستشار أمراض العقم وخبير التلقيح الصناعي
إننى أعلم أنه مازالت هناك الكثير من الاسئلة والاستفسارات حول موضوع
الجنس وأيضاً موضوع العقم خاصة فيما يتعلق بالتلقيح الصناعي و طفل
الأنابيب . لهذا فإن الطريق بيني وبين القراء مازال مفتوحاً لمزيد من الاسئلة
بشرط لا يكون قد تناولها هذا الكتاب بالإيضاح .
ترسل الاسئلة والاستفسارات على العنوان التالي :
الأطباء العرب - المركز التخصصي للعقم
٩ ش الامل على - ميدان الاسكندرية - مصر الجديدة - ت : ٦٦٠٨٧٩

ملحوظة :

- تم توزيع هذا الكتاب في كل أنحاء العالم .
- اذا اردت الحصول على نسخة بسبب نفاد الأعداد الموجودة في السوق
انتظر الطبعة السادسة عشر او
اطلبها من المؤلف على العنوان التالي
مركز الأطباء العرب
٩ ش الامام علي - مصر الجديدة ت : ٦٦٠٨٧٩

د . كمال مرعى

□□□

ثمن النسخة في مختلف الدول :

جمهورية مصر العربية ٢٠٠ قرش - السعودية ٢٠ ريال -
الكويت ٢ دينار - قطر ٢٠ ريال - البحرين ٢ دينار - الإمارات ٢٠ درهم -
عمان ٢ ريال العراق ٤ دينار لبنان ٢٠ ليرة - الأردن ٢ دينار . الولايات
المتحدة ٦ دولار - إنجلترا وباقى دول العالم ما يعادل ٥ دولار أمريكي .

المحتويات

صفحة	مشكلات جنسية
٦٥	الجنس .. ومراحل النشاط الجنسي ٥
٧٥	شنود .. أم مازا؟ ٩
٨١	أوجه الخلاف بين الرجل والمرأة ١٣
٩٥	الجهاز التناسلي للرجل .. والمرأة ١٩
١٠١	الرغبة الجنسية ٢٧
١٠٥	الفتور الجنسي ٣١
١٠٩	الامراض والجنس ٤٥
١١٥	الكتاعه الجنسية ٥١
١٢١	مشكلة عدم الانجاب ٥٧
	نصيحتى لها .. ونصيحتى له ١

رقم الایداع بدار الكتب والوثائق القومية

٨٥ / ٧٠٩٣

٦ - ١١٧ - ١٢٤ - ٩٧٧

مطابع الأخبار



دكتور

كمال مرعي

مستشار امراض العقم

وامراض الجنس

عصير الكتب

www.ibtesama.com/vb

منتدى مجلة الإسقامة

إقرأ في هذا الكتاب :

- اسباب الضعف الجنسي عند الرجل وعلاجه ؟
- اسباب البرود الجنسي عند المرأة وعلاجه ؟
- الملل بعد الزواج ... اسبابه وعلاجه !
- الجنس في فترة المراهقة وسن اليأس !
- دور الجنس في مشوار الحب !
- اغذية وادوية منشطة للجنس !
- الجنس في فترة الخطوبة ... ليلة الزفاف !
- الجنس وفارق السن !
- زواج بلا جنس ... !
- الافراط ... والشذوذ ؟
- العادة السرية في الجنسين ... !
- المخدرات والجنس ... !
- دور الجنس في موضوع العقم ؟!
- ثقافة جنسية للجميع ... !

معربات



www.ibtesama.com