الجاذبية الجنسية

وكيف تحافظ عليها الزوجة

تزوج شاب فتاة من طبقته تصغره بنحو خمس سنوات . وكان قد عرفها وجالسها فى بيت أسرتها ورأى فيها من الجاذبيـة الجنسية ما يكفل بقاء حبه حيا طيلة الحياة الزوجية فقد كانت فى سن الشباب وكمال الصحة ووسامة الوجه . وقـد أحبت الفتاة زوجها وأنجبت له أولاد يسرون العين و يملأون البيت بهجة ومرحا . فكان كل شيء يبشر بأن الزوج سيزداد تعلقا بزوجته على مر السنين وأنه سعيد بهذه الحياة الزوجية .

وكانت الزوجة لتعلقها بزوجها وإخلاصها له وثقتها به تدبر له ماله وتقتصد فيـه وتفكر فى المستقبل البعيـد حين يكبر الأولاد فيجدون ما تدخره لهم . فكانت تستغنى عن الخدم إلا أقلهم كلفة من الصبيان والبنات الذين لا تثقل أجورهم . وكانت تمتهن نفسها فى خدمة البيت فتبدو فى مبادل تنفر من رؤيتها العين . بل كانت أحيانا تقتصد فى الخبز فتعجن من آن لآخر مقدارا من الدقيق تبعث به الى المخبز لكى يعود خبزا طازجا يساغ طعمه وتقل تكاليفه ، وكانت لا تبالى أن تلد كل عام وتحمل من الحمل والوضع والرضاعة مشاق تبدو آثارها على وجهها وجسمها فى التغضن والترهل . وسارت الشابة على هـذا النحو من المعيشة حتى اذا انقضت عشر سنوات من الزواج كانت قد رسمت فى ذهن زوجها أسـوأ الصور لنفسها . فقد كان لا يراها إلا وهى فى مبادل المطبخ قد تلوثت يداها وتشعث شعرها واتسخت ملابسها . كما أن تلك النضارة التى كان يعهدها فيها أيام السنوات الأولى من الزواج قد زالت ، وزالت معها قسمات جسمها الجميل . ثم هى لثقتها بحب زوجها لم تكن تباليه . وكل ما كان عندها من ملابس جديدة — وهى لاقتصادها لم تكن لتستكثر منها — كانت تدخره للخروج ولا يخطر ببالها أن تتزين بها لزوجها .

و بعد عشر سنوات كانت لاتزال تحسب أنها أسعد الناس وأن زوجها سعيد بها أيضا ، ولكن كان الشك قد أخذ يداخلها من وقت لآخر ، لأن غيابه عن البيت كان يزداد بمرور السنين وفى ذات يوم فوجئت بخبر انقض عليها انقضاض الصاعقة . وهو أنه عقد على زوجة أخرى وأنه يوشك أن يدخل بها بعد أيام .

وبعد أن زالت عنها دهشة الخبر وخف وقعه أخذت تفكر وتتأمل فى ماضيها وفى الأسباب التى حملت هذا الزوج الذى أولته حبها وبذلت له جهدها وادخرت له ماله وعنيت بتربية أولاده، على أن يتركها ويفكر فى التزوج من غيرها. بل هى قد استطاعت أن ترى هذه الفتاة التى ستكون ضرتها خلسة وأن تتفقدها من قمة رأسها الى إخمص قدميها . وشعرت بأنها هى تتفوق عليها فى كل شىء ، أجل فى كل شىء سوى هذه البهرجة أو ما ارتضت هى أن تسميه بهرجة .

والواقع أن كثيرا من الزوجات يفقدن أزواجهن لأنهن يهملن هذه "البهرجة" وهى ليست فى الواقع "بهرجة" لأن الزوجة التى تتزين لزوجها لا تتبهرج . ولكنها تؤدى واجبا زوجيا يطالبها به الاجتماع والأخلاق والدين والشرف . وليس من المنطق أو الحكمة أن تتزين الزوجة وتتخذ أحسن أزيائها عند ما تخرج الى الشارع أو تزور صديقاتها ثم تتخذ المباذل التى تقف بها فى المطبخ حين تستقبل زوجها . فان الزوجة البصيرة يجب أن تحتفظ بجاذبيتها الجنسية لزوجها فلا تبدو أمامه إلا فى أزهى ملابسها وأعطر طيوبها حتى تبقى فى ذهنه صورة نضرة جميلة . ولا يعنى قولنا هذا أن تهمل الزوجة المطبخ بل نحن نقول إنها إذا استطاعت يجب عليها أن تمسح غرف المسكن أو بعضها لكى يكتسب جسمها القوام العضلى المفتول بالمرانة اليومية على تأدية واجبات البيت . ومن يقابل بين قوام الزوجة الفلاحة والزوجة فى الطبقة المتوسطة يجد فى الأولى اعتدالا وصحة وخصرا ضامرا فى حين يجد الثانية مترهلة ضخمة . وهذا الفرق يعود الى أن الفلاحات يعملن فى الحقل والبيت ويؤدين أعمالا هى بمثابة الرياضة التى تحفظ للجسم صحته وقوامه . فمن واجب المرأة فى طبقاتنا المتوسطة أن تمتهن نفسها فى أداء الواجبات المنزلية ليس لخدمة البيت فقط بل للاحتفاظ بصحتها وقوامها . ولكن هذه الواجبات المنزلية يجب ألا تنسيها واجباتها الزوجية . فلا يجوز لها أن تبدو أمام زوجها إلا وهى على أحسن زى وأعظم جاذبية . وهى اذا كانت تكره العمل فى البيت أو كان عندها من الخدم من يقومون به فيجب عليها أن تقوم برياضة يومية وألا تهمل رعاية جسمها بتحديد الوزن وتجنب الترهل .

ولهذا الترهل الذى هو أكبر عيوب الزوجة فى الطبقة المتوسطة أسباب كثيرة . أهمها بالطبع قلة الرياضة . ثم طريقة الطبخ التى تحتم وفرة الدسم فى الطعام وكثرة النشويات على المائدة. فان الأرز يؤكل فى بعض البيوت كل يوم . مع أن المائدة الانجليزية لا تعرفه إلا مرة فى الشهر . ونحن نستهلك مقادير كبيرة من الخبز . وهذا كله يختزنه الجسم شحما يجعل البطن ينبعج أو يترهل ويحيل ملامح الوجه إلى غير أصلها فتزدوج الذقن ويتكتل الخدان . وهذا ينقص الجاذبية الجنسية إلى حد كبير . فيجب أن نلاحظ طعامنا حتى لا يؤدى الى السمن

فالترهل، هذا السمن الذى هو، زيادة على ما يؤثر فى الجاذبية الجنسية للمرأة، ينشر بيننا رجالا ونساء هدهم مرض السكر الذى لا يكاد بيت مصرى يخلو منه .

ومما يكون عادة سببا لنقص الجاذبية فى المرأة كثرة الولادات وتقارب مواعيدها . فان الأم تشتغل بالأولاد المتعددين وتحمل من الهموم والمتاعب مالا طاقة لها به . فتذهب نضارتها وتهمل ملابسها وهيئتها . ولسنا نعنى الانتقاص من قيمة الأولاد . ولكن الزوجة الحكيمة يجب أن تدبر المواعيد حتى لا يزدحم البيت بعدد أكبر مما يتحمل جهدها وحتى تتوفر على جميع مصالح البيت دون أن تطغى إحداها على الأخرى . فان عنايتها بأولادها يجب ألا تستأثر بها حتى تهمل عنايتها بنفسها وبزوجها .

ولسنا ننسى أن نذكر من وسائل الجاذبية الجنسية الاطلاع والثقافة . فان الجهل دميم . وأجمل النساء تبدو ثقيلة الظل أو كأنها تشكو الحزن اذا كانت جاهلة تعجز عن الحديث المنير . فيجب على الزوجة ألا تكف عن مواصلة المطالعة فى المجلات والجرائد والكتب حتى تصير زميلة حقة لزوجها يأنس اليها ويحب الحديث معها .

وبكلمة موجزة نقول إنه يجب على الزوجة أن تحتفظ بجاذبيتها الجنسية أمام زوجها . فتعنى العناية الحقة بقوامها ووسامتها ولا تستسلم للترهل أو السمن . ويجب أن تخص زوجها بأحسن ملابسها وأنق زيها . كما يجب أن تنير ذهنها وتجمل نفسها إلى جانب تجميل جسمها .

س . م .

من كلام ابن السماك قوله :

— خير الأخوان أقلهم مصانعة فى النصيحة، وخير الأعمال أحلاها عاقبة، وخير الثناء ما كان على ألسنة الأخيار، وأشرف السلطان ما لم يخالطه البطر، واغنى الاغنياء من لم يكن للحرص أسيرا، وخير الأخلاق أعونها على الورع، وإنما يختبر ذل الرجال عند الفاقة والحاجة .