10

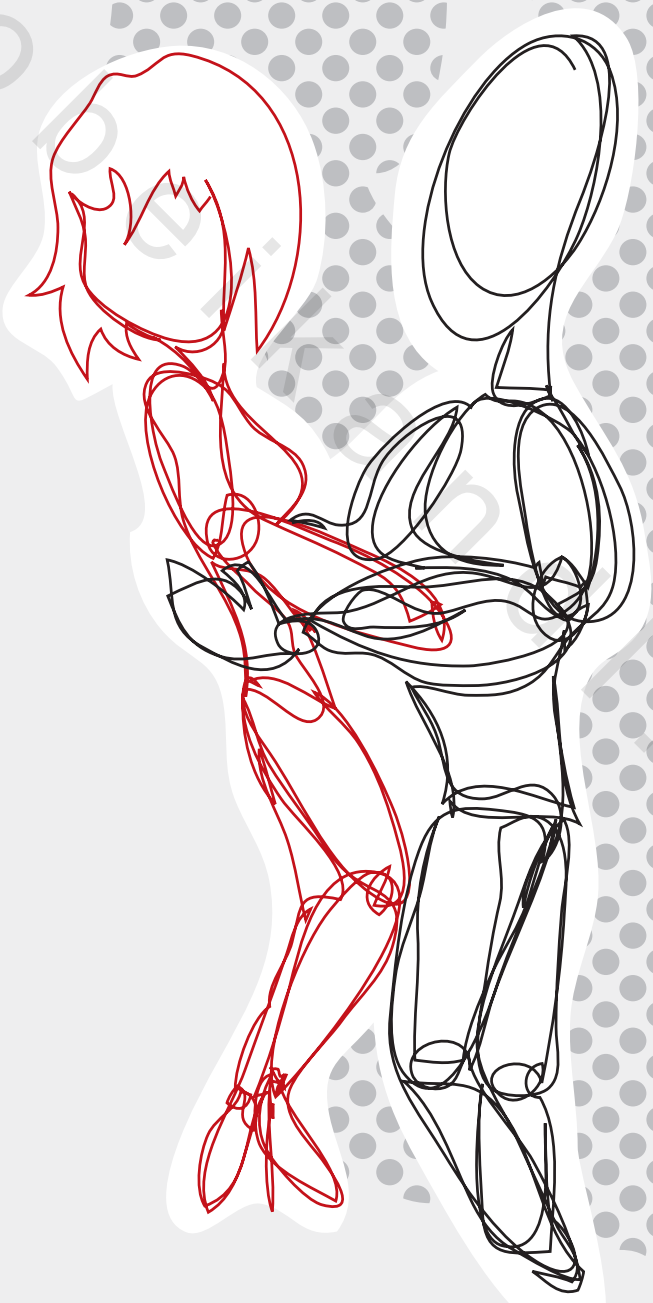
المرأة ما بين الرفض والبرود الجنسي ..

ليست هناك امرأة (باردة)...
هناك امرأة (رافضة) ...

التشنج المهبلي ومنع الإيلاج Vaginismus

obeikandl.com

obeikandl.com



obeikandl.com

هل هناك امرأة (باردة) ... سؤال يجيب عنه ناس كتير بإجابات كتير.

يقفز الرجال من على كراسيهم، يحلفون بألف مقدس وغال: آه.. أي والله نعم، وهناك من يتأنى ويحمحم ويقول: لا.. لا يمكن، مفيش ست وحشة ولا ست باردة، كل ست وليها مفتاح، وليها دَخلة معينة، وطريقة معينة، وأسلوب معين ممكن تستجيب بيه؟ ...

لكن مفيش سِت كده، لوح تلج تمامًا.. لا .. لازم يبقى العيب من الراجل، أو فيهم همَّ الإتنين، يعني إما مفيش بينهم كيميا أو إنه بيعاملها كأداة جنسية،عروسة بلاستيك ينفخها ويفرغ فيها طاقته وبس، خلاص...أو إن الشعلة اللي كانت بينهم انطفت، وشمعة الحب ذوت، ولم يعد هناك حوار، ولا احترام، ولا حاجة، سرير وجنس بس، أو إن الحكاية من الأول بايظة، يعني الراجل ده إتجوز الست دي عشان الموضوع ده بس، خلصت الحدوتة، تُعبرعن ذلك «فضيلة الفاروق» في كتابها المثيرللجدل (اكتشاف الشهوة) بسرد

obeikandl.com

تجربتها كزوجة ثانية كالتالي:

(حين تزوجت كنت أظن أن كل مشاكلي انتهت، لكني اكتشفت أنني دخلت سجنًا فيه كل أنواع العذاب، أنا التي منعت طيلة حياتها حتى مجرد أن تفكر في ذكر، بين ليلة وضحاها، أصبح المطلوب مني أن أكون عاهرة في الفراش، أن أمارس كما يمارس هو، أن أسمعه كل القذارات، أن أكون امرأة منسلخة الكيان، أن أكون نسخة عنه وعن تفكيره، المشكلة تجاوزتني، ولهذا تطلقت).

تقول امرأة في أواخر العقد الثاني من عمرها أن الزواج بالنسبة لها كان حلمًا ورديًا وأن لقاء الفراش كان متعة فعلًا، لكن الأمور تغيرت، (خلِّفت وشِلت هموم وهموم، زِدت في الوزن، لكن زوجي رغباته زادت، واعتبرني أداة لممارسة الجنس بكل الطرق، وعاء يعني، حتى الأوضاع اللي ماعرفش أعملها، والحاجات اللي مستحيل أعملها بقيت أحاول أعملها عشان أرضيه، لكن مقدرتش أكمِّل، بقيت حاسّة إني فعلًا أداة لمتعته بس وبقيت أكره الموضوع ده).

امرأة أخرى تضج أنوثة وتفح منها الرغبة! بدءًا من بسمتها ورعشة صوتها، وطريقة كلامها إلى طريقة مشيتها ودلعها، امرأة (نِغشة) بكل المقاييس، تقول (بعد العمر المديد والزواج المزمن اتقلب الحال، في الأول كنت باحب الموضوع ده، وجوزي ماكانش مهتم قوي،

دلوقتي بقى شغله الشاغل إنه ينام معايا، وأنا محتاجة أبقى شريكة، نتكلم، يسَّمعني كلام حلو، يمسك إيدي، تصور إنه ممكن يكون بيمارس معايا الجنس الكامل ومايبوسنيش ولا يكلمنيش، وما يبصش في وشي حتى، فازاي بقى يمسك إيدي... ده أنا بحلم وبفكر في الأفلام العربي، المهم ازاي بقى أحس وأحب ويجيلي رغبة؟! أنا بقوله لأ وهوا بيهددني إنه هيتجوز تاني . بالمناسبة كل الرجال بتهدد بالحكاية دي .. مش عارفة ليه، ومنهم فعلًا ناس بيعملوها يا إما في السر، أو في العلن، يا إما عادي رسمي أو عرفي، مش مُهم، هو قال لي روحي يا شيخة منك لله، روحي دا إنتي مَرَه باردة .. بالذمة أنا باردة، ده أنا حتى حاسّة إني سُخنة جدًا .. أنا كتلة مشاعروأفكار، مزاج وإحساس، أنا فعلًا مش مجرد حتة لحمة أو جسم بيفرغ فيه شهواته وبس .. هييه ... هو مش قادر يفهم .... للأسف لأ).

إذن ..الحالات كثيرة جدًا، المرأة بشكل عام، والعربية بشكل خاص (بعد القهر الأخوي والأبوي والمجتمعي، وبعد الختان وقهر الزمان وخلفة العيال وتدخلات الأهل والجيران والخلاّن كمان،

مُتهمة بإنها باردة)، وعلى عكس الراجل واضطراباته الجنسية (السِت هنا لازم تداري على جوزها وتصبر على بلوتها، وتستحمل)، الموضوع ليس فقط في الصبر لكن المرأة محرومة من البوح بعدم قدرتها على الاستمتاع، وغير قادرة على الاعتراض خوفًا من غضب الله وغضب الزوج ولعنة الملائكة، تلجأ إلى التمثيل والتزييف والتزوير لأحاسيسها، فتوهم الزوج بأنها (وصلت) وإن كل شيء (تمام)، وأنها تحصل على المتعة الفائقة وزيادة شوية كمان، عشان تبسطه أو عشان يحلّ عن جسمها وعن قفاها وعن سماها وعن كل حاجة.

وامرأة أخرى في أوائل الثلاثينيات فاض بها الكيل، وأصابها الاكتئاب الجسيم؛ فقررت طلب الطلاق رغم وجود ولد وبنت من زواجها العظيم ذلك، قال الزوج في جلسته الاستكشافية مع المرشد الزواجي (أنا باحبها، وباموت فيها، وباجيبلها كل حاجة، وبابسطها جدًا في الفراش لكن مش فاهم هيّ عايزة تتطلق ليه؟.. هيّ صحيح عايزة تتطلق ليه؟).

ولما واجهت الزوجة ما قاله زوجها، انفجرت بعدما تخلصت من اكتئابها وبكائها، زادت قوة وجرأة وشجاعة وتصميم .. قالت (أنا بصراحة لا أستمتع معه إطلاقًا، ده راجل أناني لدرجة بشعة، نرجسي إلى درجة العفن، مفتون بذاته إلى حّد الهوس، نعم أنا بازوّر الرعشة الـ.Orgasm أنا باضحك عليه وعلى نفسي، آه، ممكن يكون فيه مشاعر بيننا، لكن عمر الحُب وحده ما يقيم علاقة زوجية أساسها الشراكة، لذلك هو ممكن يقول عليَّ مُزورة وباردة،

طظ مش مهم).

ولما سألها مرشدها الزوجي وطبيبها النفسي (طيب ها تتجوزي تاني ازاي وإنتي عندك طفلين، مين هياخدك بيهم؟)، ردّت بكل ثقة (أنا مش عايزة أتجوز، أنا عايزة أعيش حياتي صح، وأحقق ذاتي بجد). هذه المرأة في عرف بعض التقليديين Stereotype (بتتبطر على النعمة) وفي عرف رواد الحركة النسوية (امرأة جدعة) وفي مفهوم الصحة النفسية (امرأة إيجابية).

* * * * *

عودة إلى مفهوم الاضطراب النفسي الجنسي لدى المرأة والرجل، فكلمة (البرود) كلمة غامضة، ذات مفهوم (مطاط) ممكن أن تعني كل أشكال (عدم القدرة على الاستجابة الجنسية).

يترواح ذلك ما بين (عدم الإحساس المطلق، يعني عدم وجود الرغبة والشهوة تمامًا)، إلى درجات بسيطة من «العُطل» في العلاقة الكاملة التي تصل إلى ذروة الشهوة Orgasm.. هنا يكون المصطلح مُحيرًا ومثيرًا للتشوش الذهني؛ فهو يفشل في إيصال حقيقة استجابة المرأة الجنسية، بمعنى هل هي الست دي في الظرف ده، في السرير ده، ومع الراجل ده باردة تمامًا ؟.. والاّ إيه؟ وليه بعد طلاقها وزواجها بآخر تكون مختلفة خالص، هل بعد ٥ سنوات يختلف

obeikandl.com

الأمر مرة ثانية (طبعًا المسألة ليست لها علاقة بالهرمونات أو السن، لكن لها علاقة بتطور الحميمية، كما تتطور الأمور إلى الحاجة الساقعة (يعني تبرد)، بوجود وظهور الخلافات، بالتغيير النفسي والمادي والاجتماعي لكل منهما أو لأي منهما، وكنتيجة للنضج والتعود والعشرة والرؤية وخلافه. يعني الست ممكن تعشق وتحب، لكن ممكن ما توصلش للرعشة لأسباب فنية (كيمياء الجسد، طريقة الزواج، نفور الزوجة من بعض الأمور الصغيرة....وهكذا). كما أن المفهوم الاجتماعي للمرأة عن أنها (ست باردة، معندهاش إحساس) يعقد الأمور، لكن في حقيقة الأمر هؤلاء النسوة المتهمات بالبرود يكن ساخنات (ولعة) ومستجيبات (فعلًا) حسبما يقول العلم.

في الحقيقة إن اصطلاح (عُطل الوصول للرعشة Orgastic Dysfunction) هو الأقرب إلى الصحة، وهذا التشخيص من الممكن تقسيمه إلى ثلاثة أنواع:

١- تمام ٢- عشوائي ٣- حسب الظروف

وكل ذلك يجب أن يصنف بمعنى أن عمر السِت دي ما استجابت، ولا حبّت الحكاية دي (عُطل أولى)، أو أنها كانت Ok وبعدين حصل عزُوف وعدم قدرة على التناغم (عُطل ثانوي)،

المسألة الثانية المثيرة للجدل هي تلك التي تناقش العلاقة بين (رعشة الأنثى) وبين (الجماع. العملية الجنسية بمعنى الإيلاج)، فهناك إناث يُثَرن جدًا عند الأحضان والقبلات والضمّ وضغطة اليد وما إلى ذلك، وعند الإيلاج تذهب الرغبة ولا يكتمل الأمر، ويسمى ذلك بالبرود الموضعي ويعزوه الكثيرون إلى مسألة (الختان)، بمعنى آخر هناك نسوة يصلن إلى ذروة الإحساس الجنسي، لكن لا يصلن إلى المُنتهى، لا يصلن إلى الرعشة المُطلقة، وكما ذكرنا سابقًا. تعتمد المسألة على أمور كثيرة في هذا المضمار.

وكما أنه ليست هناك إحصائيات دقيقة في بلادنا العربية نعتمد عليها؛ فلا أحد يمكن أن يطلق نفيره ويصرخ بنسبة النسوة (الباردات) في وطننا العربي .. إلا إذا كان هناك تعداد وحصر رسمي لدى السفارة الأمريكية أو صندوق النقد الدولي !! كما تعودنا على دقتهم في مجالات أخرى.

لكن النسبة كبيرة، حوالي ٣٠٪ وفيه ناس بتضاعف الرقم ده، لكن شبه المتفق عليه أن حوالي ١٠٪ من الحريم في الدنيا لا يعرفن طعم الرعشة الـ Orgasm.

إذن نتكلم «طب نفسي» شوية، موضوع (البرودة الجنسية لدى المرأة) ممكن أن يشمل التالي:

١. اضطراب جنسي عام نفسي وجسدي Psychosomatic

obeikandl.com

(لا هى عايزة الموضوع ده ولا جسمها بيفرد نفسه ويفتح مساحة لأي مثيرات من الزوج).

٢. اضطراب في الوصول إلى الرعشة Orgasm . يعني كل حاجة تمام لكن الذروة النهائية دي حلم لا يتحقق (ولذلك فإن هناك زوجات كثيرات يعتقدن أن المسألة كده .. وكده رضا وتمام وخلاص خلصت الحكاية).

٣. التشنج المهبلي Vaginismus .. يغلق كل ما يمكن أن يسمح للرجل بالإيلاج، تشنج عضلات الحوض والفخذين، مع ألم عظيم في كل حتة، خاصة باطن الفخذين وأسفل الظهر.

٤. التخدير أو التحول الجنسي، بمعنى أن الست تقول (أنا ما باحسش بحاجة، لا عند اللمس ولا في الهمس ولا الدخول، هو فيه إيه، هو بيعمل إيه، خلّيه يخلّص عشان أخلَص وهكذا Ok) .

٥. لكن ممكن الست دي تحس بدفء إنساني وجسدي عند الالتصاق، الحُضن، النوم على صدر رجلها، وهكذا..

لكن يا ترى ما هي أسباب كل ذلك؟

يقول علماء الأجناس والناس والاجتماع والجنس، إنه لا

obeikandl.com

امرأة باردة وإنما هنا امرأة رافضة بمعنى أنها (قفلت) كل الأبواب والشبابيك والمناور والبلكونات أمام كل احتمالات الاستمتاع بالجنس أو حتى السعي إليه، رفضًا لهذا الرجل بالذات، أو رفضًا لأسلوبه معها فى الفراش، أو لرفضه هو ككل جملة وتفصيلًا بلا أسباب (خلاص، بَح، مفيش كيميا No Chemistry) وتؤهل بعض النسوة أنفسهن وتهيئنها للعيش دون ذكر، حتى لو تمت المعاشرة فهن يعتبرن أنفسهن جسدًا بلا روح، يفصلن من الدماغ كل مفاتيح الكهرباء (الحِس والوجدان) ويغلقن بالضبّة والمفتاح كل احتمالات الطبيعة، وكأنهن إذا لم يقلنها جهارًا؛ فإنهن يهمِسن بها لأنفسهن فى العقل الباطن (إنجزيا عم خلاص خلصنا، دى ليلة هباب)، وكثيرًا ما يزيّفن (يزورن) الإحساس بالوصول للرعشة الـ Orgasm بتأوهات وآهات وأشياء أخرى .. تمثيل فى تمثيل حتى يتصور أنه الفارس الهمام ..كازانوفا ابن المقفع المُقتحم أسوار ليلى، والموصِّل لها متعتها حتى يقوم من عليها؛ فتتنهد تنهيدة الخلاص وتقوم لتستحم .. وكأنها تتطهر وتغتسل وتتنظف من دنس ذلك الجنس الردىء، جنس مع رجل لا تحبه ولا تحب الجنس معه، ولا تعرف إذا كانت ستحبه مع رجل غيره قد تتزوجه بعدئذٍ أم لا، فكلُّه فى علم الغيب.

زواج من غير جنس! مفيش داعي أعيش زوجة عذراء

كثير جداً من الأزواج والزوجات يعيشون كالإخوات،

والمسألة زادت وبتنتشر (سميرة بتاعة البيرة) فى فيلم (الفرح) تخفت فى زِي ذكر وصورة ولد، لكن كشف أنوثتها الطاغية راجل وغد، لكن الزوجة التى تحاول أن تعمل بهلوان أو (قرد)، أو (رقّاصة) أو (بنت شوارع) أو حتى (مومس) لزوجها حتى تُثيره، بتصعب عليها نفسها لكن الست هانم (سوسة) .. بتقضى نصف اليوم فى (الجيم) وبترجَع لما هو بيروح (شغله)،

لقد تحول الجنس من تعبيره الأثير باللغة الانجليزية (ممارسة الحب Making Love إلى إثبات للحالة الزوجية، لكن العشق الأساسى يظل هناك فى القهوة، للشلة، الكورة الـ Coffee Shop، العمل، النِت، الكومبيوتر الشخصى Laptop أو التليفون والموبايل طبعاً).

لكن المرأة أكثر من الرجل (بتنجِرح قوى) من إهمال الزوج لها جنسياً.

عندما تُصبح غرفة النوم مكاناً كئيباً .. نومته جنبها أصبحت مزعجة، وشخيره أصبح مُنفراً... كل لبسها الجميل واللانجيرى الهايل بقى دَمُّه تقبل وهتاكله العته من كُتر تخزينه.

زوجتى لا تحب الجنس ! ما العمل ؟

يقول زوج حديث العهد بالزواج سنتين لا أكثر (الأمور كانت ماشية كويس، لكن مؤخرًا من حوالى شهرين كده، لا حظت أن زوجتى مش فى الموود Not in the Mood، حاولت المستحيل، ملاطفة ومداعبة جنسية ترهق العقل والجسد وتأخذ من الوقت الكثير، إلى محاولة إحداث جوّ من الفرحة والهيصة صارخًا كطرزان فى الغابة، مؤكدًا لها ولنفسى طبعًا أنها ليست كالقردة شيتا .. وإنما هى بالطبع مارلين مونرو زمان وإنجيلينا جولى الآن، لكن ... مفيش فايدة ، حطّت اهتمامها فى العيل اللى خلفناه، عمره دلوقتى سنة وشهر)، (حسّيت إن إحنا بنمر بمرحلة صعبة جدًا ممكن فعلًا تنتهى بالطلاق، وقعدت أقدح ذهنى وأفكر إيه ياوَلَهَ اللى ممكن يخللى ست تكره الجنس!؟)

١. **هىّ زعلانة منك: غضبانة، معظم النسوة لا يتمكن إطلاقًا من التواصل الجنسى مع زوج أهانها وأغضبها، بخل عليها، احتقرها، قلل من شأنها ، وهى قد تقول لنفسها (كيف بالله يمكن أن أنام معه، له، كيف أرقد على فراشنا على ظهرى وأفتح له ساقىّ وأدعه يفعل بى ما يشاء، يلتصق بى، يدخل إلىّ، كيف وأنا مليئة بالضيق والحنق والغضب منه وعليه!! إن حلقى يطفح بطعم المرارة، هو لا يفهم ولا يدرك كيف أساء إلي)** .. هنا من الممكن أن تفتح المرأة قلبها، تبث ما فى صدرها وقد تستجيب بعدها لزوجها فى الفراش، أو تنتظر ليلة أخرى، وربما

ليلتين حتى تتفتح مسام النفس والبدن وتتقبل الرجل المرفوض .هى إذن .هنا، امرأة غاضبة، رافضة وليست .إطلاقًا .باردة .. إنها امرأة محترمة تحترم نفسها وجنسها وحسّها وجسمها.. ولا تقبل أن تفعل شيئًا حلالًا لمجرد أنه حلال لرجل (هى لسّه شايلة منه وزعلانة منه)، لا تقبل بدور الأنثى المستخدمة المستلقية على ظهرها فى انتظار الفعل الجنسى دون عقل يفكر.

٢. **مراتك مليانة هم:** ربما كانت زوجتك غير راغبة فى الجنس وغير مهتمة به، مشغولة بأمور الحياة الدنيا، (اللى فيها مِكفيها) كيف ستفكر فى إقناع نفسها وزوجها، تخفت الرغبة، تتوارى، لكنها لا تموت، تختنق ما بين الأمور المادية ومسئوليات البيت، مدارس الولاد، التفكير فى بكره، أهله، أهلها، الجيران، تحرشات الشارع والعمارة والشغل (إذا كانت تعمل) مسئولية نظافة المنزل وأعبائه من إعداد طعام وشراب وفرش وإدارة، هنا قد يكون صعبًا إن لم يكن مستحيلًا أن تفكر المرأة فى الجنس حتى لو نام زوجها جنبها كل ليلة جاهزًا مستعدًا مشتاقًا للقاء ولو حتى من باب كسر الروتين أو التسلية!

(حلّ رومانسى لا يفضله معظم الرجال الشرقيون: ساعد امرأتك ، فالبيت بيتك إعطهُ لها وجبة مختلفة، إيدك على إيدها فى المطبخ، ذاكر للأولاد، شارك المسئولية بحق وليس من باب المجاملة أو التظاهر).

- إذا بدأت مجاملًا وضغطت على نفسك فلسوف تجنى

ثمار سعادتك.

- أعطها أجازة من شغل البيت يومًا فهى تعمل كل يوم ليل ونهارًا، فى حين إنك أنت والأولاد تأخذون عطلتكم دوريًا.
- جرّب، ولسوف تجد امرأة رائعة، مفتوحة فاتنة ولسوف تسقط لديها الرغبة ولسوف تحبك أكثر وربما بدت لك فى الفراش أجمل وبدوت لها أروع، بكل المقاييس.
- وممكن يتحل الموضوع بمجرد تشجيع أو ربتة على الظهر، كلمة حلوة، تذكرها بأنها رغم كل شىء فعلًا جذابة ولها سحر خاص، يمكن .. جرّب.

٣. **زوجتك تعتقد أن الجنس مسألة (مملة)..** أحد أسباب رفض المرأة للجنس مع زوجها أنها ترى أنه قد أصبح مجرد عادة سقيمة ومملة، أمر روتينى بحت مثل حلاقة الذقن وتنظيف الأسنان إذا لاحظت أنها تتثاءب أثناء العلاقة الجنسية فإن العلاقة هنا تفقد معناها ومحتوها، إذن فمن الأفضل لكما (فى هذه الحالة) أن تخرجا إلى الهواء الطلق أو أن تشاهدا التليفزيون، الحل لمثل هذه المشكلة هو ممارسة الحب (الجنس) فى أماكن مختلفة، حسبما تتوفر لها الظروف (بمعنى تغيير مكان الفراش) تغيير مكان اللقاء وبما يضمن الخصوصية فى غياب الأولاد طبعًا، إذا سمحت الأمور المادية (ويك إند) عطلة نهاية الأسبوع فى مكان

obeikandl.com

لطيف من غير الأولاد معقول التكاليف، ولا تحس بالذنب لإنك ستتركهم، فهذه هى الأنانية الصحية والصحيحة لإنكما عندما تتوهجن فستعطيان للأولاد أكثر، ستكون الأم أقل عصبية وسيكون الأب مرتاحًا وهكذا يسود الحب البيت لأن الزوجين استمدا روحه وطاقته من ممارسة الحب جسديًا ونفسيًا وحققا الإشباع والارتواء، أيضًا لا تخجل أيها الزوج من عمل أشياء بسيطة ذات معنى ومغزى أى أشترلزوجتك طاقم ملابس داخلية لونها رائع (ليس شرطًا ان يكون أحمر ملعلع)، شيكولاتة بتحبها أكلها حبيتين فراولة فى فمها وتأكلك تفاحة يا آدم، اشتر لها دبدوب وألعب به معاها (لا تظن إنك ستكون تافهًا أو عبيطًا وحتى لو ظننت ذلك فما أجمل العودة إلى البساطة والمراهقة والطفولة، فما أجمل الضحك والقهقهة فى زمن العبوس، ما أجمل الحب (المطرقع) فى زمن (القاعة والعيال والمرض والدكاترة وفلوس الجمعية والدروس الخصوصية)، اضحك حتى وأنت عايز تكشر، المهم غيرّ الجو، حتى لو انت فاهم إنك بتضحك على نفسك أضحك مع نفسك، أحيانًا، بل كثيرًا ما يكون هذا صحيًا وعلاجيًا لاضطرابات الزواج المزمنة

٤. **زوجتي لا تحب الجنس:** ببساطة ومن غير لف أو دوران هناك نسوة لا يفضلن الجنس كممارسة، والمرأة هنا تنام مع رجلها (من أجل أن تسكته فقط) وفى لغة الدين المستخدمة عصريًا بكثرة (تعطيه حقوقه، وكأنها حقوقه هو فقط وليست هى كذلك!) لكنها تحاول قدر إمكانها أن تبعده عن اللقاء الحميم

بشتى الطرق والسبل والحيل وتكون المسألة ببساطة (إنها مش عايزة تنام معاه تانى ومش حابّه الحكاية دى خالص). وقد يستخدم الجنس هنا كسلاح فتاك للابتزاز، للوى عنق من باب أسلوب (المنح والمنع) وليس للمتعة أو السعادة أو الرضا بين الطرفين.

حاول أن تناقشها لمعرفة أسباب عدم حبها لممارسة الجنس، هل عقدتها أمها، هل تحرش بها أحد فى الطفولة وترك فى ذاكرتها صدمة من الموضوع ككل !إذا لم تدرك ما فى عقلها الباطن أو الواعى لا تضغط عليها، لكن اشرح لها بشكل غير مباشر أن الجنس بين الزوجين متعة فائقة ، لكن إذا سُدّت كل الطرق أمامك وصارحتك بأنها قد خلقت هكذا بشهية جنسية ضعيفة فما عليك إلا الاستسلام للأمر الواقع.

٥. **زوجتى تحس بأنها غير جذابة جنسيًا:** إذا أحست زوجتك أنها غير جذابة أو مغرية أو مثيرة جنسيًا؛ فإنها شعوريًا ولا شعوريًا لن تُحس بالحاجة إلى ممارسة الجنس، ويحدث هذا كثيرًا إذا زاد وزنها أو إذا عانت من إجهاد العمل، البيت والأولاد أو أن أحدًا قد أهانها (أمك مثلًا، رئيسها فى العمل، جارة، أى حد...).

المرأة بنى آدم حساس يحكم على نفسه بقسوة وهى حزمة عواطف فى جسد أنثوى.. شجعها على أن (تدلل) نفسها، تذهب

للنادى، تتزين، تعمل شعرها، تمارس جلسة تدليك أو استرخاء.

٦. **لو أحسست عزيزى الزوج إنك لم تعد جذابًا بالنسبة إليها !** حتى لو قالت لك إنك أكثر الرجال وسامة، وإنك تضج بالفحولة، فإنها أبدًا لن تكون فى مزاجها الـ Mood لكى تتناغم معك فى الفراش أو ترقص لك بلدى أو السامبا أو (تدلعك) أو.... أو... لسبب بسيط أنها لم تهوك وتعشقك (سقطت فى نظرها فى حاجة، لم تظهر رجولتك فى موقف معين، لم تحمها من نقدا و حدّة أو تهجم من أى كان، مثلًا) أو أنك جرحت كرامتها أو أهنتها فى أنوثتها بالنظر إلى جارتك أو بالتعليق على جسد امرأة تتبختر أمامكما فى النادى على حمام السباحة زمان ، فاكر أيام زمان، لما كانت لمستك بتكهرب جسمها كله، لما كانت تنتظرك فى الفراش على أحر من الجمر لتطفىء ظمأها، باختصار ومن الآخر، أنت لم تعد رجلها الذى يثيرها ويثير اهتمامها، ولو لديها ذرة من الذكاء الجنسى (إذا جاز القول) فلسوف تخبرك بكل هذا بطريقة ما مقنعّة ولطيفة وغير محسوسة (إلا إذا كنت أنت لا تحس وتبلدت فهذا أمرٌ آخر) .

والحل لهذه المشكلة الصعبة: التفكير الصائب، تدبر الأمر ، فلربما كان السبب فى عدم انجذابها إليك أمر، ليست له علاقة مباشرة بك ، لكن بشخص آخر (جار، صديق للعائلة. حاشا لله. زميل عمل، واحد في النادي، رجل فُتنت به، أُعجبت، وفي أسوأ الأحوال، وقعت في غرامه أو

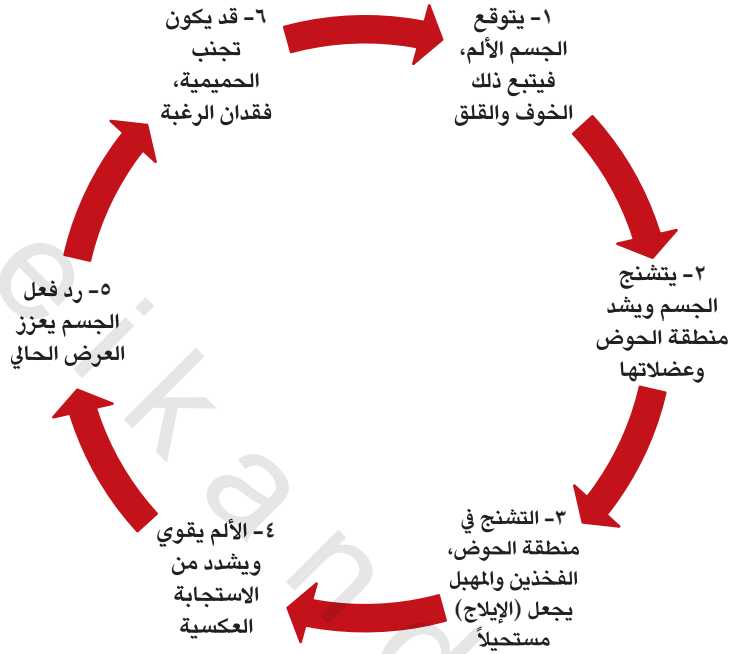
في مصيدته) هل لا حظت أن المسافة بينمكا تزيد وتزيد فى الفترة الأخيرة، هل لاحظت أن (الفيوز Fuse) عندها أصبح قصيرًا بمعنى أن قدرتها على تحمل توافه الأمور قد صارت صفرًا، وخلقها أصبح ضيقًا للغاية ، هل بدأت تروح لناس وترتاد أماكن عمرها ما أحبت الذهاب إليها؟ هل هى فى خيالها أوفى الحقيقة متعلقة بشخص آخر؟! ، إذا كان ذلك بسبب فقدانها الحميمية معك فإن الأمور تسير إلى خطر حقيقى ، وحلّ المشكلة يتعقد، لكن الصراحة راحة وهى أهم (حاجة هنا) .. ناقشا كل الأسباب الخفية التى دمرت علاقتكما الجنسية بصدر رحب وقلب شجاع، إنها ترفض أن تنام معك لمليون سبب فابدأ بمناقشتها فى السبب الأول ، لعل وعسى، المطلوب تواصل حُرّ طليق مفتوح، وتذكر إن نهاية الجنس بين الزوجين قد تعنى نهاية الزواج !!.

التشنج المهبلي...

عندما تعترض المرأة جسديًا ..على دخول الرجل إليها Vaginismus

حالة معروفة طبيًا ونفسيًا وجنسيًا، يلام فيها الزوج لأنه (مش قادر)، تكون فيها الزوجة غير قادرة على السماح لهذا «العضو» الغريب بالدخول فيها وإليها.

إن عضلات الحوض والفخذين وكل ما هو محيط بالمهبل يتشنج، يرفض، يعترض، يخاف، ولقوة كل هذا فإن أعتى الرجال وأقواهم لا يتمكن من الدخول بقضيبه فعليًا إلى مهبل المرأة، إذا رفضت ذلك تمامًا ودون خوف، أما في حالات الاغتصاب، يحدث رد فعل عكسي للخوف فترتخي العضلات بدلًا من أن تتشنج، وكأنها تسمح للمغتصب من أجل أن(ينتهي من فعلته) ويمضي، أو إنقاذًا لحياتها، وربما من شدة الإعياء نتيجة الضرب...في ليلة الدخلة (مثلًا) إذا حاول الرجل إيلاج زوجة، وصمّمت هي على ألا يدخل إليها، فإن مجموع الألم وعدم الراحة والتشنج، يجعل المسألة برمتها غير ممكنة أومستحيلة!، فعندما يحاول الرجل اختراق زوجته تتشنج عضلات حوضها (لا إراديًا) فتنقبض ولا تنبسط. هنا لا تتحكم المرأة ولا ترغب في كل هذا، لأن الزوجة رافضة لزواجها ورافضة لفكرة ممارسة الجنس.



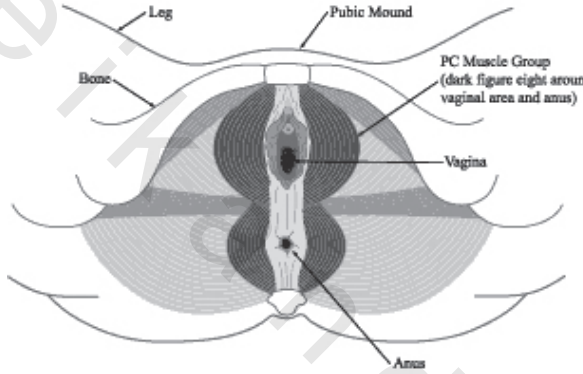
دورة الألم فى مشكلة التشنج المهبلي وعدم قدرة الزوج على الدخول إلى الزوجة

التشنج المهبلي ومنع الإيلاج Vaginismus

- كل شيء في تشريح المرأة طبيعي لكن عندما يحاول الرجل اختراقها بذكره المنتصب، تتشنج عضلات الحوض والمهبل، بحيث يصبح الإيلاج مستحيلًا، وكذلك عند الفحص المهبلي (بعض النساء يكن طبيعيات مع طبيب النساء خلال فحصه

لهن، أو إدخاله موسعات Dilators في حين تظل المشكلة قائمة مع الزوج).

- يحدث نتيجة تشنج لاإرادي في العضلات المحيطة بفتحة تناسل المرأة، خاصة تلك المحيطة بالمهبل، والتى بين المهبل وفتحة الشرج (أي منطقة الحوض) .



تشريح عضلات الحوض الداخلية المسئولية عن التشنج المهبلي، إنها عضلات قوية تحكم قبضتها على منطقة المهبل كلها وتسدها إذاما تشنجت لا إراديًا.

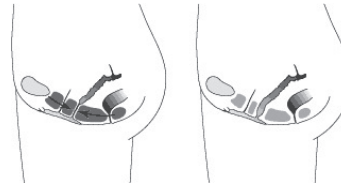
- بالإضافة إلى التشنج الأولي داخل المهبل، فالزوجة غالبًا ما تعاني من خوف مرضي (فوبيا) من الجماع والإيلاج، هذا التجنبّ المرضي الخائف يجعل كل محاولات الجنس الزوجية مستحيلة، مؤديًا إلى الإحباط والألم النفسي والجسدي. مما

يتسبب في ردّ فعل ثانوي (فوبيا)، للجنس عامة تسبق عملية التشنج Vaginismus.

- قد يكون مرتبطًا بحالة عامة من (الإنغلاق) الجنسي النفسي للرعشة والنشوة: Orgasmic Inhibition مما يعوق الوصول إلى المتعة الكاملة. بالعلاج أو بدونه . أحيانًا . تستجيب كثير من النسوة جنسيًا وقد يصلن إلى النشوة Orgasm عن طريق مداعبة البظر، كما يستمتعن بالاتصال الجسدى العام والملاطفة (أحضان وقبلات، لمس وضغط، جميع الممارسات مع الوجه، الفم، النهدين) لكن دون إيلاج (أي دون أن يدخل العضو إلى داخلهن).
- يجب تفريق الحالة عمّا سواها من تجنب للجنس (خوف مرضي Phobia)، كما يجب استبعاد أي حالة عضوية قد تتسبب في هذا.
- يكون فيها الجماع بالإيلاج الكامل مستحيلًا.
- الزوج العربي . في أغلب الأحوال . لا يقبل الوضع تحت أي ظرف، فهو لا يفهم ولا يحاول أن يستوعب أنها حالة مرضية نفسية جنسية (لا هو ولا أهله، غالبًا أمه، ويعتقد الجميع أن البنت بتتدلع وأحسن لها تتطلق!).
- الآثر النفسي على الزوجين يكون سيئًا للغاية.

- المرأة هي المركز والمحور ومحطة التركيز وتُلقى عليها المسئولية (على الرغم من أنها قد تخاف من احتمالات الشفاء).
- على الرغم من أن المرأة تغلق نفسها تمامًا (بالضبّة والمفتاح)، إلّا أنها تكون خائفة، ذليلة، مُحبطة مع كل محاولة يقوم بها الزوج. كما أن كثرة محاولات الجنس الفاشلة تؤدي إلى مشاعر عدم السواء (خاصة في النساء الصغيرات السن).
- كل محاولات الاختراق، تؤدي إلى توتر شديد، ضيق وغضب، مما قد يؤدي إلى حالة (خطرة) من العنف عند الزوج، وكثيرًا ما يصاب بالعنة (أي يرتخي عضوه بعد الانتصاب الذي لا يتمكن من الاحتفاظ به كرد فعل طبيعي للصد والاعتراض من جانب زوجته).
- رد فعل الرجل للحالة يختلف من حالة إلى حالة، حسب بيئته المحيطة، ثقافته العامة والخاصة، خبرته الجنسية قبل الزواج، مدي تعليمه.
- كما تعتمد على درجة تحمله النفسي والجنسي.

obeikandl.com



شكل يوضح عملية التشنج المهبلي، الشكل على اليسار يوضح تشنج عضلات أسفل الحوض الذي بدوره يؤدي إلى تشنج المهبل، الشكل الذي على اليمين يوضح عضلات الحوض وهي مسترخية مما يسمح بإيلاج الذكر للأنثى بدون مشاكل

الأسباب

التشنج المهبلي Vaginismus رد فعل شرطي يحدث غالبًا نتيجة (ألم وخوف) معًا، يرتبطان بمحاولات أو (تخيل محاولات) الاختراق المهبلي.

الأسباب العضوية

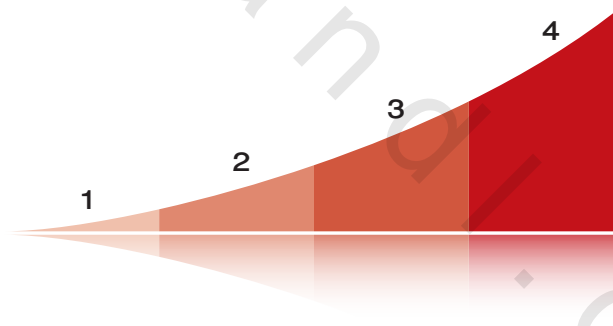
أي اضطراب صحي (باثولوجي) في أعضاء منطقة الحوض، كالالتهابات، أوالتليفات، الأورام، البواسير، وغيرها.

في الماضي كان العلاج الطبي العضوي أوالجراحي، بإزالة الأسباب مع توسيع المهبل جراحيًا، لكن ثبت أن التوسيع الجراحي يتم بشكل آلي مؤلم ولا يصحبه تأهيل أوعلاج نفسي مما يؤدي إلى عدم جدولة.

obeikandl.com

الأسباب النفسية (الصياغة التحليلية العميقة (الديناميكية)

الـ Vaginismus أو التشنج المهبلي يراه علماء النفس (هستريةتحولية) .. تعبير رمزي عن صراع نفسي داخلي معين، لكن هنا التفسير لا يرحب به الكثير من العلماء، ويرون أن المسألة تمثل صراعًا بين المرأة والرجل (من يخترق مَنَ، مَنَ يركب على مَنَ، مَنَ يقدرعلى الفعل ومن يتلقى) .. معنى فلسفي يدور حول جسد الأنثى وحقدها على الذكر، لامتلاكه العضو المغرور الصلب، هي ترغب لا شعوريا في أن (تخصي) الرجل، بمنعه من الدخول إليها، ومن ثم يصاب بالارتخاء، فيفقد تفوقه عليها.



أعراض التشنج المهبلي حسب حدتها من ١ - ٤

١- انزعاج بسيط أو حرقان عند إيلاج القضيب، ربما يخف.
٢- حرقان مزعج مع تشنج يستمر عند الإيلاج.
٣- تشنج لا إرادي لعضلات الحوض المهبلية، يجعل الإيلاج صعبًا ومؤلمًا.
٤- الزوج لا يتمكن من الإيلاج، لتشنج عضلات الحوض المهبلية وانغلاقها، إذا دفع الذكر بنفسه في هذه الحالة فإنه يتسبب في ألم شديد للغاية.

في العلاج العملي لا نتبنى تلك الآراء النظرية، لكن نحاول جاهدين البحث عما يدور داخل العقل الباطن من فرضيات وأفكار (حبيب سابق خان ولم يف بوعده، تحرش جنسي من رمز والدي في الصغر)، بمعنى آخر يجب أن نبحث ونحلل، نشرح ونوضح أي احتمالات لرفض الرجال وبغضهم وأسباب ذلك منذ الطفولة. على المُعالج إحداث حالة من (الاستبصار والوعي) بكل ما يدور، بالمختبئ والكامن والمرفوض، بالمثير للذعر والانزعاج من الرجل بصفة عامة ومن الزوج بصفة خاصة.

هذا بجانب العوامل الاجتماعية النفسية الأخرى مثل حدوث (اغتصاب، أومحاولة الاغتصاب)، أحاسيس الذنب، تصورات جنسية سلبية عميقة تكون مدفونة في أعماق الأنا. .ونري هنا ضرورة تبني مفهوم شامل للعلاج بمعنى كشف كل الأوراق، الأسباب، المعاني، الملابسات حتى أدق الأشياء كالشكل، الرائحة، طريقة الزوج، سلوكه في الفراش، الزوجة ونظرتها إلى جسدها وإلى نفسها وإلى الأخريات.

وهكذا يحدث الـVaginismus التشنج المهبلي في ظروف سلبية، ترتبط بالخوف المُتخيل والحقيقي من إيلاج الذكر داخل مهبل الأنثى، أسبابه شتى، وليس بالضرورة أن تكون كل الإناث اللاتي تعانين منه عُصابيات لكن بعضهن يكون مضطربًا جدًا ، كما يكون زواجهن متأرجحًا ما بين الجيد والسيئ للغاية.[1]

(1) Helen Singer Kaplan , The New Sex Therapy: Brunner / Mazel Publis - ers, New York, 6th edition 1974