

الفصل الثالث

٣٥ سؤال في الصحة الجنسية..فترة الخطبة والزواج

" عدم الانتصاب "

* كيف يمكن التغلب على حالة: عدم الانتصاب؟

- من المؤكد ان عدم الانتصاب في كثير من الاحيان تكون نتيجة لحالة نفسية أساسها القلق على القدرة الجنسية، وأغلب الظن ان التعرض لموقف معين يؤدي الى ذلك. حينما يشعر الشخص خلاله بالضعف الجنسي نتيجة لأسباب سيكولوجية، كأن يكون مضطربا او في حالة قلق، او خائفا من قدرته على اداء واجبه كما يجب. ومن الواضح ان التفكير المستمر والقلق الدائم على هذه القدرة هما اللذان يؤديان الى استمرار الشعور بالضعف الجنسي، والدليل على ذلك وجود الانتصاب لدى كثيرين ممن يشكو هذه الحالة اثناء الاستيقاظ في الصباح.

ولكن في نفس الوقت قد يكون السبب عضويا في بعض الاحوال خصوصا في السن المتقدمة، وفي هذه الحالة قد يتطلب الأمر علاجا دوائيا او حتى جراحة، بعدها يمكن ان تعود الحالة الى ما كانت عليه بنسبة ملحوظة .. اما في الحالات النفسية، اي التي يكون السبب عدم الانتصاب فيها نفسيا لعضويا، وهي اكثر الحالات وتكثر بخاصة بين الشباب، فإن معرفة السبب بواسطة الطبيب النفسي ومحاولة علاجه على أسس علمية سليمة يفى بالغرض المطلوب، ويوصل الشخص الى بر الأمان. لكننا نحذر من شيء، هنا: ان الطبيب قد يلجأ للهرمونات ولكنها لا تفيد وبخاصة الشبان .

" ممارسة العادة .. والزواج "

هل ممارسة العادة السرية قبل الزواج تؤدي الى الفشل الذريع في العلاقة الزوجية؟ لا شك ان طرح هذا السؤال يدل ايضا على قصور في الثقافة الجنسية، الأمر الذي يتطلب باستمرار تقديم المعلومات الصحيحة الهامة.

فالعادة السرية اذا مارسها الشاب باعتدال قبل الزواج لا تسبب له اي ضرر، فهي متنفس للطاقة الجنسية. وهي في هذه الفترة، أفضل دينيا واجتماعيا وسلوكيا من الإتصال الجنسي غير المشروع. وهي من هذه الناحية لا تسبب اية آلام او مضار لكن الاسراف فيها هو ما نحذر منه، وحتى هذا الاسراف فإن ضرره نفسي في اكثر الاحيان، وعضوي في أقلها، لكنه لا يؤدي الى ما يطلق عليه الفشل الذريع في العلاقة الزوجية. ان هذا لم يحدث ولن يحدث، فالذي يمارس العادة السرية بإقتدار، قادر على ممارسة الجنس باقتدار ايضا اذا اراد. لكن المهم ان تتقطع صلة الرجل بالعادة السرية بمجرد الزواج، او حتى قبله بمدة، فإن ممارسة الجنس مع الزوجة بطريقة طبيعية هو الأساس والصورة التي يجب ان تتم عليها العلاقة الجنسية بين الزوجين، ومن هنا فيجب ان يقطع صلته تماما بهذه العادة بعد الزواج. اما ان يمارسها الى جانب العلاقة الزوجية، او يفضلها عليها باعتبارها البديل الاحسن، فهنا يمكن ان يحدث الضرر .. والفشل .. والألم .. والخلاف. فإن شعور الزوج باللذة عن طريق العادة السرية اذا ما كان أفضل لديه من شعور اللقاء الجنسي الطبيعي مع الزوجة، يفرض عليه العلاج النفسي.

" الوضع المثالي للإتصال الجنسي "

ما هو الوضع المثالي للإتصال الجنسي بين الزوجين؟ الإتصال الجنسي بين الزوجين ليس قاعدة صلبة لا يجوز ان يحيد عنها الزوجان او يفكرا في ايجاد بديل لها .. وانما هو في الحقيقة والواقع يخضع لظروف الزوجين وميولهما والرغبة الموجودة لدى كل منهما. ومن هنا فإن الوضع المثالي للإتصال الجنسي بين الزوجين هو الوضع المريح لهما .. والطبيعي في نفس الوقت. فإن ما يفكر فيه البعض، وينفذه البعض الآخر، هو خارج عن نطاق الطبيعة المطلوبة، ولا يدخل في باب المألوف والمعتاد.

اذ ان الوضع العادي جدا والمعروف لكل زوجين تقريبا هو الوضع الذي لا غرابة فيه. ولذلك فإنه لا داعي بالطبع الى إزعاج وأفلاق، والتفكير في اوضاع غير مريحة او ضارة او مؤذية، فإن ذلك اذا وصل التماذي فيه الى حد بعيد فإنه يدخل في باب الشذوذ .. وهو ما لا نحب للزوجين ان يقعا فيه .. ثم ان تصور الزوج ان هذه الأوضاع الشاذة والغريبة تدل على قدرته الخارقة هو تصور خاطئ بطبيعة الحال. فلا دخل لكل ذلك بالقدرة، بل انه في بعض الاحيان والحالات قد يلجأ الزوج الى ذلك كنوع من التعويض عن عدم القدرة، وحتى يستجلبها بأي شكل .. مثله في ذلك مثل الزوج الذي يلجأ -من أجل اطالة مدة الإتصال الجنسي- الى المخدرات والمكيفات، او الدهانات، دون مبرر.

" التجربة الجنسية قبل الزواج "

أبلغ من العمر ٢٣ عاما ومقبل على الزواج ولكنني اخشاه للأسباب الآتية:
انني لم اتصل حتى الان بأي امرأة .. ونم امارس العادة السرية ولم احتلم فماذا أفعل؟ خفف عنك ولا تتردد في اتمام الزواج فهو علاجك السليم وخوفك طبيعي لانك لم تجرب الجنس حتى تتعود عليه وثق بنفسك. ولكن التجربة قبل الزواج ليست ضرورة .. وتذكر ان زوجتك هي ايضا لم تجرب الجنس .. وأنكما معا ستعاونان في الجنس .. كما ستعاونان في بقية شؤون الحياة.

ولتفسير ما تشكو منه فاعلم ان افرازات الغدد التناسلية مستمرة وطرق اخراجها من الجسم هي عن طريق الإتصال الجنسي او العادة السرية .. واذا لم يتوافر فعن طريق الاحتلام. هذا اذا لم يخرجمني مع البول او اثناء التبرز كما هو حادث في حالتك. استمر في مشروع زواجك ولا تخف. ولكن هناك نصيحة واحدة وهي ان تزور طبيبا قبل الزواج ليشرح لك طريقة الاداء السليم للعملية الجنسية فالأمر يحتاج الى بعض الشرح والايضاح حتى يتم بسهولة وبنجاح .

" الفشل المؤقت في اللقاء الجنسي "

اريد ان اعرف جميع الأسباب التي تؤدي الى الفشل المؤقت في اللقاء الجنسي؟ يرجع هذا الفشل المؤقت الى أسباب عديدة أهمها:

- . الاجهاد المتواصل في العمل
- . الاستفراق في المشاكل الخاصة والعائلية
- . الخلافات التي تنشأ بين الزوجين
- . فقدان الحب بينهما
- . ومرض الزوج او الزوجة
- . الإحساس في حالة اللقاء الجنسي المحرم

وفي هذه الحالات او غيرها يمكن ان يحدث الفشل المؤقت، ولكن من المهم زواله بزوال السبب وكذلك يزول القلق الذي يصاحبه، وذلك بالعلاج النفسي، وبهذا يمكن العودة الى الحالة الطبيعية دون اي مخلفات او متاعب .

" ليس بالجنس وحده يحيا الزواج؟! "

كيف يمكن الزواج مع صغر العضو التناسلي للرجل؟ النجاح في الزواج ليس مرتبطا بالجنس فقط. انه مرتبط بعدة أمور عامة وأساسية، فلا بد اولا ان يكون قائما أساسا على "الحب" والفهم والمشاركة والتعاون وكذلك التفاني في الاخلاص . لا ان يكون قائما على المصلحة والمنفعة واللذة الوقتية. فالزواج رحلة عمر طويلة يجب ان تسندها أسس عميقة حتى تكال بالنجاح، وتصل في النهاية الى بر الامان.

ومن هنا فإن الجنس ليس هو كل شيء فيها، وان كان شيئا أساسيا، كما ان العضو التناسلي للرجل ليس هو كل شيء في نجاح العملية الجنسية، وان كان شيئا أساسيا في ذلك. فالحقيقة العلمية .. تقول ان مهبل المرأة لا يتعدى طوله ثمانية سنتيمترات، وعضو الرجل عند الانتصاب يكون في العادة أكثر من ذلك الضعف. ومن هنا فإن الأمر لا يستحق كل هذا التفكير في طول العضو وارتباطه بنجاح الزواج من عدمه.

فإن العبرة كما قلنا في الإتصال الجنسي هي بدرجات الإنتصاب بصرف النظر عن الطول، وما دامت هذه المسألة متوفرة، وما دامت هناك قدرة على الاداء، وقدرة على الانجاب، فإن الأمر يعد محسوما .. ولا يدعو للقلق والتفكير الذي ليس له ما يبرره. ومن هنا فإن الزواج يمكن ان ينجح اذا توفرت له هذه المسألة الى جانب أمور اخرى كثيرة أهمها كلها قلنا (الحب، والتفاهم، والتعاون، والمشاركة، والإخلاص). اذن فليس بالجنس وحده يحيا الزواج، وليس بطول العضو ينجح الإتصال الجنسي. اذن: تزوج ولا تقلق بطول عضوك مهما كان طوله سواء صغير جدا او طويل. فهذه المسألة غير مهمة على الإطلاق في العملية الجنسية او حتى في الانجاب .

" علاج ضعف .. الإنتصاب عند الأزواج "

كيف يمكن علاج ضعف الإنتصاب الذي يصيب عدد من الأزواج؟ هذا الضعف في الإنتصاب قد يكون ناتجا عن ضعف عام في الجسم. بالاضافة الى الارهاق العصبي والنفسي الشديد. وفي هذه الحالة ننصح باستعمال "حبوب منشطة" مع بعض أقراض الفيتامين .. خصوصا فيتامين (هـ) (VIT:E). كذلك الامتناع تماما عن كل محاولة للإنتصاب لفترة لا تقل عن ثلاثة أسابيع .. وبنفس الوقت يجب على المصاب بضعف الإنتصاب ان يهتم كل الاهتمام بالحالة الصحية العامة من ناحية الغذاء وعدد ساعات النوم وتنظيم اوقات النوم وايضا ممارسة الرياضة الخفيفة. وبهذا يمكن التغلب على هذا الضعف بصورة تامة دون ان يترك اي أثر على النفس، او تكون له أعراض هنا وهناك.

فالمهم عندئذ الا يظل الشخص يعاني ويعاني من جراء هذا الضعف، وألا يصور الأمر على غير حقيقته عندما يقوم بمحاولات قد تفشل، فتسوّ نفسيته، وقد يؤثر ذلك على علاقته الزوجية. ان الموقف في هذه الحالة يحتاج الى مزيد من الهدوء والفهم والوعي والإدراك، حتى لا تسوّ الحالة، وتكون هناك تراكمات لها. ومن هنا يجب ان يضع الرجل يده على السبب بمساعدة الإخصائي، سواء كان نفسيا او حتى عضويا، ثم يلتزم بكل ما يشير به عليه الإخصائي.

اما الزوجة: فعليها ايضا ان تساعد زوجها .. فلا تكون هناك نظرة عاتبة، او ابتسامة صفراوية ساخرة، او كلمة جارحة. فكل ذلك من شأنه ان يؤزم الموقف لا ان يحله.

وكما ذكرنا مرارا وتكرارا فإن الحياة الزوجية قائمة على التعاون بين الزوجين، الرجل والمرأة وان يعمل على إصلاح العيوب التي يكشفونها فيجب ان تراعي الزوجة زوجها وان تشد من أزره ومن عزمته ليخرج من حالة الضعف التي يعانيها، والعمل على استقرار العلاقة بينهما وتمتينها .. فهو "مشوار عمر" لا يوم او شهر او حتى سنة .

" حسب جو الإتصال الجنسي ؟ "

لماذا تحدث هذه الظاهرة أحيانا: انتصاب في حالات وعدم انتصاب في حالات أخرى؟ من الضروري ان تحاط العملية الجنسية بين الزوجين بظروف نفسية مساعدة، واجواء محيطة مهيئة، بمعنى ان تتوفر الرغبة لدى كل من الطرفين، وان يسبق اللقاء مداعبات هي أقرب الى تهيئة الجو والاستعداد للإتصال ولا بأس في هذا المجال الا تكون هناك مشاكل وخرافات وخرافات بين الزوجين .. وان تكون الروح بين الزوجين ودية، وان ترضي الزوجة زوجها بما يثير في نفسه المشاعر الفياضة، فإذا كان يفضل قميصا للنوم من قماش معين او لون بالذات فلا بأس به، واذا كان يميل الى رائحة عطرية بذاتها، فلا مانع من استعمالها، بل من الضروري استعمالها. ان هذا كله واكثر منه بما يناسب كل حالة هو ما يساعد على ان يكتمل الإتصال على الصورة المرغوبة، ويوفر له النجاح المنشود.

اما ان يحدث عكس ذلك، او يحدث ما يعكر صفو الزوجة او الزوج، او يثير المشاكل بينهما، او يؤدي الى خلق جو للعكنه والنرفزه، فإن المتوقع ان يحدث عدم توفيق وربما فشل، قد يكون مؤقتا وقد يكون دائما. ومن هنا قد يحدث الإنتصاب أحيانا، وقد لا يحدث أحيانا أخرى .

" عقب العملية الجنسية؟! "

ما الذي يحدث بعد انتهاء العملية الجنسية بين الزوجين داخل جسم المرأة؟ عند انتهاء العملية الجنسية يقوم الرجل بإنزال المنى "حامل النطف المنوية للإخصاب". اما المرأة فإنها بعد العملية الجنسية لا تقوم بإنزال اي شيء الى الخارج له اي تأثير على عضو الرجل. وما يحدث بعد ذلك هو الرحلة الطبيعية للحيوانات المنوية .. انها تسير سيرها العادي من المهبل ثم الرحم فإذا تصادف ان النقى بإحدى البويضات الأنثوية بحيث كانت كل الظروف مهياة لحدوث الحمل، فإن الالتقاء بينهم يتم .. وتبدأ الرحلة الطويلة للحمل. لكن اذا لم يحدث ذلك فإن كل شيء يسير على ما يرام، ولا يحدث الحمل .. وينزل دم الدورة الشهرية في ميعاده الطبيعي.

وبهذه المناسبة فإن العملية الجنسية بالنسبة للمرأة، مثلما هي بالنسبة للرجل، لا تخضع الى قواعد معينة. بمعنى ان عدد مراتها ليس برنامجا محددًا يمكن ان يلتزم به الزوجان، وانما هي في الحقيقة تخضع لظروف كل الزوجين، ومدى الإحساس باللذة، ودرجة الصحة العامة، وامكانيات التغذية وغير ذلك من الاعتبارات. ومن هنا فإن التزام الزوجين بعدد مرات للإتصال أسبوعية او شهرية أمر غير منطقي، فالعملية الجنسية ليست برنامجا صارما لا يمكن الحيد عنه بأي حال من الأحوال.

وأغلب الأخطاء التي يرتكبها الزوج غالبا هي تحديد يوم او يومين معينين في الأسبوع لممارسة العملية الجنسية مع زوجته .. وذلك بغض النظر عن الظروف التي قد تحيط بذلك اليوم، والمهمات التي تشغل بال أحد من الطرفين وتعيق رغبته في ممارسة الجنس مع الآخر. لذلك نكرر ونقول بأن العملية الجنسية تخضع بشكل رئيسي للظروف والمهينات وهي ربما تمارس مرتان او اربع مرات او اكثر في الأسبوع او ينقطع أحد الطرفين عن ممارستها لمدة أسبوعان او اكثر لتعكر صفوه .. لذلك وجبت المداعبة وتغير طريقة الممارسة ووقتها من حين لآخر لبعث اللذة وحب الإتصال .

" طريقة فض الغشاء "

ما هي الطريقة السليمة لفض غشاء البكارة في ليلة الزفاف؟.

الحقيقة انه برغم الكلام الكثير الذي قيل في هذا الموضوع، فما زالت الأسئلة تتردد حوله بشكل لافت للنظر مما يؤكد الحاجة الى مزيد من التوضيح والتفصيل للعديد من الراغبين او المقبلين على الزواج. ومن الواضح في البداية ان ليلة الزفاف هي أهم ليلة في حياة الزوجين فعلى أساس التصرف فيها يمكن ان تسير الأمور سيراً هادئاً، ناعماً، او العكس. والموقف قد يكون سهلاً، ومعقولاً اذا كان العروسان يعرفان بعضهما تمام المعرفة من خلال فترة الخطوبة والتعرف على بعضهما عن كثب.

اما اذا كان الأمر غير ذلك فإن المهمة قد تبدو صعبة شيئاً ما. والحقيقة انه أيا كان الموقف وما يحيط به، فالأمر في حاجة الى هدوء، وضبط أعصاب .. ليس من طرف واحد وانما من الطرفين العروس والعريس .. وايضاً الى اطمئنان ينعكس على نفسية العروسين. والعروس بوجه خاص قد تكون مرتبكة في هذه الليلة التي تعتبر ليلة العمر، وتكون العروس خائفة من مواجهة الموقف الذي فيه شيء من الحرج من ناحيتها وفي اعتقادها .. وهذا الحرج اذا زاد عندها قد ينتقل ويصاب به العريس الذي أصبح زوجاً لها.

ومن الأفضل ان يتم كل شيء دون عنف من قبل الرجل .. او مقاومة من قبل الزوجة .. وبعد قليل من المداعبة والتلاطف لتلطيف الجو بينهما. وان يحدث الفض بالعضو التناسلي للرجل وبطريقة عادية طبيعية .. ففض غشاء البكارة لا يعتبر من الأعمال الشاقة التي تحتاج الى الطاقة الهائلة لفضه واستخدام العنف في ذلك .. فهذا الغشاء رقيق مستمد من رقة الانثى ولطفها .. اذن فهو يحتاج الى ممارسة جنسية لطيفة وسيجد الزوج ان الغشاء قد فض من تلقاء هذه العملية .. وذلك حتى لا تكون هناك مضاعفات او آلام. ولا توجد كمية من الدماء التي تنتج من الفض يمكن ان يقاس عليها، فكمية الدماء هذه مرتبطة بالانثى وكل انثى تختلف عن الاخرى . فقد ينزل دم قليل، او كثير .. او قد لا ينزل دم على الاطلاق في حالة ان يكون الغشاء لدى الزوجة من النوع المطاط فهو لا ينفص الا بعد الولادة. وهذه حالة لا تدعي الى القلق من كلي الطرفين .

" فض الغشاء بالجراحة "

هل لابد من اللجوء الى مبضع الجراح لفض غشاء البكارة "المطاط"؟

الحقيقة ان موضوع غشاء البكارة المطاط بالذات أثاره ويثيره الكثيرون، ممن يتعرضون لمواجهته. والبعض منهم يواجه الموقف مواجهة غير سليمة، فيثور وينفعل، وقد يصل به الحد الى الانهيار، والاصرار على فض هذه المشاركة بينه وبين زوجته قبل ان تبدأ مسيرتها، ومنذ الليلة الأولى. اما البعض الآخر فيواجه الموقف مواجهة سليمة، بالتفكير في الأمر وهدوء دون انفعال، واتخاذ القرار المعقول باللجوء الى الأخصائي. حتى يتم حسم الموقف ويقرر الحقيقة .. وهنا فإن الأخصائي في الواقع ليس أمامه من حل يطمئن الزوج الا فض الغشاء عن طريق الجراحة .. وهي جراحة بسيطة جدا وعادية .. وتقديم الدليل المادي والواقعي اليه، حتى يهدأ، ويطمئن، وتسير الحياة بينه وبين زوجته في طريقها الطبيعي المعتاد.

هذا هو الحل الحاسم الذي يمليه الموقف .. لكن .. اذا اطمئن الزوج الى الحقيقة .. الى وجود غشاء مطاط، ولم يرغب في اجراء الجراحة، فإن هذا ممكن .. وفي هذه الحالة فإن هذا لن يعوقه او يعوق الزوجة من اداء الواجب المنوط بهما، ولن يؤثر على درجة اللذة، بل ولن يمنع الحمل .. لكن اثناء الولادة الأولى فإنه يمكن فضه.

" آلام أثناء الإتصال الجنسي "

لماذا تحدث أحيانا آلام في العضو التناسلي أثناء الاتصال الجنسي؟
هذه الآلام قد تكون عرضا طارئا، ناتجا عن الاجهاد الجسماني، او التوتر العصبي، او غير ذلك من الأسباب العارضة. وهي عندئذ يمكن ان تزول بزوالها .. دون ان تترك اية أثار او مخلفات. وفي هذه الحالة فإنه يجب الاقتناع بذلك، وعدم تحميل الأمر اكثر مما يحتمله، حتى لا تحدث مضاعفات ليست في صالح الشخص. ولا هي تمثل اي فائدة تذكر بالنسبة له. كأن يتصور الشخص مثلا ان هذه حالة مستمرة وانها تعني انه مصاب بداء عضال، وان علاجها سيطول، وان تأثيرها سيمتد الى الطاقة والقدرة وغير ذلك من التصورات والاهام. وهذا غير حقيقي ومؤلم وضار .. في نفس الوقت فإن الأسباب قد تكون نفسية، وهنا فإنها تنعكس على الشخص في صورة هذه الآلام، وقد تستمر وتتضاعف ايضا اذا ما استمرت هذه الأسباب، وظل تأثيرها، وتركز التفكير فيها بصورة مكثفة.

يضاف الى ذلك تشخيص ثالث: ففي حالة استمرار هذه الحالة مدة طويلة، فإن ذلك يمثل أحد أعراض الاحتقان الذي يصحب اجهاد العضو نفسه. ويزول السبب المؤدي اليه .. وهنا فإن المطلوب هو عدم الاجهاد أثناء اللقاء الجنسي مع الزوجة .

" القبلية .. والإتصال الجنسي "

هل للقبلية دور في اللقاء الجنسي بين الزوجين؟ وما مدى تأثيرها؟
الحقيقة ان المداعبة بكل طرقها ووسائلها مطلوبة قبل اللقاء وخلالها ايضا، بل وبعد كذلك .. فالعملية الجنسية ليست عملية آلية، وان كانت كذلك في حقيقة الأمر وبمرور الوقت، وانما هي جزء في لقاء هام بين الزوجين يجب ان يكمل بالمتعة والنجاح والنشوة والسعادة ..

بمعنى .. انه ليس من المطلوب فقط ان يتم اللقاء والسلام .. وانما يجب ان يتم في ظروف مهياة: من حيث المكان والزمان، والملابس والرائحة المناسبة، وغير ذلك من العوامل المساعدة لإتمام هذا اللقاء. ومن أهم النقاط التي يجب الحرص عليها كما قلنا المداعبة، ولعل القبلات المتبادلة من أهمها وأبرزها كنوع من التلاطف وتهينة الجو. ومن هنا قد يثور تساؤل عن أكثر الأماكن حساسية في جسم المرأة لتقبيلها، ومن ثم اظهار الاثارة، وتمهيد الطريق للقاء الناجح.

والحقيقة التي يجب ان تقال هنا ان هذه مسائل غريزية بين المرأة والرجل، والأماكن الحساسة لكل منهما تتعلق وظيفتها بممارسة الجنس، وتساعد على إتمامه بنجاح كامل .. اذا ما أمكن استغلالها بطريقة صحية، وحسب الاستجابة لذلك. اذن فليست هناك قواعد صارمة في هذا المجال .. الا ما كان طبيعيا وغير ضار ومؤديا للغرض المطلوب دون اذى .. وهكذا فإن للقبلية دورا مساعدا.

ولإتمام الفائدة في هذا الموضوع الذي نحن في صدده .. اليك الأماكن الأكثر حساسية لدى المرأة والمنبهة للإحساس والمثيرة للجنس عندها .. وهي:

- جانبي العنق .. حيث تعتبر القبلات عند جانبي العنق مثيرة للأحاسيس الجنسية .
- النهدين .. حيث ان المداعبة بين الشريكين الجنسيين في العملية الجنسية ترى ان الزوج يداعب نهدي الزوجة وبخاصة الحلمتين .. حيث انها من اكثر المراكز المثيرة للجنس لديها، ويعتبر النهدين من الأعضاء الجنسية التتاسلية الثانوية.
- الشفتان .. حيث ان تبادل القبلات بالشففتين يعطي الإحساس والرغبة الشديدة في ممارسة الجنس عند كلى الطرفين.

- الفرج .. وخصوصا البظر الذي هو عبارة عن زائدة جلدية مليئة بالأعصاب والمراكز الحسية المثيرة للجنس والتي يؤدي الاحتكاك بها الى بلوغ الذروة الجنسية عند الانثى.
- وهناك مواضيع مختلفة وتختلف من امرأة لأخرى في تنبيه مراكز الإحساس والاثارة الجنسية. يكتشفها الزوج بتكرار الممارسة الجنسية مع زوجته وشريكة حياته .

" تأثير الإفرازات بعد الزواج "

هل الإفرازات المهبلية وآلام الظهر تؤثر على حياتي بعد الزواج ؟
هذه الإفرازات المهبلية والآلام الموجودة بالظهر تكون نتيجة التهاب بالجهاز التناسلي: في المهبل أو في عنق الرحم. وهذا ينتج إفرازات كريهة جدا، تؤدي بدورها إلى التهاب جلد العضو التناسلي بعد الزواج .. وأثناء الجماع. ولذلك فإن من الضروري الفحص لدى أخصائي أمراض نساء، لبيان نوع الالتهاب، وطبيعة الميكروب المسبب للإفرازات، وذلك لوصف العلاج المناسب. وهذا يقتضي في الواقع بعض التحاليل الهامة .. التي يشير بها الأخصائي، والمهم الإقدام على ذلك قبل الزواج بوقت كاف، حتى تنتهي المشكلة، ولا تكون سببا في آلام ومشاكل زوجية، أو تؤدي إلى مضاعفات لا داعي لها. فمن المؤكد أن هذه الإفرازات إذا استمرت بعد الزواج قد تكون سببا في عدم اتمام اللقاء على الوجه الأكمل ..

وحتى إذا لم يكن لها تأثير عضوي، فإنه قد يكون لها تأثير نفسي .. وهنا أكبر الضرر. فقد يؤدي ذلك إلى نفور الزوج من اللقاء وإلى تفرزه من المنظر، الأمر الذي يؤثر على علاقة الزوجية بزوجه. وقد يتضاعف هذا الشعور لديه، فيصبح ملازما له حتى بعد أن تزول هذه الإفرازات ومضاعفات بالعلاج الطبي السليم. ويكون الأمر في حاجة ماسة إلى علاج نفسي، طويل وعميق.

كما أحب أن أؤوه هنا إلى أنه ليس كل إفرازات تخرج من المهبل أو تكون في المهبل معناها أن هنالك التهاب ميكروبي أو مضاعفات مرضية .. فإن بعض هذه الإفرازات خصوصا التي لونها شفاف ولزجة نوعا ما تكون إفرازات فسيولوجية وظيفية .. بمعنى أن هذه الإفرازات تفرز أثناء اللقاء الجنسي ووظيفتها هي ترطيب المهبل ليتسنى للزوج أن يولج في مهبلها وأن لا تكون هنالك عوائق للإحتكاك بين ذكره ومهبل الزوجة، كما أن هذه الإفرازات اللزجة والشفافة اللون تعمل على تعادل درجة القاعدية في مني الرجل لأن درجة الحموضة في هذه الإفرازات تكون حامضية تعادل القاعدية في مني الزوج لتتحرر النطف المنوية من السائل المنوي وتسير سيرها الطبيعي إلى قناتي فالوب لتخصب البويضة الانثوية إذا وجدت.

" قبل الزواج "

ما هي التصرفات المقبولة وغير المقبولة بين الخطيبين قبل اتمام الزواج ؟ .
يجب على الخطيب ان يحترم رغبة خطيبته في المحافظة على نفسها، فمن الممكن جدا ان تؤدي العلاقات السطحية الى الحمل، برغم وجود الغشاء، وهذا يؤدي الى مشاكل كثيرة. ولذلك يجب ان يصبر حتى يتم الزواج، ومن الضروري ان يعرض نفسه على أخصائي أمراض تناسلية ليتأكد من خلوه من الأمراض، وليصف له بعض المهدئات التي لا تضر.

ومن ناحية اخرى يجب على الخطيبة الا تستعمل حبوب منع الحمل، الا بعد الكشف، اذا انها تحتوي على نسبة كبيرة من الهرمونات التي تسبب آثارا ضارة اذا أخذتها دون فحص طبي مسبق. وأفضل شيء الا تأخذ الخطيبة شيء، بل تنتظر حتى يتم الزواج، ولا تتسرع في شيء، حتى لا تندم بعد ذلك .. لان اللوم يقع دائما على الفتاة لا على الشاب .

" الراحة النفسية .. والعملية الجنسية "

ما الدور الذي تلعبه الراحة النفسية في اتمام العملية الجنسية على اكمل

وجه؟

الحقيقة إن الدافع الي مثل هذا التساؤل هو الشكوى من الضعف الجنسي، والذي يرجع في الغالب الي عوامل نفسية داخلية، ربما سببت له الانطواء. اذ يشعر بأنه يحاول ولا يستطيع تحقيق الاشباع الجنسي بالنسبة للزوجة. وكثيرا ما يخطئ هذا الشخص بأن يحاول تكرار العملية الجنسية في اوقات متقاربة، لعله يستطيع تحقيق هذا الهدف المنشود. ولكنه اذا فشل في ذلك، وهو غالبا ما يفشل تعقدت نفسيته اكثر، وشعر بالخجل، واصبح من ممارسة الجنس. وعندئذ تتوتر العلاقة الزوجية .. وتظهر المشاكل .. والحقيقة ايضا ان العملية الجنسية تتأثر أولا وأخيرا بعاملين:

- المرض ..

- والحالة النفسية ..

فبعض الأمراض مثل السكر وتضخم البروستاتا تؤثر على الناحية الجنسية، وكذلك الضعف الجسماني العام او نقص الهرمونات في الجسم .. وعلى كل حال فبالعلاج السليم تعود القوة الجنسية الى سابق عهدها من حيث القوة والصورة الطبيعية. اما اذا كان الشخص لا يشكو من اي مرض، فالذي لا شك فيه ان الضعف الجنسي عندئذ يكون بسبب الحالة النفسية للرجل.

فإذا كانت هناك مشاكل او قلق او توتر عصبي، فإن كل ذلك يؤثر على العملية الجنسية .. كما انه ولا بد ان يكون هناك توافق وتكامل في الاحساس والشعور لدى المرأة والرجل. وأحب ان القي الضوء على مشكلة التوتر العصبي والذي عليه بالغ الضرر على الحالة النفسية عند حديثي الزواج وعند المقبلين على الزواج سواء كان رجل او امرأة اذ ان الخوف من هذه التجربة الجنسية الحقيقية والتي تعتبر الأولى في حياة كل منها تعكس أثرها السلبي على النفس فتسبب عند الرجل ضعف الإنتصاب فيأخذ الأمر بالعنف والهجوم لإثبات فحولته، وينعكس ايضا ذلك على الانثى بالمقاومة الشديدة والارادية .. مما يؤدي الى فشل العلاقة الجنسية الأولى بينهما. ولذلك لا بد من الملاطفة وابعاد الهبة والخوف من النفوس وعلى

الزوج في هذه الحالة ان يثبت فحولته اولا بالجرأة على ملاطفة ومداعبة زوجته وبكل رقة، واذا ما زال يلاحظ الخوف في عينيها فعليه احيانا مضطرا ان يوجل الممارسة والإتصال الجنسي الى اليوم التالي او الذي يليه ليكسب اكثر فأكثر اطمئنانها وتسليم جسدها وروحها له بكل سرور منها مستمتعة بذلك بالعملية الجنسية الزوجية .

" العروس .. هي السبب "

تزوجت بقريب لي بعد حب متبادل .. واليوم وبعد مضي ثلاث أشهر على الزواج ما زلت عذراء لان زوجي لا يفلح في فض غشاء البكارة ويقذف من الخارج فهل يحدث حمل؟ ولي شقيقة تصيها حالة إنقباض شديد في عضلات الحوض تجعل اللقاء مع زوجها مستحيلا فماذا تفعل؟.

اسمحي لي بأن ارد عليك وان أقول لك بأنه "انت السبب" في حدوث ذلك مع كل تأكيد مني. وتفسير ذلك بسيط جدا. ان زوجك وعند البدء بممارسة العملية الجنسية وبشكل طبيعي جدا تقابليه انت بالمقاومة الشديدة منك وتحدث هذه المقاومة بمحض إرادتك حيث هذه العملية معروفة عند الاناث بشد عضلات المهبل مع الساقين، وهذا من شأنه ان يكون رد الفعل من قبل الزوج بضعف الإنتصاب لقضيبه الذكر، وعند إرتخاء القضيب لن يتمكن طبعاً من فض غشاء البكارة .. الذي يحتاج الى الإنتصاب الكامل من قبل الرجل. وعلاج ذلك بسيط جدا وهو في يدك انت وحدك ويكون بالإسترخاء الكامل معه وبالتفاعل الجنسي وبتسليم نفسك له حتى تكون العملية الجنسية من قبلك انت ومن قبله في صورتها الطبيعية والمعتادة. واي محاولة مقاومة واضحة تبديها نحوه سوف يقابله إرتخاء العضو التناسلي لدى الرجل وعدم المقدرة على الاستمرار مع شريكة تنفر منه وتقاومه.

اما عن موضوع القذف من الخارج مع وجود غشاء البكارة الذي تتمسكين به وتحافظي عليه فممكن جدا ان يحدث الحمل بدون ان يفض غشاء البكارة. وذلك لان غشاء البكارة يحتوي على فتحة او عدة فتحات مختلفة الشكل من انشى لأخرى وهذه الفتحة هي التي يخرج منها دم الحيض في كل دورة شهرية، ومن هذه الفتحة ايضا يمكن ان تدخل النطف المنوية الى داخل الرحم عبر المهبل وتحدث اخصاب للبيضة الانثوية ويحدث الحمل بشكله الطبيعي .. وبدون ان يفض غشاء البكارة .

" الإتصال الجنسي بين الزوجين .. كيف؟! "

* ما هي الطريقة المثلى للقاء الجنسي بين الزوجين عقب الزواج ؟.

* وكيف يمكن ان يصل الزوج بالزوجة الى المتعة الكاملة؟.

مما لا شك فيه ان مناقشة الأمور الجنسية قبل الزواج .. اي في فترة

الخطبة مسألة مرفوضة، ولا داعي للمساها.

فالخطبة أولا وأخيرا هي فترة اختبار قد تستمر مؤدية الى الزواج، وقد لا

تستمر فتنتهي الى عدم الزواج، ومن هنا فانها يجب الا تمس هذا الجانب بأي حال

من الاحوال. اما بعد الزواج .. فإن الأمر يختلف، فالإتصال الجنسي يتم بين

الزوجين تنويجا للعواطف الجياشة المشتركة، وتأكيدا للحب المتبادل بينهما.

ومنذ ليلة الزفاف فإن فض الغشاء يجب ان يتم بالعضو نفسه دون اي شيء

آخر .. وذلك بعد ازالة جو الرهبة في هذه الليلة، وادخال الطمانينة على نفس الزوجة

بكل الوسائل، ليتم كل شيء بهدوء وبدون ألم. وبعد ذلك فمن الأفضل الا يتم

الإتصال الجنسي الا بعد (٣) ايام او حتى أربعة .. ذلك حتى يزول الألم والمتاعب

الناجمة عن فض غشاء البكارة .. وايضا حتى يلتأم مكان الفض تماما ولا تحدث

التهابات نتيجة نزيف بسيط.

وبالطبع فإن الوضع المفضل للإتصال الجنسي هو الوضع الطبيعي ويجب

الحرص على ان يصل الزوجان الى قمة المتعة في وقت متقارب. وأذكر ايضا بأن

الممارسة الجنسية الطبيعية يجب ان تمر بعدة مراحل وهي:

- مرحلة الاستلطاف والمداعبة .

- مرحلة البدء في العملية الجنسية .

- الايلاج ..

- مرحلة القذف وقمة النشوة الجنسية .

- مرحلة السكون والهدوء .

وجميع هذه المراحل تتطلب التعاون والتفاعل الجنسي من قبل الزوجين

لإتمامها على أكمل وجه وبلا متاعب .

" التحكم في مدة القذف "

هل يستطيع الرجل التحكم في مدة القذف؟.

مدة القذف الطبيعية من دقيقة الى عشر دقائق. يمكن استعمال بعض الأدوية المهدئة للأعصاب قبل النوم، مع تناول بعض الأدوية الأخرى المقوية للجسم بصفة عامة .. ان هذا من شأنه ان يعمل على تهدئتك ويخلص من الحالة، ويزيد من ثقتك بنفسك، ويزيل التوتر.

عليك بهذه الطريقة عند التبول:

أخرج نصف ما عندك من البول .. احتفظ بالنصف الآخر اكبر فترة ممكنة من الوقت. ففي ذلك تقوية في العضلات المتحكممة في القذف .. وبذلك يمكن التخفيف من الحالة والقضاء عليها بأفضل نتائج.

هناك تمارينات يمكن ان تساعد فيها الزوجة، تعمل على ازالة التوتر، وتخفيف الحالة، والقضاء على كل ما يصاحبها من متاعب وآلام نفسية .. هذه التمارينات يمكن ان يشرحها الأخصائي، والاستمرار فيها عدة مرات لمدة شهر يأتي بنتيجة طيبة .

" ثلاث مرات؟! "

هل ممارسة الجنس ثلاث مرات خلال ربع ساعة يضر بالصحة؟ هذا الكلام هراء في هراء، ولا أساس له من الصحة ابداء، فليس من المعقول ان يمارس شخص الجنس ثلاث مرات في ربع ساعة. اذ انه بعد عملية القذف تحدث حالة خمول لمدة قد تكون وجيزة، وقد تكون طويلة .. ثم يعاود العضو التناسلي انتصابه بعد ذلك. ويختلف ذلك كله من شخص لآخر، كما يختلف من سن لآخرى .. وهكذا .

ومن هنا فإن طرح هذا السؤال بهذا الشكل هو استعراض ساذج لقوة خارقة خيالية لا أساس لها في الواقع. ولعل هذا يقودنا بالتالي الى عدد المرات الطبيعية للممارسة الجنسية .. وهنا فإن تحديد ذلك غير مرغوب فيه، ووضع برنامج لا يحدد عنه الزوجان غير وارد في تفكير اي أخصائي.

فإن عدد المرات هذه يتصل بالصحة العامة، والرغبة لدى الزوجين، وايضا يتبع الحالة النفسية لهما، والظروف المحيطة بهما وهكذا. كما انه يرتبط بالفترة الزمنية التي يعيشها الزوجان، ففترة شهر العسل غير فترة ما بعد الانجاب للطفل الأول او الثاني .. وهكذا. وفترة يصفو فيها الجو بين الزوجين أفضل من فترة التوتر .

" مني مدمم؟! "

ما هي الأسباب التي تدعو الى ظهور المنى المدمم؟ ان الأسباب التي تؤدي الى ظهور المنى المدمم كثيرة، أهمها:

- . وجود قروح في المسالك البولية
- . وجود القروح في المسالك التناسلية
- . وجود حمات دموية بمجرى البول الأمامي
- . الالتهابات التي تصيب الحويصلة المنوية
- . الالتهابات التي تصيب البروستاتا
- . الإصابة بمرض الدرن في البروستاتا وايضا في الحويصلة المنوية
- . كذلك الإصابة بالبلهارسيا
- . وأمراض الدم المختلفة التي قد تسبب نزيفا
- . وايضا ارتفاع ضغط الدم
- . وتضخم البروستاتا في سن متأخرة

وفي نفس الوقت قد لا تكون هناك أسباب بالمرّة، ويحدث ذلك تلقائيا .. ويظهر المنى المدمم. وفي كل هذه الحالات فإن الأمر يجب الا يدعو للقلق والإنزعاج بدرجة كبيرة تؤثر على نفس الشخص، وانما المطلوب في الواقع هو مواجهة الموقف بشجاعة من كلا الطرفين .. اذ يجب الا تتزعج الزوجة او تنفر، او تستاء فإن هذا قد يعقد الموقف بدلا من ان يحله، ويصل به الى طريق مسدود، دون ان يفتح امامه بصيصا من الأمل .

" مدة العملية الجنسية "

ما هي المدة الطبيعية للعملية الجنسية؟ في الحقيقة فإن المدة الطبيعية للجماع أو العملية الجنسية التي حسب من بدء ادخال العضو، حتى اتمام الانزال (القذف) تتراوح بين دقيقتين وعشر دقائق. فهي تختلف من شخص الى آخر، ومن الطبيعي فإن اطالة مدة المداعبة زيادة عن اللازم تؤدي وبصورة حتمية في اغلب الاحيان الى تقصير هذه المدة الخاصة بالعملية الجنسية. هذا هو الكلام العملي الذي يجب ان يقال في هذا المجال.

اما الاوهام والخرافات والادعاءات فإنها لا تستند الى دليل، ولا ترتكن على أساس. كأن يقال مثلا ان فلانا من الناس يطيل مدة الجماع الى اكثر من ساعة، وان فلانا يتحكم في المسألة بدرجة خرافية تصل الى ساعات، وان ثالثا يلجأ الى الدهانات والخمور والمكيفات "الحشيش والأفيون" من أجل هذا الغرض. وكل هذا في الواقع لا يمثل الحقيقة العلمية من قريب او بعيد .. فإن ما يقال في هذا المجال يدخل في باب الخرافات كما قلنا ..

فهذا الذي يلجأ الى الخمور والمكيفات يقع اسير الوهم، ويتصور الأمور على غير حقيقتها، ويظن انه قد اطال مدة اللقاء، وان اللذة طالت به وبزوجته، في الوقت الذي تشكو هي فيه وتضجر وتبترم. لذا فإن نصيحتي الى كل المتزوجين والمقبلين على الزواج ان يادوا العملية الجنسية على الوجه الصحيح السليم .. بدون اي ارتكاز على خرافات قد يسمعونها من اناس تروي ذلك عن نفسها وهم في الحقيقة يخدعون الناس ليظهروا طاقاتهم الخداعة على غيرهم فيصدقوا الناس كلامهم الغير معقول وهم بذلك معذورين لعدم خبرتهم بالممارسات الجنسية من قبل. وكما أسلفت وقلت كونوا في العملية الجنسية طبيعيين جدا ولا تجهودوا انفسكم اكثر من اللازم فكل حسب طاقته وقدرته .. والعملية الجنسية ليس الهدف منها ان تشغل بها عدة ساعات بل ان تؤديها على افضل وجه في جميع مراحلها دون زيادة او نقصان .

"زيادة الحيوانات المنوية"

هل يمكن زيادة عدد الحيوانات المنوية بوسائل طبية؟ نعم .. يمكن .. ذلك عن طريق العقاقير التي يصفها الأخصائي، اما اذا لم تتجح هذه العقاقير فسي الوصول الى الهدف المنشود، فإن هناك طريقة اخرى هي:

طريقة جمع السائل المنوي من الشخص، ثم "تعطى" هذه الكمية داخل الرحم في وقت التبويض. اما اللجوء الى السائل المنوي من رجل آخر مجهول في عملية "أطفال الأنابيب" التي تحدثوا عنها أخيرا، فلا داعي للتفكير فيه اطلاقا .. ما دام السائل المنوي به حيوانات منوية، فضلا عن ان هذا مخالف للدين والشرع والقانون والمجتمع.

وبطبيعة الحال فإن التفكير في عدد الحيوانات المنوية وزيادته واعطائه داخل الرحم وغير ذلك، هو احدى الوسائل التي يمكن عن طريقها احداث التبويض لاتمام الحمل. والواقع ان حالات عدم الانجاب والعقم بصفة عامة يجب ان تخضع لفحوصات وتحاليل هامة، بالنسبة للزوجين معا. فهناك فحوصات وتحاليل يجب ان تخضع لها الزوجة اولا، حتى يمكن اكتشاف سبب عدم الانجاب والعقم، ومن ثم يمكن الوصول الى حل بعلاجه. فإذا تم ذلك كان بها، ولم يكن هناك داع لتعريض الزوج لاية فحوصات ما دام سليما.

" سائل واثارة "

ما هو هذا السائل الذي ينزل عند الاثارة الجنسية؟ هذا السائل هو "المزي" فمع الهياج الجنسي من المتوقع ان يحدث اتصال جنسي وعندئذ يخرج هذا المزي، هو يساعد على ادخال العضو التناسلي للرجل الى المهبل . ومن هنا فهي ظاهرة طبيعية لا تدعو للقلق.

لكن .. اذا كان الشخص يتعرض للإثارة الجنسية باستمرار، دون اتمام العملية الجنسية نفسها، مما يؤدي الى وجود هذا السائل. فإن ذلك قد يؤدي الى اجهاد المراكز العصبية، الأمر الذي يؤثر بالشهوة، فيقلل منها او يساعد على فقدانها .. ولذلك فإن المطلوب في هذه الحالة البعد بقدر الامكان عن المثيرات. حتى لا يتعرض الشخص لاي من هذه الاضرار.

وفي هذا المجال ايضا فإن الإشارة الى ملحوظة هامة، أمر ضروري، اذ ان بعض الزوجات يلجان في محاولة منهن لإرضاء الأزواج خصوصا في السنوات الأولى للزواج الى تعمد هذه الاثارة الجنسية والتفنن فيها .. الأمر الذي قد يعتبره الأزواج هكذا: نوعا من الارضاء .. ودليلا على الحب والمعزة والاخلاص .. ولكن الاستمرار بهذا الشكل غير عملي .

" سائل أبيض "

ما هو السائل الابيض الذي ينزل مع البول وتأثيره على الناحية الجنسية؟ هذا السائل الابيض قد يكون صديدا، وقد يكون دهونا وهي حالة تدعى طبييا "الكليوريا" والأمر يستدعي عندئذ فحص هذا السائل الابيض لمعرفة ما هيته، وبعد ذلك يسهل العلاج.

اما هذا السائل يؤثر على الناحية الجنسية: الكفاءة ودرجة الاداء والقدرة على الانجاب. فهذا ما يبعد عن الحقيقة والواقع تماما .. فلا دخل لهذا السائل بكل هذه الاشياء جميعا، والأمر لا يعدو ان يكون حالة مرضية في حاجة الى علاج.

لكن يبقى الأثر النفسي الناتج من اعتقاد الشخص بوجود ارتباط بين الحالة والناحية الجنسية، والتأثيرات المضاعفة لكل ذلك بمرور الوقت. ان هذا هو ما يجب الالتفات اليه، والتوقف عنده .. فلا شك ان كثيرا من أمور الضعف الجنسي وعدم القدرة والخوف من الممارسة الى غير ذلك من المظاهر التي تلمسها في كثير من الحالات، يرجع اساسا الى عوامل نفسية عديدة .. اذا تم التخلص منها، امكن التغلب على هذا الضعف الوهمي. لذلك فنحن نحذر من هذا الانغماس في هذه التصورات الخيالية .

" مخاوف ليلة الزفاف "

انا موظف في السابعة والعشرين مستعد للزواج، ولكنني خائف من ليلة الزفاف، فقد لا ينتصب عضوي خلالها، خاصة وان طوله لا يتجاوز الثلاثة عشر سنتيمترا مما يجعلني أشك في القدرة على فض غشاء البكارة، علما بانني مارست الجنس كثيرا وبنجاح، وامارس العادة السرية فيماذا تتصحني بخصوص هذه العملية، وهل الهرمونات والمخدرات ذات فوائد في حالتي؟

طول العضو عندك طبيعي، ولذلك فلا داعي لاي خوف، وبخصوص المخدرات والخمر ليلة الزفاف فليست لها فائدة تذكر، بل انها قد تأتي بنتيجة عكسية، ان تثقك بنفسك وعدم خوفك، سيجعلناك تقوم بواجبك في ليلة الزفاف وفي غيرها. ومن خطابك أنك طبيعي من كل الوجوه، خدع الوسواس والمخاوف، وبذلك فقط ستكون طبيعيا، اما تناول الهرمونات المذكورة فليس له اي فائدة لمن لا يعاني من اي نقص.

" حمل .. في فترة الخطوبة "

هل يمكن ان يحدث حمل في فترة الخطوبة اذا مارس الخطيب والخطيبة ممارسات جنسية ولكن سطحية ومع وجود غشاء البكارة سليما ؟.

طبعا هذا ممكن. لان وجود الغشاء لا يمنع مرور الحيوان المنوي، وبالتالي يمكن ان يحدث الحمل، بالإضافة الى ان هناك نوعا من غشاء البكارة، يطلق عليه الغشاء الغريبي يسمح بمرور الحيوانات المنوية من خلاله ببساطة وسهولة. ولذلك فإن العلاقة الجنسية السطحية من الممكن ان تؤدي الى حدوث الحمل. وهكذا فإننا نحذر من وقوعها، وحتى لا يحدث مالا يجمد عقباه .. بل اننا نحذر من وقوعها في فترة الخطوبة، بدعوى ان كل شيء على ما يرام، وان الزواج قادم في الطريق بعد شهور. ان هذا خطأ لا يغتفر، وتصرف قد تكون له آثاره المدمرة .. فقد تثور عقبات تمنع الزواج وتعوق الوصول الى نهايته الطبيعية السعيدة. وهذا يحدث في كثير من الاحيان، فكيف يكون التصرف في هذه الحالة، ومن يتحمل المسؤولية، وماذا عن احتمالات المستقبل؟

كل ذلك يجب ان يكون محل اهتمام الشبان والشابات في فترة الخطوبة .. وخلال العلاقات الثنائية المشتركة. وهنا فإننا نركز على أهمية اللقاءات الجماعية والنشاطات المشتركة داخل المدارس والنوادي وفي الرحلات والحفلات والمناسبات، فليس هدف الزواج او الخطبة الاستفراد بالفتاة لممارسة الجنس معها فالخطبة لها معانيها وأسسها القائمة على تقرب الطرفين من بعضهما وحدث الألفة بينهما. وقد تنتهي بالزواج .. وقد لا تنتهي .. اذن فلتكن كل فتاة حذرة في هذه الفترة فترة الخطبة من اي محاولة لممارسة الجنس سواء سطحية او غير ذلك .. فالزواج في الطريق .

" تهتك الغشاء "

هل يمكن ان يتهتك غشاء البكارة دون ممارسة جنسية حقيقية؟

اولا يوجد غشاء عند بداية فتحة المهبل، ومن الممكن ان يتهتك هذا الغشاء اذا أدخل الأصبع او اي جسم صلب عند ممارسة الفتاة للعادة السرية. ولكن .. قد لا يحدث ذلك عند مصادفة نوع نادرة من انواع اغشية البكارة المختلفة يسمى "الغشاء المطاط"، انه يسمح حتى بالعملية الجنسية دون ما ان يصيبه تهتك. ويتم فض هذا الغشاء بواسطة عملية جراحية بسيطة جدا .. او بعد الولادة حيث انه عند نزول الجنين عبر المهبل فإنه يزيل هذا الغشاء نهائيا.

لكن تبقى نقطة هامة وأساسية: ان المحاولات التي تقوم بها البنت لنفسها مثل ممارسة العادة السرية بجسم صلب او غير ذلك من الوسائل التي تؤثر على الغشاء، هذه المحاولات يجب الانصراف عنها تماما فهي ليست في صالح البنت. وهي كذلك لا تؤدي الى فوائد تذكر. وانما الى لذة وقتية يعقبها الندم الشديد والتوتر والقلق، وتفكر في الضرر او الأضرار التي تعود عليها في المستقبل. ومن هنا فإن المطلوب هو الانشغال بممارسة الهوايات الممتعة والمفيدة .. والقراءة الجارة الواعية .. كذلك البعد عن المثبرات. كما ان للإنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية وايضا الرحلات بالغ التأثير الايجابي على نفسية البنت ووعيها.

" عدم ظهور الثديين ! "

ما الذي يعنيه عدم ظهور الثديين لفتاة في سن الواحدة والعشرين؟ يمكن المساعدة على نمو الثديين بتعاطي اقراص تحتوي على هرمون الاستروجين بصورة دورية .. ولكن تحت اشراف أخصائي أمراض نساء. وفي نفس الوقت يجب تدليك الثديين بمرهم مناسب ايضا يحتوي على هرمون الاستروجين الذي يستعمل موضعيا هذا كله ضروري، وكذلك من الضروري ايضا ان تخضع البنت لفحص شامل من جانب أخصائي أمراض النساء، ومن جانب أخصائي الغدد ايضا. فلا بد من التأكد من انتظام الدورة .. ووجود علاقات البلوغ الاخرى مثل الشعر تحت الابطين والعانة. ولا بد من التأكد من اكتمال نمو كافة الأعضاء التناسلية، ووجود الشعور باللذة والميل نحو الجنس الآخر، والاستعداد الطبيعي للحمل والولادة. وبذلك يمكن التأكد من ان هذه الحالة طارئة ويمكن ان تعالج بالعلاج الذي ذكرناه او حسب ما يرى الطبيب الأخصائي. وهذا دليل على ان الحالة وقتية وطارئة وسوف تزول حتما، ويعود للثديين الحجم الطبيعي بمرور الوقت .. وبالحمل والولادة ايضا ..

" هياج جنسي "

ما الذي يؤدي اليه الهياج الجنسي دون اتمام العملية الجنسية بالكامل؟

كثيرا ما تحدث هذه الظاهرة: هياج جنسي مع عدم اشباع، فإنزال المنى مثلا خارج الرحم خوفا من حدوث الحمل يؤدي الى عدم نزول كل المنى. ذلك لان انقباضات عضلات المهبل على العضو التناسلي للرجل تؤدي بالطبع الى نزول كل المنى. كما وان عدم انزال كل المنى من شأنه ان يؤدي الى الاصابة باحتقان، وفي نفس الوقت فإن الإتصال دون ايلاج يمكن ان يؤدي الى نفس النتيجة، الاحتقان. وهو عندئذ مسؤول عن آلام كثيرة، أهمها الآلام الموجودة بالعضو التناسلي والخصيتين. ولذلك كله فإنه يجب انزال المنى مع كل هياج جنسي شديد ..

ومن ناحية اخرى فإن على الشباب غير المتزوج والذي يعاني من هذه الظاهرة ان يركن الى فترة هدوء نفسي وجنسي، وان يبتعد عن مزاولة الجنس غير المشروع، ويشغل نفسه بالصوم والصلاة والقراءة والرياضة. ولا بأس من ان يبتعد عن أكل اللحوم، والمأكولات الحريفة والحارة . وان ازدادت حالة الهياج لا بأس بأن يستعمل بعض المهدئات التي يصفها له الطبيب المختص .

" الأصبع والغشاء "

هل دخول اصبع ونزول دم يعني تمزق غشاء البكارة؟

من الأفضل بالطبع في هذه الحالة للعرض على أخصائي أمراض نساء .. للفحص والتأكد من غشاء البكارة .. هل تمزق أم لا؟ ذلك لان دخول اصبع ونزول دم يدل على تمزق بالغشاء .. ولكن طبعا الأفضل ان يتم الفحص بواسطة الأخصائي للتأكد من ذلك. ومن ناحية أخرى فإن الدم يجب ان ينزل طبعا نتيجة تمزق غشاء البكارة، ما عدا في بعض الحالات مثل حالة الغشاء المطاط. فهو لا يتمزق، ولا ينزل منه دم .. وبالطبع فإن الأخصائي يكتشف هذه الحالة. وعموما فإن كمية الدم التي تنزل عند التمزق عبارة عن قطرات من الدم أحمر اللون.

والحقيقة انه يجب تجنب كل ما يؤدي الى ذلك كله .. فالممارسة الجنسية بواسطة الأصبع هي ممارسة للعادة السرية، وهذا يعرض غشاء البكارة للتمزق، ويؤدي الى تأنيب الضمير بعد ذلك، ومن الفضل الإنصراف عن كل هذا، والتطلع للمستقبل، حيث الممارسة الطبيعية النظيفة مع زوج محب مخلص، وحيث يمكن ان ينعم الزوجان بحياة زوجية سليمة واعية، دون الوقوع في اخطاء .

" الأدوية المنشطة للجنس "

هل يفيد تعاطي الأدوية المنشطة للجنس الموجودة في الأسواق بوفرة دون استشارة الطبيب؟ هذا الموضوع اصبح في حاجة الى توعية كبيرة وملحة.

فقد انتشرت في السنوات الأخيرة ادوية يقال انها منشطة للناحية الجنسية، واصبحت هذه الأدوية تباع دون رقيب او حسيب .. في أماكن كثيرة في الصيدليات وايضا في البوتكات وعلى الأرصفة نجد انها متوفرة بكثرة للبيع .. كما انها تتواجد ايضا في الميادين العامة .. وداخل المكاتب .. وتساءل:

هل هذه الأدوية اصبحت مثل الطعام والشراب تؤخذ هكذا لمسيب الحاجة اليومية اليها، ولان الانسان لا يؤدي واجباته الضرورية الا بواسطتها؟ ولا يجيبك جواب شاف. انما الذي يحدث ان هذه الأدوية توفر مزيدا من النشاط والحيوية بصفة عامة .. ويقبل الشخص عليها بدافع من الدعايات المكثفة لتسويقها .. ونراه بذلك يدفع فيها اثمنا باهظة .. ولا يكتفي بذلك .. وانما هو يجرب اصنافا عديدة منها .. فاعل وعسى ان يكون الصنف الجديد اقوى مفعولا.

اذا .. ان الشركات التي تنتج هذه الأدوية في الخارج تلعب على هذا الوتر الحساس. وتدخل في روع الكثيرين. ونرى ذلك خاصة في منطقتنا العربية والشرقية لما للجنس من أهمية وعدم فهم. ان هذه الأدوية سوف تجعل الضعيف قويا، ويمكنها ان تقضي على كل المتاعب والآلام بعد مدة تقصر او تطول حسب الظروف. وهذا هراء في هراء .. فإن هذه الأدوية -برغم اختلاف ألوانها وأشكالها الجذابة- ليست سوى مجموعة فيتامينات عادية جدا جدا. وكثرة تناولها يسبب في أغلب الاحيان الى اضطرابات واختلافات سيئة جدا وضارة للجسم. وعند اخذ جرعة كبيرة جدا من هذه الفيتامينات فقد يصاب الشخص بالتسمم بالفيتامينات الذي لا يحمد عقباه.

فوصيتنا الأخيرة ان يهتم الشخص بتتمة طاقته الجنسية وذلك بتناول الفيتامينات المتكامل فقط بدون اي زيادة او نقصان .. وان يمارس الجنس بشكل طبيعي ونatural .. فالإسراف غير محبذ في اي نشاط كان .

" طهارة الرجل .. والعملية الجنسية "

ماهي فائدة طهارة الرجل في العملية الجنسية؟ يبدو انه من الضروري معاودة الحديث عن الطهارة .. وبخاصة طهارة الرجل.

فقد قيل وسوف يقال ان طهارة البنت تجور على حقها في الشعور باللذة الطبيعية اذ تقضي على أهم جزء يؤدي الى هذا الشعور وهو البظر. ولذلك فإنها من هذه الناحية عمل غير إنساني وغير سليم صحيا واجتماعيا.

اما في حالة الولد .. فإن الأمر يختلف، ان هذه القطعة الزائدة التي تغلف عضو الرجل في حاجة ماسة الى ازالتها، لانها يمكن ان تعمل على تجمع الأوساخ في هذه المنطقة، وتؤدي الى وجود رائحة كريهة، حتى اذا كانت هناك نظافة مستمرة لها. وهي في نفس الوقت فإنها تضايق في اتمام العملية الجنسية، ان لم تكن تحول دون اتمامها على الوجه الصحيح. فضلا عن ان هذا الغلاف يمكن في بعض الحالات ان يؤدي الى الاصابة بأمراض كثيرة، أهمها الورم في هذه المنطقة. ولذلك فإن ازالته ضرورة صحية وعلمية واجتماعية ايضا .. بمعنى انه يخلص الرجل من آلام ومآعب لا حصر لها في الحاضر والمستقبل .. ويؤدي الى قيامه بواجبه على الوجه الأكمل.

اذن ان مقدمة العضو بعد ازالة "الغلفة" تصبح اكثر حساسية للإحتكاك فتبعث اللذة في اللقاء الجنسي. وأحب في صدد هذا الموضوع ان القي الضوء على مستجداتما توصل اليه العلم .. حيث إشارة الدراسات ان الطهارة التي تجري للرجل تنجيه من الاصابة بداء سرطان القضيب "العضو التناسلي الذكري" هذا المرض الخبيث. كما ان ازالة الغلابة التي تحيط بمقدمة العضو التناسلي الذكري بواسطة عملية الطهارة تمنع بشكل رئيسي بالإصابة بالتهاب المسالك التناسلية وايضا تحمي من التهاب المسالك البولية .. لذلك فإننا نلاحظ ان الاصابة بالتهابات المسالك البولية والتناسلية تصيب النساء اكثر من الرجال بنسبة عالية جدا ذلك لان نظافة العضو بعد الطهارة تؤمنه من هذه الالتهابات .. كذلك فإن التركيب التشريحي لدى الجنسين نلاحظه يهيء لحدوث التهابات لدى النساء والوقاية منه اكثر من الرجال. كذلك فإن الطهارة تزيد في القدرة على انتصاب العضو الذكري اكثر من العضو الذي لم تتم

له عملية الطهارة. اذن: فالطهارة واجبة على كل ذكر وهي يحث عليها لكثرة محاسنها .

obeikandi.com

" زيادة الرغبة الجنسية "

ما الذي يمكن عمله في حالة زيادة الرغبة الجنسية الى حد كبير ..
وخصوصا في فترة الخطوبة؟.

زيادة الرغبة الجنسية او ما يمكن ان نطلق عليه التهيج الجنسي الواضح،
يكون في عنفوانه وشدته ووجهه لعدة سنوات بعد سن البلوغ. وبطبيعة الحال تزداد
هذه الظاهرة لدى الشخص غير المتزوج .. خاصة عندما يتعرض لمناظر مثيرة،
لذلك يجب في هذه الحالة ان يحاول الشخص شغل اوقات فراغه بالقراءات المفيدة
في الأدب والدين والتاريخ، وكذلك ممارسة بعض الهوايات الرياضية التي تعود
على الجسم والذهن بالفائدة الجسمية والفكرية. ومن ناحية اخرى يمكن علاج هذه
الحالات بالمهدئات والمسكنات صباحا ومساء، اذا ما استعصت الحالة على العلاج.

والحقيقة ان بعض الشبان يفرقون أنفسهم في هذا الشعور الطاغي بالجنس،
اعتقادا منهم ان هذا هو الشيء الطبيعي، وان القدرة الزائدة هي دليل الرجولة ..
وهي المفتاح الذي يفتح ابواب السعادة الزوجية في المستقبل. وهذا الشعور قد يكون
مقبولا في فترة ما من حياة الشخص، نتيجة البلوغ والإحساس بالقوة والحيوية
والنشاط .. ثم تعود الأمور الى طبيعتها بالنظرة الموضوعية الواقعية .. فهذا هو
الشيء الطبيعي .. لكن غير الطبيعي ان يستمر هذا الشعور دون مبرر، تاركا أثارا
ضارة .. جسيما.

اما بالنسبة للشبان في فترة الخطوبة .. فإن التعطش الجنسي الشديد لدى
الشبان والشابات يجعلهم يتأثرون ويثارون من جراء أقل مداعبة ولو بالكلام فيفجر
الطاقات المكنوزة لديهم ويزيد إحساسهم ورغبتهم باللقاء الجنسي .

وانا في رأي أعتبر ذلك شيئا طبيعيا خصوصا في بلادنا الشرقية العربية
التي تحكمها مثل ومبادئ تحرص على صون الفتاة والشاب وعدم اتاحة المجال في
الغالب الى الوقوع في ممارسات جنسية غير مشروعة.