فن الاستمتاع بشهر العسل

دكتور محمد كمال زين الدين

دار الطلائع

OBEIKAN.COM

اسم الكتاب
فن
الاستمتاع بشهر العسل
تأليف
د/ محمد كمال زين الدين
رقم الإيداع
٢٠٠٠ / ٢٥٨٥
977-277-192-6
تصميم الغلاف
إبراهيم محمد إبراهيم

للنشر والتوزيع والتصدير
٥٩ شارع عبدالحكيم الرفاعى - مدينة نصر - القاهرة
تليفون: ٢٧٤٤٦٤٢ - ٦٣٨٩٣٧٢(٢٠٢) فاكس : ٦٣٨٠٤٨٣(٢٠٢)
Web site : www.altalae.com E-mail : info@altalae.com

● جميع الحقوق محفوظة للناشر ●
يحظر طبع أو نقل أو ترجمة أو اقتباس أى جزء من هذا الكتاب دون إذن كتابى، سابق من الناشر، وأية استفسارات تطلب على عنوان الناشر.

طبع بمطابع ابن سينا بالقاهرة ت : ٣٢٠٩٧٢٨ فاكس : ٦٣٨٠٤٨٣

تطلب جميع مطبوعاتنا من وكيلنا الوحيد بالمملكة العربية السعودية
مكتبة الساعى للنشر والتوزيع
ص . ب ٥٠٦٤٩ الرياض ١١٥٣٣ - هاتف : ٤٣٥٣٧٦٨ - ٤٣٥١٩٦٦ فاكس : ٤٣٥٥٩٤٥
جدة - تليفون وفاكس : ٦٢٩٤٣٦٧

OBEIKAN.COM

مقدمة

لاشك أن شهر العسل هو شهر الأحلام ، والمغامرة ونشوة الحب ، واكتشاف المجهول !

إنه الجسر الممتلئ بالورود الذى يعبر عليه الزوجان إلى حياتهما الجديدة التى كانا يتطلعان إليها بشغف وتلهف !!

إنه شهر التدفق وفيضان المشاعر ؛ حيث تنطلق المشاعر الإنسانية على سجيتها "" ؛ ويجتنى العروسان ثمار الحب من الشجرة المغروسة بعزم فى أرض جيدة غنية ، محلقين بأجنحة الروح والجسد فى سماء المحبة، ومرفرفين حول خمائل من الزهور ، متطلعين إلى إنجاب ذرية تقر بها أعينهما وتذوق أفراح الحب ولذة القرب .

فى ضوء ذلك الأمل يأتي هذا الكتاب ليجيب عن أسئلة كل عروسين فى شهر العسل :

ما العمل لإرواء الأشواق ؟

وكيف السبيل إلى تلبية الاستغاثة الصامتة التى غالبًا ما نلاحظها فى عيون كل مقبل على الزواج ؟

OBEIKAN.COM

كيف يمكن الوصول إلى ملذات الأحلام السحرية ؟

ما فنون الوفاق المتبادل فى الوصال؟

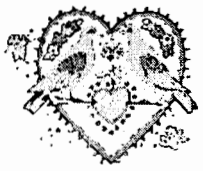
كيف نسيطر على مخاوفنا؟

وما السبيل إلى إمتاع رفيق حياتنا ؟

وما المشاكل التى قد تواجهنا وكيف نتوقاها ونتغلب عليها؟

هذه الأسئلة سيجد القارئ الإجابة عنها ، كما سيجد خلاصة نتائج العلم والخبرة ، عبر صفحات هذا الكتاب ، الذى إن قرأته ستشعر شعورًا جارفًا بأنك قد ملكت مفاتيح الحياة الزوجية السعيدة ، وأنك قد أصبحت ماهرًا خبيرًا فى أصول التعامل مع الجنس الآخر فى ليالٍ من أجمل ليالى العمر .. ليالى شهر العسل .

المؤلف



OBEIKAN.COM

نصائح الرسول ﷺ وحكماء العرب
للكل زوجين جديدين

- المعاملة اللطيفة للزوجة وأبغضهن إليه .
- إحدي الدلائل على اكتمال الإيمان !
- موقف حكيم في ليلة من أشهر ليالي الزفاف .
- افتتاح الحياة الزوجية بالصلاة يجعلها أكثر بركة .
- ما الأشياء التي تجذب الرجل إلى المرأة ؟
- دعاء ليلة الزفاف .
- نصائح جامعة لكل امرأة من أمهات خبيرات .
- الدعاء قبل اللقاء الجنسي .
- هل الفحص الطبي قبل الزواج فريضة إسلامية ؟
- نصائح ذهبية من أم مثالية.
- تزين لزوجتك كما تحب أن تتزين لك .
- ماذا يكره الرجال من النساء؟
- نصيحة أب فاهم إلى ابنته .
- أشهى النساء إلى الرجل

OBEIKAN.COM

نصائح الرسول ﷺ

• المعاملة اللطيفة للزوجة إحدى الدلائل على اكتمال الإيمان!

أخرج الإمام الترمذى فى السنن (باب ما جاء فى استكمال الإيمان) أن السيدة عائشة قالت : قال رسول الله صلى ﷺ : «**إن من أكمل المؤمنين إيمانًا أحسنهم خلقاً وألطفهم بأهله**»(١). قال الترمذى حديث حسن صحيح .

• افتتاح الحياة الزوجية بالصلاة يجعلها أكثر بركة :

ينصح ويوصى الرسول ﷺ كل زوجين جديدين ، أن يقوما بأداء ركعتين لله فى بداية ليلة الزفاف ؛ حتى تكون هذه العلاقة مبنية من أساسها على حبها لله ، تبدأ بالطاعة له ، ومن ثمَّ فإنه سبحانه وتعالى يبارك فى الحياة الزوجية ويجعل فى البيت خيرا .

يقول الرسول صلى الصلاة السلام فى الحديث الذى رواه البزار :

«**إذا تزوج أحدكم ، فكانت ليلة البناء فليصل ركعتين ، وليأمرها أن تصلى خلفه ، فإن الله جاعل فى البيت خيرا**»(٢) .

والمقصود بليلة البناء : ليلة الزفاف .

• دعاء ليلة الزفاف :

عندما ينصرف المدعوون يدخل العروسان عشهما الجديد ، فأول ما يجب على الزوج أن يفعله أن يضع يده على جبهة عروسه داعياً الله بالخير

(١) أخرجه الترمذى – كتاب الإيمان (٢٧٤٣) وأحمد فى المسند (٩٩ ، ٤٧/٦) .

(٢) أخرجه الهيثمى في مجمع الزوائد (٤ / ٢٩١) وفي إسناد الحجاج بن فروخ وهو ضعيف .

OBEIKAN.COM

ومستعيذاً به من الشر . روى أبو داود فى سننه أن الرسول صلى الله عليه وسلم قال :

«إذا تزوج أحدكم المرأة فليأخذ بناصيتها ، وليسم الله - عز وجل- وليدع بالبركة ، وليقل : اللهم إنى أسالك من خيرها وخير ما جبلتها عليه.. وأعوذبك من شرها وشر ما جبلتها عليه» (١) .

• الدعاء قبل الجماع :

إن الإسلام يجعل كل عمل ، وحتى لو كان من خصوصيات العلاقة الزوجية ، مرتبطاً بعبادة الله وطاعته ، لأنه يريد أن يؤسس الحياة كلها على الخير والإيمان بالله والبعد عن الشر . ولذلك فإن الرسول عليه الصلاة والسلام ينصح الزوج عندما يقترب من زوجته من أجل أن يأتيها ، أن يبدأ باسم الله تعالى داعياً إياه سبحانه. يقول الرسول ﷺ :

«لو أن أحدكم إذا أراد أن يأتى أهله قال : بسم الله ، اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتنا ، فإنه إن يُقدَّر بينهما ولد لم يضره شيطان أبداً» (٢) .

• نصائح ذهبية من أم مثالية:

أوصت أمامة بنت الحارث ابنتها قبل الزفاف بمجموعة من الوصايا التى إن نفذتها أية امرأة كانت امرأة عظيمة بحق . فماذا قالت تلك الأم العظيمة ؟

قالت لابنتها :

«بُنيَّة .. إنك فارقت البيت الذى منه خرجت ، وخلفت العش الذى فيه

(١) رواه أبو داود (٢١٦٠) وابن ماجة (١٩١٨) ومالك فى الموطأ (٥٢) كتاب النكاح .
(٢) رواه البخارى - كتاب النكاح (٦٦) ومسلم فى الطلاق (٦) .

درجت إلى وكر لم تعرفيه ، وقرين لم تألفيه ، فأصبح بملكه عليك رقيباً ومليكًا ...

فكونى له أمة يكن لك عبدًا ..

واحفظى له **خصالاً عشراً** تكن لك ذخرًا :

أما الأولى والثانية :

فالخضوع له بالقناعة ،

وحسن السمع له والطاعة .

وأما الثالثة والرابعة :

فالتفقد لمواضع عينيه وأنفه ؛

فلا تقع عينه منك على قبيح ،

ولا يشم منك إلا أطيب ريح .

وأما الخامسة والسادسة :

فالتفقد لوقت منامه وطعامه ؛

فإن تواتر الجوع ملهبة !

وتنغيص النوم مغضبة !

وأما السابعة والثامنة :

فالاحتراس بماله والإرعاء على حشمه وعياله ..

وملاك الأمر فى المال حسن التدبير ، وفى العيال حسن التقدير .

أما التاسعة والعاشرة :

فلا تعصين له أمرًا ولا تفشين له سرًا ..

فإنك إن خالفت أمره أوغرت صدره ..

OBEIKAN.COM

وإن أفشيت سره لم تأمنى غدره

ثم إياك والفرح بين يديه إن كان ترحًا ، والكآبة بين يديه إن كان فرحًا» .

إنها حقًا نصائح ذهبية من أم ذهبية لكل زوجة تريد أن تكون مثالية .

• نصيحة أب فاهم إلى ابنته :

نصح عبدالله بن جعفر بن أبى طالب ابنته عند زواجها بعدة نصائح تجنب حياتها الزوجية التعاسة والشقاء والفشل ؛ فقال لها محذراً وناصحاً:

«إياك والغيرة ؛ فإنها مفتاح الطلاق .. وإياك وكثرة العتب ؛ فإنه يورث البغضاء .. وعليك بالكحل فإنه أزين للزينة .. وأطيب الطيب الماء» .

• ماذا يكره الرجال فى النساء؟

لخص أبو الدرداء ببراعة ما يكره الرجال من النساء ، فقال لزوجته شعراً :

خذى العفو منى تستديمى مودتى

ولا تنطقى فى سوْرتى حين أغضب

ولا تنقرينى نقرك الدف مرة

فإنك لا تدرين كيف المغيَّب

ولا تكثرى الشكوى فتذهب بالهوا

ويأباك قلبى والقلوب تقلَّب

فإنى رأيت الحب فى القلب والأذى

إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهب

• أشهى النساء إلى الرجل وأبغضهن إليه :

سأل معاوية بن أبى سفيان صعصعة بن صوحان (أحد كبار المشاهير فى معرفة أنساب العرب) فقال :

OBEIKAN.COM

أى النساء أشهى إليك ؟

قال : المواتية لك فيما تهوى .

قال معاوية : فأيهن أبغض إليك ؟

قال : أبعدهن مما ترضى .

قال معاوية : هذا النقد العاجل !

فقال صعصعة : بالميزان العادل .

• موقف حكيم فى ليلة من أشهر ليالى الزفاف :

قابل الشعبى شريحًا القاضى الشهير ، فسأله الشعبى عن حاله فى بيته ؛ فقال:

«من عشرين عامًا لم أر ما يغضبنى من أهلى .

قال له : وكيف ذلك ؟!

قال شريح : من أول ليلة دخلت على امرأتى ، رأيت فيها حسنًا فاتنا، وجمالاً نادرًا .. قلت فى نفسى: فلأتطهر وأصلى ركعتين شكرًا لله .

فلما سلمت وجدت زوجتى تصلى بصلاتى ، وتسلم بسلامى .

فلما خلا البيت من الأصحاب والأصدقاء ، قمت إليها فمددت يدى نحوها ، فقالت :

على رسلك يا أبا أمية ، كما أنت !

ثم قالت :

الحمد لله ، أحمده ، وأستعينه ، وأصلى على محمد وآله ، إنى امرأة غريبة لاعلم لى بأخلاقك ؛ فبين لى ما تحب فآتيه ، وما تكره فأتركه .

OBEIKAN.COM

وقالت : إنه كان لك فى قومك من تتزوجه من نسائكم ، وفى قومى من الرجال من هو كفء لى ، ولكن إذا قضى الله أمراً كان مفعولاً ، وقد ملكت؛ فاصنع ما أمرك الله به: إمساك بمعروف أو تسريح بإحسان...

أقول قولى هذا وأستغفر الله لى ولك !!

قال شريح : فأحوجتنى – والله ياشعبى – إلى الخُطبة فى ذلك الموضع !

فقلت : أحمد لله، وأستعينه ، وأصلى على النبى وآله وأسلم، وبعد :

فإنك قلت كلاماً إن ثبت عليه يكن ذلك حظك ، وإن تدعيه يكن حجة عليك ، أحب كذا وكذا وأكره كذا وكذا .. وما رأيت من حسنة فانشريها ، وما رأيت من سيئة فاستريها !

فقالت : كيف محبتك لزيارة أهلى ؟

فقلت : ما أحب أن يملنى أصهارى .

فقالت : فمن تحب من جيرانك أن يدخل دارك ، فآذن له .. ومَنْ تكره، فأكره ؟

قلت : بنو فلان قوم صالحون ، وبنو فلان قوم سوء .

قال شريح : فبت معها بأنعم ليلة ، وعشت معها حولاً لا أرى إلا ما أحب .

فلما كان رأس الحول جئت من مجلس القضاء ، فإذا بفلانة فى البيت .

قلت : من هى ؟

قالت : خَتَنُك ..(أى أم زوجتك) .

فالتفتت إلىّ وسألتنى :

كيف رأيت زوجتك ؟

قلت : خير زوجة .

قالت : يا أبا أمية ، إن المرأة لا تكون أسوأ حالاً منها إلا فى حالتين : إذا ولدت غلاماً ، أو حظيت عند زوجها ؛ فوالله ما حاز الرجال فى بيوتهم شراً من المرأة المدللة .. فأدب ما شئت أن تؤدب وهذّب ما شئت أن تهذب .

قال شريح : فمكثت معى عشرين عامًا لم أعتب عليها فى شىء إلا مرة وكنت لها ظالما ! (١)

إن هذا الرجل لمحظوظ حقاً ، وربما لم يصبح قاضيا عظيما يُضرب به المثل إلا بفضل الله ثم بفضل هذه الزوجة العظيمة .

وكم هو جدير بك أيتها العروس المقبلة على ليلة الزفاف أن تكونى مثلها فى مراعاة ما يحبه زوجك وتجنب ما يكره . ولكنك طبعا لست بحاجة لكى تلقى خُطبة عصماء ليلة الزفاف !

وجملة القول : أن على المرأة طاعة زوجها فى كل حال بشرط ألا يكون معصية ؛ فحق الزوج على زوجته عظيم ، وقد اتفقت الأخبار على ذلك .

قال صلى الله عليه وسلم : «**أيما امرأة ماتت وزوجها عنها راضٍ دخلت الجنة**» (٢) .

---

(١) المرأة المثالية فى أعين الرجال ص ٤٤ – ٤٥

(٢) رواه ابن ماجة كتاب النكاح (٤) والترمزى كتاب الرضاع (١٠)

OBEIKAN.COM

• ما الأشياء التى تجذب الرجل للمرأة ؟

هناك بطبيعة الحال أشياء كثيرة ، ربما يكون من أهداف بعض فصول الكتاب تعريف المرأة بها ، لكن إذا أردنا إجابة مختصرة عن هذا السؤال ، فلنستمع إلى إجابة هذا الخبير برغبات الرجال ، أعنى المدائنى؛ إذ سأله سائل فقال :

بأى شىء تستميل المرأة الرجل فتكون له أشهى ؟

قال : إذا كانت المرأة شابة ، ولها رغبة فى الجماع ، فإنها تستميل الرجل بالمواتاة ، وبحب صادق ، ومودة واجتهاد ، وتأخذ نفسها فى متابعته حتى ترى منه الأثرة والحب على الأم والأب وكل حميم قريب فإذا كانت كهلة ، فإنها تستميله بأنواع المطاعم ، والتحف والأشربة الحلال ، والظرف والتجمل ، والتقرب باللطاف ، وما تقدر عليه من القول .

• نصائح جامعة لكل امرأة من أمهات خبيرات :

جاء فى كتب التراث أن النعمان بن المنذر تزوج أربعًا من النساء من أربع قبائل تأييدا لعرشه ، وتثبيتا لملكه : واحدة أنمارية ، والثانية سليمية، والثالثة نميرية ، والرابعة أسدية .

فقال للأولي : ما أوصتك به أمك ؟

فقالت : قالت لى :

لا تجلسى بالفناء ..

ولا تكثرى المراء (أى الجدال)

واجعلى آخر طيبك الماء .

[**ملحوظة**: نظرية التطيب بالماء من النظريات الحديثة التى تتبعها بعض الشركات الاقتصادية الكبرى مع موظفيها ؛ حيث تطلب منهم عدم استخدام أنواع العطر ؛ لأن من المحتمل أن يكون العميل لا يحب هذا النوع من العطر، مما يؤثر سلبيا على نفسه ويقلل من قدرة الموظف على إقناعه ! لكن بالنسبة للمرأة فعليها التعطر بالنوع الذى يحبه زوجها، وهذه مسألة من السهل عليها معرفتها ، وبيد أن وجهة نظر تلك الأم المذكورة أعلاه لها ما يبررها] .

وقال للثانية : ما أوصتك به أمك ؟

فقالت : قالت لى : عطرى جلدك ..

وأطيعى زوجك...

واجعلى الماء آخر طيبك !

وقال للثالثة : ما أوصتك به أمك ؟

فقالت : قالت لى :

لا تطاوعى زوجك فتُملّيه (أى تجعلينه يملّ) ..

ولا تعاصيه فتشكيه (أى تجعلينه يشكو منك) ..

واصدقيه الصفاء .

وقال للرابعة : ما أوصتك به أمك ؟

فقالت : قالت لى : أَدْنى سِتْرك ... وأكرمى زوجك .. واجتنبى الإباء... واستنظفى بالماء .

OBEIKAN.COM

تلك بحق نصائح من أمهات خبيرات حسب وجهة نظر وثقافة كل منهن. وإذا ما كنتِ حريصة على حياة زوجية سعيدة ، فعليك بالجمع بين هذه النصائح ؛ حتى تصبحى امرأة عظيمة فى حياة زوجك ..

• هل الفحص الطبى قبل الزواج فريضة إسلامية ؟

يقول الرسول عليه السلام : «**لا يوردن ممرض على مصح**» (١) .

انظر كيف أن الرسول العظيم يأمرنا بضرورة عدم الاختلاط بين المريض مرضًا معديًا والمعافى . فما بالك بالزواج الذى يتم فيه امتزاج بدنين ؛ مما يسهل أمر العدوى .

ولذا فإن الفحص الطبى ؛ احتراسًا من انتقال العدوى ، ليس مجرد ضرورة صحية ، بل هو ضرورة دينية نبه إليها الرسول عليه الصلاة والسلام .

ومن مصلحة الزوج والزوجة عدم التساهل فى هذا الأمر ؛ حتى يمكن لكل منهما أن يعالج مما قد يكون به من مرض قبل الزواج ؛ حتى لا تتسع دائرة المرض بالعدوى .

• تزين لزوجتك كما تحب أن تتزين لك :

يقول القران الكريم فى محكم آياته : ﴿ **وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ** ﴾ [سورة البقرة :٢٢٨] .

وإذا كان تزين المرأة لزوجها واجبًا عليها ، فإن لها أيضًا هذا الحق عليه ؛ حسب نص الآية الكريمة التى استجمعت تكافؤ الحقوق والواجبات كلها فى بضع كلمات قليلة : ﴿ **وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ** ﴾ .

(١) أخرجه البخارى – كتاب الطب (٥٣) ومسلم فى السلام (١٠٤)

OBEIKAN.COM

ولقد فهم ابن عباس – رضى الله عنهما – هذا المعنى من الآية الكريمة فقال :

«إنى لأتزين لامرأتى كما تتزين لى ، وما أحب أن أستوفى كل حقى الذى لى عليها ، فتستوجب حقها الذى لها علىّ » ؛ لأن الله تعالى قال: ﴿ وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ .

ولقد كان من سنة الرسول عليه الصلاة والسلام أن ينظف أسنانه عند دخول بيته ، فقد سئلت السيدة عائشة رضى الله عنها :

«بأى شىء كان يبدأ النبى صلى الله عليه وسلم إذا دخل بيته ؟

قالت : بالسواك »

ومما يكشف عن أهمية تزين الزوج لزوجته ، ما جاء أنه قد دخل على الخليفة عمر بن الخطاب زوج أشعث أغبر ، ومعه امرأته ، وهى تقول : لا أنا ولا هذا يا أمير المؤمنين !

فعرف كراهة المرأة لزوجها ، فأرسل الزوج ليستحم ، ويأخذ من شعر رأسه ، ويقلم أظافره ، فلما حضر أمره أن يتقدم من زوجته ، فاستغربته ، ونفرت منه ، ثم عرفته ، فقبلت به ، ورجعت عن دعواها . فقال عمر – رضى الله عنه – : هكذا فاصنعوا لهن فوالله إنهن ليحببن أن تتزينوا لهن كما تحبون أن يتزين لكم ، وانظر إلى هذا القول العظيم من الرسول ﷺ عندما قال :

« **لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر** »[1] .

قالوا يارسول الله .. هذا رجل يحب أن يكون نعله حسنا ، وثوبه حسناً ؛ أفذاك من الكبر ؟

---

(١) رواه المتقى الهندى فى كنز العمال (٧٧٧٤) وعزاه للطبرانى

OBEIKAN.COM

قال : «**لا .. إن الله جميل يحب الجمال . الكبر بطر الحق وغمط الناس**»[1]

• **تعلم أنت وزوجتك منذ بداية الحياة الزوجية عدم نشر أسراركما الخاصة :**

من أكبر الأخطاء التى يرتكبها البعض نشر أسرارهم الخاصة بين الأصدقاء. وهذا ليس مجرد خطأ يهدد الحياة الزوجية ، بل هو من الأمور التى حرمها الرسول عليه الصلاة والسلام ؛ لأن من يفعل ذلك بمثابة من يمارس الجنس على قارعة الطريق والناس ينظرون إليه .

فقد روى أحمد بن حنبل فى مسنده عن أسماء بنت يزيد ، أنها كانت عند رسول الله ﷺ والرجال والنساء قعود ، فقال :

« **لعل رجلاً يقول ما يفعل بأهله ! ولعل امرأة تخبر بما فعلت مع زوجها**» . فأرم القوم (أى سكتوا ولم يجيبوا) .

فقلت : إى يارسول . إنهن ليقلن ! وإنهم ليفعلون !

قال : «**فلا تفعلوا . فإنما ذلك مثل الشيطان لقى شيطانة فى طريق فغشيها ، والناس ينظرون** »[2]

(١) رواه مسلم كتاب الإيمان (٩١) وأبو داود (٤٠٩٢) والترمذى (٢٠٦٧)

(٢) رواه أحمد في مسندة (٤٥٦/٦) .

OBEIKAN.COM

حتى تكون رحلة شهر العسل اسماً على مسمى

- التخطيط لرحلة شهر العسل .
- تحديد الأنشطة ورسم البرامج .
- خلوة العروسين بعيداً عن المعارف ضرورة قصوى .
- كيف تختاران مكان شهر العسل ؟
- ممارسة بعض الأنشطة بشروط ! .

OBEIKAN.COM

حتى تكون رحلة شهر العسل اسماً على مسمى

لا شك أن شهر العسل هو شهر الأحلام ، والمغامرة ، ونشوة الحب ، واكتشاف المجهول . إنه الجسر الممتلئ بالورود الذى يصل بين ليلة الزفاف وبين اليوم الذى يرجع فيه العروسان إلى الحياة العملية من جديد.

• التخطيط لرحلة شهر العسل :

وربما يكون من أهم أهداف شهر العسل ابتعاد العروسين عن صخب الحياة ومشاكلها من أجل بدء الاستمتاع بالحياة الجنسية الطاهرة معًا ، وتحقيق الاتحاد بين كيانين كانا منفصلين فى الماضى، ولكنهما الآن صارا كيانًا واحدًا .

وتوجد عدة أمور ينبغى مراعاتها حتى تكون رحلة شهر العسل رحلة ممتعة كأن يشترك الزوجان عادة فى التفكير فى رحلة الزفاف ، وفى وضع برنامج لشهر العسل وترتيب شئونه . واشتراكهما معًا فى التفكير والترتيب أمر ضرورى ؛ حتى تكون الرحلة محل رضا الطرفين .

وما دام العروسان ظامئين للحب والاستمتاع المتبادل، فمن الأفضل– إذا كانت الظروف المالية مواتية – القيام بالتريض بين أحضان الطبيعة ، والاستمتاع بشاطئ البحر ، والخروج إلى أماكن التنزه والترويح عن النفس .

لكن ينبغى بالطبع عدم المبالغة فى التمتع بالأشياء الخارجية؛ وعدم الإسراف فى الخروج ؛ لأن من شأن هذا أن يصرفهما عن الاهتمام ببعضهما البعض . فليجعل كل منهما الآخر شغله الشاغل ومحل تركيزه الرئيسى .

OBEIKAN.COM

• تحديد الأنشطة ورسم البرامج :

بناء على هذه الملاحظة المهمة ، ينبغى أن يتم تحديد الأنشطة ورسم البرامج، مع مراعاة أن هذا الشهر هو شهر العمر ؛ لأنه أهم شهر فى حياة الزوجين .

ومن الأفضل ألا ترهق العروس عريسها بمطالب شهر العسل ، لأن النفقات ربما تكون خارجة عن حدود الإمكانات المادية ، ولذا ينبغى مراعاة القدرة المادية، وعدم الإسراف ؛ حتى لا تكون بداية الحياة الزوجية مقترنة بأزمة مادية ، أو قائمة على الاستدانة .

فربما كان العروسان المتفاهمان ، الحريص كل واحد منهما على الآخر ، اللذان يقضيان شهر العسل فى بيت الزوجية ، قادرين على تحقيق شهر عسل ممتع جدًا ، أكثر من عروسين مهتمين بالمظاهر المادية، والسفر المكلف.

وما أعقل العروس التى تقترح تقليل النفقات وتقصير مدة السفر ، حتى توفر التكاليف للواجبات التى تتطلبها الحياة الزوجية فى المستقبل ، وحتى تخفف الأعباء المادية عن كاهل الزوج ، وخاصة إذا كانت إمكاناته لا تسمح .

أما إذا كان العروسان ، أو أحدهما ، على درجة من الغنى واليسر ؛ فالأمر هنا يختلف ، وليستمتع كل منهما بالآخر فى ضوء الإمكانات سواء برحلة طويلة أو بالخروج إلى أماكن الترفيه العفيف .

وفى كل الأحوال يستحسن أن يبقى العروسان فى مكان واحد ؛ لأن كثرة التنقل تشتت تركيز كل منهما عن الآخر . ولا شك أن السرعة التى تتصف بها كثرة التنقل عند ربط الأمتعة ، ثم فكها ، والانتباه إلى الساعة لئلا يفوت الميعاد ، كلها تعوق الاستمتاع بالغرض الأول من الرحلة ، وهو انتباه كل منهما للآخر ، واستمتاعه به .

• خلوة العروسين بعيداً عن المعارف ضرورة قصوى :

ينبغى الحرص على الخلوة ، وعدم الاحتكاك الكثير بالأقارب والمعارف .

OBEIKAN.COM

إلا فى الزيارات الطفيفة ؛ لأن قضاء شهر العسل فى صحبة الأقارب أو الأصدقاء يؤثر كثيرا على العروسين ويقيد انطلاقهما ، ويحد من تفاعلهما ؛ لأنهما يتأثران بتدخلاتهم ، ويتقيدان بظروفهم ، فضلاً عن تشتيت الانتباه والتوزيع النفسى مما يؤثر على عملية التوحد والاتحاد بين العروسين .

ولا عبرة هنا بالقول بأنهم أصدقاء ظرفاء أو أقارب وجهاء ، كما لا عبرة بقول الأقارب والأصدقاء بإخلاص وحماسة :

«افعلا ما تريدان وما تشتهيان ولا تهتما بوجودنا مطلقاً » .

فهذا لن يفيد كثيراً لأن العروسين لن يستطيعا الإفلات من شعورهما بوجود غرباء حولهما يسجلون عليهما أحداث شهر عسلهما !

• كيف تختاران مكان شهر العسل ؟

إذا كانت الظروف تسمح ، بدون إرهاق مالى بالسفر ، فينبغى أن يختار الزوجان مكانًا لا يكون السفر إليه باهظ التكاليف .

ويفضل أن يكون هذا المكان معتدل المناخ ، فلا يكون شديد الحرارة، ولا بارداً، وليس ذا هواء جاف ؛ لأن الحالة النفسية للعروسين تتأثر بالجو إلى حد كبير .

• ممارسة بعض الأنشطة بشروط !

من المستحسن ممارسة بعض الأنشطة الرياضية بشرط أن يكون النشاط مشتركًا ، وبدون أن يسبب إرهاقا بدنيا عنيفا ، فضلاً عن الاعتدال ، وعدم شغل الوقت كله أو أكثره بمثل هذه الأنشطة فشهر العسل هو شهر استمتاع كل طرف بالآخر .

ومن ثم فلا ينبغى ممارسة الأنشطة بإسراف ، لكن ممارستها باعتدال لا شك أنه يساعد على تحقيق الهدف الأصلى ، وهو المشاركة والتوحد والاستمتاع المتبادل .

أمور خاصة جداً فى ليالى شهر العسل

- الفتاة تخشى الألم والفتى يخشى الفشل !
- غشاء البكارة .. ذلك المجهول !
- أنواع غشاء البكارة .
- هل تتألم الفتاة من تمزق الغشاء ؟
- تعلمى كيف تتجنبين الألم أثناء فض الغشاء .
- الأصول الصحيحة لفض البكارة .
- ولكن : هل لابد وأن يتم ذلك فى الليلة الأولى؟!

OBEIKAN.COM

أمور خاصة فى ليالى شهر العسل

هناك أمور خاصة جداً فى شهر العسل لا بد وأن يلم الزوجان بها . وأن يتعلما كيفية التعامل معها ، ومنها بل وأهمها : كيفية التعامل مع غشاء البكارة ، إذ أن التعامل مع غشاء البكارة ليلة الزفاف من أكثر المسائل التى تشغل بال كل عروسين ؛ فالفتاة تخشى الألم والشاب يخشى الفشل !

ولكن إذا استطعنا تكوين معارف ومعلومات دقيقة عن غشاء البكارة ، فإن الفتاة سيزول خوفها من الألم المتوهم ، والشاب لن يخشى الفشل على الإطلاق.

• غشاء البكارة .. ذلك المجهول !

والسؤال الذى يطرح نفسه علينا الآن هو :

كيف نعرف غشاء البكارة ؟

غشاء البكارة هو أحد الأدلة على عذرية الفتاة . ويغلق هذا الغشاء فتحة المهبل جزئيا وهو غشاء رقيق غالبا ، ورغم أنه يغلق فتحة المهبل جزئياً فإن به ممرا صغيرا على هيئة فتحة ضيقة تسمح بمرور دم الحيض إلى الخارج ، ويزول غشاء البكارة فى ليلة الزفاف بالإيلاج ، لكن تظل بقايا الغشاء المتمزق عالقة بفتحة المهبل بعض الزمن . وعند تمزق الغشاء ينزف الدم قليلاً أو كثيراً ، وهذه المسألة تختلف فيها الفتيات ، وربما يكون النزف بضع نقاط لا غير .

OBEIKAN.COM

وحين يتمزق الغشاء ، وينزف بالدم ، لن يكون هذا النزف شيئاً خطيرا ، ولن يسبب ألما كبيراً.

وفى حالات قليلة نادرة يكون الغشاء سميكا غليظا ولا يتأثر بالضغط العادى، وهذه حالة نادرة غير معتادة ولكنها تحدث أحيانا ، ولا ينبغى الخوف منها على الإطلاق إذا عرفنا كيفية التعامل الصحيح معه .

جدير بالذكر أن غشاء البكارة تولد به الأنثى وليس صحيحا أنه يتكون فى سن النضج . إنه يتكون مع الأنثى وهى جنين فى بطن أمها؛ ولذلك فهو معها منذ ولادتها .

• أنواع غشاء البكارة :

يختلف غشاء البكارة من حيث الشكل والحجم فى فتاة عنها فى أخرى.

ويكون شكل الغشاء فى الغالب «هلالياً» بمعنى أنه على هيئة «**هلال**» .

وقد يكون على هيئة مصفاة بها عدة ثقوب ، وهذا النوع يسمى الغشاء الغربالى أى على شكل «**غربال**» .

ومن أنواع غشاء البكارة ، ذلك النوع الذى يشبه الدائرة أو الحلقة .

كما يوجد نوع يسمى بالغشاء الحاجزى ويكون به فتحتان أو أكثر .

• هل تتألم الفتاة من تمزق الغشاء ؟

يختلف الشعور بالألم بين فتاة وأخرى من حيث الشدة وسرعة التأثر.

ويتوقف الشعور بالألم على حجم الغشاء وسمكه وصلابته وعدم مرونته ،

OBEIKAN.COM

كما يتوقف على بعض الأخطاء التى يمكن تفاديها ، مثل : عصبية العروس وفزعها ، وخشونة الرجل أو جهله ، والوضع الخطأ للاستلقاء على الفراش ، وعدم الاسترخاء .

وكل هذه العوامل التى تؤدى إلى الألم يمكن تجنبها ، وهذا ما سنبينه بعد قليل .

ويلاحظ أن عدم مرونة الغشاء تزيد بتقدم السن ، وإذا جاوزت الفتاة سن الثلاثين عذراء لم تمس ، ازدادت بكارتها صلابة ومتانة كسائر أجزاء جسدها ، وبذلك تزيد مصاعب فض الغشاء . ولكن لكل شيء حل .

ويختلف سمك غشاء البكارة بين فتاة وأخرى ، فهو يزيد على ملليمترين اثنين عند قاعدة البكارة أو عند اتصالها بالحافة المهبلية ، ويقل عن ذلك عند الطرف الخارجى ، فالغشاء ليس طليقا رقيقا رفيعا كالخيوط الحريرية الدقيقة كما يتوهم العامة .

• تبديد الأوهام حول أنواع من غشاء البكارة :

ما أكثر المعتقدات والأوهام الخاطئة حول غشاء البكارة ، والعجيب أن يتداولها كثير من العامة والخاصة .

وتنطوى هذه الأوهام على خطر حقيقى ؛ فالأفكار الخاطئة تحمل أصحابها على إساءة الاستنتاج ، وعلى الخطأ فى الحكم على عفة الطاهرات، وهى مسألة بالغة الخطورة .

وأول هذه الأوهام أن قلة الدم النازف بعد فض الغشاء مؤشر على عدم

OBEIKAN.COM

العفة ، وهذا خطأ فادح ، فليست قلة الدم أو كثرته دليلاً على العفة أو عدمها ؛ لأن المسألة ترجع إلى الفروق الفسيولوجية بين فتاة وأخرى .

وثانى وهم من الأوهام هو وجود كثرة من الثقوب العميقة على حافة غشاء البكارة الداخلية . ويجب أن نؤكد أن هناك نوعا من الغشاء العادى يمتاز بكثرة الثقوب العميقة على حافته الداخلية . وتشبه هذه الثقوب ثقوب أسماك الصدف وتسمى « البكارة المنيرة» أو «ذات السجاف » أو «ذات الهداب » . وطبيبة أمراض النساء الحاذقة وحدها هى التى تستطيع تمييز هذه الثقوب الطبيعية من الثقوب الناتجة عن الملامسة التامة أو الناقصة أو الجماع غير المكتمل .

وهناك نوع آخر يناقض هذا من التركيب . وقد يؤدى إلى أخطاء مخالفة تماما للأخطاء الناتجة من النوع السابق . فهذا النوع يمتاز بنمو غشاء البكارة نموا شاذا زائدا زيادة طفيفة ، وقد يكون شكله عاديا، ولكنه غير متماسك ، بل قد يقبل الامتداد؛ فلا يثقبه الجماع حتى أنه يبقى سليماً ولا يزول إلا مع الولادة الأولى!

• تعلمى كيف تتجنبين الألم أثناء فض غشاء البكارة :

لا تتوقعى الألم ولا تجزمى بوقوعه ؛ لأن توقع الألم هو أكبر مسئول عن حدوث الألم !!

نعم .. إن توقع الألم والخوف منه يجعل عضلات الحوض والفخذ تنقبض قبل الجماع الأول ؛ الأمر الذى يؤدى إلى انقباض المهبل .

OBEIKAN.COM

وكل هذا يجعل عملية الإيلاج مسألة صعبة ، وتزيد من الاحتكاك فيحدث الألم لأن انقباض العضلات المحيطة بالمهبل بشدة تجعل فتحة المهبل تضيق ضيقا شديدا .

ولهذا ينبغى على العروس أن تكون فى وضع استرخاء بقدر الإمكان، وأن تكون هادئة الأعصاب ، فضلاً عن وجوب جعل أعضاء جسمها فى حالة مرونة وعدم تصلب . وهى إن نجحت فى هذا فسوف تقلل كثيرا من الألم .

ولكن الأمانة العلمية تحتم علينا أن نذكر أن ثمة حالات تحدث فيها آلام وهى :

(١) وجود التهاب فى الشفرين الخارجيين والغدد المحيطة بهما .

(٢) وجود التهاب فى المثانة أو الشرج أو البواسير .

(٣) وجود التهاب بولى ، أو جروح شرجية .

(٤) وجود التهاب مزمن فى عنق الرحم ، مثل القرحة .

(٥) التهاب المبيض .

(٦) ميل خلقى للرحم .

(٧) سقوط للمبيض .

وبطبيعة الحال فكل هذه العوامل هى أمراض ينبغى علاجها قبل الزفاف.

OBEIKAN.COM

• تعلم الأصول الصحيحة لفض غشاء البكارة :

على الزوج ليلة الزفاف ألا يسارع فى القيام بفض غشاء البكارة، بل عليه أن يمهد لذلك بجلسة حب مليئة بالأنس والمداعبة ، والغزل ، والملاعبة برفق وحساسية ، وأن يخبرها بأنه ليس متعجلاً ولا حريصا على الإسراع فى ذلك ؛ حتى يشعرها بالأمان ويهدئ من روعها إذا كانت خائفة .

ولا شك أن لكل ما سبق دورا فعالاً فى تهيئة العروس للجماع الأول، بل له أيضا دور فى إحداث الانتصاب الكافى لدى الزوج .

ولا شك أن لهذا كله دوراً فعالاً فى التمهيد لما يمكن أن يتم بعد ذلك من إيلاج برفق وحنان.

• تجنب هذه العادة السيئة :

وأعتقد أن ثقافة المتزوجين فى عصرنا لا تجعلهم يفكرون فى تلك العادة القديمة السيئة التى يتم فيها فض الغشاء بالأصبع . فهذة طريقة خطيرة وسيئة ؛ لأنها تؤدى إلى حدوث نزف شديد عند المرأة ، فضلاً عن أنها لا تليق برجولة الرجل . وقد تؤدى إلى حدوث التهاب فى أعضاء المرأة التناسلية إذا كان الأصبع ملوثا بالجراثيم المنتشرة فى الهواء.

• الطريقة الصحيحة لفض الغشاء :

والطريقة المثلى هى طريقة الفطرة ، أعنى فض غشاء البكارة عن طريق الإيلاج .

OBEIKAN.COM

ومن الوسائل المساعدة على ذلك أن يضع العريس وسادة تحت مؤخرة العروس ؛ لأن هذا يرفع الحوض ومن ثم يجعل فتحة المهبل فى مستوى عالٍ نسبيا مما يسهل عملية الإيلاج، وبالتالى يفض الغشاء فى سهولة ويسر .

وعلى الزوجة أن تكون هادئة الأعصاب ، لا تتوقع حدوث الألم فإن توقع حدوث الشيء يؤدى حتما إلى الشعور به .

هذا ، ولا يتم البدء فى ذلك كله إلا بعد التهيئة النفسية والجسدية لكل من الزوجين .. ولا يتأتى هذا إلا بالمداعبات والملاعبات والملاطفات حتى يتهيأ المهبل وعلامة ذلك حدوث إفرازات عند المرأة . هذه الإفرازات تساعد كثيرا على ترطيب المهبل ، الأمر الذى يساعد على تقليل الاحتكاكات التى قد تسبب ألما .

• ولكن هل لابد أن يتم ذلك فى الليلة الأولى :

إذا تأخرت عملية فض غشاء البكارة عن اليوم الأول ، فليس فى ذلك ما يدعو إلى الانزعاج على الإطلاق ، سواء للعريس أو العروس .

والأسباب التى تؤدى إلى التأخير أو التأجيل ليوم من الأيام التالية ، كثيرة ومتنوعة ، نذكر منها :

(١) **التعب والإجهاد** : فى يوم الزفاف ، بل فى الأيام السابقة له ، نتيجة تجهيز المنزل ، فضلاً عن مراسم الاحتفال بالزواج التى ترهق العريس والعروس طوال يوم الزفاف والأيام السابقة .

(٢) **القلق** : الذى ينتاب بعض الأزواج ليلة الزفاف نتيجة الخوف من

الفشل فى أول تجربة . والقلق الذى ينتاب العروس نفسها نتيجة الخوف من الألم ؛ مما يجعلها متوترة خائفة ؛ الأمر الذى ينعكس على العريس ويؤدى إلى حدوث ارتخاء وقتى أو مؤقت عنده ، أو عدم حدوث انتصاب كاف يسمح بالإيلاج .

(٣) **عناد العروس وتمنعها** : الأمر الذى يهز ثقة العريس فى نفسه .

وبعد الانتهاء من فض الغشاء ، من الأفضل ترك الجماع لمدة يومين أو ثلاثة ؛ حتى يتم التئام جروح الغشاء وجروح المهبل التى حدثت عقب تمزق الأوعية الدموية المرتبطة بغشاء البكارة .

ولكن إذا كان لابد من الجماع ، فلا بد وأن يتم ذلك بلطف ورقة ودون عنف أو قوة ؛ لأن العروس فعلاً تكون متألمة بعض الشيء ، وفى كل الأحوال على الزوج ألا يكون أنانيا ويصبر حتى تلتئم جروحها ، أما إذا رحبت هى بمواصلة واستمرار الجماع فلا يوجد أى مانع إذن للتوقف من الزوج ، بل عليه أن يبادلها رغبة برغبة وشعورا بشعور .

وعليها أن تعلم أن إحساسها بالجنس فى ليلة الزفاف أو الأيام الأولى من شهر العسل ، ليس هو الإحساس الحقيقى الممتع الذى سوف تستشعره بعد ذلك ، فمن النادر أن يحدث الاستمتاع الجنسى الكامل فى الأيام الأولى من شهر العسل وذلك نتيجة التخبط وعدم التوافق والتفاهم لكن بعد بضعة أيام وربما أسابيع سيفهم كل منهما الآخر ، ويتوافقان جنسيا وهنا تحدث اللذة الكاملة ، وتصل الزوجة إلى قمة نشوتها وابتهاجها . وبالتالى ينعكس على انتصابه .

وأيا كانت الأسباب التى تحول دون فض غشاء البكارة ؛ فعلى الطرفين أن يدركا أنهما ليسا أمام معركة حربية ، أو فتح عسكرى ، أو واجب استراتيجى !!

فالمسألة أبسط من ذلك بكثير ، ومن الممكن أن يتم فض الغشاء بعد أخذ قسط مناسب من الراحة البدنية والعصبية ؛ لأن البدن يكون متعبًا نتيجة إجرءات الزواج قبل الزفاف ، والأعصاب تكون منهكة، والنفس فى حالة إرهاق.

ومن ثم فإن التأخير ليس أمرا مزعجا ، وليس له أيه دلالة على قدرات الزوج الجنسية .

• ماذا يحدث بعد فض الغشاء ؟

إذا تم فض الغشاء بطريقة سليمة وفق القواعد التى شرحناها سابقا ، فإنه لا ينزل الدم بكمية كثيرة وقد تنزل بضع قطرات فقط ، أحيانا تزيد، وأحيانا تقل ؛ فالأمر يختلف من فتاة لأخرى .

وفى بعض الأحيان يكون الدم ذا لون بنى لاختلاطه بإفرازات المهبل والسائل المنوى للرجل .

وهناك نوع من أغشية البكارة يسمى بالغشاء المطاطى ؛ لأنه يتمدد عند دخول العضو الذكرى ، ولا يحدث له تمزق ، ومن ثم لا ينزل دم، وهذا النوع نادر ، ومن الأفضل فضه بواسطة طبيبة أمراض النساء .

فنون التمهيد والتحضير للقاء بين الزوجين

- مهارات التصعيد الجنسى .
- المواضع الحساسة التى يتم التركيز عليها .
- دور الفم والشفتين .
- مداعبة الأذنين ، الرقبة ، الكتفين ، الثديين !!
- حقائق لابد من معرفتها عن الثديين!
- الأعضاء الجنسية وفنون المداعبة !!
- هل تعرف الهدف من عملية التمهيد الجنسى ؟!!
- الاندماج العاطفى قبل الاندماج البدنى !
- هل التمهيد وظيفة الرجل فقط ؟

OBEIKAN.COM

فنون التمهيد والتحضير للقاء بين الزوجين

• مهارات التصعيد الجنسى :

لا شك أن الجماع الناجح هو اللقاء الذى يسبقه التحضير والتمهيد اللذان يساعدان على بناء وتصاعد الرغبة والشبق ؛ لأن الإحساس العاطفى ثم الجنسى لا يتكونان فجأة ، ولكنهما يمران بعملية بناء تدريجى متصاعد ينتهى باللقاء العضوى بين عضو الذكورة وعضو الأنوثة الذى ينتهى عادة بإفراغ الشحنة العاطفية ، وهى القذف عند الرجل وبلوغ الذروة أو النشوة عند المرأة .

■ **لذلك فإن لهذا التمهيد مصدرين أساسيين :**

أولهما المصدر النفسى ، وهو المرتبط بالتفكير فى اللقاء ، والإحساس باللذة المتوقعة التى ستنتج عنه .

ثانيهما المصدر الحسى ، وهو المتعلق بتلقى ونقل الإحساسات باللذة من أماكن الجسم المختلفة ومن الأعضاء التناسلية .

وأهم مصدر للإحساس الجنسى هو إحساس البصر وإحساس اللمس؛ فضلاً عن أن الإحساس بالشم له دور فعال ؛ ولذلك فالعطور لها دور كبير فى هذا الشأن .

وأهم نقطة ينبغى لفت النظر إليها فى عملية التمهيد هذه هى

OBEIKAN.COM

الملاطفة والمداعبة ، وهذه مسالة معروفة منذ القدم ، ووجدت صور ونقوش قديمة تدل على ذلك فى مصر الفرعونية والصين والهند .

فعملية الجماع لابد وأن يسبقها مقدمات شأنها شأن أى عمل ناجح.

وهذا ما ميز به الله بنى البشر عن غيرهم من المخلوقات .

وأهم ما فى التمهيد ، هو دور الرجل ؛ حيث يكون هذا الدور له الشأن الأكبر فى عملية المبادأة ؛ فهو الذى يبدأ عملية التمهيد وينفذها؛ ولا سيما عندما تكون العلاقة الزوجية فى البداية ، لأن المرأة عادة فى البداية تكون محتشمة وتحيط نفسها بالحياء . ومن ثم فإن دورها يكون فى الاستسلام الإيجابى ؛ أقول « الاستسلام الإيجابى » ؛ لأن الاستسلام الأنثوى للجنس ليس معناه البرود والسلبية وكأنها وسادة لا حول لها ولا قوة ، بل على المرأة أن تكون إيجابية فى استسلامها ، حيث تبادل الرجل عواطفه وأحاسيسه .

OBEIKAN.COM

المواضع الحساسة التى يتم التركيز عليها !

يتركز التمهيد والتحضير أساساً على الأماكن والمواضع الجسدية الغنية بالأحاسيس الجنسية .. ولكن قبل ذلك طبعاً لا ينبغى أن ننسى دور التعبير بكلمات الحب والمودة ، فالكلمات لها دور حيوى ؛ حتى لا تتحول العملية الجنسية إلى عمل جسدى فقط ، فلابد من تنمية المشاعر وإحيائها ؛ لارتباطها بالروح ، فاللقاء الجنسى ينبغى أن يكون موزعاً بين عواطف الروح وعواطف الجسد . والمرأة أيا كانت ثقافتها أو وضعها الاجتماعى تستشعر رغبة قوية فى أن يداعب الرجل عواطف روحها .

(١) دور الفم والشفتين :

توجد علاقة وثيقة بين الأعضاء الجنسية وبين الفم ، ويبدو أن هذه العلاقة ليست علاقة عابرة ، أو تقف عند مرحلة معينة ؛ فقد لوحظ أن الفم يشارك الأعضاء الجنسية بحركات لا إرادية أثناء الجماع .

ويبدو أن هناك اتصالاً بين الأعصاب التى تنقل الإحساسات الجنسية المتصاعدة فى الأعضاء الجنسية وبين التى تغذى منطقة الفم والشفتين واللسان ؛ لذلك فقد وجدت القبلة منذ القدم كوسيلة للتعبير عن الحب، وكوسيلة تسبق اللقاء ؛ بل وكلازمة ضرورية فى كل مراحله ، ومن الأفضل أن تكون «الخاتمة» بين الزوجين بعد الوصول إلى مرحلة الذروة ؛ فقبلة من الرجل إلى المرأة ، وقبلة من المرأة إلى الرجل بعد انتهاء اللقاء ، تفعل

OBEIKAN.COM

الكثير فى نفس وروح كل منهما ، وتشعر بسعادة بالغة ؛ وكأن كلاً منهما يعبر للآخر عن امتنانه باللقاء .

■ **وتمر القبلة بمرحلتين :**

أولاً : التقبيل السطحى : الذى لا يعدو ملامسة سريعة بين الشفاه، وكأنه تمهيد للمرحلة التالية .

ثانياً : التقبيل العميق : الذى يكون عن طريق الاندماج الكامل والشديد بين الشفاه واللسان وداخل الفم وأيضاً بين الأسنان بالعض اللطيف ؛ ثم ببعض الشدة الخفيفة تعبيراً عن تصاعد الرغبة الحارة فى الاندماج التام .

(٢) مداعبة الأذنين :

إن مداعبة الأذنين بالفم ، سواء باللمس أو الهمس ، تزيد الإثارة الجنسية، ولذلك لا ينبغى إهمالها ؛ فكثير من النساء تشتعل الرغبة فيهن بمجرد ملامسة الأذن بفن ولطف . أما الهمس فهو يغذى مشاعر الإيحاء وإثارة الخيال . ولا ينبغى أن يستهين أحد بدور الخيال فى نجاح عملية الجماع ؛ لأن الخيال من أقوى العوامل التى تدفع إلى إثارة الرغبة ، وتستبعد عوامل التشتت التى تضعف الرغبة .

(٣) الرقبة والكتفان :

إن مداعبة الرقبة والكتفين بالقبلات والعض الخفيف من عوامل الإثارة التى لا تقدر بثمن ، وأى زوج ماهر يضعهما فى أجندته الزوجية وضعا أساسيا فى التمهيد قبل اللقاء .

فضلاً عن كونه يلجأ إليها من وقت لآخر أثناء اللقاء ذاته ، وبطبيعة الحال ينبغى على المرأة سلوك المسلك نفسه مع زوجها .

OBEIKAN.COM

(٤) الثديان :

للثديين شهرة كبيرة فى مجال الجنس والتمهيد له ؛ ولا يطاولهما فى هذه الشهرة إلا الأعضاء التناسلية .

■ **ولكن هناك عدة حقائق لابد من معرفتها :**

■ **الحقيقة الأولى :**

إن الرجل هو الكائن الوحيد تقريباً بين الكائنات الذى يداعب ثدى الزوجة بهدف جنسى .

■ **الحقيقة الثانية :**

إن مداعبة الرجل للثدى يزيد من إحساسه بالإثارة الجنسية ، وهذه المداعبة تكون بالملامسة باليد أو الفم ..إلخ .

■ **الحقيقة الثالثة :**

إن رؤية الرجل لثدى الزوجة له مفعول السحر على خياله الجنسى .

■ **الحقيقة الرابعة :**

إن المرأة غالباً ما ترحب بمداعبة ثديها ومع ذلك فإن مداعبة الثديين لا توصلها للذروة ، ولكن لا شك أن لهذا دوراً فى عملية التمهيد .

■ **الحقيقة الخامسة :**

يختلف النساء فى مدى قابليتهن للإثارة عن طريق مداعبة الثدى ، فهناك كثير من النساء لديهن إحساس مركز فى الثديين ، بينما هناك أخريات يقل لديهن هذا الإحساس بدرجات متفاوتة .

OBEIKAN.COM

■ **الحقيقة السادسة :**

إن الإحساس الجنسى فى ثدى المرأة ليس مركزاً كله فى الحلمة ، بل قد يمتد إلى الثدى كله وهنا لابد من توزيع المداعبات بفن ولطف بين مواضع الثدى .

(٥) الأرداف والفخذان :

تعد مداعبة الأرداف والفخذين من الداخل عند الزوجة من أساليب وضروريات التمهيد للقاء . وهى مسألة بالغة الأهمية ينبغى أن يراعيها الرجل ؛ فهى ليست مسألة إثارة فقط بالنسبة له ، بل كذلك بالنسبة للمرأة .

(٦) الأعضاء الجنسية وفنون المداعبة :

يختلف الإحساس الجنسى فى الأعضاء الجنسية من مكان لآخر ، سواء بالنسبة للرجل أو بالنسبة للمرأة .

ففى المرأة توجد قمة الإحساس فى الأماكن التى تغذيها أعصاب اللمس بوفرة، **وهى** :

منطقة البظر ... والشفرين الصغيرين للمهبل ... ثم الفتحة الخارجية للمهبل..

كما توجد مناطق عند المرأة أقل حساسية ، ولكنها أيضاً ذات أهمية، **وهى** : منطقة العانة ... والشفرين الكبيرين ...

أما المهبل نفسه ، فإن الإحساس داخله باللمس يكاد يكون منعدماً ، وإن كان الإحساس بالضغط أو الشد العميق هو الإحساس الأساسى .

وفى الرجل يتركز الإحساس فى العضو الذكرى ، وخاصة القمة وما تحت القمة مباشرة .

OBEIKAN.COM

وهذه مناطق هى أغنى الأماكن التى تغذيها أعصاب اللمس كما أن العضو الذكرى يحتوى على أعصاب عميقة تحس بالضغط وينبهها العصر والضغط العميق .

• الهدف من عملية التمهيد :

تشترك جميع الوسائل التى ذكرناها فى أنها ترسل فيضاً من الإحساسات إلى الجهاز العصبى والمخ تتصاعد بالتدريج وتتراكم على شكل «شحنات» .

هذه الشحنات هى التى تفرغ أثناء لقاء عضو الذكورة مع عضو الأنوثة ، حيث يحدث القذف عند الرجل وبلوغ النشوة عند المرأة .

* الاندماج العاطفى قبل الاندماج البدنى :

ليست العلاقة الجنسية مجرد التصاق بين جسمين ، ولكنها فى المقام الأول اندماج بين شخصيتين ؛ ومن ثم فلابد من الاندماج العاطفى قبل الاندماج البدنى ، وهذه مسألة ضرورية لكلا الزوجين . ومن أكبر الأخطاء أن يظن إنسان أن المغازلة تنقطع بعد الزفاف بفترة .

إن انقطاع المغازلة العاطفية يفقد الزواج معناه وعذوبته الشعرية ، ويجعل خيال الزوجين فقيراً مجدباً ؛ إذ سرعان ما يتحول الزواج إلى مجرد أمر واقع أو تأدية واجب اجتماعى بدون بهجة ومجرد تقييد خانق للحياة .

ولذا فإن المغازلة العاطفية من الممهدات الضرورية للقاء الجنسى ، بل يجب أن يسود الغزل كل العلاقات الزوجية كأنه الشمس تنعش الحياة وتجدد نشوتها يوماً بعد يوم ، بالرغم مما ينتابها من مشاق ومتاعب لا مفر منها .

ويمكن القول : إن المغازلة هى صاحبة الدور الرئيسى فى تحقيق الاندماج العاطفى الذى يقوم بدور ضرورى ضرورة مطلقة لاندماج جسدى ناجح .

OBEIKAN.COM

• هل التمهيد وظيفة الرجل فقط ؟

يظن البعض أن التمهيد للجماع بما يشمل من مغازلة ومداعبة ، وظيفة الرجل وحده ، هذا خطأ كبير ينبغى تصحيحه ، فكلمات مثل المداعبة أو المغازلة أو الملاعبة ، معناها المشاركة المتبادلة من كلا الطرفين. ومن ثم فالتمهيد للقاء ليس وظيفة الرجل وحده ، وإنما وظيفة المرأة كذلك .

وإذا كان الرجل بطبيعته سريع الاستجابة للجنس ، على عكس المرأة التى تستجيب غالبا فى بطء ، فإنه يجب على الرجل أن يبطئ قليلاً من انفعاله وعواطفه ، بينما ينبغى على المرأة أن تجتهد فى الإسراع والتركيز؛ حتى يمكن للاثنين أن يتوافقا فى مراحل الجماع حتى نهايتها.

ولا شك أن قيام المرأة بدورها فى عملية المداعبة له دور كبير ليس فى التأثير على الرجل فقط ، ولكن فى التأثير عليها هى أيضاً . ولا يقتصر دورها فقط على المداعبة ، وإنما يشمل كذلك حسن استقبال مبادءات الرجل وملاطفاته .

OBEIKAN.COM

أصول ومراحل اللقاء بين الزوجين

- فـــن الـبـــــــــدايـــة .
- مـــشكلة طارئة .. والحل الفـــورى .
- انتبهي ! انفعالات الزوجة بوصلة الرجل .
- أوضـــــاع وحـــركـــــات .
- لحظة النشوة الحـقـيـقـة : .. المشاكل ..
- الحلول .. الســعـادة القـــصـــوى !
- مدة اللقاء الجنسى : خرافات .. وحقائق !
- ماذا يفعل الزوجان بعد النشوة الجنسية ؟

OBEIKAN.COM

أصول ومراحل اللقاء بين الزوجين

• فن البداية :

مع أن الجنس غريزة فطرية ، بثها الله فى الإنسان ، فإن لممارستها أصولاً وفنوناً ، وتبدأ الممارسة بالمرحلة التى أشرنا إليها سابقاً وهى مرحلة التمهيد والتقديم ، أعنى مرحلة المداعبة والمغازلة والملاعبة ، والمدة التى تنبغى أن تستغرقها مرحلة التمهيد تختلف بين حالة وأخرى فقد تستغرق عشر دقائق وقد تطول إلى ساعة حسب درجة واستعداد وقابلية كلا الطرفين . المهم أن تستمر هذه الفترة حتى يشتد تلهف المرأة والرجل للجماع .

ويمكن القول إن لحظة التلهف هذه يمكن التعبير عنها بالكلام بالنسبة للمرأة عندما تطلب من زوجها أن يواقعها ، وتوجد علامات على المرأة يمكن أن يلاحظها الرجل كمؤشر على شدة تلهفها ، وهى توتر البظر وانتصابه ، وكثرة إفرازات المهبل المساعدة فى عملية الإيلاج وهذه علامات يلاحظها الرجل بالتلامس الخارجى بين عضوه وعضوها.

• مشكلة طارئة والحل الفورى :

ونظراً لطول مدة المداعبة ، فقد يقل انتصاب عضو الرجل أو يرتخى ولا يعنى هذا بأى حال من الأحوال أن الرجل فقد رغبته ، بل هى مجرد حالة عارضة ليس لها علاقة بالرغبة .

OBEIKAN.COM

وهنا ينبغى أن تستشعر الزوجة ذلك ، فإذا اكتملت إثارتها بينما ارتخى عضو الزوج ، فعليها أن تداعبه حتى يعاود انتصابه ، فإذا حدث هذا ، يجب الإيلاج .

• انتبهى !! انفعالات الزوجة بوصلة الرجل :

أثناء اللقاء ، من الأفضل أن تخبر المرأة زوجها بحقيقة انفعالها ؛ إذ أن الزوج يستطيع بلوغ الذروة والإنزال بسرعة ولكنه يحتاج إلى الاسترشاد برغبتها ليتحكم فى حركاته ومشاعره حتى يؤخر من ذروته انتظاراً لبلوغها الذروة معه . فيمكن أن تخبره بأن « يطيل » قليلاً ، أو يسرع للوصول إلى الذروة .

وبإمكان الزوج أن يؤجل القذف عن طريق التحكم العقلى ، بأن يوجه تفكيره نحو أى موضوع آخر ، يقلل من حركة العضو ، أو يوقف هذه الحركة.

• أوضاع وحركات :

حركات مدافعة العضو الذكرى داخل العضو الأنثوى معروفة بالفطرة، فهى عبارة عن خروج ودخول وتنوع الحركة من الأفضل ، وتغيير السرعة كذلك . وفى كل الأحوال لا ينبغى إخراج العضو تماماً إلا بعد انتهاء الجماع . ومن المستحسن أن تكون بعض حركات العضو فى الداخل حركات دائرية وجانبية ؛ فهذه من الأمور التى تسبب لذة للزوجة .

وإذا ما حدث خروج للعضو دون أن تكمل المرأة لذتها ، فعليه – أو عليها – إعادة العضو إلى الداخل بأقصى سرعة حتى لا ينقطع تيار اللذة .

OBEIKAN.COM

وكلما اقترب الزوجان من الذروة ، زادت حركتهما، واشتد عناقهما.

*** لحظة النشوة : الحقيقة ... المشاكل ... الحلول ... السعادة القصوى !**

وجدير بالتنويه أن هناك خلافا بين طبيعة الذروة عند الرجل عنه عند المرأة. فالذروة عند الرجل تكون بالقذف والإنزال . وتبلغ لذة الرجل أعلاها قبل الإنزال مباشرة ، وتستمر أثناء القذف ويصاحب القذف نوع من الانقباض العضلى أكثر من مرة عند الرجل وبعد قذف الرجل تأخذ نشوته فى النقصان تدريجياً ، حتى يعود إلى حالته المعتادة .

ومن الأفضل ألا يخرج الزوج عضوه بعد القذف مباشرة ، بل يبقى قليلاً محتضنا زوجته .

أما ذروة اللذة عند المرأة فهى انفعال يشمل الجسم كله ، كما يشمل الأعضاء الجنسية .

وتشعر عند قمة ذروتها بانفعال يسبب الرعشة الكبرى التى إن وصلت إليها لا تسعها الدنيا من الفرحة والابتهاج . ولكن المرأة لا تبلغ هذه الذروة دائماً ، ولذا فهى مكلفة باكتشاف الأوضاع والحركات التى تثيرها أكثر من غيرها ، وتوجه زوجها إليها بلباقة .

وليس معنى هذا أن كل شىء قد انتهى ؛ إذ من الأفضل أن يتبادل الاثنان الحديث عن الحب والمتعة والحياة ، وربما يكونان مهيئين للتفاهم حول بعض المشاكل بطريقة ودية ونفوس صافية وأعصاب هادئة.

وجدير بالذكر أن هذا الوصف السابق لما ينبغى أن يحدث ليس وصفاً جامداً ؛ إذ يمكن التغيير فى بعض المراحل تبعا للحالة المزاجية وتبعاً لطبيعة الرغبة ؛ فقد يكون الزوجان فى حالة تتطلب الإيلاج المباشر دون تمهيد

OBEIKAN.COM

كبير أو دون تمهيد على الإطلاق ؛ وذلك عندما تتدفق إفرازات المرأة المهبلية بمجرد ما تلمح رغبة زوجها فى عينيه أو حركاته .

وربما تصل المرأة إلى ذروتها من مجرد المداعبة قبل الإيلاج ، وهنا طبعا على المرأة أن تستمر فى ممارسة الحب مع زوجها حتى تصل إلى ذروته ، وربما بإمكانها أن تصل إلى ذروتها أكثر من مرة . وعلى المرأة أن تخبر زوجها بأنها بلغت الذروة أكثر من مرة ، فهذا يسعده ويملؤه بالفخر .

وإذا وصل الرجل ذروته بالقذف قبل وصول زوجته ، فعليه أن يظل تاركاً عضوه بداخلها ، وعليها أن تبذل كل جهدها وتكثف تركيزها للوصول إلى الذروة هى الأخرى ؛ ومما يفيدها فى هذا أن تضم عضلات المهبل والحوض إلى أقصى حد ، وتزيد من حركتها .

وطبعا الوصول إلى الذروة لا يتحقق دائما ، وليس فى هذا ما يدعو إلى الضيق ؛ إذ أن كثيراً من النساء يستمتعن بمجرد تفكيرهن فى أنهن يمتعن أزواجهن .

وفى بعض الأحيان ، تكون المرأة مهيئة للوصول إلى النشوة الكبرى، بينما يحدث ارتخاء مفاجئ فى عضو الرجل أثناء الجماع وليس فى هذا ما يدعو لانزعاجه مادام لا يتكرر كثيراً ، فربما يكون مجهدا جسديا أو نفسيا ، أو مشغولا بالتفكير فى أمر مهم ، أو أنه ليس ممتلئاً بالرغبة الجنسية فى هذه اللحظة، أو لا توجد الإثارة الكافية له . والرجل الفاهم لن يتأثر بهذا الارتخاء المفاجئ لأنه يعلم قدراته الخاصة ، ويعرف أن حدوث بعض الاستثناءات مسألة تدخل فى طبيعة أى شىء .

• مدة اللقاء .. خرافات وحقائق :

مسألة طول فترة الجماع من المسائل التى شجعتها الكتب العلمية فى الجنس ، ويسعى إليها كثير من الرجال .

OBEIKAN.COM

وهى فى الواقع مسألة نسبية وتتوقف على طبيعة الرجل وكذلك المرأة. وليس صحيحاً أن كل النساء يرغبن فى الإطالة دائماً ؛ لأن بعضهن يتعرضن للإرهاق والألم . وفضلاً عن هذا فإن بعض اللقاءات بين الزوجين قد تتخذ لذة من سرعتها . ومن المستحسن تنويع المدة ، مرة قصيرة ، ومرة طويلة ، ومرة متوسطة ؛ طبعاً حسب الرغبة والحالة المزاجية العامة .

وإذا ما أراد الزوجان إطالة اللقاء فلا بد من تعاونهما معاً ، وبإمكان الرجل أن يوقف اندماجه بعض الشيء بواسطة التحكم فى تفكيره وحركته ، مما يؤخر وصوله إلى الذروة . وبإمكانه أن يعاود حركة عضوه حركة بطيئة محددة ، بحيث لا يرتد إلى الوراء فى كل مرة أكثر من سنتيمتر واحد ، وإذا ما شعر أنه على وشك الإنزال والقذف ، فيمكنه أن يكف عن الحركة بعض الوقت ويوجه تفكيره – دون أن تشعر زوجته – نحو موضوع آخر . وعلى الزوجة فى أثناء توقفه ، أن تستمر فى حركتها الخاصة .

وعلى الرجل أن ينتبه إلى أن الجهل بمطالب المرأة الجنسية من العوامل التى تقوض دعائم الحب والانسجام . فإذا أمتع أحد الزوجين نفسه على حساب الآخر انقطع ما بينهما من حب وتعاطف . ولذا يجب أن يؤدى اللقاء الجنسى إلى درجة واحدة من الاستمتاع ، وأن يبعث فيهما المتعة والبهجة بدرجة مماثلة. وينبغى أن يزيد الرجل وينقص من قدر مجامعة زوجته بحسب حاجة المرأة للتحصين ، فتحصينها واجب عليه .

وأول شروط الاستمتاع المتبادل فى الزواج اعتراف كل من الزوجين اعترافًا صريحًا كاملاً بالمطالب الجنسية المتبادلة .

OBEIKAN.COM

ماذا يفعل الزوجان بعد إتمام اللقاء؟

بعد انتهاء اللقاء ، تشرع القوى والانفعالات الجنسية فى الهبوط التدريجى. وإذا كان الزوجان متحابين حقًا ، فإنهما يشعران فى أثناء هذا الهبوط التدريجى بسيل من الحب الروحى يمكن أن نعتبره هو المتعة القصوى الحقيقية، فالمتعة لا تنتهى بإشباع الجسد ، بل يعقبها متعة روحية .

ولذلك فإن الزوجين اللذين يبتعدان عن بعضهما البعض فور انتهاء اللقاء الجنسى ، ويدير كل منهما ظهره للآخر ، لا يعرفان معنى الحب، بل ربما يشعران بشىء من العداوة . فليست هذه متعة ، ولكنها تخمة !

إن المرأة التى وصلت إلى الذروة غالبًا ما تهدأ أبطأ مما يهدأ الرجل .

وتوقف الرجل عن نشاطه واستدارته للنوم يعتبر صدمة فى نظر الكثير من النساء .

والزوجان المحبان يشعران بعدم رغبتهما فى التباعد بمجرد انتهاء الجماع، بل يشتهى كل منهما أن يبقى فترة فى أحضان الآخر ؛ حيث تهبط سورة مشاعره الجياشة لتحل محلها الرقة والعذوبة والحنان ، حتى إذا تباعدا بعدئذ كان تباعدهما مجرد تباعد جسدى ، أما الاندماج الروحى فيظل باقيًا مع البعد الجسدى !

إذن فمن الجميل أن يعقب مرحلة الإشباع الجنسى ، إشباع روحى، عن طريق تبادل أحاديث الحب والحياة . وإذا لم يقم الزوجان بهذا فقد يفوتهما الشىء الكثير ، بل قد يفوتهما الذروة الحقيقية ، أعنى ذروة التفاعل الروحى والوجدانى .

OBEIKAN.COM

ماذا تريد المرأة من زوجها جنسيًا ؟

- ثورة في مفهوم الجنس عند المرأة !
- ماذا يعني الجنس بالنسبة للمرأة ؟
- هل بلوغ النشوة أمر أساسي للمرأة ؟
- هل يحتاج اللقاء بين الزوجين إلى مواعيد منتظمة ؟
- الخجل الشديد عدو الجنس اللدود !

OBEIKAN.COM

ماذا تريد المرأة من زوجها جنسيًا ؟

• ثورة فى مفهوم الجنس عند المرأة :

مضى زمن الحريم ، ولم تعد المرأة سلعة للمتعة تباع وتشترى بمجرد إرضاء غرور وفحولة رجل غنى أو موسر ، فلقد حدثت فى السنوات الأخيرة ثورة فى مفهوم الجنس عند المرأة حيث تعرفت على أمور كثيرة كانت تجهلها ، وتكبت الرغبة فى الاستمتاع أو حتى البوح بها .

عرفت المرأة فى عصرنا أن الجنس ليس فقط وسيلة للإنجاب أو وسيلة لإرضاء الرجل ، بل إنه فى حد ذاته نوع من المشاركة الجسدية والوجدانية والاستمتاع السعيد المتبادل بين الطرفين . وانتهى الزمن – تقريبًا – بالنسبة للمرأة التى لا يهمها فيه فى المقام الأول إلا إرضاء الزوج جنسيًا . فقد أصبح لها تطلعها الخاص نحو إرضاء نفسها وإشباع عواطفها ورغباتها كذلك .

• والسؤال الآن ماذا يعنى الجنس بالنسبة للمرأة ؟

إن ما تريد المرأة من الرجل جنسيًا يختلف تمامًا عما يظنه الرجل غالبًا .

فما تريده المرأة أساسًا لا يتعلق بقدرة جنسية فائقة أو متعددة الأداء، ولا يتعلق بحجم شبه خرافى للأعضاء الجنسية للرجل . ربما تكون هذه مسائل مهمة لبعض النساء ، لكنها لا تمثل الرغبة المحورية لكثير منهن ، بل الرغبة المحورية التى تسبق هذه الأشياء هى الرغبة فى الحنان والتخاطب العاطفى ، والمشاركة الوجدانية والتلامس اللطيف الشاعرى .

OBEIKAN.COM

ولعل من أخطر ما يغيب عن بال الرجل هو أن المرأة قد لا يهمها بلوغ النشوة فى كل مرة يحدث فيها اللقاء الجنسى ويدعى الرجل غير الفاهم للفحولة الخارقة ، ويظن أن نجاح أى علاقة جنسية حتمًا لابد أن تنتهى ببلوغ المرأة للنشوة الكاملة .

ولذا يلجأ غير الملتزمين وغير الأسوياء إلى الأساليب المقوية غير المشروعة مثل المخدرات التى حرمها الشرع الحنيف وربما يستعمل البعض أنواعًا من الدهانات الموضعية . وكل هذا نبع أساسًا من هذا الاعتقاد السالف المليء بالخطأ .

وعلى الرجل أن يعلم أن بلوغ المرأة النشوة والذروة الجنسية لا يرتبط بالضرورة بإطالة مدة اللقاء ، وقد لا تصل المرأة إلى الذروة حتى لو طال اللقاء لساعات ، وبالعكس قد تصل المرأة إلى الذروة فى فترة قصيرة عن طريق الكلمات العاطفية ، والملامسات المليئة بالحنان والحب ، والمداعبات الذكية لمواضع الإثارة عندها .

إن الرجل الحنون الذكى الذى يجيد مخاطبة جسد زوجته برفق ورقة، هو الذى تتمناه كل امرأة ، وهو الذى يسعد زوجته . أما الرجل الفظ فإن المرأة تبغضه حتى لو كان أكثر الرجال فحولة جنسية !

إن الجنس عند المرأة ليس هو فقط الاتصال المباشر بين الأعضاء الجنسية؛ فهذه آخر مرحلة من مراحل الجنس عندها . وعلى الرجل أن يدرك أن المرأة تنظر إلى جسدها باعتباره نهرًا من الأحاسيس والمشاعر تتطلع إلى من يلمسها ويفجرها بقوة ؛ حتى لو لم ينته هذا باللقاء المباشر بين الأعضاء الجنسية .

وتفجير مشاعر الزوجة يعنى تسخير كل الحواس للتغنى بهذا الجسد ، من كلمات عاشقة ، ونظرات هائمة ، وملامسات ذكية ، وتلاصق حنون رقيق . فالمرأة تكره أن تكون مجرد وعاء يقذف فيه الرجل ما يشاء دون اعتبار أو مراعاة لشعورها .

وكما أن العلاقة الحنون التى تسبق اللقاء المباشر مهمة ، فإنها أيضًا يجب أن تستمر بعد انتهاء اللقاء وبلوغ الذروة ؛ لأن الابتعاد المفاجئ للرجل بعد اللقاء يضايق المرأة ويثير حنقها .

• هل بلوغ الذروة والنشوة أمر أساسى للمرأة ؟

فى إحصائية أخيرة ثبت أن نسبة لا تقل عن ٦٠ ٪ من النساء لا يبلغن النشوة الكبرى فى كل مرات اللقاء الجنسى . ورغم ذلك فإن عدداً قليلاً جداً منهن اشتكين واعتبرن ذلك علامة برود جنسى .

إن بلوغ الذروة والنشوة فى المرأة هو المماثل للقذف عند الرجل .

وكما أن الرجل يمكنه الاستمتاع جنسيًا بدون القذف ، كذلك المرأة يمكنها الاستمتاع باللقاء دون بلوغ الذروة .

ولا يعيب الأمر إلا إصرار الرجل على بلوغها الذروة معتبراً أن عدم الوصول للذروة أمر معيب له شخصيًا وطعناً لقدرته الجنسية ، مع أنه ربما يكون غير مسئول عن ذلك ؛ لأن بعض النساء لا يستطعن تركيز مشاعرهن بطريقة تساعد على بلوغهن الذروة .

وفى الحقيقة إن بلوغ الذروة عند المرأة ليس هو الهدف الرئيسى والأوحد وشغلها الشاغل كما يظن الرجل .

إن المسالة كلها عند المرأة إحساس بالالتصاق والانسجام والهارمونية والتوافق ؛ حتى لولم تصل إلى الذروة فى بعض الأحيان .

• هل يحتاج اللقاء بين الزوجين إلى مواعيد منتظمة ؟

هناك نوع من العلاقة المنظمة المحددة بمواعيد وأساليب وأوضاع لا تتغير، وهذا من شأنه أنه يصيب الزوجين بالملل السريع الناتج عن اتباع أساليب الروتين العقيمة !

إن العلاقة الجنسية ليست علاقة ميكانيكية تبدأ بالضغط على زر خاص لتدور لمدة محددة ، بل هى علاقة انسجام نفسى وعاطفى . والرغبة الجنسية قد تنشأ وتكبر وتحتاج لإشباع فى أى وقت .

فالإنسان ليس مثل الماكينة ، بل هو تركيبة عاطفية وجدانية تكره الروتين والآلية.

لكل هذا ينبغى على الرجل أن يعلم قبل شهر العسل أنه لا لقاء بدون رغبة، ولا توجد رغبة تخضع لتنظيم مثل المذاكرة أو العمل !! بل يجب ترك الأمر لطبيعته التلقائية ، وإلا صار الإنسان مثل الماكينة التى تعمل بأزرار وقت اللزوم !

• الخجل الشديد عدو الجنس اللدود :

المرأة بطبعها خجولة ، والحياء سمة من سمات الأنوثة المحببة .

ولكن هناك حدوداً يجب التزام الحياء عندها . هذه الحدود تنتهى عند غرفة النوم . وإذا كان لابد من حياء ، فهو الحياء الذى لا يعطل اللقاء ، بل يزيده اشتعالاً !

OBEIKAN.COM

وإذا كانت العلاقة الجنسية هى قمة التعبير عن وحدة الحبيبين فى شهر العسل ، فلا بد أن يسقط الخجل الشديد كحاجز بينهما .

والأفضل أن تطلق المرأة لنفسها العنان ؛ فلا تخشى الاتهام بالابتذال والفجور وعلى الرجل أن يساعد المرأة على ذلك ، وأن يتصرف بطريقة تجعلها ترفع برقع الحياء خلال العملية الجنسية ! فهى زوجته وهو زوجها ؛ ومن ثم لا ينبغى وقوف أية حواجز بينهما .

وتشير الإحصائيات إلى أن الرجل يفضل أن ترفع المرأة حاجز الخجل وتشعره أنها أصبحت جزءاً منه ؛ فتطلق العنان لأحاسيسها دون تحفظ . وهذا أحسن للشعور الجنسى .

وطبعًا ، إذا كنا نتحدث هنا عما تريده المرأة من الرجل فإنها لا تريد رجلاً خجولاً أو مترددًا . بل تريد رجلاً جسوراً شجاعًا يبادر بتحطيم الحواجز وهدم الأسوار حتى يكون معينًا لها على كسر الرهبة من الجماع وبلوغ قمة اللذة والإثارة .

ومن المعلوم أن التأكيد على كسر حاجز الخجل والحياء مسألة خاصة جدًا ، ولا ينبغى خروجها من دائرة غرفة النوم ، حتى لا يتحول الأمر إلى ابتذال وإباحية تتعارض مع أوامر الدين الإسلامى العظيم الذى يأمر باحتشام المرأة أمام الأجانب لتحفظ وقارها ولا تثير غيرة زوجها عليها .

OBEIKAN.COM

هل تعلمين ماذا يريد الزوج منك جنسيًا ؟

- انتبهي ! ثمة مسألة ليست هينة !
- فن الاستسلام الإيجابى .
- أيتها الزوجات الجديدات : نرجو حالة انتباه قصوى !

OBEIKAN.COM

هل تعلمين ماذا يريد الزوج منك جنسيا؟!

• انتبهى ! ثمة مسألة ليست هينة !

إن العلاقة الزوجية التى تتوطد أثناء شهر العسل ذات أهمية خاصة .

ويجب على الفتاة أن تستجمع كل جهودها وكياستها ومهارتها من أجل إرضاء زوجها ومعرفة ما يروقه ويسعده .

وليست هذه مسألة هينة ؛ لأن بداية شهر العسل عادة ما تأتى بعد إجهاد التجهيز والتحضير للزواج ، فضلاً عن الخوف والقلق من ليلة الدخلة .

وأول شىء ينبغى أن تعلمه الفتاة أن زوجها يتطلع إلى إمتاعها ، وفى نفس الوقت الاستمتاع بها ، فهو رجل تنبض كل أجزاء جسمه بالرغبة الجنسية التى اشتعلت نتيجة الترقب طوال فترة الخطبة ،ولكن مشاعره تبدو مختلطة معقدة ، لأنه يريد تحقيق رغبته الجنسية القوية ، وربما يشغله كثيراً انفعالات عروسه وقلقها ؛ مما قد يضغط على أعصابه .

• فن الاستسلام الإيجابى :

ومن ثم ينبغى على العروس أن تعرف وتشعر شعورا قويا بضرورة مساعدة عريسها على القيام بواجباته الجنسية ، وأن تعتبر نفسها مسئولة مسئولية كاملة عن إمتاعه ، وعن تهيئة السبل أمام التنفيس عن رغباته الجنسية التى تملأ كيانه، وتمتلئ بها أعضاؤه . ولا شىء أدعى للقيام بواجبها نحوه أكثر من أن تكون رقيقة ، مرنة ، غير قلقة ، ولا متوترة ، وأن تستسلم له استسلامًا كاملاً .

OBEIKAN.COM

وتنبع ضرورة استسلامها له من كون رغبة الرجل فى السيطرة أثناء اللقاء رغبة فطرية وميزة لنوع معين من الرجال بحكم سنة الخالق جل وعلا .

وينبغى ألا تبادئ العروس بأى مبادأة جنسية ، ولكنها تستطيع أن تغريه بوسائل الإغراء المختلفة ، وتجذبه إليها بألوان الجاذبية الأنثوية الرائعة وأثناء اللقاء بإمكانها أن تسهم مساهمة فعالة . وسبب هذه النصيحة أن معظم الرجال يريدون نساء ناضجات كاملات الأنوثة فى كل ناحية من نواحى حياتهن .

وليس أدعى إلى سرور الرجل وسعادته من المرأة التى تشعره بأنها مستمتعة به ومرتوية تمام الارتواء من فحولته . فهذا يجعله يشعر بالزهو والفخر برجولته . ومن ثم فإن الاستجابة الأنثوية وإظهار المتعة باللقاء من الأشياء التى ينبغى على الفتاة أن تراعيها .

وفى استطاعة العروس أن تخبر عريسها بكل ما تشتهيه دون أن تفتح فمها؛ فلديها من النظرات ، والحركات والإيماءات ما يمكن لها أن تستخدمها كرسل تبعث بها إلى مشاعر زوجها وأحاسيسه فتنبهها وتفجر مكنوناتها . ولا حرج أن تتكلم إذا أرادت التعبير بالكلمات ، بشرط أن يكون التكوين النفسى لهذا الزوج من النوع الناضج المتفهم لطبيعة المرأة ومتطلباتها الروحية .

والنقطة المركزية التى ينبغى ألا تغفل عنها العروس أن تدرك أن ما يسعدها ويمتعها يسعد العريس ويمتعه .

وعلى العروس أن تتخلص من مشاعر القلق والخوف من عملية فض غشاء البكارة ، فالمسألة أبسط بكثير مما تتخيل الكثيرات .

OBEIKAN.COM

ومن الضرورى لفت الأنظار إلى أن الفتاة العفيفة الطاهرة لا تستطيع فى بداية شهر العسل الاستمتاع الكامل والوصول إلى النشوة الكاملة .

والسبب فى ذلك أن الفتاة الشابة تحتاج إلى إيقاظ جنسى متدرج قبل أن تصل إلى كامل قدرتها فى بلوغ النشوة الكبرى . والمدة التى تنقضى قبل ذلك تختلف من فتاة إلى أخرى فقد تكون أيامًا وربما أسابيع وربما شهوراً .

لكنها فى كل الأحوال تستمتع بالأحضان والقبلات والملامسات المختلفة.

وقبل فض غشاء البكارة على العروس أن تدرك أن جسمها غير مستعد تمام الاستعداد لذلك ، وأن الغدد التى تفرز المواد الطبيعية اللازمة للترطيب والتليين أمام العضو الذكرى – لا تعمل بكامل كفاءتها مثلما ستعمل فى المستقبل ولذلك من المستحسن أن تستخدم مواد مرطبة تساعد على سهولة الإيلاج . ويمكن أن تحصل عليها بمعرفة طبيبة أمراض النساء .

ومن الأفضل أن تشجع العروس زوجها على إطالة فترة المداعبة قبل محاولة فض غشاء البكارة ؛ فإطالة هذه الفترة تساعد كثيراً على الشعور بالأمان وفقدان القلق وذهاب التوتر ؛ مما يكسر حدة المقاومة عند الفتاة ، ويقلل من ممانعتها الفطرية .

ومن الضرورى أن تعلم الفتاة أن هذه اللحظة هى اللحظة التى كان زوجها يتطلع إليها ، وكله شغف بها ، ولذلك فقد لا يستطيع الصبر .

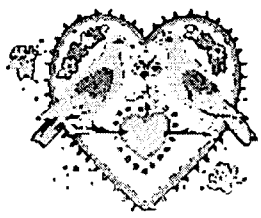
ومن هنا فعليها أن تترك نفسها له دون خوف أو قلق ، ولا تقاومه أو تمانعه؛ لأن من شأن هذا أن يؤثر فيه تأثيراً سلبياً ؛ لا سيما أنه غالباً ما يكون مجهداً من إجراءات ومراسم حفل الزواج .

OBEIKAN.COM

• أيتها الزوجات الجديدات : نرجو حالة انتباه قصوى !

إن من أهم ما يتطلبه الرجل من المرأة من الناحية الجنسية أن تكون ذات فاعلية وإيجابية فى العملية الجنسية . وكما يقول د . محمد الخشت فى كتابه « المرأة المثالية فى أعين الرجال » : (لقد آن الأوان لكى تكون الزوجة على يقين – فى مختلف طبقات المجتمع – بأنها لم تعد فقط آلة إخصاب ، وإنما ارتفعت كليًا لمشاركة الرجل فى ملذاته ، وصارت تبادله الحركات المتماوجة الإيقاعية ، وكلما كانت المرأة ذات فاعلية فى الحوار الجنسى زادت المتعة وتسامت السعادة) .

لقد آن الأوان لكى تعرف الزوجة أن الرجل لا يتطلع إلى امرأة باردة سلبية راضخة فى المخدع ، وإنما يريد امرأة إيجابية قادرة على مبادلته الحب ، وتفهم بل وتؤمن بأن المتعة المشتركة هى المسألة الرئيسية التى تستحق الاهتمام وتحتل المقام الأول نسبيًا فى الأولويات الزوجية .



OBEIKAN.COM

للرجال والنساء
تعلم كيف تحل مشاكلك الجنسية

- ما الحقيقة الغائبة عن معظم الرجال ؟
- هل هناك علاقة بين برود المرأة وسرعة القذف عند الرجل ؟
- الانفعال العصبي وسرعة القذف .
- الانتصاب الناقص وسرعة القذف .
- نقص الترطيب وسرعة القذف .
- الطريقة الخطأ وسرعة القذف .
- هاهي النصيحة ببساطة !! .
- خطورة عدم احترام دورة المرأة الطبيعية !
- احذر الجدول الثابت !

OBEIKAN.COM

تعلم كيف تحل مشاكلك الجنسية

• ما الحقيقة الغائبة عن معظم الرجال ؟

أيها الزوج المقبل على ليلة الزفاف عليك أن تنتبه بشدة إلى الحقيقة التالية التى يغفل عنها معظم الرجال :

■ أتدرى ما تلك الحقيقة ؟

إنها الحقيقة القائلة إن المرأة تحتاج إلى وقت أطول من وقت الرجل لكى تبلغ الذروة !

ولذلك فإن فن أصول المعاشرة الزوجية يهدف إلى تعليمك وتعليم زوجتك كيفية الوصول إلى ذروة اللذة فى وقت واحد معًا ، أو حتى قبله بقليل .

ويستطيع بعض الأزواج الأذكياء الفاهمين التحكم فى انفعالاتهم بحيث ينتظرون حتى تصل الزوجة معهم إلى المرحلة النهائية بحيث تمارس الحركات العنيفة التى تنتهى بذروة اللذة المتبادلة .

ولكن بعض الأزواج الكرماء الذين يريدون إمتاع نسائهم يجدون صعوبة فى تحقيق ذلك . وهذا هو السبب فى اختلاف الزوجين اختلافًا كبيراً فى توقيت الوصول إلى ذروة اللذة . واتضح من دراسة حالات النساء اللاتى يشتكين بامتعاض وأسى من أن الرجل يقضى لذته أسرع من زوجته !

OBEIKAN.COM

• هل هناك علاقة بين برود المرأة وسرعة القذف عند الرجل ؟

■ **والسؤال الآن : هل هناك ارتباط بين البرود وسرعة القذف ؟**

فى كثير من الحالات فعلاً تكون سرعة قذف الرجل هى السبب ، ولكن فى حالات أخرى فعلاً تكون المرأة باردة وتحتاج إلى جهد وصبر من الرجل ، فضلاً عن الحنكة والمهارة .

ولكن لنفرض أن سرعة القذف عند الرجل هى السبب ..

■ **فماذا إذن يكون الحل ؟ وكيف يمكن أن تواجه هذه المشكلة ؟**

أولاً : ليكن معلومًا أن مدة احتفاظ الرجل بانتصابه بين الإيلاج داخل العضو الأنوثى والقذف المنوى ، تتراوح ـ فى المتوسط ـ فى الحالات الطبيعية بل والقوية بين خمس دقائق وعشر دقائق فقط .

وتكفى هذه المدة للاستمتاع وبلوغ الذروة عند المرأة إذا سبقها تمهيد بالملاعبة والمداعبة قبل الإيلاج .

ويمكن القول إن دقيقتين فقط بعد الإيلاج تكفيان لاستمتاع المرأة وبلوغها الذروة إذا توافر الجو المناسب والتمهيد الماهر بالمداعبة المثيرة والمغازلة اللطيفة . وهذا الزمن القصير نسبيًا مع الجو المناسب والمداعبة المثيرة أفضل من عشر دقائق أو حتى خمس عشرة دقيقة من الإيلاج بدون تمهيد بالمداعبة المثيرة .

ولكن المشكلة أن بعض الرجال يقذفون عند إيلاج العضو مباشرة ، والبعض يستغرق أقل من دقيقة .

OBEIKAN.COM

■ **تـرى مـا الـعـوامـل الـتـي تؤدى إلـي هـذه المشكلة ؟ ومـا وسـائـل التغلب عليها ؟**

أولا : الانفعال العصبى وسرعة القذف :

يعتبر سببًا شائعًا فى إحداث سرعة القذف ، والانفعال العصبى ينشأ من القلق ، أو قلة الاتزان ، أو التـوتر ، أو قلة الخـبـرة ، أو توقع الفـشل ، أو الخوف .

وهنا يجب على الرجل أن يثق فى نفـسـه ، ويذهب عن باله الأفكار والهواجس التى لا داعى لها وينبغى عليه أن يكون عنده شىء من الثبات ، ويقنع نفسه أن الثبات والثقة من خصائص الرجال . وللمرأة دور كبير فى مساعدة الرجل عن طريق اللطف والتعاطف ، فعلى المرأة أن تكون لطيفة مع زوجها ، وتشعره بتعاطفها معه ، وتقديرها له ، وعدم مبالاتها ، وأنها تحبه لذاته، ثم تبث الثقة فى نفسه وفى رجولته ، كل هذه أمور لها فاعلية السحر فى نفس الرجل ؛ مما يجعله يقوم بواجباته الجنسية على أكمل وجه .

ثانيا : الانتصاب الناقص وسرعة القذف :

إن من أكبر أسباب سرعة القذف هو الانتصاب غير الكامل للعضو الذكرى.

ولكن هل تعلم لماذا لا يحدث انتصاب كامل للرجل غالبًا ؟

إن السبب فى كثير من الحالات هو عدم استجابة المرأة لزوجها ، وعدم إثارتها له . فبرود المرأة وقلة إثارتها يقضى على انتصاب الرجل .

OBEIKAN.COM

كما أن نقص انتصاب الرجل فى بعض الحالات الأخرى يبعث البرود فى المرأة غير المتعاطفة مع زوجها والتى تفتقد إلى الحنان والحب .

والواقع أن حل مشكلة الانتصاب الناقص يقع فى المقام الأول على المرأة؛ لأن الزوجة المتعاطفة الحنون الوفية بإمكانها أن تساعد زوجها مساعدة كبيرة فى علاج هذه المشكلة ، عن طريق التزين والتعطر وسلوك المسالك المثيرة أمامه ، وقبل كل ذلك أن تشعره بحبها ورغبتها القوية فيه، وأن تبث الثقة بالمغازلة والمداعبة ، ومخاطبة روح الرجولة فيه.

ثم إن الرجل نفسه عليه أن يثير خياله ، ويملؤه بالأفكار التى تجعل الجنس مسيطراً على كل تفكيره فى هذه اللحظة ؛ فيتخيل العملية الجنسية، ويتخيل الأوضاع التى يمكن أن تنبه فيه كوامن الإثارة !

ثالثا : نقص الترطيب وسرعة القذف :

يحدث نقص الترطيب عندما لا تفرز المرأة الإفرازات المهبلية التى تلين الطريق الذى يلج فيه العضو الذكرى . ومن ثم يكون الإيلاج صعبًا ؛ مما يضغط على العضو الذكرى ويجعله يقذف بسرعة .

والحل هو فى كثرة المداعبة قبل الإيلاج . وإذا لم تفلح هذه الطريقة فالحل هو اللجوء إلى المرطبات أو الملينات الطبية .

رابعا : الطريقة الخطأ وسرعة القذف :

ربما تكون الطريقة الخطأ التى يسلكها بعض الرجال هى المسئولة عن سرعة قذفهم . والطريقة الخطأ تحدث عندما يكون الرجل متعجلاً فى

OBEIKAN.COM

الجماع . فيوجد بعض الرجال الذين يريدون الانتهاء بأسرع ما يمكن ! حيث لا يخطر ببالهم شيء سوى اتباع أقصر طريق بين الرغبة والوصول إلى الذروة .

■ **والنصيحة هى ببساطة :**

لا داعى للسرعة فى الإيلاج ولا داعى للحركات العنيفة بعد الإيلاج مباشرة . بل على الزوج أن يمهد بالمداعبة الخارجية قبل الإيلاج التى ذكرنا أهم خطواتها فى فصل سابق . وعليه بعد الإيلاج أن ينتظر ساكناً بعض الوقت دون تحريك للعضو . وهنا سيلاحظ الرجل أن شعوره بالقذف سيقل تدريجيًا ، خاصة إذا تحكم فى «عقله» وشغله ببعض الأمور غير الجنسية ، كأن يفكر مثلاً فى لعبة رياضية يحبها ، وإذا لم يكن شغوفًا بالرياضة فليفكر فى أى موضوع آخر شريطة أن يكون بعيداً عن الجنس ؛ حتى إذا شعر بالاطمئنان وعدم الرغبة فى القذف ، بدأ فى تحريك عضوه ببطء وبدون عمق . وحين يشعر مرة أخرى برغبته فى القذف ، عليه أن يوقف تحريك العضو ، ويشغل باله مرة أخرى بالتفكير فى موضوع غير جنسى ، وفى أثناء ذلك يبادل زوجته المداعبة بيديه وفمه بفن وحساسية مرهفة .

وكم هو جميل أن تكون الزوجة نفسها متفهمة لما يحدث ، وتبادله حركاته بحركات لها نفس الإيقاع فى البطء أو التوقف أو المداعبة .

وسيجد الرجل أنه يزداد بالتدريج تحكمًا فى توقيت القذف وفى إطالة المدة . وإذا لم يحقق نتيجة مرضية فى مرة ، فلا يشك أبداً أنه سيكون أكثر توفيقًا فى المرة القادمة .

• **وفى بعض الحالات يمكن إضافة النصيحة التالية :**

إذا ما شعر الرجل أنه قذف قبل الأوان ، فبإمكانه أن يقوم بمحاولة أخرى بعد أخذ حمام ، وتناول طعام محفز للجنس مثل السمك أو الجمبرى أو أى أكلة دسمة ، وسيجد نفسه فى المحاولة الثانية فى نفس الليلة أو اليوم قادراً على مواصلة اللقاء إلى أمد أطول مما كان يتطلع ، وربما تصل زوجته فى هذا اللقاء الثانى الذى يعقب اللقاء الأول بساعة أو ساعتين أو حتى خمس ساعات ، ربما تصل إلى ذروتها أكثر من مرة وهنا سيشعر الزوج بفحولة كاملة ورجولة متجددة.

■ **وخلاصة النصيحة التى يجب أن تضعها أمام عينيك دائمًا :**

(١) لا تتسرع ولا تتعجل ...

(٢) يتم الإيلاج ببطء وعناية وحذر..

(٣) التوقف عن حركة العضو بعد الإيلاج مباشرة..

(٤) التحكم العقلى بالتفكير فى موضوع آخر أثناء الإيلاج ...

(٥) التدرج فى بدء حركات العضو ...

(٦) التدرج فى المشاركة فى الحركة ..

وإذا لم تجد هذه الطريقة معك ، بعد تكرار المحاولة أكثر من مرة ، فيمكن أن تستخدم مرهمًا طبيًا لدهان رأس العضو قبل الجماع . ولكن عليك أن تؤخر هذا الحل بعد استنفاد الطرق ، وعليك أن تجربها وتكررها وتصبر حتى تفيدك فهذا أفضل بكثير من اللجوء إلى المراهم .

ولا يفوتنى هنا أن أحذرك من الذهاب إلى الدجالين والمشعوذين الذين يقدمون لك علاجاً وهمياً . ففضلاً عن كون التعامل مع هؤلاء دليلاً على التخلف والجهل ، فإن الإسلام يحرم التعامل معهم، والذهاب إليهم . وفى الحديث « **من أتى ساحراً أو كاهناً أو عرافاً وصدقه بما قال ، فقد كفر بما أُنزل على محمد**» (١)

• خطورة عدم احترام دورة المرأة الطبيعية :

إذا لم يراع الرجل دورة الرغبة الجنسية الطبيعية عند المرأة ، فإنه يوقع نفسه فى مشكلة حقيقية ؛ لأنه من المحتمل جداً أن يحدث بينه وبين زوجته؛ حيث الرغبة الجنسية تحدث للمرأة وفق قانون يشبة قانون المد والجزر مرتبط بدورة الحيض .

ومن المعلوم أن الرجل لا تحدث له دورات فى الرغبة الجنسية . وإذا ما جهل الرجل أن المرأة يحدث لها هذا المد والجزر فى رغبتها الجنسية ، فما أكثر ما يصطدم بها . ويلاحظ الرجل الفاهم أن زوجته أحياناً تبدو فى حالة تعطش وشوق للجنس ، ولكنها فى أحيان أخرى تتغير تغيراً مفاجئاً ؛ حيث يظهر عليها عدم الاكتراث واللامبالاة بمبادراته ومداعباته الجنسية ؛ بل ربما تظهر ضيقًا . وهنا يظن الرجل أنها باردة أو أنها لا تحبه . وهذا الظن خطأ كبير ؛ لأنها قد تكون فى حالة «جزْر» جنسى ؛ بدون إرادة منها ؛ حيث إن إفرازاتها الهرمونية تكون فى حالة تراجع وفق القانون الطبيعى الذى وضعه الله فيها .

(١) أحمد : ٤٢٩/٢

ومن ثم يجب عليه أن يفهم دورتها الطبيعية ، وتجنبها عندما تكون فى حالة رفض جنسى . كما أن عليه أن يتحين الأوقات التى تكون فيها فى حالة شبق ، فيكثر من مداعبتها ومجاملتها .

• احذر الجدول الثابت !

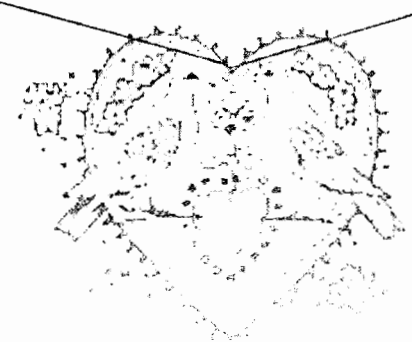
عندما يراعى الرجل وفق دورتها الطبيعية المتقلبة بين رفض الجنس وقبوله والشوق إليه ، قد يفكر فى تحديد جدول زمنى وأيام محددة لإتيان زوجته .

وهذا التفكير خطأ لأسباب متعددة ؛ ليس عملاً روتينياً وظيفياً جامداً ، بل هو عمل يتطلب التغيير والتنويع واختلاف الظروف ؛ حتى لا يحدث ملل ، والملل يقتل الحب بين الزوجين ، والأفضل أن تكون غالبًا نابعة من التلقائية التى تنشأ فى بعض الأوقات ؛ ربما تبدأ عند المرأة ، وتجد مشاركة من الرجل ، وربما تبدأ الرغبة وتشتعل عندهما معًا فى وقت واحد . فينبغى أن يأتيها فى كل أربع ليالٍ مرة فى المتوسط ويزيد وينقص فى عدد المرات حسبما يتراءى له من حاجة زوجته إلى التحصين .

OBEIKAN.COM

ماذا بعد شهر العسل..؟
نصائح لحياة زوجية سعيدة

- كيف تجعلان حياتكما الزوجية كلها عسلا ؟!
- الواقعية .
- النقد اللاذع والغيرة العمياء.
- أسباب السأم .
- هل العيب فينا أم في نظام الزواج ؟!
- لا تدعا خلافات النهار تمتد إلي الليل !
- لا تكن مخادعا وتذكر أن الحب وحده لا يكفى !
- انتبهى !! خطورة إهمال الزوجة لواجبها الجنسى !
- كيف تواجهين حب زوجك لعمله ؟
- لا تهمل زوجتك بحجة الانشغال بعملك !
- حبيبتي دائما ..
- انتبهوا .. لا يوجد بشر ملاكا !



OBEIKAN.COM

نصائح لحياة زوجية سعيدة

• كيف تجعلان حياتكما الزوجية كلها عسلا ؟

الآن .. وبعد انتهاء شهر العسل ، لا نود أن نقطع علاقتنا الأدبية معكما، بل نتطلع أن نشارككما بالإسهام فى نجاح حياتكما الزوجية وجعلها حياة مليئة بالسعادة والحب والهناء . وفى هذا الإطار نقدم لكما مجموعة من النصائح العملية التى ينصح بها خبراء الزواج والأسرة. وهى نصائح ضرورية بالغة الأهمية ، ومبدئياً يجب أن يضعها كل منكما نصب عينيه .

أما إذا أراد أى منكما المزيد من المعارف والخبرات ، فإنا ننصحه بقراءة مجموعة أخرى من الكتب عن الحياة الزوجية لا سيما تلك الكتب التى تعلم كيفية مواجهة مشاكل الحياة الزوجية الطارئة ، والتى تعلم كلاً منكما كيف يسعد شريك حياته ، مثل : كتاب «المشاكل الزوجية وحلولها» ، وكتاب «المرأة المثالية فى أعين الرجال» ، وكلاهما للدكتور محمد عثمان الخشت ، وميزة هذين الكتابين أنهما يجمعان فى مضمونهما بين معارف ديننا العظيم ومنجزات العلوم الحديثة . والآن نقدم لكما مجموعة من الإرشادات التى وعدناكما بها :

OBEIKAN.COM

• الواقعيـــة :

يجب أن يكون الزوجان واقعيين ، متفاهمين لطبيعة الحياة الزوجية ؛ فلا يتوقعان أن يتحقق الاتحاد والانسجام العاطفى بينهما منذ البداية أو دفعة واحدة ؛ لأن الانسجام العاطفى ، والتوافق الاجتماعى داخل المنزل الجديد ، يستلزم اجتياز مرحلة – طالت أو قصرت – من المحاولة والخطأ .

وليست العبرة هنا بأن تتحاشى كل تجربة ، أو أن تبعد بنفسك عن كل ما قد يعرضك للخطأ بل المهم أن تستفيد من تجاربك السابقة وألا تكرر دائمًا الخطأ الذى سبق لك ارتكابه ، فليس عيباً أن نخطئ أول مرة؛ ولكن العيب كل العيب أن تقع فى الخطأ مرة ثانية .

ولابد من الرغبة الصادقة فى التفاهم ، والعمل المستمر على تحقيق التوافق ، مع أخذ النفس بأسباب الصبر والأناة والمثابرة ؛ فكلها أشياء ضرورية لتذليل عقبات الحياة الزوجية وتهيئة الجو الملائم لنمو روح التعاطف والمشاركة والتعاون.

• النقد اللاذع والغيرة العمياء :

كن على حذر – والخطاب هنا ليس للرجل فقط بل للمرأة أيضاً – من خطرين جسيمين يهددان باستمرار كل سعادة زوجية : النقد اللاذع المتواصل، والغيرة العمياء المتشككة .

فالزوج الذى لا هم له سوى البحث عن نقائص زوجته ، والاجتهاد فى إظهار معايبها أمام الناس ، والعمل على إبراز مظاهر ضعفها فى كل

OBEIKAN.COM

مناسبة، إنما هو زوج أحمق يهدم عشه بيده حيث يبذر بذرة النفور بينه وبين زوجته ! إذ يعمل على تحطيم كيانها فتصبح معه جسداً لا روح فيه ولا حيوية ، مما يقلل من درجة تمتعه مع زوجة سلبية غير متفاعلة .

والزوجة التى لا همّ لها سوى تعقب حركات زوجها ، وتتبع أخباره ، والتشكك فى كل تصرفاته والغيرة من كل معارفه وأصدقائه، إنما هى زوجة حمقاء تدفع بزوجها إلى الطريق الخطأ ، دون أن تعلم أنها هى المدانة !

إن روح النقد وروح الغيرة الشديدة هما السُّمان الخبيثان اللذان ظالما عملا على تفتيت أوصال الحياة الزوجية وتحطيم دعائم الأسرة السعيدة .

• أسباب السأم :

على كل من الزوجين أن يعمل على تجنب أسباب السأم فى الحياة الزوجية ؛ فليس أثقل على النفس من حياة يشيع فيها الملل والتكرار والرتابة .

إن نزهة صغيرة ، أو مفاجأة بسيطة ، أو هدية غير منتظرة قد تدخل السرور على قلب شريك الحياة وتجدد عواطفه . وهذه مسألة بالغة الأهمية ؛ لأن العاطفة الزوجية لابد لها من أن تتجدد حتى لا تموت إلى الأبد !

• لا تدعا خلافات النهار تمتد إلى الليل :

الزوجان الطبيعيان اللذان يتمتعان بقلب صاف ونفس خيرة ، وعقل ذكى ؛ لا يتركان الشجار الذى يحدث بينهما أثناء النهار يدوم إلى ما

OBEIKAN.COM

بعد منتصف الليل ؛ لأن الفراش الذى يجمع بينهما لابد من أن يكون هو الحد الفاصل الذى تتوقف عنده هموم النهار ومشاغله ومشاكله .

والزوج الذكى طيب القلب هو الذى يفتح ذراعيه لزوجته إذا استدارت نحوه بعد نهار عاصف مليء بالمشاكل حيث يتناسى كل شيء ، ويطوقها بذراعيه ، ويجدد معها ممارسة الحب فى نشوة عميقة يمحو معها صراع النهار ؛ فلا تبقى إلا واحة الحب التى تطوى فى جوفها كل هم ، وتغيب فى رحابها كل فرقة.

وهنا يجب أن تنتبه أى زوجة ذات ميل إلى النكد ؛ حيث عليها أن تعمل جاهدة على التخلص من طبيعتها التى من المؤكد أنها ستدمر سعادتها وسعادة كل من حولها لا محالة . ومن ثم يجب أن تتنبه إلى الخطر قبل وقوعه ؛ فتحرص دائماً على تجنب أسباب الاختلاف وعليها أن توسع من قلبها ، وتملأ نفسها بروح التسامح ، وتتلافى الرغبة فى الشجار فإنه ليس أقتل للسعادة ودوام الحياة الزوجية من المداومة على الشجار ، والتفنن فى خلق مواقف النكد !

• هل العيب فينا أم فى نظام الزواج ؟

إن النجاح فى الزواج ينطوى على شيء أكثر من العثور على الشخص أو الشريك المثالى ؛ لأنه يقتضى أيضاً أن تكون أنت نفسك شخصاً صالحاً أو شريكاً مثالياً !

وليس أسهل من أن نتهم الزواج بأنه نظام فاشل ! ولكن إذا عرفنا أن

بعض الأزواج هم الذين يفشلون لا الزواج نفسه ، تبين لنا أن كل ما هنالك هو أن الفاشلين فى حياتهم الزوجية هم الذين يحقدون على الزواج لأنه الضوء الساطع الذى تسلطه الحياة على الشخصية ، فتكشف عن عيوبها أمام الملأ ، وتظهر نقائصها فى وضح النهار !

والواقع أن الزواج كثيراً ما يكون مناسبة لإظهار نقائص المتزوجين وضعفهم؛ فلا يتهم الزوج زوجته ولا تتهم الزوجة زوجها بسوء النية، إذا اكتشف أى منهما فى الآخر عيوباً لم تكن تخطر له على بال.

والأجدر بكل منا أن لا يلقى بالتهم على نظام الزواج ؛ بل الأجدر به أن يحل مشاكله النفسية ، ويصلح من عيوبه ، ويجتهد فى التخلص من نواقصه لتستقيم حياته .

• لا تكن مخادعاً وتذكر أن الحب وحده لا يكفى !

لا تحاول أيها الزوج ، وكذلك أيتها الزوجة ، الإسراف فى إيهام شريك الحياة فى بداية الحياة الزوجية بأنك توافقه فى كل شىء ، بل لا توهم أنت نفسك بهذا !

فلا توهم نفسك وشريك حياتك بأنك مستعد للتخلى عن كل أساليب حياتك الماضية دفعة واحدة ، وأنك على قدرة لكى تبدأ معه حياة جديدة ، أو أنك تطرب لما يطرب له ، أو أنك تميل إلى لون الحياة الريفية التى لم تعشها أنت من قبل ...إلخ .

ولذا على كل من الزوجين أن يعرف أن كثيرا من الزيجات قد

تحطمت فوق صخرة الفشل بسبب هذا الخداع ؛ لأن التضليل والخداع والوعود الكاذبة لن تلبث الحياة المشتركة المقبلة أن تكشف عن استحالتها .

نعم إن انعدام الأمانة فى مثل هذه الأحوال قد يكون لا شعورياً أو بحسن نية، ولكن من المؤكد أن الوعى والعقلانية والواقعية لا تجعل الكثيرين يقعون فى مثل تلك الأوهام .

ومن ثم يجب على الزوج والزوجة أن يكونا من الصراحة والصدق بحيث يخبر كل منهما الآخر بطباعه وصفاته ، وذلك لمصلحة جميع الأطراف .

ويجب أن يتذكر الجميع أن الطباع إذا اختلفت اختلافاً كبيراً ، فإن الحب والهوى العنيف لن يجدى شيئاً ؛ فالحب وحده لا يكفى !

• خطورة إهمال الزوجة لواجبها الجنسى :

يتحطم الزواج فى كثير من الأحوال التى تهمل فيها المرأة واجبها الجنسى ؛ إذ يخبو الدافع الجنسى النفسى نتيجة تصرفها الأحمق ، مع أن هذا الدافع من أهم الدوافع اللازمة فى علاقة الزوجين .

ومن النساء من لا تستطيع إظهار محاسنها لزوجها وإثارة رغبته فى مغازلتها . ويرجع ذلك إلى جهلها بطرق الإثارة أو لجهلها بأهمية ذلك لاستمرار الحياة الزوجية .

لكن معظم النساء ماهرات فى استقطاب الزوج والاحتفاظ به عن طريق إظهار المحاسن والمفاتن الحسية ، بل وإظهار المحاسن والمميزات النفسية والروحية .

وأكثر المنصرفات عن إغراء أزواجهن ، تشغلهن المتاعب والمشاكل اليومية عن المشاعر الحلوة والعواطف الجميلة . وأكبر الكوارث تأتى من تلك النساء اللاتى يرين أن كل شيء فى الحياة تحقيق ذواتهن والاهتمام بعملهن ، ويعتقدن أن هذا أفضل من بذل جهودهن فى دعم الزواج وإسعاد البيت ، يا لها من حماقة يجدر بك أيتها القارئة أن تتجنبيها ! ؛ فتدركى أن إسعاد زوجك وأولادك أفضل مهمة يمكن أن تقومى بها فى هذه الحياة .

• كيف تواجهين حب زوجك لعمله ؟

كثيراً ما تعجز المرأة عن فهم هذا الحب ، ويجب أن تعرف كل امرأة أن الرجل إذا وجد نفسه فى بعض الأحيان غارقا فى الحب ، فلن يكون هدف حياته هو الحب فقط ، بل يكون هدف حياته هو عمله الذى أتقنه أو يحاول إتقانه .

وبطبيعة الحال ينبغى على الرجل أن يوزع حبه بين زوجته وعمله، وبين الأسرة والعمل . والرجل العظيم هو الذى يوحد بين الحب والعمل فى انسجام كامل متوازن .

ويمكن للمرأة أن تستنتج حقيقتين مهمتين تتصلان بدورها فى جذب زوجها بواسطة الإغراء وإيقاظ الرغبات والاستمتاع .

أولى هاتين الحقيقتين : هى أن تحاول المرأة أن تفهم شغف زوجها بعمله، وتحاول أن تشاركه وتساعده فى عمله بقدر الإمكان وعلى الأقل أن تشاركه همومه . وهى إن استطاعت ذلك فإنها تزيد من إغرائها وفتنتها فى نظر زوجها .

OBEIKAN.COM

وثانى هاتين الحقيقتين : أن تدرك المرأة أن الحب ليس وحده هو المحرك الأساسى لحياة الرجل ، ولكن محركه الأول والأهم هو نشاطه فى مهنته . ومن ثم يجب ألا تؤنبه على اهتمامه بعمله وحبه له ، بل تنقذه من الإغراق فى هذا الاتجاه بقدرتها على إغرائه وإيقاعه فى شباكها الممتعة .

• لا تهمل زوجتك بحجة الانشغال بعملك :

ينبغى على الرجل ألا يتجاهل رغبات زوجته وإغراءها له بغزوها ، ويجب أن يلبى نداءها ويحقق مطالبها المشروعة ، بل عليه أن يسبقها فى إثارة نداء المتعة وتجنب تركيز فكره فى عمله بدرجة تضعف ما بينه وبين زوجته من أواصر الحب والمتعة . فقد قال الرسول ﷺ : « **خياركم خياركم لنسائهم** » (١)

فلا تركز كل اهتمامك فى مهنتك ، مهملاً زوجتك كل الإهمال؛ فإن هذا المسلك قد يجعل زوجتك تغار من عملك ، بل تكرهه !

ولا أريد أن أذكرك بأن الحياة الزوجية قد تنهار ، وبعض النساء يضللن ، عندما ينشغل أزواجهن عنهن طوال الوقت .

فاحذر الانشغال الدائم عن زوجتك . واجمع فى اتزان بين الاهتمام بعملك والاهتمام بزوجتك . فلا تدع زوجتك بمفردها لمدة طويلة. وليكن شعارك دائماً أن الحياة الزوجية هى شعور بالمعية والمصاحبة والتقارب .

---

(١) أخرجه ابن ماجة (١٩٧٧) والترمذى بنحوه كتاب الرضاع (١١) .

• حبيبى دائما :

لا تتردد أيها القارئ العزيز أن تعرب لزوجتك عن حبك لها وإعجابك بها؛ فإن المرأة ترتاح إلى عبارات الحب التى يزجيها إليها شريك حياتها ، وهى أحرص ما تكون على التأكد من أنها لا زالت الفتاة الجميلة التى استطاعت يوماً أن تكسب قلب زوجها .

فلا تكتف بأن تقول فى نفسك : « إنها تعلم أننى أحبها » ، بل أفصح لها عن حبك ، كما كنت تفعل فى بداية عهدك بمعرفتها، وتعهدها بالملاعبة والمزاح فإنها تطيب قلوب النساء .

إن كلمة «أنا أحبك» أو غيرها من كلمات التعبير عن الحب ، تفعل أحيانًا فعل السحر فى نفس المرأة ، وخصوصاً إذا اقترنت بدلائل الوفاء وأمارات الإخلاص .

• انتبهوا ... لا يوجد بشر ملاك !!

إن من أخطر ما يواجه الحياة الزوجية فى بدايتها أن يسقط القناع عن الشخص المحبوب ، فيبدو على صورته الحقيقية ، بعد أن كان الطرف الآخر قد جعل منه ملكاً طاهرا أو كائنا مثاليا !

إن الإنسان العاقل ... سواء كان رجلاً أو امرأة هو الذى يتقبل شخصية شريك حياته على ما هى عليه طبعاً ، إذا لم يكن بها أخطاء كبيرة . وليس من المعقول أن يطلب أى منا من شريكه أن يكون صورة طبق الأصل من شخصيته.

نعم إننا جميعاً نرى فى التشابه بين الزوجين مظاهر للاتحاد والانسجام ، ولكن الشخص الذى يريد من شريك حياته أن يكون صورة طبق الأصل منه إنما هو شخص لم ينضج بعد نفسياً ، بدليل أنه كالطفل لا يستطيع أن يحب شخصاً آخر غير نفسه .

إذن تذكر دائماً أنه لا يوجد بشر ملاكا ، كما تذكر دائماً أنه لا يوجد أحد فى الدنيا صورة طبق الأصل من الآخر وعليك بحسن الخلق دائماً كما قال الله تعالى : ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [النساء : ١٩] .

• تجنب الغيرة المفرطة !!

عليك دائماً أن تتحلى بالحكمة فى نزعاتك النفسية فلا تطلق لها العنان دون تروٍ وتبصر ، ومن هذه النزعات الغيرة العمياء من قبل الزوج أو الزوجة والمطلوب منك أن تعتدل فى غيرتك ، وذلك يكون بعدم الغفلة عن مبادئ الأمور التى تخشى عواقبها ، مع عدم إساءة الظن ومحاولة التجسس فقد نهى النبى ﷺ عن تتبع عورات النساء ، فهذا من شأنه أن يثير العداوة بين الشريكين ويجلب التنافر وقد قال رسول الله ﷺ : « **إن من الغيرة غيرة يبغضها الله عز وجل ، وهى غيرة الرجل على أهله من غير ريبة** » [(١)] .

لأن هذا من سوء الظن الذى نهينا عنه لأن بعض الظن إثم ، وأما الغيرة المحمودة فهى التى تكون فى محلها دون مغالاة ؛ مما يشعر كلاً من الطرفين بأهميته عند الطرف الآخر فيكن له كل مودة ورحمة .

فعليك بالاعتدال فى غيرتك لتصبح جسراً للتواصل بينكما لا سبيلاً إلى التنافر والشقاق .

---

(١) رواه أبو داود بنحوه (٢٦٥٩) ، والنسائى (٥ / ٧٨) .

OBEIKAN.COM

الفهـرس

مقدمة ٣

نصائح الرسول ﷺ وحكماء العرب لكل زوجين جديدين ٥

حتى تكون رحلة شهر العسل اسما على مسمى ١٨

أمور خاصة جدا فى ليالى شهر العسل ٢٢

أصول ومراحل اللقاء بين الزوجين ٤١

ماذا تريد المرأة من زوجها جنسيًا ؟ ٤٨

هل تعلمين ماذا يريد الزوج منك جنسيًا ؟ ٥٤

للرجال والنساء : تعلم كيف تحل مشاكلك الجنسية ٥٩

ماذا بعد شهر العسل ؟ نصائح لحياة زوجية سعيدة ٦٨

OBEIKAN.COM

OBEIKAN.COM